

De Limonademaker

De odyssee van
een pelgrim

Johan van de Velde

Johan (Lute) van de Velde
De Limonademaker
1^e druk

© januari 2026, Johan (Lute) van de Velde
Uitgever: Erik Smithuis Producties

Ontwerp: Birgit Schrama, Utrecht
Druk- en bindwerk: Wilco

ISBN: 9789082548471
NUR: 770 – 728

Alles uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, mits daarbij met schriftelijke toestemming van de auteur.

Er is veel moeite gedaan om bronnen van citaten te vinden. Daar waar deze niet zijn gevonden, gelieve hierover contact op te nemen met de auteur opdat de bron kan worden meegenomen in een volgende druk van deze uitgave.

Waar ik 'hij' gebruik, kan ook 'zij' worden gelezen.

Inhoud

Voorwoord	10
Inleiding	14
 Deel 1 – De jonge jaren	 19
Bewust leven	21
Godsbesef	22
Vol trots	23
Waarheid	24
Schaamrood	25
Veger	26
Honger	28
Van de wereld	29
't Hoaltje	30
Loden jas	32
 Deel 2 – Van workaholic naar walkaholic	 33
Het hemelse in het dagelijkse	35
Ongeneeslijk gelukkig	38
Niet lullen maar poetsen	39
Medicijn	43
Samenwerken	45
Ze zeggen dat ...	48
Commitment	49
Jan senior	51
Synchroniciteit	52

Het pad vooruit van achteruit verwarmen	54
Carrière	56
Nieuwe uitdaging	57
Doorgeverij	59
Grote broek	62
Geluksstenen	64
Singing in the rain	65
Wat doet je vader?	66
Doorlichten	67
Natte zakdoek	69
Niet te geloven	70
Gebak	72

Deel 3 – Eigen aard is goud waard

Nederigheid	73
Hortensia's	75
Vlaggen	78
Ontroerende zaken	79
Verkokerd denken	80
Eigen vermogen	83
Zoete droom	85
Moreel kompas	86
Het hoogste woord	87
Wandelen	89
Goastok	91
Balletdanser	94
Rolls-Royce	95
	96

Deel 4 – Groei en bloei van Essentis

Wat döt den keerl	97
Jaloers op de zon	99
Rode wangen	100
In liefde lijden	103
Ruimte	104
Open mind	106
De hand	108
Leeg hoofd	110
Piepers	111
Bevrijd	112
Oplosbaar	113
Vertrouwen	114
Onderdak	115
Op zoek	116
Tweedehands	117
Gebakken lucht	119
Stil contact	120
Flow	121
Om heel eerlijk te zijn	123
Fatsoen moet je doen	124
De Rode Hoed	125
Zaaien	127
	133

Deel 5 – De mens zonder masker

Vlieland	137
Verlicht	138
Mooiste meisje	143
De stervende mens als leermeester	144
Een waardevolle les	145
Kitty	146
Blauwe ogen	148
Magisch	149
Overgave	150
Vrede	151
Eer	152
Paradijs	153

Deel 6 – Lopen in het licht

Dansen in de essentie van het leven	157
Lopen loutert	159
Déjà vu	162
Het begin	163
Caminozoon	173
Zelfloos	175
Liefdevol bestaan	179
Discoteca	184
Energie	185
Eén mens, één wens	186

Deel 7 – Inspiratie

Herboren	189
Hier en nu	191
Grande dame	194
Oude vriend	202
Rust en wijsheid	210
Perron Nul	213
Desiderata	217
Ons aller reis	220
Poëzie	223
Valse toon	225

Deel 8 – De levensschool

Zoektocht	227
Autodidact	229
De grote schoonmaak	232
Geen geheimen	234
Adel van de eenvoud	240
Zomers genieten	242
Vergeven	244
Luisteren	246
Weduwe met de halve penning	249
Doe- en zeurspieren	251
Metamorfose	252
Integriteit	254
De andere kant	256
Energiemanager	260
Compost	261

Deel 9 – Sociaal domein	263
Natuurlijk leiderschap	265
Werkvloer	267
Ja-cultuur	270
Onverdeelde aandacht	273
Tegendraads	276
Wesp	278
Vinkjes	279
Ontwikkelingsland	281
 Deel 10 – Gebed, gedicht, gedachten verbonden	 283
 Inspiratiebronnen	 292
Dankwoord	294
Nawoord	301

Aan een ieder die in liefde verbonden is.

Voorwoord

Wanneer je niet doodgaat, wat kom je hier dan nog doen?

Een ernstige ziekte maakte dat ik citroenen op mijn pad kreeg. Door er limonade van te maken wordt mijn reis een blijde ode aan het leven.

Het universele verhaal van iemand die van ongeneeslijk ziek ongeneeslijk gelukkig is geworden met de essentie van het bestaan.

Zonder dat ik het in de gaten heb word ik ‘makelaar’ in ontroerend goede zaken, zoals onder andere in liefde, geluk, gezondheid en rust.

De beste manier om te reizen is te voet en dat ga ik doen. Wandelen, wandelen en nog meer wandelen. Het bevalt zo goed dat het een dagelijkse activiteit wordt. Steeds vaker gaan er mensen mee, vaak ondernemers. Van *Workaholic* naar *Walkaholic*.

Zo is Essentis geboren, ondernemen in essentie! Mensen helpen zichzelf te helpen, advies voor mens en organisatie. Doen wat bij je past en waar je warm van wordt.

Leven vanuit het hart is geweldig, dan doen mensen goede en ware dingen.

Geen gekopieerde wijsheid of tweedehands kennis, maar zoals onze dochter Loes zegt: ‘Het gaat toch alleen maar om de essentie?’

De Limonademaker is als een spiegel van mijn ontwikkeling.

Het reisverslag op weg naar genezing.

Ga je mee?

‘Wie dit boek leest, leest een mens.’

Walt Whitman (1819 – 1892)

Inleiding

Brengt het lot citroenen op je pad, maak er dan limonade van: *De Limonademaker*.

Voor de ene mens is het glas half leeg en voor de andere mens half vol, terwijl het om exact dezelfde beker kan gaan. Dan zijn er ook nog mensen van wie diezelfde beker overstroomt, telkens weer. Een 'geluksbeker' is een rijk bezit. Dan wordt het tijd om van die overvloed te delen. Om klare wijn te schenken.

Mijn fascinatie voor het mysterie van het leven heeft gemaakt dat ik ben gaan onderzoeken waarom iemand geluk heeft, wat gebeurt er precies in dat proces? Hoe komt het dat de ene mens altijd geluk heeft of ervaart en de ander veel minder of niet. Ligt dat aan de manier waarop je omgaat met datgene wat je tegenkomt op je pad, ben je onder een gelukkig gesternte geboren ...?

De bedoeling was een bundel te schrijven met als rode draad de essentie van het leven. Levensverhalen die van het donker naar het licht leiden, van ziekte naar genezing en de kracht van positief denken, die met een bescheiden opstelling en zonder oordeel zijn samengesteld. Aangrijpende, hartverwarmende

en inspirerende verhalen over de ongelooflijke scheppingskracht van de mens.

Ik had veel tijd, zocht veel mensen op en raakte verslaafd aan deze (levens)verhalen. Er werd door vrienden zelfs een theatervoorstelling over gemaakt (De Limonadefabriek).

De boeken met deze rode draad en ook de autobiografieën van de grote namen uit de geschiedenis verslond ik. Wat kon ik, deze gretige leerling die in de finale van zijn leven niets wilde verwaarlozen om het goede te doen en te overleven, van hen leren?

De enorme mogelijkheden die wij als mens hebben. Hoe tegenwind sommigen kan dienen als brandstof om juist weer vooruit te komen.

Wat zijn de lessen die wij daaruit kunnen trekken? Wat zegt bijvoorbeeld Lillian Rubin? Ze beschreef de ontroerende schoonheid van het onverwoestbare kind dat wij allen in ons dragen:

*Soms winnen ze
Soms verliezen ze
Maar opgeven doen ze nooit
Trots op hun afhankelijkheid
Hun thuis is de weg
Van het ongebaande pad.*

Hebben de onaangepaste mensen in de zoektocht naar excellentie volgens Tom Peeters meer kans op overleven of de mensen die onvoorwaardelijk worden vertrouwd volgens Ricardo Semler?

Pythagoras schreef dat een vat vol geleerdheid nog geen druppel wijsheid is, die de moeder is van de ervaring. Geleerdheid is geen wijsheid en schept haar niet. Wijsheid is op inzicht en levenservaring berustende kennis en het handelen daarnaar. Volgens mij berijdt de wetenschap een smal en diep spoor, 'onwetenschap' is vele malen groter, 'gewetenschap' geeft ze beide ruim baan en gaat haar eigen weg (natuurlijk leiderschap).

Een *wake-up call* kan de mens 'de kleren van het lijf' rukken, deze 'naakte' mens kan meer in verbinding komen te staan met de 'onderliggende waarden', het geweten, de breekbare antenne voor de waarheid, overal en altijd weer ontluikend.

Gedurende vele jaren heb ik allerlei mensen op vele terreinen geïnterviewd en ontmoet, zowel zakelijk als privé. Van hun verhalen werd ik stil, hun oneindige toewijding, schoonheid en grootse kwetsbaarheid werkten verslavend.

Ik voel me volledig vervuld van het positieve en het goede. Mijn honger en dorst zijn gestild. Het lost de dualiteit in mij op. Rust in mijn hoofd is het gevolg.

Ik voel sterk de behoefte om mijn ervaringen en gedachten met u te delen in *De Limonademaker*, die op vertellende wijze is ingedeeld, zodanig dat de lezer 'mijn wandeling' kan volgen.

Hier word ik gelukkig van, hier ben ik voor gekomen.

Aan tafel!

Deel I

De jonge jaren

‘Men moet stijl hebben, niet een stijl.’

Jean Cocteau (1889 – 1963)

Bewust leven

Mijn ouders waren bewust levende mensen. Veel van wat wij aten verbouwde mijn vader zelf. Macrobiotisch, biologisch-dynamisch, noem maar op. Verspreid door het huis lagen spirituele boeken, maar er was ook de *Donald Duck*, *Arendsoog* en *Kuifje*, herinner ik me.

Godsbesef

Voor dit bewustwordingsproces is de bodem in mijn opvoeding gelegd, weet ik nu. Destijds helemaal opgaand in de vaart der volkeren had ik daar weinig aandacht voor.

Van huis uit kreeg ik wel een soort ‘godsbesef’ mee uit alle religieuze stromingen dat liefde de rode draad is.

Vol trots

Thuisgekomen ben ik weer bij het moment dat ik, zeven jaar oud, mij intens verheug, omdat ik mee mag naar een optreden van het Almelo’s mannenkoor waar mijn vader in zingt. Het concert is vlak voor de kerstdagen in de Grote Kerk in Almelo. Op school was net het kerstverhaal door de godsdienstleraar verteld, waar ik nog danig van onder de indruk ben.

Mijn moeder zegt: ‘Ga jij je maar eens heel goed wassen!’

We hebben nog niet zo lang een écht bad, ik ben zelfs twee keer in bad geweest, één keer was niet voldoende, zo herinner ik me dat.

Op school maak ik een mooie tekening waar ik op geschreven heb: God, ik hou van jou. Ik laat deze vol trots aan mijn moeder zien en vervolgens plak ik deze op de ramen, zo kan Hij het beter zien.

Het concert is een geweldig succes, mede door het enthousiasme van de dirigent. Het koor zingt uit volle borst: *Oh, what a beautiful morning*. Het voelt alsof ik van binnenuit helemaal in brand sta, ik zweef aan de handen van mijn ouders, tussen hen in naar huis.

Waarheid

Dagenlang heeft het gesneeuwd. Met de laarzen aan en met mutsen over onze vuurrode oren gooien we sneeuwballen op een huis. Tussen de voordeur en het slaapkamerraam op de eerste verdieping. Per ongeluk gooi ik een ruit kapot met een boel gerinkel van glas tot gevolg. Al mijn vriendjes gaan ervandoor. Met grote onrust, nog harder zwetend en met kloppend hart in mijn hele lijf blijf ik staan.

‘Het maakt mij niet uit wat je doet jongen’, zei mijn vader ooit. ‘Geen gelieg en niets dan de waarheid.’

De bewoonster van het huis hoort het gerinkel van de ruit en stuift kwaad naar buiten! En dat brutale ventje, dat is blijven staan, trillend op de benen van de zenuwen!

‘En nou ben je nog blijven staan ook!’ roept ze geagiteerd.

‘Ja mevrouw, maar ik heb de ruit kapot gegoooid.’
‘Of ik dat niet weet’, schreeuwt ze. Zij raast maar door en vraagt mij tenslotte van wie ik ben, waarop ze mijn vader belt. Hij komt er al vrij snel aan en geeft mij een vette knipoog.

De zaak wordt snel geregeld met de dame in kwestie. ‘Fijn jongen dat je bent gebleven’, zegt hij. Trots op mijn papa, mijzelf en het leven lopen we naar huis.

Schaamrood

In de 4^e klas van de lagere school, de Kanaalschool, mogen mijn vriendje Hans en ik vooruitwerken, met taal en met rekenen. We krijgen de antwoordboekjes er zelfs bij! Omdat wij in onderlinge competitie zijn, ‘frauderen’ wij. Wanneer onze favoriete onderwijzer daarachter komt, krijgen we geen straf ... We zullen nooit zijn teleurgestelde gezicht vergeten.

Niet lang daarna loop ik met mijn twee vriendjes, Rob en Lex, richting school achter een meisje aan, uit onze klas. Zij is een kop groter dan wij en heeft een kort rokje aan. Een van mijn vriendjes vraagt: ‘Wie durft haar onderbroek naar beneden te trekken?’ Daar hoeft ik niet lang over na te denken: ik wil de held wel uithangen en neem de uitdaging aan. Zo gezegd, zo gedaan. Een lang verhaal kort: de tranen biggelden over haar wangen.

Na schooltijd vraagt mijn moeder: ‘Wat is er toch?’ Daarna vertel ik huilend het verhaal. Mijn moeder laat er geen gras over groeien en zegt kwaad: ‘Ik wil dat je nú naar haar huis toe gaat en je excuses aanbiedt.’ Zo gezegd, zo gedaan.

Ik besluit: dit doe ik nooit maar dan ook nooit weer. En als ik er nu aan terugdenk, stijgt het schaamrood mij opnieuw naar de kaken.

Veger

Bij de Spar in Almelo heb ik, 14 jaar oud, mijn eerste vakantiebaantje. De eigenaar van de supermarkt en ik kunnen het samen goed vinden. Vooral nadat ik het magazijn en de opslagplaats heb opgeruimd en schoongeveegd. Hij ziet mij de laatste hand leggen aan het karwei en zegt: 'Tsjonge jonge, wat kun jij vegen!' Vanaf dat moment is het mij een eer om dat te doen voor 'deze goede psycholoog'.

Een paar dagen later vraagt hij mij om de hele parkeerplaats en het trottoir voor en naast de winkel schoon te vegen: 'Neem er alle tijd voor, het is een paar maanden geleden opnieuw bestraat en vaak genoeg geveegd. Nooit goed genoeg. Op de tegelvloer in de winkel geeft het zand tussen de wieltjes van de boodschappenkarretjes een irritant geluid en je ziet de sporen door de hele winkel, vooral nadat het geregend heeft.'

Ik kan niet wachten en ga diezelfde dag na werktijd ermee aan de slag, urenlang. Drijfnat van het zweet veeg ik zelfs de straat voor de winkel nog extra mee.

De volgende morgen kom ik op het werk en moet mij melden op zijn kantoor.

'Wat heb jij nu gedaan man?' zegt hij met stemverheffing.

Ik schrik en begrijp het niet: 'Wat heb ik gedaan?' 'Het is helemaal schoon, grote klasse!' zegt hij lachend. 'We zijn eindelijk verlost van die vieze sporen en van dat irritante gekraak in de winkel. Je hebt het geweldig gedaan, wie zo werkt is altijd klaar, dan is alles mogelijk.'

Ik word verantwoordelijk voor de groente- en fruitafdeling.

'Belangrijk is dat je overzicht houdt en dat alle bederfelijke waar voor sluitingstijd verkocht is. Vraag mij niets en regel het zelf'

Deze veger ben ik altijd gebleven.

Honger

Als jochie van een jaar of vijftien voel ik mij niet compleet, met een voortdurende honger zoek ik naar dé grote liefde.

Ik beluister veel en zing mee met liefdesliedjes, van onder anderen Elvis en The Beatles. In deze periode ontstaat ook mijn liefde voor jazz.

Bij romantische films zoals *High Society* met Bing Crosby, Doris Day, Frank Sinatra en Louis Armstrong kan ik helemaal wegzwijmen.

Jarenlang zijn Sophia Loren en ik een stel.

Van de wereld

‘Mama, je hebt een stukje hemel bij je voor mij’, zei ik als klein ventje.

Op 16 januari 1981 zie ik haar.

Ogen als een bergmeer met daarin weerspiegeld de bloemenpracht van een alpenwei. Overvloedig veel gele boterbloemen en rustend in hemelsblauw koren. Amechtig hijgend, geen adem genoeg, deze beloften bestaan.

Zo volkomen van de wereld en geen weerstand kunnen bieden aan elkaar. Echt verbonden.

Na het avontuur met Angelien op de slee vertel ik mijn moeder:

‘Ik heb een meisje ontmoet, ze heeft ook een stukje hemel bij zich, zij heet Angelien en is net als jij ook op 1 april geboren.’

't Hoaltje

Op 14 januari 1981 krijgen wij verkering. Na enige tijd stel ik haar voor aan mijn oma. Zij vindt haar een erg leuk meisje en vraagt mij op z'n Twents: 'Woar kump e vandan?'

Wanneer ik vertel dat ze uit Zenderen komt, kijkt ze geschrokken en vraagt: 'Oet Zenderen? Is e van 't hoaltje?'

Ik begrijp haar niet, bedoelt oma of ze katholiek is? Ja, dat is ze.

'Loat goan jong, der bint zovöl leuke meekes in de weerld', zegt oma.

Het begin van onze verkeringsstijd is lastig. Ik word niet geaccepteerd. Ik mag ook niet bij haar thuis komen, en moet buiten op haar wachten. Wij zijn thuis niet kerks, maar toch word ik er om veroordeeld. Dat kan ik heel moeilijk verkroppen. Bij tijd en wijle ben ik radeloos, ik verlies enorm veel gewicht. Zij blijkt er beter tegen gewapend dan ik, toch is het voor ons beiden een verdrietige periode.

Op een dag zie ik haar vader op de oprit van hun huis, nadat ik anderhalf jaar buiten heb gewacht. Hij had mij nog nooit begroet.

'Wat u ook van mij vindt, we hebben één ding gemeen, we houden namelijk van dezelfde vrouw', zeg ik tegen hem.

Hij bromt wat. De volgende dag mag ik binnenkomen. Door de manier waarop ik word beoordeeld ben ik als een gek gaan werken, om mijzelf te bewijzen en te laten zien wat ik waard ben.

Loden jas

Mijn moeder vertelt mij dat ze vlak na de Tweede Wereldoorlog een 'nieuwe' loden jas kreeg. Een gebruikte en al deels versleten jas. Zij had de jas met schaamte gedragen. Ze kwamen niet van de honger om thuis, maar er was weinig geld.

Als zovelen in de jaren twintig en dertig werkten mijn opa en oma in de textielindustrie in Twente. Toen mijn opa, die geleerd had voor bankdraaiër, bij zijn baas aangaf dat hij bij de Hollandse Signaal Apparaten in Hengelo een baan had gevonden, was de reactie van de werkgever dat mijn oma en haar drie zusters dan ook niet meer terug hoefden te komen. Ze waren ontslagen.

Een keer ga ik met onze zoon Max, die dan nog een klein mannetje is, fietsen. Bij een jachthut aan de Klumpershoekweg in Wierden aangekomen, zien we dat er een oude man aan het werk is. Hij vertelt dat het huisje in het bezit is van een textielfamilie en dat de oude eigenaar er nog regelmatig te vinden was. Meestal draagt hij een tot op de draad versleten loden jas.

Deel 2

Van workaholic naar walkaholic

*‘Wie tegen de stroom ingaat
komt terug bij de bron.’*

Steve Rother (1952 –)

Het hemelse in het dagelijkse

Het ongeneeslijk gelukkig kunnen zijn met de essentie van het leven na de confrontatie met een ernstige ziekte, de beproevingen en teleurstellingen, maar vooral de louteringen die daaruit voortvloeiden, betekende een ongekennde verdieping van mijn gevoelsleven. Tegelijkertijd de ultieme vuurproef voor het leven in al zijn schakeringen en wat werd alles wat niet met geld te koop is van grote waarde.

Acceptatie en aanvaarding van deze nieuwe situatie blijken een rijke bron van waaruit onder andere het menselijk vermogen tot liefde, vriendschap en vrede nieuwe dimensies krijgen.

Wat gebeurt er precies in dat proces? Zijn alle ellende, pijn en verdriet bouwstoffen, een soort Pokon? Een onmisbaar ingrediënt voor de wassende mens, die zichzelf aflegt en daardoor een grote schat openbaart, namelijk zijn pure zelf?

Weder verbonden (religie betekent etymologisch letterlijk wederverbinden) met een blijvende bron van kracht, blijf mij nabij.

Het is de transformatie van hard naar zacht van binnen en zacht van buiten, van *workaholic* naar *walkaholic*.

Toen ik leerde lopen, leerde ik ook mediteren en bewust ademhalen. (Op)gevoed met veel aandacht voor zowel stoffelijke als onstoffelijke voeding door een Spartaanse vader die sportleraar was, mediteerde en yoga beoefende. Tijdens het leren lopen werd er ook aandacht besteed aan concentratie- en ademhalingsoefeningen. Later ging ik mee naar de bridgeclub met mijn moeder of naar de theosofische vereniging waar vrienden van mijn ouders lezingen gaven.

Mijn moeder was 'clubloos', maar hier kwamen wel veel leuke mensen, deze stoere vrouw en ik dachten daar precies hetzelfde over. Onze wijze liefdevolle moeder 'rondde' de opleiding af met haar lessen komend van de hogeschool van Leven en Liefde.

Twee oudere ruige neven, de één kunstenaar en de ander student medicijnen, namen als een soort broers een deel van de opvoeding serieus ter hand door mij in te wijden in voluit leven, gepast gedrag was bijna verboden, *streetwise or citywise, that's the question*.

Rond mijn achttiende was ik al veel wilde haren kwijt, speelde in een bandje met wat vrienden nummers van Creedence Clearwater Revival, Ike and Tina Turner, Herman Brood en Sweetd'Buster na. Denk er niet te

min over, we hebben één keer opgetreden voor een volle zolder van wel dertig man.

Het liefst had ik de school ingeruild voor een baantje als houthakker, heerlijk werken in de vrije natuur. Ik voelde mij zo vrij als god in Frankrijk met een natuurlijke aversie tegen allerlei kennis waar ik niet om gevraagd had en was natuurlijkerwijs allergisch voor onechte autoriteit.

Ik was geen gemakkelijk kind voor sommige leraren. Een van de onderwijzers van de lagere school was zelf zo'n kind. Wij hielden van hem en hij van ons. Hij zorgde voor een warme sfeer waar wij in konden gedijen.

Na de middelbare school vonden mijn ouders het jammer dat ik niet verder ging studeren. Aan de conrector vroeg ik: 'Met welke opleiding kan ik laten zien wat ik waard ben?'

Het werd de richting Wiskunde van de opleiding Economie MO en ik rondde deze in sneltreinvaart af.

Ik was klaar en wilde de praktijk in.

Onderdelen uit dit hoofdstuk zijn eerder verschenen in *De gloed van God, gesprekken over trouw, toewijding en twijfel*, van Maria Hockers, in mijn bijdrage 'Het hemelse in het dagelijkse gevonden', 2006, Altamira-Becht.

Ongeneeslijk gelukkig

Jarenlang heb ik veel van mij afgeschreven, dertien ordners vol. Het was vooral therapeutisch schrijven, dat is heilzaam geweest.

Destijds schreef ik zesendertig jaar oud en 'met pensioen'.

Toen ik dat later terug las, dacht ik: wat een zielig verhaal! Is dat nu je toekomst of ga je er nog wat van maken? Ik ben toch geen slachtoffer?

Het proces van ongeneeslijk ziek naar ongeneeslijk gelukkig werd in gang gezet.

Niet lullen maar poetsen

Ergens in 1987 ben ik een maand uitgeschakeld. Ik moet examen doen voor de opleiding NIMA B en heb mij ingeschreven voor NIMA C. Mijn naam kan ik amper onthouden. Ons telefoonnummer blijkt te lastig, want negen cijfers zijn te veel. Na vier weken absolute rust is het zo goed als over en is het leed geleden.

De jaren daarna heb ik geregeld koortsaanvallen van meer dan 40 graden. De dokter wil mij op een zeker moment geen antibiotica voorschrijven. 'Dan neem ik wel een andere dokter', zeg ik.

Laat je niet kennen, niet lullen maar poetsen, is mijn motto. Achteraf ben ik daar zeker niet trots op, maar ik heb het wel zo gedaan.

Ik herinner me dat ik aankom op het vliegveld van Barcelona, heftig transpirerend van de koorts en niet wetend wat ik daar kom doen. Opeens zie ik een bekend gezicht, het is onze Spaanse agente.

In april 1992, er ligt dan een periode van vijf jaar keihard werken achter ons, zijn Angelien en ik drieënhalve maand zwanger. We vliegen naar Kreta.

Het leven lacht ons toe, we houden van elkaar en van het leven.

Op 9 september 1992 wordt onze zoon Max geboren, een groot wonder. Een dag later haal ik Angelien en onze Max op uit het ziekenhuis en loop als een dronkenman met de reisiwieg het ziekenhuis uit.

‘Wat heb je toch, heb je gedronken?’

‘Nee natuurlijk niet, mens, wat denk je wel niet, verdomme, dacht je dat ik ...’

Ik schrik van mijzelf. Zo’n geweldig moment en dan zo’n uitval.

‘Sorry liefje, ik weet niet wat ik heb, maar ik moet al dagenlang één oog dichthouden, anders val ik om, ik zie dan alles dubbel, ik word er echt knettergek van.’

Het dubbel zien duurt weken en ik rij zelfs met één oog dicht naar onze Italiaanse vestiging. Af en toe voel ik het stuur niet, maar verder gaat alles goed.

Alles moet van mij doorgaan, je laat jezelf tenslotte niet kennen. Ach, ik troost mij met de gedachte dat ik toen niet beter wist.

In maart 1993 wordt mij het heft letterlijk uit handen genomen, ik laat dan ook letterlijk van alles uit mijn handen vallen. Max kan ik wel vasthouden wanneer ik op mijn rug lig in bed, anders kan ik hem niet houden,

dan lukt het niet. Alles is zwaar, soms zelfs een lepel optillen. Wat gebeurt er toch? Wat heb ik?

Het reguliere circuit heeft geen antwoord. Ik neem twee weken vrij en ga shoppen in het alternatieve circuit. In deze tijd bezoek ik elke dag een of meer mensen die in dat veld actief zijn. Het is als een wonder dat ik ondanks lange wachtlijsten overal direct kan komen. Ik lijkt te worden gezien als een man met een missie.

Ik ben niet overwerkt, heb geen aids of diabetes. Mijn handen, mijn aura en zelfs mijn ontlasting worden gelezen. Niemand weet wat ik heb. Ik ga zelfs naar een van de beroemdste paragnosten in Nederland, de helderziende Gerard Croiset, naar een ‘striekerd’ in Tubbergen, een magnetiseur in Doetinchem en ... Niets uit ‘deze supermarkt’ brengt het bevrijdende antwoord.

Op 5 juli 1993 komt Hans, buurman en radioloog, buurten en vertelt dat de eerdere onderzoeken en de die dag gemaakte MRI-scan niets aan duidelijkheid te wensen over laten. Het is multiple sclerose, wat een lastig woord. We zijn niet eens verbaasd.

Onze eerste reactie is: gelukkig is het geen tumor, we zijn opgelucht, omdat we nu eindelijk weten wat het is. We hebben echter geen enkele notie dat op dat

moment ons hele leven geheel zal veranderen. Vele tranen ...

Om de moed erin te houden, houd ik een tijdlang bijna elke avond op het zandpad voor ons huis de toespraak die ik wil voordragen op ons 50-jarig huwelijksfeest, een voorschotje op wat over een jaar of 37 pas gevierd zou worden, ik ben bang dat het er niet van komt.

Het is in de winter en ik zorg er wel voor dat het donker is, want ik loop af en toe als een dronkenman.

Een vast onderdeel in de toespraak zijn de afsluitende woorden: 'Genoeg gesproken beste mensen, er is veel om dankbaar voor te zijn. Graag wil ik vanavond samen met jullie proosten op ons allemaal, maar speciaal op Angeliën, Max en Loes, mijn allerliefsten!'

Dat geeft mij elke keer weer nieuwe energie.

Medicijn

Op 6 juli 1993 krijg ik van mijn vader het boekje *Uw denken kan u genezen*. De Spartaanse opvoeder die mijn vader toch altijd is geweest, geeft in tranen het boek en zegt: 'Laat dit je medicijn zijn jongen.'

Van het boek heb ik een uittreksel gemaakt en daarvan weer een samenvatting. Ik maak het mij helemaal eigen. Tegen Angeliën zeg ik: 'Als ik er ooit nog bovenop kom, ga ik het boekje opnieuw uitgeven.'

Een aantal jaren later wandel ik met de klant Engbert Breuker, de CEO van Pentascope. Hij hoort het verhaal en vraagt: 'Heb je al een uitgever?'

'Nee,' zeg ik, 'maar binnenkort krijg ik wel de rechten van het boekje *Uw denken kan u genezen* van de uitgever.' Hij zegt: 'Je hoeft niet verder te zoeken, ik zal het voor je uitgeven.'

Geweldig!

Ik stuur hem het boekje op waarvan ik ondertussen meer exemplaren heb. Er gaat een zomer overheen en ik wil het ook nog een keer lezen, maar het lukt me niet, ik kom er eenvoudigweg niet doorheen.

Het boekje stamt uit 1952, het taalgebruik is versleten en er worden veel woorden aan een eenvoudige

boodschap gewijd: uw denken kan u genezen, maar het kan u ook heel ziek maken.

Ik hoor van hem dat hij niet weet wat hij ermee aan moet, hij wil mij niet beledigen en terugkomen op zijn toezegging. Hij vindt het boekje maar niks. Ik kan niet anders zeggen dan: 'Ik ben het helemaal met je eens, ik heb het zelf ook weer geprobeerd te lezen, het lukt mij ook niet.'

Het is inderdaad een gedateerd Amerikaans zelfhulpboekje.

De intentie waarmee mijn vader *Uw denken kan u genezen* gaf was het medicijn. Maar voor mij waren het zijn tranen die ik niet eerder had gezien.

Samenwerken

In 1985 solliciteer ik bij de firma Ter Steege in Rijssen. Mijn moeder en nog iemand waarschuwen mij dat niet te doen. Het eerste gesprek is alleen met de adjunct-directeur. Het tweede gesprek met de verkoopleider en zes, zeven mensen van de familie erbij. Ze bevragen mij, ik word gewogen en niet te licht bevonden.

Willem ter Steege komt gemiddeld genomen één week per maand op de zaak, de rest van de tijd is hij voor de zaak veel op reis in het buitenland. Wanneer zijn auto er staat, lopen velen rond met een zere buik.

Het derde gesprek is met Willem de grote baas. Bij de kennismaking kijken we elkaar eens uitvoerig aan en na een goed gesprek geeft hij zijn zegen eraan: 'Je bent aangenomen.'

'Heel mooi meneer Ter Steege, wel wil ik graag van u weten hoe het komt dat verschillende mensen mij gewaarschuwd hebben om niet bij u te gaan werken, omdat u een hard en asociaal personeelsbeleid zou voeren. Hoe komen die mensen erbij dat te zeggen?' Hij kijkt me volkomen overdonderd aan, briesend: 'Je durft nogal!'

‘Ja, dat klopt,’ beaam ik nog natrillend, ‘maar ik moet wel weten wanneer ik voor u ga werken, hoe het precies in elkaar steekt.’

Daarop zegt hij: ‘Het is hard, maar rechtvaardig. Wanneer je hier kunt werken en het volhoudt kun je overal terecht.’

‘Dan kunnen wij door iedere deur’, antwoord ik hem.

Ik word aangenomen. Hij wil mij nog even persoonlijk spreken. Dat even praten duurt van vijf uur in de middag tot over tien in de avond. Hij praat en vertelt over zijn leven, over alle goede maar ook de slechte dingen. Hij spaart zichzelf daarbij allerm minst. Ik mag hem geen meneer Ter Steege noemen. ‘Meneer heb ik thuisgelaten’, zegt hij. ‘Jij heet Johan en ik heet Willem.’

Halverwege die avond vraag ik: ‘Willem, waarom vertel je mij dit toch allemaal? Ik heb nog nooit meegemaakt dat iemand mij alles vertelt, terwijl we elkaar nog maar zo kort kennen.’

‘Ja, dat krijg je ervan’, zegt hij volkomen overmand door emoties. ‘Jij, jij gaat niet voor mij werken. Wij, wij gaan samenwerken. Niemand heeft mij ooit zo benaderd als jij vanmiddag deed. We hadden elkaar oprecht gezien en gehoord, oprecht verbonden.’ Geweldig! Volgens mij is dat ‘heilige communie’.

Na afloop rijd ik naar huis en ben ik weer het jongetje met de sneeuwbal. Het warme gevoel van toen was er weer helemaal, wat ben ik gelukkig.

Willem en ik hebben nooit samengewerkt, een paar dagen daarna is hij overleden. Een goede vriend was niet meer.

Bij Ter Steege ben ik altijd als een kroonprins behandeld en heb ik alle vrijheid gekregen om te doen waar een ambitieuze jonge man van dromen kan.

Eind jaren tachtig word ik verantwoordelijk voor onze Italiaanse vestiging in Florence, het is een grote vreugde mee te mogen werken in een bedrijf dat groeit als kool.

Na mijn eerste bezoek aan Florence maak ik een uitgebreid verslag en overhandig ik dat aan de algemeen directeur, de dochter van Willem.

Ze zegt lachend: ‘Dat wil ik helemaal niet van je hebben, we hebben dat werk immers aan jou gegeven. Wie hebt oeh neet vuur de pronk.’¹ Jij bent er voor verantwoordelijk en dan weten we dat het goed zit.’

Geweldig om zo ondergedompeld te worden in vertrouwen.

¹ We hebben je niet voor de pronk.

Ze zeggen dat ...

Tijdens mijn eerste werkdag bij Ter Steege in Rijssen krijg ik een rondleiding door het bedrijf en word aan verschillende medewerkers voorgesteld.

Op de vraag van een van de werknemers waar ik woon, vertel ik dat ik samenwoon met Angeliën in Hengelo. Daarop reageert degene die mij daar rondleidt bijna beschuldigend dat hij daar niet van houdt. Ik zeg direct waarop het staat: 'Ik houd er niet van dat mij dat gezegd wordt. Met alle respect, ik wil mij volledig vrij voelen, of het nu bijvoorbeeld over het geloof of de politiek gaat, nooit zal iemand mij vertellen hoe en wat er gedacht mag/moet worden en dat ik dat omgekeerd ook nooit zal doen.'

We hebben het er nooit meer over gehad, we vertrouwen en respecteren elkaar volledig en zijn goede vrienden geworden.

