

Colofon

Van Neurose naar Heelheid

© Piet Stuitje

2e druk

ISBN 97894-6328-240-6

Eerder verschenen onder ISBN 97837-1031-897-9

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, elektronisch, door geluidsopname of weergaveapparatuur, of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur of uitgever.

Hoofdstuk 1

LADY OF THE DAWN

In *Melodisch rolt de wereld uit Gods hand* is Margot de hoofdpersoon, een mij zeer dierbare cliënte, die ik gedurende drie jaar psychotherapeutisch mocht begeleiden.

Op een dag, laat in de herfst, komt ze bij mij, een jonge vrouw. Ze ziet eruit als een concentratiekampslachtoffer, uitgeput en uitgemergeld. Wanhoop en hopeloosheid stralen uit haar, maar heel diep verscholen in haar wezen zie ik een sprankje hoop, dat haar naar mij heeft toegeleid. Heel behoedzaam moet ik haar tegemoet treden, ook in mijn vragen, want zij heeft nauwelijks of geen vertrouwen in wie dan ook.

In ons eerste gesprek toont zich reeds haar penibele leven. De vroegste herinneringen zijn gekleurd door angst. In nachtmerries overheerst angst, hangt een sfeer van dreiging en vervreemding, zijn er gordijnen die heel groot worden. Ze loopt dan naar de slaapkamer van haar vader en moeder, maar ze durft niet goed aan te kloppen. Altijd die vage heimwee, dat vreemde gevoel van eenzaamheid en verlangen naar... ja, naar wat? Nooit heeft ze zich goed gevoeld, nooit veilig.

Maar wat ze nu meemaakt, is verschrikkelijk, ze is futloos en kan tot niets komen, zelfs het meest eenvoudige voornemen kan ze niet ten uitvoer brengen, de eenvoudigste handelingen komen niet tot stand. Steeds de rampzalige notie 'kom ik hier ooit weer uit' en tegelijkertijd 'ik wil eigenlijk hier weg zijn'.

Even later raakt ze aan de diepte van de hopeloze situatie waarin ze verkeert, als ze zegt : 'Ik heb geen vertrouwen in u, ook u

zit in een heel andere wereld. Vanuit die andere wereld praten ze tegen me, zo gaat het in therapieën, wat moet ik ermee? In mij is een gevoel van heel anders zijn, er is iets heel erg mis’

De afgelopen zomer, tijdens haar vakantie in het buitenland, is ze in de war geraakt. Ze zwerft daar over straat, niet meer wetend wie ze is, op zoek naar zichzelf en naar haar familie. Op haar walkman steeds dat ene nummer ‘Anastasia’, dat ‘opstanding’ betekent. Ze weet het nog precies : ze loopt en loopt in de richting van een stad, achter haar een dorp dat vergaat, auto’s die richting het dorp gaan, proberen haar dood te rijden.

Ze ziet een stervende vlinder, pakt hem op en neemt hem met zich mee. Dan gaat ze rennen, want de wereld vergaat...

Een auto stopt, twee jongens spreken haar aan en brengen haar naar een ziekenhuis. Daar dwaalt Margot over de afdelingen, legt de stervenden de handen op en ziet ze weer opleven.

Terwijl ze me dit vertelt, komt haar opnieuw helder voor de geest hoe ze, gaande langs de stervende mensen in het ziekenhuis, dacht dat zij heilig was, als Jezus, en ook hoe toen de gedachte ‘nu grijpt God in en krijgen we de hemel op aarde’ in haar opkwam.

We zijn ongeveer een half jaar bezig in de therapie, een keer per week drie kwartier, we zijn blij dat er een begin van herstel is en dat het vertrouwen groeit. Ze krijgt lithium, een simpele, maar fascinerende stof die stabiliserend kan werken op het zenuwstelsel en ze neemt dagelijks twee antidepressiva in.

Lithium is het lichtste metaal met een hoge energetische lading. Dat is de reden waarom ze gebruikt worden in vrijwel alle batterijtjes. Het wordt ook gevonden in sterrenstof... We are stardust!

Maar toch, het zit allemaal zo diep, botsing tussen verstand en gevoel, tussen hoofd en hart, gevangen in een valstrik, klem, het is te veel... veel te veel. Vaak besluit haar een gevoel van walging, walging van zichzelf, van haar lichaam, van alles. Het

valt mij niet moeilijk dit te begrijpen, ik ken het uit mijn eigen leven en uit beschrijvingen van schrijvers en dichters. Frederik van Eeden (1860-1932) bijvoorbeeld heeft hier buitengewoon knap over geschreven in zijn *Van de koele meren des Doods*, met als ondertitel 'De geschiedenis van een vrouw. Hoe zij zocht de koele meren des Doods, waar verlossing is, en hoe zij die vond'. De hoofdpersoon, Hedwig Marga de Fontayne, vertoont reeds in haar kinderjaren opvallende tekenen van gebrokenheid. Als zij ongeveer negen jaar oud is, komt over haar 'de beklemming van iets geweldigs en ontzettends, zwaar en droef, dat niet weg wou... en hechtte zich als een kwade geur aan allerlei dingen' (koele meren p. 9) .

