

Je levensmissie vinden

Vandamme, R., Je levensmissie vinden. *NLP & Co, Tijdschrift van De School voor NLP*, nr. 4, dec 2001, p. 14-15.

Heb jij het gevoel dat je een leven leidt dat past bij je diepste levenswens?

Heb je het gevoel dat je een zinvol leven leidt?

Voel je je verankert in dit leven, in de samenleving?

Heb je al de juiste job, de juiste bezigheden en de juiste manier van wonen en de juiste relatie gevonden?

Of ben je nog zoekend en twijfelend?

Maslow heeft in de jaren zeventig een studie gepresenteerd waarin hij onderzocht hoeveel mensen er leven op het niveau van zelfactualisatie. Wetende dat zelfactualisatie niets te maken heeft met slim zijn of rijk zijn, vond hij toch maar 2% die aan zijn criteria voldoen. Twee op honderd mensen leven een leven dat ze willen leven, volgens hun eigen hoogste criteria van menszijn: zinsvervulling, enthousiasme, liefde naar anderen, expressie en resultaten.

Twee op honderd, dat wil zeggen dat je wel even moet zoeken.

Het mocht nu juist lukken dat we vorig jaar een drietal studenten hadden in de opleiding die werk wilden maken van hun levensmissie. Ik bedoel, ze voelden zich een beetje verloren in het leven. Ze hadden niet echt het diep gevoel van te weten waar ze hun leven aan wilden wijden. Ze waren niet echt tevreden over wat ze in hun job deden. Het was alsof ze op drift waren. Het zijn van die mensen die met van alles bezig zijn, maar daarin geen rust vinden. Ze engageren zich niet echt. Het laat zich tonen in een gebrek aan beslissingskracht. Ze twijfelen voortdurend of het dat wel is. Als buitenstaander zien wij wel allerlei talenten, maar toch lijken ze daar niet op te bouwen.

Deze drie mensen hebben in het kader van hun eindwerk mensen geïnterviewd die wel goed wisten waar ze mee bezig waren. Vanuit de interviews zijn inzichten gekomen wat de gemeenschappelijke kenmerken zijn van mensen die een gevoel van levensmissie hebben.

En wat blijkt?

Ten eerste hebben deze mensen zelfkennis. Ze hebben een zeer sterk gevoel rond wat hun talenten en identiteit is. Ze weten hoe ze willen zijn en hoe ze in de wereld willen staan. Ze hebben waarden. Ze weten op welke manier ze uniek zijn binnen deze samenleving. Het gaat hier niet alleen over talenten, maar over je zijnswijze, dat diep verankerd ligt in je jeugd. Het is ook het gevoel uniek te zijn. Meer in de zin van kernkwaliteiten, houdingen. Ze weten wat ze aan de wereld kunnen meegeven.

Zelfkennis kan via diverse methoden bekomen worden. Je kunt teruggaan in je levensgeschiedenis en ervaringen zoeken waar je jezelf was. Je kunt jezelf vergelijken met anderen. Je kunt kijken waar je nu goed in bent.

De eerste vraag is dus: wat zijn je talenten? Wat is je zijnswijze? Wat zijn je kernkwaliteiten? Wat zijn je waarden?

Nu blijkt dat er heel wat mensen wel hun eigen waarden kennen, maar toch nog niet het gevoel hebben dat ze in het leven goed geaard zijn. Ze hebben de aansluiting nog niet gevonden met iets dat ze zouden willen doen.

Het tweede kenmerk is daarom belangrijk: de mensen met een gevoel van levensmissie kunnen zeer goed voelen wat bij hen past en wat niet bij hen past. Als ze bijvoorbeeld in aanraking komen met iets, zullen ze een sterk gevoel krijgen: "dit past bij mij". Er komt een duidelijk lichamelijk signaal: JA, dat is het. Niet verwonderlijk dat een student de volgende titel gebruikte: niet zoeken maar vinden. Een levensmissie is niet iets dat je moet zoeken. Je kunt het ook niet maken. Het is een gevoel van enthousiasme dat opwelt omdat je iets tegenkomt dat bij je past. Het is een ontmoeting.

De vaardigheid is dus om opportuniteiten te leren screenen op de gelijkenis met je. Het is te flauw om te zeggen dat je niets vindt omdat er niets is. Er is altijd synchroniciteit voor diegene die ze wil zien.

We hebben dus al twee kenmerken. Maar er is nog een derde. De mensen met een levensmissie voegen de daad bij het woord. Op het moment dat ze iets ontmoet hebben, houden ze dat vast. Dat is in tegenstelling tot de anderen. Er zijn heel wat mensen die wel iets ontmoet hebben, maar ze verbinden er geen beslissing aan. Ze gaan er niet echt voor. Ze beginnen terug te twijfelen of sterker nog: ze vergeten wat ze ontmoet hebben. Hoe komt dat?

Hoe komt het dat mensen de zo waardevolle dingen vergeten? Hoe komt het dat als je op reis in een bepaalde levensstijl beland was, je dat in België terug vergeet? Hoe komt het dat de routine van het dagelijks leven je zo gevangen kan houden?

Er zijn naar ons gevoelen twee mogelijke redenen: ofwel zit er achter je onvermogen een patroon. Een patroon is iets uit je verleden dat je hindert om ten volle voor iets te gaan. Misschien heb je een onbewust denkpatroon dat je het niet verdiend een leven te leiden dat je wilt leiden. Is er een hardnekkig patroon in het spel dat je belet om voor iets te gaan, dan is er eerst een stuk therapie nodig. Je moet eerst inzicht verzamelen in je patroon, het patroon doorbreken, alvorens je vragen kunt stellen over je levensmissie.

Ofwel speelt je hiërarchie van waarden een rol. Sommige mensen ontmoeten bijvoorbeeld een unieke kans om iets anders te gaan doen in hun leven, maar dan moeten ze hun materiele zekerheid opgeven. En de ondergeschikte waarden zijn dan vaak sterker.

Bij mensen met een levensmissie gaat het er anders aan toe. Deze mensen zijn genadeloos assertief om de persoon die ze willen zijn ruimte te geven. Ze zijn rebels. Ze vinden dat ze MOETEN het leven kunnen leiden dat zij willen. Het zijn echte zelfontplooiers die bereid zijn om heel wat op te geven om hun eigen weg te kunnen gaan. Het is misschien een stuk narcisme, maar het is nu eenmaal zo dat als je iets unieks wilt doen, je best niet teveel rekening moet houden met wat anderen ervan denken. Ze denken in de eerste plaats aan hun zaak, de rest van het leven moet zich daar onder schikken.