

Inhoud

De magie van coachen – een inleiding.....	7
<i>Adriaan Hoogendijk</i>	
Ten geleide.....	16
<i>Annelies Kraan</i>	
De eerste letters van authentiek zijn 'au!'.....	19
<i>Roos Vonk</i>	
Magie haal je niet uit jezelf.....	28
<i>Willem Glaudemans</i>	
De verbinding herstellen met je ziel.....	36
<i>Lenette Schuijt</i>	
De stilte van de ziel.....	44
<i>Saskia Teppema</i>	
Thuiskomen bij je verlangen.....	50
<i>Fred Korthagen</i>	
De magie van waarnemen.....	59
<i>Cobi Brouwer</i>	
Verwondering en wijsheid.....	66
<i>Willem Jan van de Wetering</i>	
Magie is er gewoon!.....	73
<i>Arianne van Galen</i>	
Je eigen passie als drijfveer, dat is magie!.....	82
<i>Anje-Marijcke van Boxtel</i>	
Zelfcoaching is de toekomst.....	90
<i>Ans Tros</i>	
Geen verschil tussen jou en mij.....	97
<i>Alex Engel</i>	
Magisch coachen is de paradox doorzien.....	105
<i>Annette Man-Mul</i>	
De stenen bij de bron weghalen.....	113
<i>Frits van Kempen</i>	

Stemcoaching is werken van ziel tot ziel	118
<i>Madeleine Ingen Housz</i>	
Waar twee of drie mensen in mijn naam samen zijn...	126
<i>Henk Coppens</i>	
De magie van het dagelijks leven	133
<i>Nelleke van Luyn</i>	
Ontmoeting is de essentie	138
<i>Alien Verhoef</i>	
Tot slot: het onbenoembare in woorden	145
<i>Annelies Kraan</i>	
Personalia	152
Literatuur rondom coaching en magie	153

De magie van coachen – een inleiding

Adriaan Hoogendijk

Wat is de magie van coachen? Het is een vraag die ruimte biedt voor nieuwe antwoorden, die nog nergens in boeken staan. Een begin van een antwoord ontstaat soms met hikkelen en stotteren. Het zet aan tot dieper voelen en denken – helderder denken of helderder voelen dan gewoonlijk over wat nu precies het geheim is van de magie van ons werk.

Wonderlijke momenten in coaching

Veel coaches vertellen mij over de ervaring dat er vaak iets ‘magisch’ gebeurt in een coachingsgesprek. Zelf heb ik ook die ervaring, honderden keren zelfs, en als ik er met collega’s over spreek, wordt het bijna altijd herkend. Bijvoorbeeld dat er onverwacht iets gebeurt wat achteraf het meest belangrijke moment van het gesprek bleek.

Ook van cliënten krijg je als coach regelmatig te horen welk moment het meest bijzondere was, bijvoorbeeld omdat er toen een cruciaal nieuw inzicht werd geboren. Een inzicht dat juist nodig was voor een volgende stap in het leven of in de loopbaan. Vaak blijkt het te gaan om bijzondere gebeurtenissen in coachingsgesprekken die niet herhaalbaar, verifieerbaar, meetbaar of logisch navolgbaar zijn. Wat buiten deze ‘wetenschappelijke’ termen valt – dat zou je gemakshalve magie kunnen noemen.

Als coach kunnen we in een vreemde positie verkeren. Je hoort bijvoorbeeld jezelf wijze woorden spreken, het komt door je heen als het ware. Meestal lukt het niet om het je achteraf letterlijk te herinneren. Je staat zelf verbaasd. Je krijgt plotseling kippenvel over je rug, armen of benen, en je weet: daar is het weer! Er ge-

beurt iets wezenlijks! Je voelt je plotseling verdrietig worden en het kan even duren voordat je je realiseert dat het niet jouw verdriet is, maar het verdriet van de cliënt, die dat zelf op dat moment misschien nog niet eens kan voelen. Je weet plotseling heel zeker en heel precies wat het probleem van de cliënt is, of wat hij nu nodig heeft. Of het wordt opeens helemaal stil en je vraagt je af hoe dat komt en wat er aan de hand is. Je ziet beelden over wat de cliënt heeft meegemaakt of van mensen uit de omgeving van de cliënt. Of je staat met de cliënt zo in een diepe betrokkenheid samen naar het vraagstuk te kijken, dat bij beiden de tranen over de wangen rollen. Er zijn momenten van 'ontroering' en 'geraakt worden,' of er is sprake van een plotselinge aanval van uitbundig gapen. Of er is plotseling een nieuw idee ontstaan waar je met de coachee bijna rollebollend om moet schateren. Je vraagt je als coach soms af wat er toch in hemelsnaam gebeurt.

