

KD april 2008

Het verschil tussen NLP en Sjamanisme

Wat is de relatie tussen NLP en Sjamanisme? Is die relatie er? Zijn er overeenkomsten? Of is NLP iets van deze tijd en sjamanisme een achterhaalde manier om de werkelijkheid te duiden, evenwicht te scheppen, je doelen te bereiken en je gezond en krachtig te voelen? Of is NLP een intellectuele activiteit die alle doelen voorbij schiet als het gaat om je te kunnen verbinden met je spirituele wortels en als mens te groeien naar meer bewustzijn? Uit de naam 'Neuro Linguistisch Programmeren' zou je dat kunnen afleiden. Neuro gaat over neuronen en neurotransmitters en die zitten vooral in je hoofd, linguïstiek is taalkunde, het spreken en is dus ook verbonden met een mentale activiteit en programmeren is computertaal. Om de tegenstelling tussen NLP en sjamanisme compleet te maken: sjamanisme is dan iets uit een ver en grijs verleden waarvan de beoefenaars rare keelgeluiden maken wat ze chanten noemen, raar dansen tot ze erbij neervallen en hallucigenen gebruiken waarmee ze in de andere werkelijkheid reizen. Ze kunnen energie voelen en daar invloed op uitoefenen, ze bewaken de zielskracht van een volk en van ieder individu afzonderlijk. En als een ziel niet compleet voelt gaan ze ernaar op zoek in die andere werkelijkheid. Dus ogenschijnlijk hebben deze twee technieken weinig met elkaar gemeen. Maar wat doen NLP-trainers? Ze werken onder andere met tijdlijnen en laten cursisten vooruitstappen in hun eigen leven totdat ze bij hun allereerste beperkende overtuiging zijn aangekomen. Als je hier met een ander bewustzijn naar gaat kijken, dus niet meer vanuit de beleving van het kind maar met de beleving van een volwassen mens, kan deze beperkende overtuiging worden veranderd in een positief geladen overtuiging. Gedrag kan dus worden veranderd. Via NLP-technieken kunnen deze onbewuste overtuigingen worden opgespoord en worden getransformeerd naar een overtuiging die dichterbij je eigen waarheid ligt. Het blijkt namelijk dat zo'n negentig procent van onze onbewuste overtuigingen niet in onze hoofden thuis horen omdat ze door opvoeding, school en cultuur zijn bepaald. Deze overtuigingen kunnen je afhouden van spirituele groei, omdat spirituele groei iets is waar je maar liever niet over praat.

NLP werkt in feite met energie, die je Het Veld kunt noemen, waarin alle informatie aanwezig is die je nodig hebt. Sjamanen doen hetzelfde en laten de mensen op bijvoorbeeld het geluid van de drum naar een innerlijke landschap reizen om daar krachtdieren te ontmoeten die hun hele leven al bij ze zijn en die je alles kunt vragen, dus ook naar je beperkende overtuigingen en ze vragen je te helpen deze te veranderen. Een krachtdier is een energie die bij je hoort of past en die je kunt ontmoeten in Het Veld. Een sjamaan noemt het niet Het veld maar 'een andere werkelijkheid'.

Sjamanisme is dus geen achterhaalde manier om de werkelijkheid te duiden. Sjamanisme is al eeuwen oud en de sjamanen die bereid zijn hiermee te werken voor het welzijn van ieder individu en de gemeenschap

