

KIET

Van Frans van de Goor zijn eerder verschenen:

“Liza & Lotte en het verdwenen huis”

ISBN: 9789464180473

Uitgever: Brave New Books

Verschenen: 25-08-2020

NUR: 280

“Dashboard van de ziel”

Het lichaam als voertuig van de ziel”

ISBN: 9789402196580

Uitgever: Brave New Books

Verschenen: 16-02-2020

NUR: 860

“Voel je leven”

Via gevoelens en emoties de zin en onzin van het leven ervaren

ISBN: 9789402188257

Uitgever: Brave New Books

Verschenen: 15-02-2019

NUR: 740/861/770

“Uit je dak denken”

Over de noodzaak van verbeelding

ISBN: 9789402174533

Uitgever: Brave New Books

Verschenen: 17-03-2018

NUR: 870

“Vreemde Kost”

Over de omvang van en omgang met psychisch voedsel en het effect daarvan op het menselijk gedrag

ISBN: 9789402165791

Uitgever: Brave New Books

Verschenen: 10-08-2017

NUR: 870

Auteur: Frans van de Goor

ISBN: 9789464358629

NUR: 340

Uitgever: Brave New Books

Omslagontwerp: Frans van de Goor

© 2021 Frans van de Goor

Frans van de Goor

KIET

You can't start a fire without a spark

Inhoud

Hoofdstuk 1	6
Hoofdstuk 2	9
Hoofdstuk 3	11
DEEL 1	
Hoofdstuk 4	16
Hoofdstuk 5	19
Hoofdstuk 6	25
Hoofdstuk 7	30
Hoofdstuk 8	32
Hoofdstuk 9	36
Hoofdstuk 10	39
Hoofdstuk 11	43
Hoofdstuk 12	46
Hoofdstuk 13	56
Hoofdstuk 14	62
Hoofdstuk 15	67
Hoofdstuk 16	72
Hoofdstuk 17	79
Hoofdstuk 18	81
Hoofdstuk 19	88
Hoofdstuk 20	92
DEEL 2	
Hoofdstuk 21	97
Hoofdstuk 22	103
Hoofdstuk 23	107
Hoofdstuk 24	110
Hoofdstuk 25	114
Hoofdstuk 26	131
DEEL 3	
Hoofdstuk 27	144
Hoofdstuk 28	149
Hoofdstuk 29	157
Hoofdstuk 30	163
Hoofdstuk 31	165
Hoofdstuk 32	172
EPILOOG	174

Hoofdstuk 1

“My expectations may be high. I blame it on my youth.”

Feargal Sharkey

(23 juli 2016)

Die ochtend viel het ochtendlicht als een doodslaken over mijn klamme gezicht. Mijn beenspieren schoten in een stalen kramp. De pijn die dat teweeg bracht dreef mij het bed uit. Eenmaal naast mijn bed tolde mijn hoofd alsof de slaapkamervloer een kermisattractie was geworden. Snel zocht ik steun bij een kruk die voor de kasspiegel van mijn vrouw stond. Ik moet overgeven, dacht ik en probeerde de badkamer te bereiken. Daarna.....zwart...stilte..leeg...niets..

In de verte hoorde ik vaag iemand praten. In mijn mond de smaak van ijzer en bloed. De stank van vers bloed..... Onder mijn hoofd een plas felrood bloed. Ineens realiseer ik me dat ik op de planken van de slaapkamervloer lig. De stem van José, mijn vrouw. Ze staat op afstand van mij te praten met iemand via haar mobiel.‘Eerst lag hij doodstil. Even later maakte hij snurkgeluiden..... Hij schokte met zijn hele lichaam. Hij is met zijn hoofd tegen de harde rand van de lectuurmand gevallen en bloed uit zijn gezicht.....Ja....is goed..... ‘ Ik wil opstaan, maar krijg van José te horen dat ik persé moet blijven liggen. Even later gaat de deurbel. Beneden slaat onze hond aan. José snelt naar beneden. Ik lig daar naakt op de slaapkamervloer en trek de lade met ondergoed open die binnen handbereik is. Snel gris ik een onderbroek uit de lade en trek deze zo goed als mogelijk aan.

