



## Tussenruimte

Als ik dit schrijf – begin juli – is het eindelijk bloedheet in Nederland en beginnen de eerste mensen al aan hun zomervakanties. Mijn zonen van 10 en 14 roepen inmiddels al weken dat ze 'zo aan vakantie toe zijn' en slepen zich vermoeid door de laatste toetsweek en spreekbeurt. Of liever gezegd 'zwijgbeurt' want de jongste heeft het uit zomerse balorigheid gepresteerd om zijn spreekbeurt over zwijgen te houden waarna hij vervolgens minutenlang zwijgend voor de klas heeft gestaan. Deze op zich nogal moedige daad werd door een vermoeide docent kordaat met een vier beloond, terwijl het zo goed zou zijn als het belang van zwijgen wat meer werd ingezien.

Zwijgen, stilte, ruimte en rust. Tijd voor reflectie. Een goed voornemen van velen van ons zo vlak voor de vakantie. Totdat we op de overvolle camping in Italië of in het gehuurde kabouterhuis op een bosbrandgevaarlijke berg in Zuid-Frankrijk tot de ontdekking komen dat vakantie één van de grootste bronnen van stress is. In ieder geval voor mij. Maar tegen de tijd dat deze column verschijnt zijn alle vakanties gelukkig weer voorbij. Het helpt allemaal niets, dit gezeul met bagage. Voordat je weg bent ligt er een enorme berg werk. Wanneer je terug bent is de berg nog groter, en dan reken ik de berg wasgoed voor het gemak niet mee. Dus geef mij maar de nodige tussenruimte in plaats van vakantie. Dan blijf ik fit, alert en helemaal gelukkig.

En volgens mij geldt dat voor veel mensen. Werken houdt je lekker wakker en scherp, en om scherp te blijven organiseert een echte professional zijn eigen tussenruimte. Sterker nog: echt vakmanschap smeekt om tussenruimte. Tussenruimte waarin je even niets doet en zeker niets plant. Op een vrije dag midden in de week, tijdens een wandeling met de hond, met een kop koffie op de bank of tijdens een treinrit met het verstand op nul. Niks verplichte meditatie of yoga, geen geschrijf in een logboek, gewoon even helemaal niets. Om bij te komen en het onbewuste zijn werk te laten doen, dat vervolgens enorm creatief wordt. Lees Dijkster-

huis er maar op na: echte ontdekkingen komen uit het onbewuste. Daar hoeft je niets extra voor te doen. Of zoals Derkse stelt in zijn boek over Benedictijnse spiritualiteit met als titel *Een levensregel voor beginners*: hoe groter je verantwoordelijkheid, hoe belangrijker om momenten van stilte in je dagritme in te bouwen. Perioden waarin de deur van je kamer gesloten blijft. En niet om geconcentreerd en ongestoord te kunnen werken, maar voor momenten van stilte en om op enigerlei wijze spiritueel bij te tanken. Stilte is nodig om onderhoud te plegen aan je ziel. Regelmatig alleen zijn is een voedende randvoorwaarde. Het oefenen van innerlijke stilte is een voorwaarde voor luisteren en gastvrijheid. Belangrijke aspecten van ons vakmanschap. Of zoals Kessels, Boers en Mostert schrijven in hun aansprekende boek *Vrije Ruimte: meesterschap* bestaat uit het realiseren en behouden van vrije ruimte. Dat betekent dat we ruimte moeten maken in ons hectische bestaan. Dat we ons terug moeten trekken om tijd te nemen voor reflectie. In deze ruimte focus je op 'het noodzakelijke'.

Dat is wat Socrates ook deed in zijn gesprekken: hij hielp zijn gesprekspartners zich te herinneren waar het uiteindelijk allemaal om begonnen was. Of zoals een Vlaamse Taomeester laatst tegen me zei: misschien moet je even 'rondvoelen'. Nog nooit eerder gehoord, deze term, maar ik begreep precies wat hij bedoelde. Rondvoelen over vragen zoals: Waar is het jou om begonnen in je vakmanschap? Wie en wat is voor jou hierin het meest van waarde? Lig je nog steeds op koers? Ben je gelukkig in je beroepsuitoefening? Ben je tevreden over je vakmanschap? ■

**Prof. dr. Yvonne Burger is programmleider van de postgraduate opleiding Executive Coaching, een samenwerkingsverband tussen de Vrije Universiteit en Ashridge Business School. Zij werkt als zelfstandig adviseur en executive coach en is geassocieerd met Twynstra Gudde.  
Reageren: [www.yvonneburger.nl](http://www.yvonneburger.nl).**