Commitment

Ter Steege groeit als kool.

Ik ben aangenomen voor de afdeling Inkoop en Reclame, maar in de praktijk houd ik mij daarmee bezig na de officiële kantoortijden en overdag met de verkoop.

De directie meent dat wanneer je ergens verantwoordelijk voor bent, je het moet regelen of delegeren. *Getting things done* dus.

Een keer kom ik om 18.15 uur thuis, van de zaak. Angeliën reageert vol verbazing: 'Wat is er toch gebeurd?'

Daarop citeer ik kort en krachtig wat ome Jan (Ter Steege sr., de broer van Willem) mij heeft gezegd: 'Ik wil niet horen dat je het gaat regelen maar dat het geregeld is. Punt!'

Later lees ik in het rapport van het GAK in Hengelo over mij: 'Betrokkene is een uiterst gewaardeerde medewerker die volledig zelfstandig werkt en beslist.'

Dat vertrouwen voel ik en zo kan ik meegroeien en bloeien met het bedrijf. Bijna de helft van de tijd ben ik op reis in het buitenland.

Er is wel eens tegen mij gezegd dat verhalen over het sociale leven thuis bij mij het ene oor in het andere uit gingen. Dat is geen compliment, maar wel de waarheid.

De directie van Ter Steege heeft alles gedaan wat je je ook maar kunt voorstellen om mij te ontzorgen: het plaatsen van loden platen als bescherming tegen elektromagnetische straling, het bouwen van een nieuw kantoor en een slaapkamer in het bedrijf, zeg het maar. Ook hier *was the sky the limit*.

In de Oudheid, in de klassieke talen waren er soms geen verschillende benamingen voor liefde en vertrouwen. Bij Ter Steege is er *commitment* over en weer, al zijn er nooit hoogdravende woorden aan gegeven.

Doen wat je zegt en zeggen wat je doet, is altijd genoeg.

Na al die jaren is de band met Ter Steege nog steeds erg warm. Wij zijn familie geworden.

Nu moet ik ineens ook denken aan de tekst in de overlijdensadvertentie van Willem ter Steege: ik ken de mijnen en de mijnen kennen mij.

Jan senior

Aan het eind van het jaar staat het gehele verkoopteam bij alle handel die opgeruimd dient te worden. Tafels vol met monsters waaronder stickers moeten worden geplakt, met daarop de aantallen om te kunnen zien wat nog voorradig is. Dat doen we niet voor het eerst. Uitspraken als ‘wij hebben toch geen museum’ of ‘de koopman is geboren’ zijn ondertussen wel wat versleten. De bewuste handel is nog steeds niet verkocht en binnenkort moeten we weer balansen.

En dan komt ome Jan belangstellend vragen: ‘Wat zijn we tien man sterk daar aan het doen?’

‘We zijn aan het bekijken, aan het overleggen hoe we het beste deze handel kunnen verkopen’, antwoorden wij bijna in koor.

Verwonderd kijkt hij ons aan: ‘Donder op dan!’ Hij loopt weg en laat ons nogal in shock achter.

We krijgen eigenlijk een reprimande, en dat is zeer terecht.

We maken een verkooplijst, benoemen een collega tot contactpersoon voor de binnendienst die het geheel coördineert. Alle verkopers gaan op pad en bellen, op zoek naar klanten voor de handel. Anderhalve week later, op vrijdagmiddag tijdens de *happy hour* op de zaak vieren we dat alles is verkocht.

Synchroniciteit

Een van de vele bijzondere opdrachten van Ter Steege is iets vinden voor een grote partij leuke vazen. Ik denk: ze maken een grapje, zoals mijn opa vroeger zei: 'Haal me nog eens een pakje Houw-mie-blauw'. Wat ik de eerste keer dan ook trouw deed bij mijn bijna wekelijkse gang om voor hem pruimtabak te halen bij een buurtwinkeltje. Toen ik dat tegen de winkelier zei, moest hij lachen en vertelde toen wat ermee bedoeld werd.

Als groothandel en producent in glas-, porselein- en aardewerkproducten kun je je het natuurlijk niet permitteren om leuke vazen te leveren, maar deze weggooien is eeuwig zonde en er komen ook nog eens storkkosten overheen. We zeggen bij een moeilijke partij wel eens: 'De koopman is geboren maar we weten alleen nog niet waar hij woont'.

Ik wil niet opgeven en het achtervolgt mij dan ook steeds, gek word ik ervan, totdat ik op een zekere dag op de markt in Almelo tussen de middag een visje eet. Terwijl ik de haring smakelijk achterover laat glijden, valt mijn oog op een marktkoopman die daar staat met een grote kraam vol droogbloemen. Wow, droogbloemen!

Ik bedenk mij geen moment, stap op hem af en vraag of hij interesse heeft in een prachtige partij vazen die voor hem gemaakt zijn.

Het is een uitgebreid assortiment waar hij wel in geïnteresseerd is, al zijn ze leuk, als de prijs er maar naar is. Een dag later komt hij de vazen bekijken en koopt de hele partij.

Synchroniciteit in optima forma. Precies zoals Joseph Jaworski het in zijn gelijknamige bestseller omschrijft. Alles valt ineens op het goede moment samen.

Het pad vooruit van achteruit verwarmen

Wanneer wij op 5 juli 1993 de diagnose horen, gaan we eerst naar onze ouders en daarna naar Ter Steege om het nieuws te vertellen. Uiteraard zijn zij ook aangeslagen. We spreken af dat ze de volgende ochtend om 8 uur bij ons thuis komen om de lopende zaken voorlopig over te dragen en te bespreken hoe verder. Niet om 8 uur maar pas om 10 voor half 10 komen ze bij ons. Ik heb mij behoorlijk zitten opvreten, omdat tijd tijd is en bij ons op de zaak tijd altijd belangrijk is. Eenmaal binnen maak ik daar een opmerking over. Hun reactie is dat er op de zaak iets heel ergs is gebeurd. Ik informeer ernaar. Het antwoord luidt dat er niet gewerkt wordt, in de productie niet, op de kantoren niet, hier en daar wordt gehuild, de vertegenwoordigers zijn nog niet op pad, iedereen is erg van slag. Daarna zegt de algemeen directeur: 'Dat komt door jou, het nieuws is als een bom ingeslagen, we zijn er allemaal kapot van. Zolang je kunt komen hoeft je je nooit meer zorgen te maken over de financiën, we hebben een tuinman die jullie tuin in het vervolg onderhoudt, en een schilder geregeld. En als jullie verder nog wat nodig hebben, laat het weten, dan regelen wij dat.' Geweldig!

Als je wat moois hebt om naar uit te kijken, kun je zeggen dat je je pad vooruit verwarmt. Omgekeerd: door je het goede te herinneren, kun je je pad van achteruit verwarmen. Dit werd van levensbelang toen ik van altijd werken naar de hele dag op bed liggen ging.

Carrière

Op 13 april 1998 neem ik afscheid van mijn werkzame leven bij Ter Steege. De algemeen directeur biedt mij een groot feest aan, met leveranciers, klanten en collega's. Want wat hebben we het samen goed gehad. Mijn reactie is dat ik een etentje wil met alleen de oude getrouwen en collega's met wie ik jarenlang heb samengewerkt, en lief en leed heb gedeeld.

Ik weet nog goed dat er veertien emmers met bossen rode rozen stonden. Deze waren voor alle vrouwen bedoeld. Het was een mooie en ook een zware avond: het is niet niks om op 36-jarige leeftijd afscheid te nemen, om gezondheidsredenen.

Ik zou kunnen zeggen dat ik niet gestopt bent, maar dat het was gestopt.

Op die avond, tijdens het afscheid in de T-bone in Enter, worden er mooie woorden gesproken, zoals: 'Nu wordt het tijd om carrière te maken in je privéleven'.

Nieuwe uitdaging

Medio 2000 studeer ik psychologie en kom weer wat meer in de running. Ik word in adviserende zin actief bij een aantal bedrijven, waaronder Niverplast, toen nog gevestigd in Rijssen.

Bij Ter Steege is er ook plek voor mij, maar dat voelt als een kind dat op kamers is geweest, ik ga niet meer thuis wonen. Ik kies voor een nieuwe uitdaging: adviseur/directeur bij Niverplast. Gerrit Jan Nieuwenhuis, de eigenaar ervan, ken ik goed. Ook hier krijg ik alle vertrouwen en ruimte.

We gaan regelmatig op pad, vele gesprekken, vele onderhandelingen zijn gevoerd en kloeke besluiten genomen. Met een bezem en later met de stofkam gaan we door de organisatie. Onze samenwerking wordt een groot succes. Ik werk tien tot vijftien uur in de week op de zaak in Rijssen voor een directeurssalaris. Van het GAK, het latere UWV¹ heb ik mij vrijgemaakt.

Op een zeker moment ga ik wanneer *Goede tijden slechte tijden* op televisie is naar bed. Tussen 4 en 5 uur in de ochtend doe ik mijn werk op de zaak. En zodra de

eerste mensen iets voor 8 uur op kantoor komen, ga ik naar huis, linea recta naar bed.

Ik herinner mij nog dat Angeliën een keer in de vakantie tegen de kinderen zei: 'Ssst, papa is thuis'. Elke prikkel was te veel.

Toen mijn klus bij Niverplast klaar was ben ik begonnen met Essentis.

¹ Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen

Doorgeverij

De werkgever van Angeliën vraagt op 6 juli 1993 of hij mij op de een of andere manier kan helpen met een operatie in Amerika, of met wat dan ook.

'Al kost het een miljoen, je zegt het maar.'

'Veel dank meneer Van Riemsdijk, het geld zou goed besteed zijn geweest, ze weten momenteel nog niet wat de oorzaak van MS is.'

'Nou,' zegt hij, 'ik heb een vriend, die heet Piet. Hij heeft hetzelfde als jij. Zou je hem eens willen spreken?'

Binnen een week zitten Angeliën en ik bij Piet de Raat, een grote man, ondernemer en voorzitter van veel.

Hij vertelt over zijn leven, over de MS waar hij al dertig jaar aan lijdt en dat hij zelfs een paar jaar een MS-kliniekje heeft gesponsord, dichtbij huis. Mensen konden bij hem wekenlang komen voor de nodige rust en eventuele verpleging. Op een gegeven moment zag hij dat het goedbedoelde pappen en nathouden niet hielp, integendeel.

'Zachte heelmeesters maken stinkende wonden', zegt hij. Een dag later was iedereen weg.

'En jullie, vertel eens over jullie leven!'

Ik doe mijn verhaal en vertel hoe ik ermee omga. Piet, die grote man, begint te huilen en zegt: 'Eindelijk, na

Na al die jaren van eenzaamheid ontroert hem dat buitengewoon. We zien elkaar daarna regelmatig.

Ik antwoord hem: 'Het gaat perfect, Piet.'

Anderhalf uur later zit Piet samen met zijn vrouw Hennie bij ons thuis: ‘Dat moet je niet weer doen, ik vroeg het je toch. Dan wil ik h  t antwoord, niet een antwoord. Johan, wanneer je ooit hulp nodig hebt, maakt niet uit waarvoor, dan zal ik er zijn voor jou. Altijd.’

Het grootste geschenk dat hij mij gaf was er onvoorwaardelijk zijn.

Een paar dagen later ga ik naar hem toe. Hij zit aan tafel samen met een paar mensen uit de buurt. Met een zuurstofmasker op vraagt hij hen om plaats te maken: 'Ik ben moe mensen. Johan en ik willen even praten.' Ze nemen afscheid, hij kijkt hen na en wanneer ze uit het zicht zijn steekt hij een sigaar op. Rustig bij elkaar,

‘En ik van jou, Johan. En vergeet niet om het door te geven.’

We schudden elkaar de hand. Af en toe een beetje huilend rijd ik in een roes naar huis.

‘Doorgeven’, wat zou hij toch precies daarmee bedoelen?

Piet overlijdt op 26 februari 1998. Zijn begrafenis is groots. Bij alle huizen in het dorp hangt de vlag halfstok. Terwijl *My Way* van Sinatra door de luidsprekers klinkt, wordt de kist door zijn trotse zonen opgetild en in de begrafenisauto gezet. In een onafzienbaar lange stoet lopen honderden mensen mee, terwijl er een enorme plensbui op onze hoofden neerstort. Ook de wereld huilt.

Er worden regelmatig mooie woorden gebruikt over geven en nemen. Bij doorgeven komt geen boekhouder te pas. Bij om niet verkregen hoort om niet doorgeven.

Van het goede doorgeven wil ik wel dagwerk maken.
De ‘doorgeverij’ is geboren.

Grote broek

Ergens in het najaar van 1993 kom ik 's nachts om half één terug van een buitenlandse reis. Angeliën komt naar beneden en vertelt enthousiast over een videoband die zij van buurman Hans, radioloog, heeft gekregen. Hierop staat een documentaire waarin een Belgische professor uit Leuven vertelt dat hij bijna zover is de ziekte MS te kunnen genezen. Voor investeringen is er nog een groot geldbedrag nodig, omgerekend plusminus twee miljoen gulden, om de laatste onderzoeken af te ronden. In de documentaire worden andere gezaghebbende mensen uit deze wereld bevraagd, zij zijn ook enthousiast. Angeliën en ik kijken de hele band en huilen van geluk. Zou het dan mogelijk zijn om te genezen?

De volgende dag kom ik op de zaak en vertel het goede nieuws. Met stoom en kokend water onderneem ik actie, bel meteen met de kliniek, een dag later bezoek ik hem en vraag de professor om op een A4 de status van het onderzoek te vermelden, in duidelijke mensentaal met daarbij referenties van gezaghebbende collegae en tevens ondersteund door bekende Nederlandse collega-organisaties. Enthousiast vertel ik hem dat een bevriende ondernemer bereid is om één miljoen gulden hiervoor

beschikbaar te stellen en dat ik niet zal rusten voordat het ontbrekende geld bij elkaar is. Al moeten we ons huis verkopen. De Belgische professor is dolgelukkig. Nogmaals druk ik hem op het hart dat de gegevens in één keer goed moeten zijn, anders ga ik op mijn bek.

Veertien dagen later heb ik nog geen gegevens ontvangen en bel met de man. Ik moet nog een weekje geduld hebben. Uiteraard bel ik na twee weken weer. Ik vraag hem waarom ik zo lang moet wachten, ik sta namelijk te popelen om de zaak zonder uitstel tot een goed einde te brengen. En dan komt de aap uit de mouw. De eergevoelige Belgische professor vertelt dat hij dingen heeft gezegd die hij nog lang niet waar kan maken: 'Ik heb een te grote broek aangetrokken. Ik had niet verwacht dat er iemand zou komen als u.'

Geluksstenen

Op een dag staan onze dochter Loes, in de kleuterleeftijd, en ik vanuit het achterraam te kijken naar een regenboog.

‘Papa, staat er een emmer met goud aan het eind?’
‘Ik weet het niet Loes, maar bij ons staat aan het begin van de regenboog een kolenkit, kijk maar. Die zouden wij kunnen vullen met mooie stenen die we onderweg tegenkomen. Jij op weg naar school en ik tijdens het wandelen.’

Wij nemen van menige wandeling een paar van de stenen mee. Dat doen we langer dan een jaar. Wanneer ik op een dag met een kwaai kop de tuindeur hard dichtgooi, valt er een steen uit de kolenkit. Ik schaam mij daarvoor, maar besef tegelijkertijd dat de kolenkit overvol is met stenen, dat zijn echte geluksstenen. De mooiste zijn die we onderweg zijn tegengekomen.

Singing in the rain

In een tropische warmte fietsen wij als gezin terug van mijn ouders naar huis. Halverwege de fietstocht van Almelo naar Wierden komen we in een plensbui terecht. We zijn tot de draad toe nat, maar niet verkild, want het is nog steeds boven de twintig graden. De kinderen spelen nog in de regen en ik stel voor: ‘Weet je wat we gaan doen? Wij zijn nu toch al nat, laten we in de plassen gaan liggen, stampen, tappend, elkaar nat spetteren, gewoon alles wat je normaal niet doet.’

We vermaken ons uitstekend en gaan helemaal op in het natte werk. Hikkend van het lachen komen we volledig voldaan als mislukte schoorsteenvegers thuis.

Wat doet je vader?

Op een dag in het najaar van 1998 komt Max, dan 6 jaar, thuis van school en meldt met een beverig onderlipje dat hij de volgende dag een beurt krijgt in de klas, om te vertellen wat zijn vader voor werk doet.

In die periode is mijn werkzame leven al volledig tot stilstand gekomen. Het is juister om te zeggen dat ik niet ben gestopt, maar dat mijn werkzame leven is gestopt. Ik moet zelf alert blijven anders is ook mijn ik weg.

Max ziet er enorm tegenop en vraagt mij:
'Wat moet ik zeggen wat je doet papa?'
'Vertel zoals het is, Max.'

De volgende dag komt een blij huppelende Max thuis. Opgetogen zegt hij: 'Ik heb mijn beurt gehad, papa!' 'Wat heb je verteld jongen?' vraag ik met een bonkend hart.
'Ik heb verteld dat je niets doet en dat we heel veel lachen samen,' zegt Max blij.

Die prachtige kinderlijke eerlijkheid en eenvoud zijn werkelijk genezend!

Doorlichten

'Papa, heb je alles gedaan om beter te worden? Heb je echt alles, 100 procent gedaan om te genezen?' vraagt Max, dan twaalf jaar oud.

'Ja jongen, en als ik iets op mijn pad tegenkom, zal ik niets nalaten om die woorden gestand te doen.'

Op mijn levenspad ben ik veel tegengekomen en heb ik veel ondernomen en mensen ontmoet in allerlei circuits. Ik heb vele cursussen gevolgd, workshops en lezingen bijgewoond. Onvergetelijk zijn onder andere de zanglessen bij Marion en de naailessen voor stimulering van de fijne tastzin bij Vera. Tevens heb ik deelgenomen aan een schrijfcursus, schilderlessen, interviewtechnieken en ga zo maar door ...

Ik bestudeer vele boeken op het gebied van natuurwetenschap, filosofie, economie, religie en psychologie. Het laatste ben ik daadwerkelijk gaan studeren, ook om een betere gesprekspartner te worden in mijn werk en voor mijn jarenlange zoek/onderzoekstocht.

Niet onbelangrijk zijn ook de onderzoeken bij AOB Compaz in Zwolle. Mijn verzoek aan de allround adviseur (psycholoog) is om een capaciteiten-,

interesse- en talentenonderzoek, dus een volledig potentieel onderzoek uit te voeren om iets te kunnen vinden wat zo haarfijn bij mij zou passen dat het een gunstige dan wel genezende invloed zou hebben op mijn omstandigheden. Ik laat mij doorlichten. Uit het uitgebreide onderzoek komt naar voren dat mijn interesses liggen op het gebied van onderwijs en kennisoverdracht, maatschappij en bestuur en in de periferie film, fotografie en journalistiek. Dit in combinatie met een sociaal, dienstverlenende instelling en het verlangen om betekenisvol te willen zijn. Belangrijke aspecten zijn daarbij onder andere zelfstandigheid, onafhankelijkheid, autonomie en afwisseling. De behoefte is vooral met en voor mensen actief zijn, bijdragen aan hun welzijn, een positieve wending geven aan iemands bestaan. De resultaten uit dit onderzoek wijzen uit naar wat ik al doe: organisatieadvies voor de mens en organisatie.

Overigens vecht ik niet meer, er is acceptatie en aanvaarding. En ondanks dat blijven we onderzoeken.

Natte zakdoek

Voor het eerst in mijn leven kom ik bij het GAK, het tegenwoordige UWV in Hengelo. Ik heb daar een gesprek, een controleafpraak met een arts die bekend staat als keihard en ongenaakbaar, zo hoor ik in de wachtkamer. Ik heb dan onlangs, nog vers dus, de diagnose MS gekregen.

Ik ben aan de beurt, vertel hem hoe hij wordt ervaren en zeg: 'Dat past mij wel, zachte heelmeesters maken immers stinkende wonden. Ik kom hier niet om gecontroleerd te worden, daarvoor bent u toch geen arts geworden. U bent dokter, genees mij alstublieft.' 'Ik ben dokter geworden uit roeping, en wat ik nu doe, het controleren van mensen is ook niet aan mij besteed, maar het dient wel te gebeuren', legt hij mij bewogen uit.

Hij vertelt mij over zijn leven en hoe het zo gekomen is dat hij nu controleert in plaats van geneest. De natte zakdoek van zijn tranen schenk ik hem.

Het gesprek met deze arts was in 1993. Daarna heb ik jarenlang niks meer te maken gehad met het GAK en UWV, want iemand met MS die niets liever wil dan werken, daar hebben ze verder geen boodschap aan. Ik hoef niet gecontroleerd te worden, ik moet eerder worden afgeremd.

Niet te geloven

Bij Arcon, een belangenbehartigersclub voor arbeidsongeschikten, volg ik een opleiding tot Reïntegratiemakelaar en een cursus Sociale Zekerheid. Ik heb een overlevingskit gemaakt, gevuld met informatie, hoe de tijd die je hebt nuttig en actief door te brengen, wat te doen met de tijd? Van superactief, heel druk in het gewone leven, lig ik de hele dag in bed. Vandaar dat mijn gedachten naar een overlevingskit gaan.

Samen met zeventien andere cursisten zit ik aan een ronde tafel. We stellen ons aan elkaar voor. Daarna is er het voorstelrondje. Er komen huwelijksproblemen aan bod, financiële sores worden gedeeld, de boze buitenwereld die de schuld krijgt, uiteenlopende ziektes komen voorbij, et cetera. Als laatste valt de beurt aan mij: 'Ik dacht dat wij lid zijn van dezelfde kudde, maar geen van de problemen die ik heb gehoord zijn de mijne. Ik ben wel ziek.'

Ik heb niet het plan om als reïntegratiemakelaar aan de slag te gaan, ik wil vooral op de hoogte worden gebracht van mijn nieuwe positie op de arbeidsmarkt, hoe deze sociaal-juridisch voor mijn persoonlijke situatie in elkaar steekt.

Na de eerste cursusdag met een hoofd vol verhalen rijd ik naar huis, ik stop bij het Twentekanaal, ga op een boomstronk zitten en denk: *cry me a river*.

Aan het einde van de cursus wordt het certificaat Reïntegratiemakelaar uitgereikt en meegedeeld dat degenen die ermee aan de slag willen opnieuw de opleiding moeten volgen wegens veranderde wet- en regelgeving.

Niet te geloven!

Gebak

In 2001 moet ik een lijst invullen voor het toenmalige GAK, nu UWV¹ geheten.

Ik kom daar niet uit, het is dermate ingewikkeld dat ik er een grote zwarte streep doorheen haal en er een kleine notitie bij schrijf: Ik kom hier niet uit. Mocht het zo zijn dat ik ooit weer het geluk mag proeven om onafhankelijk te kunnen werken op het niveau van vroeger, dan zal ik jullie trakteren op gebak, want dan heb ik jullie niet meer nodig.

Van de denk- en werkwijze en de bejegening van het GAK zeggen velen dat mensen die chronisch ziek zijn wel afhankelijk zullen blijven van een uitkering. Ik wil hen het tegendeel bewijzen.

Euforisch gestemd en zeer optimistisch trakteer ik in september 2002 bij het GAK op gebak. Het is geweldig om dat te doen.

¹Het Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen (UWV) is een unieke organisatie in de wereld waar we, in mijn ogen, heel zuinig op moeten zijn. Ik heb altijd prima met hen kunnen samenwerken.

Deel 3

Eigen aard is goud waard

*‘Immers, eigen aard is goud waard en
is juist niet volgens het boekje.
Echte verandering komt van binnenuit.’*

Johan van de Velde (1961 –)

*‘De gemakkelijkste manier om zijn gebrek
aan smaak te verbergen,
is met de mode mee te gaan.’*

Salomon Baer-Oberdorf (1870 – 1940)

Nederigheid

In 1986 kopen wij een huis in Almelo. Tijdens een kennismaking met onze naaste burens nemen we de rest van de straat even onder de loep. Ook horen we van een vrouw uit de straat met MS. Ze heeft een uitkering en een auto van de gemeente. Soms zit ze in een rolstoel, ook loopt of fietst ze regelmatig door de straat.

In die tijd werken we allebei fulltime. Voor mij zijn werkweken van zeventig, tachtig uur geen uitzondering. Bij wijze van spreken ben ik alleen thuis om te slapen, de rest van de tijd ben ik aan het werk, bewijzen aan de wereld dat ik een hele boel in mijn mars heb. En deze dame met MS, ik denk er stilletjes het mijne over ...

In 1999 kom ik uit een grote periode van inactiviteit, geen gevoel meer in mijn handen en benen. Ik kan letterlijk en figuurlijk niets meer in mijn handen houden. Wel probeer ik mijn wandelrondjes steeds verder uit te breiden. Twintig, vijftig, honderd meter en zo verder. Op een zekere dag heb ik alle moed verzameld en loop naar Albert Heijn, 650 meter verderop, een marathon voor mij. Op de groente- en fruitafdeling weeg ik trillend het fruit af, dat vlot

niet erg, het plastic zakje kan ik niet direct open krijgen. Een vrouw achter mij staat ongeduldig met een winkelwagentje tegen me aan te drukken. Ik wil me omdraaien om wat geduld te vragen, maar word al onderbroken door haar ruwe gekakel.

‘Hé! Jij bent toch Johan van de Velde? Jij bent toch die man met MS?’

Wij zijn niet alleen op die afdeling in de supermarkt, we krijgen alle aandacht van ander winkelend publiek. ‘Nog niet klaar’, vervolgt ze. ‘Dat je nog niet in een rolstoel zit! Ja ja, hoe kan dat nou toch?’

Volkomen van de kaart en in shock antwoord ik dat lang niet iedereen in een rolstoel terechtkomt bij MS, en dat ik helemaal ben komen lopen vanaf huis. Ik wil nog veel meer vertellen over hoe het met me gaat, maar zij luistert al niet meer naar mij, ondertussen spreekt zij over mij met een toehoorder. Ik sta erbij en kijk ernaar.

Totaal overdonderd kom ik thuis en vertel Angeliën over mijn ontmoeting bij Albert Heijn. Ik krijg er geen woord meer uit, ik huil als een kleine jongen. Later realiseer ik me dat ikzelf ook eens zo gereageerd heb, alleen heb ik het toen niet uitgesproken.

Jaren later zie ik een bekende bij ons uit de buurt in zijn auto stappen, op zijn paasbest.

‘Wat ben je deftig vandaag’, zeg ik.

‘Ja, er zijn ook nog mensen die gewoon moeten werken vandaag, ik heb ook liever vakantie en een korte broek aan, net als jij.’

Een grote klap in mijn gezicht. Ik kan hem wel ik weet niet wat doen. Verslagen loop ik door. Een minuut of vijf later staat zijn auto er nog steeds. Ik loop terug en klop op zijn raampje, waarop hij het opendoet. Kwaad wil ik zeggen dat hij ons huis en al ons geld mag hebben voor een pil die mij geneest. Dan kijk ik hem nog eens goed aan: heeft hij gehuild?

‘Oh,’ zegt hij snikkend, stapt uit de auto en omarmt mij, ‘het spijt me zo ontzettend, Johan, het schoot mij er zomaar uit, aanvaard alsjeblieft mijn excuses.’

‘Ik begrijp je heel goed.’ Ik aanvaard zijn excuses en vertel hem hoe ikzelf eens op dezelfde manier heb gereageerd.

Hortensia's

In 1999 kom ik in de fase waarin iedereen wel een of twee keer bij mij op bezoek is geweest. Het nieuwe is eraf. Ik moet de kar zelf weer trekken. Er is niet zoveel kar te trekken, murw gebeukt door het leven lig ik daags grotendeels op bed.

De woensdagmorgen om ongeveer tien uur is een belangrijk moment geworden, want dan komt *De Driehoek*, het plaatselijk huis-aan-huisblad, waar een leuke column in staat. Ik zie de bezorger aankomen die het bij de wederzijdse burens in de brievenbus doet. Hij slaat ons huis over! Ik raak ietwat in paniek.

Hé, wat doe je nou ..., hé gek, help, kom terug, denk ik. Ik loop naar buiten, hij is al weg.

Dan ga ik naar de burens, het is tenslotte geen post, het is een huis-aan-huisblad, dat kan toch wel, of niet? Of is het toch een beetje raar om iets bij de burens uit de brievenbus te halen? Toch maar niet. Ik loop naar binnen en zijg moegestreden neer op de bank. Ben ik zo diep gezonken?

Ik zit toch echt niet achter de geraniums, want bij ons staan daar hortensia's.

Vlaggen

Bertil en Maria, Angeliën en ik kennen elkaar een half leven. We zijn er voor elkaar, natuurlijk bij de intense vreugde bij de geboorten van onze dochters Wieke en Loes, en onze zonen Bent, Stijn, Joes en Max. Ook bij het sterven van de opa's Jan en Herman en oma Ans deelden wij samen, nu in het verdriet. Tevens bij andere belangrijke gebeurtenissen in onze levens zijn we er voor elkaar, een hechte band, ware vrienden.

Op een maandagmorgen, ergens in de lente van 2002, brengen Bertil en ik de kinderen naar school. Gezellig kuierend lopen wij terug richting huis.

Op onze route staat een vrouw hartstochtelijk te huilen te midden van een groepje omstanders. Bertil weet te vertellen dat haar echtgenoot het afgelopen weekend is verongelukt. De rest van de wandeling doen we er dan ook het zwijgen toe.

Wij nemen afscheid met de woorden 'dat je elke dag de vlag wel mag uitsteken, om gewoon het leven te vieren'. We spreken dan ook af dat we bij elke hoogtijdag van een van ons de vlag uit steken. We doen dat vervolgens jarenlang, tot de vlag door veelvuldig gebruik behoorlijk is versleten. Daarna besluiten we een eigen vlag voor onze hoogtijdagen te ontwerpen. Het wordt de vlag van liefde en geluk.

Ontroerende zaken

Door de MS krijg ik ernstige concentratieproblemen en een groot 'woordvindprobleem'. Letterlijk, ik kan de woorden niet vinden om te vertellen wat ik wil zeggen. Ik word een man zonder verhaal. Dankzij het etymologisch woordenboek, een cadeau van Angelien, heb ik vele woorden opnieuw geleerd. Dat heeft mij enorm geholpen.

In 2010 geef ik in Al Nour, het centrum voor beweging en inspiratie van Nora Knol in Groningen, een lezing over huis-, tuin- en keukenspiritualiteit. Ook Angelien is hierbij. Daaraan voorafgaand vraagt iemand: 'Wat doet u voor werk meneer?'

'Dat ligt er aan waar ik ben. Ik hoop dat ik een makelaar kan zijn in ontroerend goede zaken', zeg ik lachend, en dacht terug aan een vriend die destijds de tekst van mijn flyer las en reageerde: "Makelaar in ontroerend goede zaken. Wat pompeus! Wat overdreven!".

Na een woord van dank, welkom heten en iedereen een inspirerende avond wensend, houd ik een lezing over mijn leven:

Ik stel mij voor en vertel dat hier een blij kind staat van 48 jaar oud. Daarna introduceer ik als mijn

speciale gast Angelien, die al dertig jaar mijn geliefde is en moeder van onze kinderen Max en Loes. Voordat ik inhoudelijk van start ga om te vertellen over mijn universele louteringsweg, vraag ik aandacht om te luisteren naar het Avé Maria van Maria Bruckner, het muziekstuk dat voor mij het hemelse benadert. De lichten gaan ervoor uit. Na een kleine vijf minuten, als het Avé Maria is geëindigd, steek ik van wal:

Na een succesvolle groei- en bloeitijd in het bedrijfsleven ben ik jarenlang ernstig ziek geweest. Een innerlijke wereldreis zonder vergelijk die voerde door de schatkamers van ons aller innerlijk waar natuurlijke rust, harmonie en vrede heersen, zo schoongewassen worden van alle hoogmoed en arrogantie, heb ik uiteindelijk ervaren als een voorrecht. Het bood dan ook ruimte aan een geweldige transformatie, gelijk aan een inwijding. Het uiterlijke succes ging duidelijk ten koste van het innerlijk leven. Wanneer je niet dood gaat, wat kom je hier in dit leven dan nog doen? Dat vroeg ik mij af.

Geen zoeker meer, maar vinder worden. Vinder van een overstromende beker. Dat is een rijk bezit. En dan wordt het tijd om van deze overvloed klare wijn te schenken. Glashelder, aan mensen die daaraan behoefte hebben.

Ik ben opgevoed in een gezin waar veel aandacht was voor zowel stoffelijke als onstoffelijke voeding.

Toen ik leerde lopen, leerde ik ook ademhalings- en concentratieoefeningen van mijn vader, die in zijn opleiding tot sportleraar al veel had opgestoken van yoga en meditatie. Mijn moeder vervolmaakte op haar manier de opvoeding met haar lessen van de Hogeschool van de Liefde. Ook over soepelheid van lichaam en geest. Over balans in jezelf door stilte en rust als basis. Mijn mediteren bestaat voornamelijk uit wandelen in de natuur. Lopen loutert.

Tijdens de lezing vertel ik over mijn ontmoetingen, mijn ervaringen en mijn inspiratiebronnen.

Tussen de vele verhalen las ik een pauze in voor *My Way* van Herman Brood.

Mijn lezing verloopt vlekkeloos en wanneer de ruimte zich langzaam vult met muziek, sluit ik mijn verhaal af met een zin om op te reflecteren: Vindt u het moeilijk om te doen en te zeggen wat uw hart u ingeeft?

Verkokerd denken

Jaren geleden ben ik bij een bijeenkomst, georganiseerd door Stichting MS Research. In de ochtend geven onderzoekers acte de présence, zij leggen verantwoording af over wat zij met de jaarlijkse sponsorgelden van twee à drie miljoen euro hebben gedaan.

In de middag kunnen de deelnemers bij onderwerpen aanschuiven die hun bijzondere interesse hebben. Mijn belangstelling gaat uit naar de presentatie over een speciale op de cognitie gerichte training. Het geheugen en de concentratie trainen zodat zij niet verder achteruitgaan. En ook natuurlijk voor de aanpak van het ‘woordvindprobleem’.

Ik sta bij een tafel en een meneer vraagt: ‘Als ik de training volg, gaan de genoemde problemen dan niet verder achteruit?’

De neuropsychologe antwoordt: ‘Je kunt het niet verder herstellen of verbeteren, maar dat het dan ook niet verder achteruitgaat’.

De tranen schieten mij in de ogen en ik vraag of ik mag onderbreken. Ik vertel dat de problemen van de man heel herkenbaar zijn voor mij, het waren mijn problemen van vroeger. En dat de studie van het etymologisch woordenboek van meer dan duizend

pagina's, waarover ik minstens drie maanden heb gedaan, dat ik van a tot z dus heb gespeld, mij heel veel heeft gebracht. De genoemde problemen waren voor mij verleden tijd.

De neuropsychologe kijkt mij misprijzend aan, de eenvoud verguizend, als door een wesp gestoken: 'Ja, dan maak je allemaal nieuwe verbindingen aan.' 'Het maakt toch niet uit hoe, het gaat er om dat het mogelijk is!' werp ik tegen.

Het is in mijn ogen een typisch voorbeeld van verkokerd denken. Onwillekeurig moet ik ineens ook denken aan hen die de neus ophalen voor de beroemde dirigent en violist André Rieu die met zijn concerten over de hele wereld de harten van miljoenen 'gewone' mensen verovert.