Dan staan er plotseling twee ambulancebroeders bij me. Ze spreken mij aan en helpen mij overeind. Ik zit binnen no time op een stoel terwijl er allerlei stickers op mijn lijf geplakt worden. Aan de stickers met metalen aansluitpunten worden allerlei draden gekoppeld die mijn hartslag, zuurstofgehalte, temperatuur meten. Om mijn arm een bloeddrukmeter. Inmiddels staan er vier ambulancebroeders in de slaapkamer. Dan worden de kleuren vaag, hoor ik een oorverdovende piep in mijn oor en worden de geluiden om mij heen doffer, opnieuw voel ik me uit mijn bewustzijn wegglijden. Ik word met stoel en al

achterover op de grond gelegd.....ik ben in het zwarte niets.....

‘....Hij komt weer bij....,’ hoor ik een stem in de verte zeggen.....Het geel, het groen lopen als waterverf door het beeld wat ik op mijn netvlies krijg. ‘Zo, daar ben je weer,’ hoorde ik een stem boven me zeggen.

‘We krijgen de brancard niet naar boven. Meneer,....bent u in staat om de trap af te gaan? Wij zullen u daarbij wel ondersteunen.’ Ik geef aan dat me dat wel zal lukken. Trede voor trede daal ik af naar de hal. Bij de voordeur staat de brancard klaar. Ik heb het koud. Voorzichtig kruip ik op de brancard. Een laken en een deken worden om mij heengeslagen. Ik word vastgegespt. Mijn hond staat bij de overbuurvrouw onrustig toe te kijken. Voor onze oprit staan twee ambulances geparkeerd. ‘Naar welk ziekenhuis moeten we u brengen?’ ‘Doe maar het Anna,’ zeg ik terwijl de wieltjes van de brancard weggekapt worden en ik de ambulance word binnengeschoven. De ambulancebroeder neemt naast mij plaats in de ambulance, José zit aan de andere zijde.

Tijdens de rit krijg ik allerlei injecties en voelt het ijskoud. Ik moet kokhalzen.....overgeven.... Eenmaal in het Anna word ik wederom aangesloten op allerlei apparatuur en krijg een infuus. Mijn hartslag is te laag. Mijn lichaamstemperatuur is $35,6^{\circ}\text{C}$. Tot twee keer toe gaat het alarm af tot grote schrik van mijn vrouw. Toegesneld personeel stelt haar gerust dat ze zich geen zorgen hoeft te maken.

Even later word ik naar de IC gereden waar ik op nog meer apparaten word aangesloten. Die dag heb ik half slapend, half wakend doorgebracht.

Tijdens de nacht kwamen er allerlei beelden in mijn herinnering van de laatste werkdag voordat de zomervakantie ook voor mij begon. Het was een emotionele rollercoaster, waarin de fysieke uitputting en emotionele uitputting een wedloop hielden voor de hoogste score. De hitte van de zon die de lichaamstemperatuur opjoeg, de alcohol, de emotionele gesprekken tijdens de afscheidsborrel. Moe maar voldaan was ik tegen middernacht na een kilometerslange fietstocht thuisgekomen en had buiten op de loungebank nog even wat nagepraat en wat gedronken. Eindelijk vakantie!

Ik had mijn eerste vakantiedag wel anders voorgesteld.

Na enkele dagen werd ik naar een andere afdeling overgeplaatst in afwachting van het plaatsen van een pacemaker.

Aan het einde van de week was ik weer thuis.

Tot twee keer toe had ik een hartstilstand overleefd. De eerste keer was mijn lijf in staat om mij weer terug te halen uit de dood. De tweede keer gebeurde het in het bijzijn van de ambulancebroeders. José vertelde mij naderhand, dat een stevige ambulancebroeder mij een flinke stomp op mijn borstkas heeft gegeven. Hij was het die zei dat ik bijna een minuut geen ademhaling en hartslag had ... Eigenlijk DOOD was.

