
Interview met Inge Mazure en Remco Holstege

TEKST: MIRJAM DIRKX • BEELD: PHOTOCOLOURS EN SHUTTERSTOCK

We zitten op gepaste afstand in de omhulling van het avondduister. Gedempt licht en de historische muren van ons pand aan Nieuwegracht 16 scheppen een bedding om te praten over de thema's van breken en van heling. Een tweegesprek tussen Remco Holstege – sinds anderhalf jaar werkzaam als trainer bij Phoenix Opleidingen – en Inge Mazure – al veertien jaar spil in het web van onze organisatie én coach en trainer. Voor hem *zijn beweging genereren* en *tot de kern komen* lijfmotto's, voor haar is dat welkom heten. Een gesprek over de lol van modder op je gezicht, verstoppertje spelen, de zegening van ouder worden en Antevasin, de symboliek van je hand stukslaan op een plankje en niet opgeven en bovenal over alle verschijningsvormen van breken en helen. Een gesprek met een gulle en goudeerlijke verhalenverteller en een vrouw die haar breuk- en levenslijntjes weerspiegeld ziet in de rimpels op haar gezicht.



Ze geven samen de jongerengroep en hebben zichtbaar plezier als ze spreken over hun samenwerking. Remco over Inge: 'Jij *bent* zo open. Je laat jezelf zien met je warmte, met je kwetsbaarheid. Je bent, er is geen Spel.' Ze knikt, bescheiden glimlachend, en vertelt dat ze het ook zo anders kent. 'Gisteren ging ik weer even als vanouds in die glijbaan,

dan voel ik mezelf heel klein worden naast mijn collega- trainer. En ik kon voelen: hier wil ik niet meer in. Het is genoeg geweest met mezelf steeds maar weer naar die diepte te brengen. Ik word nu ook blij van een paar nieuwe paadjes in mijn brein aanbrengen, waarin ik gewoon fun mag hebben.' Ze vertelt dat ze het zo'n verademing vindt hoe Remco 'in

beweging komen' uit de jongeren zelf laat komen. 'Dat vind ik heel schoon. Dan zet iemand ook pas stappen als hij zover is. Jij leeft dat voor. Daarnaast vind ik je heel slim en humoristisch en daar geniet ik erg van!' Remco: 'Het Vrije Kind is zo belangrijk voor me. "Wanneer ben jij gestopt met spelen?" vroeg een trainer me ooit. Wat een wake-up call was >

dat! Daarom doet het me ook zo goed om op mijn mountainbike te zitten. Hoe meer modder op mijn gezicht, hoe beter! Laatst, in onze jongerengroep, hadden we de diepte goed geraakt. En toen zijn we verstopperig gaan spelen.' Zijn beweeglijke armen en stembuigingen vertellen van zijn enthousiasme.

Inge: 'Mijn hart springt open naar die jonkies als ik bedenk dat ze zo jong zijn en hier al staan met al hun levensvragen. Dat voert ook terug naar hoe ik dat ooit gemist heb, als jong meisje lachte ik veel weg en loste

het in mezelf op. Wat had ik graag iemand gehad die met me meekeek!' Een donker sluiertje in haar ogen overtroeft haar glimlach, die altijd dichtbij is. 'Ik besef dat werken met jongeren voor mij ook een soort herkansing is. Toen ik mijn dochter opvoedde, was ik nog zo bezig met mezelf en mijn eigen overlevingsstrategieën. Het voelt rijk om nu een verschil te kunnen maken voor die doelgroep.'

Ik vraag hun naar de plek waar hun wieg stond. Remco: 'Mijn eerste levensjaren speelden zich af rondom Arnhem. Wat ik me herinner is dat de huizen nog in aanbouw waren, we woonden aan een plein, de deuren stonden open, er waren heel veel

kinderen en ik was altijd buiten aan het voetballen. Ik spaarde 120 gulden om een echte Tango bal te kunnen kopen; de heilige graal. Als ik naar school liep dan was ik Van Basten, ik maakte de mooiste doelpunten... Nu heb ik overigens precies zo'n bal op mijn kamer liggen.'

