

# Metamorfose

Boekbespreking door Regina Frumau

*Of we het nu leuk vinden of niet, veranderingen zijn levenslang onze metgezel. Niet alleen de wereld om ons heen is aan verandering onderhevig; ook wijzelf maken veranderingen door in verschillende levensfasen. En los van de uitdagingen en kansen die dat biedt, kan het voor behoorlijk wat onrust zorgen en onze wereld op zijn kop zetten. Toenemende verantwoordelijkheden, snelle veranderingen in de maatschappij en de bijbehorende druk hebben nu eenmaal een grote invloed op ons welbevinden. Hoe kunnen we daarmee omgaan?*

'Door heel goed te kijken naar een boom,' luidt het verrassende antwoord van Ronald van der Molen en Jan van der Linden. Zonder een zweem van zweverigheid gebruiken zij de metafoor van de boom om een aantal groeiprincipes in ons eigen leven inzichtelijk te maken. Net als mensen maken bomen gedaanteveranderingen - metamorfosen - door, veroorzaakt door de natuurlijke kringloop van de seizoenen. In ieder seizoen doet de boom precies wat op dat ogenblik nodig is, en dient hij het doel waarvoor hij gemaakt is.

Dat intrigeert de schrijvers, die in hun werk als coach regelmatig in aanraking komen met mensen in veranderingsprocessen: 'In dit boek nemen we jou mee op een reis die stimuleert om te groeien in hoe je bedoeld bent. Wij geloven niet dat jouw bestemming ergens in de verte op je ligt te wachten, maar dat deze al in je verborgen ligt. Net zoals de bestemming van een boom al in het zaad verborgen is. Het hoeft er alleen



nog uit te komen. Daarvoor is een metamorfose nodig.'

En hoe die metamorfose in haar werk gaat, wordt vervolgens glashelder uitgelegd. De reis begint met een doel voor ogen: het beschrijven van je bestemming of de kenmerken ervan. Vervolgens wordt aan de hand van het groeiproces van een boom stilgestaan bij je droom en hoe die omgezet kan worden in actie. Tot slot wordt een aantal noodzakelijke voorwaarden genoemd om tot een goed resultaat te komen. Dat alles met Psalm 1 als inspiratiebron en de bedoeling je te helpen ontdekken wat

jouw bestemming is. En wat jij mag betekenen voor de wereld om je heen.

Planten, ontkiemen, wortelen, groeien, snoeien, bloeien en vrucht dragen; het komt allemaal aan bod. En om de vertaalslag naar de praktijk te maken, staat er aan het einde van ieder hoofdstuk een aantal vragen om over te mediteren of met anderen te bespreken. Ook worden er verwijzingen naar Bijbelteksten gegeven voor het betere spitwerk en kunnen er via [www.metamorfose.me](http://www.metamorfose.me) documenten gedownload worden om mee aan de slag te gaan.

En dan blijkt een veranderingsproces ineens niet meer alleen maar lastig, maar vooral ook verwachtingsvol - stiekem zelfs leuk. De schrijvers creëren door hun enthousiaste en toegankelijke insteek de ruimte om stil te staan en tijd te nemen voor bezinning. Soms confronterend, maar altijd uitnodigend en met kennis van zaken zijn zij prima reisleiders op de reis die 'metamorfose' heet. En zo'n boom... die zorgt voor de prachtigste illustraties die je maar denken kunt. Inspiratie in woord en beeld!



'Metamorfose'  
Ronald van der Molen & Jan van der Linden  
Uitg. Ark Media,  
prijs € 12,95  
ISBN 978 90 33815 58 4  
Bestellen via de bon op pag. 27