Twee maanden daarvoor was ik midden in de nacht opgestaan met heftige buikkrampen. De enkele meters naar de badkamer leken wel kilometers. Tijdens het openen van de badkamerdeur en het aanknippen van het licht werd ik misselijk en nam een intense diepe heftige ruis bezit van mijn oren. Eenmaal op de wc-pot werd ik nog misselijker. Ontlasting en overgeven streden om de wc-pot. Het ademen werd steeds moeilijker en mijn ribbenkast leek in de greep van een ijzeren knellende band gekomen. Ik kreeg het heet. Het leek of mijn lichaam in brand stond. ‘Niet vallen!!!!’ sprak ik mezelf toe. Ik voelde mijn lichaam niet meer, had geen controle en ging op automatische piloot op mijn zij liggen.

Er flitste een gedachte in mijn hoofd: ‘Dit kan het toch niet zijn?! Is dit het einde?’ Daarna werd het zwart.....niets.....

Hoe lang ik daar op die koude vloertegels gelegen heb, weet ik niet, maar bibberend van de kou, nat van het zweet en in mijn eigen ontlasting keerde ik terug in de wereld der dingen.

Met moeite kon ik het bed weer bereiken. José was niet wakker geworden. Ik schudde haar wakker. ‘Schat, ik heb net toch iets bizars meegemaakt. Het leek wel of ik doodging. Ik ben even bewusteloos geweest...’ José had inmiddels haar leeslampje aangedaan en constateerde dat ik er “lijkwit...” uitzag. Ze rook ook de stank van de ontlasting en begeleide mij liefdevol naar de douche. Terwijl ik het angstzweet en de ontlasting afspoelde verschoonde ze ons bed. Na een

half uur slapen we beiden weer in. Om 6.15 uur ging de wekker. ‘Hoe voel jij je?’ vroeg José bezorgd. ‘Gaat wel. Ben nog een beetje brak van de nacht.’ ‘Je gaat zeker gewoon wél werken?!’ zei José. ‘Ja. Natuurlijk!’ sprak ik alsof er niets gebeurd was. Die ochtend kwam ik op mijn werk en meldde mijn nachtelijke belevens aan de directie. Deze raadde mij aan om die dag rustig aan te doen of mij anders meteen ziek te melden. Ik wilde aan het werk en zo snel mogelijk alles vergeten wat er met me was gebeurd. Die dag heb ik vooral op automatische piloot gewerkt. Achteraf gezien had ik die ochtend rechtstreeks naar het ziekenhuis moeten rijden om daar via de eerste hulp onderzoek naar hartfalen te laten doen. Met de kennis van nu kan ik zeggen dat ik die bewuste nacht een keiharde klassieke hartaanval heb overleefd.

Hoofdstuk 2

Die eerste dagen thuis na mijn ziekenhuisverblijf waren euforisch. Kaarten, bloemen, allerlei bezoeken. De aandacht die ik kreeg was ongekend. Inmiddels was de zomervakantie al in volle gang. Na anderhalve week verslapt de aandacht en werd het stiller. De vakantiedagen van José waren op en voorbij. Overdag ging ze weer werken.

Samen met mijn hond ging ik op zoek naar de rust en het evenwicht van de natuur. Elke dag de natuur in. De ene keer het bos in de andere keer een wandeltocht over de heide.

Eenmaal thuisgekomen van zo’n wandeling, was ik uitgeput, voelde me een hoogbejaarde man. De conditie die ik voor mijn hartstilstand had, was totaal verdwenen. Na een sterke koffie, kreeg ik meestal wel een energiestoot.

Die eerste week ontving ik toch een cliënt in mijn praktijk. Op zoek naar eigenwaarde, op zoek naar wat me energie zou geven, mijn onzekerheid reduceren, of gewoon terug naar het normale. Mijn gezicht zag er nog behoorlijk gehavend uit. Met flinke korsten op en onder mijn neus en op mijn kin leek het wel of ik een ongeluk had gehad. En, in feite was dat ook zo. Een ongeluk dat ik overleefd had.

Het was bizar, dat mijn cliënt binnen een minuut vroeg of ik een auto-ongeluk had gehad.

