

01 | WAT IS JOUW INNER STANCE?

Je kunt nog zo positief denken. Als je inner stance zwak is, krijg je niets voor elkaar.

Daarom moet je eerst je inner stance in kaart brengen. Vanuit welke positie handel je? Waar kom je vandaan? Hoe handel je in het leven? En gezien je uitgangspunt (je inner stance): hoe bekijk je het leven nu?

De meeste mensen realiseren zich niet dat hun manier van kijken slechts één manier is. Ze denken dat alles 'gewoon is' zoals zij het zien. Maar als ze op een andere plek hadden gestaan, zou alles er anders uitzien. En hoe je dingen ziet, kan tot bijzonder veel nieuwe mogelijkheden leiden.

Daarom is nadenken over waar je naartoe wil niet de belangrijkste eerste stap naar resultaat. Het is wel een prima tweede stap. En op de lange termijn uiteraard van cruciaal belang, want je behaalt je doel natuurlijk nooit als je je doel niet helder voor ogen hebt. Maar er is nog iets veel belangrijkers als je een snel en daadkrachtig leven wil leiden. Een stap die je eerst moet nemen. Als je met een Straight-Line Coach werkt, begint hij te werken aan het fundament dat nodig is voor jouw transformatie. Hij wil weten waar je vandaan komt. Dat vraagt hij omdat hij wil weten wat je kunt zien, dus welke mogelijkheden er momenteel voor je zijn.

Niet waar je naartoe wil, maar juist waar je vandaan komt, bepaalt je succes en de resultaten in je leven. Natuurlijk geeft 'waar je naartoe wil' richting aan je leven, maar weten 'waar je nu op dit moment vandaan komt' geeft het proces snelheid. 'Waar je vandaan komt' is de basis voor 'waar je naartoe gaat'.

De positie van waaruit je in je leven handelt, is ten slotte 'wie je bent'. Met 'wie je bent' bedoel ik: hoe je verschijnt richting jezelf, richting anderen en richting het leven in het algemeen. Hoe je leeft. Hoe je in je leven functioneert. Wat je doet of niet doet. Wat je zegt of wat je niet zegt. Hoe je door anderen en door jezelf wordt gezien.

Deze uitgangspositie noem ik je inner stance (je innerlijke houding/positie).

Net als bij honkbal, dansen, schermen of vechtsporten, kun je je positie (je houding) te allen tijde veranderen. Dit ligt altijd volledig in jouw handen.

Je inner stance is de positie of mentale opstelling die je creëert om je leven vorm te geven. Hoe jij kiest je leven te leven, te bestaan of te 'zijn' met betrekking tot jezelf, anderen, uitdagingen of het leven in het algemeen. Anders gezegd: hoe je handelt in je leven.

Als van iemand gezegd wordt dat hij zus of zo is spreken we over de positie van waaruit hij handelt. Je kunt je eigen inner stance kiezen en deze versterken, simpelweg door vanuit die inner stance te leven. Inner stances kunnen je kracht geven of zwak maken.

Een Straight-Line Leider is meester in het creëren van zijn eigen inner stances en in het omgaan met die van anderen. Straight-Line Leaders werken met wijsheid en kracht.

Wijsheid =	Je bewust zijn van de inner stance van waaruit je op dat moment handelt.
Kracht =	De bereidheid en het vermogen om je inner stance wanneer nodig te shiften.

Inner stances kun je veranderen, puur en alleen door ervoor te kiezen.

De meeste mensen hebben dagelijks meerdere inner stances van waaruit ze handelen. Sommige mensen zijn zo vertrouwd met hun inner stances, dat ze denken dat zij deze houdingen zijn, in plaats van dat het iets is waarvoor je bewust of onbewust kiest. Ze realiseren zich niet dat zij een nieuwe houding kunnen kiezen als hun huidige houding niet goed werkt.

Mensen kunnen heel defensief reageren over de houding waar ze mee zijn 'vergroeid', omdat ze de houding verwarren met wie ze zijn. Ze zijn in de val gelopen! Immers: inner stances maken iemand zwak, als hij denkt dat één bepaalde houding bij zijn identiteit hoort. Mensen denken dat 'wie je bent' in je DNA zit of dat het om een vaste persoonlijkheid gaat.

