

Beschrijving van het Wij-team en de proeftuin

‘De menselijke geest wordt niet met wapens veroverd, maar met liefde en grootmoedigheid’ (Spinoza).

Vanuit Veder naar Vrede

Het woord 'Veder' bestaat uit de zeven letters van 'Vrede'.

Vrede is meer dan de afwezigheid van oorlog. Vrede kan worden beschreven als: 'afwezigheid van stoornis, twist of strijd'. Het Nederlandse woordenboek noemt 'Vrede' een toestand van rust, kalmte, maar ook 'goede verstandhouding en 'met iedereen in vrede leven in eensgezindheid, eendracht'.

We hebben het niet over iets nieuws; het is oude wijn in nieuwe zakken, maar dan wel met actieve werkers in de wijngaard. Ook generaties na ons zullen vragen stellen over hoe wij geleefd en gedacht hebben. Wat mooi zou het zijn als we een positief steunkader zouden kunnen bieden dat verder meereist door de tijd(en) heen.

De moord op Theo van Gogh (2004) heeft M.R. Westra gebracht tot de ontwikkeling van Theater Veder, de Veder Contactmethode, het Verbindingsmodel en een 'wij-team', een groep van individuen met gezamenlijke uitgangspunten die een boek schrijft vanuit positieve energie-uitwisseling over menslievende communicatie.

De formule $E=mc^2$

De formule $E=mc^2$ is de formule voor de samenwerking, waarbij E staat voor Energie die wordt opgewekt door toevoeging van de katalysator 'licht' (c^2) aan de zwaarte van massa (m).

In de massa is sprake van tegengestelde krachtenvelden. Aan de ene kant de Emotionele Bermudadriehoek (EBD) met de vernietigende krachten van Ego, Angst en Macht en aan de andere kant de positieve krachten van de Emotionele Gouden Driehoek (EGD) van Hart, Ziel en Lichaam.

De aanname is dat mensen die vanuit het zogenaamde negatieve krachtenveld reageren telkens ook de keus kunnen maken voor het positieve krachtenveld met meer verbinding en menslievend gedrag als gevolg.

Er kan dus met krachtenvelden worden 'gespeeld' en op worden afgestemd.

Het leren spelen met de krachtenvelden is voor Westra 'de Vrede formule' door het vederlichter te maken. Een kunstenaar zoals Peter Zoltkin speelde in zijn werk bijvoorbeeld altijd met twee natuurkrachtenvelden. Het fenomeen krachtenveld is niet alleen voor natuurwetenschappers fascinerend, maar dus ook voor beeldend kunstenaars en theatermakers. Westra is op het spoor gekomen hoe er bewust geschakeld kan worden tussen de twee krachtenvelden. En hoe dit te leren is. Eva Eger was met haar boek 'de Keus' (2017) voor haar een bron van inspiratie. Door het kunnen maken van een bewuste keus voor het positieve krachtenveld kan het negatieve worden overwonnen. De zuigende aantrekkingskracht van het negatieve is energetisch sterker dan het positieve. Maar het verlangen naar het positieve is sterker dan het negatieve. Zoals hart, ziel en lichaam sterker zijn dan angst, macht en ego. Het zijn twee polariteiten die vergelijkbaar zijn met de werking tussen licht en schaduw en de liefde die de dood overwint.

Uitdaging

Een uitdaging is het om aan te tonen om met een denkbeeldig voetbalteam en spelers in verschillende rollen, een boek te schrijven vanuit gezamenlijkheid. Er zijn maar elf mensen en een coach nodig om een geheel, een eenheid van taal te bereiken. Daarvoor hoeven de spelers niet voortdurend met het hele team te vergaderen. De Coronaperiode heeft ons geleerd dat we via digitale communicatie het contact kunnen vasthouden en uitdiepen. Persoonlijke ontmoetingen in zoomgesprekken en de uitwisseling van teksten zijn de basis. Het voorkomt groepsdynamiek die extra tijd en energie kosten. De belangrijkste voorwaarde voor het slagen van dit experiment is dat de WIJ spelers hun kennis, ervaring en talenten investeren vanuit innerlijke drijfveren, commitment en een behoefte aan persoonlijke groei. Daarbij willen ze een bijdrage leveren aan een ideëel doel zoals de Veder missie.

Wat wil het Wij-team bereiken?

