

Heel mezelf

Verhalen van onderweg

Heel mezelf

Sofie Van Gestel

© 2023 - Sofie Van Gestel

Omslagontwerp, illustratie en auteursfoto: Jolanda Swennen

ISBN 9789464920543

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur Sofie Van Gestel.

De blogs die gebundeld zijn in dit boek verschenen eerder op deverslaggever.wordpress.com of op vlamdragers.com.

www.sofieflora.be

Inhoud

De eeuweling	9
Geld.....	11
Het grote juryrapport.....	13
Over mannen en vrouwen.....	16
Droomhuis	19
Donker.....	22
Noem me bij mijn naam	25
De onverbiddelijke maand.....	27
Ontmoeting in Dublin (deel 1).....	29
Ontmoeting in Dublin (deel 2).....	33
Post-Dublin.....	38
De rechtgeaarde kapper.....	40
De foute date.....	44
Ode aan mijn lichaam.....	47
De aanval.....	50
Ik ben genoeg.....	56
Verlangen naar liefde	60
Angst voor eigen grootheid	62
Verbinding.....	64
Niemandslaan	67
Bestaansrecht.....	69
De hunkering	72
Ik kan het (niet).....	74

De lawine.....	79
Ik moet nog / De generaal.....	82
De blik.....	86
Overgave.....	91
Het maillot.....	95
De ban.....	100
Het nieuwe taboe.....	104
Het haakje.....	109
Verzoeknummer.....	112
De prijs van zelfontwikkeling.....	116
Landen.....	120
Maatje.....	124
Sofie Flora.....	128
Over blokfluiten en eigenwaarde.....	130
Verlangen.....	134
Voorbij de grens.....	136
Ode aan de Antwerpsesteenweg.....	141
Brief aan jou (1).....	144
Corona lockdown light - week 1.....	145
Over hordes in jezelf.....	147
Ode aan mijn collega's.....	149
Een teken van leven.....	152
Verbeter de wereld in vijf stappen.....	154
Oude vrienden.....	157
Brief aan jou (2).....	159
Liefde is het antwoord.....	161

(Af)scheiden doet lijden.....	163
De lege kamer	166
Het onbeschreven blad.....	168
Voor Hanne, voor jou, voor mij	170
Woorden van dank.....	173

Voor Hanne
Voor Lina, Merlijn en Klaas

‘Soms verberg je je zo goed dat je zelf niet meer weet wie je bent.’
Daniel Schreiber

14 november 2013

De eeuweling

14 november 1913. Een meisje wordt geboren.

Een beetje onverwacht, nog een geschenk van God. In vreugde ontvangen ongetwijfeld, maar ook snel weer over naar de orde van de dag. Er moet gewerkt, en een mondje meer gevoed. En bovendien rommelt het bij de burens.

Het meisje krijgt een naam – Flora. Een naam die klinkt als lente en lichtheid en ruikt naar bloemen. Een naam die bolstaat van de levenskracht. Een kracht die ze nodig zal hebben om eerst de ‘Grote Oorlog’ en dan ook nog de tweede door te komen. De eerste deels onbewust, de tweede als ze volop in het leven staat.

Trouwen, zeven kinderen, zes levens. Flora wordt moeder. Er wordt hard gewerkt, in huis en daarbuiten, van ’s morgens tot ’s avonds. Niet klagen, doordoen. Want alles is beter dan oorlog en werken moeten we allemaal.

De kinderen worden groter. Loslaten, en tegelijk fier zijn op zoveel mooie levens. En zo wordt de moeder grootmoe. Dertien kleinkinderen van groot naar klein. Grootmoe werkt met de hand, fijn met de haakpen, doortastend met schep en hark. Veel talenten, maar stilzitten was er niet bij.

En de tijd ging zoals hij gaat. Hij verglijdt in stilte, maar met een verraderlijke snelheid. De seizoenen volgen mekaar op en lijken steeds korter te worden. De kinderen worden grootouders, het eerste achterkleinkind wordt geboren. Al zoveel kindjes in de armen gehouden, maar telkens opnieuw een wonder. Baby’s zijn gelijk over de tijden heen, maar de wereld daarbuiten is hard veranderd. De snelheid opgedreven, de tijd in een hoekje geduwd. Het moet meer, sneller en beter, maar in het huis en de tuin bij grootmoe en grootva volgt het leven zijn eigen ritme. Het ritme van de dag

& de nacht, het licht & het donker en de seizoenen. De jaren versnellen, en de acht wordt net geen negen.

Flora, moeder, grootmoe, glijdt zachtjes naar de overkant, een beetje moe, maar vooral zo tevreden. En nu, tien jaar later, leeft zij nog voort. Een eeuweling, in de harten van haar man, kinderen, kleinkinderen en achterkleinkinderen. Gedragen door een grote stamboom, herenigd met haar wortels.