Straight-Line handelen betekent: je laat de identiteit die je zwak maakt vallen en je creëert een nieuwe inner stance. Tot nu toe heb je bijna al je houdingen onbewust aangenomen. Van nu af aan heb je de mogelijkheid om ze bewust te gaan kiezen.

Bewust kiezen welke inner stance je inneemt, leidt tot enorm veel vrijheid. Je kunt altijd een andere houding kiezen om je leven beter en succesvoller te

leven. Als je huidige inner stance niet de resultaten oplevert die je wilt, verander je je houding totdat je er een te pakken hebt die creëert wat je wel wilt.

Op dezelfde manier als een honkballer die bij tegenvallende scores aan een nieuwe houding werkt: een voet wat verder naar achteren, iets dieper door de knieën zakken en schouders rechter. Binnen de kortste keren raakt hij de bal weer vol. Hij had gewoon een nieuwe houding nodig.

Op dezelfde manier bepalen de inner stances van waaruit je handelt, welke acties je wel of niet onderneemt en welke resultaten daaruit voortkomen.

***At all times and under all
circumstances we have the
power to transform the
quality of our lives.***

– Werner Erhard –

Onbewust aangenomen houdingen worden een gevangenis. Vooral als je je er niet bewust van bent dat je jezelf hebt geïdentificeerd met een bepaalde inner stance. Onthoud dat 'jij' niet je houding bent, maar dat het slechts een houding is die je aanneemt. Je kunt je inner stance op ieder moment aanpassen.

Distincties zijn kijkinstrumenten, net als een microscoop en een verrekijker. Ze laten je helderder kijken, zodat je kunt ontdekken vanuit welke houdingen je handelt. Iets wat je niet ziet, kun je ook niet veranderen. Het begint dus bij een heldere blik. Zoals Nathaniel Branden zegt: *'Je kunt niet weggaan van een plaats waar je nooit bent geweest.'* En daar voeg ik graag aan toe: *'Je kunt geen inner stance veranderen die je niet ziet.'*

Met behulp van distincties kun je van dichtbij bekijken vanuit welke houdingen

jij je leven leeft. Het maakt de houdingen zichtbaar en duidelijk. Distincties geven je het bewustzijn dat je nodig hebt om je pad vrij te maken voor een keuzemogelijkheid.

Misschien leef je bijvoorbeeld vanuit een chaotische houding. Zodra je dat inziet, kun je ervoor kiezen om naar een gefocuste houding te shiften. En let op: beide houdingen zijn een plaats waar je vandaan komt.

Begrijp goed dat ik hier niet spreek over positief denken. Je probeert je negatieve gevoel niet te verbergen of onder het tapijt te schuiven met positieve peptalks. Dat soort peptalks ben je na één nacht slapen direct weer kwijt. Ik probeer ook helemaal niets te verzachten. Ik wil dat je transformeert wie je op dit moment vanbinnen bent, op het allerdiepste niveau waar je gekozen inner stance ligt die alles voor je bepaalt.

Als de inner stance van waaruit je handelt bewust is gecreëerd, kun je snel en daadkrachtig leven. Wanneer het een onbewust zwakke houding is, kan die je volledig vastzetten.

We weten allemaal hoe verschillende mensen na het volgen van exact hetzelfde seminar compleet uiteenlopende resultaten kunnen behalen. Sommige mensen passen direct toe wat ze hebben geleerd en maken enorme sprongen in productiviteit, terwijl anderen terugkeren naar hetzelfde onproductieve leven van voor het seminar. Dit komt door de inner stance van waaruit beiden handelen. Hoe nuttig de informatie van het seminar ook is, het werkt niet bij mensen met een onbewust zwakke inner stance.

Kennis wordt pas nuttig als het ook daadwerkelijk met succes wordt toegepast. Weten zonder iets te doen, leidt alleen maar tot frustraties en verzwakt je kracht. Dus kennis alleen is niet genoeg om te bereiken wat je wil. Het gaat om waar je vandaan komt. De inner stance van waaruit je handelt, bepaalt met hoeveel succes je nieuwe kennis opneemt en met hoeveel succes je het toepast.