De sessie verliep goed. Mijn gedachten, mijn observatievermogen, mijn praktijkkennis, mijn empathie stelden me gerust, ofschoon het vertrouwen in mijn lichaam nog niet terug was. In mijn borst was een pacemaker geïmplanteerd als bewaker van mijn hart. Wat als die een storing krijgt, uitvalt of op hol slaat? Dit soort gedachten bleven rondspoken in mijn hoofd en zorgden voor een onrustgevoel.

Het internet kan een zegen zijn, maar ook een angstversterker. Na het plaatsen van de pacemaker had ik een folder meegekregen waarin opgenomen het risico van elektrische- en magnetische velden bij een pacemaker. Aangezien ik en de meeste mensen veel met apparaten/gereedschap omga die elektrische- en die magnetische velden veroorzaken, was het die eerste tijd vooral onderzoeken en uitproberen. Op het internet was te lezen dat ik minimaal 30 cm afstand zou moeten houden van elektrisch gereedschap, geluidsboxen van mijn stereo, beveiligingspoortjes, keukenapparatuur enz. Zelfs het openen van de motorkap van mijn auto terwijl de motor draait werd ten strengste verboden bij een pacemaker. Koken op inductieplaten en het hebben van een pacemaker is not done, zodat ik bij vervanging van de kookplaat in de keuken toch maar weer voor een kookplaat op gas ging. Mijn mobiele telefoon heb ik die eerste maanden niet aan mijn linkeroor durven te houden, omdat de mobiele telefoon dan binnen 20 cm van de pacemaker zou komen. Zo werd de kennis over de werking en de gevaren waaraan een pacemaker blootstaat die mijn leven bewaakt een echte angstaanjager.

Bij elke winkel waar beveiligingspoortjes aan de ingang stonden moest ik mezelf overtuigen, dat het zo'n vaart niet zou lopen. Soms ging het alarm bij het binnenkomen wel eens af bij een te sensitief afgesteld poortje. Winkelmedewerkers die mij zagen binnenkomen, hervatten na een professionele blik hun bezigheden. Degene die van het valse alarm het meeste last van had, was ikzelf. Ik schaamde me elke keer weer. Voelde mij betrappt. Tijdens de bagagecontrole voor onze eerste vliegreis na mijn hartstilstand liet ik mijn pasje van het "ICD&Pacemaker register" zien. Mij werd gevraagd even te wachten. Daarna werd ik langs de beveiligingspoort geleid en werd ik volledig

gefouilleerd, alsof ik een crimineel was. Met schaamrood op de kaken zag ik hoe andere passagiers mij aankeken.

Alles voor de eerste keer.....Nieuwe kansen.....Nieuwe verwachtingen.....Nieuwe beperkingen en grenzen, daardoor nieuwe speelvelden...Nieuwe regels.....Nieuwe angsten.....

Hoofdstuk 3

Het besef, dat leven plotsklaps kan overgaan in de dood heeft een vorm van rebellie bij me losgemaakt. Rebellie tegen voorzichtigheid, tegen wachten, wachten op datgene wat in de (nabije) toekomst ligt. Niet morgen, maar vandaag! Ik ben in ieder geval niet meer bang voor de dood. Alle beeldende praatjes en verhaaltjes over hoe mooi en vredig het kan zijn na de dood, maken mij opstandig. Een tunnel met aan het einde helder wit licht. Engelen of demonen die je begeleiden naar.....Ja, naar wat eigenlijk?

Ik ben er geweest en ook weer van teruggekomen en..... IK ZAG, HOORDE, VOELDE, ROOK, PROEFDE HELEMAAL NIETS MEER.....JE BEWUSTZIJN VALT WEG.....TOTALE LEEGTE!

Op het moment dat ik mij dat realiseer, krijg ik beter inzicht in de rol van de religies. Elke religie die houdt haar trouwe volgelingen voor, dat er een soort van beloning wacht voor het volgen van de regels en voorschriften. Die beloning is in alle gevallen beter en mooier dan het “geleden” leven op aarde.