Dag grootmoe, het ga je goed.

20 november 2013

Geld

Geld en seks lijken me de twee onderwerpen waar het minst eerlijk en open over gesproken wordt. Het zijn bij uitstek de thema's waar mensen met een boogje omheen gaan of zich met een lach of grapje vanaf maken. De gemeenplaatsen tierig welig op de bodem van deze gebieden.

Zelf ben ik tot de ontdekking gekomen dat ik op zowat alle domeinen van mijn leven onvervaard mijn boots aantrek en al dabbend door de modder mij een weg zoek door de doornstruiken van mijn eigen weerstand en blinde vlekken. Maar dus niet zo voor het thema geld.

Enkele jaren geleden heb ik een schuchtere poging ondernomen, maar ben ik gestopt nog voor het écht serieus begon te worden. Ik besef ook dat wanneer ik als een struisvogel met mijn kop in het zand niet nadenk over geld, ik het 'gelukkigst' ben. Tussen ' ' want van echt gelukkig kan je niet spreken als er een donkere schim met je meereist.

En nu heb ik dus besloten dat het tijd is om met dezelfde moed dit heikele thema aan te gaan. Tijd om mijn eigen gedachten, vooroordelen en emoties rond geld één voor één in het licht te brengen. En geloof me, dat zijn er veel. Om er enkele te noemen (ze blinken uit in tegenstrijdigheid en naïviteit, maar daar zijn het emoties voor): 'Hoe minder je met geld bezig bent, hoe verlichter je bent', 'Het is sympathiek om weinig geld te hebben', 'Hoe verstandiger en flinker je bent, hoe meer geld je verdient' (dat was een hele oude), 'Als je veel geld hebt, ben je een geldwolf' (ook een oude), 'Mensen met veel geld hebben geen problemen', 'Als ik wat meer zou verdienen, dan zou alles in orde zijn',...

Maar de moeder der emoties hieromtrent, de meester-ondergraver van zoveel dingen in mijn leven, kwam er pas uit toen ik een tijd geleden de volgende gedachtenoefening deed.

‘Wat als mijn baas mij voortaan elke maand tienduizend euro zou betalen?’. Die vraag werkte als een perfect worteltje voor de ezel, want het antwoord plopte zonder nadenken naar boven: ‘Ik ben het niet waard’.

...

Misschien ligt daar een deel van het antwoord op de vraag waarom mensen niet open over geld praten. Geld is verondersteld waarde uit te drukken. ‘Dat is veel waard’ wordt meestal onmiddellijk begrepen als ‘dat is duur’. En zo voelen we misschien aan dat ons loon uitdrukt hoeveel we waard zijn.

Ik las ooit een boek waarin het idee werd geopperd om alles rond geld volledig transparant te maken. Alle informatie rond lonen en bezit zou in de openbaarheid gebracht worden. Als ik mij niet vergis is dit wat lonen betreft al het geval in Noorwegen. Het idee lijkt me geweldig. Ik zou in de eerste plaats ongelooflijk nieuwsgierig zijn naar het effect ervan, wanneer iedereen van iedereen kan weten hoeveel hij/zij verdient en bezit.

Interessante gedachte. In lijn daarmee heb ik mezelf de vraag gesteld of ik daar al mee zou durven beginnen. Of ik bijvoorbeeld in deze blog zou schrijven hoeveel ik verdien. Het antwoord is (nog) nee. Ik voel dat de schroom nog te groot is. Alsof ik dan beoordeeld zou worden op mijn waarde, jawel... En dat er maar iemand anders eerst moet beginnen.

Denken we niet allemaal zo? Ik heb alvast en heel misschien de deur een klein beetje op een kier gezet. En wie weet wordt het vervolgd...

24 november 2013

Het grote juryrapport

Nog geen week nadat ik met mijn blog begonnen was, wou ik er alweer mee stoppen. De beslissing om een blog te beginnen, had me met veel enthousiasme vervuld en ik kon niet wachten om het te openen met de brief aan mijn grootmoeder. De eerste dagen zweefde ik nog op het elan van deze beslissing én op de positieve reacties van familie en vrienden. Mensen raken, op een fijne en positieve manier, daar was het mij om te doen. Dat dit ook spannend was, nam ik erbij en gaf me een extra stimulans.

Maar enkele dagen later, toen het stof gaan liggen was, bleek daar manshoog en in vol ornaat mijn bekende en allertrouwste compagnon klaar te staan: mijn interne criticus. Hoe groter mijn enthousiasme en de bijeengeraapte moed om aan iets spannends te beginnen, hoe groter mijn trouwe metgezel zich opblaast. En gezien de omvang van de missie waaraan ik begonnen was, was hij voor de gelegenheid flink uit de kluiten gewassen.

