

**Ditri Zandstra (Anthos) - Altijd op zoek naar evenwicht
(13/05/2014)**

Een meesterpreek... dat roept verwachtingen op over meesterschap en preken. Ik pretendeer geen meester te zijn maar wil vandaag graag wel met jullie delen wat een thema in mijn leven is gebleken en waar ik veel vrienden, collegae, systemen en bedrijven mee zie worstelen en dat is niet voor niets. Mijn thema is evenwicht. Evenwicht - en daarmee de verbinding - tussen hart en hoofd, macht en wijsheid, actie en rust, lijkt de kern van ons zoekende bestaan te vormen. Maar hoe vind of hervind je het?<

'Evenwicht is het opzoeken van verschillen in het leven'

Evenwicht, balanceren, het gebrek eraan en het streven ernaar, na vandaag zal je hopelijk zien dat je het overal tegenkomt. Daarnaast zou ik in deze meesterpreek graag willen verbinden. Mijzelf met jullie, jullie met je eigen thema en eigen meesterschap. En natuurlijk met de vraag waar we evenwicht kunnen vinden in de systemen om ons heen en wat onze eigen rol hierin is of kan zijn.

In China en Japan wordt het yin/yang genoemd. In India hebben ze Ayurveda en yoga om middels voeding, houdingen en meditatie in evenwicht of balans te raken. We zoeken de natuur op om rust en inspiratie te vinden, of vinden reflectie, contemplatie, verbinding en zingeving bijvoorbeeld in het mediteren, bidden en het geloof. De mens is altijd al op zoek naar evenwicht. Wat maakt het toch zo moeilijk en is het inderdaad zo belangrijk?

Het is niet alleen de kracht en activiteit van het zenuwstelsel die de mens in staat stelt te lopen, het is ook het evenwicht. Evenwicht geeft de mens diepgang. Het is niet de rede alleen of juist de verbeelding; het is het evenwicht tussen beide dat de mens diepzinnig maakt. Evenwicht tussen hart en hoofd, tussen macht en wijsheid, tussen actie en rust. In evenwicht kan het uiterlijke en innerlijke leven ervaren worden en kun je genieten van de wereld van het denken en het handelen. Voor mij is evenwicht het opzoeken van de verschillen in het leven en dat uitbalanceren. Geen winst zonder verlies, geen diep gevoel van geluk zonder verdriet, geven en nemen, praten en luisteren, evenwicht tussen ego en ziel. Dat betekent dat je best uit evenwicht mag zijn als je dan maar weet wat je in de kern weer in evenwicht brengt.

We worden constant uit balans gebracht; door een ander, het verkeer, de reclames, impulsen van social media, e-mail, hard werken met veel ongeschreven regels hoe je je dient te gedragen, hoge druk en grote huizen, vaak het uiterlijke leven dus. Het is niet voor niets dat we daarin de balans verliezen wat leidt tot burn-outs, machtsmisbruik, agressie. Als alles in je leven naar buiten is gericht, word je steeds wankeler en afhankelijk van waardering en bevestiging. Je kunt de hele dag op een podium staan en je identiteit verbinden aan je sociale status, als professional of als ouder. Maar daarbij raak je al snel uit evenwicht omdat je niet verbonden bent met je kern.

Evenwicht heeft heel veel te maken met verbonden zijn met jezelf en de ander. Het gaat in essentie niet om het verkrijgen van evenwicht, maar het behouden ervan, omdat het er feitelijk al is. Leven is beweging. Evenwicht behouden is onderdeel van die beweging. Volledig evenwicht is stilstand. Evenwicht geeft diepgang en dat proces duurt een leven lang, laag voor laag afpellen en daarbinnen evenwicht vinden. Ik zal proberen dit aan de hand van mijn eigen leven te illustreren. Niet dat mijn leven zo interessant is maar ik vind het belangrijk niet abstract te blijven zodat het voor u tot de verbeelding spreekt.

