

Voorwoord

Door middel van dit boek probeer ik een bijdrage te leveren aan het vergroten van het inzicht in de problematiek van deze tijd: gebrek aan zelfkennis door onvoldoende innerlijke groei. Het leven nu, en meer nog in de komende jaren, vraagt om een andere levenshouding, want de groei van de welvaart is eindig en de behoefte aan welzijn schreeuwt om aandacht. Het proces van innerlijke groei krijgt in de wereld van vandaag niet de aandacht die het verdient. Het werken aan die persoonlijke groei is wel noodzakelijk om gezond en gelukkig in het leven te kunnen blijven of te komen staan. De kwaliteit van het latere leven wordt sterk beïnvloed door de mate waarin iemand zichzelf kent. Hoe eerder je weet wie je bent hoe meer levensvreugde je als individu kunt ervaren.

De aanleiding voor het schrijven van het boek heeft zich de afgelopen jaren geleidelijk ontwikkeld en werd concreet toen ik de overeenkomst tussen de problemen binnen bedrijven, in de politiek, het onderwijs en de gezondheidszorg begon te doorzien. Binnen de onderneming waar ik werkte werden met enige regelmaat veranderingsprocessen opgestart, die zoals bij de meeste andere bedrijven en instellingen, vaak eindigden in teleurstellingen. Na verloop van tijd werd de oorzaak voor mij steeds duidelijker: leidinggevenden op verschillende niveaus missen in veel gevallen de vereiste interpersoonlijke vaardigheden. Zij kennen zichzelf onvoldoende en zijn daardoor onvoldoende in staat om adequaat te reageren op wijzigende omstandigheden en veranderingen die inherent zijn aan de tijd waarin we leven.

Dezelfde problematiek speelt zich af in de politiek, bij overheidsinstellingen en, in het klein, binnen gezinnen. We worden aangesproken op vaardigheden waar we in onvoldoende mate over beschikken en we zijn ons daar onvoldoende van bewust. Dit verschijnsel tekent het beeld van de situatie waarin veel mensen dagelijks in verkeren. Drukke, zorgen en onrust kleuren het beeld verder in en belasten mensen nog meer. We hebben niet of in onvoldoende mate geleerd om een juist beeld van onszelf te vormen en zo leven we het leven van anderen zonder dat we het zelf doorhebben. We doen werk dat niet echt bij ons past en we leven ongezonder dan we in de meeste gevallen zelf willen. We kennen onszelf onvoldoende en we hebben ook niet geleerd om dat verkenningsproces zelf te doorlopen. We zijn vreemden voor ons zelf.

Omdat ik de gevolgen van onvoldoende of gebrekkige zelfkennis overal waarnam, leek het mij zinvol mijn gedachten over dit onderwerp vast te leggen. De onderwerpen in dit boek gaan zowel over jou als over mij. Het enige verschil tussen mensen is wellicht de mate waarin ze in staat zijn om de samenhang tussen innerlijke groei en geestelijk en emotioneel welzijn te doorzien en te begrijpen.

We kunnen zelfkennis vergroten door alle versturende beelden en overtuigingen die in ons ontstaan en bestaan te onderzoeken en zo tot de rustgevende conclusie komen dat veel van die overtuigingen voortkomen uit conditioneringen die in onze jongste jaren ontwikkeld zijn. De wijze waarop we naar onszelf, anderen en de wereld om ons heen kijken, is in onze kindertijd bepaald. De kwaliteit van die beelden, de scherpte, de mate van vervorming en de kleurgetrouwe weergave, ze werden allemaal bepaald door de omstandigheden waaronder de beelden vorm kregen. Een ding is zeker: jij noch ik bepaalde die condities, dat waren anderen.