Eigen vermogen

Zuivere knoflook is het beste natuurlijke antibioticum dat er bestaat. Dat leerde ik van Mellie Uyldert en mijn vader die beiden een leven lang zich hebben beziggehouden met gezondheid, bewegen, yoga en voeding van lichaam en geest. Zij gingen ook uit van het eigen vermogen van de mens.

Sinds vele jaren gebruik ik een overdosis aan knoflook in mijn eten. De eigenaren van Valentino, een pizzeria in Almelo, vragen mij alleen of ik vlees of vis wil, een overdosis knoflook is vaste prik. Dat geniet ik thuis ook. Heerlijk!

Door mijn levensstijl en het leven zelf heb ik, denk ik, het geluk gehad dat ik medicijnvrij ben gebleven.

Zoete droom

Eind jaren tachtig vertelt een ‘topmarketeer’ zeer bevlogen over zijn succesvolle, nieuwe product. In de zaal zit een hoog ‘grijze-pakkengehalte’. De man besluit zijn lezing met de woorden: ‘Je zou dus kunnen zeggen dat het vanaf nu niet meer gaat om de inhoud, nee mensen, vanaf nu gaat het écht om de verpakking, die blijkt toch telkens weer veruit de belangrijkste van die twee.’

Een bijna tot tranen geroerd en dankbaar publiek geeft deze ‘wijze’ man een ovationeel applaus.

Waarschijnlijk is de enige die niet meedeelt in de feestvreugde ikzelf. Wanneer er gelegenheid is voor het stellen van vragen, steek ik mijn hand op. Ik stel mijzelf voor en zeg geen vraag te hebben, wel een opmerking: ‘Bij uw laatste woorden over de mijns inziens inhoudsloze verpakking, dacht ik aan mijn opa, Lute Elhorst, die zou nu hebben opgemerkt: “Jong, jong, de leu bint de weg kwiet”, wanneer de verpakking belangrijker is geworden dan de inhoud, dan is dat de wereld op zijn kop.’

Opeens ben ik in dit gezelschap een afvallige geworden, iemand die misschien een zoete droom heeft verstoord. Ik sta nu letterlijk alleen, maar wat voel ik mij compleet!

Moreel kompas

Regelmatig kom ik in de bibliotheek in Almelo. Op de zaterdagochtenden lees ik in *Het Financieele Dagblad* de columns van een bekende journalist/recensent die veel schrijft over leiderschap en management. Al een aantal keren heb ik in klad mijn reactie bij een kopie van het artikel geschreven, echter nooit verstuurd. Maar na het lezen van een aantal boekrecensies voel ik de behoefte om haar wel te benaderen.

Het lijkt mij, en dat schrijf ik haar ook, geweldig om samen een boekje te schrijven waarbij toegankelijkheid, toepasbaarheid en toegevoegde waarde vijf sterren verdienen. En natuurlijk ook dat ik haar graag zou ontmoeten, en nodig haar uit voor een wandeling.

Voorals ben ik geïnteresseerd in haar ervaringen, haar verhalen, haar inspirerende gesprekken met grote leiders onder wie Madeleine Albright, Jack Welch, Deepak Chopra, Ricardo Semler en Desmond Tutu.¹ Want ook hier was mijn zoektocht nog niet ten einde.

Wij lopen langs het strand van Noordwijk aan Zee en zij vertelt over de essentie van leiderschap. Haar belangrijkste conclusie is dat de lessen in

leiderschap van deze leiders uiteindelijk voornamelijk gaan over compassie, verbondenheid en inspiratie, zoals zij zelf stelt: de essentie van leiderschap is verantwoordelijkheid nemen. Deze mensen doen dat.

De grote leiders doen wat dicht bij henzelf ligt, zijn authentiek en staan in verbinding met de ander en beschikken over een moreel kompas.

¹ Jack Welch overleed in 2020, Desmond Tutu in 2021 en Madeleine Albright in 2022.

Het hoogste woord

We gaan voor een korte vakantie naar zee. Op het vakantieadres aangekomen wachten we samen met een ander gezin aan de balie om in te checken. De man – een halve kop groter dan ik, gebruind en atletisch gebouwd – stelt zich voor. Niet veel later vertelt hij een boek te hebben geschreven.

‘Waarom?’ vraag ik hem.

Hij verstomt en zegt niet-begrijpend: ‘Wat zeg je?’

‘Waarom heb je een boek geschreven?’ herhaal ik.

Hij stamelt wat, maar een echt antwoord blijft uit.

Later die avond, de hele familie slaapt en ik zit nog wat te lezen in de lobby van het hotel, komt hij bij mij zitten. Hij vertelt dat hij directeur is van een managementadviesbureau dat landelijk opereert en zeer succesvol is. Ik kom er niet aan toe iets over mezelf te vertellen, hij geeft geen enkele ruimte.

‘Of ik een partijtje wil schaken?’

Als het op een vlotte manier kan, ben ik daar wel voor te porren. We spreken af dat we niet te lang nadenken voor elke zet. Het lukt hem niet zich daaraan te houden, hij wordt wat zenuwachtig, maar wint de partij wel.

Ik vraag revanche en we spelen opnieuw. Voorwaarde is dat we niet langer dan vijf seconden mogen nadenken. Nu win ik en staat het 1–1. Ik stel voor

om nog een partij te doen, en dan het schaakspel een kwartslag te draaien. Dat vindt hij heel gek.

‘Heb je dat nooit eerder gedaan?’ vraag ik hem.

‘Nee’, zegt hij.

‘Nou, ik ook niet, maar laten we het proberen.’

Gaandeweg de partij speel ik het spel alsof de looper het paard is en andersom, op een melige manier frustreer ik het spelletje, vervolgens breken we het af.

Eerder die dag heeft hij me zien wandelen en vraagt mij of we de volgende ochtend vroeg een wandeling zullen maken. Ik vind dat een prima idee.

Tijdens de wandeling begint hij eerst weer over zijn successen.

‘Wat is er mis gegaan’, vraag ik.

‘Hoezo?’ is zijn reactie.

‘Ik denk dat je niet voor niks zo ontzettend je best doet, ik voel gewoon dat daar iets achter zit’, vervolg ik.

In een oogwenk verandert hij van een imposante, knappe verschijning in een troosteloos hoopje mens.

Hij vertelt over de jongen die hij was. Op 7-jarige leeftijd nog altijd incontinent en jarenlang zowel geestelijk als lichamelijk enorm mishandeld. Urenlang stort hij zijn hart uit over dat deel van zijn leven.

We liepen terug en de stilte had het hoogste woord.

Wandelen

Mijn vader ziet op 16-jarige leeftijd een boek liggen over sport en yoga. Vanaf die tijd beoefent hij veel sporten en maakt daar ook zijn beroep van. Hij is fysiek sterk en innerlijk kalm, heeft weinig of geen ruimte voor zwakte en is zeer gedisciplineerd en onverzettelijk, ongenaakbaar.

Als kleine kinderen deden wij mee met concentratie- en ademhalingsoefeningen. Ik ben hem daar zeer dankbaar voor en zie ook in dat ik zachtheid miste, juist toen ik kwetsbaar werd. Hierin ben ik gegroeid en zie dat ik gevochten heb tegen mezelf en voel mij zeer bevoorrecht, sterk, volhardend en vrij.

Wanneer ik een oude rododendron van meer dan vijftig jaar oud zie, gesnoeid tot vlak boven de grond, denk ik: die haalt het nooit. Een paar weken gebeurt er niks, ik ben zelfs bang dat ie het niet redt. Tot ik op een zekere dag een groene uitloper zie!

Het zien van de foto van een hersencel doet mij denken aan het wortelstelsel van een boom, dat geeft mij een enorme *boost*. Immers, de mens beschikt over miljarden zenuwcellen, en ik dacht: dan is het toch geen gelopen race.

Ik leg het wortelstelsel van een boom naast mijn geteisterde zenuwstelsel: beide stelsels vertonen opvallende gelijkenissen, bijvoorbeeld op welke manier deze zich vertakken en hoe deze met elkaar verbonden zijn. Wat een opluchting, wat een troost! De enorme concentratieproblemen waar ik dan mee worstel worden daardoor hanteerbaar.

Linksom of rechtsom, het kan beter worden, want als alle bewegingen van het lichaam worden gestuurd vanuit de hersenen ofwel als wij zonder het brein niets kunnen, dan ligt daar de sleutel. De hersenen stimuleren door veel bewegen, en dat heel bewust doen, zorgt voor reorganisatie en celvernieuwing, regeneratie. Er ontstaan op deze manier nieuwe verbindingen in het brein. Bewegen opent andere werelden.

Ik word daarin bevestigd als ik het volgende lees in een krantenartikel 'Wandelen doet wonderen bij pelgrims': in het gebied van de psychoneuroimmunologie, die de communicatie tussen het centraal zenuwstelsel en het immuunstelsel onderzoekt, lijkt het mogelijk weer een verband tussen pelgrimage en genezing te leggen.

Het vele wandelen van eerst korte en daarna langere afstanden heeft mij heel veel gebracht en wordt een serieuze levensopdracht.

De '10.000 uur van de topsporter' worden bij mij die van de wandelaar. Mijn brein als medicijn heeft gewerkt.

Goastok

De 'goastok' (ga-stok) is een traditionele Twentse wandelstok, herkenbaar aan de gedraaide vorm van het hout, vaak rondom een berk, zwarte els, lijsterbes, hazelaar of waterwilg. Dat zijn de zogenaamde 'slachtoffers' van de wurgende, wilde kamperfoelie die in de avond- en nachtelijke uren een heerlijke geur verspreidt voor nachtvlinders.

De goastok werd lang geleden vaak als geschenk gegeven aan iemand die met pensioen ging! In de tijd dat 65 jaar als stokoud werd gezien. De goastok als boodschap: dat't oe good mag goan.

De wilde kamperfoelie staat voor mij symbool voor kracht, er zit zo'n enorme oerkracht in, dat ik mij iedere keer weer verwonder over hoe zij naar boven komt, bijvoorbeeld als zij daarvoor het asfalt moet overwinnen. Zoals ook de tot op de grond afgesnoeide rododendron die toch weer het prille groen rondom de korte stammetjes laat zien.

Balletdanser

Een tijdlang heb ik veel last van mijn rug. Via de podoloog kom ik bij een podotherapeut terecht om daar nog betere steunzolen te laten aanmeten.

Mijn vader die vroeger sportleraar was en heilgymnastiek gaf, zei: 'Ga op je tenen lopen. Jij en je lichaam zijn gewoon vergeten hoe je je voeten moet gebruiken. Train je voeten.'

Ik heb kilometers op blote voeten gelopen als een balletdanser op de tenen. Dat doe ik nog steeds elke morgen. De steunzolen heb ik weggegooid, die had ik niet meer nodig. Dankjewel, vader.

Neem verantwoordelijkheid voor je eigen lichaam zolang het kan, sta op uit je eigen schaduw. Je wordt anders als een dreinend kind dat zeurend naar zijn moeder gaat om de snottebellen onder de neus weg te laten halen.

Rolls-Royce

Jarenlang geef ik ambachtelijk gebakken roggebroden weg. Eentje geef ik als relatiegeschenk aan wereldkampioen schoenmaker Flink in Almelo. Hij zegt daarover: 'Wat heerlijk als ik dit eet, zie mezelf terug, vroeger als kind aan tafel als we roggepap aten'. Sindsdien spreken we elkaar regelmatig. Hij heeft mijn beste schoenen, Greve's, van nieuwe zolen voorzien. Hij ruikt eraan en zegt: 'Dit is kwaliteit.' Deze schoenen zijn echter uit de collectie.

Daarna kom ik hem een keer op de markt in Almelo tegen. 'Wat loop jij moeilijk', zegt hij. Het wandelen gaat minder, leg ik hem uit. 'Ik kan jou helpen. Ik ga het in ieder geval proberen.' 'Ik hoef geen Rolls-Royce als auto, maar op schoengebied is dat mijn wens.'

Twee jaar lang ga ik om de paar weken naar hem toe. Ik ben er zeker vijftig keer geweest, op de zaterdagochtend voor openingstijd. We drinken koffie, ik pas de schoenen en wij vertellen elkaar over onze levens. Met filmpjes die ik begin met 'Buongiorno Giovanni' laat ik zien hoe ik op de schoenen loop. Wij zijn goede vrienden geworden.

Deel 4

Groei en bloei van Essentis

'Wees meester en vormgever van jezelf.'

Friedrich Nietzsche (1844 – 1900)

Wat döt den keerl

Mensen bij mij in de buurt zien mij regelmatig wandelen, soms wel drie keer per dag.

Een man uit de buurt spreekt mij aan: 'Laatst zag ik je 's avonds en ik zeg tegen mijn vrouw. Dat is toch ook wat! Wat döt den keerl, a'j zovöl wandelt he'j ja helemoal geen tied om te warken.'

'Wandelen doe ik voor mijn gezondheid en is ook mijn werk geworden.'

'Joa, joa.'

Met Essentis wandel ik samen met de mens op zijn/haar levenspad mee. Ik beluister de verhalen, adviseer daarop resultaatgericht in essentie.

Jaloers op de zon

In alle stilte genieten een ondernemer en ik van de zonsopgang op de Sallandse Heuvelrug. Het moment heeft genoeg aan zichzelf.

Diezelfde zon is een trouwe bondgenoot in ons vaak hectische leven, komt altijd op tijd, waait met geen enkele wind mee en verwarmt ons alle dagen van ons leven.

Kunt u uzelf zijn, zoals de zon?

Eigen aard is immers goud waard en is juist niet volgens het boekje.

Echte verandering komt van binnenuit.

Laten we eens stilstaan bij het volgende:

- Zitten u en uw mensen op de juiste plek?
- Bewandelen u en uw organisatie nog steeds de juiste weg?
- Voelt u zich gezien en gehoord?

Het Latijnse ‘movēre’ staat voor bewegen, enkele woorden die daarvan zijn afgeleid zijn:

- emotie wat gemoedsbeweging of ontroering betekent en
- motivatie wat staat voor beweegreden.

Geeft u uzelf of uw mensen genoeg reden om te bewegen? Dan gaan dingen zonder moeite en automatisch in de goede richting.

Over Natuurlijk Leiderschap gesproken!

Midden jaren tachtig word ik door een grote ondernemer aangenomen. Nadat de zaak beklonken is, vertelt hij mij urenlang over zijn leven en spaart zichzelf daarbij allerminst. Ik ben verrast en vraag hem waarom hij dat doet.

Overmand door emoties zegt hij: ‘Jij gaat niet voor mij werken, nee, wij gaan samen werken en daar hoort onvoorwaardelijk vertrouwen bij.’

Bij dat bedrijf krijg ik mijn zakelijke opvoeding. Ik word als het ware ondergedompeld in vertrouwen, telkens weer. Inspiratie voor een leven lang, die tank is nooit meer leeg geraakt.

Een mens is meer dan vlees en bloed alleen: we hebben een hart (innerlijk) en dat is het allerbelangrijkste in ons leven. Vanuit je hart doe je goede en ware dingen. Ondernemen in essentie is doen wat bij je past en wat je hart je ingeeft. Geen gekopieerde wijsheid of tweedehands kennis, maar leven uit de eerste hand.

Bekende vragen zijn: Wie ben ik? Wat kan ik? Wat wil ik? Er is echter geen te volgen route naar uzelf, het is de weg van het ongebaande pad. Uw eigen weg.

Ik loop vaak een eindje mee op zo'n pad en dat is elke keer een voorrecht. Essentis helpt mensen letterlijk en figuurlijk te bewegen naar hun essentie door bijvoorbeeld samen in de natuur te wandelen, daarvoor hebben we alle tijd en aandacht.

Rode wangen

Een reclameman vraagt mij wat ik precies doe, omdat hem dat op mijn website toch niet helemaal duidelijk is geworden.

'Kijk mij asjeblieft eens tien seconden aan, zeg niets en vertel daarna wat je gezien hebt.'

Hij is perplex en zegt met rode wangen: 'Ik zie enorm veel rust en vertrouwen en voel ook een enorme warmte.'

Lachend zeg ik: 'Dat is mijn "product".'

In liefde lijden

Op een zekere dag wandel ik met een deftige meneer die normalerwijze gereden wordt door een chauffeur. Na een half uur onderweg te zijn 'klikt' het nog steeds niet zo geweldig samen.

Het is duidelijk dat hij mij gewikt, gewogen en te licht bevonden heeft. We zien onder het lopen de toren van Van Wulften-Palthe en hij vraagt: 'Wat is dat voor een toren?'

'Dat is de jachttoren die al enkele generaties lang in het bezit is van onze familie', vertel ik.

De man is danig onder de indruk en vraagt ietwat ongemakkelijk: 'Hoort er veel grond bij?'

Ineens komt hij met zijn 'weegschaal' in de problemen. Ik vertel hem dat we nog steeds op de grond die bij de jachttoren hoort aan het wandelen zijn.

De rollen zijn nu omgedraaid en ietwat in paniek loopt hij met een pasgeboren zenuwtic in zijn rechter mondhoek verder en weet niets meer te zeggen.

Misschien een volle minuut laat ik hem in alle liefde lijden en dan zeg ik hem, terwijl ik hem van harte uitlach: 'Het hele verhaal over de jachttoren heb ik verzonnen.'

Volkomen verstijfd hakkelt hij: 'Wat zeg je nu, wat bedoel je?'

'Het is gewoon niet waar, ik heb je dit op de mouw gespeld, je vroeg er gewoon om en ik heb je dit met alle liefde verteld.'

Hij stapt een stuk lichter weer bij zijn chauffeur in de auto.

Ruimte

Na onze wandeling schrijft zij mij, ik citeer:

‘Ruim een week na onze wandeling heb ik mijn mails aan jou weer gelezen en daar word ik rustig van. Op dit moment is het hectisch met de verhuizing, mijn werk et cetera. Het onzekere kind komt weer wat vaker langs. Ongemerkt verzet ik mij daartegen en wil het kind wegsturen. Ik realiseer me weer dat dat niet hoeft. Ik hoef mij ook niet druk te maken over de verhuizing, ik ben goed zoals ik ben.

Er is vorige week veel inzicht ontstaan en vooral ook ruimte. Deze ruimte is heerlijk. Als ik in deze ruimte ben dan loopt alles fantastisch, maar bovenal geniet ik van iedere seconde. Tijdens dit genieten gebeuren er zaken die ik vroeger zo graag wilde forceren. Fantastisch om te ervaren hoe onvoorwaardelijk jezelf zijn en jezelf geven leidt tot voldoening in zowel mijn eigen emotie als in het concrete resultaat. Volgens mij ligt hierin het antwoord op mijn vraag: hoe je leidt zonder te leiden. Leiderschap is voor mij intrinsiek en onvoorwaardelijk. Ik laat mij leiden door mijn hart en kennelijk hoef ik dan anderen niet meer te leiden, het lijkt of zij gewoon volgen.

Ik blijf lekker oefenen en zet de deur open voor alle kinderen in mij.’

Ze sluit haar bericht, waarin zij een treffend voorbeeld van waar leiderschap omschrijft, af met mij een mooie dag en hartelijke groeten toe te wensen.

Wat mooi hoe terugkeren naar de eigen bron energie geeft en verbinding met jezelf en met de ander tot stand brengt. De essentie is niet anders dan overbodigheden negeren, de franje weghalen en het hart der dingen te ontdekken.

Open mind

Op een zaterdag zie ik al fietsend langs de Regge bij een splitsing een fietser vragend kijken.

‘Waar wilt u naartoe’, vraag ik hem.

‘Ik ben zo maar een eind aan het fietsen en stond te dubben of ik links- of rechtsaf zou gaan.’

We raken aan de praat en hij vertelt mij dat hij al negen maanden overspannen is. Ik feliciteer hem daarmee, waarop hij mij nogal vreemd aankijkt. Daarna leggen we de jassen op de grond en vertelt hij een kwartiertje over zichzelf, en dat kost hem zichtbaar moeite. De open mind doet hier zijn werk.

Bij het afscheid zeg ik: ‘Als je zin hebt, gaan we keer wandelen.’

De man vindt dat een prima idee. We maken gelijk een afspraak. Niet lang daarna zegt hij deze af, hij durft het niet en is bang het niet te kunnen volhouden, zowel geestelijk als lichamelijk. Twee jaar later neemt hij het initiatief om met mij te wandelen.

De eerste wandeling, in de winter, vroeg in de ochtend, is de heftigste. De zon opkomend als een prachtige vuurbal. Hij praat, praat en praat en is blij met mijn luisterend oor. Het is zichtbaar dat hem dit goed doet. Tegen zijn verwachting in houdt hij de wandeling vol,

vier uur lang, en heeft hij niet het gevoel aan het eind van zijn Latijn te zijn.

Over onze tweede wandeling schrijft hij in een mail hoe hij deze heeft beleefd. “Na mij een tijdje aangehoord te hebben, zegt Johan tegen mij: ‘Ik wil alles maar één keer horen, met andere woorden, je moet niet steeds in herhaling vallen.’ Hij weet tijdens het gesprek in te haken op wat je zegt en je dingen mee te geven waarover je kan nadenken. Tijdens een gesprek dwalen mijn gedachten af en ik ga dan nadenken over wat er gezegd is, of ik zit al uit te broeden wat ik wil gaan zeggen. Johan heeft mij tweemaal tot de orde geroepen en een stiltepauze ingelast van tien minuten, hetgeen heel effectief werkt. Ik ga me serieus toeleggen om meer geconcentreerd te luisteren, zowel naar spraak als naar muziek.”

We wandelen vier keer samen.

Vijf jaar later ontvang ik een mail van hem waarin hij mededeelt dat het geweldig gaat, hij gestopt is met werken en bijna 65 jaar is. Tot slot bedankt hij voor de wandeltochten waarvan hij genoten heeft en meldt dat hijzelf het Pieterpad wandelt.

De hand

Ik wandel met een man die dat niet gewend is. Daarom pauzeren we wat eerder dan normaal. We genieten van ons ontbijt en de koffie. Bij het opstaan zegt hij: 'Au! Het schiet me in mijn rug! Dat heb ik vaker, daar kom ik niet goed vanaf.'

Ik voel het in mijn handen stromen en vraag of ik mijn hand even op zijn rug mag leggen, op de zere plek. Dat is goed. Na tien seconden houdt het stromen in mijn hand op en zeg ik: 'Zo, laten we maar verder lopen.'

Opeens meldt hij zeer verbaasd: 'Het is over! Wat was dat? Was dat Reiki?'

'Nee, dat was mijn hand.'

Leeg hoofd

Een klant van Essentis vraagt een vrouw, die door burn-out klachten is uitgevallen, bij te staan.

Zij is psychologe en heeft eerder met succes een cursus Time Management gegeven. Enthousiast vertelt ze mij over het boek *Getting Things Done* van David Allen. Al eerder had ik van een andere klant erover gehoord. Ik geef haar als huiswerk om hiervan schriftelijk een resumé te maken. De keer erop krijg ik op twee volle A4-tjes een wetenschappelijk goed onderbouwde weergave van het boek, gecombineerd met haar praktijkervaring. Ik geef haar mijn complimenten, edoch zeg haar: 'Ik wil graag de essentie.'

Een lang verhaal kort: van een halve A4, de keer erop, blijft uiteindelijk over dat zij het papier niet meer nodig heeft.

'Johan, de essentie is heel eenvoudig: dingen voor elkaar maken is de boodschap.'

Het hoofd leeg, zodat je met helderheid kunt handelen.

Piepers

Op de Lemelerberg kom ik een schaapsherder tegen.
Wij lopen samen een eindje op. Voor ons landt een
klein vogeltje in het gras.

‘Kijk,’ zegt hij, ‘een graspiepertje.’

Het vogeltje wipt even later op de hei.

‘Kijk,’ zegt hij, ‘nu is het een heidepiepertje.’

Bevrijd

Een ondernemer vraagt mij bij hem te komen om te spreken over een opdracht. De twee vorige interim managers zijn er niet in geslaagd om orde te brengen in het bedrijf waar het personeel ontevreden is, de resultaten onder druk staan en de kwaliteit van de producten is verminderd.

Ik kom bij hem op de zaak en we besluiten te gaan wandelen. Urenlang wandelen we in het bos en vertelt hij over zijn leven. Ik vraag hem wat hij het allerliefst zou willen doen.

Het liefste wil hij gewoon weer lesgeven net zoals vroeger, maar ja toen moest hij het bedrijf overnemen van zijn vader.

‘Het lijkt mij verstandig om voor jezelf te kiezen’, raad ik hem aan.

Aan het eind van de wandeling neem ik afscheid van een man die zichzelf heeft bevrijd. En ik adviseer hem een goede bedrijfsleider te zoeken, die niet veel later ook gevonden wordt.

Nog geen half jaar later zien we elkaar terug en vertelt hij mij trots dat hij weer lesgeeft, dat het bedrijf veel beter draait en dat gelukkig zijn huwelijk erdoor is gered.

Oplosbaar

Op een dag word ik benaderd voor een opdracht: het doorlichten van de gehele organisatie van een machinefabriek. Bij de rondleiding door de fabriek komen we midden in een discussie tussen wat technische mensen, het gaat over de levertijd en kwaliteit van een aantal maakproducten.

Beleefdheidshalve hoor ik het aan en begrijp er niets van totdat de verantwoordelijke technische man reageert en zegt: 'Ze zeggen dat het niet kan dus laten we er alsjeblieft over ophouden.'

Degene die mij rondleidt kijkt mij vragend aan: 'Wat denk jij ervan?'

'Ik voel mij niet de aangewezen persoon om op de technische aspecten in te gaan.' Wel voeg ik eraan toe dat ik iemand ken die naar mijn gevoel het slimste jongetje van de technische klas was en dat ik mij dan ook kan voorstellen dat hij daar wel raad mee weet. Zo gezegd, zo gedaan: nog diezelfde ochtend wordt het probleem opgelost.

Een probleem is zelden onoplosbaar.

Vertrouwen

Een van de bedrijven waar ik bij betrokken word, presteert al jarenlang moeizaam en is op dat moment verliesgevend. De onzekere eigenaar maakt zijn assistent Peter nog onzekerder. Hij ergert zich zozeer aan de jongeman dat hij hem wel wil ontslaan: 'Ik heb helemaal niets meer aan hem, ik kan d'r niks mee.'

Ik zie het onredelijke van zijn houding en het potentieel van Peter en raad hem aan dat niet te doen. En zo gebeurt het. Ik neem hem onder mijn hoede en geef hem werkzaamheden die hij goed aankan, maar bovenal spreek ik bijna dagelijks met hem, over zijn leven, over wie hij is, wat hij kan en wat hij graag zou willen doen in zijn leven. Op deze momenten geef ik hem al mijn tijd, aandacht en vertrouwen.

Peter ontwikkelt zich als een bijzonder aimabel en commercieel talent en presteert na verloop van tijd dan ook excellent.

Ik heb in mijn praktijk meermaals ervaren dat wanneer mensen echt zichzelf durven en kunnen zijn, zij zich dan ook met een ander kunnen verbinden en zodanig samen boven zichzelf uitstijgen (synergie).

Een paar jaar later maakt Peter de dienst uit in het bedrijf en zegt: 'Tijdens onze vele gesprekken heb je mij alle ruimte gegeven en kon ik volledig mijzelf zijn.'

Onderdak

Psychiater en bestsellerauteur dr M. Scott Peck laat in zijn boek *De andere weg* zien dat onze spirituele en persoonlijke groei deel uitmaakt van hetzelfde proces van afsterven en toegroeien naar onze wezenlijke kern: de liefde. Het vinden van deze kern vraagt om discipline en inspanning van de wil, maar als we kunnen aanvaarden dat leven soms ook lijden is, kunnen we ontdekken wie we werkelijk zijn. Vanuit een innerlijk gevoel van religiositeit wijst hij de weg naar spirituele groei, gebaseerd op liefde voor de medemens.

Ik heb veel aan zijn boek gehad, ook al heeft het mij een half leven gekost om te groeien naar acceptatie en aanvaarding. Een soort composteringsproces, de kringloop van het leven.

Tijdens mijn wandeltochten ben ik veel ongenode en welkome gasten tegengekomen, zoals daar zijn: losers, chronisch zieken, onzekere mensen, opscheppers, succesvolle zakenlieden, de geslaagden, de (verloren) zonen en de vaders, bourgondiërs, de troubadours, maar ook de Guus Geluk.

Wanneer je deze gasten écht onderdak biedt, voelen zij zich bij je thuis.

Op zoek

In de krant staat een advertentie waarin christelijke ondernemers worden uitgenodigd om drie cursusavonden 'ondernemen en het christelijk geloof' te volgen. Omdat ik niet weet wat christelijke ondernemers zijn, mail ik de initiatiefnemer, Vincent, en schrijf: Ik ben geïnteresseerd in het uitbreiden van mijn netwerk en bovendien benieuwd hoe je met de wereldgodsdiensten omgaat.

Hij schrijft mij terug: Dat is een interessante vraag. Misschien kunnen we even met elkaar praten voordat de avond begint.

We spreken elkaar dezelfde middag nog. Er volgt een geanimeerde discussie over het geloof. Ik ben welkom die avond.

We zitten met zeventien ondernemers om een grote tafel nog nagenietend van een uitstekend etentje. Vincent opent de bijeenkomst en zegt tegen ons in het algemeen: 'Ik proef veel enthousiasme, dus ik ben zo vrij om aan te nemen dat iedereen de komende weken van de partij zal zijn om deze cursus te volgen.' Vragend kijkt hij mij aan.

Ik kan niet anders zeggen dan dat ik inderdaad heel enthousiast ben, maar dat deze christelijke bijeenkomsten toch niets voor mij zijn.

‘Maar we zijn toch allemaal op zoek naar God?’ zegt hij.

Mijn antwoord is dat ik niet op zoek ben naar God, en dat het misschien grappig is om te weten dat de oorspronkelijke betekenis van enthousiasme letterlijk is: ‘in God’.¹

¹ Enthousiasme [geestdrift], 1784 **fr.** *enthousiasme*, **gr.** *enthousiasmos* [geestvervoering], van *enthousiazein* [door god bezeten zijn of buiten zinnen zijn], van *en* [in] + *theos* [god], verwant met **lat.** *Deus* [idem]. *Etymologisch woordenboek, de herkomst van onze woorden.*

Tweedehands

De verhalen over het leven van mensen als Martin Luther King, Gandhi en zo verder, dienen te blijven worden verteld, maar niet te pas en te onpas.

Op uitnodiging ben ik op een event over excellentie en ondernemerschap. Veel grote namen van belangrijke inspirators uit de geschiedenis komen in een wervelende show voorbij.

Na de lezing wordt mij gevraagd wat ik ervan vind. Ik kan niet anders zeggen dan wanneer het op deze wijze wordt gebracht het voor mijn gevoel het venten van ‘tweedehandskennis’ is en dat het afbreuk doet aan de grootsheid van deze mensen en hun daden. Geraakt door mijn reactie zegt de man die de lezing gaf: ‘En ik heb mij nog wel zo kwetsbaar opgesteld!’

Het is mij echter niet opgevallen, hij heeft immers niets over en uit zichzelf verteld.

Laat je daden voor je spreken.

Gebakken lucht

Eens loop ik met een man die mij uitgebreid en enthousiast verslag doet over de cursusdag *Heartselling*. ‘Wat vind jij ervan?’ Ik zeg dat ik er niets mee kan en dat ik iemand ken die voor deze cursusdag zou zijn gezakt, terwijl hij voor mij de beste verkoper is die ik ooit heb meegemaakt. Deze man heeft in zijn 40-jarige carrière bij drie bedrijven gewerkt. Hij heeft niets van een gladde verkoper, maar wat een fijne, warme man is hij. Bij zijn afscheid zijn drie werkgevers en ook veel van zijn klanten aanwezig. ‘Ja, om Sjaak kun je niet heen,’ zegt men, ‘het zou vreemd zijn als je hem zou overslaan. Was hij een keer te duur, jammer dan. Iedereen kocht van Sjaak.’

Tijdens onze pauze vertelt hij dat hij met een aantal mensen na een heisessie wat mooie woorden over ‘natuurlijk leiderschap’ heeft genoteerd. Hij haalt een papier uit zijn zak, leest het voor en vraagt: ‘Wat vind je daar dan van?’ ‘Met alle respect, daar kan ik ook niets mee. Ik kan het niet onthouden, het is niet wat voor mij,’ zeg ik, ‘maar kijkend naar de bomen, de hei, de natuur, zie ik natuurlijk leiderschap in alle glorie gedemonstreerd. Wanneer je iemand, een plant of mens de ruimte geeft, dan zal hij zijn talent optimaal benutten.’ ‘Prachtig, dat schrijf ik erbij.’

Stil contact

Tijdens een netwerkbijeenkomst die in het teken staat van ‘stilte en communicatie’ lopen wij in de natuur. Ik hoor veel verhalen met woorden als passie, authenticiteit, het Zelf, onthaasten. Een stroom van modewoorden.

‘Wat vind jij ervan’, vraagt een deelnemer die mij opvallend stil vindt.

‘Ik word zo moe van al die passie’, is het enige wat ik kan uitbrengen.

Er volgt een opdracht, deze luidt: een ieder die het bos ingaat, haalt daar iets uit waar hij een minuut lang over wil vertellen. Later kan die persoon dan een minuut lang bevraagd worden door de mensen die naar hem hebben geluisterd.

We zijn in groepjes van een man of zeven, acht en lopen het bos in. Ik ben allang vergeten wat de opdracht is. Op verzoek staan we in een halve cirkel bij elkaar. Iedereen krijgt zijn beurt en vertelt staand voor de groep over de stilte en communicatie. Ik ben als laatste en weet niet eens wat ik moet vertellen. Het zijn allemaal mooie verhalen die mij niet zo heel veel zeggen.

Er staan zeven mensen tegenover mij, drie mannen en vier vrouwen. Ik vertel dat ik het graag wil hebben over stilte en communicatie.

Ik kijk iedereen aan en wanneer ik contact heb kijk ik naar de volgende, en weer naar de volgende. Nadat ik iedereen heb gehad, is er iets meer dan een minuut verstreken. We hebben in het kader van 'stilte en communicatie' contact gehad, samen echt wat gedeeld.

Een applaus volgt.

Flow

Tijdens een netwerkbijeenkomst vraagt iemand mij: 'Hoe is het met je flow?'

Daar heb ik gelukkig geen last van', antwoord ik lachend.

(In het Twents denkt de Tukker bij vlo aan vlooien.)

Om heel eerlijk te zijn

Tijdens een etentje in de Bistro de Holterberg zit aan het hoofd van de tafel de directeur-groootaandeelhouder en daaromheen zijn managementteam en ik.

Het is de bedoeling dat ik als coach goed luister en af en toe iets zeg dat van belang is. Ik heb de mensen vooraf gezegd dat dit de eerste keer is dat ik dit in groepsverband doe. Dus help mij maar een beetje, dit is nieuw voor mij. Al vrij snel volgt er een geanimeerd gesprek over eerlijk zijn. Een van de mannen zegt: 'Nou ja, je vraagt me wat, maar als ik heel eerlijk ben ...'

Ik hoor dit aan en zeg met stemverheffing: 'Doe dat maar niet!'

Het hele gezelschap valt stil. Doe dat maar niet?, zie ik ze denken en zeg: 'Wanneer je er bij vertelt "als ik heel eerlijk ben", dan heb je al datgene wat je daarvoor misschien hebt gezegd, gezegd omdat het bijvoorbeeld mooi klinkt, of zie ik dat verkeerd? Wanneer je nu pas heel eerlijk bent, doe dat dan maar niet.'