Officieel niet verklaarbaar, maar ondertussen is deze magie in menige coachingspraktijk aan de orde van de dag. De cliënt weet niet wat hem overkomt, de coach zelf staat er vaak verwonderd of zelfs beduusd naar te kijken en weet dat dit in geen enkel handboek voor coaches te vinden is. Deze momenten kunnen aanvoelen als existentiële ervaringen, waarin plotseling een eenduidig en vaak eenvoudig geformuleerd inzicht ontstaat over wat er eigenlijk aan de orde is voor de cliënt. Er wordt als het ware een nieuwe waarheid geboren. En tegelijkertijd wordt er een verouderde overtuiging, een innerlijke hindernis, een oud (emotioneel geworteld) mentaal construct losgelaten, opgeblazen of getransformeerd in een nieuwe kwaliteit.

De 'magiër' of 'sjamaan' in onszelf

Al vele jaren vraag ik coaches naar hun geheim als coach, naar de magie in hun coaching en naar de 'magiër' of de 'sjamaan' in hen als coach. Volgens mij gaat het hier om wezenlijke aspecten van coaching. Sinds mensenheugenis noemen we iets magie zolang

we het nog niet begrijpen. En in mijn opleidingen tot coach zet ik de vraag naar de magie in als didactische methode.

Coachen is een vak, een complexe en delicate professie, waarvan je de technische kneepjes moet beheersen. Maar ga je als coach verder in je praktijk, dan beginnen vroeg of laat je diepere talenten (clusters van kwaliteiten) los te komen. En in die fase vraag ik onze studenten om gedurende een aantal maanden de ‘unique selling points’ van de magiër of de sjamaan in henzelf te gaan inventariseren. Ik beschouw deze talenten als een soort subpersoonlijkheden waarvan je vrij gebruik kunt maken. Dat deze het niveau van methoden of vaardigheden overstijgen, spreekt vanzelf.

Het begrip ‘magiër’ roept andere associaties op dan het begrip ‘sjamaan.’ Een magiër is iemand die wondertjes laat ontstaan. In feite doet een coach dat wanneer hij een lege ruimte toelaat waarin iets er mag zijn wat er tot dan toe niet kon of mocht zijn. Daarmee ontstaat ook een ruimte waarin nieuwe ontdekkingen kunnen plaatsvinden. Het begrip ‘magie’ laat ons op nieuwe manieren kijken.

Een sjamaan is in de oude culturen de medicijnman, de raadgever en genezer van de gemeenschap. Hoe een sjamaan werkt, verschilt per cultuur, maar ook per sjamaan. De ene sjamaan gaat je bij ziekte te lijf met een bos kruiden, de andere brengt zichzelf dansend of trommelend in trance, op zoek naar genezing of waarheid. Een derde maakt gebruik van handoplegging voor de overdracht van (genezende) energie, een vierde gaat met je in gesprek, een vijfde maakt een reis met je door een lastig gebied vol avontuur, zoals door Anton Quintana in zijn prachtige *Het Boek van Bod Pa* wordt beschreven.

Wat deze sjamanen gemeen hebben, is dat ze magie teweegbrengen – wondertjes en wonderen die voor een gewoon mens niet te bevatten zijn. We durven tegenwoordig meer onder ogen te zien dat wij als mensen minder ‘gewoon’ zijn dan we dachten.

In velen van ons huizen onvermoede kwaliteiten en krachten. Ik moedig mijn studenten dan ook aan om – naast het ontwikkelen van hun vakmanschap – op zoek te gaan naar deze verborgen krachten in henzelf.

Van buitenaf bekeken kun je zeggen dat je niet begrijpt wat er gebeurt en het vervolgens ‘magie’ noemen. Maar van binnenuit gezien gaat het eerder over de specifieke kwaliteit van die magie en dan draait het bij coachen eerder om, metaforisch geformuleerd, een ‘innerlijke sjamaan’.

Eén definitie van sjamanisme is het herstellen van evenwicht of balans. Een andere is dat de sjamaan de specialiteit heeft om beter verbonden te zijn met (metaforisch gesproken) de ‘aarde’ (vertrouwen, veiligheid) en de ‘hemel’ (intuïtie, inspiratie) dan de gemiddelde mens, en dat hij vanuit die verbondenheid ook bij anderen deze verbinding kan herstellen. De sjamaan is een klankbord, een doorgeefluik, een kanalisator van energie, iemand die begrijpt, een begeleider, een schepper en soms een bestuurder. Hij heeft een open innerlijk oog en een hart dat vibraties kan aanvoelen. Hij kent de macht van de stilte. Hij is wijs, maar ook een groot pragmaticus. Hij komt en gaat en laat zich door niets belemmeren. Hij kan de fijnmazige, bijna onmerkbaar nuance voelen tussen het supergoede en het superkwade. Hij kent ook de verraderlijkheid van persoonlijke macht, maar kan er met een knipoog naar kijken. De sjamaan kan mensen begeleiden naar meer harmonie tussen hun leven en hun levensbestemming.

