

“Beproef alles, behoud het goede”

Overpeinzingen voor het nieuwe jaar.

Beproef alles en behoud het goede.

Ik hoor het mijn moeder nog zeggen. En ik besef al lange tijd dat ik hier, in eerste instantie onbewust, naar leef. Het heeft me doen groeien als mens en zeker ook als professional. De vooronderstelling Er bestaat geen mislukking alleen feedback, zorgde ervoor dat ik bleef focussen op die groei.

Hierin werd ik ook geholpen door het motto van mijn vader: **Haal er uit wat erin zit, met je hoofd of met je handen.**

Ook dit is een belangrijke leidraad in mijn leven. Voor mijzelf heb ik daaraan toegevoegd: met mijn hart en mijn ziel.

Dat is wat ik ook graag wakker maak in anderen met vertrouwen in eenieders potentieel.

Zo leid ik een zo zinvol mogelijk leven.

Zonder dromen kun je geen dromen uit laten komen!

In mijn dromen streef ik naar een betere, of beter gezegd een volmaakte wereld waar geen geld besteed hoeft te worden aan oorlog en wapens. Waar geweld niet model staat, maar verdraagzaamheid en respect tussen mensen. Dat is mijn ideaal, het visioen wat ik voor ogen houd.

En zo speelt **idealisme** een belangrijke rol. Idealisme gaat over streven naar beter, over verbeeldingskracht en de dingen zien zoals ze bedoeld zijn. Het gaat erover dat je je iets volmaakts voorstelt en dat dan als poolster gebruikt. Idealisme gaat niet over wat is maar over wat zou kunnen zijn – wat zou móeten zijn zelfs! En zo geeft mijn visioen richting aan mijn leven.

Wáár is wat werkt!

Dit is het pragmatische uitgangspunt, wat centraal staat in NLP (Neuro-Linguistisch Programming). Hierin ondersteund door verschillende NLP-vooronderstellingen met als beoogd nut verder te komen.

De kern van het **pragmatisme** van de filosoof Peirce is dat elke uitspraak pas zinvol kan zijn als deze praktische gevolgen heeft, met ander woorden: Wáár is wat werkt.

“Wáár is wat werkt”, geeft een focus op het praktische effect, het resultaat.

Maar ja, dan kom ik toch wel in de knoop als ik de politiek in Nederland, in de wereld volg. Ik zie aardig wat politici die ego-gemotiveerd zijn en op eigen gewin, of dat van een beperkte groep uit zijn. Onder andere deze (vaak zelfde) politici verwachten dat mensen in de samenleving zich houden aan ‘onze’ normen en waarden. Er wordt niet verteld welke dit zijn en het is dan ook zeker niet zichtbaar in het gedrag van veel mensen, niet in het minst in het gedrag van deze politici.

EGO gemotiveerd of ECO gemotiveerd.

Los van de ego-gemotiveerdheid is er vaak ook het korte termijn denken. De quick fix, die geen acht slaat op nadelen in het grotere geheel of de langere termijn.

In de visie van **ecologisme** is alles deel van hetzelfde systeem. En is het dus van groot belang om het (leef)milieu te beschermen en te verbeteren voor zowel mens als natuur, te richten op een harmonieuze duurzaamheid.

“I am the river, The river is me.”

Een mooi voorbeeld van Eco-motivatatie zag ik in de documentaire over de Whanganui Rivier in Aotearoa/Nieuw Zeeland die in 2017 als eerste rivier ter wereld dezelfde rechten als de mens kreeg. De Māori vochten al meer dan **150** jaar voor deze rechten. De Māori zien de rivier als hun voorouders, als een onverdeelbaar en spiritueel wezen. Māori-rivierbeschermer Ned Tapa neemt een groep vrienden, familie en activisten mee op een vijfdaagse kanotocht over deze heilige rivier. Samen omarmt deze diverse groep mensen de geest van de rivier en probeert ze te vinden wat nodig is om de planeet te redden. De rivier verenigt hen op organische wijze in hun doel om een fundamentele waardenverschuiving teweeg te brengen, om onze planeet te beschermen voor toekomstige generaties. ‘Als je zit en luistert, hoor je het land zingen’, zegt Ned Tapa. ‘Alles samen, met elkaar verweven, in harmonie, synchroon.’



En dichter bij huis in mijn eigen werk als NLP-trainer en coach is een ecologie-check een wezenlijk onderdeel van het veranderingswerk. Hierbij is aandacht voor de bezwaren die de verandering/ontwikkeling met zich meebrengt: innerlijke bezwaren, bezwaren op lange termijn en bezwaren op het grote geheel. De vraag 'Wat is er mis mee?' is bedoeld om de vinger op de zere plek te leggen en vervolgens te onderzoeken welke waarde in het geding is. Die waarde zal immers meegenomen moet worden in de verandering om duurzaamheid en harmonie te realiseren. Dus geen quick fix, wel een focus op ecologische ontwikkeling, juist ook in de relatie en dus communicatie tussen mensen.

Door zo'n ecologie-check worden vanzelf de schadelijke consequenties van ego-gemotiveerde acties in het grotere geheel en op de lange termijn zichtbaar en daarmee ook de noodzaak om e.e.a. bij te stellen.

Een mooi uitgangspunt is die van John Nash (nobelprijswinnaar voor de economie), die zei **"The best for the group comes when everyone in the group does what's best for him/herself AND the group."**

Dan wordt ook zichtbaar hoe belangrijk het is om het ego in dienst van de ziel te stellen en te kiezen voor een visioen van een gezonde wereld.