Er volgt een ongemakkelijke stilte die ik met liefde laat voortduren. Daarna begint het echte gesprek en iedereen opent zich. Ze vertellen elkaar waarom het toch zo moeilijk is om helemaal eerlijk te zijn. Wanneer doe je dat? Beschadig je mensen als je heel eerlijk bent? 'Lopen we om dingen heen omdat ze moeilijk zijn of zijn dingen moeilijk omdat we eromheen lopen?'

Fatsoen moet je doen

Verscherpt toezicht

Drie grote accountantskantoren krijgen miljoenenboetes voor examenfraude

Drie grote Nederlandse accountantskantoren hebben miljoenenboetes gekregen, omdat ze jarenlang sjoemelden met verplichte examens. Accountants bij PwC, EY en Deloitte maakten jarenlang verplichte examens voor collega's of gaven de antwoorden door, blijkt uit onderzoek van de PCAOB, de Amerikaanse toezichthouder op de accountancy en de AFM.

Accountants die als taak hebben fraude bij bedrijven op te sporen namen het zelf niet zo nauw met de regels. Om hun vakkennis op peil te houden, moeten ze regelmatig verplichte toetsen doen om hun vakkennis op peil te houden. Dat werd als lastig gezien, maar er waren gemakkelijke oplossingen; een collega deed het examen, de antwoorden werden onder kantoorgenoten verspreid of er werd gespiekt tijdens examens.

Wijdverbreid

En die fraude was wijdverbreid, bleek uit onderzoek.

Vooraf KPMG maakte er een potje van. President-commissaris Rogier van Boxtel, de oud-minister, gaf aan *de Volkskrant* toe dat hij een ander zijn examen had laten maken.

Van Boxtel was nota bene aangesteld om de cultuur bij KPMG te verbeteren, maar deed zelf dus ook mee aan de fraude. KPMG kreeg uiteindelijk een boete van 25 miljoen dollar.

Naar twee kleinere accountantskantoren, Frovis Mazars en BDP, loopt nog een onderzoek. De beboete kantoren staan onder verscherpt toezicht van de AFM, de toezichthouder op de accountantskantoren.

De bovenstaande tekst is overgenomen uit het artikel van financieel journalist Peet Vogels.

Accountantsbureaus hebben de schone taak fraude op te sporen, jaarrekeningen te controleren en goedkeurende verklaringen voor de juistheid van gegevens af te geven. Voor bedrijven met fatsoen is dit eenvoudig te doen.

De Rode Hoed

In de zomer van 2005 lees ik in *Het Financieele Dagblad* een boeiend artikel in de serie *Het Eeuwig tekort* over ons grenzeloos verlangen, ons eeuwig tekort, over begeerte, koopstress en de angst voor leegte.¹

Voor het eerst reageer ik op een artikel in de krant. Zo kom ik dan in contact met Esther Honkoop, een van de drijvende krachten achter Stichting Echte Welvaart. Daarop volgt een inspirerende ontmoeting met haar op de Sallandse Heuvelrug. We kunnen het goed met elkaar vinden en denken over veel hetzelfde.

Zij nodigt mij uit voor een bijeenkomst in de Rode Hoed, een paar dagen voor Kerst, in 2005. Ik ben van de partij voor een debat over 'Het Eeuwig Tekort', georganiseerd door Echte Welvaart in samenwerking met *Het Financieele Dagblad*. Hierbij is de ondernemer van dat jaar ook aanwezig. Ik geef aan dat ik graag naast hem wil zitten, om zo ook in de gelegenheid te zijn Essentis op de kaart te zetten. Bij binnenkomst krijgt iedereen een lege button met het verzoek om daarop zijn of haar naam te schrijven en waar u een tekort aan voelt in de samenleving. Op mijn button staat 'Johan' en 'Genoeg'. Dat roept vragen op. Het debat voltrekt zich langs 13 tafels, 13 thema's en 13 smaakmakers. 13 uiteenlopende invalshoeken, zoals

het tekort aan tijd voor anderen, het tekort aan zorg met aandacht, het tekort aan echte belangstelling voor eten, het tekort aan leuke werkplekken, het tekort aan prikkels van genoeg, het tekort aan creativiteit, het tekort aan vrij denken en spreken over ruimte en nog een aantal tekorten. Het tekort dat mij het meest intrigeert is 'het eeuwig tekort aan jezelf zijn'.

De bijeenkomst in de Rode Hoed voelt als een warm bad van herkenning. Ik krijg een aantal *eyeopeners* en *oneliners*. Wat ik van de smaakmakers meeneem, is dat welvaart een dynamische beweging is en uitgaat van tekorten. Welzijn is rust in beweging en gaat uit van genoeg. En dat waarheid een dochter van de tijd is en dat je pas later kunt zien wat er aan de hand was, maar als je er middenin zit je geen idee hebt. En ook de volgende, kort en krachtige tegeltjeswijsheden: Wie niets heeft kan alles delen. Wie alles heeft kan niets delen. Wie veel heeft houdt niet over. Wie weinig heeft komt niet te kort.

Hoe minder woorden, hoe duidelijker en helderder, des te dichter bij de essentie. Het sluit precies aan bij wat ik beoog met Essentis. Ik zit op de goede weg en ga geïnspireerd van het Westen naar het Oosten.

¹ *Economie van verlangen schept schaarste*, Rutger Claassen in Het Financieel Dagblad, 16 juni 2005.

Half staan

In de uitzending van BNR Nieuwsradio¹ word ik samen met Arjo Klamer, hoogleraar in Economie van de Kunst en Cultuur, geïnterviewd naar aanleiding van het debat *Het Eeuwig Tekort* in de Rode Hoed. De onderwerpen noch ikzelf komen goed uit de verf. Dat is jammer en dat laat ik ook de redactie van het programma weten.

Esther, die de redactie van dit programma in handen heeft, vindt ook dat ik in de uitzending weinig ruimte kreeg en dat de avond nogal klungelig verliep. Dat schrijft zij in een mailwisseling. Mijn visie op hoe ik tegen welvaart en tekort aankijk en beleef, deel ik alsnog, en beantwoord in haar mail de vragen die zij voor mij in petto zou hebben gehad:

Vraag 1: Wat versta je onder welvaart?

Maatschappelijke voorspoed, gezondheid voor een ieder. Na welvaart komt welzijn en dat kan met weldoen, een weldaad die zeer welkom is. Hieruit volgen onder andere zingeving en inspiratie.

Vraag 2: Waar zit jouw tekort?

Nergens, ik ervaar geen tekort en ook geen teveel (overschot). In mijn wereld is genoeg, een geweldige ruimte die voor iedereen toegankelijk is. Hier hoort wel een levenshouding,

een verruiming van bewustzijn bij. Te illustreren met een voorbeeld van een godzoeker die in grote wanhoop uitroept: Besta je wel God? 'Och lieve kind, in dit tijd dat je op alle deuren klopte had je niet in de gaten dat je al binnen was.' We moeten goed oefenen, maar vooral doen wat ons gevoel ons ingeeft. Gevoel dat door het hart wordt ingegeven, de verbinding met het al, de oerbron of zo je wilt het goddelijke.

Vraag 3: Wanneer kwam jouw omslag in denken? De transformatie kwam in 1998, toen mijn lichaam er volledig mee stopte. Door de ziekte multiple sclerose, waar ik al een aantal jaren aan leed, had ik afscheid van het leven genomen. Alles had ik afgewerkt en was klaar om over te gaan, te sterven. Nadat ik in volledige aanvaarding en acceptatie vrede had gevonden met mijn lot, mocht ik blijven bij mij geliefden.

Langzamerhand herstelde ik genoeg om het leven weer op te pakken, maar met een nieuwe verantwoordelijkheid, de medemens half staan, het loodsen naar zijn/haar essentie.

Vraag 4: Is inspiratie de meest waardevolle van alles? Kramers woordenboek over inspiratie: inademing, inblazing/ goddelijke bezieling. Inspiratie is voor mij goddelijke bezieling, een uitnodiging tot geestelijke verwezenlijking, daar horen bij: ontleren, ontlasten (van ballast naar balans), onthechten. Bezielen is enthousiasmeren, letterlijk betekent enthousiast 'in God'.

Bezinning en zingeving. Jezelf uitschakelen en volledig vertrouwen. Een dominee zei hierover: 'Je moet onze Vader niet in de weg lopen.' Aansluiting maken met de bron van ons bestaan, de essentie. Gedachte- en scheppingskracht zijn zeer waardevol om te ontwikkelen.

Elk mens heeft een alchemist in zich. Het zoeken naar de heilige graal is het steeds meer ruimte maken voor de manifestatie ervan. Ik heb er met Essentis mijn beroep van gemaakt.

Men zegt dat deze waarden onder druk komen te staan in economisch mindere tijden, juist dan hoort de mens voorop te staan en de ervaring leert dat wanneer mensen tot hun recht komen de resultaten vanzelf volgen, zowel in het geestelijke als in het materiële.

Vraag 5: Wat kan iemand doen om dichterbij zijn inspiratiebron te komen? En hoe doe je dat?

Veel oefenen, ik hoop een bijdrage te leveren en juist deze materie uit de zweverigheid te halen.

Er zijn duizenden boeken over geschreven, er wordt handel van gemaakt en toch is het zo dat de mens twintig tot dertig procent leert van het zien en horen van iets en dat de mens tachtig procent leert van het doen, dus ga het gewoon doen, maakt contact met jezelf en de ander, help elkanders laten delen.

Van delen word je rijk.

Mensen in beweging krijgen is mijn passie.

Liefde is een universeel recht en alle mooie cursussen ten spijt, mijn ervaring is dat het vaak nodeloos ingewikkeld wordt gemaakt, terwijl juist de eenvoud kenmerk is van het ware.

¹ Het interview is te beluisteren op www.essentis.nl

Zaaien

Ongezuiverde weergave van gedachten over een ware ontmoeting met Esther.

We spreken elkaar urenlang, voornamelijk over hoe wij tegen de essentiële dingen in en van het leven aankijken. Esther vanuit erover willen schrijven in de serie *Het Eeuwig Tekort* en ik vanuit de ambitie om een boek, verhalenbundel uit te geven. Verhalen waaraan de medemens zich kan warmen, tanken, zich kan optrekken of nog mooier kan wegdromen in een gewenste wenswerkelijkheid, een wereld die als het ware barstensvol zaaigoed zit, een ware rijpe herberg van gelukszaadjes, die met grote liefde zijn geselecteerd opdat het een rijke oogst kan voortbrengen. Een toekomst inkleuren. Een doorleefde waarheid ervaren.

We praten over een samenwerkingsverband, het benaderen en inschakelen van onze netwerken voor het creëren van een soort platform Essentive Nederland. Hierop kunnen deelnemers gebruikmaken van coachingsmodellen et cetera. Over hoe wij dit onder de aandacht kunnen brengen bij verschillende media, zoals *Happinez*, *ZIN*, *WAO Magazine*, bij organisaties als Riagg, Pentascope.

Al kan ik haar lang niet alles vertellen, want daarvoor is de tijd te kort en te snel voorbijgegaan; we hebben een mooi gesprek gehad waarin wij onafhankelijk van elkaar veel gelijksoortige gedachten en ideeën hebben. De zaadjes zijn gezaaid.

Deel 5

De mens zonder masker

*‘Blijf bovenal trouw aan jezelf
en dan volgt daaruit,
als de nacht volgt op de dag,
dat je slechts waarachtig kunt zijn
tegenover ieder ander mens.’*

uit Hamlet, William Shakespeare
(1564 – 1616)

Het beroemdste citaat van Shakespeare over trouw zijn aan jezelf is: ‘Dit boven alles: wees trouw aan jezelf, en hieruit moet volgen, zoals de nacht de dag, dat je dan tegenover niemand ontrouw kunt zijn’ uit *Hamlet*, Acte 1, Scène 3.

Vlieland

Op mijn lievelingseiland Vlieland, waar ik in de loop der tijd al met al wel ruim een jaar ben geweest, kom ik vooral in mijn eentje. Daar voel en heb ik de ruimte om mijn gedachten te ordenen, te wandelen, te lezen en te schrijven. Zoveel als ik schrijf, zoveel denk ik ook: misschien is het een zinloze exercitie, want steeds kom ik weer op hetzelfde uit. Alles wat de moeite waard is kun je met geld niet kopen en daar zijn geen woorden voor. Iets wat zo mooi is en het hart verwarmt, dat kun je niet beschrijven. Schrijven is als het vastbinden van water, dat lukt ook niet echt. Het onbenoembare hoeft niet te worden gezocht in woorden. Zij is zoals echte schoonheid, zij komt ook van binnenuit.

Verlicht

In november van 2007 op Vlieland loop ik langs het strand en zie langzaam de zon opkomen. Zo mooi. Onbevleete ontvangenis, denk ik onwillekeurig en begin vanuit het niets enorm te huilen. Ineens wordt het mij echt duidelijk, besef ik ten diepste dat MS een auto-immuunziekte is, een ziekte die het eigen lichaam aanvalt. Bijna tegelijkertijd verschijnt mijn overleden schoonvader aan mij, ik zie het enorme berouw op zijn beschaamde gezicht. We omarmen elkaar en huilen samen. 'Het is goed, ga nu maar in vrede. Ik hou van je', zeg ik tegen hem. Hoe gek het ook klinkt, het is mij echt overkomen.

Even later passeer ik een strekdam, daarop zitten veel kraaien en meeuwen. Normaal loop ik rechtdoor zodat de vogels opvliegen, nu loop ik eromheen omdat ik me zo enorm verbonden voel met alles en iedereen, de vogels blijven zitten. Bij een volgende strekdam zit één kraai, we hebben echt contact: blijf jij maar zitten, ik loop er wel om heen.

Terug in het dorp komt de poes die mij al de hele week negeert, ineens naar mij toe om kopjes geven. Die heeft vast en zeker gedacht: hè hè, wat doe jij er lang over om een beetje normaal te worden.

Ik doe nog wat boodschappen en zorg goed voor de inwendige mens. Terug in het huisje is het tijd voor mijn middagslaapje. Ik word pas uren later wakker. De klok staat op half één, 's nachts, ik pak pen en papier en schrijf vellen vol over wat er in mijn hoofd tolt aan gedachten, gevoelens ...

Al schrijvende zie ik hoe vaak ik in dezelfde valkuil ben gestapt en dat ik nogal een hardleers type ben. Glashelder zie ik dat ik mijzelf probeer te verdedigen tegen mijzelf, maar val mezelf ook aan. Hoezo auto-immuunziekte? Ik ben al jarenlang gewend om te vechten, elke dag is een marathon, een gevecht dat ik niet kan winnen, ik moest mijzelf namelijk in de strijd gooien. MS is een aandoening die letterlijk staat voor meerdere verhardingen.

Mijn status, mijn autoriteit die ik toch ontleende aan een goede baan, voluit in het leven staan en mijn identiteit waren geheel opgelost. Voor mijn gevoel stelde ik niets meer voor. Het heft was mij letterlijk uit handen genomen.

Een lichaam dat mij in de steek laat, dat het niet meer doet, is behoorlijk confronterend en wat was ik bang om dood te gaan.

Vanuit het gevoel van *looser* zijn dringt zich ineens heel duidelijk het besef op dat zolang ik hiermee bezig blijf

en mijzelf keten, ik zo ook de gehechtheid in stand houd aan alle verdriet, trauma's en onzekerheid.

Zoals Joanne Klink schrijft in haar boek *Vroeger toen ik groot was*: het geheim van bevrijding is het verleden loslaten en die 'belangrijke' ik. Acceptatie en vergeving, van jezelf en van anderen, is misschien het geheim van het verdwijnen van alle blokkades. Mensen hunkeren naar liefde, acceptatie en her- en erkenning en goedkeuring van anderen. We scheppen onze eigen ervaringen, we bouwen ons leven op de verzameling van gedachten die we koesteren, iedere gedachte is een minicreatie. We trekken naar ons toe wat we uitstralen.

Voor mijn geliefden wilde ik zo graag van betekenis zijn. Ken mij. Zie toch dat ik niets heb nagelaten of verwaarloosd. Letterlijk en figuurlijk heb ik alles wat ik in mij had uit de kast gehaald, meer heb ik niet in huis. Zie mij toch, liefste, en weet dat je niet getrouwd bent met een looser, nee Angelien, ik ben geen kat in de zak of ... en Max ben je trots op mij en Loes weet toch hoeveel ik van jullie hou.

Na al die jaren zie ik eindelijk dat ik zocht naar een taal voorbij woorden, om te beschrijven wat ik voel, het was de heimwee naar het verlangen dat nu is

thuisgekomen. Ik doorvoel het helemaal en mag er van mijzelf echt zijn zoals ik ben: man, vader, zoon, buurman, neef, vriend, met een nu nog beperkende ziekte die ik niet ben. Dat is goed en wat voelt dat (ver)licht.

Het is mooi om na zo'n lange draagtijd te bevallen, ik voel mij oprecht als herboren. Ik bekijk mijzelf kort in de spiegel: het is een jongeman van 46 jaar, met nog wat babyvet op de botten, hij is mij zeer aangenaam. 'Je bent welkom,' zeg ik hartelijk lachend, 'ik noem je Johan Lute van de Velde, voel je vrij om overal thuis te zijn.'

Na een doorwaakte nacht word ik geroepen en ga naar zee om daar getuige te zijn van een prachtige zonsopkomst. Oh zuivere, zoete ziel, laat mij toch even verpozen in uw prachtige natuur. Hier ben ik zó thuis. Ik lach en huil van verdriet en blijdschap. De puzzel is compleet, de dualiteit opgelost en ik zie in alle vertrouwen uit naar wat zich aandient op de weg van het ongebaande pad.

Na een paar dagen vertrek ik naar huis, naar Angelien. Zij opent de deur en is blij verbaasd: 'Wat is er met jou gebeurd? Je ziet er helemaal anders uit. Het is net of je

bevrijd bent van een enorme last, je ziet er veel jonger uit en kilo's lichter.'

Ik vertel over mijn bijzondere 'verlossing'.

Zo zie je maar dat mensen vaak gevangen zitten in hun eigen levensverhaal en hoe belangrijk het is uit deze gevangenis, deze kerker te ontsnappen.

Mooiste meisje

De eerste keer dat ik naar een bijeenkomst van de MS-vereniging ga, loop ik alleen met ietwat knikkende knieën de zaal binnen waar misschien wel honderd mensen aanwezig zijn. Het rolstoelengehalte is enorm. Enigszins verlaten en verdwaald kijk ik om mij heen en zie tussen al die mensen een vrouw, liggend in een rolstoel met een spiegel boven haar zodat ze toch kan volgen wat er in de zaal gebeurt. Ik ben zeer onder de indruk van haar uitstraling en stel mij aan haar voor. Ze heet Renske. Ik vraag haar gekscherend: 'Waarom ben jij het mooiste meisje van "deze klas"?"

Een vriendelijk gezicht brengt overal licht.

Ze vertelt mij vrolijk dat ze MS heeft, maar ook suikerziekte en reuma en dat ze nooit had verwacht hier op deze avond aanwezig te kunnen zijn. Lachend zegt ze: 'En zie, de wonderen zijn de wereld nog niet uit, hier ben ik dan toch.'

Ook vertelt zij mij dat haar schoonzoon Edwin markthandelaar is en elke dinsdagmorgen in Wierden staat. 'Daar koop ik elke week het fruit. Voor de kiwi's heb ik een speciale prijsafspraken omdat ik er elke keer wel dertig tot veertig stuks koop.'

Ze kijkt me nog steeds vrolijk aan en wenkt haar man: 'Hé Henk, hier zit den keerl van die kiwi's oet Wierd'n.'

De stervende mens als leermeester

In 2007 wandel ik met de coördinatrice van een hospice. Aan het einde van de wandeling vraagt zij mij of ik niet bij hun gasten wil komen wanneer de dominee of de pastoor het niet 'past'. Daar hoeft ik niet lang over na te denken.

Kort daarna begin ik er als vrijwilliger. Ik volg er zelfs een cursus stervensbegeleiding voor.

In het hospice ervaar ik dat het leven een geschenk is, bij de mensen in dit hier en nu, de mens zonder masker, zonder gebruiksaanwijzing, zonder verborgen agenda, helder als een bergbeek.

Mijn diepste ervaringen met de mensen uit deze leerzame en spiritueel rijke periode zijn nog steeds bij mij, ofwel de stervende mens als leermeester.

Een waardevolle les

Voor de vijfde keer loop ik mee in het hospice, een huis waar ernstig zieke mensen tot hun dood verpleegd en begeleid worden. Samen met Bart, een man die meer dan veertig jaar gewerkt heeft met geestelijk gehandicapten.

Vandaag neem ik de beslissing of ik door wil als volwaardige vrijwilliger. Daarvoor heb ik een afspraak afgezegd om er te kunnen zijn. Maar er blijken geen gasten te zijn: iedereen was overleden. We zitten samen aan de koffie en ik zeg tegen Bart: 'Dat is ook wat moois! Wat moeten we hier nou doen? Koffiedrinken?' 'Ben je niet blij? Gewoon blij om hier te mogen zijn vanmorgen?' zegt Bart mij aankijkend.

Ik val beschaamd stil en heb zo gauw geen antwoord. Inderdaad, het is geweldig dat ik nog leef! Dat ik hier de eervolle taak kan vervullen om de volgende gasten te begroeten en te helpen en zelf niet verzorgd hoeft te worden.

Kitty

Ergens in 2008 kom ik bij haar op de kamer. Ik stel mij voor en vraag de dame in kwestie, die 89 jaar is en door iedereen wordt aangesproken met mevrouw: 'Hoe wilt u dat ik u noem.'

'Ik heet Kitty', zegt ze.

Voluit heet ze Catharine Johanna, maar voor het gemak heeft ze er Kitty van gemaakt. Ze is geboren in Den Haag en komt uit een deftig en intellectueel milieu. Als jong meisje gaat zij al met haar ouders naar de lezingen van Krishnamurti. Zij heeft in haar leven veel meegemaakt en in diverse landen gewoond. Over godsdiensten wil Kitty het volgende kwijt: 'Wat mensen er van maken, vind ik vreselijk, het zou houvast moeten geven en geen dwang van iets wat je niet ziet maar wel aan moet nemen.'

De keren dat ik er werk hebben we altijd leuke gesprekken. In tegenstelling tot haar prognose gaat enkele maanden later haar gezondheid nog steeds vooruit. Zij voldoet niet meer aan de criteria om in een hospice te verblijven, dat betekent dat zij moet verhuizen. Vanaf dat moment bezoek ik haar om de paar maanden in haar nieuwe verblijf.

Begin oktober van 2013 ben ik weer eens bij haar op bezoek. Eigenlijk stoor ik, want ze zit met vijf andere dames in de wekelijkse kookclub. Binnenkort wordt ze 95 jaar. Ze zegt: 'Mensen die zo oud worden komen niet verder door te klagen, ik heb genoeg aan veel goede herinneringen. Enigszins hou ik er rekening mee dat ik nog eens terugkom op deze wereld, dan zou ik het beter willen doen.'

Levenslessen kan en wil deze sprankelende persoonlijkheid niet geven, je moet het allemaal zelf ondervinden.

Blauwe ogen

Bij binnenkomst zie ik een broodmagere man van tachtig jaar. Vel over been, nog maar 45 kilo. Hij ligt naakt in bed, haalt moeizaam adem en kan niet meer praten. Eten en drinken doet hij al een dag niet meer. Ik ga bij hem zitten. Hij pakt mijn handen en kijkt mij aan. Wat een prachtige ogen. Hemelsblauw, alsof ze al vanuit een andere dimensie naar mij kijken.

In het zorgdossier staat dat meneer erg veel jeuk heeft en of de verzorger met een droog washandje zachtjes over zijn bijna doorschijnende huid wil wrijven. Heel zachtjes. Het is erg warm buiten (zomer) en ik haal het laken terug en strijk hem over zijn hele lichaam. De benen, de billen, de rug, de nek. De man ondergaat het genietend. Na vijftien minuten kijkt hij mij erg dankbaar aan. Ik ben die avond nog verschillende malen bij hem en heb dit herhaald. Wat een gelukkig samenzijn.

Magisch

In haar zorgdossier staat uitdrukkelijk vermeld: Geen mannen aan het bed! Haar bed en zichzelf moeten verschoond worden. Een collega-vrijwilligster vraagt haar: 'Vindt u het goed dat Johan er ook bij is?' Ze kijkt me lang en bedachtzaam aan met een 'schalks' en ondeugend lachje in haar ogen en zegt: 'Iej wa.' Nadat we klaar zijn, kijkt ze mij weer aan en zegt: 'Noe muj de oog'n dichte doen.' 'Prima', zeg ik, en sluit mijn ogen, maar na een minuut vraag ik haar: 'Mag ik nu de ogen weer open doen?' 'Hej ze wa dichte had?' vraagt zij. Ik vertel dat ik ze heel af en toe eventjes dicht heb gehad. Haar volle lach verwarmt ons en de kamer.

Eén week later op zondagavond kijk ik om kwart voor elf nog even om de deur bij haar. Een klein schemerlampje in de hoek brandt, maar ik heb het gevoel dat zijzelf licht geeft. De serene stilte in de kamer en de vrede op haar mooie gelaat ontroeren mij zeer en ik vraag haar, terwijl zij haar ogen openslaat: 'Kan ik nog iets voor u doen?' 'Dorst', zegt ze mij aankijkend. Ze drinkt veel. Ik zit een tijdlang bij haar. Het lijkt wel of we de ogen niet van elkaar af kunnen houden, we zijn als betoverd in een magisch moment.

Overgave

Het is zondagavond. Hanny en ik hebben dienst. In het hospice ligt een vrouw van 87 jaar. Elf jaar geleden is zij door de artsen al opgegeven. Destijds heeft zij het wonder boven wonder overleefd.

Dinsdag laten wij euthanasie plegen. Haar kinderen en kleinkinderen komen vandaag en ook morgen om afscheid te nemen.

Zij belt en ik snel naar haar toe. Zij moet fecaal¹ braken.

Hanny vertelt mij dat ze de dag ervoor ook gewerkt heeft en dat mevrouw toen over het bed heen heeft gebraakt. Hanny en ik zijn bij haar. Zij gaat achter het bed staan en zegt: 'Probeer het nog eens net zoals gisteren, toen lukte het je ook om mij te raken.' Terwijl ze overgeeft, moet ze ook enorm lachen. Ik sta erbij en kijk ernaar, wat een indrukwekkend, groots moment, ik kan wel huilen van geluk.

¹ Fecaal braken betekent ontlasting overgeven.

Vrede

Eind november 2009 heb ik op een zondagavond late dienst. Er ligt een man van 81 jaar, die ik verzorg. De man kijkt rustig en tevreden uit zijn ogen. Terwijl we hand in hand zitten vertelt hij dat hij één zoon heeft die bij ons in het dorp woont. Vlak voordat ik 's avonds om elf uur wegga kijk ik nog even bij hem om de deur. Hij slaapt.

De volgende morgen kom ik tijdens mijn wandeling een vrouw tegen met wie ik aan de praat raak. We lopen samen een stukje op. Zij vertelt mij over de moeizame relatie die ze altijd gehad heeft met haar schoonvader. Hij is erg ziek en ligt nu in een hospice. Dat is de man die ik de vorige avond heb verzorgd. We lopen verder en ik vertel haar dat ik ook een schoonvader heb gehad waar ik in eerste instantie een zeer moeizame relatie mee heb gehad, en dat we later goede vrienden zijn geworden. Ik geef haar mee om vrede met de schoonvader te sluiten, dat ze nu nog de kans heeft om dat te doen. Dat biedt zielenrust.

Eer

In 2010 ligt er in het hospice een vrouw die ik al twee maanden op zaterdag- of zondagavond verzorg, met een collega. Zij doet mij sterk denken aan mijn moeder en dat schept een speciale band.

Op een avond moet ik haar een zetpil geven. Ze ziet dat ik me er wel wat ongemakkelijk onder voel en creëert een plagerig sfeertje.

‘Els,’ zeg ik, ‘dat heb ik nog nooit eerder gedaan. Help mij even. Wil jij mij alsjeblieft wel vertellen wat ik moet doen?’

‘Da’s mooi Johan, dan leer je ook wat van mij. *By the way* wat doe je eigenlijk voor werk in het normale leven’, vraagt Els lachend. ‘Mijn man dacht dat je directeur was van het ziekenhuis of van Vredestein.’

‘Oh, Els, dat weet ik niet zo goed, daar moet ik nog even goed over nadenken.’

‘Doe niet zo gek, Johan, dat weet je toch wel, je weet toch wel wat voor werk je doet?’

‘Nou, Els,’ zeg ik, ‘dat ligt eraan waar ik ben. Wanneer er brand is zal ik het proberen te blussen. Zo nodig spring ik in het water wanneer iemand er in is gevallen. Nu mag ik jou verzorgen en dat is mij een grote eer!’

Paradijs

Frits, die vele jaren als zwerver door het leven ging, bevalt de zorg van het hospice buitengewoon goed en zegt: ‘Als ik straks doodga weet ik niet waar ik terechtkom, maar hier is voor mij het paradijs.’

Deel 6

Lopen in het licht

‘Hij die vrolijk wil reizen moet licht reizen.’

Antoine de Saint-Exupéry (1900 – 1944)

*‘De schat der wijzen evenwel ligt niet
op een verborgen plaats bij het eindpunt,
maar rijgt zich aaneen in het lange reeks
ervaringen onderweg. Waar het uiteindelijk
om gaat is de ervaring van het wandelen zelf,
of (in de woorden van Eliot) ‘de kunst van het
aankomen waar we al zijn.’*

Jacobsstaf, 2005 p. 150

Dansen in de essentie van het leven

Mijn neurologe Cobie en ik hebben een afspraak. Ze haalt mij om kwart voor zeven op, om op tijd boven op de Sprengenberg bij Holten te staan om de zonsopgang mee te maken. Een groot genoeg en helend voor de totale mens.

We zouden een halfjaar daarvoor al wandelen, maar dat ging niet door omdat ze van haar paard was gevallen en een gebroken rug had. Ze is gelukkig snel daarvan hersteld.

We spreken over onze levens en het mooie is dat we bij het afscheid nemen om een uur of één in de middag het niet hebben gehad over haar rug en ook niet over multiple sclerose. Zo gezond kun je zijn. En volgens mij is dat dansen in de essentie van het leven.

Een stukje voorgeschiedenis van dit verhaal.

Toen na veel onderzoeken – onder andere aan de hand van een MRI-scan – multiple sclerose bij mij werd vastgesteld, was Hans, onze buurman en tevens radioloog, daarbij betrokken.

In de loop van de laatste jaren ziet hij mij regelmatig steeds vlotter langs huppelen en op een dag houdt Hans, een collega van Cobie, mij aan: 'Ik zou heel

graag eens een nieuw onderzoek bij je doen en een nieuwe MRI-scan van je maken. Ik ben ontzettend nieuwsgierig hoe het kan dat jij je nu zo kunt bewegen, ondanks die hele slechte onderzoeksresultaten van toen.'

In 2007 laten we onder andere een nieuwe scan maken. Verwachtingsvol gaan Angelien en ik bij mijn neurologe Cobie de officiële uitslag halen. Wanneer we bij haar zijn vertelt ze dat het onderzoek en de MRI-scan een heel slecht beeld laat zien en dat ze absoluut niet begrijpt dat ik überhaupt nog een stap kan lopen.

Angeliën aankijkend is mijn reactie: 'Cobie, met alle respect, ik denk dat ik het wel begrijp. Ga mee wandelen en laten we samen de zon zien opkomen.'

Sindsdien doen we dat elk jaar.

Lopen loutert

Tijdens een wandelvakantie in Italië overlijdt een man bij ons uit de straat. We zwaaiden al twintig jaar vriendelijk naar elkaar als we elkaar tegenkwamen. Verder kenden we elkaar eigenlijk niet. Angeliën schrijft een kaartje en doet dat in de brievenbus. De ervaring leert dat het daar dan ook meestal bij blijft.

De avond van mijn terugkomst, wandelen Angeliën en ik ons gebruikelijke rondje en passeren het huis van Vera, de weduwe.

'Hier heb ik dat kaartje in de bus gedaan', vertelt Angeliën.

'Ik ga haar toch even persoonlijk condoleren', zeg ik. Angeliën loopt door en ik bel aan. Vera doet open en ik condoleer haar. We drinken koffie en ze vertelt over de moeilijke tijd waar ze middenin zit. Ik vraag haar of ik wat voor haar kan doen, zij zegt: 'Ik vind het fijn dat je er bent, kom nog een keer op de koffie.'

Ik leg uit dat ik dat liever niet doe: ik ben niet zo van het koffiedrinken en stel haar voor een keer samen te gaan wandelen.

'Dat kan ik niet zo goed', antwoordt zij.

‘Nou, Vera, dan moet je goed oefenen’, is mijn reactie.
‘Bewegen in de buitenlucht heeft mij enorm veel gebracht.’

We nemen afscheid. Thuis vraagt Angeliën: ‘Hoe is het met haar?’

Ik doe verslag en vertel ook dat ik heb aangeboden met haar te gaan wandelen.

‘Goed oefenen, dat zeg je toch niet tegen iemand in zo’n situatie?’

‘Ik heb het anders met alle liefde gezegd’, zeg ik enigszins mezelf verdedigend.

Een aantal weken later kom ik Vera tijdens een wandeling tegen: ‘Nadat je bij mij bent geweest, heb ik elke dag gewandeld, elke keer iets verder. Nu loop ik al meer dan een uur per keer.’

Ik word daar erg blij van. We maken een wandelafpraak en ik beloof koffie en wat lekkers in mijn rugzak mee te nemen. Ze vertelt dat ze is aangestoken door het wandelvirus en dat ze het niet meer zou willen missen.

Wat later wandelen we een paar maanden regelmatig, tochten van wel vijftien kilometer. Vera vraagt mij na een wandeling of ik het goed vind dat ze een keer op een avond in het weekend komt. Ze is dan toch wel heel erg eenzaam. Ik vraag haar even bedenktijd en antwoord na een minuut dat ik dat niet wil: ‘Het zou

een verplichting worden, hoe moeilijk ik het ook vind om je dat te zeggen. Het samen wandelen is wat ik voor je kan betekenen. Als je op visite komt, wordt dat een verplichting.’

Ze valt helemaal stil. We rijden zwijgend naar huis.

Plotseling zegt ze: ‘Johan, bedankt dat je zo eerlijk bent. Ik heb inderdaad wel eens meegemaakt dat ik ergens werd uitgenodigd en dat ondanks alle goede bedoelingen het zware en moeizame avonden werden.

En eigenlijk pas ik daar voor.’

Af en toe zie ik Vera nog.

Ze gaat een voetreis naar Rome maken.

Zo zie je maar: lopen loutert.

Déjà vu

Tijdens een tocht door het geweldige berglandschap van de Pyreneeën kom ik op een berg met een fantastisch uitzicht. Een *déjà vu*. Lang geleden ondernemen Angelien, Jos en Miranda (vrienden van ons), en ik een huttentocht in Oostenrijk. Boven op de berg gekomen zien we alleen nog de blauwe hemel en de stralende zon. Danig onder de indruk kunnen we alleen nog stamelen: 'Als dit de hemel niet is ...'

