
Thuiskomen in het gekkenwerk

TEKST: SASKIA BULTMAN-BEELE BEELD: FROGGY5, UNSPLASH



Ik voel het meteen als ik opkijk. Serieuze ogen, vlakke intonatie. Ik zie het. Ik hoor het. Nadat de glazen deur van mijn tuinhuis openschuift, gaat er ook een deur in mij open. De voelbare spanning in mijn lijf van de ziel onder de arm. Wat ken ik het goed.

Lichtvoetig sta ik op. Met mijn lijf én ziel als klankkast. Ik ben me zo bewust van het eerste verschijnsel in mij: opletten nu, want je weet het maar nooit... Het verschijnsel van de magische beweging; die van oudste dochter met een haast onbegrensd verantwoordelijkheidsgevoel, geboren in een veld van relaties waarin de onmacht een prominente plek heeft.

De deur van mijn hart opent naar binnen als ik me realiseer dat het kleine meisje in mij die ochtend haar net iets te grote schoenen heeft aangetrokken. Een echte 'Phoenix hug' zet me op mijn dienende plek. Hè hè. Lucht. Ik hoef het niet te fixen. Om voorbij de binding met toen en ooit te komen, heb ik, zoals altijd, ook deze sessie voorbereid door eerst contact te maken met de grote ruimte én met mezelf. Wat wil hier vandaag gezien worden? Wat vraagt dit van mij? En wat is een dienende interventie?

Deze ochtend viel me het gedicht van Rumi in. *Dit mens-zijn is een soort herberg: elke ochtend nieuw bezoek. Een vreugde, een depressie, een benauwdheid, een flits van inzicht komt als een onverwachte gast. Verwelkom ze; ontvang ze allemaal gastvrij.* De wond is zichtbaar, voelbaar en hoorbaar. En: er is ook echt al wat innerlijk werk verricht. Dus waarom bij mij?

'Waar wil je naar kijken?'

De temperatuur in de ruimte stijgt. Ondertussen zijn er koele woorden over uitdagingen. Soms een ondefinieerbare glimlach. Meestal een serieuze blik. Ook ik ken de verleiding om terug te keren naar de analyse en beschouwingen. Ik leun naar achteren. Zo kan ik het wel een tijdje uithouden. Verduren. Ja. Daar ben ik in dit soort situaties goed in geïnteresseerd. En: hoe lang moet ik nog wachten? Waar heb ik eigenlijk zin in?

‘Jij als instrument’ is de sleutel van de ontmoeting. Echt zo’n kernzin die me wakker schudt. Welk gewicht leg ik in de schaal?

Als door een wesp gestoken, schiet mijn lijf naar voren. Vanuit resonantie met iets dat groter is dan ik, open ik – zonder erover na te denken – mijn handen. Ter hoogte van mijn hart beweeg ik mijn handen simultaan en ook los van elkaar. Alsof ik het gewicht in beide handen probeer te meten. Onmiddellijk is er herkenning aan de overkant.

‘Wat ligt er in die ene hand? En in die andere?’

Now we’re talking.

In het daaropvolgende onderzoek naar het erkennen van de polariteiten licht en donker ga ik voor en masseer met beide handen mijn kaken. Mijn vingers wrijf ik afwisselend stevig en zacht over mijn gezicht. Onderwijl even getroffen door mijn stille overtuiging: wat ben ik in hemelsnaam aan het doen? Het blijft toch een beetje gekkenwerk. In het niet-weten weet ik wel dat als ik bij die overtuiging blijf, ik niet tevoorschijn kom, uit angst dat ik voor gek word verklaard.

Ik weet dat ik dan trouw ben aan de *malade imaginaire* van mijn hoogzwangere overgrootmoeder. Mijn opa, de vader van mijn vader, werd geboren in het gekkenhuis waarin mijn overgrootmoeder was opgenomen. Geen wonder dat in de vaderlijn de ratio vanaf dat moment tot vertrouwenwekkend grondrecht werd verheven.

Van binnen reis ik even terug naar mijn eigen persoonlijke en professionele ontwikkeling. In de driejarige *Opleiding in professionele communicatie* nodigt ze me uit om bij haar op schoot te komen. Aarzelend kom ik dichterbij. Terwijl ik in haar ogen kijk, zeg ik schaamtevol: ‘Ik ben bang dat ik te zwaar voor je ben.’ Een twinkeling in haar ogen. ‘Ik kan wel wat hebben.’ Gaandeweg leer ik: denken moet, voelen mag.

Net als zij ga ik voor het kind van toen en ooit en een herkansing in het hier en nu. In contact met mijn ziel en zaligheid stem ik af op dat wat zich voor mijn neus afspeelt. Ook nu weer zijn mijn handen mij tot gids. Ik ben me gewaar van mijn duim die over mijn wijsvinger en middelvinger strijkt. Alsof ik een lucifer aansteek.

Waar zit het vuur?

‘Als je alles zou mogen kiezen, wat zou je dan willen?’ Twijfel. Ja. Nee. Ja. ‘Hoe wordt het dragen van risico beloond?’ Als je vol tevoorschijn komt, kan de ander van je schrikken. Ook al lijkt het gekkenwerk, het betekent niet dat je je eigen temperatuur tot het vriespunt terug moet brengen.

Tussen keuzevrijheid en keuzeverantwoordelijkheid contracteren we op een

bekrachtigende ervaring. In de ervaringsoefening volgt de beloning. Een plezierpaard voor twee. Een herkansing voor het kind. Eros in het volwassen lijf. ‘Adem dit gevoel maar eens helemaal in.’ Van top tot teen natrillend van levensvreugde trappen we nog even speels op elkaars tenen. Dan is het tijd voor afscheid.

Als ik na de sessie wat eigen integratietijd neem, hoor ik een kinderliedje in mijn hoofd. *Zo rijden de dames hop hop hop. Zo rijden de heren in galop, zo rijden de boeren hoepeta hoepeta. Ze rijden over een hobbelige weg, ze rijden over een zandige weg, ze rijden over een asfaltweg... oeps gat in de weg.*

Ineens herinner ik me hoe ik als klein meisje op de schoot van mijn moeder door haar toegezongen werd, terwijl ze me heen en weer liet hobbelen van haar ene been op haar andere. Ik had het niet kunnen bedenken en voel met terugwerkende kracht hoe ik ervan genoot om samen plezier te maken. Ook al was het spannend. Want altijd kwam dat ene moment. Het moment waarop mijn moeder met mij op haar schoot plotseling haar benen uit elkaar bewoog en ik precies in de ruimte ertussen viel. Ik voel hoe ik val. En weer opgevangen wordt. Met stralende ogen trekt ze me dicht tegen zich aan. Zo dicht dat ik haar hart hoor kloppen en haar warmte voel. Het antwoord op mijn eerdere vraag: waarom bij mij? is nu helder. En ik heb een idee voor een vervolgstap. Iets met mannenkracht. Want na het gat in de weg kan je opnieuw thuiskomen. 🌀