Zo is religie in welke hoedanigheid dan ook eeuwenlang de grootste beïnvloeder geworden van de wijze waarop het leven op aarde geleefd zou moeten worden. Het lijntje met het hiernamaals die de hiërarchisch hooggeplaatsten schijnbaar hebben staat al die tijd borg voor de macht. Religie trok zo het kleed van de rechter aan en bepaalde wat goed of fout gedrag was. De religie in de vorm van rechter kon op die (macht)positie ook het oordeel uitspreken over het vervolg in het leven na de dood de mens. In het gunstigste geval kom je na de dood dichterbij (de) God die bij de religie hoort die je tijdens je leven trouw hebt gevolgd.

Toch kan religie wel degelijk troostend zijn voor diegenen die bang zijn voor de dood. Angst maakt stresshormonen aan, waardoor het lijf

in spanning, in een bijna-krimp, kan terechtkomen. Wanneer emotie, gevoel en gedachten gaan samenspannen, kan de transitie van leven naar dood een hel worden..... Een stervende gelovige behorende bij een religie heeft er dan wel degelijk baat bij wanneer een geestelijk zorgverlener zijn/haar transitie begeleidt.

Het ontzielde lichaam, het stoffelijk overschot, het lijk, het omhulsel wordt na de dood versneld getransformeerd in as, of wat langzamer door de natuur zelf gecomposteerd, of zelfs helemaal opgelost in vloeistof tijdens het resumeren. De ziel zonder lichaam gaat volgens mijn overtuiging weer op zoek naar belichaming. Een vorm van recycling die dicht bij de natuur ligt. Ook heb ik de overtuiging dat de ziel tijdens een belichaamd leven ervaringen opdoet, die het diep in zich blijft meedragen. Wanneer de drager van de ziel intuïtieve gedachten krijgt of/en intuïtief handelt zou er zomaar eens sprake kunnen zijn van beïnvloeding vanuit de ziel.

Elk geleefd leven ontwikkelt de ziel verder, zonder zelf zicht te hebben op het totale vergaarde “weten.”

De zin van het leven wordt voor mij plotseling glashelder: HET LEVEN MOET GELEEFD WORDEN OM HET LEVEN ZELF. De ervaringen tijdens het belichaamd leven vormen, slijpen, polijsten, verrijken de ziel. Hoe meer weerstand in het leven wordt ervaren, des te meer wordt de ziel gepolijst en “voller van waarde:.....waardevoller.”

Heel langzaam is het inzicht bij mij ontstaan, dat niet de buitenwereld de oorzaak is van mijn gevoel dat ik zoveel moet. Nee, het zijn mijn overtuigingen, gedachten, die de lat steeds hoger voor mijzelf leggen. En waarom? Inmiddels weet ik het antwoord: OM MAAR GOED GENOEG TE WORDEN BEVONDEN DOOR DE ANDER(EN).

Daarbinnen zit ook een onzeker kind, dat gezien en gehoord wil worden. De overtuiging van dat kind is, dat het vooral goed zijn best moet doen om aardig en goed genoeg gevonden te worden. “Het moeilijk en eigenlijk niet alleen kunnen en willen zijn,” is daar ongetwijfeld een van de uitingen van. Veiligheid in de groep zoeken, zodat niemand ziet dat je niet goed genoeg bent en niet deugt.

Volwassenen hebben in het verleden uitspraken gedaan die diepe voren in het kind zijn zelfvertrouwen hebben getrokken. Dat die

uitspraken zo'n impact hebben gekregen, ligt ook aan het kind zelf. Bij elke uitspraak die op de persoon gericht was (of zo gevoeld werd), werd het kind onzekerder over zichzelf en datgene wat het echt interesseerde.

'Dan maar op veilig spelen,' heeft het kind lang geleden besloten. Datgene wat ik goed kan (een deel van mijn talenten) uitvergrooten en alles wat ik heel graag zou kunnen en willen naar de achtergrond verbannen.

