
Tussen zin en zakelijk: spiritualiteit als basis voor liefdevol vakmanschap

door Frank van der Mijn en Ans Tros

Gepubliceerd in: Nederlands Tijdschrift voor Coaching, nr. 4, december 2007
(visieartikel)

Veel coaches zijn het, anderen dóen het, vrijwel iedereen lijkt het te willen worden en allemaal hebben we er een visie over: spiritueel zijn. Het begrip spiritualiteit is hot, maar klinkt nog steeds erg onzakelijk. Aan het woord ‘zingeving’ daarentegen zijn we in het coachingsvak langzamerhand wel gewend. Waar komen deze begrippen bij elkaar, en hoe belangrijk is het om de uitoefening van ons vak te bouwen op een zingevend en spiritueel fundament? Een paar gedachten vanuit de redactie.

‘Zingeving’ betekent wat het zegt: het geven van zin (of betekenis) aan iets. Door je af te vragen of de dingen die je doet zinvol zijn of voelen en bijdragen aan de kwaliteit van je leven, ben je met zingeving bezig. Er zullen weinig coaches zijn die hun vak niet vanuit een of ander zingevend kader vormgeven. Voor de één draagt coaching bij aan de ontwikkeling van mensen, voor de ander aan het welzijn van de klant. Voor weer andere coaches gaat het om de verbinding tussen persoon en werk, of om verbinding tussen missie en praktijk. Zingeving kan in talloze richtingen en vormen tot uiting komen. Met het wegvallen van maatschappelijke en religieuze kaders wordt het begrip in toenemende mate individueel geïnterpreteerd. En terwijl dit enerzijds kan leiden tot een woud aan interpretaties en duidingen, levert het anderzijds een rijkdom aan mogelijkheden op.

Lastiger vinden we het om het begrip spiritualiteit te definiëren. In de zakelijke dienstverlening wordt het snel gekoppeld aan zweverigheid en New-Age-achtige praktijken. Van origine staat het begrip voor het onstoffelijke, het geestelijke, dat wat we niet kunnen zien en beetpakken, maar wel kunnen voelen en ervaren. Het komt van het Latijn *spiritus*, wat ‘geest’ betekent: de voelende, denkende en wilskrachtige mens. Dit niet-tastbare aspect van het menszijn wordt reeds sinds de oude Grieken tegenover het (tastbare) lichaam geplaatst. Daarmee zijn we gewend geraakt aan een dualistisch principe: de mens wordt niet als één geheel opgevat, maar bestaat uit twee polariteiten: de geest en het lichaam. Overigens betekent *spiritus* ook adem, en je zou kunnen stellen dat hierin lichaam en geest juist samenvallen in één vloeiende (adem)beweging.

Dualiteit

Tegenwoordig wordt de dualiteit steeds verder uitvergroot, bijvoorbeeld omdat veel mensen spiritualiteit vooral opvatten als het los willen komen van de dagelijkse beslommingen. Met het teloorgaan van onze kerkgang en onze blijvende behoefte aan antwoorden zijn er veel spirituele stromingen actief om aan dit verlangen tegemoet te komen. Via cursussen biedt de één verlichting, de ander bevrijding van pijn en de volgende direct contact met het hogere. De goede niet vergetend, resulteren veel stromingen in een zekere onaardsheid en zweverigheid. In de wens verlicht te willen worden, vergeten we vaak de grond onder onze voeten.

Anderzijds zien we toch ook in toenemende mate de behoefte bij mensen om dualiteit juist te willen opheffen, niet door pijn te vermijden, maar juist door deze te doorgronden en ons ermee te verbinden. De zoektocht naar verbinding en eenheid kan alleen vorm en inhoud krijgen als we de verbinding met het lichaam maken. Laten we spiritualiteit daarom een bij deze behoefte én deze tijdsgeest passende definitie geven. Wat dacht u van: *‘De intentie om lichaam en geest tot eenheid te brengen’*? Meer toegespitst op het vak van coaching kunnen we spiritualiteit definiëren als *‘De intentie om de ander in contact met lichaam en geest te faciliteren bij diens vraag of dilemma.’* Het contact met lichaam en geest betreft natuurlijk zowel coach als cliënt.