De eerste twintig jaar waren vrij onbezorgd, naar buiten gericht. Doen waar je goed in bent, plezier maken, erbij horen, soms bewuste, soms onbewuste keuzes maken, mezelf ontdekken. Tussen de twintig en dertig heb ik vooral gewerkt aan het leggen van een fundament, carrière, vaardigheden, cv opbouwen, eerste huis, reizen, uitgaan, vriendjes en natuurlijk vriendinnen. Naast bezit en vaardigheden begon ik na te denken over mijn energie en voorkeuren, waar wordt ik nu echt blij van - wie heeft niet eens wat zelfpsychologie van Jung gedaan, MBTI, Insight, Management Drives.... Een mooie manier om voorkeuren te benoemen en te begrijpen waar bepaald gedrag, worstelingen en ontwikkelingen in dit gedrag vandaan komen. Het brengt evenwicht omdat je hierop kunt inspelen, doorhebt dat je uit evenwicht raakt en duidelijk wordt welke gedragingen je dan vertoont en hoe je de verbinding met anderen hierin kunt maken.

In de fase tussen dertig en veertig werd het uitdagender; een balansoefening in mijn ontwikkeling als professional, moeder, vriendin, vrouw. Erachter komen welke dingen ik had aangeleerd die eigenlijk niet bij mij hoorden. Maar vooral.. als ik die lagen en rollen afpelt, wat houd ik dan over, vanuit welke kern handel ik, wat is mijn echte identiteit?

Van 2008 tot 2010 was daarin een belangrijke fase. In de overname van ABN AMRO door Fortis merkte ik dat mijn gevoel van integriteit en drijfveren niet meer aansloten en ik besloot ontslag te nemen. Ik vond een baan in het zuiden van het land, bij een Amerikaans bedrijf waar mijn waarden regelmatig overschreden werden. Heel leerzaam want ik bleef in eerste instantie vanuit mezelf handelen maar ging steeds harder werken om het systeem proberen te veranderen. Mijn gezin trok aan me en ik was uit evenwicht in een systeem dat ook duidelijk uit evenwicht was. Getuige hier het schilderij dat een collega van me destijds maakte, alles draait in dit beeld om balans. Ik nam na twee jaren ontslag en startte bij een UMC. De zorg is een fantastische sector met gedreven, gepassioneerde mensen en alles wat je kunt bijdragen doet er echt toe, ik probeerde verbinding te maken tussen subsystemen en hervond mijn eigen evenwicht omdat ik voelde dat ik waarde toevoegde in iets dat er echt toe deed.

Nu werk ik bij een familiebedrijf dat in de kern in balans gehouden wordt door paradoxen die steeds weer voor evenwicht zorgen - tussen korte en lange termijn, tussen generaties, tussen warm pragmatisme en professionele standaardisatie, tussen centralisatie en decentralisatie. Hier voel ik de verbondenheid tussen mijn waarden en de waarden van het systeem of de cultuur, vanuit dat fundament kun je floreren omdat er synergie aanwezig is, als een puzzelstuk in een puzzel.

Tijdens die stappen tussen culturen, systemen en levensfasen ben ik dieper gegaan in het afpellen van mezelf en de schijnbare tegenstellingen bij mezelf. Pas nu ken ik de tegenstrijdigheden in mijn eigen karakter die allemaal aandacht moeten krijgen, een soort sub-persoonlijkheden. Vroeger voelde het wel eens als schizofrenie om verschillende kanten aan jezelf te ontdekken die soms tegenstrijdig zijn, ik weet niet of u dat herkent? Ik ben er ook achter gekomen dat er wat ik doe en wie ik ben los staat van elkaar. Door dit in mijn dagelijkse leven te verwerken, lukt het me meestal in balans te blijven en voldoende naar buiten te kunnen geven en weer op te laden en mezelf te inspireren. Een aantal maanden geleden heb ik deze sub-persoonlijkheden voor mezelf uitgewerkt:

Een deel van mij dat die de basis vormt, met liefde, vriendschap, huiselijkheid, zachtheid

Een deel van mij dat verbinding maakt, met mensen, via yoga, in de natuur wil zijn, eindeloos vertrouwen voelt

Een deel van mij dat resultaatgericht is, soms competitief, heel hard werkt, waarde toe wil voegen, carrière wil maken, me wil onderscheiden van anderen, iets wil bereiken

Een deel van mij dat veel te veel geld uitgeeft, ervan houdt uit eten te gaan, tot diep in de nacht te dansen en het leven te vieren tot in de haarvaten

