

Adriaan Bekman

# Piloot zijn van je eigen levensreis

*Acht wegen naar een vervuld leven*



cichorei

Bekman, Adriaan

Piloot zijn van je eigen levensreis ; acht wegen naar een vervuld leven /  
Adriaan Bekman – Amsterdam: Cichorei

[www.uitgeverijcichorei.nl](http://www.uitgeverijcichorei.nl)

© 2016 Adriaan Bekman

ISBN 978 94 91748 55 4

Redactie, omslagontwerp, layout en zetwerk: Jaap Verheij

Schilderijen: Adriaan Bekman

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

*No part of this book may be reproduced in any form, by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the publisher.*

# Inhoud

<i>Piloot zijn van je eigen levensreis: een metafoor</i>	7
Inleiding	11
1 Schep je persoonlijke gemeenschap die je draagt	15
2 Ondersteun de ander in het nemen van de volgende stap in de persoonlijke ontwikkeling	21
3 Verander je eigen sturende opvatting om een nieuw veld van ervaren binnen te komen	25
4 Creëer een proces voor iets nieuws dat in je leven kan gaan plaatsvinden	31
5 Ondersteun een goede blijvende gezondheid van je lichaam en ziel	35
6 Leid je eigen biografie vanuit je eigen individuele impuls	41
7 Verbind je met jouw goede leraren die een voorbeeld voor je waren en eer ze	47
8 Geef jezelf persoonlijke doelen en realiseer ze	53
Tot slot	57

## Piloot zijn van je eigen levensreis: een metafoor

*Je kunt het sturen van je levensreis zien als het besturen van je eigen vliegtuig.*

*Je vliegtuig heeft vleugels die je laten opstijgen in de ruimte en heeft wielen die je laten neerkomen op aarde.*

*Je reist in ruimte en tijd. Je bent onderweg.*

*Er is een continu vertrekken en aankomen.*

*Je kunt je bestemmingen gaandeweg bewust kiezen en daar naartoe reizen.*

*Jouw vliegtuig draagt bij iedere vlucht die anderen, als de passagiers die belangrijk voor je zijn.*

*Er is jouw verzorging en aandacht voor hen, je neemt ze mee in de avonturen van je leven.*

*Op sommige momenten heeft jouw vliegtuig onderhoud nodig zodat het veilig vliegen kan.*

*Voor iedere vlucht heb je benzine en voeding nodig, ze geven je nieuwe energie.*

*De cockpit is vol met metertjes die je vertellen wat er om je heen*

*gebeurt tijdens de vlucht. Je houdt contact met de verschillende vluchttorens tijdens je vlucht om de goede koers te kunnen blijven volgen.*

*Gedurende je vluchten word je soms geconfronteerd met veranderende windstromen en turbulenties. Ze brengen je vliegtuig aan het schudden. Je moet dan je veiligheidsriem aanhouden en je vlucht aanpassen.*

*Je spreekt met je copiloten gedurende de vluchten en wisselt ervaringen en inzichten uit.*

*Op sommige momenten informeer je de passagiers over de vluchtcondities en over het weer en andere condities op de plaats van aankomst.*

*Gedurende de vele jaren doe je als piloot meer ervaring op en kun je steeds grotere vliegtuigen besturen over langere afstanden.*

*De bakens onder je, waar je langs vliegt, geven je vlucht richting en zorgen voor een goede verhouding tot al het verkeer om je heen.*

*Je kunt op de automatische piloot vliegen, maar op kritieke momenten moet je het vliegtuig handmatig sturen.*

*Je kunt anderen enthousiast over je vliegavonturen vertellen wanneer je eens even rust neemt.*

*Piloot zijn van je eigen vliegtuig geeft je vreugde en opwinding maar brengt soms ook angst en stress.*

*Gedurende de jaren leer je steeds weer nieuwe perspectieven omtrent de kunst van het vliegen.*

*Je voelt dat je de uitdagingen aankan omdat je jezelf steeds weer opnieuw prepareert voor mogelijke verstoringen, oefenend aan de vluchtsimulator.*

*Er bestaat het gevaar van routinegedrag, wat ervoor zorgt dat je niet volledig in contact bent met de werkelijkheid die je ontmoet.*

*Blijf wakker om je heen kijken.*

Geniet van je levensreis!