Hierbij heb ik de groep gedefinieerd als de wereld.

Waar is het morele kompas?

Ecologische ontwikkeling vraagt om een moreel kompas. De menselijke maat vind ik terug in het **humanisme**.

Humanisme gaat uit van de waardigheid van mensen. Humanistische waarden zijn zelfbeschikking, gelijkwaardigheid, verantwoordelijkheid, verdraagzaamheid, solidariteit, redelijkheid en rechtvaardigheid. Humanisten gaan ervan uit dat mensen zelf zin en vorm aan hun leven geven. Zij willen de vrijheid hebben om op een manier te leven waar je zelf achterstaat: de ontwikkeling van een moreel kompas en met behulp van een (zelf)kritische blik positie bepalen in de wereld. De uitdaging is tevens trouw te blijven aan de genoemde humanistische waarden.

The devil is in the detail. And so is the Angel (voeg ik er dan aan toe).

Dit brengt me op **perfectionisme**. Mijn streven is om in mijn communicatie zo zuiver mogelijk te zijn. Ik besef dat één woord een wereld van verschil kan maken. Vervang de 'maar' eens door 'en' en merk wat er gebeurt. Vervang 'Niet in mijn naam!' door 'Wel in mijn naam...' en voeg daaraan toe waar jij voor staat en merk wat er gebeurt.

'Maar' is dé opstap voor polarisatie en 'en' is dé opstap voor verbinding.

Mensen zeggen vaak: "Je kunt het niet iedereen naar de zin maken." Dit wordt vaak beaamd. En vaak wordt het ook als vrijbrief gebruikt om het ook niet te proberen. Dus reageer ik met: "Ik kan het wel proberen." En richt op die manier mijn energie zo zinvol en zo zuiver mogelijk.

Ik doe het zo goed als ik het op dit moment kan.

En met mijn zelfreflectie help ik mezelf om stappen in de juiste richting te maken.

Hoe graag ik ook het verschil wil maken dat het verschil maakt. En hoe graag ik ook bommen zou willen tegenhouden, **realisme** helpt me te denken en doen in haalbare stappen: Wat ligt in mijn controle?

Een kleine stap kan iets groots betekenen in het leven van de ander en mezelf.

Ik laat me niet ontmoedigen. Ik ben me bewust van de vele donkere en schaduwkanten van de wereld, van het leven. En ik richt mijn ogen bewust naar de zon.

Want ja: **Pessimisten hebben misschien wel vaker gelijk, maar optimisten hebben een leuker leven.**

Optimisme en pragmatisme gaan hier mooi hand in hand.



There and here by the grace of God I am.....

Ik hoef de televisie maar aan te zetten en ik zie en hoor wat er mis is in de wereld. Het gaat me ongelooflijk aan het hart dat onschuldige burgers, vrouwen en kinderen het slachtoffer zijn van nietsontziend geweld. En het gaat me ook aan het hart dat er überhaupt oorlogen gevoerd worden.

is daar.

hier ben ik, wonend in een klein dorp, in een fijn omgeven door gezin, vriendinnen en vrienden en heel belangrijk mijn trainees. Deze standplaats is gegund. Ik ben dankbaar en weet me er gelukkig door.

voel dat ik het aan mijn 'stand' verplicht ben om eruit te halen wat erin zit.

"There is no passion to be found playing small - settling for a life that is less than the one you capable of living." Nelson Mandela

Mede door te reflecteren op de verschillende stromingen die in mij actief zijn, besef ik de bijzondere gelaagdheid van "Beproef alles en behoud het goede" en "Haal er uit wat erin zit": Idealisme voor een gezonde wereld & Humanisme voor (mede)menselijkheid en moreel kompas & Perfectionisme voor zuiverheid & Ecologisme voor harmonie en duurzaamheid & Pragmatisme voor het feitelijk effect & Realisme voor haalbaarheid & Optimisme voor een leuker leven. 😊



Dat
En
huis
ook
mij

Ik

in
are

& dit alles in het dankbare besef van de inspirerende motto's van mijn vader en moeder gecombineerd met ambitieuze moraliteit.

Anneke Durlinger

Anneke Durlinger werkt als NLP Master-trainer en geeft allerlei NLP-opleidingen op een mooie locatie: Het Molenaarshuys te Batenburg.

Dit doet ze al meer dan 25 jaren met voortdurend enthousiasme waarbij bevlogenheid en ambachtelijkheid hand in hand gaan.

Zij is erkend als Fellow Member Trainer door de IA-NLP. Haar opleidingen zijn aldus internationaal geaccrediteerd volgens de hoge kwaliteitsnormen van de IA-NLP.

Zij ziet NLP als 'inner human resource management' en als optimaal middel om tot zelfverwezenlijking te komen. Hierbij heeft zij een vanzelfsprekend vertrouwen in de kwaliteiten en het potentieel van mensen. Zij schreef samen met Guus Hustinx het boek 'Voorbij je eigen wijze' over metaprogramma's. In 2011 verscheen van haar: Handboek voor trainers, stappen ter verrijking.

Op dit moment schrijft zij aan haar derde boek: Groupmindfulness as foundation for excellence. How to orchestrate a team into a symphony?

Meer weten zie www.annekedurlinger.com



Laat je licht schijnen

website: www.annekedurlinger.com
e-mail: info@annekedurlinger.com