Het misleidende aan de hele zaak, is dat ik mij op dat moment niet echt bewust was van wat er zich afspeelde. Ik bemerkte enkel dat ik gespannen rondliep, licht ontvlambaar en kort aangebonden tegenover mijn naasten. Het duurde even voor het tot me doordrong. Ik was (niet voor het eerst in mijn leven) veranderd in de allerergste rechter en beul voor mezelf. Ik had tenslotte enkele tips gelezen voor de beginnende blogger. Een vast ritme uitkiezen bijvoorbeeld. Daar was ik al even zoet mee (en dat slorpt ook lekker veel mentale energie op). Zou ik één keer per week nemen, één keer per twee weken,...? Eigenlijk had ik geen zin in een opgelegd ritme, maar 'men' had gezegd dat dat beter was. En, wist mijn interne criticus mij te vertellen, als ik mijn impulsen zou volgen, zou ik in het begin als een kip zonder kop veel posten, elke dag als het moest, om

het dan stilletjes aan te laten verwateren en te eindigen als een loser die niets kan volhouden. Ik moet toegeven, mijn criticus behoort in zijn soort tot de wereldtop. Olympisch goud.

En wat die angst is waarop die criticus zo goed drijft? Heel simpel, de angst voor het juryrapport.

Ook al besef ik met mijn verstand perfect dat er geen jury bestaat in het leven, laat staan zoiets als een juryrapport, toch leef ik voortdurend met die angst op de achtergrond. Op een dag, en ja, dat zou toen gebeuren, doorziet de jury dat ik maar doe alsof. Dat alles wat ik denk te zijn, fake is. Dat ik geen talenten blijk te hebben. En ondanks het bewustzijn errond, loop ik er telkens weer in. Mijn baas en ik grappen er vaak over als het weer zover is: bij dit project ga ik ontmaskerd worden. En ik weet dat ik niet alleen ben. Er is zelfs een naam voor: het 'imposter syndroom'. Dus ook hierin ben ik alvast niet uniek.

Eén van mijn lievelingsstrips van Jommeke vroeger was 'De supervrouw'. Ik kwam hem deze week toevallig tegen (de strip, niet Jommeke, dat zou pas raar zijn). Marie, de mama van Jommeke, is het beu om huisvrouw te zijn en ze wordt – jawel, en weliswaar met de hulp van tabletjes van professor Gobelijn die Jommeke stiekem in haar koffie doet – een 'supervrouw'. De tabletjes geven haar, dixit Gobelijn, 'moed, fitheid, helderheid van geest, vastberadenheid en zelfvertrouwen'. En het werkt ongelooflijk. Het beeld van Marie aan een reusachtig bureau als de president van Europa staat in mijn geheugen gegrift. Maar uiteindelijk, stripfiguren zijn ook maar wie ze zijn, beslist Jommeke om te stoppen met de tabletjes. Hij vindt het welletjes geweest en wil zijn moeder terug.

Hoe zoet het einde ook is (eind goed, al goed, weet je wel), toch heb ik het altijd spijtig gevonden dat Marie terug naar haar oude leventje als huisvrouw ging. Ik heb zo het vermoeden dat er veel projectie van mijn kant aan het werk was.

Misschien moet ik er voorlopig maar vrede mee nemen dat, hand in hand met de ambitie die in mij zit, een even grote angst om ontmaskerd te worden, meestapt. Het houdt me

ongetwijfeld scherp en met mijn voeten op de grond. En erop vertrouwen dat hoe groter mijn bewustzijn wordt, hoe minder de angst me zal verlammen en hoe vrijer ik me zal voelen om voluit mijn ware aard te tonen.

28 november 2013

Over mannen en vrouwen

Een novemberweekend in de Ardennen, twee jaar geleden. Op vrijdag 11-11-11 vertrek ik op weekend met een groep van twaalf vrouwen, om ons samen te verdiepen in het pad van de vrouw. Officieel heet het 'Tao voor de vrouw'. We trekken ons terug in het kleine, mooie en warme vertrek dat onze thuishaven zal zijn voor de komende dagen. Onze vrouwenzaal, waar niemand anders zal binnenkomen. Die mooie kamer maakt deel uit van de Ferme du Bois-le-Comte, een zalige stilteplek in Orval. Midden in de natuur, nauwelijks gsm-bereik. We zijn er helemaal klaar voor.

