

Openingsrede bij het 9^e Nederlandse NLP congres

Door Guus Hustinx

Persoonlijk meesterschap

Welkom

Ik moet zeggen dat ik trots ben dat ik hier sta!

Alhoewel die trots van een van mijn ego's komt.

Als ik achter mijn ego kijk ben ik gewoon blij, ben ik dankbaar voor de rijkdom hier te staan.

Laat ik me eerst aan u voorstellen:

Ik ben Guus Hustinx, als NLP trainer verbonden aan het IEP.

Vanuit mijn eigen bureau, Intens Training, dat ik samen met mijn partner Mieke heb, werk ik in het bedrijfsleven en bij de overheid, waarbij ik NLP toepas in training en procesbegeleiding.

Ja, het 9^e congres alweer

het is interessant dat ik juist voor dit 9^e congres gevraagd ben

Want volgens de Griekse numerologie vormt 9 de kern van mijn geboortegetal

De 9 staat enerzijds voor integriteit en wijsheid. En anderzijds voor het in alle bescheidenheid voorleven van deze waarden.

Ook Mahatma Ghandhi heeft de 9 als geboortegetal en Ghandhi is een van mijn voorbeelden voor het thema dat ik vandaag aan de orde ga stellen.

Ik heb getwijfeld over een naam. Mijn betoog gaat over bescheidenheid, verantwoordelijkheid, angst transformeren, jezelf durven of mogen zijn.

Laat ik dat voorlopig maar eens benoemen als het proces van persoonlijk meesterschap.

Mijn visie op persoonlijk meesterschap

Einstein heeft ooit gezegd:

“wij gebruiken slechts 10% van onze menselijke vermogens. Als wij die vermogens uitbreiden naar 13% worden wij als een genie beschouwd”.

Mijn visie is nu als volgt:

Het ligt *niet* binnen onze controle om de wereld te verbeteren, Wat *wel* binnen onze controle ligt is het verbeteren van ons zelf, het maximaliseren van onze menselijke mogelijkheden: ik beschouw dat als het streven naar persoonlijk meesterschap.

Als ik nu continu blijf streven naar mijn persoonlijk meesterschap, en jullie doen dat ook en wereldwijd vele anderen, dragen we uiteindelijk bij aan de ontwikkeling van een betere en meer ecologische samenleving op een manier die binnen ieders controle ligt.

Het doel, de drijfveer van persoonlijk meesterschap ligt in mijn visie vooral in het realiseren van een meer ecologische samenleving.

“Ik verbeter de wereld en ik begin bij mezelf”.

In mijn meer links politieke periode dacht ik daar anders over. Ik was van mening dat vooral het systeem veranderd moest worden. Dan zouden mensen als gevolg daarvan vanzelf compleet en gelukkig worden. Nou ik heb de drama's die het gevolg waren van dat denken gezien.

Veel van het hedendaagse organisatieadvies gaat nog steeds van datzelfde denken uit, we *veranderen het systeem*, met alle consequenties van dien: we reorganiseren opnieuw omdat de vorige reorganisatie niet opgeleverd heeft wat we dachten.

Trungpa, een oosters filosoof, die ik in mijn verhaal vaker zal citeren, zegt:

willen we een meer ecologische samenleving, of meer ecologische organisaties tot stand brengen, dan moeten we onze eigen ervaring onderzoeken, om uit te vinden wat daarin waardevol is om de kwaliteit van ons bestaan en dat van anderen te verbeteren: zoeken naar fundamentele goedheid.

Persoonlijk meesterschap betekent dat je het leven zelf en wie je bent als je eigen creatie benadert.

Persoonlijk meesterschap is een proces, een manier van leven, een proces van permanente groei.

Warriors

Mijn belangrijke rolmodellen voor persoonlijk meesterschap zijn Mahatma Gandhi en Nelson Mandela.

