

Als je bevlogen bent, dan vlieg je.



Levensmissie in de praktijk

door Willem Glaudemans

artikel in het blad Happinez augustus 2006

Ieder kent mensen die bevlogen zijn, die blijkbaar op een wonderlijke manier over energie beschikken en geïnspireerd zijn. En zij inspireren ook anderen door simpelweg hun eigen ding hier en nu met enthousiasme te doen. Er gaat van hen een voorbeeld-kracht uit. Aan de andere kant kennen we mensen die uitgeblust zijn, zich ongeïnspireerd door een dag heen slepen en zich vanbinnen leeg voelen. Het voornaamste verschil zit hem in één ding: het bewustzijn wat je levensmissie is en het vermogen je leven daarnaar in te richten.

Moet je wachten tot je op je sterfbed ligt en de balans opmaakt van je leven voor je tot het besef komt wat je hier eigenlijk kwam doen? Om dan te constateren dat je daarvan maar erg weinig hebt verwezenlijkt... en nu geen kans meer hebt om dat alsnog te doen? Het antwoord ligt voor de hand. Maar de praktijk is blijkbaar weerbarstig. Toch wil niemand ongebruikt retour afzender gaan.

Soms kan het leven zelf je op je pad zetten, ver voor je dood. Mensen met een bijna-doodervaring bijvoorbeeld, komen terug in dit leven en ruimen alles op wat niet essentieel is, wat niet tot hun missie behoort. Opeens hebben ze daar helderheid over, ze richten hun leven anders in, en altijd meer vanuit liefde en meer ten dienste van anderen. Maar er is een manier om zo'n crisis voor te blijven: door bewustzijn te ontwikkelen over wat je hier te doen hebt.

Iedereen heeft hier een missie

Iedereen heeft een levensmissie, een opdracht waarmee je hier gekomen bent, iets dat jou vervulling geeft, dat zin en betekenis verleent aan je leven. Als deze stelling waar is, is het volgende niet meer dan logisch: je hebt alle talenten meegekregen om die levensmissie te vervullen. Anders zou het een wrede aangelegenheid zijn. Zo zit het universum niet in elkaar.

Veel mensen raken ergens in hun leven de verbinding met hun missie kwijt, vergeten die, denken zelfs dat iedereen wel een missie heeft, behalve zij. Als kind hadden ze nog mooie dromen over wat ze later wilden worden. Maar nu ze groot zijn lijken dromen en idealen gesmoord in de sleur van de alledaagse beslommeringen. Maar ze hebben nog steeds de talenten voor het vervullen van hun missie. Misschien zetten ze die niet allemaal in, of misschien niet op de juiste wijze, verwaarlozen ze er een paar, of hebben ze hun talenten begraven zoals de bange knecht in de parabel van Jezus deed. Maar nog steeds kunnen die

talenten je bij jouw missie brengen. Simpelweg door het gegeven dat ze jou zijn meegegeven om je missie te vervullen. Wanneer je nu let op hoe je talenten kunnen integreren en samenwerken, krijg je als vanzelf uitzicht op de richting en het doel van je leven (later meer hierover). Hoe meer talenten je in vreugde kunt laten samenwerken, des te meer je met je missie bezig bent. Want je hebt een unieke verzameling talenten voor een unieke levensmissie. Een vriend van mij die consultatiebureau-arts was, deed tegelijkertijd conservatorium. Hij is gestopt met zijn artsenij en heeft de unieke combinatie van heling door middel van adem, zang en klank in het leven geroepen. Niemand anders dan hij kon zo de heelmeester en de muzikmaker in zichzelf verenigen. Wat voor hem geldt, geldt voor iedereen: er is een unieke plek voor elk van ons. Die plek wacht erop om door jou vervuld te worden. Dat is het meest liefdevolle dat je voor jezelf kunt doen en voor anderen.