- * Een ondersteuning voor de initiatiefneemster van het boek, M.R. Westra, om een boek met complexe gelaagdheden begrijpelijk en lezersvriendelijk te maken.
- * Het actief werken vanuit 'de contactstroom' in de Veder Contactmethode (VCM). Dit vergroot de kwaliteit van 'het werk', ons 'Gesamtkunstwerk'.
- * Het samenwerken vanuit 'een hoofddoel', een team vormen dat een EGD eenheid vormt, EBD wil overwinnen en daarbij scoort op $1 \times 1 = 2$
- * Een antwoord geven op de werking van negatieve krachtenvelden waaronder de moord op Theo van Gogh. Dit is het begin van de transformatie van een organisch proces waarbij constructie tegenover destructie geplaatst wordt.
- * Het bereik van het boek vergroten. Hoe meer mensen zich verbinden met dezelfde tekst hoe groter de kans op een optimaal bereik.

Daarbij is het belangrijk dat ieder teamlid zichzelf vanuit $E=Mc^2$ kan opladen en kan profileren. Het is belangrijk dat de hoofddoelstellingen voor iedereen hetzelfde zijn, dus eenduidig te interpreteren. Van belang is ook dat ieder teamlid zich kan laten aanspreken op EBD gedrag (ondermijning dat leidt naar ontsparing). Terugkeer naar de veilige zone van EGD is dus een voorwaarde. Daarbij is een universeel principe 'van werker in de wijngaard' een voor iedereen geldend en inspirerend belang.

Hoe werkt het Wij-team?

De auteur(s) zien het als een uitdaging om het boek te schrijven vanuit de Vrede-formule 'Kunst in Contact is $E=mc^2 = EGD=EBD/VCM$ ' en daarbij gemotiveerd door de vier kernwaarden, kwetsbaarheid, kracht, kunst en kunde.

Foppe de Haan (tweemaal coach van de Europese jeugdkampioenen voetbal) is Vederambassadeur. Hij staat symbool voor de teamgedachte bij de totstandkoming van het boek. Op 2 november 2025 verschijnt de 1^e proefversie van het boek. Op 2 november 2026 zal de eindversie worden uitgereikt.

Randvoorwaarden:

- Alle teamleden zijn bekend met het Verbindingsmodel.
- Wie merkt dat er hindernissen zijn in de communicatie, geeft dat direct aan.
- De coach (Westra) stuurt direct op ondermijnende factoren om te voorkomen dat het proces wordt vertraagd en daardoor in een negatief krachtenveld belandt (zoals angst, weerstand in de vorm van het 'ja, maar...').
- Eenieder neemt verantwoordelijkheid en zoekt contact met de coach wanneer hij/zij de aansturing om welke reden dan ook nodig heeft of een bedreiging ervaart. Zo kan het schrijfklimaat veilig blijven.
- Ieder denkt mee en reflecteert vanuit het positieve krachtenveld en zoekt mee naar oplossingen. Gestreefd wordt om constructieve feedback te geven in plaats van het denken in problemen.
- Alle teamleden communiceren uit een positieve grondhouding. Op deze manier wordt de kunst van de universele communicatie bereikt. Deze kunst is geworteld in kwetsbaarheid en wordt aangevuld door de kernwaarden kracht en kunde.

Proeftuin werken met het Verbindingsmodel

Het Wij-team onderzoekt of de onderstaande competenties universeel toepasbaar zijn, of dat deze voornamelijk gekoppeld zijn aan een persoon, in dit geval Maria. Als blijkt dat deze breder toepasbaar zijn, betekent dit een 'boost' voor het genereren van positieve energie, het kwadraat (^{2}) in de formule $E=mc^2$.

Westra gebruikt sinds 1997 de spelmethodiek van Keith Johnstone in haar werk. Dat betekent het actief stimuleren van en 'ja zeggen' tegen spelimpulsen die positieve energie opleveren. Het is een bewuste transformering van angst en ego naar hart- en- ziel- krachten. In het positieve krachtenveld zit bijvoorbeeld de empathie waarmee verbindingsweefsel doorlaatbaar, soepeler, wordt gemaakt. Dit leidt tot resonantie, het doorademen van een groepsfeer. Sinds Tweede Paasdag 2022 experimenteert ze met het Verbindingsmodel en investeert wekelijks in

de 'Vrede formule', $E=mc^2$. Ze nodigt mensen uit die met haar in een dialoog gesprek gaan aan de hand van het Verbindingsmodel. De proeftuin het 'Wij- team' is hieruit ontstaan. Uit de evaluaties van deze gesprekken blijkt dat handelen vanuit 'hart, ziel en lichaam' een algemene (wellicht universele?) behoefte en verlangen is. 'Wij' willen hierin doorgroeien en ons verder ontwikkelen.