Ik beschouw hen als warriors, krijgers. Warriors zijn mensen die het leven zelf als uitdaging zien en zij streven ernaar het maximale uit zichzelf te halen.

Een aantal elementen uit de ideeënwereld van krijgerschap wil ik vandaag aan jullie voorleggen.

Warriors worden vaak geassocieerd met oorlog en agressie.

Trungpa zegt daarover:

"Agressie is juist de oorzaak van onze problemen, zeker niet de oplossing. Het woord krijger komt van het Tibetaanse woord pawo wat betekent: hij/zij die moedig is. Krijgerschap is de traditie van menselijke moed, van onverschrokkenheid".

En menselijke moed komen we in alle levenssituaties tegen.

Trungpa:

Als je je realiseert dat je kern in zijn wezen goed is, dan heb je geen reden meer voor bescheidenheid of schaamte. Dan is er geen noodzaak meer om je te identificeren met externe dingen of de versieringen van je ego. Dan is er geen noodzaak meer om bang te zijn voor wie je bent.

Krijgerschap betekent in deze visie dat ik de moed heb mezelf te zijn.

Moed heeft niets te maken met heldendom, moed is de durf jezelf te zijn.

De moed om mezelf te zijn

Er is dus kennelijk moed voor nodig om jezelf te kunnen of mogen zijn!

Wat weerhoudt ons dan om onszelf te zijn?

Laten we eens een klein experiment doen:

Ga eens mee in de volgende situatie:

Je bent expert op een gebied:

Bijvoorbeeld vinoloog of NLP-er, bergsporter, kenner van 19^e eeuwse schilderkunst, succesvol opvoeder, etc.

Haal je jouw expertise voor de geest

Nu ben je op een feestje en drie heren, of dames, die je verder niet kent, hebben een gesprek dat je goed kunt verstaan.

Ze verkopen de grootste onzin over jouw 'expertise' met een air alsof ze er alles van af weten.

Stel je die situatie eens heel levendig voor, alsof het hier en nu is.

Wat denk je, voel je, zie je en hoor je ?

En de volgende vraag is: wat doe je?

Wie windt zich op en gaat er tegenin.

Wie reageert met humor

Wie reageert niet en wat denk je dan

Wend je tot je buur en wissel dat even met elkaar uit.

Ik word zelf geraakt en moet moeite doen om niet op deze lui af te stappen of om een cynische opmerking te maken.

Om te begrijpen wat hier gebeurt is het interessant om het idee van identificatie erbij te betrekken.

Gurdjieff en Ouspensky definiëren identificatie als een proces waarbij wij ons zelf identificeren met elementen van onszelf of zelfs externe zaken, dingen die we niet zijn.

We identificeren ons met allerlei roldentiteiten:

Vader, Leraar, Atleet, Artiest, NLP-er, Etc.

We identificeren ons met allerlei karakteristieken zoals:

Verlegen, Dik, Nieuwsgierig, Open, Angstig, Etc.

We identificeren ons met gedachten (oh wat een stuk!), gevoelens (ik ben woedend), gewoonten (ik ben een stevige drinker), waarden en normen, met groepen (ik ben liberaal)

en vaak ook met onze materiele bezittingen.

Het gemeenschappelijke thema is dat we ons identificeren met iets dat niet onze essentie vormt.

Door me te identificeren met een aspect van me zelf beperk ik mezelf. Hulpbronnen die verbonden zijn met andere aspecten zijn niet meer bereikbaar. Ik word minder flexibel. En we streven juist naar het vergoten van onze flexibiliteit.

Als we naar de logische niveaus kijken kun je zien er sprake is van niveauverwarring
De omgeving waar we toe behoren wordt onze identiteit: ik ben Nederlander
Wat we doen, ons gedrag, tillen we naar het niveau van identiteit: ik ben een denker
Wat we kunnen wordt: ik ben verlegen, ik ben nu eenmaal serieus, ik ben intelligent
Wat we belangrijk vinden wordt: ik ben een respectvol mens

In NLP-termen kan je dus zeggen dat identificatie het proces is waarbij we de lagere logische niveaus in termen van identiteit zien.