Dit verschijnsel dat zich reeds vroeg in het leven openbaart van Hedwig en Margot is van alle tijden. Het leidt tot een van de meest diepe emoties in het menselijk bestaan: walging... fysieke afkeer die je voelt tegenover het bestaan, alsof je maag omdraait en je moet kotsen. Het lijkt alsof je het niet eens bent met het leven, met Gods ordening en Zijn tijdsorde, je loopt uit de pas, je kunt of wilt niet meekomen in het ritme van de schepping. Je voelt je er niet in thuis, met recht een banneling op aarde, uit het paradijs gevallen. Het lijkt of je nog met één been staat in de paradijselijke sfeer en met het andere op aarde. Dit moet wel een heimweegevoel teweegbrengen, een altijd aanwezige, niet te stillen zucht naar vervulling en tegelijkertijd een onvermogen om op aarde te leven: niet echt geïncarneerd.

Als cliënt en therapeut dergelijke fundamentele ervaringen met elkaar kunnen uitwisselen, ontstaat er een vruchtbaar therapeutisch verbond. Onze samenwerking begint vruchten af te werpen. Margot luistert weer naar muziek, vooral naar Prince, naar Joe Cocker, en naar de droevige muziek van Henry Purcell, nog niet naar Bachcantates die ze vroeger veel beluisterde. Ze is ook begonnen met paardrijden, heel spannend, het maakt je zo bewust van je onwillige lijf.

Nu ze wat meer in beweging gaat en meer contacten heeft, merkt ze hoe moeilijk ze het vindt om alleen te zijn. Ook valt het haar op dat het wel goed gaat als ze samen is met één van haar familieleden, maar zodra er nog een bijkomt, redt ze het niet meer. Als we aftasten hoe dat komt, lijkt dit nauw verbonden te zijn met de gevoelige radar die ze heeft voor de vele conflictueuze relaties tussen de diverse familieleden. Zij is als het ware de hoeksteen waarop het hele familiegebouw rust... wat een last! Vreselijk! Als zij bezwijkt, dondert het hele gebouw in elkaar.

Margot leest een boek van Alice Miller, *Zelfkennis in ballingschap*, zo herkenbaar vanwege haar eigen gevoelservaring als balling, als gevangene, als geketende. De schrijfster stelt zich als therapeutisch doel om het kind te bevrijden, om het verstomde kind-in-ons te laten spreken en voelen. Want dit is het drama, het in wezen zo begaafde kind met z'n gevoelige radar voor alle wringende radertjes in het familienetwerk, moet wel verstommen, verstillen, verstarren. Alleen als we een therapeutisch klimaat kunnen scheppen, waarin voldoende basisveiligheid is en basisvertrouwen kan groeien, zal dit kind-in-nood de mogelijkheid ontdekken om opnieuw te wortelen, in beweging te komen, te praten, gevoed te worden en plezier te hebben.

En dan komt er een boekje op ons pad met de sprekende titel *Hallo meneer God... met Anna*. Een wonderlijk verhaal over een klein meisje, als zwervertje aangetroffen door de begaafde negentienjarige jongen Fynn, die haar opneemt in het huis van zijn moeder.

Anna ontpopt zich als een dartele vlinder die zich licht en vrolijk beweegt in de nabijheid van haar Schepper. Zij weet de meest geleerde verbanden spelend en intuïtief te doorgronden. Anna maakt ons duidelijk dat het de mens gegeven is om in een intieme relatie met God te leven, in een aanwezigheid 'nearer than my heartbeat', met een God die zich manifesteert in het

allerkleinste en in het allergrootste. Dat betekent dat God IS in alles en in allen, altijd en overal, eeuwig... in elke cel en in ieder atoom van jou en mij, wij kunnen op geen enkele wijze gescheiden worden van de liefde van God die is in Jezus Christus onze Heer. Zonder het besef van die nabijheid zijn we verloren, op eigen kracht kunnen we onze pelgrimstocht op aarde niet volbrengen.

Gelukkig daagt er een vaag besef in Margot dat ook zij het zonder deze dimensie niet redt. Ze zegt: 'Ik heb de strijd verlegd, eerst was ik dag in dag uit bezig met gedachten om mezelf van kant te maken, nu durf ik te hopen en zoek ik oplossingen, maar hoe en waar is nog in duisternis gehuld.'

Op zo'n moment zeg ik vaak tegen mijn cliënten: 'Als het donker is, moet je het licht aandoen!' dat heb ik veertig jaar geleden geleerd van Maharishi Mahesh Yogi en ik denk dat hij gelijk heeft. Meestal volgt als reactie, dat kun jij nu wel zeggen, maar hoe doe je dat? Precies zoals je het zegt, is dan mijn antwoord, je moet het gewoon doen! Hoe donker het ook is, je moet je altijd weer opnieuw toewenden naar het licht, het licht kan niet sterfen, is eeuwig en wij zijn lichtwezens: wij komen uit het licht en gaan er weer naartoe.

'Toen hij geglimlacht heeft, 't eerst van zijn leven

Kwam hij uit verre stille landen zweven

Daar had hij geen gehoor en geen gezicht

En leefde alleen'lijk bij inwendig licht'

(Frederik van Eeden)

Op mijn vraag hoe zij als klein kind in het leven stond, antwoordt zij: 'Nou, volgens mijn vader en moeder was ik een leuk en bijdehand kind, vaak angstig. Toch wel een moeilijk meisje, dat altijd aandacht vroeg en heel dwingend kon zijn.' Wat ik zie, zeg ik tegen haar, is dat er nog steeds een levenskracht in jou is die wil overstromen, maar tegelijkertijd zijn er tegenkrachten