
Moeders woorden

TEKST: CHRIS TILS BEELD: NASTCO

Wat is de invloed van je gezin van herkomst op hoe je in het nu met crisis omgaat? Hoe werkt een boodschap van je ouders daarin door? Phoenixtrainer Chris Tils onderzoekt deze vragen aan de hand van de woorden van zijn moeder. En vertelt over de genade die hij vond in het omgaan met zijn eigen crises.



'Geen crisis zo groot, of er komt wel iets goeds uit.' Ik heb het als kind vaak gehoord. Het voelde als een geruststelling. Wat er ook gebeurt, ik kom er altijd beter uit. Crisis als kans, maar dan in de woorden van mijn moeder.

Toen ik hierover wilde schrijven kwam er... helemaal niets. Het blokkeerde. Alsof ik in de leegte greep. Het voelde in mijn lijf ook leeg. Pas na een tijdje kwamen de vragen en gevoelens. Hadden we thuis wel crisis? En hoe deden wij dat dan? Welke rol speelt crisis in mijn eigen leven? En ook kwam de vraag die ik eerst vermeed. Wat was de intentie achter die uitspraak van mijn moeder? Klopt die wel voor mij, als ik daar als volwassen man nu naar kijk?

Eerst maar eens gekeken naar mijn gezin van herkomst. Ik had lang niet de neiging daar het woord crisis aan te koppelen. Onze normen en waarden waren zo, dat het heel gewoon was wat daar gebeurde. Het voelt daarom als lastig om een negatief oordeel te plakken op mijn gezin van herkomst. Daar zit schaamte op. Achteraf logisch, bij Phoenix spreken we immers van loyaliteit en het groeps-geweten: kinderen gaan mee in de stroom van de gebruiken en regels van thuis. Iets dat kinderen doen, al is het maar om te overleven. Maar als ik google op het woord crisis, laat ik één van de gevonden definities – van Veilig Thuis – op me inwerken. Een acuut onveilige situatie. Daarvan waren er vele. Het geweld van mijn vader naar mijn moeder. Door de lucht vliegend servies bij een ruzie. Ogen van buiten die dreigden met een gang naar de politie. Mijn moeder op de badkamervloer, mishandeld. Het was er allemaal. Frequent. Dus met de ogen van nu, en ook omdat ik nu zelf een gezin heb, kan en moet ik zeggen: ja, er was veel crisis waar ik vandaan kom.

Die vaststelling raakt mij. En het maakt mij des te nieuwsgieriger naar de intentie achter de woorden van mijn

moeder. Een gesprek daarover is niet mogelijk. Ik moet het doen met wat ik heb gezien en wat ik vermoed.

Een andere gevleugelde uitspraak van mijn moeder was: 'Ik heb weinig geluk gekend in mijn leven.' Als dat haar beeld is, waarom zag ze dan in een crisis toch iets goeds? Ben je dan een onverbeterlijke optimist? Ik denk van niet. Ik speel de film terug van hoe we thuis met crisis omgingen. Lang verhaal kort: er bestond geen crisis. Als er spanning, geweld, of verdriet waren, gingen we snel over tot de orde van de dag. We kozen meteen voor de zonneshijn. De regen sloegen we over. Na een knallende ruzie gingen we naar de kerk, als een perfecte, gezellige familie. Toen mijn vader stierf was er weinig rouw, maar gingen we hem wel herdenken. Als er servies was gesneuveld, gingen we daarna gewoon gezellig aan tafel. Dát is hoe ik het heb gezien en geleerd. En hoe mijn moeder het dus deed. Bij een crisis meteen de aandacht richten op de goede dingen die daarna komen, om de crisis zelf niet te voelen. Te pijnlijk. Ondraaglijk. Als ik me dat realiseer raakt me dat vol in mijn hart. En tegelijkertijd, hoe moeilijk ook: het is háár lot, en niet het mijne.

Ik ben mijn moeder nagevolgd in hoe ik zelf met crisis omga. Of omging? Toen mijn vader jong doodging, was ik verward, verdrietig, boos, alles tegelijk. Ergens rond die tijd ben ik begonnen met die pijnlijke gevoelens niet te voelen. En ik heb dat heel strak volgehouden, heel lang. Mijn masker werd dat van de ideale zoon, en de nuchtere en zakelijke manager en adviseur. Ik verdoofde me met van alles en nog wat. Ongelooflijk hard werken. Wegblijven uit intimiteit. Veel te veel eten. Pornografie. Verdoving met middelen. Alles om maar niets te hoeven voelen. En eerlijk: die neiging heb ik soms nog. En ergens heb ik onderweg hulp gezocht en gevonden. In een kliniek. Bij Phoenix. Mijn leerweg is geweest om te leren voelen, en crisis in te sluiten. De dankbaarheid daarvoor is onbeschrijflijk groot.