Als we nu geconfronteerd worden met omstandigheden die het lastig maken om onze identificatie vol te houden of aangevallen worden in onze gecreëerde identiteit reageren we met heftige emotie.

*Bijvoorbeeld ik typeer mezelf als: "Ik ben actief". Nu ben ik vandaag na een zware week doodmoe. Ik kom de hele dag tot niets en voel me 's avonds schuldig: ik heb niet geleefd naar identiteit actief: ik ben actief, altijd toch.
Als ik datzelfde label als: Ik doe graag dingen, kan ik na een luie dag zeggen: "Ik doe graag dingen, klopt, maar vandaag even niet.*

Met andere woorden: we zetten onszelf vast door het proces van identificatie.
Een ander voorbeeld:

*Vorig jaar had ik een tijd last van mijn rug. Ik sportte een tijd wat minder. Toen ik in de zomer mijn favoriete bergsport canyoning weer oppakte had ik daar moeite mee. Mijn conditie was niet zo best, het evenwichtsgevoel en mijn coördinatie waren achteruitgegaan. Ik had de grootste moeite om dat te accepteren. Ik was niet meer in staat om van mijn sport te genieten en had wekenlang de pest in.
En dat is een aanwijzing van identificatie. Ik ben bergsporter. Dat verklaart de moeite om te accepteren dat het deze vakantie kennelijk beter is om veel te wandelen en te lezen in de hele kist boeken die ik wel bij me had.
Als ik bergsport definieer als een activiteit die ik wil doen, kan ik makkelijker accepteren dat ik nu rustig en kalm aan moet doen, afgestemd op de signalen en de grenzen die ik van mijn lichaam krijg.*

Geïdentificeerd zijn betekent dat je jezelf verliest in een object, een idee of een actie. Zoals je verloren kunt zijn in een ander mens als je verliefd bent.

Als ik een imago hoog wil houden, een beeld van mezelf wil neerzetten, bergsporter, dat ik op dat momnet, niet werkelijk, of niet volledig ben, dan identificeer ik me. En dat is over het algemeen een onbewust proces. En als ik me identificeer ben ik uiterst kwetsbaar, ik verdedig namelijk een illusie. Zodra ik me aangevallen, verontwaardigd, boos of zielig voel is er over het algemeen sprake van identificatie.

In het voorbeeld van mijn bergsport. Een van de andere bergsporters sprak me op een gegeven moment aan: "Wat loop je daar onhandig te strompelen, je houd ons op!" Ik was verontwaardigd en voelde me tekort gedaan. Hoe durft hij!

Terug naar ons experiment en de situatie op ons feestje
Wat gebeurt daar nu:

Ik ben geïdentificeerd met mijn roldentiteit van NLP-er.

Die drie verkopen onzin en doen zich voor als NLP-ers. Ik zal ze even op hun nummer zetten.

Ik spreek ze aan of ik denk zoiets als: ik sta hier boven, wat een sukkel.

Maar er is dus meer aan de hand. Ik vergelijk mezelf kennelijk ook: Ik ben een echte, betere NLP-er, eigenlijk zijn jullie de benaming NLP-er niet waardig! En dat zal ik jullie laten weten.

Wat er aan de hand is, is dat ik vastzit in het proces van 'self-importance', 'me zelf belangrijk maken'.

Het principe: identificatie leidt tot het creëren van ego-identiteiten. En dat leidt tot het proces van self-importance.

En zoals we al gezien hebben zijn mijn ego-identiteiten uiterst kwetsbaar, want ze zijn een illusie, ze verhullen wie ik werkelijk ben.