zijn in staat deze manier van 'heel maken' aan te passen aan de eisen van de tijd. NLP is zeker geen intellectuele activiteit die alle doelen voorbij schiet. Het zijn beide technieken die werken met energie en ervan uitgaan dat je energie kunt beïnvloeden door middel van gedachtekracht. NLP doet dat bewust en in de alledaagse werkelijkheid. Sjamanen doen dat ook maar werken met technieken die je in een andere werkelijkheid of dimensie brengen. Het een is niet beter dan het andere. Wat een sjamaan doet is dat hij/zij je uit deze werkelijkheid haalt waardoor je toegang krijgt tot diepere lagen in jezelf. Dit gebeurt bijvoorbeeld door middel van het geluid van de drum, die je in een licht trance brengt. Zelf hebben ze ongetwijfeld gewerkt met hallucinogenen die een sterkere werking hebben en de sjamaan bij al zijn of haar angsten brengt, bij al zijn of haar vaste overtuigingen, om die aan te kijken en los te laten. Er staan sjamanen wat dat betreft een hele reeks methoden ter beschikking die alle sterk verbonden zijn met natuurkrachten. Sjamanen gaan met deze krachten een verbinding aan, omdat ze ervan uitgaan dat alles een ziel heeft. Er bestaat in hun zienswijze geen dode materie. Met alles kan een relatie worden aangegaan; met stenen, bomen, bergen, rivieren, windrichtingen, dieren, planten, mineralen enzovoort en al dit leven is heilig, omdat alle leven hier op aarde er is om een en dezelfde reden: namelijk om te groeien naar meer bewustzijn. En iedereen doet dat op zijn of haar eigen tempo en manier. Ook bergen veranderen. Het gaat alleen wat langzamer.

De sjamaan en NLP willen beide onbewuste overtuigingen bewust maken. Overtuigingen die ons iedere dag opnieuw laten zijn wie zijn, ons laten doen wat we dagelijks doen. Uit die onbewuste overtuigingen ontstaat gedrag waar we doorgaans niet gelukkig van worden. Extreme voorbeelden zijn behoefte hebben aan veel eten, veel roken, veel alcohol, veel seks, veel kopen, veel tv kijken enzovoort. En heel veel mensen zijn ervan overtuigd dat je hier gelukkig van wordt, maar zoals iedereen ook weet, kunnen geen van deze zaken de leegte vullen die dit gedrag veroorzaakt. NLP en de sjamaan willen je beide naar de oorzaak van dat gevoel van leegte voeren, naar je eigen overtuiging dat je die zaken nodig hebt om je gelukkig te voelen. NLP gaat ervan uit dat het beperkingen zijn van rationeel denken. Met behulp van NLP kun je deze gedachten en overtuigingen dus opsporen om ze vervolgens te transformeren om je dichterbij je werkelijke 'zijn' te brengen. En je werkelijke zijn is naast mens zijn ook te ervaren dat je goddelijk bent met oneindige mogelijkheden tot creativiteit, tot scheppen en dan met name tot herscheppen van je eigen werkelijkheid. De sjamaan gaat uit van het zelfhelend vermogen waar wij allemaal over beschikken en zal dat aanspreken, zal dat willen waker maken. Daarnaast – en daar ligt wellicht een verschil tussen NLP en sjamanisme – heelt een sjamaan op zielsniveau, terwijl NLP meer de ratio aanspreekt en gedrag wil veranderen. Sjamanen kijken bijvoorbeeld ook naar de voorouders die altijd deel van iemands overtuiging uitmaken, omdat je daar nu eenmaal uit voortkomt. Sjamanen werken ook met de ziel van de gemeenschap en gaan ervan uit dat als een lid van de gemeenschap ziek is, niet alleen die persoon ziek is maar de hele gemeenschap. Die persoon draagt voor iedereen in die gemeenschap datgene wat niet open is of geblokkeerd. Als je op die manier naar onze cultuur kijkt dan is er nog veel heling nodig.

En alle heling is dan welkom, of het via de ratio gebeurt of via de voorouders en de ziel.

Huidige westerse sjamanen zijn geen magiërs zoals je die vond en vindt bij de oude volkeren. De urban shaman of stad-sjamaan mengt de oude technieken met moderne psychologische technieken. Deze vermenging tref je bijvoorbeeld aan binnen de talloze zweethutceremonies die in Nederland plaatsvinden. Hierbij wordt met respect omgegaan met de natuurkrachten en de ceremonie zelf, maar is er in de hut gelegenheid om van je hart geen moordkuil te maken. NLPers en sjamanen. Is er veel verschil? Het zijn allebei heelmakers, waarbij de een gebruik maakt van die huidige technieken die zijn samengevoegd tot een bruikbare manier om tot heelzijn te komen en de sjamaan gebruikt daarbij ook de oude kennis en wijsheid van oude volkeren.

Jos Kester
www.spiritcompany.org