Excuses om niet je missie te leven

Waarom doen mensen dan niet waarvoor ze gekomen zijn? Wat houdt ons tegen? Innerlijke en uiterlijke factoren. De eerste reden is: we weten niet (meer) wat onze missie is, we lijden aan een totaal gebrek aan bewustzijn daarover. Misschien is dit wel geestelijke volksziekte nummer één. Wanneer ik aan een zaal mensen voor wie ik een lezing geef vraag wie zijn levensmissie kent, steken gemiddeld 5 op de 100 mensen hun vinger met enige aarzeling op. En dat zijn dan nog mensen die in dit thema geïnteresseerd zijn. Dus een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking is dit niet eens.

En als we wél enig besef hebben, dan vertellen we onszelf bewust of onbewust: ik kan het niet, ik ben er niet goed genoeg voor. Of: ik ben het niet waard om werkelijk gelukkig te zijn, ik verdien het niet te schitteren. Of: ik doe maar gewoon, dan val ik niet op. Of: niemand zit op mij te wachten, ik geloof niet dat ik werkelijk een bijdrage kan leveren. Al dit soort innerlijke overtuigingen, misschien overgeërfd van ouders en opvoeders, of elders in het leven opgeduikeld, hinderen ons om te doen waarvoor we gekomen zijn.

En dan zijn er de zogenaamd uiterlijke factoren waaraan we ons binden: loyaliteit aan familie, vrienden en collega's, trouw aan het bedrijf waar je werkt terwijl het je al lange tijd geen goede werkplek meer biedt. Financiële redenen: ik kan niet doen waar ik werkelijk warm voor loop want ik moet de hypotheek betalen, mijn gezin onderhouden enz. Of status: ik heb niet voor niets die dure studie gedaan, die was van meet af aan een verkeerde keuze, maar ik heb er nu al zoveel in geïnvesteerd, dat wil ik niet weggooien. Dat is gezichtsverlies.

Maar de meest voorkomende reden is: het lelijke-jonge-eendje-complex, zoals ik dat ben gaan noemen. In wezen weten we ergens wel dat we die zwaan zijn, maar we nemen genoeg met een ondermaats bestaan als lelijk eendje. We zijn niet gelukkig, maar we zijn eraan gewend geraakt en het is nu dragelijk geworden, 'het zal mijn tijd wel duren'. Tot het leven ons zoveel tegenslag geeft op die weg dat we, misschien bijna dood, onze ware bestemming ontdekken, omdat we niets meer te verliezen hebben. Lees het sprookje van Andersen maar eens over dit proces. Het kan helpen om van je grootheidsschroom af te komen. Want zoals Nelson Mandela terecht zei: we zijn niet bang voor onze zwakheid, maar voor onze kracht. We kunnen lang volharden in onze zwakheid omdat we daarin niet verantwoordelijk menen te hoeven zijn voor ons leven. Ik krijg veel mensen in mijn praktijk die in enige vorm lijden aan deze grootheidsschroom. 'Ik weet wel wat ik kom doen, maar ik durf het niet te leven, iedereen zou me voor gek verklaren.' En dat is het juist: wanneer iedereen tegen je zegt 'wat ben jij in godsnaam aan het doen', weet je dat je op jouw weg zit. Want een gebaad pad, is het pad van een ander, daar zul jij je eigen schat niet ontdekken. Je dient je oorspronkelijke gemeenschap te verlaten om je schat te vinden. De grote Amerikaanse mytholoog Joseph Campbell heeft in de mythen der mensheid de weg van de held teruggevonden. Zijn heldhaftige eerste stap is: weggaan van huis en zich niets aantrekken van wat de achterblijvers zeggen.

Hoe herken je een levensmissie?

We spreken over levensmissie, maar wat is dat en waaraan herken je die in je leven?

* Een levensmissie staat altijd in een groter verband, het is niet iets geïsoleerds. Het past in het grote weefwerk van alle missies, het plan van God zo je wilt. Het is niet iets dat alleen jouw leven kleurt, maar iets dat juist veel levens kan beïnvloeden. Een levensmissie doe je nooit voor jezelf alleen, het is dienstbaar aan het grote geheel. Het is dan ook niet iets van het ego of de kleine persoonlijkheid, maar iets van de ziel die weet waarom ze ditmaal is geïncarneerd.

– Je kunt je dus afvragen waar jouw leven een positieve bijdrage levert aan dat van anderen. En dan heb je een idee over de wezenlijke richting van je leven.

