

De Deense trainer en coach Morten Hjort (50) kwam als achttienjarige naar Nederland. Zijn hele leven al zit hij tussen twee vuren. Eerst als kind tussen zijn ouders. En daarna in zijn werk. 'Het maakt je empathisch. En je wordt er flexibel van.'

TEKST MARIEKE VAN WILLIGEN FOTO'S MERLIJN DOOMERNIK

'Ik vertel mijn hond al mijn geheimen'



Les 1

Drank is een tikkende tijdbom

“Ik ben opgegroeid in Esbjerg, aan de Deense kust. Op één van de eerste foto’s van mij als kind zit ik heel dicht tegen mijn moeder aan. Mijn vader zit een eindje verderop, aan andere dingen te denken. Het is een typerende foto. Zo was het bij ons thuis. Ik ben dicht bij mijn moeder, ze deelt alles met me, en mijn vader is een eind bij ons vandaan. Mijn vader was een vrolijke man. Ik heb veel met hem gevoetbald, daar heb ik goede herinneringen aan. Hij had veel aanzien, deed zijn werk als accountant goed. Het werd minder leuk als hij dronk. En hij dronk veel. Niet dat hij gewelddadig werd, maar de sfeer was gewoon onveilig.

Soms ging het echt mis. Dan lag hij in bed, kon niet meer opstaan. Mijn moeder meldde hem dan ziek op zijn werk. Er kwam een dokter aan te pas. De drank was altijd een tikkende tijdbom. Uiteindelijk is het de oorzaak geweest van de breuk van mijn ouders. Mijn vader ging in Kopenhagen wonen, mijn moeder bleef in Esbjerg.”

Les 2

De dood geeft lucht

“Gek genoeg was ik eerste instantie opgelucht toen ik hoorde dat mijn vader was overleden. Ik was 15. Op een woensdag bleef hij ineens dood, hij was 38. Ik denk dat hij zich heeft doodgedronken. Toen hoefde ik niet meer elk weekend met mijn broertje Thomas naar Kopenhagen – in de hoop dat hij niet te veel dronk dat weekend. Wat vaak wel gebeurde. Die dreiging, het was voorbij! Later moest ik zijn dood alsnog verwerken, maar op dat moment was het een bevrijding. Ook de dood van mijn moeder, anderhalf jaar geleden, gaf lucht, hoewel ik er nog steeds verdrietig om ben. Ik kon daarna stappen zetten die ik anders niet had gezet, zoals nieuwe vriendschappen sluiten en relaties beëindigen. Ik weet niet of ik dat had gedaan als mijn moeder nog had geleefd.

Inmiddels hebben we het huis van mijn moeder verkocht. Ik zal niet meer terugkeren naar Esbjerg. Soms mis ik mijn ouders. Zoals toen ik opleidingsinstituut Phoenix overnam. Ik dacht: zou mijn vader nu trots op me zijn? Hij heeft trouwens letterlijk zijn

stempel gedrukt op dat gewichtige moment. Ik heb foto’s laten maken vanwege het ritueel van overname. De achternaam van mijn vader is Nielsen, mijn moeder heette Hjort. De fotograaf heette ook Nielsen, waardoor op elke hoek van deze foto’s ‘Nielsen’ stond, de naam van mijn vader. Voor mij was dat geen toeval.”

Les 3

Een afwezige vader geeft ruimte aan andere vaderfiguren

“Op mijn vijftiende had ik mijn eerste baan, op het kantoor van reddingsvlottenfabriek Viking. Daar stond de eerste personal computer van de stad Esbjerg, een IBM met 10 megabite-hardeschijfgeheugen. Ik ontfermde me over die computer, want ik vond het te gek. Je hebt een programma dat iets voor je doet en je moet analytisch en creatief zijn. Computers waren voor mij iets betrouwbaars, terwijl het thuis allemaal onbetrouwbaar was. Het was een gezonde vlucht, ik had net zo goed de criminaliteit in kunnen gaan.

Vanaf toen begon het te rollen. We deden zaken bij Kristian Thomsen, eigenaar van Datagruppen. Hij was mijn eerste vaderfiguur. Hij vroeg of ik bij hem wilde werken, omdat ik goede vragen stelde. Hij werkte met programmatuur van de Amerikaanse multinational Oracle. Ik heb veel van hem geleerd. Op mijn 26ste werd ik marketingdirecteur bij Oracle.

Mijn kracht zat ‘m er vooral in dat ik het verhaal goed kon vertellen. Ergens tijdens die functie heb ik meegedaan aan een leiderschapsprogramma, door Domien van Gool, eveneens een vaderfiguur. Daar werd ik diep geraakt. De bundeling van kracht en kwetsbaarheid in een commerciële omgeving fascineerde me.

Ik zegde mijn baan bij Oracle op en begon een eigen bedrijf als trainer. Ik liet me omscholen, onder meer door allerlei opleidingen te doen bij instituut Phoenix, zoals lichaamsgericht traumawerk en relatie therapie. Daar ontmoette ik Wibe Veenbaas, mijn laatste en misschien wel belangrijkste geestelijk vader. Vijftien jaar heeft hij me begeleid voor de functie die ik nu heb. Mijn echte vader heb ik ook vijftien jaar gekend, net zo lang als ik met Wibe heb gewerkt.”



