

## Over het belang van levensverhalen

Gabriël Prinsenbergh, met wie ik in 1988 mijn allereerste training rond het werken met levensverhalen gaf, schreef ***In de middag van het leven. Over het belang van het levensverhaal voor de derde leeftijd. SWP Amsterdam, 2014.*** Hij is al decennia lang bezig biografisch leren en werken te verspreiden als methode voor onderwijs, vormingswerk en hulpverlening, heeft daarover eerder geschreven in *De tocht door het labyrint (Biografisch werken als begeleiding op de levensweg. Servire, Utrecht, 1996)* en in *Biografisch leren en werken (Het levensverhaal in kaart brengen. SWP, Amsterdam, 2005, vierde herziene druk 2020)*. In het boek *In de middag van het leven* filosofeert hij over ouder worden en oud zijn en over het verzilveren van vroegere belevenissen en wederwaardigheden: als een moderne alchemist moeten we goud maken uit onze levenservaringen. Zijn uitgangspunt kan ik volmondig onderschrijven: laten we ouderen zoveel mogelijk betrekken in ons leven van alledag. In een tiental bespiegelingen gaat het onder andere over levensfasen, over het feit dat levensverhalen vertellen nieuwe uitdrukkingvormen vindt in onze tijd, over ieders eigen levensscript, over het koesteren van drijfveren en passies en over het zichtbaar maken van herinneringen door erover te schrijven. Met boeiende literatuurverwijzingen. Een citaat uit het passiehoofdstuk (zó te gebruiken voor een oefening, dat hoofdstuk!):

*“Als we het hebben over datgene wat ons in beweging brengt, kennen we diverse termen die vaak door elkaar worden gebruikt. Motivatie, drijfveren en passies zijn wel de meest bekende. Bij motivatie gaat het vooral om de wens en de prikkel die ons tot activiteit aanspoort. Bij drijfveren denken we aan woorden als aansporing, behoefte en beweegredenen. Bij het woord passie – dat uit het Latijn stamt en lijden betekent – speelt emotie een belangrijke rol. begrippen als hartstocht, een groot verlangen of een sterk gevoel van liefde komen heel sterk in de buurt als we het over gepassioneerde hebben. iets waar je heel erg van houdt, waarvoor je het vuur uit je sloffen loopt, daaraan kun je ook lijden. Je brengt er soms offers voor of laat er dingen voor staan. het Duitse woord voor passie, Leidenschaft, geeft dat goed weer. In elke levensfase ervaren we specifieke drijfveren en passies die ons steeds weer op een andere manier motiveren. Wat is het toch dat we ergens warm voor lopen en graag ons bed voor willen uitkomen? Wat bezielt ons bij het ouder worden als de carrière drives er minder toe doen? Hebben we dan meer toegang tot werkelijke bezieling? “*

Gabriël geeft trouwens ook een mooie nieuwsbrief uit: *BioGraphein*. Over levensverhalen, levensloop en loopbaan. Aanmelden bij [gprinsenbergh@hetnet.nl](mailto:gprinsenbergh@hetnet.nl) (recensie: José Franssen, andragoge en auteur)