* Een levensmissie geeft jou een gevoel van vreugde, enthousiasme, vervulling. Je wordt er warm van, je krijgt er energie van, je doet het dolgraag. Je tintelt vanbinnen.

– Je kunt je dus afvragen welke dingen in jouw leven je zo'n gevoel geven. En hoe vaak doe je die dingen?

* Wanneer we deze twee eerste punten bijeenbrengen zie je dat bij een levensmissie jouw geluk en jouw dienstbaarheid dus samenvallen. Zo mooi zit het in elkaar. Ga doen wat je wezenlijk leuk vindt en je bent meteen anderen behulpzaam!

* Een levensmissie heeft een soort vanzelfsprekendheid en moeiteloosheid. Hoe zou je iets anders kunnen doen? Hiervoor ben je geknipt, hier werken je talenten optimaal samen. Het gaat je moeiteloos af.

– Op welke gebied van je leven ken je die moeiteloze vanzelfsprekendheid?

* Een levensmissie krijgt alle steun. Je gaat merken dat het leven je spelenderwijs erbij helpt, dat er mensen, middelen en gelegenheden op je pad komen die je verder brengen. Vaak op onverwachte en wonderlijke manieren krijg je alles wat je nodig hebt, zelfs datgene wat je nog niet hebt kunnen bedenken. Je missie heeft dus het fiat en de ondersteuning van het universum. – Geloof je dit? Waar merk jij dat je die universele steun krijgt? Geeft je dit een hint over jouw richting?

* Anderen laten je blijken dat je hen inspireert met je voorbeeld, dat het uit je ogen straalt, dat je zo bevlogen bent. Zij willen dat ook graag leren en vragen hoe jij dat voor elkaar gekregen hebt. Zo leer je dat wat je geeft ontvangen wordt en naar je terugkeert. Ook dan weet je dat je op je pad zit.

– Ken je die reacties van anderen?

Een levensmissie is dus veel breder dan welk werk je doet. Werk is er zeker een wezenlijk onderdeel van, omdat we daarin onze ziel en zaligheid kunnen uitdrukken, maar toch is werk niet iets waarop we ons helemaal moeten focussen. Anders zouden mensen zonder werk niet hun levensmissie kunnen vervullen. En dat is niet waar.

Let op de volgende dingen:

Bij het volgen van je levensmissie zijn een aantal dingen van groot belang. Ze houden je helder over waar je zit:

*** je motieven**

Met welke intentie doe je wat je doet? Wanneer je wel je talenten inzet, en het gevoel hebt te doen wat op je pad ligt, maar het ontbreekt je desondanks aan vreugde, dan is het zaak je motieven te onderzoeken: ben ik vooral door geld, aanzien, macht en status gemotiveerd, of stel ik mijn leven inderdaad ten dienste van anderen die ik behulpzaam wil zijn? Het beantwoorden van deze vraag kan ervoor zorgen dat je innerlijk een andere opstelling maakt, terwijl je uiterlijk waarschijnlijk nog steeds hetzelfde werk blijft doen. Ik geef het voorbeeld van een architect gemotiveerd door geld, die

depressief was, maar duidelijk wel het werk deed dat bij zijn talenten paste. Hij leerde om naar de wensen van zijn cliënten te luisteren en daaraan dienstbaar te zijn, in plaats van er zelf zo veel mogelijk uit te slepen. En het wonderlijke was dat hij eens zoveel klanten kreeg.

* **doe je te weinig, doe je te veel?**

Het kan ook zijn dat je werk doet waarbij anderen duidelijk baat hebben, maar je voelt je evengoed uitgeblust. Dan kan het zijn dat je bijvoorbeeld met een paar ondergeschikte talenten in de wereld staat, in plaats van met je hoofdtalenten (bijvoorbeeld je blijft maar de computerdeskundige, terwijl je een groot stuk van je spirituele en didactische talenten laat liggen). Dus in wezen vervul je niet ten volle je bestemming. Je doet *minder* dan de bedoeling is. Of het kan zijn dat je *meer* doet dan de bedoeling is, en terreinen van verantwoordelijkheid naar je toetrekt die eigenlijk de jouwe niet zijn, waardoor je roofoverval pleegt op je energie. Misschien denk je wel dat je de hele wereld moet redden. En als je jezelf niet weet te begrenzen brand je op en neem je jezelf onvoldoende serieus als wat je echt bent: een kostbaar instrument voor het universum.