De oude kennis van sjamanen is tegenwoordig erg in trek. Nieuwe sjamanenscholen, waarin methoden uit oude tradities uit verschillende werelddelen worden doorgegeven, lijken als paddestoelen uit de grond te verschijnen. Het gaat mij echter niet zozeer om het gebruik van de oude methoden. Die kunnen heel waardevol zijn, maar zij passen niet per definitie in de hedendaagse westerse cultuur. En vooral is het de vraag of deze oude

methoden wel passen bij de innerlijke sjamaan van de studenten van deze nieuwe sjamanenscholen. Krijgen zij voldoende ruimte om juist de unieke innerlijke sjamaan verder te ontwikkelen? We mogen hopen dat er niet alleen methodegecentreerd, maar ook talentgecentreerd wordt gewerkt.

In mijn werk als opleider van coaches bleek het wenselijk en praktisch om metaforische namen te verzinnen, zoals 'oude kwaliteiten' of 'de sjamaan in je'. Als je iets een naam geeft, blijkt het gemakkelijker om het een plaats te geven, je ertoe te verhouden, een ontdekkende houding ertoe aan te nemen en er vruchtbaar mee te leren omgaan. Het gaat mij vooral om het 'metaforische' gebruik van het begrip sjamaan, dus eerder om het 'talent' van sjamaan, dan om het 'beroep' van sjamaan.

Zoals in de concrete oude tradities een grote verscheidenheid bestond aan sjamanistische methoden, zo daag ik ook mijn studenten uit om steeds meer in contact te komen met de volstrekt unieke innerlijke sjamaan in henzelf. Hoe die er ook mag uitzien, welke bijzondere kwaliteiten die ook maar heeft.

Naarmate de innerlijke sjamaan meer naar boven en naar buiten komt, wordt steeds duidelijker dat hij zijn eigen missie, zijn eigen methodieken en zijn eigen 'unique selling points' heeft en dat hij zich bij voorbaat niets wil aantrekken van bestaande (sjamanistische of andere) methodieken. Het is wel zo dat de coach zijn innerlijke sjamaan moet leren afstemmen met de hedendaagse cultuur (socialisering), dat de coach moet leren om zijn innerlijke sjamaan met respect en professionaliteit in te zetten (professionalisering) en dat de coach moet leren zich een succesvolle plaats te veroveren als professional in de samenleving (commercialisering).

Zowel bijzonder als gewoon

Je kunt zeggen dat iemand met een innerlijke sjamaan een bijzonder iemand is. Dat was in ieder geval zo in oude tijden en cultu-

ren. Het waren volgens de verhalen mensen met 'oude kennis', met een 'oude ziel', of zelfs met een 'dubbele ziel'. Een sjamaan hoefde zich niet te bewijzen. Zijn kwaliteiten werden gewoon herkend en geëerd door de mensen van het dorp of de stam.

Deze eer valt niet zomaar te beurt aan coaches. Misschien ligt dat ook een beetje aan henzelf. Coaches vinden mijn vragen naar hun magie vaak fascinerend. Ze leiden tot bezinning, maar zelden tot onmiddellijke en pasklare antwoorden. Er moet langer op worden gebroed om adequate antwoorden te vinden. Er is een lege ruimte voor nieuwe ontdekkingen.

Het kan zijn dat de vraag naar magie bij een coach allergische of afwerende reacties oproept. Dat hij juist gewoon wil zijn of er misschien helemaal niet over wil praten. 'Als je erover nadenkt en spreekt, praat je het kapot!' zeggen sommige coaches.

Ik ga ervan uit dat je de mooie, bijzondere en waardevolle momenten in coaching niet kapot kunt praten. Deze momenten tonen wat er kan ontstaan tussen twee mensen in een coachingsituatie en wat er mogelijk is in menselijke ontdekkings- en transformatieprocessen. Daar kun je van leren. Van reflecteren gaan deze kwaliteiten heus niet kapot. Sterker nog, ik denk dat wanneer je verantwoordelijk met deze kwaliteiten om wilt gaan, je ze allereerst goed moet leren kennen – en daar is taal voor nodig.

'Waarom zou je jezelf meer bijzonder maken dan je sowieso als uniek individu al bent, door te praten over de magiër of de sjamaan in je?' zeggen sommige coaches. In mijn visie gaat het niet over jezelf bijzonder maken, maar om het blootleggen van bijzondere, diepliggende talenten, die je hebt meegekregen en waarvan je dankbaar gebruik kunt maken. Bescheidenheid in deze beschouw ik eerder als een egoaspect. Misschien moet je zoiets 'talentontduiking' noemen: 'Onze grootste angst is dat we onmetelijk krachtig zijn...'