Concluderend: Als we positieve energie kunnen opwekken en vasthouden, kunnen we samen uitdagingen aan en metaforisch 'kathedralen bouwen'. Menslievend gedrag is mogelijk als de 'draak' van angst, macht en ego wordt omgebogen naar organische communicatie vanuit hart, ziel en lichaam. Het is een vorm zonder strakke of rechte lijnen. Daartoe zijn vertrouwen en veiligheid de meest fundamentele voorwaarden.

"Leer de techniek, laat los en wees echt" (Anna Pavlova).

In deze proeftuinfase proberen de teamleden ook het gespreksmodel in hun eigen netwerk te gebruiken. Spelen met de krachtenvelden zal in eerste instantie ook conflicten en botsingen opleveren, maar uiteindelijk komt er positieve energie-uitwisseling voor terug. Dit hoort bij het leren spelen van het spel: niet blijven hangen in....makkelijker en snel leren schakelen...en je bewegen in het verkeer. Net als bij autorijden, heeft dit proces tijd, reflectie en afstemming nodig.

Deze investering is ook een leerproces en het geeft energie aan de teamleden zelf.

Er is zoveel 'aan onbewust zijn' dat mensen meegetrokken worden in het negatieve krachtenveld, ondanks het gedeelde verlangen naar positieve kracht, groei en ontwikkeling.

Voorbeeldgedrag kan helpen. Wanneer de pilot slaagt en het WIJ-team het proces goed kan beschrijven, kunnen mensen, relaties en systemen, er baat bij hebben. Dat is dan een van de resultaten van het transitieproces van de Veder Contactmethode in de periode 2008 - 2025.

Competenties van het 'Wij-team'

- Gebruik van het Verbindingsmodel in het team (en daarbuiten).
- Actief leren spelen, d.w.z. kunnen schakelen en afstemmen tussen het negatieve en positieve krachtenveld.
- Kiezen voor handelen vanuit het positieve krachtenveld (EGD: hart, ziel, lichaam) of daarnaar terug schakelen als je merkt wanneer je handelen wordt ingegeven vanuit het negatieve krachtenveld (EBD: angst, macht ego).
- Erkenning van je gevoelens van angst, ego of macht en het delen daarvan.
- Inzet van luistervaardigheden zoals 'doorvragen' en 'terugkoppelen' wat de ander zegt. Dit bewerkstelligt wederkerigheid en resonantie. Dit wordt bereikt door de contactstroom.

Ons WIJ team

Josien van de Beek , verplegingswetenschapper (interim) manager en docent.

Addie Birkhoff, speler Ouderen voor Ouderen, sociologe en docent Engels, voorheen beleidsondersteuner in onderwijsorganisaties.

Alle Bruggink, Vederambassadeur, voormalig onderzoeker, chemicus en hoogleraar; schrijft over duurzaamheid.

Hemmo Drexhage, voorzitter Theater Veder en theaterregisseur.

Foppe de Haan, Vederambassadeur, voormalig voetbalcoach en trainer.

Klaas Hofman, voormalig groepsleider, docent verpleegkunde.

Astrid Izelaar, bestuurslid Theater Veder en speelster, deskundige trouwen en rouwen.

Robert Jan Prenger, penningmeester Theater Veder, ICT projectleider.

Sjoukje Ronda, voormalig docente Duits.

Hilda Swarts, jurist, senior NLP en systemisch trainer, coach en dansdocent.

Kate Westra, psycholoog en coach.

M.R. Westra, eindverantwoordelijke voor het boek Kunst in Contact

1. Over de hoofdauteur

M.R. Westra (1961) is oprichtster van Theater Veder, grondlegster van de VCM en hoofdauteur van 'Kunst in Contact'.