De meeste mensen schenken niet veel aandacht aan de houdingen van waaruit ze handelen in het leven. Ze richten zich alleen op waar ze 'naartoe' willen. En dat is een grote fout. Omdat de houding van waaruit je handelt de realiteit schept van wat voor jou mogelijk (of onmogelijk) is. De inner stance van waaruit je handelt, wordt letterlijk je leven. Die houding bepaalt of je de noodzakelijke actie onderneemt om daar naartoe te bewegen waar je in je leven wil komen (jouw persoonlijke punt B).

Ergens met je leven naartoe willen, wordt meestal een doel hebben genoemd. Maar zo'n doel is bij veel mensen eerder een wens of het hebben van hoop en zoals Fernando Flores zegt: *'Hoop is het ruwe materiaal van losers.'*

De meeste mensen realiseren zich niet hoezeer de houdingen van waaruit ze in het leven handelen of waar ze vandaan komen invloed hebben op hun persoonlijke en zakelijke leven. Als je niet bewust en opzettelijk krachtige inner stances creëert om vanuit te handelen, kun je van alles hopen en wensen, met bijzonder weinig resultaat, als er überhaupt al sprake is van resultaat.

Straight-Line Leaders tolereren in hun eigen leven of in het leven van mensen onder hun leiding geen inner stances die zwak maken. Het komt allemaal neer op het volgende: waar je vandaan komt, bepaalt welke acties je in je leven wel onderneemt en welke niet. Je houdingen vormen altijd de sleutel tot je kasteel of tot je gevangenis.

Vaak handelen mensen vanuit houdingen die zwakker maken, met als gevolg dat ze bij de pakken gaan neerzitten en ze zichzelf en hun acties gaan rechtvaardigen met uitspraken als 'zo ben ik nu eenmaal' of 'ik kan dit nu eenmaal niet'. Dit kan een heel pijnlijke, dure, frustrerende en verwarrende manier zijn om je leven te leiden. Voor ze het weten, zijn ze altijd aan het klagen. Ze zien niet in dat klagen slechts een vervanging is voor het nemen van verantwoordelijkheid om je leven tot een succes te maken.

Voorbeelden van handelen vanuit houdingen die zwak maken:	Voorbeelden van handelen vanuit houdingen die je krachtig maken:
- Piekeren	+ Toegewijd zijn
- Anderen de schuld geven	+ Authentiek en echt zijn
- Proberen	+ Groeikeuzes maken
- Tevreden zijn met inzichten	+ Integer handelen

Houdingen die je kracht geven noem ik 'Straight-Line posities'. Vanuit deze posities kun je er zeker van zijn dat je snelheid, kracht en resultaten in je leven kunt vergroten. Leven vanuit een Straight-Line positie is de eerste stap om een Straight-Line Leader te worden.

Straight-Line Coaching is opgezet om mensen te leren onderscheid te maken in posities, om vervolgens vanuit Straight-Line posities te leven.

Straight-Line Coaching is ook ontwikkeld om mensen te helpen onderscheid te maken in posities en daardoor onproductieve en niet-werkbare posities te laten vallen.

Als iemand vanuit een onproductieve of niet-werkbare houding handelt (in dit boek cirkel- en zigzagposities genoemd), dan lijdt de productiviteit en winstgevendheid daar altijd onder. Zelfvertrouwen en eigenwaarde zakken als gevolg tot een absoluut dieptepunt.

De kracht van Straight-Line Coaching zit hem in het feit dat het mensen inspireert zichzelf bewust te worden van de verschillende inner stances van waaruit zij handelen. Door de distincties kunnen ze naar believen kiezen welke houdingen, die hen kracht geven of zwakker maken, ze willen behouden of willen laten vallen. Distincties worden ingezet om je uit niet-werkbare posities te bevrijden.

Distincties geven je het bewustzijn dat je nodig hebt voor verandering. Je kunt niet iets veranderen zonder dat je je er bewust van bent. De inner stances die we in dit boek onderscheiden zijn de houdingen waarop topmanagers, business professionals, topsporters en bekende artiesten gecoacht worden om op hoog niveau te blijven presteren.