En het deel dat spiritueel wil leren, constant wil leren en geïnspireerd wil worden. Dat probeert het leven te begrijpen, wijsheid wil vergaren, wil reizen en ontdekken

Zoals je misschien hoort is dit soms letterlijk een strijd en niet altijd eenvoudig om elk deel te voeden. Strijd tussen hardheid en zachtheid, naar buiten gericht of naar binnen gekeerd. Toch is dat precies waardoor ik in evenwicht blijf. Ik deed dat vaak onbewust maar kan dat sinds kort door de dag doen doordat ik een beeld en een gevoel heb gekregen bij deze delen, letterlijk weet waar de energie zit in mijn lijf. Door yoga, een lang weekend met mijn vriendin naar Ibiza, het liefkozen van mijn man en kinderen, wandelen in de natuur, vol inspanning en scherp te werken naar een verbetering, presentatie of gesprek. Ik kan iedereen aanraden hier voor zichzelf een schets van te maken, ook dit is een ontdekkingsreis die gaat over jezelf en niet over wat een ander van je verwacht. Zo blijf je jezelf voeden en kun je blijven geven aan je omgeving.

Het innerlijk leven is een reis, de reis tussen geboorte en dood. Geen gehechtheid moet je tegenhouden, geen genoegen je teruglokken, het evenwicht tussen het doel en de weg ernaar toe. Voor mij is het gedicht dat dit tot uitdrukking brengt Ithaka, van Konstantínos Petros Kaváfis, een nieuwgriekse dichter (1933). Misschien kent u het.

Ithaka

Als je de tocht aanvaardt naar Ithaka
wens dat de weg dan lang mag zijn,
vol avonturen, vol ervaringen.
De Cyklopen en de Laistrygonen,
de woedende Poseidon behoef je niet te vrezen,
hen zul je niet ontmoeten op je weg
wanneer je denken hoog blijft, en verfijnd
zolang een zeldzame emotie je hart, ziel en lijf beroert.
De Cyklopen en de Laistrygonen,
de woedende Poseidon zul je niet aantreffen

tenzij je ze in je eigen geest meedraagt,
en je geest hen gestalte geeft.

Wens dat de weg lang mag zijn.

Dat er veel zomermorgens mogen komen
waarop je, met grote vreugde en groot genot
zult binnenvaren in onbekende havens,
pleisteren in Phoenicische handelssteden
om daar aantrekkelijke dingen aan te schaffen
van parelmoer, koraal, barnsteen en ebbehout,
ook opwindende geurstoffen van alle soorten,
opwindende geurstoffen zoveel je krijgen kunt;
dat je talrijke steden in Egypte aan zult doen
om veel, heel veel te leren van de wijzen.

Houd Ithaka wel altijd in gedachten.

Daar aankomen is waarvoor je bestemd bent.

Maar overhaast je reis in geen geval.

't Is beter dat die vele jaren duurt,
zodat je als oud bent als je bij het eiland aankomt
rijk aan alles dat je onderweg verwierf,
zonder te verwachten dat Ithaka je rijkdom schenken zal.
Ithaka gaf je de geweldige reis.
Zonder Ithaka was je nooit vertrokken,
ze heeft je niets meer te bieden.

En vind je het er wat pover, Ithaka bedroog je niet.

Zo wijs geworden, met zoveel ervaring, zul je al
begrepen hebben wat deze Ithaka's beduiden.

Nu, na veertig jaar ben ik natuurlijk niet klaar maar kan ik meer geven dan nemen. De eerste veertig om het te begrijpen en af te pellen, de tweede veertig om te geven, te vieren en door te natuurlijk te blijven leren – niet toevallig thema's die De Nieuwe Poort als fundament heeft.