* **als het leven 'nee' zegt**

Als dingen steeds weer moeizaam gaan, alsof je door zand ploegt, slagbomen neergaan, deuren dichtgaan en mensen zich van je afkeren, dan is het zaak te onderzoeken of je nog op je pad zit. Tegenslag is het roer van de onwillige held. Maar we hebben geleerd om juist dan door te zetten, door de weerstand heen te breken. Maar we raken zo elk gevoel van moeiteloosheid kwijt. Dus mogen we ons de vraag stellen of we nog wel met onze missie bezig zijn. Dan is de oefening: overgave en vertrouwen dat het leven jou precies aanreikt wat voor jou bedoeld is. Een cliënt kreeg opeens het inzicht: mijn leven tot nu toe was geen vergissing, alles is nodig geweest om te komen waar ik nu ben.

Hoe ontdek je nu jouw missie?

We zijn uitgegaan van de stelling dat iedereen hier een missie heeft en DUS ook de talenten meegekregen heeft om die missie te vervullen. De weg om je levensmissie te leren kennen gaat dus via je talenten. De meeste mensen hebben wel een redelijk inzicht in hun talenten, maar hebben weinig zicht op hun missie. Wanneer je nu naar je talenten kijkt, welke dat zijn, hoe ze samenhangen, welke de voornaamste zijn en hoe je ze kunt integreren, dan is het resultaat een heldere blauwdruk van wat je levensmissie is.

Om mensen in dit proces behulpzaam te zijn heb ik het Talentenspel ontwikkeld. Dat werkt met 70 archetypische talentenkaarten waaruit de deelnemer er 12 kiest. Twaalf is het getal van compleetheit (denk maar aan de maanden van het jaar, de tekens van de zodiak en de apostelen van Jezus). Het zijn archetypen, omdat dit universele beelden zijn die op een dieper niveau inwerken dan bijvoorbeeld de uiterlijke vorm van een beroep of baan. Het gaat om talenten, en dat verwijst naar het niveau van de ziel. Een paar voorbeelden: de kunstenaar, de voedster, de raadsman, de herbergier, de alchemist. Archetypen zijn symbolen met een sterk oproepende kracht die de deelnemer de gelegenheid geven zijn eigen beelden en associaties uit het onbewuste te laten opkomen. En juist die eigen beelden, die nu bewust geworden zijn, hebben een grote en langdurige uitwerking op iemands leven. Ze worden op een subtiele manier richtinggevend. Zaken die innerlijk verschuiven hebben meteen uitwerking op hoe iemand zijn leven inricht.

Bijvoorbeeld: een vrouw die van haar muzikant te horen had gekregen dat zij hem misbruikt had om bij haar vader in het gevlucht te komen, maar toen dat niet gebeurde dit talent verworpen had. Toen ze die muzikant weer zijn rechtmatige plek kon geven in haar binnenwereld, begon ze ook weer plezier te krijgen in pianospelen en viool, wat haar innerlijke gezondheid zeer ten goede kwam.