Mijn moeder besprak alle problemen die ze met mijn vader had, met mij

Les 4

Tussen twee vuren zitten heeft voordelen

“Ik zit mijn leven lang al tussen twee vuren. Het begon met mijn vader en mijn moeder. Mijn moeder besprak alle problemen die ze met mijn vader had, met mij. Dat bracht me in een lastige positie als kind, want ik wilde de liefde van mijn moeder bezegelen door haar te helpen, maar ik wilde mijn vader ook niet afvallen.

Ook bij Oracle kwam ik al snel in twee posities. Ik was programmeur, maar moest op een gegeven moment ook de producten presenteren. Zo rolde ik de marketing in; ik voelde aan wat de klant nodig had. Voor mij waren de twee werelden van techniek en marketing juist met elkaar verbonden.

Tussen twee vuren zitten, maakt je empathisch. En je wordt er flexibel van.”

Les 5

Kijk je eigen pijn in de ogen en groei

“Honderdvijfenzeventig dagen per jaar leer ik groepen meer over systemisch leiderschap. Daarbij gebruik ik alle vormen van coaching: familieopstellingen, hypnose, lichaamswerk, noem maar op. Ik kan dit alleen doen door mezelf te geven en me te laten raken. Hoe meer ik geraakt word door mijn cliënten, hoe meer energie ik krijg. Bijvoorbeeld over het feit dat ik geen kinderen heb. Een pijnpunt. Ik heb mensen in de groep gehad die suïcidaal werden omdat ze geen kinderen konden krijgen, en cursisten die juist gekweld wer-



Morten Hjort

Morten Hjort (1967) werd geboren in Esbjerg, Denemarken. Op zijn achttiende begon hij bij Oracle Nederland, waar hij op zijn 26ste marketingdirecteur werd. Later begon hij coachingsbedrijf 2Become. Hij schooldde zich om als trainer, volgde coachopleidingen bij onder meer Phoenix in Utrecht. Tien jaar later volgde hij daar oprichter Wibe Veenbaas op. Hjort is mede-

auteur van het boek ‘De tekens verstaan’, een boek over leiderschap ‘dat verbonden is met jezelf en dienend is aan het geheel’. Ook is hij één van de bedenkers van de plechtigheid Ereveld vol Leven: op erebegrafplaats Loenen gaan Nederlanders, oud en jong, begin mei bij het graf van in de Tweede Wereldoorlog omgekomen leeftijdgenoten staan.

iemand en mijn vrijheid. Terwijl dat eigenlijk bij elkaar hoort. Meestal ga ik te veel op in het meeleven en helpen van de ander, zoals vroeger mijn moeder. Daarna wil ik weer heel ver weg, zoals mijn vader. Er is altijd een saboterend stemmetje in mijn hoofd dat bij elke relatie zegt: ‘Het gaat toch weer mis.’

In eerste instantie dacht ik dat vrouwen betrouwbaarder zijn dan mannen. Maar ik heb ontdekt dat vrouwen behoorlijk manipulatief kunnen zijn. Een vrouw als partner kan het beste naast je staan, als een metgezel. Het liefst zou ik nu iemand vinden om oud mee te worden, dan is het plaatje van mijn leven rond. Op dit moment heb ik een beginnende relatie.”

Les 7

Leg je neer bij de wetten van het leven

“Ik beseft dat ik onderdeel ben van een groter geheel. Ik ben nu de eerste man bij Phoenix-opleidingen en ik ben de oudste van mijn familie. Mijn nichtje Nanna, de dochter van mijn broer, zei: ‘Nu ben jij de oudste, we kijken nu naar jou.’ Dat is een verantwoordelijk gevoel. Het leven heeft bepaalde wetten, waar je je aan moet houden. ▶

den door hun kind. Daardoor accepteer ik de dualiteit in mezelf, aan de ene kant het verlangen naar een kind en aan de andere kant het genieten van de vrijheid van geen kinderen hebben. Dat ik een hond heb, heeft trouwens alles te maken met mijn kinderloosheid. Ik vertel mijn hond al mijn geheimen.

Een ander heftig en pijnlijk moment in mijn leven was mijn vertrek bij de mannen van Oracle. Het deed me denken aan de breuk met mijn vader, toen hij doodging. Het was in de ICT-wereld destijds gebruikelijk om een conflict te forceren, daar een advocaat op te zetten en daarna tonnen op te strijken. Ik heb dat niet gedaan. Ik heb gewoon

ontslag genomen bij Oracle. Daardoor heb ik nog steeds een goed contact.”

