



BIOGRAFIE-STUDIE - een opgave

De afgelopen jaren is duidelijk merkbaar hoe de belangstelling voor het eigen leven - de privé-situatie en/of de werksituatie - groeiende is.

Een plotseling optredende gebeurtenis als ziekte of werkloosheid kan deze belangstelling wekken, waardoor vragen aan de orde komen zoals: "Waarom ben ik in deze situatie gekomen?": een individuele korte termijn-vraag. Dit soort vragen kan ook een gevolg zijn van het proces van individuele bewustwording die de mensheidsontwikkeling kenmerkt: een lange termijn-oorzaak.

In tijdschriftartikelen en in boeken ziet men dit weerspiegeld. Ikzelf kom als organisatie-adviseur veel mensen tegen die dit soort vragen hebben. Het vragen stellen aan het eigen leven - biografiestudie dus - kan dan gaan dienen als **stuurmiddel** voor het eigen leven. Bij mensen met wie ik daarbij in aanraking kom, gaat het in eerste instantie om het **werkleven**, maar meestal komen het **privé-leven** en het **ontwikkelingsleven** dan ook aan de orde. Tenslotte blijkt er altijd samenhang tussen die gebieden te bestaan.

De biografiestudie wordt ook gebruikt als **therapie**. De grens tussen het gebruik als stuurmiddel en als therapeutisch middel is overigens niet zo makkelijk te geven.

Mensen stellen zichzelf heel diverse levensvragen: waarom zijn er in mijn leven bepaalde dingen gebeurd, die zo op het oog toevallig waren; waarom ben ik 28 keer in mijn leven verhuisd; waarom kom ik in mijn leven steeds hetzelfde soort situaties tegen?

Veel mensen vragen zich in deze tijd af: waarom ben ik eigenlijk werkloos? Daar is natuurlijk op te antwoorden dat er honderdduizenden werkloos zijn, maar dat geldt voor de totaliteit. Wat is de individuele betekenis en eventueel de individuele kans?

Iemand worstelt met de vraag naar de keuze in haar relatie: wat is de juiste, wat is de keuze die bij mij hoort, die in mijn biografie past, die ik moet maken?

Of de veel algemenere vraag die in een recent verschenen roman wordt gesteld: "Waarom dit leven en geen ander?" Waarom moet ik dit leven leiden, kan niemand anders dat leven van mij leiden, wat heeft dat met mij te maken?" "Wat onderscheidt mijn leven van dat van iemand anders?" De vraag is dan natuurlijk: "Wat onderscheidt mij van iemand anders?"

Allemaal vragen die wijzen op een groter ik-bewustzijn, dat ook nodig is om met dit soort van vragen bezig te zijn en daar antwoorden op te vinden. Misschien ontwikkelt op deze wijze de verhouding van de mens tot zijn levensloop zich over heel lange tijdperken van:

- een gevoel van **onderworpenheid** aan schikgodinnen, aan hogere machten, naar
- een gevoel van **verbondenheid** met en naar een **inzicht** in het leven dat wij leiden en
- wellicht in de toekomst meer en meer naar een gevoel van **verantwoordelijkheid** voor het leven. "Het leven dat ik gekozen heb is mijn leven".

Het gebied van de biografiestudie laat zich verdelen naar drie tijdoriëntaties: **het verleden, het heden en de toekomst**, waarbij als resultaat wordt gewerkt aan:

- . begrip voor gebeurtenissen, die zich in het verleden hebben voorgedaan;
- . een verhouding tot de huidige levenssituatie;
- . keuzes maken voor de toekomst.

In het hiernavolgende wil ik ingaan op de onderzoeksgebieden van biografiestudie en vragen die daarbij behulpzaam kunnen zijn. Ook de houding hiertegenover komt ter sprake.

De vragen die wij aan onze biografie stellen, beleven wij in het nu, daar begint het proces van de biografiestudie. De impuls doet zich in het nu gelden als gevolg van vragen die zich meer of minder klemmend hebben aangediend.

Dat kunnen inzicht-/begrijpvragen zijn, die met het nabije of verre verleden te maken hebben of keuze-/beslissingsvragen, de nabije of verre toekomst betreffend. Ook kan de vraag liggen in het zich verhouden tot de eigen biografie, de waarom-vraag. De aard van de vraag bepaalt waar wordt begonnen met de biografiestudie, er is niet één beste volgorde.

