



## Betekenis in je omstandigheden

Gisteren gaf ik een workshop in het kader van Geloven op Maandag. Verschillende mensen vertelden, dat ze er moeite mee hebben, dat op hun werk veel wordt gevloekt en geroddeld. Ze voelen zich ongemakkelijk en hebben het idee dat ze als christen iets moeten doen, maar niet goed weten hoe. Ik kom dat veel tegen. Christenen die last hebben van hun omgeving en daarom graag willen dat die omgeving anders is.

Voor deze mensen kan ik het boek 'Geef zin aan je werk' aanbevelen. Het boek is gebaseerd op het werk van Viktor Frankl, die zich voor een groot deel van zijn leven heeft bezig gehouden met vragen rondom zingeving. Frankl, de beroemde psychiater, baseerde zijn denken, dat onder andere verwoord is in 'De zin van het bestaan', op zijn ervaringen in een nazi-concentratiekamp in de Tweede Wereldoorlog. In mensonterende omstandigheden vond hij toch een manier om vast te houden aan het leven en daarmee door te (willen) gaan. De schrijver past de principes van Frankl toe op werk. Dat betekent, dat je er niet op uit bent om je omgeving te veranderen, maar zoekt naar een zin in de situatie waarin je verkeert. Als christen richt je je blik omhoog en zoekt samen met God betekenis in jouw omstandigheden.

De kernprincipes uit dit boek zijn:

1. Gebruik de vrijheid om je eigen houding te kiezen; je bent geen slaaf.
2. Doe je best om betekenis te vinden; het komt je niet aanwaaien.
3. Zoek betekenis in ieder moment; wees open voor alles wat er gebeurt.
4. Werk jezelf niet tegen door je te fixeren op één oplossing.
5. Bekijk jezelf van een afstand; wees relativerend over jezelf en bekijk jezelf met humor.
6. Verleg je aandacht; laat je niet vangen door de omstandigheden, maar zoek naar hulpbronnen.
7. Overstijg jezelf; leef uit de overtuiging dat verandering niet alleen van jou afhangt, maar dat je daar iets buiten jezelf voor nodig hebt.

In dit boek worden deze principes uitgewerkt en van praktische voorbeelden voorzien.

Als je deze zeven basisbeginselen op je laat inwerken, dat kun je daar heel goed geestelijke principes in herkennen. Een hele belangrijke is dankbaarheid. In de bijbel staat: dank God onder alle omstandigheden, want dat is wat hij van u, die één bent met Christus Jezus, verlangt. Net zoals Viktor Frankl in W.O.-II geleerd heeft dat je vrij bent om je eigen houding te kiezen, zo heeft Corrie Ten Boom in het concentratiekamp Ravensbrück van haar zuster Betsie geleerd om onder alle omstandigheden dankbaar te zijn.

Als jij iemand bent die in een lastige (werk)situatie zit, dan zal het lezen van dit boek je zeker verder helpen. Van nature willen we graag de omstandigheden aan onszelf aanpassen, maar de omgekeerde houding die in dit boek wordt gepropageerd zal zeker vrucht dragen. Zo hebben enkele deelnemers van de workshop ontdekt, dat je niet al het geklaag en geroddel van collega's hoeft te accepteren. Je hebt de vrijheid om daar 'nee' tegen te zeggen.

Dit inspirerende boek is niet geschikt om in één adem uit te lezen. Lees het hoofdstuk voor hoofdstuk en neem de tijd om het gelezene te spiegelen aan de eigen situatie. Het is geen praktisch boek, er worden geen concrete stappen aangereikt. Het vraagt dus wat inspanning, maar als je de tijd ervoor neemt zal dit boek je zeker stimuleren om op een andere manier naar jouw omstandigheden te kijken en daardoor nieuwe inzichten te krijgen, nieuwe betekenis te vinden en verrijkt te worden.

*Eddy de Pender is coach & mediator en auteur van het boek 'Help! Het is weer maandag'.  
Daarnaast lid van het redactieteam van businessmagazine Imagine.*

**Titel:**  
Geef zin aan je werk / zingeving volgens  
Viktor Frankl, toegepast op werk en leven

**Auteur:**  
Alex Pattakos

**Uitgever:**  
Business Contact | 2006

**Prijs:**  
€ 22,50

**ISBN:**  
90 470 0231 8

Eerste druk, 2006  
Paperback, 203 pagina's