Inge: 'Mijn wieg stond op een bovenverdieping in Den Haag. Ik was een echt buitenkind, speels. Op een gegeven moment klom ik met mijn vriendinnetje op het dak en dan hingen we van vierhoog over de dakrand! Ik was geloof ik al jong niet graag in het gezin, ik zonderde me af en buitenspelen en dieren waren mijn afleiding. Ik ging stiekem een muisje kopen en maakte een nestje voor hem op het balkon. Ook was ik heel stoer aan de wandel met de hond van de burens, Walter, een grote Duitse staander. En vanaf mijn negende was ik helemaal ponygek.' Als ze vertelt, is het alsof er een ondeugend meisje om de hoek van haar volwassenvrouwenogen kijkt. Even snel switcht ze van toon. 'Mijn moeder was een hele lieve, zachte dame, die van mij als derde en laatste kind genoot en tegelijkertijd kon ze voor mij ook heel afwezig voelen. Als ik naast haar ging liggen in bed, dacht ik: waar ben je eigenlijk? Van mijn vader heb ik het grote welkom wat minder

ervaren, ik denk dat ik destijds ook te veel was voor hem.' Nadat ik door de jaren heen ontdekte hoeveel ik op hem leek en dit kon toegeven, heb ik mijn vader terug en hebben wij het goed samen.'

Op de vraag welk woord je als eerste aanspreekt in het *rijtje breken, brak, geheeld*, antwoordt Inge direct met *geheeld*. 'Ik ervaar dat ik best wel *geheeld* bent, ten opzichte van waar ik vandaan kom. Dat vind ik het succes van zestig zijn. Dat ik oké ben met mijn eigen zichtbaar-zijn. Dat raakt aan mijn geschiedenis en aan die van mijn moeder die in een Jappenkamp verbleef. Als je daar zichtbaar werd, kon het je echt je kop kosten. Ik weet nog dat ik een keer ging zingen in de *Bewegingen van de Ziel*, in de tijd dat er nog 50 tot 60 cursisten in de groep zaten. Ik voelde op dat moment geen enkele bedding en was het liefst door de grond gezakt. Verschrikkelijk, die paniek zat diep in mij geworteld. Maar dat is echt veel rustiger geworden nu. Het voelt alsof ik op de grens sta van een nieuwe tijd. *Antevasin*, een Sanskriet woord dat letterlijk betekent: iemand die aan de rand van het bos woont, op de grens van twee werelden. Van dit beeld word ik heel blij, het ontroert mij.

Remco over *breken, brak, geheeld*: 'Ik wil vooral niet breken. Dat is *the worst nightmare*. Vorig jaar werd mijn zoon geopereerd aan zijn kaak. Ik hoor mezelf zeggen: "Je moeder en ik moeten werken, je moet zo en zo laat je pillen nemen... ga jij het redden?" In de trein realiseerde ik me >

'Jij bent zo open. Je laat jezelf zien met je warmte, met je kwetsbaarheid. Je bent, er is geen Spel.'

opeens wat ik aan het doen was. Toen ik even later Morten sprak zei hij: 'Wat doe je hier, man.' Zijn ogen worden vochtig als hij denkt aan die permissie. 'Groot, stoer en dapper, zo houd ik mezelf overeind. Als iemand dan zegt: kom maar even vriend, dan wordt het flexibel in mijn benen. Dus breken, als ik het écht niet meer weet; poeh. Toen ik een jaar of 14 was, kon je me echt bij elkaar veggen. Grensoverschrijdend gedrag van een voetbaltrainer. Daar was ik, heel alleen in een hele vieze kleedkamer, en veel te vaak. Dat heb ik toen aan niemand laten zien, maar vanbinnen was ik echt kapot. Toen heb ik de beslissing genomen: dit nooit meer. En dan nu in mijn lijf voelen en beseffen: ik ben er nog, ik haal gewoon adem. Dat voelt misschien wel als een soort heling, voor zover dat bestaat.'

Het is even stil. Dan vervolgt hij: 'Er is een eeuwenoude Japanse kunst [red.: Kintsugi] waarbij ze gebroken vazen weer aan elkaar lijmen met goudlijm. Dat vind ik zo'n mooi beeld, dat gaat voor mij over heling. Totaal gebroken en je lijmt het weer aan elkaar met goud. Hoe tof is dat?'



KINTSUGI

‘Wanneer ben jij gestopt met spelen?’ vroeg een trainer me ooit. Wat een wake-up call was dat!

Inge, enthousiast aanvullend: ‘Ja, dat zie ik ook als ik in de spiegel kijk! Die rimpeltjes vind ik niet altijd even leuk, maar ik kan ze ook steeds meer zien als tekens van dat ik geleefd heb.’

Inge, kijkend naar Remco: ‘Dat vind ik zo ontroerend en herkenbaar aan jou. Die angst van voor de rand staan en dat je dan zo opgeslokt kunt worden... We hebben dan anderen nodig die blijven. Daarin is Wibe voor mij belangrijk geweest, hij was er en hij bleef.’