In dit artikel wordt begonnen met het verleden, om via het heden naar de toekomst te werken. Maar men zal merken, voortdurend voor b.v. toekomstvragen weer een stuk verleden nodig te hebben.

Aan eerdergenoemde voorbeelden is te zien, dat het hier een materie betreft, die ongeschikt is voor hobbyachtig of mode-achtig bezig zijn: hier gaat het om heel wezenlijke levensvragen.

En vermoedt men ook maar enigszins dat dieper liggende problemen zullen kunnen opdoemen, die de mogelijkheden van individuele of gemeenschappelijke wederzijdse biografiestudie te buiten gaan, dan is het tijdig inroepen van professionele hulpverlening geboden.

Nu eerst het onderzoeksgebied van het **verleden**: een gebied waar niets meer te willen is, alles is al gebeurd, waar het vastligt. Misschien zijn de gebeurtenissen te begrijpen: wat viel voor en hoe heeft het gewerkt, wat waren de gevolgen? Een eerste stap is hier het verzamelen van feiten. Men kan hier "binnen" zoeken en "buiten". Binnen: het gebied van wat men "meebrengt" op aarde komend en wat men daar verder mee doet.

Buiten: het gebied van datgene wat en diegenen die men op aarde opzoekt: ervaringen, ontmoetingen. Binnen kan men zoeken in de lichamelijke gegevens - een vrouwelijk lichaam, mannelijk lichaam, compleetheid, gezondheid, enz. Voorts kan het gebied van de temperamenten interessant materiaal opleveren, zowel als de mensen-typen en datgene wat de tekens van de dierenriem vertellen. Wat hebben deze gegevens (on)mogelijk gemaakt? Wat voor ervaringen heeft dit alles opgeleverd?

Een bruikbare afbakening van het onderzoeksgebied buiten is:

- . de leefwereld, de thuiswereld;
- . de leerwereld, de schoolwereld;
- . de werkwereid.

In alle drie gebieden kan men zoeken in de fysieke omgeving, kan men zoeken naar de psychische omgeving en naar het spirituele streven.

Als voorbeelden van mogelijke onderzoeksvragen kan men denken aan: het land van geboorte; was de jeugd een stads- of een plattelandsjeugd; groot/klein gezin, enig kind; het milieu; de verhouding thuis-school; waar ging het op school eigenlijk om; de diverse werkkringen; waar lag de eigenlijke verbinding: in het produkt of de dienst, de organisatie, het werkteam of het vak; hoe verhouden de verschillende levenssferen zich?

Een afzonderlijk terrein van onderzoek kan zijn het contact met mensen: veel, weinig; wat voor soort contacten: eenzijdig, wederzijds, mannelijk, vrouwelijk?

Nadat - eventueel voorlopig - voldoende materiaal is vergaard, is de volgende stap te proberen verbanden te zien, verbindingslijnen, verklaringen te vinden.

Daartoe is het dienstig belangrijke gebeurtenissen, belangrijke beslissingen, crisismomenten, radicale koerswijzigingen, kleurveranderingen en belangrijke ontmoetingen eens wat nader in verband proberen te brengen. Het is zinnig om niet alleen maar de plezierige en succesvolle gebeurtenissen te zoeken; de minder plezierige verschaffen misschien belangrijker informatie. Interessant kunnen ook blijken te zijn steeds terugkerende gebeurtenissen. Geleidelijk kunnen zodoende levensthema's zichtbaar worden, die over langere periode een rol blijken te spelen.

Als - voorlopige - afronding van het werken aan het verleden kan men in dit stadium proberen als hypothese de vragen te beantwoorden naar:

- . de "opbrengst" van een aantal belangrijke gebeurtenissen of ontmoetingen: wat was daarvan in deze biografie het gevolg, het resultaat?

- . het waarom: waarom worden steeds moeilijke situaties opgezocht of conflicten aangegaan of juist vermeden?