Les 6

Je liefdespartner moet naast je staan

“Ik ben veertien jaar getrouwd geweest. Daarna had ik een relatie van viereenhalf jaar. Het is me sindsdien niet meer gelukt om een bestendige liefdesrelatie op te bouwen. Ik heb iets uit te zoeken in de liefde. Ik kon geen balans vinden tussen me verbinden aan

Prehistorische rust

Op 11 september 2001 waren ze nog niet geboren. De veertien pubers die meespelen in onze voorstelling over vijanddenken hoorden over 9/11 van hun ouders. Ze zagen op YouTube de torens instorten, de zwarte silhouettes naar beneden tuimelen vanuit de ramen. Het schokkendste wereldnieuws in hun eigen leven was de aanslag tijdens het concert van popster Ariana Grande in Manchester vorige lente. Daar hadden ze zelf kunnen staan.

De meeste van hun ouders willen dat ze niet meer naar concerten gaan, maar daar kunnen ze niet aan beginnen. Het leven gaat door. Ze checken wel in elke zaal en elk café waar de nooduitgang is. Ze wantrouwen politici, iedereen liegt, behalve de NOS. Dit is een tijd van leugens, zelf liegen ze ook, nou ja, liegen, misschien noemen ze het liever verbergen. De onzekerheid en mislukkingen, het verdriet. De rest zetten ze online, het beste van zichzelf. En ja, ze worden dood onzeker van elkaars profielen.

Ze zijn er allemaal van overtuigd dat ze een oorlog mee zullen maken. Ze zijn bang voor Noord-Korea en voor de angst die alles verdeelt. Ze hebben ook een oplossing: *chill the fuck out!!!* Met drie uitroeptekens, want het moet snel gebeuren.

Ze hebben nog nooit gedemonstreerd, ze willen best, maar waartegen of waarvoor dan?

Ze hebben het al zo druk en er is te veel om voor te lopen. Er is te veel van alles; nieuws, gedoe, geklets, reclame. Als ze een teletijdmachine hadden, zou de helft van hen zichzelf de toekomst in flitsen, de andere helft het verleden in.

Liefst naar de jaren negentig. Geen sociale media, geen mobiele telefoons. Prehistorische rust! Vet relaxed en té bizar, dat mensen alleen maar offline bestonden, maar hoe wist je dan wat je vrienden deden? En waren er toen niet heel veel vooroordelen omdat er zo weinig informatie was? Je wist niks van elkaar!

Whatever. Ze willen daarheen. Nelson Mandela ontmoeten. Chillen zonder internet. Uitgaan zonder de nooduitgang te checken. Geen klimaatverandering. Oh, wel? Nou ja, in elk geval minder dan nu. Toch? Hoe was dat, opgroeien toen alles nog oké was?

Zat je dan de hele dag te chillen? En wat ging er eigenlijk mis? Daar ergens is het toch misgegaan. Hoe kon de wereld anders zo uit de bocht vliegen? *Whatever.* Ze fixen het wel. Ze gaan het hoe dan ook beter doen, veel en veel beter dan iedereen die voor hen kwam.

Ze checken in elke zaal en elk café waar de nooduitgang is

Marjolijn van Heemstra is theatermaker en schrijver. Haar *Trouw*-columns zijn gebundeld in 'Het groeit! Het leeft!' Reacties naar info@marjolijnvanheemstra.nl



Het is een wet dat rouw onlosmakelijk hoort bij de liefde

Die wetten dragen ons mensen. Je kunt je er maar beter bij neerleggen. Een wet is ook dat rouw onlosmakelijk hoort bij de liefde. Je moet namelijk hoe dan ook afscheidnemen van een geliefde. Of door scheiding, of doordat jij of je geliefde sterft.

Een andere wet is dat je het leven hebt gekregen van je ouders. Omdat je ouders je het leven gaven, ben je als ontvanger niet in de positie om een oordeel over hen te vellen of over de beslissingen die ze hebben genomen. Ook dat is een levensprincipe waar je je aan moet houden. Toen mijn broer en ik het huis van mijn moeder opruimden, kwamen we het scheidingsconvenant tegen. Ik heb het niet gelezen, het past niet bij mijn rol als kind. Ook weet ik nog steeds niet waaróm mijn vader zo veel dronk. Ik heb het nooit uitgezocht; dat is niet aan mij."

Les 8

Nederlanders zijn gehaaid dan Denen

"Sommige mensen vragen waar ik begraven wil worden. Geen idee. Denemarken en Nederland lijken op elkaar en ik hou van beide. De mensen in Denemarken zijn misschien wat gemoedelijker. Een beetje als Nederland vroeger, of zoals je nu nog wel ziet in Groningen en Friesland. Rustig. Je kunt er overal aardbeien langs de weg kopen. Hier in Nederland gaat alles een tandje sneller en is het agressiever dan in Denemarken.

Nederlanders zijn gehaaid dan Denen en hebben meer bravoure. Nederland heeft gewoon een grotere bek, ook op internationaal niveau. Maar beide zijn open en vrij en internationaal georiënteerd, omdat we beseffen dat we niet zonder andere landen kunnen. Ik woon nu dertig jaar in Nederland. Mijn hart ligt hier, maar net zo goed in Denemarken: ik ben en blijf Deens. Ik zie geen nadelen, want ik kan in twee landen thuis komen." ■