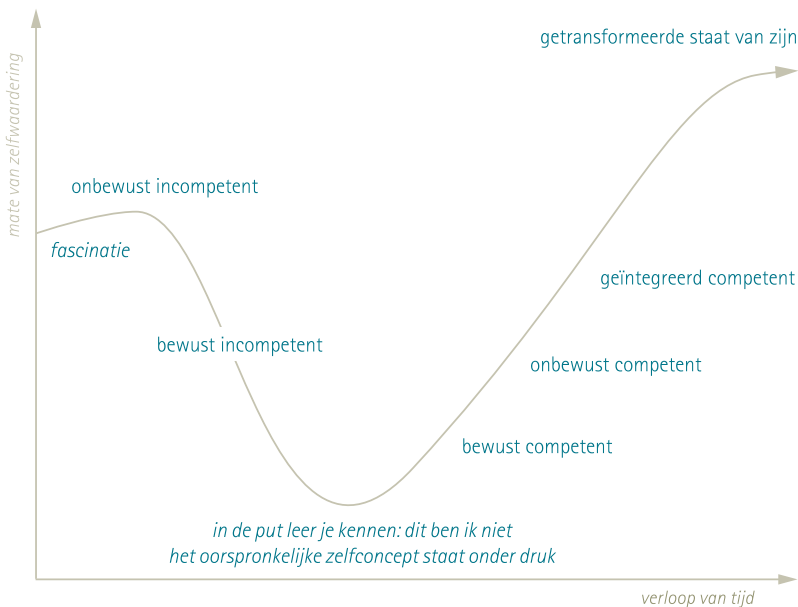
LEERLIJN

De leerlijn laat zien hoe een leerproces verloopt vanuit degene die leert. Daarbij is zelfwaardering een belangrijke component: in welke mate je positief of negatief over jezelf denkt. Dat is gebonden aan hoe je in je huis van herkomst leerde wat goed is en wat niet, je groepsgeheten.

Vanuit verlangen en fascinatie ga je op weg om te leren, en ben je je niet bewust van je incompetentie. Er is nog geen besef van hoe je leervraag samenhangt met je huis van herkomst. Daarna komt de realisatie van 'nog niet kunnen wat je wilt leren' (bewust incompetent). Daarbij staan je

zelfconcept en zelfwaardering onder druk. Je acties zijn nog gebaseerd op de wetten van thuis. Er is schaamte en twijfel: mag ik het wel anders gaan doen dan hoe ik het ooit leerde? Dan komt 'de val in de nacht', in de put, het donker. Hier is je zelfwaardering het laagst. Je bent je bewust van je incompetentie, en ook van de noodzaak om te leren. Je wonden vanuit je herkomst liggen open, er is rauwe pijn. Met hulp ga je verder in het leren, en leer je over je helende taak. Er komt een gevoel van bewuste competentie. Je oefent met je helende taak. Daarbij ga je op en neer tussen bewust competent en onbewust competent. Om uiteindelijk het geleerde in je leven te integreren. En je zelf te waarderen, ook in het geleerde.

De hoop van ieder mens is om de put niet in te hoeven, om recht over te steken in de leerlijn. Om op die manier de codes en wetten van het groepsgeheten intact te laten. Precies dát punt is de toegangspoort voor leren op identiteitsniveau.



Bron: Passepartout, Veenbaas W. et al, Phoenix opleidingen, april 2019.

Wibe Veenbaas en Piet Weisfelt hebben samen ooit het concept van de leerlijn verdiept en van taal voorzien, terwijl ze samen uitkeken over de baai van Plymouth. Leren begint vanuit een impuls, die ontstaat door een verlangen naar een andere reactie op wat je aantreft. Of door een crisis. Een crisis als kans op leren. Maar ergens onderweg zijn er allerlei stemmen die je influisteren: doe het niet, ga

niet op weg in het leren, houd het bij het oude, het nieuwe is gevaarlijk. Als het lukt om die stemmen te weerstaan, komt uiteindelijk je zelfbeeld onder druk te staan en voel je oude pijn, angst en rouw in alle hevigheid. De plek der moeite. De put. En, vaak met hulp, vind je de weg weer naar boven, naar het licht. En komt het geleerde in het lijf, je kunt de leerervaring doorvoelen.

Maar je kunt ook een andere reactie hebben. Bij verlangen naar verandering of bij crisis, kun je de neiging voelen meteen over te steken. De plek der moeite en de put over te slaan. Meteen de zonneschijn, zonder de regen, storm en onweer. En dat gaat niet. Of in elk geval: dan wordt er niks geleerd, komt er niks nieuws in het lijf. Maar dat is wel hoe ik het thuis leerde, en hoe ik het lang volhield. Ik was lang kampioen in het overslaan van de put. En ik denk mijn moeder ook.

Zeker, ik heb moeite gedaan om te leren, met hulp van velen. En toch voel ik het als mazzel dat dat ook is gelukt. Als genade. Iets dat me is toegefallen. Iets waar ik enkel dankbaar voor kan zijn. Shakespeare zei het heel mooi, in *The Merchant of Venice*:

*Genade dwing je niet, ze schenkt
zichzelf,
als milde regen valt ze uit de hemel
op aarde neer.
Dubbel is haar zegen,
ze zegent de gever en de ontvanger.*

Dus. Geen crisis zo groot of er komt wel iets goeds uit. Als ik daar als volwassen man naar kijk, kloppen die woorden wel. Maar het vergt wel werk. Naar binnen gaan en aankijken wat er was. Met angst, pijn, rouw en al. Een gang door de put. Want op de bodem van de put gloort het licht. Licht van bloei en groei doordat de crisis is aangekeken en doorgewerkt. Een proces dat zich herhaalt en verdiept. Dus dank moeder voor die woorden, en voor het leven waarin ik heb kunnen onderzoeken hoe ik er mijn eigen betekenis aan kan geven. 🌀