Nog iets over het instrument en de houding die het werken aan het verleden produktief maken. Waar het hier gaat om dat deel van het leven dat is afgesloten, dat onveranderbaar is, is afstandelijk waarnemen en denken op zijn plaats. Objectiviteit en helderheid helpen bij het noodzakelijke, maar soms moeilijke, afstand nemen. Moeilijk vooral om de nog onverwerkte stukken "los te laten": gevoelsherinneringen dienen zich aan en oude (voor)oordelen. Hoe vaster die zitten hoe moeilijker om "objectief" vast te stellen wat de betekenis, wat de opbrengst is geweest van gebeurtenissen en ervaringen. Op deze manier werken aan het verleden kan bij dit verteringsproces helpen.

Een andere kleur krijgt het werken aan de levenssituatie van het **heden** zowel wat betreft het terugkijken naar het verleden, met de vraag: "Waar heeft dit alles mij in het heden gebracht" als het kijken naar de toekomst met de vraag: "Wat is er op dit moment al "zichtbaar" van de toekomst?"

In beide gevallen zijn de vragen zo nabij, dat het gevoel zich meer laat gelden dan dat in relatie tot het verdere verleden of de verdere toekomst het geval is.

Als ergens de hulp van "meekijkers" van nut kan zijn dan is het hier: zij kunnen beter de functie van de afstandelijkheid vervullen.

Naar het verleden kijkend gaat het er nu om de lijnen die wij hebben ingevuld vanuit het begin te vervolgen tot op dit moment in het leven. Daarbij is een mogelijk onderzoeksgebied wat eerder met "binnen" werd aangeduid, wat heb ik "meegebracht" in het fysieke, in het psychische, in het spirituele? Maar wat is er met deze gegevens gebeurd, wat heeft men ervan gebruikt, wat niet: welke vermogens zijn ontwikkeld en vooral ook: welke zijn blijven liggen; welke levenshouding heb ik ontwikkeld; hoe verhoud ik mij tot de buitenwereld en tot wat in de buitenwereld en hoe tot de binnenwereld?"

Bij dit onderzoekproces is het steeds van belang naar de veranderingen, de ontwikkelingen, de crisismomenten en sprongen te kijken.

Het andere onderzoeksgebied - eerder als "buiten" aangeduid - geeft de mogelijkheid te kijken naar de omgeving die wij hebben opgezocht, b.v. de fysieke omgeving of de sociale omgeving.

"Wat heb ik steeds opgezocht, wat steeds vermeden? En wat heb ik daaraan ontwikkeld; wat ben ik daardoor tegengekomen?"

Afhankelijk van waar de vragen liggen:

- . in de werkwereeld,
- . in de thuiswereld,
- . in de leerwereld,

kan men materiaal verzamelen omtrent bijvoorbeeld:

wat voor soort werk in de loop der jaren is gedaan en hoe heeft dat de biografie beïnvloed; de ouderlijke gezinssituatie vergelijkend met de eigen huidige, wat is er dan te zien; wat voor soort "leersituaties" zijn steeds opgezocht en welke vermeden?

Ook hierbij gaat het vervolgens om het zoeken van hoogte- en dieptepunten, verbanden, steeds terugkerende gebeurtenissen, opvallende witte plekken en tenslotte: opbrengsten.

Voordat de aandacht naar de toekomst wordt verlegd, kan - als de levenssituatie daar aanleiding toe geeft - nog afzonderlijk worden gekeken naar de situatie van dit moment met de vraag naar de verhouding tussen de overtuigingen, de gevoelswereld en de impulsen en ideeën, mensen en situaties die men tegenkomt, waar ligt de dominantie?

Als laatste stap van het opmaken van de balans moet dan de blik op de toekomst worden gericht met de vraag: wat is daarvan vanaf deze plaats in de tijd zichtbaar?

Men kan hier binnen een kleinere of ruimere geografische ring kijken: welke zaken vragen aandacht, dagen uit om kiezen te maken; moeten er initiatieven worden genomen; dient een nieuw levensthema zich aan; moeten er dingen worden afgesloten, afgestoten, zodat er ruimte voor nieuwe zaken of voor andere mensen komt; welke zijn de maatschappelijke tendensen en veranderingen, die binnen afzienbare tijd het werk-, het thuisleven of de individuele ontwikkeling gaan beïnvloeden?

Dat dit niet het karakter van een wensenlijstje moet krijgen zal duidelijk zijn.