Het begin

Daar sta ik dan op het station in Bayonne. Het is nog een uur treinen naar Saint-Jean-Pied-de-Port. Op het perron ontmoet ik al de eerste Camino-gangers: Sara uit Nieuw-Zeeland, Johannes uit Düsseldorf, Armando uit Brazilië en Soo Yong uit Zuid-Korea. Dat weten we in *no time* van elkaar. Binnen vijf minuten zijn we als een hechte familie met elkaar in gesprek. Heel bijzonder.

De eerste paar weken mis ik Angelien en de kinderen af en toe heel erg. Dat is een nieuwe ervaring, want zo lang zijn we nog nooit zonder elkaar geweest.

De eerste dagen wandel ik redelijk veel met Willie, 'de tank' uit Ierland, Philip uit Zwitserland en Perry uit Nederland. Soms lopen we lange stukken langs een snelweg. Gedachteloos, exact gelijk in de maat. '*The British Army will be proud of us*', zegt Willy droogjes. Wij sluiten ons aan op het spoor, de weg die ons door honderdduizenden is voorgegaan: 'de weg loopt jou'. Volkomen op ons gemak, ondergedompeld in het fantastische landschap.

Op een dag ga ik wat koortsig op pad. Ik ben duidelijk vermagerd, ook een nieuwe ervaring. Vanaf dat moment eet ik als een bootwerker, met groot plezier. Na uren wandelen verdwaal ik. Stom. Eigen schuld. Ik moet over een autoweg heen, loop een hele tijd over een vuilnisbelt waar drie grote zwerfhonden zich tegoed doen aan het rijke buffet, mij zien en alleen maar willen spelen. Na een paar uur kom ik een aantal mensen tegen. Wat een opluchting, een paar dagen eerder heb ik hen ontmoet.

Na tien dagen wandelen over een zandpad, maïsvelden aan mijn linkerzijde, aan mijn rechterzijde een snelweg, en af en toe keiharde regenbuien, loop ik, ook wat gefrustreerd, door de terracottakleurige blubber. Zie ik ineens in de verte een vrouw lopen, zij trekt een boodschappenkarretje achter zich aan. Ik haal haar in en vraag verbaasd:

'What are you doing. I haven't seen this before.'

'I can't carry a backpack,' antwoordt de Engelse vrouw, *'so I had this cart made. It's already the second one I've had. I'm 76 years old and have been given up by medical science several times. I started in Le Puy (so I've already covered more than a thousand kilometers) and am thoroughly enjoying this trip. I can't think of anywhere I'd rather be*

than here with you. And you, young man, what are you doing here?'

Er volgt een kort gesprek waarin ik vertel over de MS, over zo moe zijn dat zelfs de brievenbus die twintig meter verder staat onbereikbaar is en dat het geweldig is zover hersteld te zijn dat ik deze tocht kan doen.

Ze vraagt of ik me schaam MS te hebben:

'Maybe a little, but I certainly won't be shouting it from the rooftops.'

'When you are a part of a miracle, tell it to the Mountains, tell it everywhere, it is not your story anymore, it is Universal now', zegt ze ontroerd.

'Amazing, Grace!'

We omhelzen elkaar en gaan uiteen.

De dag er na zie ik een 'oude bekende', Armando, verdrietig aan de koffie op een terras, de schoenen staan naast hem. Hij vertelt mij dat hij ermee moet stoppen, zijn achillespezen doen ondraaglijk veel pijn. 'Ik kan niet meer.'

'Ach, wat vervelend, ik voel je pijn', zeg ik tegen hem, terwijl ik naast hem ga zitten en spontaan zijn voeten vastpak om hem kracht te geven of, ... Niet al te lang daarna leg ik de voeten weer behoedzaam op de grond. We spreken elkaar nog even en nemen afscheid.

Aangekomen in Burgos zit ik, nadat ik gegeten, gedoucht en geslapen heb, rond een uur of drie heerlijk in het zonnetje te genieten naast de kathedraal. Iets verderop gaat een vrouw zitten, we raken aan de praat. De rest van de middag drinken we wijn op een heerlijk terras en kunnen we het buitengewoon goed met elkaar vinden. Zij heet Gertraud, komt uit Salzburg, is 44 jaar oud en werkzaam als psychotherapeute. Ze bezoekt in Burgos een congres voor haar werk. Samen gaan we naar El Castillo, de hoger gelegen ruïne van het kasteel. Het is er prachtig en we verliezen ons in elkaar. We staan te kijken naar hoe de zon ondergaat en de maan al opkomt. Hand in hand als twee kleine kinderen kijken we naar de onder ons gelegen kathedraal die in het licht van de schijnwerpers staat. Het is een geweldig moment, ik denk ook aan Angelien die thuis is en zeg haar (Roger Moore indachtig): *'We only have tonight dear'*. Waarop Gertraud volkomen onverwacht bekent dat ze zich nog nooit eerder zo compleet als vrouw heeft gevoeld en zoveel liefde voor een man. Ik voel mij overvallen, pak mijn portemonnee, laat haar de foto van Angelien zien en zeg: *'I've had that feeling for almost thirty years with this woman, her name is Angelien.'* De betovering is verbroken, daarna eten we nog een hapje en nemen afscheid van elkaar. Op dat moment mis ik Angelien en toch ook Gertraud, wat gebeurt er met mij?

Vanaf Burgos wandel ik naar het prachtige bergdorp Hontanas. Op een terras raak ik in gesprek met zes Ierse dames die collega's van elkaar zijn in een ziekenhuis. Maar ik zie er eigenlijk maar één: Margareth. Zij vertelt dat ze 44 jaar oud is en met haar collega's één week per jaar de route loopt van de Camino Francès. Ze is werkzaam als psychotherapeute. Onbestaanbaar! Ik kijk naar boven en denk: wat is hier nu toch de bedoeling van.

De volgende dag komen Margareth en ik elkaar regelmatig tegen. Niet veel later komt ze mij opzoeken in het hotel, waar we in het restaurant samen wat eten. *'I love you Johan, I don't know what happened when I saw you. I am happily married but I've seen you with the people. I am jealous on you, in my work I always searched for that, your presence is enough, they feel the love.'*
'I love you too Margareth, it's a miracle to meet each other this way.'

Alles schreeuwt in ons om ons met elkaar te verbinden, zowel letterlijk als figuurlijk. Ik stel voor mijn schoenen op te halen om haar wandelend naar haar herberg terug te brengen. De volgende ochtend lopen we nog een uur samen, hand in hand, we zegenen elkaar en nemen afscheid op een bankje, met pijn in het hart.

'I love you and I will never forget you.'

Krap tien minuten later passeer ik een groepje Italianen, twee mannen en een vrouw. Alleen Anna, een 27-jarige studente uit Napoli, spreekt Engels. Zij is net voor de tweede keer gestopt met haar studie.

'I don't know what I want anymore,' zegt ze, *'so I decided to walk the Camino. Maybe that will bring clarity.'* Onder het wandelen vertelt ze dat de relatie met haar vader eigenlijk het onderliggende probleem is: *'I once heard him say to a few of his friends, "I love Anna so much", but he has never said it to me. Over the years, that sting has become increasingly painful.'*

We lopen verder en ik zing voor haar het lied *Too Young* van Nat King Cole, en vraag haar ook iets voor mij te zingen. Ze wil eigenlijk niet, toch zingt ze met een strak vertrokken gezicht als van een robot een Italiaans wiegeliedje voor mij. Later stel ik voor een rollenspel te doen onder het wandelen. Ik speel haar vader, die echt Hercules heet, en zij moet mij in haar rol van Anna al haar frustraties maar eens goed vertellen. Bijna als vanzelf komt er een lawine aan woorden uit deze getergde dochter. Zelfs schreeuwend krijg ik van haar een scheldkanonnade, heel heftig. Dan stel ik voor de rollen om te draaien. Nu is zij haar vader Hercules en ben ik Anna. Nu neem ik het van haar over en bijna als vanzelf glij ik in mijn rol van Anna en zij in die van

Hercules. Zij verdedigt zich tegen de heftige kritiek die ik spui, dan wordt Anna, die nog steeds Hercules speelt, heel kwaad op mij: *'What were you thinking? I've always loved you, Anna. I just couldn't tell you.'*

'Daddy,' schreeuw ik, *'stop it!'*

Dan komt Anna tot zichzelf, ze huilt tranen met tuiten. Ik jammer zachtjes mee, het hele tafereel ondergaand en bekijkend. We lopen verder, helemaal beduusd. Dan zingt ze uit zichzelf *Oh Happy Day*, als een Diana Ross, bijna zwevend danst ze ronddraaiend om mij heen. Wat ziet ze er geweldig uit deze Anna, dochter van Hercules. We komen aan bij het volgende dorp waar haar vrienden op haar wachten.

'Johan, this morning I prayed to God, help me! Help me please.'

'It is unbelievable, he sent an angel, his name is Johan.'

'I love you so much I'

We houden elkaar nog even vast en nemen afscheid, dag Anna: *'I love you too.'*

Mijn hart brandt bijna uit mijn borst, wat voel ik mij gezegend en gelukkig.

Opeens herinner ik mij een droom van nog niet zo lang geleden. In deze droom ben ik als boer gewassen aan het planten op zo'n vruchtbare akker dat wanneer ik me omdraai alles wat ik net geplant heb ook al weer volgroeid is, zodat de oogst direct kan worden

binnen gehaald. Zaaïen en oogsten tegelijk, ongeacht het seizoen. Een metafoor voor de vele ontmoetingen tijdens mijn wandelingen.

Een dag later raak ik aan de praat met een echtpaar uit Quebec.

'What has happened to you, we've seen you walking sometimes, you are glowing like a candle of happiness.'

'I've been blessed several times on my camino of live', is het enige wat ik kan uitbrengen.

Later op de dag drink ik koffie met een aantal verpleegsters en fysiotherapeuten uit Australië, die werkzaam zijn in een MS-kliniek. Ik kan het natuurlijk niet laten en vertel dit verhaal.

'We've heard about you on the camino, come to us in Australia and tell your story to the people in our hospital. There is a great hunger for stories like these.'

Ook bijzonder is dat ik een paar Engelse wandelaars weer tegenkom, we hebben al eens met elkaar gegeten en een kamer gedeeld.

'Look, there's the flying Dutchman.'

'Johan, there must also be a man who's walking the camino, he is coming from Holland, he suffers from MS, do you know that guy?'

Ik vertel ze dat ik dat ben. Vol ongeloof kijken ze mij aan, we omhelzen elkaar en stamelen iets over wonderen, geluk en onvoorstelbare genade.

Op 24 september loop ik samen met de 52-jarige Kang Uk Lee uit Seoul, deze erg leuke man is heel enthousiast. We vertrekken om 06.45 uur met de looplamp op, de maan is aan onze linkerkant en de opkomende zon aan onze rechterkant. Het is lastig praten met hem, zijn Engelse gebrabbel versta ik bijna niet, mede door de wind. Dan pakt hij zijn Ipod en wandelen we meezingend (twee keer *Imagine all the people*) met The Beatles, Stones, Carpenters et cetera verder.

Wanneer ik dit probeer te beschrijven, besef ik dat het lastig is wat je op een dergelijk moment voelt te benoemen, ook nu schiet mij het gevoel weer vol. Na een paar uren neem ik afscheid van mijn Koreaanse vriend en zie ik Amanda uit Engeland met wie ik al vaker gelopen heb, ook veel samen zingend (ook weer *Imagine all the people*).

Na een goed uur wandelen komen we aan bij Bar El Torres, een soort café annex broodjeszaak waar de eigenaar als een roverhoofdman verkleed en als diskjockey de mensen swingend bedient. Uit de luidsprekers aan de buitenkant schalt *Imagine all the people*, kippenvel. We zien twee bekende echtparen uit

Brazilië. We staan samen te swingen en te zingen, wel tien minuten lang, we gaan helemaal uit ons dak. Dat dit wel heel erg mooi is, beseffen we maar al te goed. We kunnen ons geluk niet op en stromen over.

Naarmate ik dichterbij mijn einddoel kom, ontstaat er, zoals bij bijna iedere pelgrim, ook een zeker verdriet, deze droom is straks echt over.

Aangekomen in Santiago kom ik terecht in een grote kermis, maak kennis met leuke mensen en dan hoor ik ineens achter mij: *'He, Johan, my legend of the camino'*.

Het is de stem van Armando, uit Brazilië. Wat doet hij hier, denk ik. Hij heeft de camino uitgelopen! Ik ben totaal verrast.

Hij vertelt mij dat nadat we van elkaar afscheid hadden genomen, halverwege Santiago de Compostela, hij verwonderd is achtergebleven: 'Ik voelde geen enkele pijn meer. Jouw handen waren ook wel erg warm. De pijn was helemaal over.'

Caminozoon

In Frankrijk kom ik Benno tegen, de jongste pelgrim die ik ooit heb gezien. 18 jaar. Een knappe vent. En zelfverzekerd. We lopen een stuk samen op en ik zeg dat ik hartstikke trots op hem ben. Benno legt uit dat hij hier loopt omdat zijn vader tien jaar daarvoor zelfmoord heeft gepleegd. Hij is bang dat hij misschien wel hetzelfde zal doen, als hij 'de gekkigheid in mijne kop' die sindsdien altijd min of meer is gebleven, niet achter zich kan laten.

Ik schrik enorm: 'Benno, ik heb hier geen woorden voor. Kijk me alsjeblieft aan.' Meer kan ik niet uitbrengen. Nadat wij elkaar lange tijd heel intens hebben aangekeken, schrikt hij opeens terug en roept: 'Benne gij God of zo?'

Daarna loopt hij weg, een meter of vijftig verderop blijft hij staan, ik zie zijn schokkende schouders. Na enige tijd loop ik naar hem toe en stort hij zich huilend in mijn armen. Een ontzettend heftig moment. Zijn hele lichaam schokt zodanig dat ik hem niet eens kan vasthouden. De wereld lijkt stil te staan. We gaan helemaal op in dit moment.

Een paar dagen later kom ik Benno weer tegen, hij roept: 'Hé, Johan, ge weet niet hoeveel ik van u houd! Het is als een wonder, maar ik ben sinds onze eerste ontmoeting helemaal bevrijd van die jarenlange sores, het is te gek voor woorden, ik ben het kwijt. Hetzelfde wat je bij mij gedaan hebt, heb ik bij iemand anders kunnen doen.'

Ik loop een stuk mee met een meisje en voel een enorme last die zij met zich meedraagt. Ik hoor onderweg haar verhaal en door onze ontmoeting ben ik zo vrij geworden dat ik haar alleen nog maar wil aankijken zonder woorden. Zij reageert net zo emotioneel als ik.

Dat jaar, 17 augustus, bel ik hem, zonder mijn naam te noemen.

'Van harte proficiat Benno met je 19^e verjaardag.'

'Ge bent me niet vergeten, nee en ik zal je ook nooit vergeten.'

Iedereen is in staat tot bijzondere daden.

Zelfloos

Zo ontmoet ik ook een Australische dame die met twee stokken loopt. Zij heet Lou. Ze vraagt mij waarom ik hier ben. Mijn antwoord is dat ik het heel erg mooi vind om hier te wandelen. Daarop vraag ik naar haar reden. Ze vertelt dat ze iets mee wil nemen naar huis. Op mijn vervolgvraag voor wie, begint Lou te huilen. Ik doe hetzelfde als bij Benno en kijk haar aan.

'It's as if I'm looking in the eyes of Jesus.'

Het houdt maar niet op, deze ervaringen zijn zo groots, ik heb geen woorden meer. Het boek waar ik al zo lang mee bezig ben blijft maar in de ijskast liggen. Een half leven op zoek naar de woorden om de essentie van deze topmomenten te beschrijven, iets tussen hemel en aarde, waar misschien geen woorden voor zijn. Ik zal geen woorden meer verspillen aan het onnoembare.

Ik vertel Lou over mijn plannen die ik nog niet heb verwezenlijkt, waarop zij aangeeft mij hierbij graag te willen helpen. Hieronder haar woorden, uit het Engels vertaald:

'De camino is niet alleen een wandelroute maar, als we het geluk hebben, is het ook een reis van de

geest en het hart. Er is een ritme aanwezig in de dagelijkse wandeling, niet alleen in het nemen van de ene bevrijdende stap na de andere, maar een van ontmoeten, samen gaan, ontvangen en open zijn naar mensen en situaties.

Soms wandelen we alleen, zoals in het leven en soms delen we ons pad, ons doel, onze goede wil, met degene die we ontmoeten. Wij wandelen elk onze eigen weg, op ons eigen ritme, om onze eigen noden tegen te komen. En soms hebben we geluk in onze ervaringen en ontmoetingen.

Voor mij kwam dit geluk op de negende dag van mijn camino. Ik had de eerste 17 kilometer alleen gewandeld, helemaal alleen. Ik zag niemand anders. Tot ik twee kilometer voor het eind was van mijn dagelijkse wandeling. Toen ontmoette ik een man en wij spraken 5 minuten met elkaar. En ik huilde. Het welde op van binnenuit. Hij sloeg zijn armen om mij heen en ik huilde nog meer. Hij stelde mij een vraag en ontwarde mijn antwoord met groot inzicht. Er was iets in zijn ogen dat de sluisdeuren opende. Hij keek in mijn ogen en ik voelde zo'n onvervalste compassie en begreep dat God terugkeek naar mij. Zijn ogen zeiden dat hij het begreep. Wat voor pijn ik ook voelde, hij begreep het.

Pas enige tijd later begonnen wij te graven in wat mij dwarszat. Er kwamen meer tranen. Hij hield mijn handen met zo'n kracht vast, dat ik genezende kracht in mij voelde stromen. Wij keerden de volgende dag hiernaar terug. En weer gaf het oogcontact mij een gevoel van welzijn en zijn vragen gaf mij de moed om de reden van mijn droefheid te onderzoeken.

Ik was vroeg in de morgen, tussen deze twee ontmoetingen in, wakker geworden en lag halverwege tussen slapen en waken. Ik zag mezelf zitten en eenvoudigweg naar buiten staren. Ik hoorde Johan (want dat was zijn naam) zeggen: 'Ik zie jouw vader in jouw ogen'.

Wij waren onder andere aan het praten geweest over hoe weinig ik me herinnerde van hem voordat hij stierf toen ik 13 was.

Op de een of andere manier bracht deze wakende droom mij mijn vader dichterbij. Een andere gift van Johan, en hij was er zelfs niet.

Wellicht de sterkste herinnering die ik meeneem van deze camino-ontmoeting en waarschijnlijk van mijn hele camino-ervaring is dat eerste diepe oogcontact met Johan. Ik had een zeer bewuste gedachte over de vrouw van Canaan die Jezus ontmoette bij de bron op zijn reis. Ik voelde me alsof ik in de ogen van God had gekeken.

Johan is een genezer. Hij is zelfloos en heeft compassie. Zijn manier is open en bevestigend en hij is niet bang of verlegen om het te tonen. Ik keek naar hem later op de dag toen hij met mensen was. Hij geeft en hij respondeert.

Ik voel me gezegend!

Johan bedankt voor de liefde die jij zo vrij en openlijk deelt. Onze ontmoeting is een van de meest krachtige ervaringen geweest op de camino die mijn leven is. Jij drong diep binnenin het universele ongenoemde, en verspreidde goedheid als jouw reis. Mijn gebed voor jou is dat de kracht die jij deelt, jou zal ondersteunen.

Ik hou van je en ben je zeer dankbaar.

Lou'

Liefdevol bestaan

De ontmoeting met Laerke, een Deense studente, is heel bijzonder. Wij lopen samen op en komen in gesprek over het leven. In haar enthousiasme krijg ik een stortvloed van woorden over mij heen. Ik verzoek haar niets meer te zeggen en elkaar alleen nog maar aan te kijken. Haar ervaringen schrijft ze op in een verslag. Hieronder fragmenten daaruit, uit het Engels vertaald.

‘Ofschoon er voor het begrip “universele liefde” bijna geen woorden te vinden zijn, zal ik toch proberen er iets over te zeggen.

Ik stuur Johan mijn liefde en hoop dat de liefde altijd in hem en de mensen van wie hij houdt aanwezig zal blijven.

Eerst dacht ik dat mijn ontmoeting met Johan op de camino toeval was, maar zoals met zo veel gebeurtenissen in het leven zat er waarschijnlijk een diepere bedoeling achter. Toen we samen wandelden op die eerste dag, gebruikten we veel woorden, maar ik kwam er al snel achter dat hij dezelfde kennis bezat over de diepte achter de woorden als ik. Terwijl we spraken over de diepte achter de woorden, vroeg hij me te stoppen. Hij keek me aan en vroeg me in

zijn ogen te kijken. Toen ik in de ogen keek van deze man die ik net ontmoet had en die ik eigenlijk niet kende, voelde ik iets dat ik slechts zeer kort en zelden gevoeld had. Nu voelde ik het dieper dan ooit, alles stopte. Johan vroeg me wat ik voelde en voordat ik kon nadenken zei ik: 'Liefde'. Ik had hiervoor wel gehoord dat spirituele meesters spraken van liefde, maar dat liefde zo universeel kon zijn had ik nooit begrepen. Hier was geen sprake meer van 'ik' en 'Johan', maar van pure energie die stroomde. Liefde die door mijn ogen keek en de liefde ontmoette die door zijn ogen keek. Het was een heel emotioneel moment. Naderhand was ik erg onder de indruk van deze ervaring en was er de rest van de dag vooral stilte tussen ons.

Voor de camino had ik veel spirituele teksten gelezen over datgene wat ik op die dag heb gevoeld, over de bron van alles. Ik kende het gevoel van stilte vanbinnen en buiten en van aanwezigheid in het nu, maar dit was zonder twijfel de eerste keer dat ik liefde voelde. Het mooie van wandelen met Johan was dat ik niets hoefde uit te leggen of te theoretiseren. We begonnen samen aan de wandeling, maar Johan vond dat we niet samen moesten lopen. Ik snapte waarom: nu was het moment om het allemaal zelf, in mijn eentje te ervaren. Tot op dat moment was Johan er steeds geweest om me te herinneren aan de noodzaak om in dit liefdegevoel te

blijven, nu moest ik het alleen ervaren. Dus die dag was ik alleen en zonder gedachten en geheel aanwezig. Zonder gedachten. Ik voelde hoe mijn borst zich opende. Ik voelde liefde, geluk en lichtheid en ook kwetsbaarheid. Ik wist met een diep innerlijk weten dat ik dit gevoel nooit eerder had durven toelaten. We zagen elkaar 's avonds weer en keken naar de zonsondergang, we waren samen op een heel stil en vredig niveau. Als we samen waren, werden woorden zinloos, betekenisloos. Ik denk dat ik Johan ken achter de woorden en niet zijn zogenaamde persoonlijkheid. Wat we samen hadden oversteeg dit. Het is de meest fantastische manier om een ander te kennen zonder dat je zijn persona kent. Soms, als we samen spraken wisten we dat onze vormen, onze identiteiten spraken en dat het niet hetzelfde was als wanneer we samen stil waren.

Ik ben erg dankbaar dat ik Johan heb ontmoet. Hij vertelde me dingen die ik al wist maar op een nieuwe manier. We spraken niet alleen, we ontdekten. Wat ik heel prettig vond aan Johan was dat hij als een mentor alles zo simpel maakte. Hij gebruikte voorbeelden uit het dagelijkse leven. Hij zei me dat ik moest stoppen met woorden gebruiken. Met dit gevoel gaat een heleboel kwetsbaarheid en verlegenheid samen. Een gevoel van naakt zijn. Het komt denk ik omdat het

zo puur is. Een geweldig gevoel zonder dat het ergens aan verbonden wordt, zoals aan een partner, een object of een situatie. Ik ben er op ingesteld dat aan alles een einde komt, zoals aan een liefde of aan een vakantie. Het grote verschil is dat universele liefde niet zomaar verdwijnt. Je kunt het even kwijtraken door je te verliezen in wereldse zaken maar het is er altijd binnenin ons. We moeten gewoon stoppen en voelen.

Mijn dilemma tijdens de camino was mijn onvermogen om volledig te geloven en te vertrouwen op het gevoel. Mijn geest – ego zaaide twijfel. Ik heb geen woorden voor wat er tussen Johan en mij gebeurde. Ik ben er bang voor en ervaar het ook als een vreemd gevoel. Tegelijkertijd weet ik dat dit het is. Dit is waar. Dit is het mooiste wat een mens kan voelen. Het punt is dat er voor een innerlijk weten geen mentale labels zijn. Er is een conflict tussen mijn kritische geest en mijn innerlijk weten. Toch heb ik het gevoel dat dit innerlijk weten sterker wordt en dat het een grotere rol speelt dan voor de camino, dat ik er meer op durf te vertrouwen.

De camino is voorbij en ik ben terug in Denemarken. Terug in dezelfde oude dingen als voor de camino en mijn ontmoeting met Johan. Ik voel dat ik nu een keuze heb: of ik kan verder gaan op de oude voet of ik

kan vertrouwen dat deze diepe kennis me zal leiden en steunen. Ik weet dat dit zo is en toch vergeet ik het soms en dan voel ik me ineens triest, omdat ik alleen mijn levenssituatie zie en mijn innerlijke schat uit het oog ben verloren.

Voor de camino voelde ik me niet passen in dit leven in Denemarken. Nu denk ik en hoop ik dat mijn hart/borstgevoel zal groeien en me zal leiden naar een liefdevol bestaan.

Dank!’

Discoteca

Vroeg uit de veren wandel ik door de Pyreneeën met een looplamp de berg op. Ik kom late bezoekers uit een 'discoteca' tegen die de berg af gaan. Ik zie verliefde stelletjes, aangeschoten mensen, een ruziënd stel en eenzame figuren. Ik 'ken' ze allemaal uit mijn eigen leven. Het is alsof ik de vader ben van een groot gezin, ze mogen er allemaal zijn. Ik loop verder en kijk achterom: het ga jullie goed.

Energie

Bij thuiskomst van de camino laat ik mij doormeten met behulp van bio-resonantietherapie. Het is een therapie die in de hoek van het alternatieve geneescircuit zit. Uitgangspunt is dat elk orgaan een specifieke trillingsfrequentie van elektromagnetische aard heeft. In geval van ziekte of onbalans in het lichaam zou die trilling verstoord zijn. Met een speciaal apparaat zijn deze verstoringen op te sporen en te herstellen.

Voorafgaand aan de camino heb ik deze laten meten en bij terugkomst laat ik dat opnieuw doen, nieuwsgierig naar de waarden. Onder het motto: 'heb je alles gedaan om beter te worden', heb ik – al sta ik er wel wat sceptisch tegenover – ook dit ondernomen, want baat het niet, dan schaadt het niet.

'WOW!!,' zegt degene die de metingen verricht, 'zulke hoge waardes heb ik niet eerder gemeten, wat heb jij veel energie!'

Eén mens, één wens

In het najaar van 2009 loop ik mijn 50oste een-op-een wandeling op de Sallandse heuvelrug. Ik heb zoveel verhalen gehoord, zoveel zakdoeken uitgedeeld en heb welhaast geen oordeel meer, ik ben mild geworden. Alles weten is alles begrijpen.

René, een goede vriend, vraagt mij: ‘Wat kun je over de mens die je hebt ontmoet tijdens de wandelingen vertellen?’

Ik kan niks anders bedenken dan het volgende: ‘Zowel de secretaresse, de zwerver, de bestuursvoorzitter, de lerares als de miljonair en de muzikant, kortom, alle rangen en standen van alle leeftijden hebben uiteindelijk allemaal hetzelfde gezicht, dezelfde stem en uiteindelijk ook maar een en dezelfde wens: thuis zijn bij zichzelf en dus bij de ander.

Ik heb in die zin maar met één mens gelopen, wat lijken we toch allemaal op elkaar.’

Deel 7 Inspiratie

‘We hebben een nieuw spiritueel wereldbeeld nodig.’

H.J. Witteveen (1921 – 2019)

Herboren

Ziekhuis biedt naast veel ellende ook een geweldige inkijk in werelden die normaliter gesloten blijven en die ik nu keer op keer kan en moet betreden. Ik heb veel geluk gehad, ik heb veel genezende stappen op weg naar mijn gezondheid kunnen nemen.

In die periode lees ik van Reshad Feild *De onzichtbare weg*, waarin een stervensproces wordt beschreven. Ik ben alleen thuis, voor mij de zoveelste dag dat ik niets kan. Naar de brievenbus lopen is al te veel. Ik lees dat verhaal en sterf mee met de hoofdpersoon. ‘Sterven vóórdát je dood gaat’, zeggen ze in de grote religies. Dat zijn grote woorden, maar zo heb ik dat wel ervaren. Ik heb enorm gehuild toen deze man overleed. Er zijn dan al vijf jaar voorbij van steeds meer moeten loslaten. Alles wat in *De onzichtbare weg* gezegd wordt, alle ingrediënten naar het levenseinde toe, heb ik voor mijn gevoel zelf ook meegemaakt.

Ik ruim alles op, echt alles. Afspraken, toezeggingen over wat dan ook. Papierwerk. Natuurlijk regel ik een testament tot in de puntjes. Klaar om het aardse te verlaten.

Misschien weer een andere man, een gezonde vent in huis voor Angeliën en een papa om mee te ravotten en paardje te rijden op de rug.

Als ik afscheid wil nemen, zoals ik hiervoor vertel en vrede vind, groei ik naar aanvaarding en acceptatie van mijn lot. Er komt een transformatieproces op gang. Het gevolg is een ongekende verdieping in mijn gevoelsleven. Niet eerder neem ik zo volledig deel aan het leven.

Dankbaar en als een herboren mens kan ik niet anders meer dan geïnspireerd vanuit het hart leven en werken. Hoofdzaken zijn hartzaken geworden. Van ongeneeslijk ziek word ik ongeneeslijk gelukkig. Ik ben wel in de wereld, maar voortaan niet meer van deze wereld.

Deze levenslessen zijn onvergetelijk en een bron van inspiratie bij alles wat ik doe.

Hier en nu

Zijn grootvader was een rustige, spirituele man die hem prachtige verhalen vertelde.¹ Een van de verhalen die hij aan zijn kleinzoon vertelt gaat over *The Precious Present*.² Het kind is er zo opgewonden over dat hij altijd aan zijn grootvader vraagt wat dat kostbare geschenk nu precies is. De oude man zegt dat hij daar vanzelf achter zal komen, maar dat het in ieder geval iets is dat hem een ongekend, blijvend geluk zal schenken. Het jongetje houdt zijn ogen goed open.

Als hij op zijn verjaardag een fiets krijgt, waar hij heel gelukkig mee is, denkt hij dat dit het kostbare geschenk moet zijn waar zijn grootvader het over heeft gehad.

Na een tijdje raakt hij uitgekeken op zijn fiets en beseft hij dat de fiets niet het kostbare geschenk kan zijn, omdat zijn grootvader heeft gezegd dat het hem blijvend geluk zal schenken.

Het jongetje wordt een jongeman en leert een leuk meisje kennen op wie hij verliefd wordt. Eindelijk, denkt hij, dit is het kostbare bezit dat mij blijvend geluk zal schenken. Maar ze maken ruzie en worden onrustig, waarna ze uiteindelijk ieder hun weg gaan.

Daarna gaat de jongeman reizen om wat van de wereld te zien en elke keer als hij ergens voor het eerst komt, denkt hij het ware geluk te hebben gevonden. Hij kijkt echter altijd verder, naar het volgende land, naar de volgende mooie plek, en komt erachter dat zijn geluk altijd verbleekt. Hij heeft het gevoel dat hij iets onbereikbaars najaagt, toch blijft hij zoeken. En daar word hij heel somber van.

Ook nadat hij getrouwd is en een gezin heeft, heeft hij nog steeds niet het gevoel dat hij het kostbare geschenk waarover zijn grootvader heeft verteld, heeft gevonden.

Op een dag overlijdt zijn grootvader die het geheim van *The Precious Present* mee het graf in neemt – althans, dat denkt de jongeman. Hij treurt om het verlies en haalt al die gelukkige momenten op die hij met zijn wijze, oude grootvader had gedeeld. Op dat moment, na zoveel jaren zoeken, dringt het tot hem door. Wat had zijn grootvader waardoor hij altijd zo kalm en tevreden was? Wat had hij dat je je altijd de belangrijkste persoon op aarde voelde wanneer je met hem sprak? Hoe kwam het dat hij altijd zo'n vredige sfeer om zich heen wist te scheppen en die kon overbrengen op de mensen die hij ontmoette?

Het verhaal over *The Precious Present* gaat helemaal niet over een geschenk in de materiële betekenis van het woord. Nee, het betekende het Hier en Nu, *The Present*, *El Momento* – *ya*. Zijn grootvader had in het heden geleefd, genietend van elke seconde. Voor hem bestond de dag van morgen niet, want waarom zou je je druk maken om iets dat misschien nooit zou gebeuren? Aan de andere kant bleef hij ook niet in het verleden hangen, want de dag van gisteren is voorbij en bestaat niet meer. Het heden is de enige werkelijkheid en om het eeuwigdurende geluk te vinden moet je in het hier en nu leven, zonder je zorgen te maken over andere dingen, want dat is tijdverspilling.

¹ Het verhaal over het jongetje dat bij zijn grootouders woont is een waargebeurd verhaal.

² *The Precious Present*, Spencer Johnson, 1984.

Grande dame

In 1993 geeft mijn moeder mij het boek *Verborgene krachten der edelstenen* van Mellie Uydert. Op haar naam staan tientallen titels van boeken over medische astrologie, kruidengeneeskunde, psychologie van het christendom en bewustzijn.

Benieuwd naar deze boeiende vrouw zoek ik haar op een herfstige namiddag op. Zij, een jonge meid van 86 jaar, ontvangt mij tussen stapels boeken, papieren en paperassen. Zij neemt alle tijd voor mij. In een paar uur van puur samenzijn vraag ik mij af of dit nu ware 'geestelijke gemeenschap' is. Mellie verbindt mij met een universele bron van liefde, vrede, vrijheid en harmonie die mij daarna voor altijd zal verwarmen. De meeste indruk maakt zij met haar wijze advies: 'Je hebt mij niet nodig, alleen jezelf, bagage is er genoeg. Zoals ik jou zie en hoor, ben je al genezen, dat is jouw waarheid, leef daarnaar, het hoeft alleen nog maar in te dalen.'

In februari 2005 bezoek ik Mellie opnieuw. Tijdens deze ontmoeting deelt zij haar visie en inspiratiebronnen:

'Wij zijn schoonmakers van de samenleving, we hebben een roeping om rein te maken. Je hebt de plicht om dat onder de mensen te brengen, te inspireren, te bezielen en aan te vuren, een taak om te verbinden, samen te vatten en tot een geheel samen te voegen. Een taak voor het leven en er is leiding voorzien. Het is een groot voorrecht dat je weet wat je hier te doen hebt zodat je daar ook naar handelt. Leven en werken vanuit je hart. Dat is ook wat ikzelf mijn hele leven al doe: inspiratie en licht onder de mensen brengen. Jij hebt je eigen bestemming, dat ontwikkelt zich en je hoeft alleen maar te reageren.'

Ze trekt mijn horoscoop en geeft uitleg: 'Alle lichten staan op groen, het kan haast niet mooier, jij kunt niet anders dan deel uitmaken van het 'Albewuste' en dat onder de mensen verspreiden. Ondernemen in essentie kan niet anders. Het is je innerlijke bestemming, laat het door je heen stromen en dien, door mensen een brede toegang tot het leven te geven. Inspireer mensen, (jonge) kunstenaars en laat iedereen zijn/haar roeping volgen. Al wat uit inspiratie komt, komt van hogerhand in het grote vertrouwen. Laat internet en automatisering van processen niet te ver ontwikkelen. We moeten niet beter willen weten dan het lot. De mens moet zich overgeven aan de kosmische wetten.'