De koets

Bij het Talentenspel werken we met het beeld van het innerlijk koninkrijk waarvan jij de koning of koningin bent en waarbij jij je talenten regeert. Er zijn drie niveaus in het spel, en om dat uit te leggen gebruik ik het beeld van een koets. Er is de passagier, of de ziel, die weet waarvoor ze gekomen is, die de richting en de bestemming kent. Er is de koetsier, of de koning(in), die als het goed is het reisdoel van de passagier weet en daardoor de paarden kan aansturen. En de paarden zijn de talenten die de missie concreet gestalte geven in deze wereld. Idealiter weet de koning, het bewuste ik, welke richting de passagier, de ziel, wil volgen en richt de paarden die kant op. Maar heel vaak zie ik dat de koning(in) niet regeert, op vakantie is, geen weet heeft van de koers van de passagier, of de paarden maar laat begaan, waarna het sterkste paard, het meest dominante talent, de zaak overneemt en de richting gaat bepalen. Bijvoorbeeld: iemand bij wie de stuurman heel sterk is geworden en alles probeert te controleren, maar waardoor andere talenten niet aan bod komen. Als de koning(in) niet regeert hebben talenten ook de neiging om te vervormen bij gebrek aan sturing: zo kan de verzoener in het rijk tegen de buitenwereld 'ja' zeggen, terwijl van binnen alles 'nee' roept, hij gaat zich aanpassen omwille van de lieve vrede. Zo kan de herbergier vergeten dat hij ook sluitingstijden mag hebben en niet altijd voor iedereen hoeft klaar te staan. Elk talent blijkt een archetypische vervorming te hebben.

Soms is ook de invloed van een vader of moeder in een koninkrijk nog heel sterk.

Bijvoorbeeld bij een man die een aantal talenten met zijn vader gemeen had, die allemaal perfect moesten presteren, omdat vader met minder geen genoegen nam. Of de vrouw van wie de moeder alle talenten afkeurde zodat ze letterlijk in haar leven in een verlamming zat en niets kon neerzetten. Of de man bij wie de moeder achter de troon stond en de koning influisterde wat hij doen moest. Deze man kon zelf geen beslissingen nemen. Uiteindelijk is het dan zaak deze vader of moeder naar zijn/haar eigen koninkrijk te laten vertrekken, zodat dit koninkrijk in vrijheid kan doen wat hier nodig is.

Dit zijn een paar voorbeelden hoe het eerste deel van het spel in zijn werk gaat. Wanneer er een zekere mate van harmonie is bereikt tussen de talenten onderling en de koning of koningin zijn/haar positie echt heeft ingenomen, dan is het tijd om naar het tweede spelbord te gaan. Dat is het bord met de levensboom waarop de talentenkaarten intuïtief worden neergelegd. Op die manier wordt de blauwdruk van de missie zichtbaar en ga je zien hoe al je talenten samenwerken om je missie hier gestalte te geven. Er zijn talenten die er vooral voor jouzelf zijn, om jou voeding te geven, er zijn er die je voornamelijk op het niveau van relaties inzet en andere die rechtstreeks de concrete manifestatie van je missie vertegenwoordigen. Niet één kan gemist worden. Er is dus een zekere hiërarchie in je talenten. Het inzicht hierover geeft rust.

Tips bij het leven van je missie

Door met veel mensen te werken met het Talentenspel heb ik de volgende principes ontdekt rond het leven van je missie en je talenten.

* Een levensmissie is niet iets statisch. Denk niet dat je voor je hele leven vastzit aan de vorm die je nu vindt. Ik heb geleerd dat je inzicht niet verder reikt dan de horizon, tot zover kun je de richting van je pad zien. En gelukkig kun je niet verder kijken, anders zou je gemakkelijk in grootheidsschroom vervallen en feestelijk bedanken voor de eer. Wel groeit de missie in je bewustzijn verder, zeker wanneer je leeft naar het inzicht dat je gekregen hebt. Bewustzijn over je missie helpt je bij het nemen van beslissingen op kruispunten in je leven. Je weet nu welke van de aangeboden kansen tot je missie behoren en welke niet. Je weet ook welke talenten je in de wereld mag zetten en met welke dat niet meteen hoeft: namelijk de talenten

die er vooral zijn om jou te voeden. Zo leerde ik dat mijn kunstenaar niet hoeft te exposeren, maar er vooral is om mij meditatieve rust te bieden tijdens het schilderen.

