

De angsthaas



En ja hoor, daar is 'ie weer! Hij speelt verstoppertje. Of nee, hij verstópt zich echt, dat is wezenlijk iets anders. Voor hem is dit geen spel; de continue beoefening van zijn verdwijnkunst is een bloedserieuze aangelegenheid. Doodsangst is zijn drijfveer.

Als je goed keek, kon je daarnet de zenuwachtige bewegingen rondom z'n neus en lippen nog zien. Daarna nog slechts de puntjes van z'n oren, maar nu gaat hij geheel verscholen achter het struikgewas. Hooguit een zacht geritsel zou zijn aanwezigheid nog kunnen verraden. En toch weet ik dat hij er is.

De angsthaas: wat zit dat beest diep in mij.

De angsthaas is een faalhaas. Hij is er hier en nu, ook nu ik deze column schrijf. Lukt het wel? Kan de tekst mijn eigen toets der kritiek wel doorstaan – laat staan die van anderen? Reik ik hoog genoeg om de lat aan te tikken die ik zelf heb gelegd? Kan ik überhaupt nog wel schrijven? Het is de stem van de altijd aanwezige cynische criticaster die mij naar beneden haalt. Doe ik de dingen vanuit plezier of met de angst in de ogen? De angsthaas: zijn volle aanwezigheid voel ik nu niet, maar ik zie wel degelijk de contouren van het beest.

Dat was anders eerder in de week, toen hij in vol ornaat voor mij stond. In een kaal landschap waar geen dekking mogelijk was. Dat was toen Gerard, mijn zenleraar, mij benaderde met een bijzonder verzoek. In een groepje volg ik wekelijks zijn zenlessen. Ieder seizoen is er een thema. Dit najaar is dat: *Zen in werk*. Met als onderliggende vraag: wat bepaalt de kwaliteit in mijn werk? Een thema dat is geïnspireerd op het legendarische boek *Zen en de kunst van het motoronderhoud* (dat ik nu ook eindelijk maar eens ben gaan lezen). Na de meditatie is er ruimte voor het gesproken woord. Gerard, die weet dat ik mijn coachingspraktijk aan het vormgeven ben, gunt mij een 'gastles' van pakweg 20 minuten. Het mij toebedeelde thema is *Zen en de kunst van het coachen*.

Spreken over de kunst van het coachen? Ik?? Maar dat kán toch helemaal niet? Ik begin net. Er giert iets door mijn lijf. En dan gebeurt er iets anders, mijn verlangen steekt de kop op. Maar hé, wacht eens even. Je wilt dit toch, je wilt toch ook het podium pakken? Ik spreek mezelf moed in. Natúúrlijk kan ik een verhaal houden over de kunst van coachen, ook al heb ik nog maar weinig ervaring. Ik heb ideeën en voorbeelden genoeg. Gedachten vloeien in woorden op papier. Het schrijven onderbreek ik af en toe en kijk dan om mij heen. Waar is toch dat irritante knaagdier gebleven?

En ineens voel ik zijn aanwezigheid. Hij staat achter me en werpt mij een goedkeurende, bemoedigende blik toe. Hij lijkt volledig op z'n gemak. Zo ken ik hem niet! En dan dringt de vraag zich op: wie verstopte zich al die tijd voor wie?

Wie keek wie niet aan? 🐾