Anders gezegd: je moet onze Vader niet in de weg lopen.

Het leven is een leerschool en een openbaring van hoe het heelal al geschapen is en je er een leven lang van kunt leren. Er is grote harmonie die uitstroomt over de aardbodem en overal vorm aanbrengt, zich aftekent in de ruimte als de schepping. Mensen voeden zich ermee en leren de glorie Gods te demonstreren op aarde. Het hele aardse bedrijf is een afspiegeling van de goddelijke harmonie die een wisselend beeld geeft van de grote levende en groeiende vorm die de schepping is. Zo is de huidige tijd een belangrijk punt in het grote proces, opruiming, alles leeft en rommelt en doet maar zoals het is en laat veel afval achter. Af en toe zijn er punten in de tijd, dan is de maat vol. Het gevolg is oorlogen, honger, natuurrampen.

Dat wij in Nederland gespaard blijven is Gods wil. Wij mensen kunnen het mysterie van God niet bevatten.

Wel moeten we dankbaar zijn dat we mee mogen werken. Door reïncarnatie worden we steeds verfijnder van opbouw. De geestelijke wereld laat ons zien hoe we in het licht kunnen leven, hoe het eigenlijk hoort te gaan en wat de zin ervan is.

Zo vertonen zich verschillende werelden na elkaar en worden we steeds beter en fijner. Het leven is een enorm en oneindig bedrijf van schepping en verlossing en het is heerlijk tot bewustzijn te komen.

Het is een grote rol die mensen daarin spelen mogen, iedereen komt er uiteindelijk achter wat je hier te doen hebt. Er zijn meerdere werelden tegelijk en we leren bewust te leven volgens de wetten van de schepping samen met broeders/zusters in de dierenwereld.

Belangrijk is het dat kinderen meer vrijheid van kiezen hebben. Zij leven al meer intuïtief. Ze weten zelf en laten vrij. Er is zoveel te ontdekken, zo staat in iedere tuin datgene wat die mens nodig heeft, een kind plukt het automatisch.

Alles is reeds aanwezig en door lichamelijke en geestelijke oefening kun je adem geven aan herstel en genezing. Daaruit komt intuïtie te voorschijn. Durf dan voluit te leven, dan kun je alle talen spreken voor een verlangend publiek. Als het dan volkomen stil is, laat dan de speld uit de hooiberg vallen.'

Ik ben het lang niet overal mee eens met wat zij verkondigt of ga niet mee in haar absolute meningen, ook niet met betrekking tot de astrologie. Maar een klant van mij, die psycholoog is, en een fervent aanhanger van haar toenmalige astrologische praktijk, was in menig boardroom van de top van het Nederlandse bedrijfsleven te vinden. Hoe dan ook, een sprankelende fascinerende en leeftijdloze verschijning op het wereldtoneel.

Het is een geweldige ontmoeting, een voorrecht en een feest om in de liefdevolle aanwezigheid van Mellie te mogen zijn. Zij is voor mij verstilde liefde.

Een half jaar later breng ik opnieuw een bezoek aan Mellie. Dit keer in een antroposofisch verpleeghuis, waar ik haar in de centrale hal, in de war en schuifelend langs de balustrade, aantref. Op haar kamer lees ik haar ons verhaal voor en zie haar gezicht veranderen in dat van een hemels tevreden mens. Omdat ze veel moeite heeft met ouder worden en alles wat daarbij hoort, geef ik haar mee: 'Mellie, volgens mij hoef je daar niet bang voor te zijn. Je bent al oud. In 1993 heb je mij geleerd hoe geweldig het is om je eigen waarheid te leven. Misschien kan ik hetzelfde nu terug doorgeven aan jou. Dan is de cirkel rond. Weet je dat er in het Hebreeuws maar één woord is voor liefde en vertrouwen?' 'Ik ben van plan om het eenvoudig zo te nemen, ik had niet gedacht dat er nog zoveel geluk zou zitten tussen de brokstukken van vandaag. Vanaf mijn jongste jaren is God mijn grootste vriend. Ik heb er nooit aan getwijfeld dat overal een oplossing voor te vinden is. Zo heeft het altijd een positief vervolg. Met God heb ik sinds mijn jonge jaren een absolute relatie, omdat ik een stuk van hem ben. Een hoger verband met iets

of iemand is er niet en in de voorplanting der dingen komt alles aan de beurt.

Wat een wonderlijke dag vandaag. Het onbedwingbare huilen en vragen waarom en waarvoor. Je moet uiteindelijk nergens op rekenen en verwachten, dan is alles wat je krijgt meegenomen. Als het scherm van de illusie weg is, denk ik wel eens: eigenlijk is het leven geen kunst aan. Alles is nu duidelijk. Wonderlijk, wonderlijk, wonderlijk. Mensen suggereren dat het afgelopen kan zijn. Ik ben niet bang voor de dood. Ik wil zelf meewerken.

Ik herinner me een heleboel, bijvoorbeeld van de Alchemie, daar ben ik goed in. Intuïtie, precies het goede doen op het juiste moment, dat is intuïtie. Dan breekt het door in je bewustzijn. Je moet vertrouwen en aanvoelen dat het goede moment zich openbaart. Ik heb veel vernieuwingen in mijn leven doorgevoerd, kloeke besluiten genomen. Dat brengt leven in de brouwerij.'

Als ik op het punt van vertrek sta, houdt Mellie mij vast in een sterke greep: 'Je bent op deze dag voor mij het grote wonder. Heel hartelijk bedankt.' 'Jij ook bedankt, Mellie, dat ik er mocht zijn en dit voor je mocht doen. Ik hou van je.' 'En ik van ons!'

In 2007, het is winter, er ligt sneeuw en de zon schijnt aan een strakblauwe hemel, ga ik opnieuw naar Mellie. Er is sprake van geen herkenning.

We gaan naar buiten en wandelen in het bos. In haar rolstoel, een baseballpetje op, een das erom en een deken om haar schouders geslagen, wil zij rustig genieten in het zonnetje. Ze vraagt mij een lied te zingen. *True love* uit de film *High Society* zing ik en zij neuriet gelukkig mee.

‘Wil je ook wat voor mij zingen, Mellie? Help mij, dan zingen we het eerste couplet van het *Wilhelmus*.’

We zijn een bijzonder en gelukkig stel. We lachen en ik rijd haar weer terug naar haar kamer.

Mijn laatste ontmoeting met Mellie is vlak voor haar honderdste verjaardag op 31 mei 2008. Ze is verhuisd naar een gesloten afdeling. Om elf uur 's morgens kom ik op haar kamer. Als ik naast haar ga zitten, wordt zij wakker en kijkt mij recht aan: ‘Niet weggaan. Dorst, drinken.’

Ik geef haar te drinken en vraag wat ik voor haar kan doen. Geen reactie. Zal ik je voorlezen? Nee, schudt ze. Dan roept de buurvrouw met wie zij de kamer deelt, om een taxi en wil zij net als Mellie naar de wc. Als de verpleegster er is, vraagt zij: ‘Wie bent u, bent u iemand van de familie?’

‘Nee, ik ben een vriendje van vroeger van Mellie.’

Mellie moet erg lachen. Wanneer zij weer in bed ligt, kijkt ze mij vragend aan en herhaalt: ‘Niet weggaan.’

‘Ik hou van je, liefje’, schiet er mij uit.

‘Naar huis, ik wil naar huis.’

‘Je bent al thuis en jij hebt ervoor gezorgd dat ik overal thuis ben.’

Ik krijg een hemelse glimlach van haar.

Mellie slaapt verder en ik neem met een gelukkig hart afscheid van haar.

Dag Mellie.¹

¹ Mellie Uylkert is 10 mei 2009 overleden.

Oude vriend

Op een druilerige herfstmiddag in 2006 ontmoet ik voor het eerst een 95-jarige enthousiaste man met stralende ogen als van een Benjamin. Onvoorstelbaar hoe lang hij al leeft.

‘Zeg maar Bets. Ik wil het niet hebben over de periode voor of tijdens de beide wereldoorlogen, maar wel over de tijd kort na de bevrijding in 1945 en de periode na mijn beroerte en na de geboorte van mijn tweede zoon Frits. Meer dan een week lig ik in het ziekenhuis, huil veel en word geteisterd door verwarrende en zenuwslopende gedachten. Halfzijdig verlamd, hoe overleef ik? Kan ik ooit nog weer lopen en voor brood op de plank zorgen? Wat gebeurt er toch allemaal met me? Mijn wereld staat helemaal op zijn kop.

Weer thuis begin ik aan een moeizame periode van revalideren, opnieuw leren lezen en schrijven met de andere hand.

Aan huis gekluisterd, onzeker geworden over het bestaan en hoe daarin mijn weg te vinden, daarin bijgestaan en verzorgd door mijn vrouw Mien, met al haar liefde.

Op een dag zit ik gedeeltelijk verlamd in een stoel op de deel van ons boerderijtje, niets ziend naar buiten te staren. Dan komt ons zoontje Bert van bijna vier jaar oud thuis.’

‘Papa, wil je een vlieger voor mij maken, met zo’n lange rode strik eraan, zodat hoe hoog die ook gaat, ik hem kan blijven zien?’

‘Ach mijn jongen, dat kan papa toch helemaal niet.’ Ik wil hem nog meer zeggen, maar Bert schreeuwt: ‘Wat heb ik nou aan zo’n vader, en getergd vlucht hij weg.’

Het is alsof mijn hele wereld vergaat. Alleen in de schuur, maar wel met de deur op slot, knutsel ik toch een vlieger in elkaar. Hoe, dat weet ik niet meer.

Enkele dagen doe ik erover, met één hand, mijn schouder en met mijn tanden lukt het uiteindelijk toch. Blij en vol trots geef ik de vlieger aan Bert.

‘Oh, wat een prachtige vlieger’, zegt hij opgetogen.

Dezelfde dag nog begin ik enthousiast met opnieuw leren fietsen. Na twee jaar van veel vallen en opstaan lukt het mij uiteindelijk. Alles wat ik aanpak krijg ik voor elkaar.

Het is net of iemand mij de weg wijst.

Wat later in dezelfde periode kom ik terecht in een revalidatiecentrum. Ik zie daar veel oorlogsslachtoffers, zonder armen of benen. Kortom, zoveel ellende, dat ik met een zekere schroom bedenk dat ik het nog helemaal niet zo slecht heb getroffen. Ik oefen hele dagen en met veel bloed, zweet en tranen ontwikkel ik me verder. In die periode hebben we een gezellige middag en na het diner komt een man met pas

aangemeten kunstbenen op mij af en vraagt mij ten dans op het door ons allemaal meegezongen *We'll meet again* van Vera Lynn. Schaterlachend dansen we en krijgen we alle aandacht, de rest van de zaal staat klappend om ons heen. Aan het einde van het nummer zijn we gevallen, maar nog nooit hebben we zo gelachen. Sindsdien heb ik altijd geluk gehad en kom ik alleen nog maar mooie mensen tegen.'

Door de vlieger en deze dans komen onvermoede krachten bij dit mooie mens naar boven. Hij is een geweldig goed voorbeeld voor anderen. Wat een levenslust, enthousiasme en doorzettingsvermogen.

Hij heeft nog steeds veel levenslust en wil graag nog een paar jaar hier blijven. Hij vindt het leven nog steeds de moeite waard. Ondanks dat hij zijn tijd altijd in huis doorbrengt, kan hij nog enorm nagenieten van zijn leven, het leven van iemand die alleen maar mooie mensen tegenkomt en altijd geluk heeft. 'Ik doe de ogen dicht en de hele film speelt opnieuw. Dat verwarmt me alle dagen van mijn leven.'

Begin juni 2006 hebben we samen met veel plezier het verhaal afgerond en besluiten we dat we elkaar met enige regelmaat zullen blijven zien. Bijzonder om zo'n oude vriend te hebben.

Een paar weken later bezoek ik hem en geeft hij aan dat ik niet terug hoeft te komen, omdat hij mij niet goed kan ontvangen. Ik vind dat heel jammer maar heb er uiteraard alle begrip voor.

Mijn oorspronkelijke bedoeling om een bundel met diverse verhalen te schrijven is op losse schroeven komen te staan. Ik heb veel interviews afgenomen en mensen ontmoet met een bijzonder verhaal.

Mensen die waren opgegeven door een ongeneeslijke aandoening maar het toch hadden gered.

Door het verhaal van Bets verdwijnt mijn motivatie als sneeuw voor de zon. Het verhaal is voor mij namelijk ons ultieme, universele verhaal waar in feite alles in zit, alles in samen komt. Ik kan daar niks meer aan toevoegen. Mijn zoektocht is voorbij, omdat ik in hem mijzelf herken, wij vallen samen, wij waren één, elkaars spiegelbeeld. Mijn honger en dorst zijn gestild door onze ontmoetingen. Ik voel niet langer de behoefte om een boek van alle interviews uit te geven.

Bets is erg teleurgesteld dat het project niet doorgaat.

In april 2010 moet ik erg aan Bets denken en verzamel ik moed om weer contact met hem op te nemen. Hij vindt het goed. Als ik bij hem ben, moet hij behoorlijk in zijn geheugen graven: 'Ik ken je niet, ik weet niet meer wie je bent.'

Ik rakel nog op dat we samen een verhaal gemaakt hebben en beloof hem dat de volgende keer mee te nemen. Hij vindt het prima, maar ik merk dat hij echt niet meer weet wie ik ben.

Pas als ik wegga en tegen hem zeg: 'Laat ik geen klachten horen en op tijd naar bed vanavond', moet hij lachen en zegt: 'Nu weet ik weer wie je bent, toen je een paar jaar geleden bij me kwam haalde je ook altijd gekkigheid uit. Je komt toch wel terug?' 'Dat doe ik Bets! Heel graag.'

Op 2 mei 2010 om drie uur vertrekken we naar Schiphol met ons viert, we gaan naar Malta.

'Ik ga nog even naar Bets, hem voorlezen zoals ik beloofd heb.'

'Dat dacht ik niet,' meent Angeliën, 'we gaan toch zo weg?!'

Ik ben er niet vanaf te brengen. Diezelfde ochtend om een uur of elf ben ik bij Bets. Zijn zoon Frits en schoondochter Betsy zijn er ook. Ik vertel hen dat ik een afspraak met Bets heb om ons verhaal voor te lezen.

'Ik dacht vannacht nog aan je. Komt hij nog een keer of niet?' zegt Bets kort na mijn binnenkomst.

Ik lees het verhaal dat we samen hebben opgetekend voor. Het is een emotionele ervaring, we houden het niet droog. Ik beloof dat ik binnenkort nog eens

terugkom. Mijn hele lichaam, vooral het borstgebied en de hartstreek, staat weer in vuur en vlam. Het is in één woord 'geweldig' om zo samen te zijn.

Frits schrijft daarover later in een mail aan mij: Zo kort gezien en dan al zoveel elkaar toevertrouwd, geweldig. Wij vonden het bezoek zondagmorgen heel bijzonder.

In augustus 2010 ben ik bij Bets en vertel hem dat ik te voet naar Santiago de Compostela ga. Hij wenst me het allerbeste en ik beloof hem een kaart te sturen. We nemen afscheid als oude vrienden en hij wenst mij veel succes.

Op 5 januari 2011 in de ochtend heb ik Bets 'Gelukkig Nieuwjaar' gewenst. Hij haalt herinneringen op en vertelt dat hij vroeger bij Luctor et Emergo heeft gevoetbald. We spreken dit keer over God. 'Daar kan ik niet zoveel over zeggen. Het is een raadsel.' Bets speelt voor mij op zijn mondorgel en ik zing voor hem.

Als ik afscheid neem, zegt Bets nog een keer: 'Ik bin greuts op oe en doar deur veul ik mi'j zölf ook zo.'

We zitten nog even en doen er het zwijgen toe.

Elke keer is het een groot genoegen om me te warmen aan deze mooie mens.

Zaterdagmorgen, 12 februari 2011, ben ik nog even bij Bets op bezoek, we hebben het er over dat hij mij ooit vertelde dat hij op een zeker moment niet goed in orde was en dat zijn oudste zoon Bert belde om even te horen hoe het met zijn vader ging.

‘Ik bin neet goot te passe jong en lig in berre, ik heb last van mijn knieën en ook van mijn rechterheup.’

Bert schrikt en zegt: ‘Vader, ik bel onze Frits direct om te vertellen dat u in bed ligt, dan komt hij vandaag nog wel even. Wanneer u het kunt, probeer toch nog even uit bed te gaan.’ En dat gebeurde.

Bets zegt hierover kort en krachtig: ‘De volgende dag was ik uit bed en niet veel later was de pijn over.’

Met heel veel plezier bezoek ik hem regelmatig. De laatste keren dat we elkaar zien, is Bets erg moe. Begin september 2012 ga ik naar hem toe en vertel dat ik weer een wandeltocht ga maken, in Spanje. Bets heeft longontsteking en zegt: ‘Ik ga zelf ook op reis, en kom deze keer niet terug. Waar deze weg naartoe leidt, is mij onbekend.’

We nemen afscheid van elkaar en deze geweldige man bedankt mij voor onze vriendschap. Ik hem natuurlijk ook, terwijl we elkaars handen vasthouden. Zijn greep is nog stevig.

‘Ik hoal van oe.’

‘En ik van oe.’

Ik kijk nog een keer achterom, hij doet als afscheid zijn hand omhoog.

Een week later in een herberg in de Pyreneeën word ik in de nacht van 14 op 15 september wakker. Het is net of Bets bij mij is, ik zie dat het 01.00 uur is.

De volgende dag hoor ik dat Bets op dat moment is overleden.

Goede reis!

Rust en wijsheid

Halverwege de jaren negentig woon ik een lezing bij van de heer dr H.J. Witteveen, oud-minister van Financiën, topman van het IMF en zijn hele leven al bij de Soefi Beweging. Hij vertelt over zijn manier van leven en noemt ook een aantal belangrijke, inspirerende schrijvers, zoals Inayat Khan en Rumi en titels van boeken. Ik lees ze allemaal en waardeer ze zeer. Ze brengen nieuwe verdieping en andere horizonten in mijn leven.

De interviews voor *De Limonademaker* zijn op twee na afgenomen. Op een lijstje staan nog dr H.J. Witteveen en dominee Hans Visser van Perron Nul. In 2008 zijn beide heren op dezelfde dag in de buurt voor een lezing. In de ochtend spreek ik de een, in de middag de ander, en maak een afspraak om hen in alle rust thuis te kunnen bezoeken.

Het interview goed voorbereid kom ik begin 2009 bij de heer Witteveen. In het bijzonder wil ik hem spreken over zijn boek *Soefisme en economie*. Eenmaal in zijn studeerkamer daalt er een enorme rust en vrede op mij neer, stamelend doe ik een voorstel: 'Meneer Witteveen, ik ben gekomen voor een interview, maar

ik zou het liefst samen stil zijn met u.'

'Dat is nog mooier Johan.'

In stilte zitten we bij elkaar, we begrijpen elkaar zonder woorden.

Bij mijn vertrek zegt hij: 'Wanneer je voorbij de kennis bent, vind je alles in de stilte.'

Ik bedank hem.

'Kom nog eens terug, je bent altijd welkom.'

Het woord Soefi duidt op een zoeken naar wijsheid (Sophia) en zuiverheid (Safa). Inayat Khan bracht begin vorige eeuw een universele Soefi-boodschap naar het Westen: de grote religies vormen in hun kern een eenheid. Daarop is een wereldbeeld gebouwd dat geestelijke groei en werelds succes met elkaar verbindt. Het soefisme ziet succes in de wereld als een weg die naar geestelijke ontwikkeling leidt.

In de visie van de heer Witteveen is maatschappelijk actief zijn de reden waarom we bestaan: iets opbouwen, iets scheppen, een doel bereiken. Zelfs als het doel materieel is, is dat van belang voor je geestelijke ontwikkeling. Is dat doel bereikt, blijf dan niet stilstaan: materiële doelstellingen stellen meestal teleur. Klamp je er niet aan vast en zoek iets hogers. Uiteindelijk zit in het geestelijke ideaal alles besloten waarnaar je verlangt.

De scheiding tussen spiritualiteit en economie is een van de oorzaken achter de moeilijkheden en frustraties in de wereld van vandaag, stelt de heer Witteveen. Daarom is hij op zoek naar de interactie tussen de diepe krachten van religie en spiritualiteit in het leven van de mensen en de structuur van de economie, waarin de mensen werken om hun dagelijks brood te verdienen. In het Westen is het evenwicht tussen het materiële en het geestelijke zoek, vindt de heer Witteveen.¹

Ik ben geen soefi, maar met hun grote voorman, die de soefi-naam Karimbakhsh² draagt, kan ik het zeer goed vinden. Bijna jaarlijks bezoek ik hem.

Zijn rust en wijsheid zullen mij altijd bijblijven.

¹ De heer dr H.J Witteveen is in 2019 overleden.

² Karimbakhsh betekent vrijgevinge dienaar.

Perron Nul

In juli 2007 lees ik in *De Twentse Courant Tubantia* het interview met dominee Hans Visser die op het punt staat met emeritaat te gaan. Ook de sloop van de Paulus Kerk is aanstaande. Ik ben diep onder de indruk van wat deze man waarmaakt en wil hem in de ogen kijken.

De daad voeg ik bij het woord en ontmoet hem in december 2009, bij hem thuis. Dominee Hans Visser is voor mij een lichtend voorbeeld van het ware geloof in uitvoering.

‘Mijn filosofie is de filosofie van Jezus. Hij was er voor de armen en de kanslozen, de gesjochten. Verslaafden, hoeren, gekken, noem ze allemaal maar op, die horen er ook bij.

Nederland is een beetje de weg kwijt, er is te veel onverdraagzaamheid. In zo’n samenleving ben ik liever de advocaat van de duivel, wil ik juist opkomen voor mensen met een vlek. Voor hen is er ook plaats in de herberg. Het is goed dat je mensen erop wijst dat ze zelf ook een verantwoordelijkheid hebben en dat niet alleen de overheid verantwoordelijk is voor alles en iedereen. We bekijken mensen tegenwoordig heel erg als groep, en niet als individu. Dat is gevaarlijk, als er eentje niet deugt, deugt meteen de hele groep niet. Als

iemand bijvoorbeeld drugsverslaafd is, zorg dan voor een plek, dan geeft hij ook geen overlast meer. Sta niet meteen klaar met je oordelen en verboden. We moeten het met elkaar doen en ruimte overlaten voor de ander. Er is één wereld of er is geen wereld, maar Nederland is nu eenmaal meer pragmatisch dan principieel. Meer koopman dan dominee. Nou, zegt hij lachend: 'Ik ben meer dominee dan koopman.'

Ik ben een actievoerder. Daarin verschil ik van wijlen majoor Bosshardt. We dachten over bijna alles hetzelfde, wij vonden dat de kerk er juist is voor mensen die we gemakkelijk voorbijlopen, die we laten liggen. Mijn instelling is nu eenmaal dat als je wilt opkomen voor mensen die over de rand vallen, je per definitie gigantisch veel conflicten krijgt. Je moet ze soms bewust opzoeken, omdat je anders niets voor elkaar krijgt.

Bijbelverhalen moet je in een eigentijdse versie vertellen, maar het probleem van de kerk is dat die omslag onvoldoende gemaakt wordt. De kerk heeft veel potentie, heeft een interessante visie op de samenleving. Daar hoort dan wel een organisatie bij die een beetje past in deze tijd. Steevast op zondagmorgen naar de kerk, dat is echt niet meer van deze tijd.

Je moet flexibeler zijn, het kan ook in andere gebouwen en op andere tijdstippen. Doe mee aan evenementen, aan discussies in de samenleving. Het verleden is echter vaak ballast. Dat zint mij ook niet zo aan de ChristenUnie. Ze aanvaarden veel van de moderne tijd, zoals homoseksuelen en dat is geweldig. Maar dan kom het: je mag het vooral niet praktiseren! Ja, rot dan nou toch op!

Ik heb veel ellende in mijn leven gezien, maar nooit mijn geloof verloren. De drugsverslaafden die ik heb ontmoet, en niet alleen bij Perron Nul, heb ik bij bosjes dood zien gaan. Jonge mensen vaak, want jongeren en drugs horen bij elkaar. Ik heb de onderkant van de onderkant van de samenleving gezien. Dan zou je kunnen denken: als dat ook van God is, laat dat geloof dan maar zitten.

God schept leven, maar hij heeft de wereld niet afgemaakt. Tegenover het licht staat de duisternis, tegenover het land staat de bedreiging van het water. Daarin is de mens een veranderend wezen. Er zit veel chaos in de schepping. En in de Bijbel staan voorbeelden van zaken die niet op hun pootjes terechtkomen. Conflicten mogen, dat geeft me een prettig gevoel. Ik twijfel vaak, maar ben nooit vertwijfeld. Ik heb ook geen enkele spijt van de keuzes die ik heb gemaakt. Ik ben met pensioen, op 1 augustus

wordt de Pauluskerk gesloopt, dus als ik 2 augustus opsta, weet ik: nu wacht er niemand meer op mij. Pas is er een afscheidsfeest voor mij geweest, daar waren veel mensen met wie ik dierbare herinneringen deel en mensen die hebben gevraagd of ik nog iets wil blijven doen. Ik heb besloten in elk geval een middag in de week te gaan werken in de tijdelijke opvang voor de bezoekers van de Pauluskerk.

Voorlopig sta ik nog in het licht. Zeker nadat een jongen mij op dat feest heeft aangesproken, die jaren geleden is afgekickt van zijn drugsverslaving en weer een normaal leven leidt. Hij zei: dominee Visser, toen ik in de stront van mijn leven lag, ben je mij niet voorbijgelopen.’¹

¹ Bron: *Twentsche Courant Tubantia*, zaterdag 21 juni 2007, geschreven door Dick Hofland. Dit hoofdstuk bestaat uit fragmenten uit het interview.

Desiderata

De tekst *Desiderata*¹ hangt jarenlang bij ons thuis in het kleinste kamertje. De tekst is een inspiratiebron voor velen, dat was het ook voor mijn ouders. Van jongs af aan ben ik erdoor verwarmd. Nog altijd word ik blij bij het lezen van de wijsheden van *Desiderata*. Daarom verdient het een plek in *De Limonademaker*.

*Blijf kalm te midden van het lawaai en de haast
en gedenk hoe vredig de stilte kan zijn.*

*Blijf op goede voet met alle mensen zonder uzelf te
verloochenen.*

*Spreek de waarheid, rustig en helder en luister naar
anderen, zelfs al lijken zij dom en onwetend;
ook zij hebben iets te zeggen.*

*Vermijd luidruchtige en agressieve mensen,
zij zijn een kwelling voor de geest.
Als u zichzelf met anderen vergelijkt,
zoudt u ijdel en verbitterd kunnen worden,
er zullen altijd mensen zijn die minder of beter zijn dan u.
Verheug u op wat u hebt bereikt en nog bereiken wil.*

*Blijf belang stellen in uw eigen ontwikkeling, maar blijf
bescheiden; dit is uw werkelijk bezit bij de steeds wisselende
fortuin in de tijd.*

Wees behoedzaam in zaken; want de wereld is vol bedrog.
Maar laat u hierdoor niet afleiden van de werkelijke
waarden.

Velen streven naar hoge idealen
en overal ontmoet u heldendom om u heen.

Blijf uzelf.

Veins vooral geen genegenheid.

Wees ook niet cynisch ten aanzien van de liefde;
want tegenover alle dorheid en ontgoocheling
is zij eeuwig als gras.

Aanvaard goedmoedig het klimmen der jaren,
doe met gratie afstand van uw jeugd.

Ontwikkel geestkracht om u te wapenen bij onverwachte
tegenslag.

Maar maakt u zich geen zorgen om hersenschimmen.

Vrees wordt vaak geboren uit vermoeidheid en uit
eenzaamheid.

Betracht een gezonde zelfdiscipline
maar wees vriendelijk voor uzelf.

U bent een kind van het heelal,

niet minder dan de bomen en de sterren;

U hebt het recht hier te zijn.

En of u het doorgrondt of niet, twijfel er niet aan dat het
heelal zich ontvouwt zoals het moet.

Ga daarom in vrede met God,
hoe u zich hem ook voorstelt,
en wat u ook doet of nastreeft,
houd vrede in uw ziel in de luidruchtige verwarring van het
leven.

Ondanks alle geveinsdheid, geestdodendheid en vervolgen
dromen, is dit nog steeds een prachtige wereld.

Wees zorgvuldig.

Streef naar geluk.

¹ Max Ehrmann (1872-1945), een Amerikaanse dichter en advocaat, schreef dit prozagedicht voor zichzelf 'omdat het de deugden aanbeveelt die ik het meest nodig had'. Het leert mensen hoe te leven en roept op om met hoop, wijsheid en mededogen te kijken naar de schoonheid en schaduwkanten van de wereld. Desiderata kreeg – onder meer via vele posters – grote bekendheid nadat het in 1965 op het sterfbed van de politicus Adlai Stevenson werd gevonden, die de tekst voor zijn kerstkaarten wilde gebruiken. Ten onrechte wordt vaak aangenomen dat het gedicht geschreven is door een anonieme auteur en in 1692 in de Old St. Paul's Church te Baltimore gevonden is. Dit misverstand ontstond doordat de predikant aldaar, Frederick Kates, het gedicht rond 1959 in een boekje voor zijn gemeente opnam en daarin dat jaar 1692 noemde, het bouwjaar van de kerk. Zo kwam het dat mensen het bouwjaar van de kerk verwarde met het jaar waarin Desiderata geschreven is.

Ons aller reis

Het meest bekende en invloedrijke boek van Joseph Campbell, literatuurwetenschapper in vergelijkende mythologie en vergelijkende godsdienstwetenschap, is zonder twijfel *De held met de duizend gezichten*. Aan dit boek dat bij verschijning in 1949 spraakmakend was en voor veel onrust zorgde, heb ik heel veel gehad, en nog steeds. Daarom hier kort aandacht voor deze aanrader.

De kern van het boek gaat over de cyclische reis van de held, ook wel de 'monomythe' genoemd. Voor dit werk heeft Campbell zich laten inspireren door twee heren. De eerste is de Duitse antropoloog Adolph Bastian, die stelt dat over de hele wereld mythes, sagen en sprookjes dezelfde basiselementen bevatten, en dat deze los staan van cultuur en tijd.

De tweede is niemand minder dan de Zwitserse psychiater Carl Jung. Hij vult de theorie van Bastian aan met zijn concept van archetypen. Hij gebruikt hiervoor de computer als metafoor voor de mens: de hardware staat voor lichaam en geest en de software voor cultuur, taal en opvoeding. Maar zonder een besturingssysteem ofwel het collectieve onderbewustzijn functioneren beide niet. Volgens Carl Jung snapt een ieder ongeacht zijn of haar culturele

achtergrond vanuit het collectieve onderbewustzijn wie of wat een 'held' is, een 'mentor' en wat een 'queeste' is.

Campbells verdiepende slag op dat wat deze twee wijze heren al hadden onderzocht, is dat de mensheid één verhaal over de held vertelt. Details kunnen verschillen, want die kunnen cultureel bepaald zijn, immers de held moet passen bij de cultuur. Maar het verhaal zelf is archetypisch.

Logischerwijs trok Campbell deze theorie door naar religies en mythologie. Dus wat Campbell in zijn boek aantoont is dat er in ons collectieve onderbewustzijn een verhaal zit dat eruit wil. En dat is de Reis van de Held en dat kan ook een Profeet zijn. Vandaar het begrip monomythe. Daarop verder doordenkend kwam hij tot het inzicht dat 'alle religies zijn waar, maar geen enkele letterlijk'. Ofwel alle religies bevatten dezelfde essentiële waarheid, behalve dat hun vorm anders is, namelijk tijd- en cultuurgebonden.

De monomythe/heldenreis, de tijdloze, cultuurloze, innerlijke reis van de ziel verloopt in drie fases: Vertrek, Inwijding, Terugkeer. De basiselementen in het verhaal zijn de harde buitenkant (hardware). De kern van het verhaal ligt in de reis van de mens via de jeugd, naar volwassenheid, ouderdom en de dood.

In feite is het een reis van de ziel naar het licht. Het begrijpen van de lessen en gebeurtenissen op deze reis vraagt om interpretatie door iets anders dan onze hersenen en fysieke zintuigen (software), namelijk de verbeelding, om de reis van de ziel te kunnen duiden, wat de boodschap ervan is, in symbolen, allegorieën en parabels (niet te verwarren met sprookjes en fantasieën).

Dit verhaal van de ziel is wel een waargebeurd verhaal. Het is misschien wel het enige echte verhaal dat de mensheid kent, omdat het een parabel is. Het verhaal is namelijk geschreven in de taal van onze ziel/ons besturingssysteem. Als deze is gevonden, is het punt bereikt waarop *‘wijzen zwijgen en dwazen spreken’*.¹

¹ Fragmenten uit deze tekst zijn afkomstig uit lesmateriaal van de Mystieke School.

Poëzie

‘Woorden zijn mijn leven’, schreef dichteres Emily Dickinson in een brief. Ze schreef omdat ze moest schrijven. Al las niemand haar werken, haar inspiratie werd er niet minder om.

Na haar dood, op 35-jarige leeftijd, vond een jongere zus Lavinia 1.775 gedichten en ruim tienduizend brieven. Grotendeels werden deze brieven ongelezen verbrand. Toch kwamen er nog ruim duizend boven water na een intensieve speurtocht.

In 1955, bijna zeventig jaar na haar dood, verscheen een eerste dichtbundel over haar gevoelens en gedachten, over dood en liefde, pijn en angst, wanhoop en hoop en de zoektocht naar de zin van het leven. Inmiddels behoort Emily Dickinson tot een van de grote Amerikaanse dichters.

Ik ga naar een voorstelling, een toneelmonoloog over het leven van deze dichteres. Onvergetelijk. Herkenbaar. Emotioneel. Actrice Rosmarie Blaauboer kruipt als de raadselachtige Emily Dickinson op indrukwekkende wijze in haar huid, in het huis van de dichteres.

Na afloop van de voorstelling spreek ik haar kort en zeg haar dat ik haar graag wil ontmoeten, ook om verder te praten over de werken van Emily Dickinson. Ze geeft aan dat ze de dichteres liever speelt dan erover praat.

We treffen elkaar op een ochtend in het Vondelpark. Het is een inspirerende ontmoeting en een uitwisseling van auteurs en titels van boeken. Zo brengt zij mij op het pad van schrijver en ‘wandelaar’ Bruce Chatwin die ervaart dat ‘elke wandeling een ontmoeting met God is’ en vindt dat het ‘de mens eigen is om te lopen’.

Poëzie, een bron van (tijdloze) inspiratie.

‘Smaak wordt niet teweeggebracht, zij is.’

Emily Dickinson (1830 – 1856)

Valse toon

Behalve lopen zingen we ook tijdens onze wandelingen. Bij een van de wandelingen zegt Ineke vanuit het niets: ‘Weet je wat ik altijd nog graag zou willen doen, dat is een koor oprichten.’

Met dit idee blijkt ze al jaren rond te lopen, maar op de een of andere manier komt het er steeds niet van. ‘Nou dan gaan wij dat toch doen? Hoe moet dat dan gaan heten?’ vraag ik.

‘Badkamerkoor’, roept zij spontaan.

We hakken de knoop door en gaan gezamenlijk van start: een badkamerkoor organiseren, naar een overgewaaid, succesvol idee uit het westen van het land.