Zij groeide op in een pionierscultuur, de Noordoostpolder. Van origine is ze verpleegkundige (1983) en studeerde vervolgens af aan de theaterschool (1990). Ze heeft zich gespecialiseerd in de ontwikkeling van 'echt contact'. Dit resulteerde in de ontwikkeling van de Veder Contactmethode die in de kern neerkomt op het opgang brengen van een contactstroom. Ze begeleidde twee promotieonderzoeken (VU in samenwerking met de Uva) met positief effect op welzijn en arbeidsplezier. De VCM als activiteit werd officieel erkend als interventie (Vilans).

Beoordelingen van de dialooggesprekken

Josien van de Beek, verpleegwetenschapper, (interim) manager en docent.

"Het gesprek was top. Je vraagt goed door."

Beoordeling van het gesprek: 8

Addie Birkhoff, speelster Ouderen voor Ouderen, socioloog en docente Engels, voorheen beleidsondersteuner onderwijs.

"Het was een emotioneel gesprek, waarin ik uitkwam bij mijn persoonlijke levensmotto: vertrouwen, hoop en naastenliefde".

Beoordeling van het gesprek: 8

Alle Bruggink, Vederambassadeur, voormalig onderzoeker, chemicus en hoogleraar; schrijft over duurzaamheid. *"Maria, de samenvatting wint aan kracht. Je zou de term negatief bij massa ook kunnen vervangen door inert of inertie. We komen steeds dichterbij elkaar in de uitleg. Je bent nog negatief over de massa. Zodra de 'm' door 'c' in beweging komt, wordt het energie. Dan wordt het opeens de gesprekspartner die jou begrijpt en begint de contactstroom te lopen. En die wordt des te sterker naarmate 'm' groter is. Bedenk ook dat in de 'm' van massa, het 'gewicht' van twee mensen zit die met elkaar in contact proberen te komen. Een gesprek vanuit het Verbindingsmodel ervaar ik als ODI, ontspanning door inspanning en verrijk/eikend. Liefde is een prachtige vorm van positieve en duurzame energie."*

Beoordeling van het gesprek: 9

Hemmo Drexhage, voorzitter Theater Veder en theaterregisseur.

"Ik vond het interessant om de inzichten over vernietiging te delen. Daar zit zo'n kracht. Ook in relatie tot creativiteit." Beoordeling van het gesprek: 8.5

Foppe de Haan, Vederambassadeur, voormalig voetbalcoach en trainer.

"Goed, dit gesprek dwong tot nadenken. En dat is gewoon goed."

Beoordeling van het gesprek: 8

Klaas Hofman, voormalig groepsleider, docent verpleegkunde.

“Jazeker, respect en goed luisteren, dat praktiseren wij wederzijds! Geen hinder, vol overgave!”

Beoordeling van het gesprek: 8

Astrid Izelaar, bestuurslid Theater Veder, zzp’ er in ‘troost en trouwen’

“Wat stilte tussen twee mensen vermag. Als geluid verstomt en ruimte wordt gevuld met aandacht. Zie de ander in jezelf.”

Beoordeling van het gesprek: 8,5

Robert Jan Prenger, penningmeester Theater Veder, ICT-projectleider.

“Het was een overrompelende verrassende ervaring vol met inzichten over hoe je op basis van de Vederbegrippen en -methode tot een gesprek komt over wat de ander drijft.

Beoordeling van het gesprek: 7,5

Sjoukje Ronda, voormalig docente Duits.

“Dit was een prachtige sessie. Eindelijk eens aandacht voor mij! Het was een fantastische ontmoeting, waarbij we bij elkaar in de spiegel mochten kijken en dat we tot de ontdekking komen dat we samen onderweg zijn. Bedankt, bedankt en tot de volgende keer.”

Beoordeling van het gesprek: 8

Hilda Swarts, jurist, systemisch begeleider en dansdocent.

“Maria vraagt door, waardoor de onderstroom binnen de communicatie inzichtelijker wordt en zich een verdiepend en inspirerend gesprek ontploopt!”

Beoordeling van het gesprek: 8.5

Kate Westra, psycholoog en coach.

“Het stroomde. Dan uiteindelijk warmte en empathie voelen in je lichaam. Een paar verhelderingen in het gesprek die even kracht kosten. Een soort blijdschap, opluchting, het is volbracht. We zijn er doorheen gekomen.” Beoordeling van het gesprek: 8.