

>> ervoor dat de inhoud diep doordringt en beklijft. De belofte in het boek: "Verbindend communiceren bouwt fundamenten voor blijvende veranderingen in hoe mensen naar conflicten kijken en deze benaderen, waardoor conflicten een gelegenheid voor groei en transformatie kunnen bieden" klonk mij als professioneel conflictoplosser als muziek in de oren. Het lijkt allemaal zo simpel en logisch, maar de praktijk leert dat goede toepassing een diep inzicht, mededogen (voor jezelf en voor de ander

wiens intentie we soms niet zien) en training vergt. Heel concreet en praktisch zijn de verschillende aspecten die verbindend communiceren bevorderen danwel in de weg staan beeldend beschreven. De gebruikte metaforen zorgen ervoor dat het luchtig blijft en tegelijkertijd zeer diep raakt. Dit boek heeft op mij inderdaad een diepe impact gehad en ervoor gezorgd dat ik op dieper niveau ben gaan begrijpen en voelen wat het betekent om geweldloos te communiceren en daarmee meer en diepe-

re verbinding te creëren. Jan van Koert gaf me meer inzicht in waar het 'mis' gaat in de communicatie en hoe dat te voorkomen of, als dat toch nog niet helemaal lukt, te zien waar de verbinding brak en hoe dit valt te repareren. Vooral de diepe bevrediging en ontroering die het mij heeft gegeven om met behulp van dit boek te leren meer en meer verbindend te communiceren, maakt dat ik dit boek zeker van harte kan aanraden. (Shirley Vos - "De arbeidsconflictcoach")

INNERLIJKE MACHT

Innerlijke Macht. Joop Korthuis. PMA Instituut, 2007. ISBN 9780978659820

Geregeld ontvang ik e-mails afkomstig van het PMA Institute, waarin gesproken wordt over Progressive Mental Alignment (PMA). Hoewel de e-mails vaak met pakkende teksten openen: "De PMA-techniek: niet iets voor watjes!" en: "Progressive Mental Alignment (PMA) is met zekerheid de volgende generatie business training en coaching," raak ik door deze berichtgevingen niet overtuigd. De berichten zijn vaak lang en beloven (te?) veel. Wél raak ik nieuwsgierig, want een techniek die pretendeert én wetenschappelijk onderbouwd te zijn én je de tools in handen geeft om lang verborgen negatieve patronen aan te pakken met een betere gezondheid, plezierige relaties, een sterke motivatie en een krachtige positieve energie als resultaat, wekt op zijn minst mijn interesse.

De kern van boek komt eenvoudig gezegd neer op het opsporen van zogenaamde bad clusters om deze vervolgens te ontdoen van hun destructieve energie. Bad clusters verwijzen in dit geval naar verkeerd opgeslagen zintuiglijke gegevens, die volgens de auteur voor driekwart verantwoordelijk zijn voor onze geloofsystemen, beslissingen en gedragspatronen.

Het gaat hierbij overigens niet om 'gewoon' vervelende ervaringen, maar om gebeurtenissen of belevingen die als het ware voor een soort 'kortsluiting' in het brein zorgen, omdat ze een té hevige negatieve beleving veroorzaakten. Het ontdoen van de negatieve lading van deze bad clusters gebeurt kort gezegd door het spontaan laten opkomen van de beelden uit het onbewuste met de daaraan gekoppelde fysiologie, waarbij loslaten sleutelwoord is. Eens de inhoud van de bad cluster zich openbaart cq bewust wordt, is hij ontdaan van zijn lading.

Hoewel dit boek beslist een interessante invalshoek heeft en wat mij betreft verrassende inzichten toevoegt, valt er ook wel het één en ander op af te dingen. Wetenschappelijk onderbouwd, zoals de PMA website over dit boek vermeldt, betekent in dit geval een opgenomen referentielijst aan het einde van het boek. Er zijn echter geen literatuurverwijzingen of verwijzingen naar empirisch onderzochte bronnen in de teksten opgenomen, waardoor het geregeld gissen blijft naar de wetenschappelijke fundamenten achter de informatie. Ook worden de door de auteur eerste generatiemethoden genoemde disciplines als NLP, RET, PRI, Gestalt, EMDR enzovoort zonder pardon naar het vierde venster van



het Joharidiagram (onbekend) verbannen, omdat zij ondermeer de volledige taal van het onbewuste niet begrijpen en kennen (...). Jammer.

Hoewel met veel omhaal van woorden geschreven, is *Innerlijke Macht* inhoudelijk een prettig leesbaar boek met veel voorbeelden uit de praktijk, verduidelijkende metaforen en bovendien een positieve invalshoek ten aanzien van de mogelijkheden om de leiding over je leven, gezondheid en relaties te nemen en daar valt ook wat voor te zeggen. (Audrey de Jong - zelfstandig trainer en counsellor)