* Een ander belangrijk principe bij het leven van je missie is het inzicht dat er een verschil is tussen vorm en inhoud. Veel mensen staren zich blind op de vorm: als ik maar een baan vind, als ik nu maar wist welk beroep ik moet gaan uitoefenen? Maar de vorm (van de baan) is nooit waar het om gaat, al steken we daar wel de meeste energie in. De weg is: eerst binnen en dan pas buiten. Want wanneer je van binnen helderheid hebt over wat je missie is en wat je talenten zijn, dan wordt dit het richtsnoer van je kijken naar een andere baan. Dan zit je veel meer ontspannen op een sollicitatiegesprek, vanuit de houding: als zij mij niet willen met mijn talenten hoef ik hier ook niet te zijn, dan kan ik hier niet het werk van mijn hart doen. En wanneer jij je niet met de vorm bemoeit, niet vanuit je beperkte blik een uitgewerkt plan gaat maken, dan ben je ook meer open om het leven voor jou te laten werken. Er komen kansen op je af die je van te voren niet kunt verzinnen. Het is mooier dan gedroomd.

* Omdat de levensmissie is iets van de ziel is, zul jij als koning-koetsier (m/v) steeds ontvankelijker mogen worden voor de boodschappen van deze passagier. De ziel heeft, als we haar hints niet rechtstreeks ontvangen, in hoofdzaak twee middelen om ons duidelijk te maken waar ze naar toe wil: ja en nee. Ja is bijvoorbeeld: een gevoel van enthousiasme en warmte, moeiteloosheid, het stroomt, blokkades verdwijnen. En nee is: een gevoel van moeizaamheid, ongeïnspireerdheid, vermoeidheid, tegenslag, uiteindelijk burnout, het leven zegt 'stop!'.

* En het allerbelangrijkste: wanneer je inzicht hebt gekregen in je missie, zeg er dan van harte en volmondig JA tegen. 'Anders zegt er het leven nog nee', zong Wim Sonneveld. Door JA te zeggen ga je merken dat er een grotere energie is die jou steunt. Het universum wacht erop tot jij JA zegt om je te helpen je missie te verwezenlijken: alles wat je nodig hebt wordt je in ruime mate gegeven, op de juiste tijd. En dat laatste is soms een test voor ons ongeduld.

Het grote geheel

In deze tijd merken we dat steeds meer mensen naar een andere manier van leven en werken zoeken. De oude kaders en paradigma's voldoen niet langer. Ons bewustzijn zit collectief in een groeistuipt. Met elkaar zitten we in een snelkookpan: we dienen samen nieuwe antwoorden te vinden op de druk van deze moderne wereld. Mensen worden uitgenodigd en toegerust om hun echte plek in het grote geheel in te nemen, een plek die past bij hun verhoogde bewustzijn. Dit voltrekt zich op allerlei levensgebieden: in het onderwijs, in de gezondheidszorg, in het bedrijfsleven, en soms in de politiek. Maar elke wezenlijke verandering begint bij het innerlijk van mensen zoals jij en ik. Ze passen niet meer op hun oude plek. En dat wordt hen niet meteen in dank afgenomen. Structuren veranderen langzamer dan mensen. De uitnodiging in deze tijd is dat jij je wezenlijke plek inneemt en gaat leven naar je hoogste inzicht over jouw bestemming. En dat doe je niet alleen voor jezelf. Wanneer jij zo jouw licht laat schijnen, inspireer je anderen om hetzelfde te doen. Want als je bevlogen bent, dan vlieg je en leer je vanzelf anderen vliegen.

[kader]

Hoe toets ik of ik mijn levensmissie gevonden heb?

- 1) Komt wat ik doe anderen ten goede en ben ik dienstbaar aan anderen?
Werk ik vanuit de juiste motieven?
- 2) Brengt wat ik doe me vreugde en een gevoel van voldoening en vervulling?

Doe ik *meer* dan ik aankan? Doe ik *minder* dan ik aankan?

- 3) Doe ik mijn werk spelenderwijs, moeiteloos, vanzelfsprekend en met plezier?
- 4) Maak ik bij mijn werk reeds gebruik van al mijn innerlijke talenten, werken zij samen om deze taken te vervullen?
- 5) Ervaar ik de steun van het universum, krijg ik vanzelf alles wat nodig is om deze taak te vervullen?

Deze oefening is niet bedoeld om jezelf voor de kop te slaan en te veroordelen, maar om een helder inzicht te krijgen in waar je nu staat. En om vanuit dit realisme bewustere keuzes te maken.

Willem Glaudemans