

## Visie

Een probleem staat nooit los van mensen en moet dan ook in samenhang met de betrokken mensen worden opgelost.

De polariserende werking in conflictsituaties doet zich voor in het klein (tussen twee mensen) en in het groot (tussen volkeren, bevolkingsgroepen, of gelovigen van verschillende religies). Zo leven de Joden en de Palestijnen in Israel al tientallen jaren op voet van oorlog met elkaar. Ondanks herhaalde vredesonderhandelingen en internationale interventie, lijkt het conflict alsmaar grimmiger te worden en laait telkens weer op. Wat nodig is, is een bewustzijnsverandering. En die begint klein: bij het individu.

De mens is geneigd egocentrisch te reageren op de buitenwereld: Ik vind dat de ander mij onrecht aandoet. Ik heb gelijk en de ander moet zich aan mij aanpassen. Ik blijf op mijn standpunt staan. Ik wil niet verliezen. In plaats van naar de ander te luisteren, overschreeuw ik hem of ga hem uit de weg. Ik ben slachtoffer van de ander. De ander is de vijand. De bijbehorende emoties zijn angst, wantrouwen, wrok en haat, boosheid. Ik beleef de ander als de oorzaak van mijn ellende.

Zo ziet het eruit in het dagelijks leven. Zo beleven de meeste mensen de minder leuke kanten van ontmoetingen met hun medemens. Biografiek of levensloopkunde stelt, dat deze belevingen alleen gelden voor één bepaald bewustzijnsniveau, namelijk dat van de persoonlijkheid, ook wel ego genoemd. Dit is tevens het gebied van de polariteiten. Biografiek, het vakgebied waarin de mens en zijn ontwikkeling centraal staat, gaat een stap verder. De biografiek beschrijft de mens als een wezen, dat in staat is tot zelfbewustzijn. Dit zelfbewustzijn of ik-bewustzijn speelt zich één niveau hoger af dan ons alledaags persoonlijk bewustzijn en ligt verborgen in en achter het bewustzijn, zoals we dat in eerste instantie waarnemen.

Anders gezegd: de mens staat hier op aarde op zijn levenstoneel en speelt de hoofdrol in het toneelstuk dat zijn leven heet. Hij staat er middenin en kent de afloop niet. Er overkomt hem van alles en hij heeft ontmoetingen met andere mensen, die een rol spelen in zijn levensstuk. Hij beleeft dit alles vanuit egocentrisch standpunt. Maar als het goed is, maakt de hoofdpersoon een ontwikkeling door tijdens zijn leven. Degene die hier weet van heeft, is de regisseur. Want hij kent het hele stuk, in grote lijnen. De regisseur bekijkt het hele stuk met alle spelers van een afstand. Hij ziet de samenhang en de ontwikkeling in de tijd. In de biografiek wordt de rol van regisseur toebedeeld aan het Hoger Ik of Zelf: dat deel van jezelf dat onsterfelijk is en waarvan je je hier op aarde maar zeer ten dele bewust bent. Volgens de biografiek wordt de zin van het leven pas zichtbaar en kenbaar op dit niveau. De kunst van het leven is om de gebeurtenissen en ontmoetingen in je leven te leren begrijpen, hoe ze jou dienen en bedoeld zijn om je een stap verder te helpen in je ontwikkeling als mens. Wie bereid is zo naar zijn leven te kijken, gaat naast de beleving op persoonlijk niveau (met alle pijn en verdriet en wanhoop die daarbij hoort), iets anders waarnemen. Iets wat je aanzet om juist aan de ellende te groeien. Wie hier doorheen gaat, komt altijd sterker en met meer zelfbewustzijn uit de strijd. En omkijkend moet hij toegeven: zonder die nare gebeurtenis of rotstreek van een ander, was ik niet geworden wie ik vandaag ben. En ik ben blij met wie ik vandaag ben, geworden ben door wat het lot mij bracht. Ik heb de boodschap begrepen.

En zo kun je ook door conflicten, ruzies, ergernissen, fouten heen leren kijken naar wat het Ik jou daarmee eigenlijk voor je neus zet en hoe nauw dat verbonden is met je eigen levensthema's. Zo worden obstakels wegwijzers. Wie van zijn obstakels af wil, vindt ze steeds weer op zijn pad. Wie geleerd heeft ze te accepteren en begrijpen, zal steeds meer van zichzelf verwezenlijken en met meer vrijheid en autonomie in zijn leven staan.

Als coach en levensloopbegeleider kijk ik met je mee om de taal van je Ik te ontcijferen. Daarin vind je de motivatie om anders met je lot en conflicten om te gaan.

**De gedachte achter de solution.**

Solution betekent oplossing. Je hebt een oplossing van een probleem of vraagstuk. Maar het wordt ook gebruikt voor het oplossen van een vaste, kristallijne stof in water, bijvoorbeeld suiker.

Er is een interessante overeenkomst tussen het oplossen van suiker in een kop thee en het oplossen van problemen.

Wil je weten hoe dat zit? Ontdek het in solution-gesprekken.