Ondertussen ben je natuurlijk ook een gewoon mens, want iedereen beschikt over unieke kwaliteiten.

Weer andere coaches zeggen: ‘Als ik erover praat, denken anderen dat ik gek geworden ben!’ Inderdaad zouden anderen dat kunnen denken. Dat is ook vaak voorgekomen, dus bepaald niet vreemd. Heel wat mensen met een zesde zintuig zijn in het verleden in de psychiatrie beland. Van heel wat wetenschappers zijn de boeken verbrand. Heel wat ‘healers’ zijn door de kerkelijke inquisitie als heks op de brandstapel gezet. Dat geldt ook voor de Katharen uit de late middeleeuwen en voor de gnostici uit het begin van onze jaartelling.

Zogenoemde paranormale talenten werden als bedreigend beschouwd. Helder weten, helder voelen, helder horen of helder zien, met andere woorden ‘extrazintuiglijke’ waarnemingen werden beschouwd als hersenschimmen die niet meetbaar of verklaarbaar waren, dus die niet werkelijk bestaan. Zo is een tweedeling ontstaan tussen een geaccepteerd, bovengronds rationalisme en een verdachte, ondergrondse stroming waarin bovenzinnelijke kennis werd doorgegeven. Otto Duintjer, hoogleraar filosofie, heeft in zijn boek *Hints voor een Diagnose* ooit helder uitgewerkt hoe de macht werkt van het ‘rationeel-empirisch bewustzijn’.

Een ‘wounded healer’

Mij spreekt het begrip van een ‘wounded healer’ het meest aan. Ik vermoed dat mensen met een innerlijke sjamaan ooit verwond zijn geraakt en daardoor bepaalde levensthema’s indringend hebben leren kennen. Juist daardoor hebben zij zo veel te bieden voor anderen die met dezelfde of vergelijkbare thema’s worstelen. De ‘gaten’ die vroeger in je zijn geslagen, worden ná transformatie de ‘poorten’ waardoor liefde, kracht en wijsheid van binnen naar buiten kunnen stromen.

Het is dus voor de coach met bijzondere talenten de uitdaging om zonder zelfontkenning op slimme wijze afstemming te creëren met de directe omgeving en met de samenleving. Dat wordt

allengs gemakkelijker, want de maatschappij verandert in dit opzicht in rap tempo. Jongere generaties hebben al meer leren vertrouwen op hun gevoelens en op de aanvullende werking van de rechterhersenhelft. We kijken ieder jaar met z'n allen steeds minder ergens van op. Men lijkt minder bang te worden voor het onbemoembare.

Tot zover mijn visie op de magiër en de sjamaan in onszelf. Heeft dit een wijdere betekenis? Ook al begrijpt een coach zelf niet en détail de magie in het contact met zijn cliënten, hij is het toch die de bijzondere gebeurtenissen tussen zijn cliënt en hemzelf laat ontstaan. Deze bijzondere gebeurtenissen kunnen plaatsvinden wanneer hij een open houding heeft van niet-weten en ook van 'benieuwd' zijn. 'Benieuwd', het lijkt een toverwoord voor de komende tijd: 'Waar ben je benieuwd naar?' én 'Kun je benieuwd zijn toelaten?'

De ene coach is de andere niet, maar steeds meer coaches blijken volgens hun verhalen in een toestand te kunnen komen van egoloze waarnemer en dat vereist een grondhouding van loslaten, sowieso van je niet meer behoeven te bewijzen, van het loslaten van de beheersing of controle, een grondhouding van fijnmazig energetisch voelen en een goed ontwikkeld lichaamsbewustzijn.

Als dat lukt, kan er sprake zijn van een lege ruimte, waarin een nieuw inzicht geboren kan worden of een ontknoping kan plaatsvinden. Wanneer er voldoende professionaliteit en senioriteit aanwezig is, kan de coach zich overgeven aan het niet-weten en daarmee wordt een blikseminslag mogelijk, waardoor de coachee herinnerd kan worden aan wie hij in feite is.

Deze blikseminslagen kunnen de kwaliteit en de effectiviteit van coaching zeer verhogen. Daar gaat het om bij coaching, want een dienst is pas een dienst wanneer deze als zodanig door de coachee wordt ervaren.

Annelies Kraan en ik willen alle coaches die wij hebben geïnterviewd maar ook de meelezers Lot de Kruif, Monique Jipping, Clementine Gelauff, Paul Janssen, Doesjka Donker en Erica Schaper van harte bedanken voor hun bijdrage aan dit boek.

ahoogendijk@adviesbureauhoogendijk.nl
www.demagievancoachen.nl