Het macho-ego of macha-ego maakt ons groter dan we in werkelijkheid zijn of vergroot een aspect van onszelf uit tot soms absurde proporties. Maar minstens zo vaak stappen we in een slachtofferrol.

De Volkskrant kopte onlangs:

'Gewone' slachtoffers jaloers na ramp.

De rampen in Volendam en Enschede trekken zoveel belangstelling dat andere groepen slachtoffers zich benadeeld voelen.Het verschil in aandacht is bijna niet te verteren.....

Ik ben er van overtuigd dat uiteindelijk in het proces van identificatie en self-importance de basis ligt van racisme.

Het superieure blanke ego voelt zich mijlenver verheven boven anderen van andere etnische afkomst. Op (vermeende) aanvallen op die superioriteit reageer ik met een agressie die vervolgens mijn superioriteit weer moet bevestigen.

Het superieure ego ontbeert nederigheid. Ik kom daar dadelijk nog op terug.

Persoonlijk meesterschap heeft alles te maken met ons bevrijden uit het proces van identificatie.

En daar is eerst bewustwording voor nodig.

Het besef: "ik zit gevangen in het proces van identificatie en self-importance".

Het besef: "ik heb een ego-identiteit, ik ben mijn ego niet"

Oorzaak-gevolg

Zodra je in de gaten hebt dat je gevangen dreigt te raken in het proces van self-importance kun je een keuzemoment inbouwen.

Stel je voor je komt iemand tegen waardoor jij je arrogant en neerbuigend behandeld voelt.

Laten we hem 'mijn kleine tiran' noemen, want zoals we zullen zien maak ik hem zelf tot tiran.

De metaboodschap van zijn/haar gedrag wordt door mij gelabeld als: "jij bent onbelangrijk"

Ik identificeer me met een gedeelte in mezelf: 'de opstandige'.

En dat is het teken!

Ik ga eerst 3^e positie:

en ik denk: aha, Guus is geïdentificeerd, kijk maar naar zijn verontwaardiging. De ander drukt op zijn 'egoknop' en hij slaat wild om zich heen. Daarmee geeft hij zelf de kleine tiran de macht over hem.

Dan ga ik 2^e positie:

In de positie van de kleine tiran ervaar ik dat mijn gedrag voortkomt uit mijn eigen kwetsbaarheid. Ik maskeer mijn onzekerheid. Zijn gedrag heeft als effect dat ik nog meer afstand neem.

In 1^e positie besef ik dat ik een keuze heb, snap ik nu dat dit gedrag van hem niets over mij zegt, Ik haal een paar keer diep adem en lach vervolgens over de hele toestand.

Ik heb de ban gebroken.

In sommige kringen wordt NLP gepresenteerd als *de* methode voor succes:

Denk jezelf tot miljonair.

Je kan het!

Al te simpel is mijn eigen ervaring.

En bovenal ontbreekt het deze stroming aan 'humbleness'. Naar mijn mening een noodzakelijke voorwaarde voor werkelijk meesterschap. Voorwaarde voor een ecologische samenleving.

De laatste ontwikkelingen in NLP die we afgelopen jaren met Robert Dilts verkend hebben gaan over identity change en evolutionary change, awakening op het hoogste logische niveau.

Het nadenken over persoonlijk meesterschap als een ecologische manier leven, past wat mij betreft in deze ontwikkeling.

Het betoog dat ik gehouden heb kun je zien als een aanzet voor een roadmap voor persoonlijk en ecologisch meesterschap. Want uiteraard valt daar nog veel meer over te zeggen.

Met NLP als concretiserende taal, en met de modellen en technieken van NLP is het mogelijk ons eigen pad te volgen naar persoonlijk meesterschap: NLP als een methode voor levenskunst.

Ik wens jullie een avontuurlijke reis op weg naar je eigen meesterschap. Moge die reis zo boeiend zijn dat je nooit de behoefte voelt te arriveren.

Ik wens jullie een inspirerend congres.