In mijn geval, was ik gelukkig gezegend met een muzikale creativiteit en bezat in ieder geval al vroeg een lichaam dat atletisch en sterk overkwam. Het gevolg van dat laatste was, dat al op jonge leeftijd de interesse werd gewekt van de andere sekse. Dit resulteerde vooral, vanuit mijn kant, in gretigheid en daardoor slordig omgaan met meisjes en vrouwen die vooral het lichaam zagen en hoopten dat ik als bewoner van dat lichaam ook in staat zou zijn om een heldere bezielde relatie met hen aan te gaan. Met de wetenschap van nu kan ik zeggen, dat ik toen (bijna) niet in staat was om zo'n hechte verbinding aan te gaan, omdat ik niet van mezelf hield. Ik deugde niet en was het niet waard, was mijn overtuiging.

Via mijn muzikale creativiteit kon ik niet alleen mijn muzikale vaardigheden ontwikkelen, zoals het bespelen van instrumenten en het componeren en arrangeren van muziek, maar ook in het overbrengen daarvan in en met groepen mensen. Bandjes en zangkoren gaven mij het vertrouwen, dat ik goed genoeg was en dat ik gehoord en gezien werd, ook al was dit vooral muzikaal gezien. Ik werd ooit een wandelende muziknoot genoemd.

Ik verdiende de kost in het onderwijs, waar ik verbondenheid begon te voelen met de leerlingen die aan mij waren toevertrouwd. Elk jaar had ik wel één of meerdere kinderen in de klas, die mij sterk deden terugdenken aan mijn eigen jeugd. Het gebrek aan zelfvertrouwen herkennen, dat zich vaak vermomde en uitte in desinteresse, geestelijke afwezigheid, agressie en problemen met autoriteit of juist altijd meegaand en ontwijkend, werd een soort missie die ik mezelf had opgelegd: signaleren en aanpakken!

Het werken met "dat soort" kinderen is voor de betreffende kinderen (en mij) vaak bevrijdend en helend geweest. Dit laatste hoorde ik dan

nogal eens aan het einde van het schooljaar, of jaren nadien bij een bezoekje van een oud-leerling aan het oude nest. Tegelijkertijd had het een werking op mijn eigen zelfvertrouwen en bevestiging dat de missie die ik mezelf opgelegd had ook helend voor mezelf werd.

Voor mij waren kinderen die aan mij toevertrouwd werden meer dan leerlingen geweest met een classificatie die het gevolg was van testen en toetsen. Het classificeren van kinderen in een “A-leerling” of een “D-leerling,” gaat voorbij aan het kind zelf met al zijn talenten en nog onontwikkelde gebieden. Op deze manier doen we de aan het onderwijs toevertrouwde kinderen te kort en veroordelen we hen tot een “hokje.”

Neem bijvoorbeeld het niveaulezen. Wanneer een kind een “D scoort” wordt het nogal eens veroordeeld tot een groepje leerlingen met dezelfde score. Het kind hoort dan hetzelfde leestempo en dezelfde technische vaardigheden die het zelf heeft en krijgt zo geen voorbeeld van hoe het ook zou kunnen. De uitdaging en het voorbeeld, worden voor een half jaar geschrapt, want zolang duurt het meestal voordat een volgende toetsen-en testenbombardement op kinderen wordt afgevuurd.

Ik ben ervan overtuigd, dat het indelen van kinderen in (niveau)groepjes op grond van geleverde prestaties bijdraagt aan het vergroten van de verschillen tussen de kinderen onderling. Sterker gezegd: het indelen van kinderen op grond van geleverde prestaties draagt mijns inziens bij aan de polarisatie tussen de kinderen onderling. De kinderen in de “lagere lettergroepen” worden bevestigd in hun denken (en gevoel) dat ze het niet kunnen en daardoor minder waard zijn en ze kijken bovendien op naar de kinderen in de “hoogste lettergroep” die schijnbaar met alle gemak van de wereld kunnen presteren. Zeker, wanneer die kinderen in de pauze nog eventjes fijntjes te kennen geven, dat ze de test of toets supermakkelijk vonden (een eitje.....).