'We zijn onafhankelijk van het systeem als we in evenwicht zijn'

Ik doe dit nog niet zoveel als ik zou willen, ook weer om de evenwicht te kunnen blijven bewaren. Allereerst probeer ik in mijn rol als professional een bijdrage te leveren in het verbinden van mensen, waarde toe te voegen in de ontwikkeling van mensen, de dienstverlening naar cliënten en het stimuleren van nieuwe ontwikkelingen zoals impact investing, sociaal ondernemerschap, bestendigheid. Ik denk dat consistentie en authenticiteit daarin cruciaal is, als het niet echt is voelt iedereen dat. Toen ik ooit vrijwilligerswerk bij Moeder Theresa deed realiseerde ik me dat je geen vrijwilligerswerk of iets heel groots hoeft te doen om iets bij te dragen aan de wereld. Juist door vanuit je dagelijkse rol als professional, moeder, vrouw, vriendin met de beste intenties te leven en te werken kun je hopelijk mensen met meer plezier naar hun werk laten gaan en het beste uit zichzelf laten halen of energie en vertrouwen te geven aan degene van wie je houdt. Ik probeer steeds vanuit mijn rol en verantwoordelijkheden te werken, niet vanuit de hiërarchie. Vanuit beweging, leren en vertrouwen en niet vanuit angst of wantrouwen. Het afgelopen jaar heb ik meegedaan aan een traject van Jinc om meiden van het ROC te begeleiden in een programma 'Ondernemen', geweldig initiatief! En natuurlijk het evenwicht te bieden aan mijn gezin en aan mijn vriendinnen, oud-collegae. Ik hoop dit in de toekomst uit te breiden maar daar heb ik de komende 40 jaren nog voor en kan natuurlijk ook in hele kleine, dagelijkse dingen zitten...

Waarom hier tijdens de meesterpreek een pleidooi voor evenwicht? Mijn verhaal is daarin slechts een illustratie, waarin ik hoop iedereen aan te moedigen het evenwicht in zichzelf te behouden. Omdat er zoveel systemen uit evenwicht lijken zijn. Het gebruik van natuurlijke grondstoffen, consumptie, de verdeling van rijk en arm, een aandelenmarkt dat ooit is opgezet om de contante waarde van toekomstige geldstromen te vertegenwoordigen maar heeft geleid tot het managen van kwartaalcijfers en een bedrijf dat gericht is op slechts één groep belanghebbers, namelijk de aandeelhouder... Per definitie uit evenwicht.

We leven regelmatig op een podium en het is zo verleidelijk ons te verbinden met een rol en in een systeem, waardoor het echte evenwicht moeilijk te handhaven is en we snel zullen meegaan in dat systeem, met alle risico's van dien. Wanneer we in evenwicht zijn, zijn we onafhankelijk van het systeem, een gevoel van vrijheid en diepere waarden. Dan kan ik mijn verantwoordelijkheid nemen

door naar de echte oorzaak, de root cause van een probleem te kijken en dit aan te pakken. Dat ligt vaak dieper dan het probleem of verschijnsel aan de oppervlakte. Als een probleem naar boven wordt gebracht door de media of een crisis zoals in de Financiële wereld hoeven we als instantie niet regeldruk te creëren om zo onszelf in ieder geval vrij te kunnen pleiten. Terwijl we op dergelijke posities de verantwoordelijkheid dragen om het echte probleem te doorgronden en aan te pakken, in ieder geval verbinding met allerlei partijen te zoeken om het probleem te analyseren en meerdere scenario's samen te bekijken. Dat is kwetsbaar maar mooi!

Omdat ik niet met mijn positie in het systeem bezig ben maar sta, als mens, met mijn waarden, voor de verantwoordelijkheid die ik in deze rol draag. Dat is een wezenlijk verschil. We hebben gezien dat grote leiders dat kunnen, uit een systeem stappen en zelf handelen naar het beste van zijn of haar kunnen en vanuit een enorme bezieling. En dat raakt iedereen.

Gelukkig zijn die initiatieven dagelijks om ons heen, neem impact investing of sociaal ondernemerschap waarbij rendement en toegevoegde waarde voor alle partijen wordt geboden. En er een natuurlijk evenwicht ontstaat. Of simpele voorbeelden waarin scholieren in de Pijp oorlogsverhalen horen van ouderen waarbij beide geïnspireerd raken. We hebben allemaal dagelijks een keuze en ik hoop jullie vandaag te hebben kunnen inspireren op zoek te gaan naar je eigen evenwicht en meesterschap zodat we met elkaar de systemen ook in evenwicht kunnen houden of brengen.