Wij zijn allebei ‘enthousiaste douchezangers’ en gaan er meteen mee aan de slag. Op zoek naar een dirigent, blijkt deze niet gemakkelijk te vinden, want de meesten willen een koor dat gericht is op concerten en optredens. En dat is niet onze bedoeling. Onze ambitie is gezellig samen zingen, een koor dat voor iedereen toegankelijk is en waarin iedereen uit volle borst meezingt met een repertoire variërend van Hazes tot The Beatles en alles wat ertussenin ligt. En zelf liedjes inbrengen, dat mag ook.

Gewoon eens per maand op een avond twee uurtjes met elkaar zingen en niet moeilijk doen over een valse toon aanslaan, zoals dat ook in badkamers geen enkel probleem is. En dat is ons gelukt, ook door er publiciteit aan te geven in de krant!¹

Het is een groot succes geworden, en nog steeds.

Als je iets wilt, doen!

Deel 8

De levensschool

‘Voor een ontevreden mens bestaan er geen gemakkelijke stoelen.’

Benjamin Franklin (1706 – 1790)

¹ *Valse toon mag bij badkamerkoor*, artikel in Almelo's Weekblad, 27 oktober 2016.

Zoektocht

Ook tijdens wandelingen met een dominee, een pastoor en een predikant spreken wij over de essentie van het leven.

Pastoor Jan zegt wanneer we weer eens een wandeling maken: ‘Zolang de leu de beuk in de kaste loat stoan bint ze het altied eens’.

Predikant Arjen van der Spek leer ik kennen omdat hij speciale studiebijeenkomsten organiseert over het boek *Eindelijk Thuis, gedachten bij Rembrandts ‘terugkeer van de verloren zoon’*, geschreven door Henri Nouwen, een boek met universele, tijdloze levenslessen voor alle mensen. Via een klant komen wij in contact met elkaar en niet toevallig geef ik datzelfde boek al jaren weg aan ondernemers. Ook wij wandelden regelmatig en Arjen zag ons als ondernemende collega’s in essentie.

Van de achterflap van het boek is het volgende overgenomen:

Een ogenschijnlijk onbeduidende confrontatie met een poster waarop een detail van Rembrandts ‘terugkeer van de verloren zoon’ stond afgebeeld, vormde voor Henri Nouwen het begin van een lang geestelijk avontuur. Het bracht hem tot een nieuw begrip van zijn roeping en gaf hem nieuwe kracht. In het hart van

dit avontuur staat een schilderij uit de zeventiende eeuw en zijn schilder, de parabel van de verloren zoon uit de eerste eeuw en haar schrijver, een mens uit de twintigste eeuw op zoek naar de zin van het leven.

Vanuit zijn persoonlijke betrokkenheid en levenservaring schetst Henri Nouwen de ervaringen en gevoelens van de vader, de oudere zoon en de jonge zoon. Hij nodigt ons uit om Rembrandts meesterwerk, dat de parabel van de scheppende, onvoorwaardelijke en bevrijdende liefde van God op onnavolgbare wijze afbeeldt, op een nieuwe manier te zien en te begrijpen.

‘Het beste boek van Nouwen, met een spirituele totaalvisie over een dieper, krachtiger geestelijk leven.’
– Jurjen Beumer, biograaf van Henri Nouwen.

‘Het boek dat mijn leven het meest ingrijpend beïnvloedde, met universele, tijdloze lessen voor alle mensen. Ik wil iedereen aanraden dit boek te lezen, vooral diegenen die een moeilijke periode doormaken.’
– Hillary Clinton.

‘Zijn prachtige en meest bekende boek ... Wat hij mensen in spirituele zin primair wilde vertellen is dat elk mens ongeacht zijn levenswijze en kerkelijke of

politieke keuzes door God wordt bemind.’
– Frits Groeneveld, NRC Handelsblad.

Het boek werd uitgegeven in 2002 en bracht mij veel, een ware *boost* voor het innerlijk leven en een flinke upgradering van mijn mind.

Zover ik weet hebben alle wereldgodsdiensten de liefde als rode draad. Geloven in de God van de Bijbel is mij te verheven, daar kan ik niet bij. Geloven in goed doe ik wel.

Een beroemde uitspraak van Jezus is: ‘Wanneer er twee of meer tezamen zijn in mijn naam, ben ik in hun midden’.

Daar maak ik van: wanneer er twee of meer tezamen zijn in naam van het goede, is het goede ook in hun midden. Daar voel ik mij al jaren heel comfortabel bij en kom zodanig ook niets tekort.

¹ Religie betekent letterlijk: weder verbinden. Iedereen is die God en zit in het binnenst van zijn ziel ten troon. (Willem Kloos, 1889)

Autodidact

Begin 2002 laat ik de psychologie voor wat zij is. Ik stop er weloverwogen mee, maar voel me toch een beetje een *looser*, want hoezo iets niet afmaken? Het was toch niet lullen maar poetsen?

De Grote Van Dale definieert etymologie als ‘tak der taalwetenschap die de oorsprong en geschiedenis van woorden opspoort, woordafleidkunde’. Het woord etymologie is van Griekse herkomst: *etumon* is ‘het werkelijke’, het ‘ware’.

In de vroegste Griekse teksten zien we al dat men zich heeft afgevraagd wat achter de woorden schuilging, waar ze vandaan kwamen en wat ze eigenlijk betekenden.

Maandenlang bestudeer ik als een soort dagtaak met groot plezier de meer dan duizend pagina’s van het etymologisch woordenboek. Ik maak veel aantekeningen en ben verbaasd over mijzelf.

Door inspiratie en transpiratie en omgekeerd, laaf ik mij aan deze nieuwe kennis en ben vol bewondering, wat een grote schat.

Iemand die zijn kennis door eigen studie heeft verkregen is een autodidact. Wat een opluchting! Dat is wat ik ben: een autodidact. Ik voel mij er zeer bij thuis, ja op mijn gemak.

Voor een mens die zowel de zon- als de schaduwzijde heeft ervaren van de rafelranden van het leven.

Empiricus is hij of zij die kennis opdoet door ondervinding, geleerdheid is kennis uit de boeken.

Schoolwijsheid is theoretische wijsheid, boekenwijsheid.

In het westen is kennis op de voorgrond geplaatst, in het Oosten de wijsheid, die soms als (goddelijke) gave wordt gezien.

De omstandigheden in het leven kunnen tekeergaan als een ruwe tuinman die alles snoeit en niets overeind laat. Tegelijkertijd kan het een uitbloei brengen in bijna alle aspecten van de mens en zijn gezondheid.

De grote schoonmaak

Het is geweldig dat mijn neef Henk die dan de wereld rondzeilt zijn huis voor mij openstelt. Hierbij noteer ik mijn ongecensureerde vertellingen.

Op de grootste slaapkamer liggen verspreid en op onderwerp alle boeken, nadat ik er al veel heb weggegeven. Alle schrijfsels, knipsels, kopieën zijn ballast geworden van een leven ooit geweest, ze worden dankbaar opgenomen door de allesbrander. Net als bladeren in de composthoop dienen ze verwerkt en verteerd te worden, en nu opgeruimd. Ik heb echt last van geestelijke indigestie en ben ook uitgeschreven, uitgelezen en uitgepraat.

Op tafel liggen de werken van een lieve dame uit Rotterdam die een studiegroep metafysica jarenlang leidde. Ik kan het niet over mijn hart verkrijgen en leg toch een mini-archief aan van alle werken van de studieclub die al haar schatten niet wilde weggooien, maar mij naliet. Na rijp beraad zei ik haar: 'Misschien dat ik het wel toevertrouw aan de vlammen.' 'Johan, het is goed wat je ermee doet, zie maar, wij zijn er klaar mee.'

Omdat ik emotioneel zo verbonden ben met Frederick Bailes (*Uw denken kan u genezen*), bewaar ik het boekje voor mijn erfgenamen.

Zo lang er vriendschap is van Hans Bouma en Evelyne Dessens mag blijven. Evenzo de avondwake ten afscheid van een goede bekende waar ik geen afscheid van kan nemen, een oude vriendin in de liefde, zal ik haar maar noemen.

Het is 5 januari 2009, Angélien is op haar werk en de kinderen zijn naar school. Ik ben naar mijn 'werk' gegaan in Enter. De haard heb ik aangedaan. De rest van mijn boeken die voornamelijk op de grootste slaapkamer liggen, zijn op onderwerp uitgelegd. Ze zijn er nu allemaal, dat wat ik bewaard heb. Het meeste is al weg. Ik heb het gevoel dat mijn gehele identiteit daar boven ligt (ook alle ordners met mijn teksten). Het liefst doe ik ze allemaal weg. Ik maak nu weer verschillende dozen: bewaren, oud papier, nog over denken, voor kinderen et cetera.

Met de 'gevulde' agenda van 2006 nog even nagenieten van een opflonkerende tijd vol van wandelingen en activiteiten om Essentis op de kaart te zetten. Het gaat nu in de open haard. Ik moet tenslotte verder met het leven. Ik loop nog weer eens naar boven en neem nog wat mee naar beneden. De enige manier om tijd te winnen, is om het te behandelen als oud papier. Ook bijna al mijn uittreksels en samenvattingen van mijn 'lievelingen' heb ik reeds weggegooid.

Woorden vasthouden, leren meebeleven, indruk maken, met registers achterin en gekopieerde wijsheden. Ga ik zelf nog schrijven of is het klaar? Laat ik in ieder geval goed opruimen en mezelf misbaar maken.

Een mooie uitspraak over het verleden vind ik de volgende: 'Gisteren is een ander land waarvan de grens is gesloten.'

Steeds ga ik weer naar boven, waar de boeken liggen en kijk ze nog even door. Ik begrijp meestal waarom ik ze heb gekocht of gekregen. De exemplaren waar ik geen afscheid van kan nemen gaan terug naar huis. Voor het nageslacht of om nog eens mee weg te dromen.

Het leven overziend heeft alles een draagtijd gehad voor het zich heeft laten zien. De wintertijd staat ook voor nieuw leven, in de kiem, wat mede voeding krijgt vanuit het verteren en verwerken van wat is geweest. Het is een voorrecht in zoveel werelden actief en welkom te zijn en toch mijn eigen weg te kunnen gaan. Toch wil ik doorgaan met schoon schip maken. Steeds valt mij weer op dat alle boeken die ik uiteindelijk heb overgehouden deze rode draden hebben: ondernemen, gezondheid/genezen/herstel en de limonademaker.

7 januari 2009. We zijn er weer. De haard is aangestoken en nu leg ik weer een van de ordners uit. De helft van de woonkamer en keuken is bezaaid met papieren, verhalen, ontmoetingen, brieven et cetera. En ik laat alles liggen.

Vanmorgen heb ik met mijn vader gewandeld en de zon opgehaald. Ik heb hem gevraagd wat ik met de boeken die ik ooit van hem heb gekregen, zal doen. Is het oud papier of wil ik het bewaren voor het nageslacht. Zijn reactie is: 'Ja jongen, dat is nu jouw zorg, daar ga ik niet meer over. Ik zou het wel mooi vinden als je er een paar bewaart voor je kinderen, omdat je er wat aan gehad hebt.'

Het stapeltje van een dierbare vriendin gaat als toegift van deze dag 'in overvloed' in vlammen op. Bij onze volgende wandeling zal ik het haar vertellen.

Zo moet ik nu ook nog even denken aan de wandeling met mijn vader. Ik vertelde hem over een wandeling met een man die ik een aantal keren laat terugkeren op zijn schreden en de laatste keer heel verdrietig weer aan komt lopen en zegt: 'Wat heb ik mijn geliefden, mijn vrouw en kinderen, en naar aanleiding van wat jij mij vandaag hebt verteld, tekortgedaan, maar in de eerste plaats mijzelf, omdat mijn ik zo versluierd was met al die zogenaamd belangrijke dagelijkse bemoeienissen van mijzelf.'

Mijn vader schreide en viel in mijn armen. We herkenden dat natuurlijk alle twee, niets menselijks is ons vreemd. Ach, wat is het leven toch goed.

James Redfield? Wayne Dyer? Ook zij hebben, denk ik, op hun manier een taak vervuld. Een oude vriend van mijn vader was Norman Vincent Peale, zijn boek over de *Kracht van positief denken* schenk ik aan Erik. Dan een boek van John Gray, *Praktische levenslessen*, mag ook blijven.

9 januari 2009. Terwijl ik het voorgaande net heb opgeschreven, zie ik nog weer het blaadje van de scheurkalender met daarop: *Gisteren is een ander land waarvan de grens gesloten is*. Voor veel wat ik opgeschreven heb geldt dat ook.

Woorden, woorden en nog eens woorden. Vooral het moois, wat onbenoembaar is, dient te worden beleefd. Ik doe nu bijna mijn gehele archief weg met betrekking tot wat voor moois er dan ook gezegd is.

Vandaag, 24 januari 2009, was ik weer hier. De haard aangedaan en ik lig op de bank. Ik doe nog wat hout erop en tot tweemaal toe komen er spetters uit de verbinding/las/zwaneenhals van de haard naar het schoorsteenkanaal naar buiten. Toch heb ik geen brand. Ik ga naar buiten, er komt geen rook meer uit de schoorsteen, terwijl hij zo hard brandt. Weer naar

binnen en ik zie brokken van een halve pinkdikte naar beneden vallen uit het openhaardkanaal.

Ik bel het alarmnummer, op de tonen van de sirene van de brandweer kijk ik in het rond en zie mijn hele hebben en houwen op het gebied van boeken en schrijverijen liggen. Mijn hele identiteit ligt hier? Help! Wat moet ik nu meenemen als het hele huis in de brand vliegt? Ik kan het Elfstedentochtkruisje van Henk zo een-twee-drie niet vinden en bedenk dat wanneer het huis in vlammen opgaat ik niets meeneem. Ik denk: wanneer het huis afbrandt mogen jullie allemaal blijven. De enorme opluchting die ik van top tot teen door mij heen voel trekken, is onbeschrijfelijk, een heel bijzonder moment. Ik ben er echt helemaal klaar mee.

Op het moment dat de brandweer gelukkig op tijd het huis binnenkomt, zegt de commandant: 'Hé, Johan, wat doeje hier dan?'

Toeval bestaat niet: vroeger zaten we naast elkaar in de klas.

'Het einde van al ons zoeken zal zijn als wij aankomen waar we zijn begonnen en deze plaats voor het eerst kennen.'
T.S. Eliot

Ik neem mij voor Santiago de Compostela te lopen.

Geen geheimen¹

The Secret? Of het geheim erachter!

In alle openheid geef ik je wat Persoonlijks, om over na te denken, om er eens stil bij te staan. Waar kom je dan uit?

Laat jij je kennen?

Wat ben je voor iemand, wat wil je en wat kun je?

Waar kom je vandaan en waar ga je naartoe?

Vertel jij je verhaal ...

Veel gestelde vragen waar je niet verder mee komt, want wie geeft het antwoord?

Een ander wil gewoon weten wat voor een persoon jij bent.

‘Persoon’ staat letterlijk voor doorklinken, van het Latijnse persona.

‘Per’ betekent ‘door’ en ‘soon’ komt van ‘sonare’, wat ‘klinken’ betekent.

Wat klinkt er in je door?

Wat voor toon sla je aan, wat brengt jou in de juiste stemming en wat maakt je gelukkig?

Ik las eens dat rust de hangmat is van ons geluk. Bij rust horen stilte, harmonie en in balans zijn.

Dat klinkt mooi en daar hoeft je niets voor te doen, sterker nog, wanneer je daarbij in de weg loopt ben je zelf de grootste dissonant.

Wees eens stil en luister.

Luister naar je innerlijke stem en durf te zijn wie je werkelijk bent.

Vind zo ook in het hart der dingen de zeldzame rust van een vervuld bestaan.

Het zoeken en het verlangen zijn immers zojuist thuisgekomen.

Klinkt dat als muziek in je oren?

Doe wel en zie niet om.

Geniet van je vrijheid.

Dit schrijf ik wanneer hele volksstammen als kuddedieren achter de hype van *The Secret* van Rhonda Byrne aanlopen. Het gaat hier om eeuwenoude kennis, het is oude wijn in nieuwe zakken. Laat mij maar vloeken in deze kerk.

¹ Dit verhaal heb ik als columnist voor het blad *Vertel eens* geschreven.

Adel van de eenvoud¹

Het mooie van eenvoud is dat het simpel is.
Desondanks is het vaak niet eenvoudig om dat te doen
in het leven.

In 2003 zie ik op de achterbank van de auto van de vader van Angeliën een Gestetner-doos liggen vol met rolletjes Rang, Pepermunt, chocola, drop en ander snoepgoed. Op mijn vraag wat hij daarmee gaat doen, antwoordt hij dat dit bestemd is voor moeder-overste van het Karmelietessenklooster in Zenderen. Een volgende keer mag ik hem vergezellen naar het klooster. Tijdens de ontmoeting met haar maak ik kenbaar dat ik haar graag eens zou interviewen over de essentie van het leven in het kader van mijn boek. We maken hiervoor een afspraak.

Eenmaal bij haar aan tafel vraag ik moeder-overste naar de essentie van het leven, zij antwoordt: 'Ach, jongen wat zoek je toch? Het gaat toch alleen maar over de Adel van de Eenvoud en daar toegewijd aan zijn.'

BAM, die komt binnen.

'De mens is van nature ondernemer door te doen, toegewijd aan wat zijn of haar hart ingeeft, en zo wandel je uit je eigen schaduw.'

God, intuïtie, goede gevoel wijzen de weg. Wat zoek ik? 'En als er een hemel is,' zegt Moeder-overste, 'dan is er voor mij alleen maar plaats als ik als allerlaatste de deur dicht mag doen.'

Mensen maken het vaak zó moeilijk. Als ik zie hoe duizenden mensen tegenwoordig hun brood verdienen met het trainen van mensen of het geven van cursussen. Ik zie juist dat mensen daardoor vaak van zichzelf af geraken. Dan denk ik altijd aan de weg van het ongebaande pad. Iedereen moet gewoon zijn eigen weg gaan. Niet kijken naar links of naar rechts, naar wat een ander doet, maar gewoon bij jezelf blijven. Ik heb altijd gedacht dat als je zorgt voor een goede omgeving en je zorgt voor rust en harmonie in je leven, dan is de grond goed. In principe, als je een rijke akker hebt waar goede grond in zit, dan kun je er alles op verbouwen. Zo is het met talent volgens mij ook.

¹ Dit verhaal heb ik als columnist voor het blad *Vertel eens* geschreven.

Zomers genieten¹

Bij Maria, een goede vriendin, hebben ze een boerderij. Jarenlang gaan ze een hele dag op zomervakantie naar Ponypark Slagharen. Met tien personen opgepropt in een Kever. Het zijn geweldige dagen. Het ontbreekt hen aan niets.

Eind jaren zestig gaan we met 'Grote Vakantie', helemaal naar Oostenrijk. We rijden dat hele eind met onze auto, een NSU Prins, maat Fiat 500. In de auto zitten mijn vader, mijn moeder, mijn zus en haar vriendinnetje en ik. Een hoog opgepakt imperiaal maakt het plaatje compleet. Onheilspellende (grote) stiltes vallen er voor in de auto bij het bedwingen van bergetappes, de auto rijdt dan bijna achteruit, maar gelukkig lukt het toch steeds opnieuw. Mijn opa en oma vinden het maar gekkigheid.

Tegenwoordig wordt er in elk jaargetijde over de hele wereld gereisd, in de zomer skiën op Antarctica of in de winter zonnebaden op Bali. Alles kan de verwende consument bestellen op de eindeloos uitgebreide menukaart, behalve tevredenheid.

Soms gaat het anders ...

Ooit gaat de zomervakantie van vrienden niet door wegens ernstige gezondheidsproblemen in hun gezin. Grotendeels zijn ze aan huis gekluisterd. Het uitje van de dag is een blokje om in de buurt. Opeens hebben zij alle tijd van de wereld, voor zichzelf en voor elkaar.

Vakantie komt van 'vacatio', wat letterlijk 'leeg worden' betekent, het vrij zijn van ...

De nare situatie neemt hen mee op een innerlijke reis met diepe inzichten en vergezichten tot gevolg, die zelfs nu hun dagen nog altijd (ver)vullen met dankbaarheid en inspiratie.

Die zon schijnt altijd, zomers genieten, ongeacht het seizoen.

¹ Dit verhaal heb ik als columnist voor het blad *Vertel eens* geschreven.

Vergeven

Op een themabijeenkomst van ons 'Donderdagochtendclubje', waarvan mensen uit het onderwijs, het bedrijfsleven, kunst en cultuur en geestelijken lid zijn, nodigt de organisator, de gespreksleider iedereen uit memorabele verhalen te vertellen over wat ie interessant vindt. Dit keer ben ik aan de beurt.

Mijn inbreng bestaat uit de verhalen met als rode draad 'vergeving'. De verhalen over Willem, mijn diepe ervaring op Vlieland als wijlen mijn schoonvader uit het niets aan mij verschijnt en aan een zeer pijnlijke ervaring, een heilige afspraak met een vriend die hij heeft geschonden.

In alle drukte had ik helemaal niets voorbereid om te vertellen ... ik dacht aan de levensschool en in het bijzonder aan het vak Vergeven.

Mijn 94-jarige vader vertelt op zijn ziekbed over wat nog een nagel aan zijn doodskist is. Zijn verhaal hoor ik aan en kan hem zodanig bevrijden.

Wanneer ik terugrijd naar huis en zijn verhaal laat bezinken, denk ik ineens: zo'n nagel heb ik ook. Ik ga terug in de tijd dat ik alleen in de Franse Alpen loop

en nog verdwaald ben ook. Ik bedenk me dat ik altijd goed van vertrouwen ben geweest, een luxe gevoel dat ik mijzelf heb gepermitteerd.

Op de MP3-speler heeft Max mooie muziek gezet waaronder *Still believe that I can win* van Sweetd'Buster. Ik zing en swing mee en hevig geëmotioneerd bedenk ik me dat er maar één iemand is die mij heeft belazerd en dat ben ikzelf, want toen mijn gevoel zei je moet nu niet verdergaan, deed ik dat toch. Ik had er zoveel tijd en energie in gestopt.

Ik vertel mijn vader over mijn nagel aan de doodskist en dat ik daar nog steeds last van heb. Een paar keer in de maand word ik er 's nachts wakker van, jarenlang loop ik dus hiermee rond, te gek voor woorden dat ik er niets aan heb gedaan want dat past helemaal niet bij mij. Om het voor mijzelf verteerbaar te maken, maak ik een afspraak met deze 'vriend'. Tijdens onze ontmoeting zeg ik: 'Ik had echt van jou volwassener gedrag verwacht, ik had jou voor vol aangezien. Mijn excuses hiervoor.'

Na het gesprek ben ik genezen van de nare ervaring die jarenlang op de achtergrond heeft gesluimerd. Het is afgerond en een enorme last valt van mij af. Er is schoon schip gemaakt: deze veger voelt zich bevrijd en geniet sindsdien van een ongestoorde nachtrust.

Wanneer ik terugkijk naar deze geschiedenis die veelbelovend is begonnen maar vervelend is geëindigd, zouden we met de wijsheid van nu met elkaar in gesprek zijn gegaan. Ook omdat dat in verhouding staat tot de mooie tijd die we met elkaar hebben gehad en vooral ook omdat onmin oplossen voor mij een gezamenlijke verantwoordelijkheid is.

Dat geeft rust en harmonie.

Luisteren¹

Wanneer ik je vraag naar me te luisteren en je geeft me goede raad, doe je niet wat ik je vraag.

Wanneer ik je vraag naar me te luisteren en je zegt dat ik me niet moet voelen zoals ik me voel, neem je mijn gevoelens niet serieus.

Wanneer ik je vraag naar me te luisteren en je denkt van alles te moeten doen om mijn probleem op te lossen, help je me niet, hoe vreemd het ook lijkt.

Luister! Alles wat ik wil, is dat je naar me luistert! Niets zeggen, niets doen, alleen luisteren. Ik kan zelf wel handelen, ik ben niet zonder bronnen, misschien moedeloos en verward maar niet zonder bronnen.

Wanneer jij iets voor me doet, wat ik zelf zou hebben, kunnen en moeten doen draag je bij aan mijn angst en mijn zwakte.

Maar wanneer je het feit accepteert dat ik me voel zoals ik me voel, hoe vreemd die gevoelens ook lijken, dan kan ik ophouden met mijn pogingen om jou te overtuigen en kan ik eindelijk proberen te begrijpen wat de achtergrond van mijn gevoelens is.

En als dat duidelijk is, komen ook de antwoorden en heb ik geen raad nodig.
Zelfs vreemde gevoelens hebben een zin, wanneer men begrijpt wat erachter steekt.

Misschien helpt bidden daarom, soms, omdat God niet praat, geen goede raad geeft en niet probeert de zaken te regelen, hij luistert alleen en laat je zelf de problemen oplossen.

Daarom bid ik je, luister naar me.

¹De inspiratiebron van deze tekst is dr Leo Buscaglia (1924 – 1998).

Weduwe met de halve penning

Tijdens het wandelen vertel ik af en toe het volledig door mijzelf verzonnen verhaal gebaseerd op de titel van dit hoofdstuk.

Een zwerver klopt aan bij een kasteel. De kasteelheer opent de poort. Voor de deur staat een bedelende zwerver. De kasteelheer doet een greep in zijn broekzak en gooit een paar goudstukken in de handen van de zwerver. Hij bedankt hem onderdanig, terwijl de kasteelheer al geen aandacht meer heeft voor de zwerver, zich al heeft omgedraaid en de deur in het slot valt.

Na verloop van tijd is zijn geld weer op. De zwerver klopt aan op de deur van een eenvoudig huisje op de hei. Een oud vrouwtje opent de deur en lacht hem vriendelijk toe, waarop de man vraagt om geld. Zij zegt dat ze wel wat voor hem heeft.

Het huisje heeft maar één kamer. Zij loopt naar het midden van de ruimte waar het bed staat. Ze pakt de houten kist die onder het bed staat en opent deze. Op de bodem van de kist ligt haar gehele bezit: een halve penning. Met een blij lach legt ze het geldstuk in de hand van de zwerver die er teleurgesteld naar kijkt, zich omdraait en wegloopt zonder haar zelfs maar te bedanken.

Wie heeft er nu het meeste gegeven?

Doe- en zeurspieren

Mensen praten veel over wat ze zouden moeten doen, maar stellen vervolgens vast dat het er niet van gekomen is. Hoe herkenbaar is dit?

Zo zit ik een keer te luisteren naar een collega die mij een bekend verhaal vertelt, mij aankijkt en vraagt:

‘Vind je dat ik zit te zeuren?’

Hoe vervelend ik het ook vind om dat te zeggen: ‘Ja, ik vind inderdaad dat je zit te zeuren. De laatste keer vertelde je dit verhaal ook al en ook dat je er wat aan wilde gaan doen. Weet je, als ik een dokter zou zijn dan zou ik een recept voor je uitschrijven.’

‘Een recept?’ vraagt ze.

‘Ja,’ zeg ik, ‘wacht maar af.’

Ik schrijf: Mevrouw moet de zeurspier wat ontlasten en de doe-spier wat meer gebruiken.

‘Nou Johan, je wordt bedankt’, reageert ze pissig.

De keer daarop wanneer we weer samen aan het werk zijn, zegt ze, terwijl ze haar agenda pakt: ‘Johan, ik wil je even wat laten zien.’ Ze laat zien dat ze het recept als boekenlegger gebruikt in haar agenda.

‘Ik kijk er elke dag naar, dank je wel.’

Een paar weken later vertelt ze dat onze geplande wandeling niet door kan gaan. Er volgt een moeilijke en heftige periode. Als ze weer aan het herstellen is, maken we een kleine wandeling. Ze vertelt over haar leven: ‘Johan, ik heb een belangrijke stap gezet.’

‘Mijn kinderen zijn volwassen en ik heb bedacht dat het beste wat ik voor hen kan doen, is hen volledig loslaten. Dat heb ik met liefde gedaan.’

Tijdens een andere wandeling die we veel later in de tijd maken, zegt ze, terwijl we genieten van het prachtige heidelandschap: ‘Ik heb nog een belangrijke stap gezet in dit proces. Ik heb zo veel vrede gevonden, het is allemaal goed en weet je waarom? Ik heb namelijk het allerhoogste bereikt.’

‘Vertel me er alsjeblieft over’, verzoek ik haar, benieuwd naar wat er komt.

‘Er zijn een aantal mensen waar ik ontzettend veel van houd en zij houden ook van mij. Dat is zo mooi, het geeft mij het gevoel het allerhoogste bereikt te hebben. De enorme innerlijke rust die dat geeft, maakt me erg dankbaar.’

Metamorfose

Ineke, die mij bloed afneemt, zegt na een gesprekje van een paar minuten: ‘Wat heeft u toch een rust bij u en wat hebben we fijn met elkaar gesproken.’ Diezelfde middag belt ze: ‘Kan ik je asjeblieft vanmiddag nog spreken, mijn zoon trouwt morgen en wanneer ik me zo voel als nu, kan ik daar niet heen.’

Een paar uur later wandelen we door het bos en vertelt ze haar verhaal.

Ineke is 54 jaar oud en vanaf haar twaalfde onder behandeling van psychiaters, psychologen en psychotherapeuten geweest. Ook waren er twee langdurige opnames in een inrichting. Bijna alles wat in een leven mis kan gaan, is haar overkomen: verwaarlozing, mishandeling, incest, scheidingen et cetera.

Binnen een half uur vraag ik haar geëmotioneerd: ‘Wat hebben al die “helpers” niet gedaan?’

‘Dit hebben ze niet gedaan: “betrokken aandacht getoond”, zegt ze mij aankijkend en wijzend op de emotie op mijn gezicht.

Anderhalve week later krijg ik een mail:

Beste Johan, ik heb door onze wandeling een hele fijne bruiloft gehad, de dag was in één woord fantastisch, een heerlijk warm gevoel bleef bij mij de hele dag.

Mijn zoon vroeg me: ‘Wat is er toch, je bent zo anders.’

Anderen merkten het ook: ‘Wat straal je!’ Het was blijkbaar te zien dat ik genoot van alles en iedereen. Het is ongekend, ik heb meer rust en vertrouwen in mezelf en ik weet dat ik niet meer zo snel overal op in spring. Er is een gevoel van rust gebleven na ons gesprek waar ik van kan blijven genieten.

Een jaar later, op een andere locatie, laat ik weer bloed afnemen voor onderzoek.

‘Dag Johan’, zegt de vrouw die het bloed afneemt. Ik herken haar niet.

‘Ik ben Ineke, je kent me toch nog wel?’

Wat een metamorfose heeft zij ondergaan. Sinds onze wandeling gebruikt ze geen medicijnen meer en heeft ze geen therapeut (afgeleid van *therapos* betekent dienaar) meer bezocht. Ze ziet er tien jaar jonger uit en heeft een geweldige uitlaatklep gevonden: ze is gaan wandelen met mensen.

Integriteit

In een donkere periode van mijn ziekzijn lees ik *Boodschappen van leven uit de dodencel* van dr. Pierre Pradervand. Hij heeft vele titels op zijn naam die in de kern gaan over zich inzetten voor het creëren van een meer rechtvaardige, zorgzame en vriendelijke samenleving, menselijker. In zijn hoedanigheid van vrijwilliger bezoekt hij gevangenen, en onderhoudt hij contact met een onschuldige gevangene. Het boek vertelt het verhaal van de ter dood veroordeelde gevangene (en medeauteur) Roger McGowen en zijn spirituele weg. Ik heb hier toen enorm veel kracht uitgehaald. Het is voor mij nog altijd zo waardevol, zo essentieel dat ik een aantal passages van zijn benadering van integriteit wil delen:

‘Integriteit’ is een staat van zijn. Zij verbindt zich altijd aan haar hoogste gevoel van waarheid en aan haar eigen visie, koste wat kost. Zij resoneert met ons diepste wezen en geeft zich voor geen centimeter gewonnen, ongeacht de persoon of instelling die tegen ons ingaat. En dat niet uit koppigheid, maar door de kalme moed van een innerlijke stem die ons zegt: Wees boven alles trouw aan jezelf.

Integer zijn houdt in dat je op elk moment jouw idee van wat rechtvaardig is, verdedigt, wat de consequenties ook mogen zijn, hoe eenzaam je weg ook is.

Integer zijn is de waarheid ‘nog hardop durven vertellen’ (zoals de Quakers zeggen), als het beter voor je zou zijn je mond te houden. Dat betekent vasthouden aan de waarheid als iedereen een compromis accepteert of zegt: ‘Het is niet zo belangrijk.’

Integriteit, dat is weigeren water bij de wijn van de waarheid te doen om een geliefde te vriend te behouden, te kalmeren of zijn/haar goedkeuring te krijgen.

Boven alles is integriteit het weigeren om jezelf voor de gek te houden, tegen jezelf te liegen of in het halfduister van een halve waarheid te blijven zitten. Je kunt tegen anderen liegen, of ze om de tuin leiden – en daar vergiffenis voor krijgen. Maar als jij jezelf voorliegt, wie vergeeft je dan?

Zichzelf voor de gek houden doodt het onderscheid dat de basis vormt voor een werkelijk oordeel en een deugdelijke keus. Bewust vermijden van wat je weet wat waar is, of jezelf wat voorliegen is een zonde tegen de ziel, die in eenieder huist.

Integriteit, het meest intieme centrum van de essentie van ons wezen, is het merg van onze identiteit, de basis van onze kwaliteiten, te beginnen met de liefde.

Dus, als de storm loeit of de verleider mompelt: 'We moeten tot een compromis komen', en probeert ons die uitdagingen te laten vermijden, zullen we koste wat kost trouw blijven aan, en vrienden worden met die innerlijke fontein die onze werkelijke integriteit is – want daar woont het leven.'

Niemand weet hoe laat het is. Een ziekte geeft wel een zekere urgentie om geen tijd verloren te laten gaan.

De drie belangrijkste boodschappen uit *Boodschappen van leven uit de dodencel* zijn:

- Je kunt ervoor kiezen om geen slachtoffer te zijn en de volle verantwoordelijkheid voor je leven te nemen, wat er ook in je leven gebeurt.
- Ieder van ons schept zijn eigen werkelijkheid door de wijze waarop we naar de gebeurtenissen, personen en omstandigheden kijken en ze interpreteren. Dus kun je, zelfs in de hel van de dodencel, rust vinden.
- Liefhebben/vergeven is een keuze die je elk ogenblik kunt maken.

Sta op uit je schaduw en wees vrij.

¹ Uit *Boodschappen van leven uit de dodencel*, Roger W. McGowen – Pierre Pradervand, p. 38–39, Ankh-Hermes, 2005. Dit onderdeel verscheen eerder in zijn boek *Meer leven met minder*, Ankh-Hermes, 2005.

De andere kant

In een felle discussie over het geestelijk leven zegt een auteur tegen mij: 'Nogal wiesde dat dit je energie kost. Kijk maar 'ns achter in mijn boek, daar is een register opgenomen van allemaal gekopieerde wijsheden. Jij komt van de andere kant, jij komt uit het volle leven. Ga zelf een boek schrijven, man!'

Energiemanager

Jaren geleden wandel ik, toen ik nog psychologie studeerde, met een psycholoog die mij vraagt: 'Wat voor methode of theorieën heb je dan? Zijn er theorieën die je aanhangt?' Daar kan ik weinig over zeggen, alleen dat ik getracht heb psychologie te studeren, en dat ik daar niet toe in staat was, omdat het mij zo enorm veel energie kostte, de link met de praktijk was voor mij ver zoek.