Spiritueel begeleider

Een coach heeft een belangrijke opdracht, namelijk de cliënt te faciliteren in diens zoektocht bij het vinden van algemeen menselijke en individuele antwoorden op diens vraag. Het maakt feitelijk weinig uit of die vraag beroepsmatig of persoonlijk is; onder elke vraag zit een verlangen naar verbinding: met werk, mensen, de eigen inspiratie, vermogens en kwaliteiten. De enige wijze waarop de coach die verbinding tot stand kan helpen brengen, is als hij of zij zichzelf kan verbinden met (de vraag van) de cliënt. Feitelijk is de coach hiermee automatisch een spiritueel begeleider. Wat zijn de belangrijkste ingrediënten hiervan?

Allereerst vraagt het van de coach het vermogen om zichzelf liefdevol te onderzoeken en te vergeven zodat hij zichzelf steeds beter leert kennen. Dat is vooral mogelijk als hij of zij de eigen kwaliteiten en vermogens omarmt en tevens dat onderzoekt wat nog onverwerkt is, onaf lijkt, pijn of verdriet doet of weerstand oproept. Als een coach niet met compassie de eigen feilbaarheid kan ontvangen, zullen er tevens belemmeringen zijn om die van de cliënt met open armen te verwelkomen. Het bijzondere is dat je steeds de klanten krijgt die je eigen ontwikkeling in dit opzicht weerspiegelen en die passen bij jouw ontwikkelingsniveau.

Ook vraagt een spirituele grondhouding van de coach – voor zover die het eens is met onze definitie – het (verder) ontwikkelen van lichaamsbewustzijn. Vanuit opgebouwd bewustzijn kan het mogelijk worden om ook meer vanuit het lichaam te leven en te reageren. Dan wordt de omgang met een cliënt niet slechts een kwestie van meedenken en –analyseren, methoden inzetten en modellen bespreken, maar vooral ook voelen en reageren vanuit de signalen die het lichaam tijdens de ontmoeting afgeeft. Gevoelens, emoties, angst, twijfel, terugtrekking, lijfelijke spanning, maar zeker ook verruiming van het gevoel en de adem, het open voelen gaan van het hart en het ervaren van rust: het zijn allemaal fysiek gewortelde signalen die aangeven dat er ‘iets gaande is’ en aandacht behoeft, of juist iets wordt losgelaten. Wanneer een coach zowel kan werken vanuit geestelijke als lichamelijk bewustzijn, dan heeft de coach een bron van rijkdom voor zichzelf en de cliënt ter beschikking.

Overgave en innerlijk weten

Bij spiritualiteit hoort ook overgave. En terwijl compassie, zelfkennis en lichaamsbewustzijn nog wel ontwikkelbaar zijn, valt ons bij overgave niets anders te doen dan ons toe te staan het niet te weten. Voor een coach kan dit erg moeilijk zijn; er ligt immers een verantwoordelijkheid op diens schouders, een opdracht die vervuld moet worden, doelstellingen die behaald dienen te worden, een opdrachtgever die over de schouders van de gesprekken mee lijkt te kijken. Toegeven dat die spanning er is, is al een eind in de goede richting. De antwoorden ontvouwen zich echter niet gemakkelijk als er vanuit spanning wordt gewerkt, al komen veel mensen volgens eigen zeggen tot 'de beste prestaties' als zij onder druk staan.

Het zou interessant zijn om te onderzoeken wat er ontstaat vanuit overgave, vanuit leegte, vanuit het niet-weten. Dat is niet hetzelfde als achteroverleunen en afwachten tot het komt. In het begrip overgave dient zich de paradox aan van actief nietsdoen. Het is de kunst om het verlangen naar een antwoord te voelen en erop te vertrouwen dat het zich vanzelf aandient, zónder dat daar een andere inspanning voor nodig is dan open te staan voor de komst ervan. De vooronderstelling dat de cliënt zelf diens eigen antwoorden kan vinden, is hierbij nuttig maar vraagt ook ervaring en vertrouwen. Het loslaten van de behoefte om te helpen of te redden is voor veel coaches lastig, vooral ook omdat er vaak zo'n groot appel wordt gedaan door de cliënt om antwoorden te krijgen van de coach.