*Geniet van je levensreis!*

# Inleiding

Worstelen we niet allemaal in ons streven naar een vervuld leven?

Is gelukkig zijn niet ons hoogste doel?

Kunnen we op een vruchtbare manier overweg met het complexe leven dat we vandaag leiden?

Is er plaats voor liefde en respect?

Voel je jezelf vrij of is je ziel bezet?

Dit zijn vragen waarop geen eenvoudige antwoorden kunnen worden gevonden, antwoorden die we kunnen overnemen van anderen en toepassen in ons leven.

We zoeken onophoudelijk naar tips en methoden die ons een succesvol leven en geluk beloven.

Al te vaak echter lukt het ons niet op deze manier dat succes en geluk te bereiken en vast te houden.

Dit zijn vragen waar we zelf mee aan de slag moeten om ons eigen pad naar geluk en vervulling te vinden.

Was het niet Christian Morgenstern die in een van zijn gedichten in *Wij vonden een pad* schreef:



*Wie van het doel niets weet  
kan op de weg niet hopen,  
daardoor zal zijn leven steeds  
in een cirkelgang verlopen.*

*Want gevraagd moet worden  
naar de dingen, aan de stilte eigen,  
en gewaagd moet worden,  
wil men licht verkrijgen:*

*Wie nimmer zoeken ging  
zo vrij, als slechts de mens kan zijn,  
blijft steeds in de betovering  
van de sluiers van de schijn.*

Plato beveelt ons reeds aan om kennis te verwerven en het goede te doen, want alleen dit kan echte vervulling in de ziel bewerkstelligen.

Gebaseerd op mijn persoonlijke ervaring en geïnspireerd door zulke wijze leraren, heb ik acht wegen ontdekt die je kunt zoeken en gaan en die je kunnen brengen naar een vervuld leven. Ik deel graag met jou deze acht wegen die je kunnen helpen de sturende piloot in je eigen leven te worden.



*Je persoonlijke gemeenschap die je draagt*

# 1 Schep je persoonlijke gemeenschap die je draagt

We zijn allen deel van natuurlijke gemeenschappen. Onze familie, ons dorp of regio, ons land, onze religieuze gemeenschap wordt ons geschonken wanneer wij in deze gemeenschappen landen. Deze natuurlijke gemeenschappen zijn gebaseerd op erfelijkheid en ze verschijnen in ons als deel van onze genen die wij van onze voorouders overnamen.

We zijn ook deel van de vele georganiseerde gemeenschappen als klant, als lid en als medewerker. We kozen deze gemeenschappen zelf en we blijven deel van deze gemeenschappen zolang we zelf daartoe besluiten.

De natuurlijke en de georganiseerde gemeenschap zijn twee geheel verschillende gemeenschappen.

De natuurlijke gemeenschap draagt de zin in zichzelf, ze is ons gegeven en wanneer we zouden willen veranderen, kunnen we daarmee de essentie van deze gemeenschap mogelijk tenietdoen. Natuurlijke gemeenschappen houden op te bestaan als ze uitsterven en er geen volgende generaties meer verschijnen. De georganiseerde gemeenschappen bestaat alleen wanneer we die zelf verzorgen en wanneer we ze zelf een zin geven. We kunnen ze binnen stappen en we kunnen ze verlaten.

*Mijn vader Bernard Bekman was priesterstudent, werd journalist, trouwde mijn moeder Stefanie Geuskens. Ze kregen vijf kinderen en ik was de middelste. Mijn vader was een pionier in Public Relations, werkend voor de Nederlandse Staatsmijnen, de Haagse lokale overheid, de Holland America Line. Hij was medeoprichter van het nationale journalistencentrum Nieuwspoor in Den Haag. Hij was een prachtige spirituele man met een grote kring vrienden. Hij stierf op 60-jarige leeftijd aan een verstopte hartader. Mijn moeder leefde nog 28 jaar lang verder voordat zij stierf. Ik werd opgevoed als een katholieke jongen, geschoold door de Jezuiten. Ik studeerde sociologie en bedrijfskunde aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam.*