Ik kies ervoor om alleen datgene nog te doen wat mij energie geeft.

Compost

Op een dag kom ik in contact met een onderwijzeres, zij is verbonden aan de Vrije School. Voor haar 40-jarig jubileum wordt een feest georganiseerd. Aan al haar oud-leerlingen is gevraagd een bloem met een lange steel mee te nemen, de mooiste bloem die ze kennen.

Wanneer ik bij haar thuis kom staat daar een prachtige vaas met daarin het boeket. Ze vertelt mij dat de helft van de bloemen al op de composthoop ligt.

‘Ik kan bijna niet wachten tot volgend jaar wanneer ik de compost van onder andere deze bloemen kan gebruiken in de tuin opdat daar weer andere bloemen van kunnen groeien.’

Deel 9

Sociaal domein

*‘Wie in zijn hart ruimte maakt voor anderen,
zal zelf overal onderdak vinden.’*

Inayat Khan (1882 – 1927)

Natuurlijk leiderschap

Het is noemenswaardig om iets te vertellen over het afdelingshoofd van Soweco, de sociale werkplaats in Almelo die ondertussen Ontplooi is gaan heten, de man die in mijn beleving op zeldzame hoogte functioneert.

Hij zegt: 'Tenzij er een medische noodzaak is, kijk ik nooit in dossiers van mensen, dat geeft alleen maar beperkingen.'

Het grootste compliment dat hij ooit gekregen heeft, was afkomstig van de dovenschool in Enschede. Het verhaal begint met dat hij door het hoofd van deze school is gevraagd of hij plaats heeft voor een doof meisje dat nergens op haar plek is. Hij zegt dat ze van harte welkom is. Ze komt werken bij hem op de afdeling. Alles gaat naar wens. Op een dag krijgt hij van het hoofd het verzoek een rapport over haar te schrijven, waarop hij hem aanraadt: 'Kom maar 'ns kijken.'

Een hele afvaardiging, inclusief een psycholoog, komt poolshoogte nemen en is overdonderd door het behaalde succes, het meisje functioneert prima.

De conclusie van deze mensen was dat een rapport overbodig is, want waar zo'n geweldige sfeer is, die bij binnenkomst al voelbaar is, komt bij iedereen het beste naar boven.

'Hoe doet u dat toch?'

Het afdelingshoofd legt uit dat door de sfeer in zijn groepen de mensen goed samenwerken, elkaar vertrouwen en dat deze sfeer leidend is en dat de mensen vooral elkaar en zichzelf corrigeren. Hij ziet zichzelf niet als de leider, wel zorgt hij voor het onderhouden en bewaken van die sfeer.

Over natuurlijk leiderschap gesproken.

Werkvloer

Midden jaren tachtig krijgt Ter Steege een grote opdracht van een warenhuis in Frankrijk. Deze opdracht bespreek ik met het afdelingshoofd bij Soweco (de naam van de sociale werkvoorziening is ondertussen veranderd in Ontplooj).

De trailers van een plaatselijk transportbedrijf gaan rechtstreeks van Beieren naar Soweco in Almelo. Daar zal alles gesorteerd, schoongemaakt en verpakt worden. De gehele klus zal minstens drie weken in beslag nemen en biedt dagelijks werk aan zestig tot zeventig mensen.

Een aantal dagen eerder dan afgesproken krijg ik een telefoontje dat de opdracht klaar is. Ik ben verheugd dat alles zo vlot is verlopen.

'Hoe kan ik je bedanken?' vraag ik aan het afdelingshoofd.

'Je hoeft mij niet te bedanken, wij staan voor ons werk', luidt zijn antwoord.

Ik laat enkele dozen met gebak brengen naar Soweco en vergeet verder het verhaal. Een dag later krijg ik een 'dikke fax' van Wilma, mijn rechterhand, terwijl ze zegt: 'Kijk eens goed wat erop staat, alle namen van de mensen bij Soweco staan erop vermeld met van ieder een kort bedankje.'

Johan, hartstikke bedankt, Johan, kom je nog een keer.
Johan, dikke kus!

Hier word ik stil van, verder geen woorden.

Ik bedenk mij niet en rijd naar hen toe. Even later sta ik midden op de werkvloer bij Soweco met de bewuste fax in mijn handen, volledig geëmotioneerd het verhaal aanhorend van de werkleider die mij vertelt dat nooit eerder de mensen zo bedankt zijn voor hun werk, ze zitten op hun afdelingen achter de klapdeuren en doen datgene wat hen aangeboden wordt.

Sindsdien kom ik af en toe 'even om de hoek kijken', hoe het met de verschillende mensen gaat. Van de een krijg ik een natte kus, met de ander rook ik een sjekkie mee en een volgende vertelt mij zijn verhaal.

Ook was er lange Gerard, aan de binnenzijde van zijn stofjas was door zijn moeder een speciale ophanggordel genaaid voor de enorme hoeveelheid pennen die hij elke keer weer trots liet zien. De gouden pen die ik ooit kreeg van een tevreden klant paste dan ook alleen bij lange Gerard aan de binnenzijde van zijn jas.

In het voorjaar van 2007 ga ik er weer heen, ik was er al een paar jaar niet geweest. Ik vraag aan de werkleider of we nog even naar de afdeling kunnen gaan om de mensen te kunnen begroeten. Ik zie dat

er velen ontbreken en informeer waar ze zijn. Het afdelingshoofd legt uit dat ze in enkele gevallen wegens zwaardere indicatiestellingen nu thuis zijn, achter de geraniums. Enkele mensen zijn overleden. Het werk bij Soweco betekende erg veel voor hen, het was hun hele leven.

Verbouwereerd vraag ik vertwijfeld: 'Wie doet daar verdomme wat aan?'

'Niemand doet daar wat aan.'

Een van de aandeelhouders van Soweco is de gemeente Wierden, de verantwoordelijke wethouder spreek ik daarover. De algemeen directeur van Soweco, met wie ik ontbijt om weer eens bij te praten, beaamt net zoals de wethouder de onmogelijkheid om hier wat aan te doen.

Wie laten wij in de steek?

Ja-cultuur

In september 2004 zie ik bij *Buitenhof* een man die met grote bevologenheid praat over het verzorgingstehuis dat hij heeft gebouwd. Het is zeker niet zijn eerste. Hij bouwt elk jaar één verzorgingstehuis.

Ik hoor hem een tijdje aan. Ik ben zeer geboeid en sprakeloos. Tegen Angelien zeg ik: 'Kom eens luisteren naar wat deze man te vertellen heeft. Hij zegt dat landelijk gezien geriatrische patiënten een doodswens hebben van 70 procent. Bij hem in het verzorgingstehuis is dat 3 procent, of 7, daar wil ik vanaf zijn. Ik zou deze man in de ogen willen kijken, ik vind het geweldig wat hij doet.'

Een dag later heb ik telefonisch contact met hem. 'Het is leuk dat je belt', zegt hij. 'Ik heb onlangs een boek geschreven, *Lessen in levenskunst voor mensen op leeftijd*. Ik zal het je toesturen. Het is toe aan een derde druk en als je op- of aanmerkingen hebt, zal ik die daarin meenemen. Aan de hand daarvan kunnen we een afspraak plannen.'

Zijn boek lees ik. Daarna maken we een afspraak, in het verzorgingstehuis waar we gebruik kunnen maken van een van de logeerkamers.

De avond voorafgaand aan de ontmoeting met Hans Marcel Dekker gaan we naar *The Night of the Proms* waarin Joe Cocker optreedt, geweldig. Na afloop van het prachtige concert komen wij in het verzorgingstehuis, in een lege kamer waar een setje lakens en dekens op een stoel ligt. We moeten zelf ons bed opmaken, en dat is prima.

De volgende ochtend hebben we om 7 uur een ontbijtspraak met Hans Marcel Dekker. Hij is voorzitter van de Raad van Bestuur van Humanitas en kan er na zijn werkzame leven nog niet helemaal mee ophouden. We hebben een geweldig gesprek. Hij vertelt dat hij in Rijnmond elk jaar één verzorgingstehuis bouwt en dat het zo mooi moet zijn dat hij er zelf zou willen wonen, wat hij dan ook doet. De bewoners zijn erg gelukkig, mede door de heersende ja-cultuur. Wilt u een flesje wijn bij het diner? Ja, dat is goed. Had u altijd al een hond? Die kan natuurlijk ook mee wanneer u hier gaat wonen. Vul maar in ...

De ja-cultuur als instrument voor humanisering van de zorg, als creator van geluk. Wel wordt van bewoners en hun familie participatie gevraagd. De mensen worden geholpen om zichzelf te helpen.

Na de rondleiding wordt gezegd: 'Kijk nog maar even rond, je mag hier overal naar binnen waar je maar wilt, voel je thuis'.

We spreken verschillende medewerkers en bewoners die er werken.

Een vrouw met Parkinson die in de keuken werkt en het brood snijdt, vertelt: 'Ja, jongeman, het is geweldig om hier te zijn. Al zou ik ervoor moeten betalen. Meneer Dekker heeft ons aan het werk gezet. Wij zijn hem erg dankbaar.'

Onverdeelde aandacht

In de krant, ergens in 2007, lees ik over een project van Humanitas dat mensen die dakloos zijn helpt met reïntegreren en resocialiseren in de samenleving. Ze helpen mensen weer onder dak. Iemand die nergens meer kan aankloppen kan naar hen toe. Ze hoeven niet te kloppen, de deur is open. Ik vind dat geweldig en bied mijn diensten aan. Er volgt een geanimeerd gesprek met de projectleider. 'Humanitas onder dak' wordt zelfs een voorbeeldproject in Nederland.

Op weg ernaartoe loop ik voor de eerste keer van Wierden naar Almelo. Ik heb om half negen een afspraak bij 'Humanitas onder dak'. Wanneer ik wil aankloppen, opent een vrouw de deur met een pissige blik: 'Ja! Wat is er?'

'Ho, ho, niet zo boos ... Ik moet bij 'Humanitas onder dak' zijn, maar ik geloof dat ik hier verkeerd ben', zeg ik.

'Ja,' zegt ze, 'dat ben je ook. Het is hiernaast.'

'Waarom ben je toch zo boos?' vraag ik.

'Ja,' zegt ze, 'boos ...' Ze vertelt dat niemand meer tijd en aandacht heeft.

Ik stel mij voor: 'Ik ben Johan, niet niemand en ik heb alle tijd.'

Zij heet Henny.

Als ik op de klok kijk is het vijf voor half negen: ‘Nu moet ik weg.’

‘Zie je wel,’ zegt ze, ‘jij hebt ook geen tijd.’

‘Als we een afspraak zouden hebben gemaakt, zou ik alle tijd voor jou hebben gehad. We kunnen het anders doen. Als je wilt kom ik straks terug en dan heb ik alle tijd, al duurt het de hele dag.’

‘Ja, ja, dat zal wel,’ zegt ze.

Na het gesprek met de projectleider van Humanitas bel ik om kwart over tien weer aan en daar staat Henny.

‘Goh, je bent toch gekomen.’

‘Ja,’ zeg ik, ‘dat hebben we toch afgesproken?’

Na een half uur waarin ze mij haar wel en wee vertelt, vraag ik: ‘Heb je nog wensen of ben je zo tevreden?’

‘Het is prachtig, je weet niet hoe je mij geholpen hebt.’

‘Jawel, dat denk ik wel,’ zeg ik, ‘je hebt mij net zo geholpen.’

Zo hebben wij maar weer eens bewezen gekregen dat als je tijd en aandacht geeft aan een ander, het altijd goed uitwerkt. Ik neem afscheid van Henny en loop terug naar Wierden.

Vlak voor de begraafplaats aan de Wierdensestraat loopt een oudere man van een jaar of 65, die stijf en houterig probeert toch nog even wat snelheid te ontwikkelen. Als geïnteresseerd wandelaar haal ik hem vrij

snel in en vraag: ‘Waar gaat de jongeman toch heen.’

‘Jongeman?’ zegt een deftige meneer. ‘Wat een compliment!’

‘We gaan dezelfde kant uit, ik moet naar Wierden, zullen we samen een eindje oplopen?’

Hij vertelt mij hoe hij heet en dat hij altijd geïnteresseerd heeft.

‘Oh, mijn ouders hebben ook altijd geïnteresseerd,’ vertel ik.

‘Ik dacht al dat ik u herkende. Ik ben op de begrafenis van uw moeder geweest. Wat een geweldige warmte, wat was dat mooi.’

Na een tijdje vertelt hij mij zijn levensverhaal, dat zijn vrouw zelfmoord heeft gepleegd en ...

‘Ik zou graag een afspraak met u maken, kan dat?’

‘Natuurlijk kan dat, maar nu niet. Nu ga ik naar huis.’

Hij schrijft mijn gegevens op. Ik loop verder naar Wierden over de brug en moet nu de “kraan” dicht doen, want overal aandacht en tijd aan geven daarmee schenk ik ook mezelf leeg, het vraagt energie. Maar, ik kom blij en gelukkig thuis.

Tegendraads

Op een dag wandel ik met een manager uit de zorg, de man is opgebrand. Ik nodig hem uit te vertellen over zijn dagelijkse werkzaamheden, de omgang met zijn collega's en zijn baas.

Er volgt een verhaal van een geharnast mens. Hij wordt geketend door allerlei protocollen, draaiboeken en vele veranderingen en is zo verdwaald in een papieren wereld die weinig aansluiting heeft met de dagelijkse praktijk. En hij heeft last van zijn baas die zijn ivoeren toren niet of nauwelijks verlaat.

Ik sta versteld over wat hij vertelt en vind het zelfs lachwekkend. Ik lach dan ook, waarop hij getergd uitroept: 'En nou lach jij mij ook nog uit, snap je niet dat ik hier hartstikke gek van word.'

'Dat begrijp ik heel goed, een normale reactie op de dehumanisering van de zorg, de gekmakende en tegendraadse eisen van het huidige regime, niet meer de zorg voor de mens maar zorg voor het systeem, dat is iets wat haaks staat op onze natuurlijke aanleg.'

Hij kijkt verbaasd, bedenkt dat het inderdaad zo is en begint te lachen als een boer met kiespijn: 'Hier ga ik met mijn baas over spreken, die heeft tenslotte met hetzelfde te maken als ik.'

Twee maanden later komt hij terug en vertelt mij met glimmende ogen dat het herstel gestaag gaat, de ivoeren toren wordt steeds verder afgebroken, de hoge werkdruk is van de ketel en de sfeer sterk verbeterd. En dat hij binnenkort met veel plezier weer volledig aan de slag gaat.

Weer een jaar later start hij met veel succes zijn eigen bedrijf in de zorg.

Wesp

Op een avond gaan Max en ik naar een lezing van rijzende ster Pieter Omtzigt, die dan net zijn nieuwe partij is begonnen: Nieuw Sociaal Contract. Hij wordt geïnterviewd over zijn gelijknamige boek door een professor die hem heeft gepromoveerd.

Na het interview inventariseert de moderator of er nog vragen zijn. Ik zeg dat ik geen vraag heb maar wel een opmerking, deze luidt als volgt: 'Pieter Omtzigt vertelt dat hij in 18 jaar tijd nooit tegen het partijprogramma van het CDA heeft gestemd. Straks zitten mijn zoonlief en ik in de auto op de terugweg naar huis en vraag mij dan af hoe het mogelijk is dit jarenlang vol te houden, niet tegen te stemmen en hoe zich dat verhoudt tot je eigen integriteit.'

Pieter Omtzigt reageert als door een wesp gestoken:

'Twijfelt u aan mijn persoonlijke integriteit?'

'Nee,' zeg ik, 'ik begrijp alleen niet hoe je dat doet.'

Vinkjes

Tijdens de boekpresentatie van Joris Luyendijk bij Studium Generale op de UT in Enschede zijn Max en ik van de partij. De zaal zit bommetje vol.

Wij horen het verhaal over *De zeven vinkjes: hoe mannen zoals ik de baas spelen* aan. De zeven vinkjes zijn: man, wit, hetero, gymnasium/vwo, universiteit en minstens één hoogopgeleide of welgestelde ouder en één in Nederland geboren ouder. De auteur rondt zijn praatje af en dan staat er een vrouw op die zich voorstelt als Evelien van Hattum. Zij komt op met de rollator met daarop haar sondevoeding. Zij vertelt over haar activiteiten om de armoede in Enschede aan te pakken. Als zij met haar verhaal klaar is, loopt de moderator met de microfoon in hand de zaal in om te kijken of er nog mensen met vragen zijn. En dan komt ze bij mij in de buurt: 'Ik heb geen vraag, wel een opmerking: Wij hebben net tot in den treure over de vinkjes gehoord, maar zojuist ook een verhaal over armoedebestrijding. Joris Luyendijk heeft het over de zeven vinkjes, maar volgens mij heeft deze mevrouw met haar verhaal 77 vinkjes. Zij is de koningin van de zaal.'

'Dit is een mooie afsluiting van deze avond', zegt Joris Luyendijk, zonder in te gaan op mijn opmerking.

De stoere Evelien heeft op ons veel indruk gemaakt. Haar *core business*¹ is daar waar een tekort is, er niet over (de mensen) praten, maar samen deel uitmaken van de oplossing.

Wanneer je je oprecht verbindt met een ander, bestaat er geen kloof. Dus, kijk elkaar aan, luister naar elkaar en wees transparant. Kortom, maak éérst contact, maak verbinding.

¹ De organisatie van Evelien van Hattum is te vinden onder www.stoparmoedeo53.nl.

Ontwikkelingsland

Op een ochtend zit ik samen met de Nederlandse coördinator en de Eritrese projectleider van de Stichting Child Care aan tafel om te praten over een project waar ik als vrijwilliger bij betrokken ben. We spreken over de verschillen tussen Nederland en Eritrea. We vragen de man uit Eritrea wat hem in West-Europa het meest opvalt.

‘Ik kom hier voor het geld, en zeker niet voor de gezelligheid. Mensen in Nederland, maar ook in Duitsland en Frankrijk, ze hebben absoluut geen tijd. Geen tijd voor zichzelf, geen tijd en aandacht voor de ander. Wij thuis hebben alle tijd en aandacht voor elkaar. We maken een praatje op straat, we helpen iemand zodra we maar zien dat ie iets nodig heeft. We hebben alleen geen geld. Ik ben heel erg blij als ik straks weer naar huis kan.’

‘Waar is het ontwikkelingsland?’ vraag ik mij af.

Deel 10

Gebed, gedicht, gedachten verbonden

*‘Verontschuldig je nooit voor het tonen van
je gevoelens want dat is hetzelfde als je
verontschuldigen voor de waarheid.’*

Benjamin Disraeli (1804 – 1881)

Maar vroeg of laat verschijnt het land
dat elk verstand te boven gaat
waar ik, in vreugde opnieuw ontmoet
wie ik voorgoed was kwijtgeraakt.

De ziel is de meest innerlijke drijfveer van ieder wezen.
Alles heeft een ziel, is bezield en ontstaan vanuit een
krachtige bundeling van energie.
Deze energie is te beschouwen als de essentie van het
bestaan.

Het is de liefde van de maker.
Het is zijn aandacht, zijn zorg, zijn ziel die we terug
willen.
Het is die liefde die ervoor zorgt dat iets waarde heeft.
Want pas wanneer je iets van jezelf geeft, geef je echt.
Dan is het authentiek.
Dat verheft ons, de mens, boven het individuele
bestaan uit.
Dat is voor mij de rijkdom van het leven. Daar word ik
warm van.

‘De waarheid heeft vele gezichten, maar de
belangrijkste snaar bevindt zich binnenin het individu.
Op het moment dat je Eenheid voelt wanneer je
spreekt, trilt de snaar van waarheid vanbinnen.’

Overgave aan het leven

*De monniken van vandaag
Zij dragen geen pij
Zijn van geen enkele orde,
maar zij leven in de overgave van het leven*

*Hun schreden zijn gebed
Hun daden fluisteringen
Van de geest die het heelal in stand houden.*

*Door hun blik ziet God
Voor het eerst Zijn wereld op nog ongekende wijze
En door hun mond weerkaatsen
Engelen de echo's van hun gezangen*

*Midden in de wereld leven zij
Getuigenissen van een eeuwig nu*

*Midden in het leven, opwaarts
Tot de sterren, toenemend in nederigheid zoals alle grote
vorsten:
De monniken van vandaag.*

Blijf mij nabij

Mens, kom thuis

Geloven kan ik niet

Ik weet het zeker

Dat de zeldzame rust van een vervuld bestaan

Onze staat van zijn is

Die in volledige verbinding is met onze integriteit

Zij resoneert met ons diepste wezen

En geeft zich voor geen centimeter gewonnen

Deze kracht wordt gevonden in de stilte

Uit het goede huwelijk

Van hart en ziel

Hier geeft het verstand de geest

Want juist van ons allemaal is deze kracht

En de heerlijkheid

Tot in de eeuwigheid

Amen

Inspiratiebronnen

Bailes, dr Frederick W., *Uw denken kan u genezen*, Nederlandse Boekenclub NBC, 1952
Bolte Taylor, dr Jill, *Onverwacht inzicht*, Kosmos Uitgevers, 2021
Bouma, Hans en Evelyne Dessens, *Zo lang er vriendschap is*, Kok Kampen, 1998
Campbell, Joseph, *De held met de duizend gezichten, de archetypische reis van de held in mythen en verhalen*, eerste uitgave verscheen in 1949, herziene uitgave in 2020, VBK Media, 2020
Chatwin, Bruce, *Wat doe ik hier*, Uitgeverij Bert Bakker, 1990
Coelho, Paolo en Bruce Chatwin, *Walking, In de voetsporen van*, Uitgeverij Byblos, 2001
Dyer, dr Wayne, *Niet morgen, maar nu, Stop negatief denken en neem de controle over je leven terug*, Lev., 2007
Feild, Reshad, *De onzichtbare weg*, Mirananda uitgevers, 1981
Frankl, Viktor, E., *De zin van het bestaan, Een psycholoog beleeft het concentratiekamp & een inleiding tot de logotherapie*, 2011, Uitgeversmaatschappij Ad. Donker BV
Gray, John, *Praktische levenslessen, Negen lessen voor blijvende liefde, meer succes en een goede gezondheid*, Zwarte Beertjes, 2005

Klink, dr Joanne, *Vroeger toen ik groot was, Vérgaande herinneringen van kleine kinderen*, Ten Have, 2009
Krishnamurti, J., *Leven, Eeuwig-Nu, Dagelijkse meditatie van Krishnamurti*, Mirananda uitgevers, 1996
Nouwen, Henri, *Eindelijk thuis, Gedachten bij Rembrandts 'De terugkeer van de verloren zoon'*, Uitgeverij Lannoo, 20^e druk, 2002
Peale, dr Norman Vincent, *De kracht van positief denken, Een inspirerende gids om de dagelijkse problemen te overwinnen*, Omega Media Publishers, 2007
Pradervand, Pierre & Roger W. McGowen, *Boodschappen van leven uit de dodencel*, Ankh-Hermes Uitgeverij, 2005
Rand, Ayn, *De eeuwige bron*, Luitingh-Sijthoff, 2015
Redfield, James, *De Celestijnse belofte*, Hoover/Satori Publishing, 1993
Scott Peck, dr M., *De andere weg*, VBK Media, 1986
Uyldert, Mellie, *Verborgene krachten der edelstenen*, De Driehoek, 1993
Veen, P.A.F. van, Amp, Nicoline van der Sijs, *Etymologisch woordenboek, de herkomst van onze woorden*, Van Dale Lexicografie, 1989
Whitman, Walt, *Leaves of Grass*, (in eigen beheer 1855), heruitgave Digireads.com, 2019
Witteveen, dr H.J., *Soefisme en economie*, Ankh-Hermes Uitgeverij, 2001.

Dankwoord

Veel mensen die ik in mijn leven heb ontmoet en niemand uitgezonderd, ze hebben allen een bijdrage geleverd aan mijn leven.

Allen noemen zonder het risico iemand te vergeten?

Nou dat lukt mij niet!

Ik heb nog nooit een dankwoord geschreven, ja dat is heel persoonlijk!

Toch ontkom ik er niet aan mijn geliefden te noemen, mijn fundament en het allerbelangrijkste in mijn leven.

Allereerst Angelien, mijn voormalige echtgenote, meer dan dertig jaar lief en leed gedeeld (door ernstige ziekte verschoof de balans in onze relatie, verwarrend, ik hoefde niet letterlijk verzorgd te worden maar in jouw zorghart kreeg je een kind erbij, rollen die toch veranderen en we konden elkaar niet terugvinden zoals vroeger, altijd 100 procent transparant en nog steeds een warme band samen, geen woorden dan je bent geweldig).

Tevens moeder van Loes en Max, lieve kinderen ik hou heel veel van jullie en geniet enorm hoe jullie uitgegroeid zijn tot mooie volwassen succesvolle mensen waarvan ik veel van kan leren, Apetrots! Ons is niet meer zoals vroeger maar ons is er nog steeds, alleen anders.

Op 29 juni 2019 ben ik opnieuw getrouwd met Caroline, mijn allerliefste. Kan dat? Ja, dat blijkt wel. Ik ben een grote geluksvogel die door jou enorm in de watten wordt gelegd. Vocabulaire ontbreekt, ik houd het bij: onmeunig bedankt dat jij er bent en dat we samen grootouders mogen zijn van Bowie en Moos. Niet zo lang geleden zei iemand 'Opaah', nieuw in ons theater en verder geen woorden, zo mooi.

Grote dank voor de prettige samenwerking met Ineke en Willie, de eigenaressen van Ter Steege, jullie hebben me verzopen in vertrouwen en die tank blijft gevuld.

Wilma, die mij in de Ter Steege jaren volledig ontzorgde, zodat ik ondanks een verminderende gezondheid op niveau kon blijven presteren, dankjewel compagnon.

Mijn ouders, de warme liefdevolle aanwezigheid van mijn moeder Ans is nog prominent in mijn leven aanwezig, het is de toon die de muziek maakt. De vele 'gevechten' met Spartaanse opvoeder vader Joop, die mij op ongenaakbare wijze leerde volledig bewust te zijn en het eigen grenzeloze vermogen van de mens te leren kennen, zoals discipline, conditie en kracht van binnenin wat ieder mens aan boord heeft te gebruiken.

Tevens de waarde van goede voeding, in letterlijk en figuurlijk opzicht, en een goede conditie.

Mijn zus Irene die mij als geen ander kent en ook weer niet.

Nu komen mijn grote neven Lute en Henk die ook een belangrijke bijdrage hebben geleverd aan mijn leven.

Familie Henny en Rein, Herman en Mieke, Johan en Janny, Annie en Louis en Tonny en Miny.

Vrienden René (Chantal) en Ingrid, Bertil en Maria, Jan en Oarnd, Hein, Jos, Esther, Wouter, Marlou, Dirk, Ineke en Wim, Chris en Aisha en Egbert.

Gerrit, Kees, Stephan, Norman, Rick, Marianne, Gini, Dianne, Yvonne, Eddy en Grytsje, Bert en Kitty, Desiree en Alfred, Anja en Jarno.

Gerrit Jan, Erwin, Mannes, Frits en Dennis. Gerrit bedankt voor de creatieve therapie met hout.

Cobie Baart en Jessie van Genugten.
Oarnd, grote vriend, man van de klok, eerlijk tot op het bot en 'wat mooi da'j d'r bint'.

Boudewijn Betzema reclame uit Deventer. Je leerde mij 40 jaar geleden veel op tekstueel gebied en ook om samen het onmogelijke waar te maken. Volgens mij ben je er nu voor velen op eenzame hoogte als 'troostdichter'.

Herman Grootelaar, bedankt voor je tijd.
Clemens Fransen, taalpurist pur sang.
Stephan Velnaar, ontzettend bedankt voor alles, harde werker en mooi mens!
Jos Abrahams, bedankt voor alles.
Helen IJsselmuiden, van een leven vol energie.

Marijn, Jet, Ben, Johan, Frans, Herrold, Gina, Tess, Iris, Antoon, Rita, Walter, Rosmarie, Marieke en Wampie en vele anderen van wie ik geleerd heb.

Esther Honkoop van Stichting Echte Welvaart die mij veel leerde over de wereld van genoeg en in contact bracht met de mensen van BNR.

Ineke van Zanten van Greenwish die mij in 2005, toen ik al een deel van *De Limonademaker* geschreven had, in contact bracht met allerlei mensen uit de schrijverswereld. Dankjewel. Wanneer ik een specht hoor, denk ik aan ons genoeglijk samenzijn achter in jouw tuin.

Oud-klasgenoot Jan Hempenius, bedankt voor het vertrouwen.

Mijn favoriete onderwijzer van de Kanaalschool in Almelo John Weideman.

Henry Dijks van Remedie Select BV op het gebied van kennis over sociale zekerheid, volgens mij de nummer één van Nederland.

De collega's Emmy, Janneke en Gea ter Steege, Gerard Scholten, Mans, Ad en Elles, Bennie, Jos en Henk. Peter van Heteren van de gemeente Almelo. Jolanda de Groot van het UWV (Uitvoeringsinstituut Werknemersverzekeringen).

Het dreamteam Yvonne, Anja, Jeanette en Trijnie van het voormalige Meldpunt Zorgvragen Wierden. Uitgevers Paul Abels, Leo Kaniok en Han Pape. Collega's van de adviesraad Sociaal Domein Almelo: Angela, Rita, Barbara, Siny, Inge, Mehmet, Jos, Ronnie, Kenan en Kadir.

Marianne Eykelenkamp, onze Babs, en dat we nog maar vele Duvelse momentjes mogen genieten samen.

Nu kom ik bij Erik Smithuis, medeoprichter en -eigenaar van ICM, een van de grootste opleiders van Nederland.

Bijna 20 jaar geleden werd hij klant van Essentis, twee keer per jaar een sabbatical van één dag die eruit bestond uit dat ik Erik in de vroege ochtend om 7 uur ophaalde bij hotel Hoog Holten, dan reden we met mijn auto naar Haarle (plusminus 12 kilometer verderop), lieten die daar staan bij de kerk en rustig wandelend liepen wij terug naar het hotel, onderweg genietend van de prachtige omgeving en goed gevulde rugzak met koffie, thee en lekkere broodjes enzomeer. In de middag arriveerden we dan om één uur in het hotel waar we ons dan terugtrokken op onze kamers. In de avond aten we bij de bistro de Holterberg en de volgende ochtend na het ontbijt namen we afscheid. Dat hebben we ruim tien jaar gedaan, toen gaf je aan geen klant meer te willen zijn en graag als vriend elkaar te willen blijven zien.

Toen Erik gelezen had wat ik had geschreven over de essentie van het leven zei hij: 'Geef het maar uit, ik vind het prachtig, alle kosten zoals het redigeren, het boekontwerp en het drukken van het boek, ik betaal alles!'. Wat een geweldig cadeau, DANK!

Vanaf 1999 heb ik meer dan twintig mensen uit de schrijverswereld en journalisten verhalen of zelfs het

hele boek laten redigeren. Het werd mij een paar keer afgeraden, omdat de verhalen zodanig werden veranderd dat het mijn verhaal niet meer was. Het miste voor mij de essentie. Ik ben normaal van de actie en zeker geen schrijver, maar verschillende mensen zeiden: 'Schrijf toch een boek over wat je tegenkomt in het leven en hoe je ermee omgaat, daar hebben mensen wat aan'. Tevens gaf voortschrijdend inzicht mij een soortement van verlegenheid, ik ben een grote geluksvogel die van het mooie op zijn pad mag delen.

Dan nog een woord van grote dank voor 'Zuster' Jacqueline Koppelman. Zij heeft veel uithoudingsvermogen getoond om van alle verhalen die in veertig jaar tot stand zijn gekomen een geheel te maken. Ze zei: 'Ik heb nog nooit zo gewerkt, maar wil je graag helpen je droom van een eigen boek waar te maken'. Wat een geduld!

Alles stroomt!

Nawoord

Waarom een boek schrijven?

Heel eenvoudig omdat ik veel geleerd heb van de verhalen van bijvoorbeeld Johan Cruijff en Thomas Edison die de wereld blijvend hebben veranderd, ieder op zijn eigen manier.

Cruijff deed dat in de sport, 'het opnieuw uitvinden' gaat over het continu vernieuwen en toepassen van zijn revolutionaire voetbalfilosofie. De 'Totaalvoetbal'-principes van denken, simpel houden en creativiteit, waarbij spelers de ruimte krijgen om zelfstandig te denken en te handelen.

Terwijl Edisons '2000 mislukkingen' een legende is die falen omzette in succes en zijn beroemde wilskracht. Beiden laten zien dat creativiteit, doorzettingsvermogen en durven afwijken van het gewone kunnen leiden tot grote vooruitgang. Hun nalatenschap inspireert nog steeds mensen om verder te denken dan de bestaande grenzen.

Met als kers op de taart mijn zakelijke opvoeding bij Ter Steege waar ik alle ruimte en vertrouwen kreeg. Toen ik veel in mijn bed lag en het de zoveelste dag werd dat opstaan al moeilijk was, waren zij het die met hun liefde, moed en onverstoorbare vertrouwen lieten

zien dat in hun praktijk welhaast het onmogelijke mogelijk was.

De Limonademaker, De odyssee van een pelgrim is een homerische reis, een lange en avontuurlijke zwerftocht geworden van meer dan 45 jaar door het hedendaagse landschap, niet van een held, iedereen, ook u lezer had het kunnen zijn.

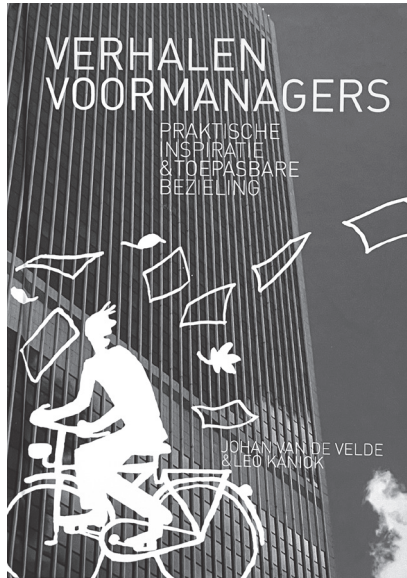
Mijn droom is het principe van de 'Doorgeverij' na zoveel jaren door te geven aan u. En verder blijf ik natuurlijk dienstverlener in tijd, aandacht en vertrouwen.

Doe wel en zie niet om.

Johan van de Velde



FOR JOHAN, Santiago de Compostela
07/10/10



Wandelend over het strand bij Wijk aan Zee ontmoette ik Johan van de Velde in de zomer van 2007 voor het eerst. Met het ruisen van de zee op de achtergrond vertelde Johan verhalen en anekdotes over zijn leven en bijzondere ontmoetingen met mensen in zijn werk als coach. De verhalen gingen over de essentie, over wie je bent, wat je missie is en wat je de wereld komt brengen.

Het zijn deze echte verhalen, die het verschil maken. En die gaan meestal niet over goedkoop, efficiënt, de grootste en bekendste. Ze gaan over kwaliteit, over drijfveren en passie en over bezieling.

Geïnspireerd door deze ontmoeting werd het idee voor dit boek geboren. *Verhalen voor managers*, die nu eens niet gaan over modellen en theorieën, maar over wat er echt toe doet.

Leo Kaniok, Haarlem 2008

Blijvend in herinnering

Renske

Alice

Joris

Piet

Rob

Jos

Herman

Loek

Hans