Wie de ervaring heeft om vanuit liefde en overgave aanwezig te kunnen zijn, weet dat zich hierin de eenvoud van het bestaan ontvouwt. Er vormt zich een vanzelfsprekend vertrouwen van waaruit de cliënt zich veilig kan ontwikkelen. Methoden en technieken zijn dan niet meer het belangrijkste: die bieden weliswaar een ingang tot ontwikkeling, maar beperken het vrije onderzoek evenzeer. Is er in het samenzijn van coach en cliënt compassie en vertrouwen (als uiting van overgave), dan loopt het bijna vanzelf. Een coach toont dan vakmanschap doordat hij intuïtief weet wanneer hij iets moet doen of juist laten. Hóe dat werkt is van minder belang dan dát het zo werkt. Een ervaren coach kan zijn handelen achteraf onderbouwen. Is hij spiritueel in de hier beschreven zin, dan vloeit zijn handelen voort uit de verbinding met zijn lichaam, intuïtie en innerlijk weten.

Het 'hoogtepunt' van zingevende spiritualiteit ligt wellicht in de vrijheid om vanuit de eigen innerlijke ruimte te kunnen kiezen. In de afstemming op dat wat er binnenin de coach leeft kan hij of zij in vrijheid de juiste afstemming met de cliënt vinden.

Intuïtie en innerlijk weten vormen belangrijke aspecten van een op loslaten en ontwikkeling gerichte coach. Het zijn tevens de kwaliteiten en zijnsgebieden die het minst grijpbaar lijken te zijn. Terwijl intuïtie een combinatie is van ervaringsdeskundigheid, vertrouwen op eigen fysieke en andere signalen en openheid voor het proces van de ander, ontstaat innerlijk weten als die intuïtie is gekoppeld aan overgave. In het vertrouwen dat antwoorden kunnen ontstaan in het niemandsland van de open en liefdevolle ontmoeting tussen coach en cliënt, openbaart zich een schat aan wijsheid die beiden voedt in een wederzijds leerproces.

Zakelijke zin

Laten we tot slot terugkomen bij beginvragen in dit artikel. Waar spiritualiteit en zingeving samenkomen is wel duidelijk, maar past het in de kaders van zakelijke dienstverlening? Als

we spiritualiteit (blijven) beschouwen als iets wat men in de eigen tijd, de kerk of de weekendgroep beleeft, dan komen zin en zakelijkheid moeilijk samen. Dan ervaren we het als iets wat de doelstellingen van een traject beïnvloedt met niet ter zake doende (vage?) argumenten en levensvisies. Op deze wijze houden we de dualiteit in stand, want ergens in zijn of haar denksysteem maakt de coach dan onderscheid tussen de intentie van het coachen en andere levensgebieden. Natuurlijk kan het zo zijn dat noch de coach, noch de cliënt in expliciete zin iets met spiritualiteit hebben; in dat geval hoeft er ook geen strijd gaande te zijn. Maar vanuit onze optiek laten beiden wel iets liggen op het terrein van zin- en betekenisgeving.

Wij denken dat coaching en zingevende spiritualiteit uitstekend samengaan. Het paradoxale doet zich zelfs voor dat beide in de kern van de zaak onscheidbaar zijn. Wie vanuit compassie en oprechte belangstelling voor de ander aanwezig kan zijn, hoeft het helemaal niet over spiritualiteit te hebben. Dan wordt het een vanzelfsprekende grondhouding van waaruit men leeft en dus werkt. Dan kunnen de gesprekken zich schijnbaar uitsluitend richten op professionele en functionele doelstellingen en kunnen zelfs tal van modellen en methoden ter tafel komen. Een coach die op basis van liefde en respect een cliënt tegemoet treedt, heeft het begrip spiritualiteit niet nodig. Want zoals we niet dagelijks hoeven te zeggen dat we mens zijn, hoeven we ons evenmin aan te duiden als spiritueel of atheïst. Coaching, zingeving en spiritualiteit kunnen één en hetzelfde zijn en blijken uit de grondhouding van waaruit, en de kwaliteit waarmee, de coach werkt.