De waarom-vraag, die al eerder aan de orde was, is een vraag, die het zoeken eigenlijk voortdurend moet begeleiden: waarom ging ik dit conflict aan; waarom zocht ik die bepaalde ervaringssituatie op; waarom heb ik die bevredigende functie opgegeven om me nu pas af te vragen wat ik eigenlijk wil; waarom komen er steeds weer vragen op mij af om een bepaalde taak op mij te nemen, waarvoor ik denk niet de geschikte mens te zijn?

Na zodoende zoekend met verleden, heden en toekomst bezig te zijn geweest, zoekend naar gebeurtenissen, maar ook naar verbanden en verklaringen, is het zaak te proberen vanuit een positie van overzicht vragen te beantwoorden als:

- . wat spreekt uit dit alles steeds maar weer als levensthema of levensopgave?
- . wat hoort blijkbaar bij mij?
- . is er in typerende, karakteriserende zin iets te zeggen over "wie ben ik eigenlijk?"

Afhankelijk van waar de aanvankelijke biografie-onderzoeksvragen lagen, zal langzamerhand nu iets duidelijk kunnen gaan worden: een inzicht in dingen in het verleden en/of keuzen die voor de toekomst gemaakt zullen moeten worden.

Is dit laatste het geval, dan zal men zich als volgende stap met de toekomst bezig moeten houden.

Dat gebeurt dan vaak op de volgende wijze:

- . of de lijnen, die vanuit het verleden stammen, worden doorgetrokken naar de toekomst;
- . of fantasiebeelden, die geen verband hebben met het verleden, worden in de toekomst geprojecteerd.

De ene wijze van innerlijk met de toekomst omgaan vindt men terug in uitdrukkingen als: "Als je voor een dubbelkje geboren bent, dan word je nooit een kwartje". "Er is niets nieuws onder de zon", enz.

Het is het wereldbeeld van de causaliteit, de voorspelbaarheid, daarmee ook van de onvrijheid, van de extrapolatie, de gedetermineerdheid.

De andere manier van zich verhouden tot de toekomst schijnt door de opvatting heen van het "onbeschreven blad" en heeft daarmee het karakter van de onge(ver)bondenheid.

Het zijn de polen van een polariteit van beweging: de starheid van de ene kant tegenover de chaos aan de andere kant. Of in biografische termen: de volstrekke bepaaldheid van de toekomst tegenover de absolute onafhankelijkheid van het verleden bij het vormgeven van de toekomst.

De biografische werkelijkheid ligt daartussen. Als ik goed waarneem, overheerst in het huidige tijdsgewricht het wereldbeeld, dat neigt naar de geketendheid aan het verleden.

De kunst van het omgaan met de toekomst ligt dan in het vinden van een vruchtbare, individuele balans tussen deze twee waarheden. Want vanzelfsprekend is men aan een aantal gegevens gebonden, al is het - voorlopig in elk geval! - maar die van het vrouw- of man-zijn en verdere lichamelijke eigenschappen. En zo zijn er in het niet-lichamelijke van ons wezen - het temperament bijvoorbeeld - weliswaar gegevens, maar ook de mogelijkheid om daarmee ontwikkelend om te gaan.

In het "wat te doen met de gegevens?", zit de vrijheid en zal men de ene van de tweeëilige tweeling een ander levenspad zien kiezen dan de andere. En zal men het ene kind uit een problematisch gezin zich daarvan los zien maken en een eigen weg kiezen en het andere niet.

Bij het vormgeven aan de toekomst zijn de in het nu verzamelde "zichtbaarheden" omtrent verleden, heden en toekomst nodig.

Maar: waar moet het heen, wat moet worden gekozen, in het werk: het vak, de organisatie; in de thuissituatie: de relatie, de kinderen, de woonplek; in de ontwikkeling: iets afsluiten, dat zeker is en goed gaat en iets onzekers aanpakken?

Echter: niets doen is ook kiezen, heeft ook gevolgen.

De toekomst is niet - logisch - uit te denken en ook het gevoel is daar een twijfelachtige raadgever.

Uit de wil wordt toekomst gemaakt, met de besluiten die wij nemen, waar wij misschien met behulp van de intuïtie - niet de fantasie en niet de wens - keuzen maken tussen de onwerkelijkheid van: alles is mogelijk en de dwangmatigheid van alles ligt al vast.