Zo creëert het onderwijs “winners” en “losers.” Juist die laatste groep loopt de kans om een gedeukt zelfbeeld te krijgen, wanneer de overtuiging overheerst dat ze kneusjes en mislukkelingen zijn. In de jeugd is het kunnen meedoen met je klasgenoten heel belangrijk. Juist datgene wat hetzelfde is of ervaren wordt, geeft het gevoel van verbondenheid; van SAMEN.

De mentale pijn die indeling op grond van prestaties veroorzaakt, kan vergeleken worden met fysieke pijn. De eigenwaarde hangt veel af van de status die anderen je geven. Zelfrespect heeft dan vooral te maken met de acceptatie vanuit de groep en de leerkrachten. Zelfrespect, eigenwaarde en zelfbeeld horen bij dezelfde vragen: Wie denk ik wel dat ik ben? Ben ik wel goed genoeg?

Meerdere malen ben ik in een situatie terecht gekomen, dat het leven dat ik moest leven niet in overeenstemming was, met het leven dat ik zou willen leven. Het onbewust geestelijk verzet tegen dat “moeten” resulteerde dan in een terugkerende overspannenheid waarin een time-out in de meeste gevallen weer een reset opleverde, waarmee ik weer zo’n zeven jaar vooruit kon.

Achteraf kan ik zeggen, dat zo’n reset weliswaar weer een aantal dienstjaren opleverde, maar in de kern veranderde het patroon weinig, met dit verschil, dat de time-out’s noodzakelijker en urgenter werden. Hoe kon ik mezelf niet te serieus nemen? Hoe zou het ook kunnen? Moest ik mijn manier van leven accepteren, aanvaarden of juist volledig het roer omgooien en contact maken met mijn innerlijk kompas?

DEEL 1

Hoofdstuk 4

In 2004 voelde ik de basis van mijn existentie wegglijden. Op privégebied had zich de jaren daarvoor een aardverschuiving voorgedaan, die ik zelf veroorzaakt had en waarvoor ik zelf de verantwoordelijkheid had genomen. Mijn (nieuwe) partner, José, kon ik niet met de zielenroerselen vanuit mijn vorige privéleven belasten, althans dat was mijn overtuiging. Ik wist het even niet meer...”time for change!”.....Maar hoe dan?..... In die tijd schreef ik het volgende stukje:

Het heeft al dagen achtereen geregend en opnieuw is het een donkere dag. De hond moet naar buiten. De leemlaag onder mijn schoenen is zacht. De afdrukken van de zolen zijn stille getuigen van mijn aanwezigheid. Ik vertraag mijn pas en loop het voetgangersbruggetje op dat het verdronken gras van beide oevers van het park verbindt. Het koude donkere water komt in beweging wanneer de drie ganzen, die dit deel van de gracht tot hun domein hebben gemaakt, heftige bewegingen beginnen te maken. Het mannetje met zijn twee vrouwtjes blazen naar deze vreemde indringer. Hun vleugels slaan ze wild op

het water. Mijn hond deinst terug en trekt zijn riem strak. Misschien is het maar beter dat we doorlopen. De ijzige avondwind schuurt langs mijn gezicht. Ik voel me verdwaald en ontheemd in het leven dat ik leid. Moet ik in actie komen, met het risico dat ik weer alles en iedereen die ik lief heb kwijt raak, of moet ik juist afstand nemen en niets doen, wat mij het verwijt kan opleveren dat ik het zelfonderzoek niet aanga en laf ben.....?

De week daarna ging ik naar de huisarts die ook speciale sessies na afloop van een werkdag in zijn praktijkruimte hield. Na een aantal sessies drong het besef bij mij door, dat ik het behoorlijk verkloot had in mijn leven, dat ik aan dode paarden trok en.....dat het nooit te laat is om een keuze te maken die wel recht doet aan wat ik voel en wil.