De eerste avond zetten we ons aan tafel voor het avondeten. We zien ook een lange tafel klaarstaan. Eén voor één beginnen er mannen binnen te druppelen in de eetzaal, en de lange tafel vult zich, met mannen. Enkel mannen. Een snelle telling leert ons dat het om zo'n veertig mannen gaat. Jong en oud, stil en minder stil, stoer ogend of fragiel,... véél mannen. Wij zitten met ons twaalf aan 'onze' tafel en kijken enigszins overdonderd naar de mannelijke overmacht. Dit hadden we niet zien aankomen, op ons vrouwenweekend. Toeval of niet, de mannen blijken op weekend te zijn rond het pad van de man. We laten dit binnensijpelen en voelen dat het een bijzonder weekend zal worden.

Zaterdag is een intense dag voor ons. Maar ook de mannen, met wie we nog steeds geen woord gewisseld hebben, lijken een intens proces door te maken. Er is geen sprake van uitbundigheid, en velen van hen zitten er stil bij tijdens het middagmaal. Er worden al wel voorzichtig verkennende blikken uitgewisseld, van hen naar ons, en van ons naar hen.

Zaterdagavond na de laatste sessie gaan we naar de gemeenschappelijke leefruimte. We nestelen ons in het hoekje waar we de avond tevoren ook gezeten hebben. Even later

komen de mannen toe. Het is voor ons allemaal de laatste avond van het weekend. De mannen zetten zich een beetje verder in de zetels, maar ze zijn met zoveel dat we wel in mekaars buurt komen. Eén man pakt een gitaar, een andere zet zich aan de piano en voorzichtig wordt er neuriënd een lied ingezet. Lied na lied wordt er uitbundiger gezongen en het duurt niet lang vooraleer ook sommigen van ons, een octaafje hoger, meezingen. De blikken worden nu iets nadrukkelijker, er wordt al eens iets gezegd, ook al gaat het meestal gewoon om de titel van een liedje. Maar nog steeds loopt daar die onzichtbare grens die ons van elkaar scheidt. Gewoon al door het numerieke overwicht, blijft de mannengroep iets overdonderends hebben, en niet alleen voor mij. Ik zit 'veilig' tussen twee andere vrouwen gepropt, want veel plaats is er niet in onze zetel.

Eén van onze begeleidsters, Hanne, zoekt een man op die ver weg van alle drukte op een stoeltje zit en toekijkt. Na een hele tijd brengt Hanne de man mee naar onze hoek. 'Vrouwen, deze man is al heel zijn leven doodsbang van vrouwen, maar zou nu wel graag bij ons komen zitten, kan dat?' We maken met alle plezier plaats in de zetel om deze man te ontvangen. Hij lijkt doodsangsten uit te staan, maar lijkt zich na een tijd toch te ontspannen. Mooi...

Zelf sla ik alles gade en zing af en toe al eens een liedje mee. Opeens komt er een man onze richting uit. De boomlange man stopt bij mij en kijkt naar beneden, waar ik nog een beetje meer wegkruip in de lage zetel. 'Ben jij bang van mannen?' klinkt het opeens, met een Nederlands accent. 'Euh.... zou je misschien eerst naar beneden willen komen, want zo zeker wel....' hoor ik mezelf stamelen. De man bukt zich en vraagt of hij naast mij mag komen zitten. We schuiven nog een beetje op in de al overvolle zetel en ik maak plaats voor hem. Nu we op dezelfde hoogte zitten, is het hele gebeuren al minder overdonderend, maar het blijft spannend. Een wildvreemde man, die tegen mij aan zit, en vraagt of ik bang ben van

mannen. Ik vrees dat het antwoord ja is. Maar al snel blijkt dat wederzijds te zijn. Ook hij is bang van vrouwen. Ik vertel mijn verhaal, hij vertelt zijn verhaal, en we bevinden ons in een andere dimensie. De wereld lijkt stil te staan, nu wij ons beiden in de arena van onze eigen angst begeven hebben. Ik op uitnodiging, hij gesterkt door de kracht van de mannengroep. Rond ons beginnen mannen en vrouwen te dansen, weg te gaan,... er komt beweging. En wij praten voort. Oog in oog, zo dicht op het vel van de angst, loopt het zweet van me af. Minuten worden uren, en de beweging van het praten gaat over in de beweging van het dansen. Gelouterd door zoveel woorden en aandacht, dansen we in vrijheid. Ergens midden in de nacht nemen we afscheid van de dag en onze belevenis. Een intense knuffel, de bezegeling van onze overwinning op de angst.

Zondag is de laatste dag. Opnieuw een prachtige, intense dag in onze vrouwengroep, waar ruimte is om de beleving van de vorige dag en avond te delen. In de namiddag is het moment van afscheid daar. Ook de mannen staan gepakt en gezakt klaar om terug richting Noorden te rijden. 'Sofie, jouw man zoekt je', zegt één van de vrouwen. En ja, van 'mijn' man wil ik zeker afscheid nemen. De man waarmee ik samen zo recht in de ogen van de angst gekeken hebben. Eentje om nooit te vergeten.