We spreken over waar ze de moed hebben gevonden om te helen. Inge: ‘Ik was ook wel een stoertje. Ik dacht niet, maar ik handelde gewoon. Zoals toen ik telkens van de paarden afviel en er toch weer op klom. Later was het moederschap een reddingsboei. Want ik wist zeker dat ik getuige wilde zijn van het opgroeien van mijn lieve, mooie dochter. En de moed vond ik misschien ook wel in de allerdiepste put, na de breuk met mijn tweede man, het was echt erop of eronder. Toen ik dat overleefd had, had ik het gevoel dat er niets ergers meer kon zijn.’

Remco: ‘Op de vierde dag van mijn opleiding bij NTI-NLP was ik echt

helemaal van mijn padje. Ik kon alleen maar huilen, huilen en huilen. Aan het einde van de dag gaf mijn trainer iedereen een knuffel, maar tegen mij zei hij: “Ik zie je.” Ik had nog niets verteld over dat hele gedoe met mannen, dus ik dacht, hoe dan? Wauw! Dat was mijn ticket om verder te gaan, om uit te komen bij *ik mag er zijn, ik doe er ook toe*. En hier met Morten ben ik het ook aangegaan. Ik werd vastgehouden door zes of zeven mannen en hij stond tegenover me en zei: “Ik ben je voetbaltrainer.” Wat er toen loskwam... de helft van de zaal weg, vijf mannen op de grond en ik dacht: je bent van mij, vriend! Dat Morten niet bang was voor mijn boos en bleef, dat heeft me enorm geholpen. Is dat moed? Opgeven is in ieder geval een *no go*, dat heb ik van huis uit meegekregen.’

Remco's adrenaline van vijf gevloerde mannen gaat over in een zachtere stem als ik de vraag stel hoe hun eigen breuklijnen helpen in hun werk. Inge neigt naar een vraagteken achter haar zinnen: ‘Ik zie mezelf in dit werk als een soort voor-lichter, met zo'n lampje. Ik laat het schijnen op iets wat nog niet naar buiten mocht komen. Dat heb ik geleerd langs mijn eigen angst om dingen aan te kijken. Ik kon vroeger heel hard huilen maar dat hield me eigenlijk weg van het aan- >

kijken van dat wat er gebeurd was. Doordat er mensen waren die bleven, heb ik geleerd om werkelijk te kijken. En nu kan het zo gek niet zijn, of mijn cliënten zijn er welkom mee. Bijvoorbeeld met het verlangen naar de dood, daar kan ik nu gewoon naar vragen, omdat ik er zelf soms ook zo naar verlangde. En dan zeggen ze: “Maar ik wil niet echt dood hoor.” Dat weet ik, zeg ik dan!’

Remco: ‘Vrouwen zien eerst een grote, stoere man en worden zachter als ze het verhaal daarachter kennen. Mannen halen opgelucht adem en denken: pff, ik ben niet de enige met gedoe! Ze zien aan mij dat je het kan redden. Mijn breuklijnen hebben me ook *Fingerspitzengefühl* gegeven, ik kan bijvoorbeeld onmiddellijk zien als er bij iemand iets speelt rondom grensoverschrijding.’

Hoe (door)breek jij iets?

Inge: ‘Ik zorg beter voor me zelf en zeg vaker nee tegen iets waar ik geen zin in heb. En wanneer ik weer even paniek voel, dan adem ik er doorheen en zo haal ik mezelf uit trance. En ik weet dat het hier veilig is. (wijst op haar buik). Zo doorbreek ik een oud patroon.’

Remco: ‘Ik heb veel op kracht doorbroken. Op mijn 28^{ste} deed ik de plankdoorbraak en dacht: die plank moet koste wat kost door. Ik kende maar een manier en dat was brute kracht. Maar dan vergeet je ook wel eens echt te focussen... Ik haal mijn hand uit en ik kom naast de plank terecht. Ik breek dus wel wat, maar niet de plank en wel mijn pols. Veel later heb ik nog eens een plank gepakt en deed ik het op focus en concentratie. Toen brak hij als boter. Dus ik doorbreek nu veel meer op energie.’

Is het de opkomende vermoeidheid of een lastige vraag? Bij deze – welk ruitje zullen jullie niet snel aan diggelen gooien in jullie samenwerking? – moet ik even wachten op een antwoord. Inge: ‘Ik zal niet snel onveilig worden voor je. Ik wil niet over de grens gaan.’ Ze zoekt de lach en stoeit even met hem. Remco: ‘Ik vind het een interessante, maar lastige vraag. Ergens maak ik het misschien wel te veilig doordat ik alles tof vind. Wat voor mij van belang is, is heel houden. Soms ben ik voorzichtig met zeggen wat ik ergens van vind.’ Inge, uitdagend: ‘Wacht maar tot de volgende keer!’

Remco, terugkaatsend: ‘Mooi, mooi, *break it baby!*’ 🐉



Remco Holstege