Tijdens die sessies zijn mijn denken en mijn voelen voor het eerst van mijn leven in staat om tijdelijk samen te werken in plaats van een onderlinge uitzichtloze oorlog in mijn lichaam uit te vechten. Zowel mijn denken als ook mijn gevoel zijn meester in het valsspelen. Voor mij is het een verademing dat ik voel en denk zonder mezelf te verachten of te veroordelen tot schuld. Tijdens de laatste sessie vraagt de behandelaar om van plaats te ruilen. De behandelaar neemt niet alleen letterlijk mijn plaats in, maar hij speelt ook mijn rol als cliënt. Ietwat onwennig heb ik plaats genomen achter het doktersbureau. Vanuit mijn nieuwe positie word ik uitgenodigd om vragen te stellen aan “mezelf” in de gedaante van de huisarts. Mijn vragen zijn scherp, de antwoorden door de huisarts gegeven zijn ontwijkend..... Dan dringt het tot mij door....Doe ik dat ook zo??? Na de evaluatie van de sessie, krijg ik de tip om eens na te denken of het beoefenen van psychosynthese iets voor mij is. De vragen die ik namelijk aan “mezelf” gesteld had tijdens de sessie waren doorgrondend en inzicht gevend.

Eenmaal thuisgekomen bleef de vraag hangen of psychosynthese deel van de koerswijziging van mijn levensweg zou kunnen worden. De maanden die volgden las ik alles wat ik kon vinden over mensbeelden, harmoniseren en integreren van lichaam, gevoel en denken, deelpersoonlijkheden, bezieling, keuzevrijheid en de WIL, heldere menselijke relaties, de kracht van verbeelding. Ik wist het zeker: ik wilde psychosynthese gaan studeren.

In die tijd waren er wel drie opleidingen die door de ministerie van onderwijs erkend waren. Het sterkst werd ik aangetrokken door het Instituut voor Psychosynthese in Utrecht. Deze HBO-opleiding bestond toen nog uit twee voorbereidende studie/ervaringsjaren en drie pittige studie- en opleidingsjaren die de daadwerkelijke praktijkgerichte opleiding vormden tot psychosynthesebeoefenaar.

Tijdens de laatste sessie bij de huisarts kwam het ter sprake of ik mij geïntereerd had op een eventuele psychosynthesestudie. Niet geheel toevallig bleek de huisarts bij het zelfde Instituut in Utrecht opgeleid te zijn. In het najaar was er een introductieavond gepland in Utrecht. Mijn huisarts zou die avond met mij meerijden naar Utrecht en mij introduceren als mogelijk kandidaat voor de opleiding.

Die bewuste avond in het najaar werd er kort voor het vertrek naar Utrecht afgebeld door de huisarts. Ik besloot dan maar alleen, zonder ervaringsdeskundige naar Utrecht te rijden. Die avond slibde de A2 behoorlijk dicht. Inmiddels was ik al een half uur te laat en vlakbij de afslag van de autobaan welke ik via mijn routeplanner had gevonden. Terwijl de avond was ingevallen, verdwaalde ik in de wirwar van borden, auto's en onbekende wegen. Achteraf heb ik waarschijnlijk drie kwartier in en rondom Utrecht rondgedwaald. Ik was al bijna anderhalf uur te laat voor de introductieavond en gefrustreerd keerde ik huiswaarts.

De week daarna belde ik het Instituut in Utrecht, met de mededeling dat ik mij wilde aanmelden voor het eerste studiejaar. Na een minuut stilte antwoordde de stem vanuit Utrecht, dat het niet mogelijk en niet de "be-doel-ing" was om de hogere beroepsopleiding voor psychosynthese te beginnen zonder vooraf de introductie cursus gevolgd te hebben.

'Ja, maar ik weet al dat ik deze studie wil gaan volgen en kan toch zo'n introductie cursus gewoon overslaan,' sputterde ik tegen met een behoorlijke portie zelfverzekerdheid.

Het was begin oktober en 7 oktober zou de opleiding voor eerstejaars starten. Ik dacht: 'Prima timing. Nog net op tijd!' De stem vanuit Utrecht was onverbiddelijk: 'Alleen met een introductie cursus van vijf dagen op zak, is het mogelijk om bij ons Instituut te beginnen als eerstejaars!'

Met stomheid geslagen verbrak ik de verbinding. De volgende dag kwam ik erachter dat de eerstvolgende introductie cursus pas in