Een hulp daarbij is te zoeken naar het functioneren van de wil in het verleden: "Hoe zijn mijn belangrijke levensbeslissingen tot stand gekomen?" De valkuil is: "Dus zit ik daar voor de toekomst aan vast".

In vroeger tijden lieten wij het vormgeven van onze toekomst aan de godenwereld over of vroegen raad in Delphi, bij wijzen, bij kerk, leraren of anderen.

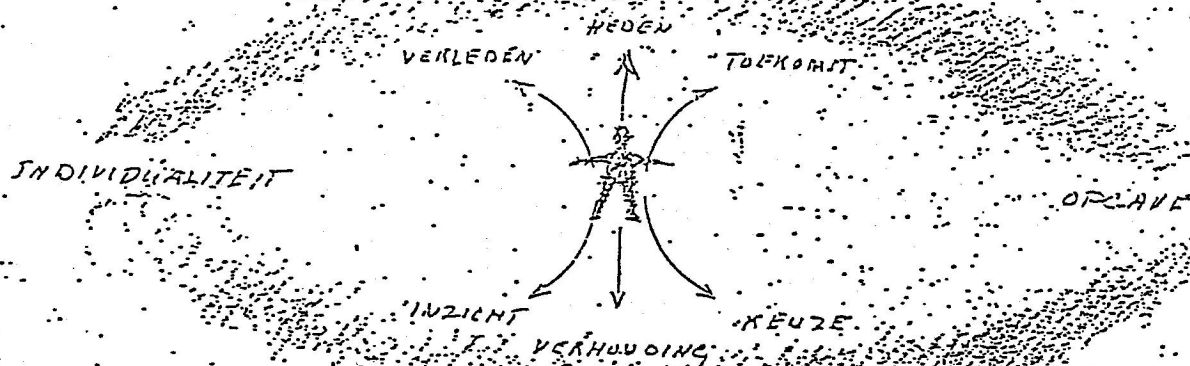
Naarmate de godenwereld verbleekt, terugtreedt, moeten - en vaak ook willen - wij zelf beslissen.

Onderzoekend in het verleden en tastend naar de toekomst is het misschien mogelijk om enig zicht te krijgen op de eigen initiatiefstroom: de eigen opgave, misschien over meerdere levens heen?

Maar na de keuze, de beslissing, is de verwerkelijking aan de orde: wat moet worden gedaan "binnen" en "buiten" om de keuze waar te maken: in de concreetheid van de wereld binnen te brengen?

Hier gaat het om het scheppen van de voorwaarden om de keuzen tot werkelijkheid te maken en om het trekken van de consequenties. Hoelang gaat het duren, wat kost het, wie zijn ervoor nodig, wat moet ik doen of laten, wat anderen, hoe richt ik dit allemaal in?

Hieronder is geprobeerd dit proces te verbeelden, een proces van **beeldvormen** omtrent verleden, heden, toekomst, ten behoeve van **besluiten** omtrent een inzicht in dat verleden, een verhouding tot het heden en een keuze voor de toekomst, vanuit het IK verbonden en levend gehouden door een voortdurend proces van **oordeelvormen**. Een proces dat zijn impuls vindt in de spanning tussen de individualiteit en haar opgave.



Zó kunnen wij proberen vanuit ons Ik een stuk mensheidsontwikkeling waar te maken, waarin de verhouding tot onze biografie metamorfoseert van onderwerping aan het hogere gezag, via het inzicht verwerven in datgene wat onze biografie vorm geeft, tot verantwoordelijkheid nemen voor dat vormgeven.

Zó wordt het mogelijk in een versterkt Ik een gevoel van dankbaarheid en zin te gaan beleven ten opzichte van het verleden, zowel als een gevoel van vertrouwen in en moed voor de keuzen naar de toekomst.

Zó lukt het misschien heel geleidelijk een glimp op te vangen van die individualiteit, dat hogere eeuwige Ik-wezen, de regisseur, die verantwoordelijkheid neemt voor het bijebrengen van speler, toneel en wat de zaal vraagt, lukt het ons wellicht iets meer te gaan lijken op wie we eigenlijk zijn en zicht te krijgen op wat we eigenlijk moeten.

Een zware verantwoordelijkheid om bij dit proces behulpzaam te zijn!