*Op drieëntwintigjarige leeftijd begon ik mijn werkcarrière bij Shell International. Ik werkte bij de Nederlandse Aardolie Maatschappij en Shell Curaçao. Ik pionierde met organisatieontwikkelingsconcepten en co-creëerde nieuwe interventies zoals projectwerk, managementteam-samenwerking, leiderschapsstijlen. Vanaf mijn dertigste werkte ik achtentwintig jaar bij het pionierende instituut voor organisatie ontwikkeling, het Nederlands Pedagogische Instituut. Sinds twaalf jaar werk ik met 40 collegae in acht landen in het door mij opgerichte instituut IMO, een instituut voor mens- en organisatieontwikkeling. Gedurende al die jaren schreef ik vele boeken en voltooide nog niet zo lang geleden mijn Magnum Opus: 'Bezieling, filosofie van het georganiseerde leven'.*

*Ik trouwde twee keer en ik heb twee dochters en drie kleinkinderen.*

Mijn gehele leven was ik deel van natuurlijke en georganiseerde gemeenschappen.

Ik heb veel personen ontmoet en sommigen van hen werden vrienden voor het leven.

Ik zie mijzelf als een bevoorrecht mens dat de kans kreeg zich te ontwikkelen en bij te dragen.

Deze twee typen gemeenschappen, de natuurlijke en de georganiseerde gemeenschap, beantwoorden niet meer als vanzelfsprekend aan het principe van veiligheid en bescherming. Ze vallen soms uiteen en dan dragen ze ons niet meer. Velen van ons ervaren dit. We ervaren de scheiding, de dood van een geliefd persoon, het verlies van een baan. We worden op onszelf teruggeworpen en moeten een nieuwe basis voor ons leven zoeken.

Het goede nieuws is dat er een derde type gemeenschap voor mens-zijn aan het ontstaan is. Deze gemeenschap noem ik de persoonlijke gemeenschap. Dit is de gemeenschap die wij zelf scheppen en waar wij zelf de zorg voor dragen. Het is de gemeenschap van personen waar ik zelf toe besluit en waar ik mijn gehele leven mee optrek omdat wij samen belangrijke impulsen dragen, gemeenschappelijke ideeën en praktijken realiseren. Het is de gemeenschap van echte vrienden die mijn levensgezellen zijn. We zijn ons niet altijd bewust van het feit dat we al op de een of andere manier een dergelijke gemeenschap hebben gevormd.

In tijden van crisis is dit de gemeenschap waarop je je kunt verlaten. Dit zijn de personen die je kunnen helpen en begeleiden op weg naar een nieuwe werkelijkheid die jouw leven wil vinden. De schoonheid van deze gemeenschap is, dat zij niet gebaseerd is op de oude fundamenteën van bloed en bodem maar dat zij gebaseerd is op karmische verbindingen die wij met elkaar hebben en ontwikkelen.

De persoonlijke gemeenschap ontwikkelt zich vanuit de andere twee typen van gemeenschappen.

Je broer, je collega, je cliënt, je leraar kunnen de personen zijn die vrienden voor het leven worden. Dit gebeurt omdat we een gemeenschappelijke interesse ontdekken, een gemeenschappelijke passie, een gemeenschappelijke fascinatie die ons samenhoudt en die we steeds verder exploreren.

De kwaliteit van deze gemeenschap is dat zij je de ervaring van respect en liefde uit vrijheid kan geven. Je bent niet aan elkaar gebonden vanwege familie, collega zijn of klant zijn. Jij hebt besloten met deze mensen op te trekken en voor hen en voor de relatie met hen te zorgen. En je ervaart dat dit wederzijds is.

### *Jouw onderzoekopgave*

Teken allereerst je natuurlijke gemeenschap, wie is er deel van? Schrijf de namen op van alle mensen met wie je verbonden bent in de natuurlijke gemeenschap.

Teken de georganiseerde gemeenschappen waarmee je verbonden bent als klant, als leverancier, als eigenaar of als medewerker. Wie zijn daar de personen waar je tot nu toe mee verbonden bleef?

Schrijf dan de namen op van hen die je vrienden zijn, je levenskameraden, omdat je een gemeenschappelijke passie, fascinatie, interesse en een gemeenschappelijk zorg hiervoor deelt.

Schrijf voor ieder van deze personen hun unieke kwaliteit en de gemeenschappelijke interesse op.

Als je een of meer van die personen gevonden hebt, dan kan dit het begin zijn van een meer bewuste schepping van je persoonlijke gemeenschap voor jouw toekomst.