



André PELGRIMS

Psycholoog en bedrijfstrainer

Dertig jaar al begeleidt André PELGRIMS bedrijven en andere organisaties, leidinggevend en groepen collega's. Op vraag van een workshopdeelnemer die uitgever bleek, deelt hij zijn inzichten als expert in groepsdynamica in het boek *Dansen naar vrijheid*. Hij vertrekt bij de eerste groep waar hij bij hoorde, zijn gezin. „Wat we zijn en niet zijn, werden we in relatie met anderen.”

‘Verandering gaat niet samen met snelheid’

Jozefien VAN HUFFEL

De ondertitel van zijn boek luidt *De essentie van moedig leiderschap*, maar André PELGRIMS (62) richt zich beslist niet enkel tot wie een team aanstuurt. „Ik wil iedereen aanmoedigen om zich af te vragen in welke mate hij de projectleider van zijn eigen leven is”, legt hij uit. „Een leider neemt beslissingen, bakent af wat goed en fout is en beloont. Welke van die aspecten besteden we in ons eigen leven uit aan anderen?”

– *Wat is die vrijheid uit de titel van uw boek?*
Zit ik met de kinderen aan tafel, creëer ik dan ruimte voor hen om te vertellen waar ze mee zitten? In de organisaties waarin ik werk of actief ben, kan ik daar mijn ontgoocheling of opinie kwijt? Hoe welkom voel ik me er, met alle aspecten van mijn zijn? Het gaat over vrijheid in het nu en in relatie. Elk moment in een relatie is er een van kramp of van ontspanning. Die kramp is een bescherming rond dat waarmee je niet naar buiten komt, omdat het wellicht niet met applaus wordt begroet. We forceren onszelf om de kant te laten zien die zeker graag wordt gezien. De zoon die kwaad aan tafel zit, maar zwijgt en zijn vader achteraf tegen vrienden een klootzak noemt, is niet vrij, want wat hij voelde, kon niet naar buiten in het moment. Die onvrijheid creëert iets toxisch in ons.

„Dienstbaarheid is onze kleinheid inzetten om iets bij te dragen aan wat we zomaar hebben gekregen”

– *Kan geloven mensen bevrijden?*

Mijn vader was organist, ik ben opgevoed naast de parochiekerk en later engageerde ik me in de Universitaire Parochie. Ik nam echter ten dele afstand van de Kerk omdat ik geen leiders kan volgen die niet in het reine zijn met zichzelf. Ik heb een probleem met gezagsdragers, religieus, of maatschappelijk, die niet aan persoonlijke ontwikkeling doen en hun demonen niet kennen. Ik ben er echter wel ervan overtuigd dat geloven vrijmaakt wanneer je niet wegstapt van de realiteit, maar die omhelst en accepteert vanuit je geloof. Het kan bevrijden, als je het niet gebruikt om de samenleving te veroordelen of te normeren. Wie het geloof gebruikt om de eigen onschuld aan te tonen, zet zichzelf en

anderen vast, terwijl wie verantwoordelijkheid neemt voor zijn imperfectie, vrij is. Heel wat politici wentelen zich ook telkens in onschuld, maar door verantwoordelijkheid te nemen, aanvaard je jezelf ook zoals je bent, als iemand die fouten maakt.

– *U pleit ook voor luisteren naar het lichaam. Waarom?*

In het boek beschrijf ik hoe ik zelf bijna het leven liet doordat ik mijn lijf verkeerd las. Stel dat je na een vergadering of gesprek fysiek slecht voelt. Dan klopt er duidelijk iets niet, maar we leren in onze cultuur daar weinig rekening mee te houden. We lossen het vaak op met een pijnstillertje, in plaats van ons lichaam te leren begrijpen. Dat lijf is nochtans niet iets wat we meesleuren om onze geest in te huisvesten. Het geeft veel informatie en is de moeite om bij stil te staan. Voor mij is meditatie, in stilte of met muziek, de manier om te voelen wat er zich afspeelt en welke emoties zich manifesteren. Het zou velen helpen om lichaam, emotie en gedachten meer in balans te brengen.

– *Niet alleen stilte, maar ook eenvoud en dienstbaarheid brengt u aan bod. Moeten we op zoek naar het monastieke in onszelf?*

Misschien moeten we inderdaad op zoek naar de kerk, de heilige ruimte in onszelf. Zowat de enige open sessie die ik geregeld begeleid, is *Stilte en leiderschap*. Daarvoor put ik uit de benedictijnse en de boedhistische spiritualiteit. Die hebben onder meer de waarde van de dienstbaarheid gemeen. Dienstbaarheid maakt ons kleiner, arrogantie groter. Ik blijf het pijnlijk vinden met welke arrogantie we de planeet vernietigen. Elke dag hebben we kansen, vooral op kleine schaal. Hoe we onze kleinheid inzetten om iets bij te dragen aan wat we zomaar hebben gekregen, dat is dienstbaarheid. Wat neem ik weg door in een vergadering constant het woord te nemen aan energie van en ruimte voor anderen? Wat voeg ik toe door een goede vraag te stellen?



André Pelgrims: „Als je niet wegstapt van de realiteit, maar herkent wat je erin gelooft, dan kan geloven bevrijden.” © Taking Wing

Stilte is dan weer de bron van onder meer creativiteit en in de stilte voel je pas wie je echt bent. Ik merk dat er een grote behoefte is aan dat pad van eenvoud, stilte en dienstbaarheid. Ik wil graag vertraging brengen, om van daaruit verandering in te zetten, want ik geloof absoluut niet dat verandering samengaat met snelheid.

– *U begeleidt vaak mensen in groep, maar wat met wie zichzelf niet ervaart als groepsmens?*

Dat is niet de essentie. Iedereen van ons is gevormd door relaties. Zelfs de grootste solitaire die ik ken, mijn vader zaliger, werd dat in relatie, door zijn opvoeding en tegenslagen. De vraag is dus wat je doet in een groep en wat de groep met jou doet. Als ik met iemand die geen groepsmens is, toch in verbinding ga, komt onvrijheid om ontspannen in relatie te gaan naar boven. Jezelf zo benoemen, is makkelijk, maar

neemt de pijn niet weg. Ook wanneer mensen zich een heuse groepsmens noemen, schuilt daar tragiek achter. Aan het einde van een stilte-workshop blijken sociale mensen bijvoorbeeld bang dat ze die vrijheid om te zwijgen straks kwijt zijn.

Wat we laten zien, leerden we doorheen positieve en negatieve ervaringen. Zet elkaar dus niet vast op basis van een indruk. Oordeel niet, maar sta open voor het contact en ontdek wie iemand echt is. Dat werkt ook bevrijdend.

André Pelgrims, *Dansen naar vrijheid*. De essentie van moedig leiderschap, Pelckmans Uitgevers, Kalmthout, 2021, 247 blz., 30 euro, ISBN 978 94 6401 463 1.