

NUMMER 22 • JUNI 2015 • JAARGANG 11 • VRIJPLAATS PHOENIX



Vuurvogel

EEN NIEUWE LENTE, EEN NIEUW GELUID - DE MUZEN IN OPLEIDINGENLAND

RONDETAfelGESPReK

De waarde van kunst voor begeleidingswerk

12

MANON MIESSen:

“Ik word elke ochtend
wakker met een
ander liedje”

5

DE KUNST VAN HET ROUWEN

Dan neem je toch
gewoon een hond?

26

Zeven
sleutels
naar het
verhaal

44



OVERDRACHT

Onze tranen luisteren ademloos
Naar de beide mannen uit het Noorden
Waarvan er één als leerling ooit voor koos
Om het lied van helende akkoorden

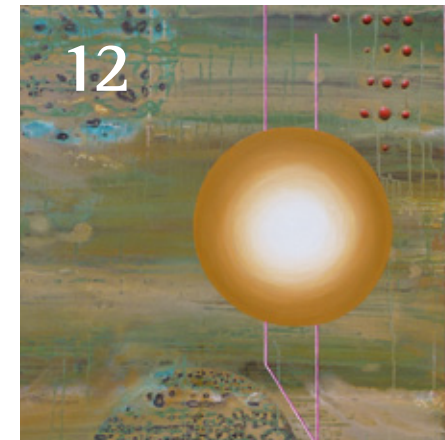
Te leren spelen van de ander die
Zijn meesterschap ontwikkelde en zij
In hun gezamenlijke melodie
Van wederzijdse dankbaarheid dichtbij

Hun bron zijn gebleven die borrelt in
Landen waar harten banieren sieren
En zij als man & kind gelijk de zin
Van de leerling schreven die wij nu viëren

Zodat in deze hergeboorte trilt
Ik pas erop zolang als jij dat wilt

JAN VAN LEEUWEN

Geschreven bij de overdracht van de Opleiding
de Maskermaker van Wibe Veenbaas aan Morten Hjort.



Inhoud

4	Voorwoord	24	De vuurvogel van Iris
5	Interview Manon Miessen	26	Dan neem je toch gewoon een hond?
10	Thank you for the music	30	Estafette der muzen
12	De waarde van kunst voor begeleidingswerk	33	Alles kan bezongen worden
16	Moeder en dochter, terug naar je vrouwelijke bron	34	Hoe nieuw werk ontstaat
18	De wijsheid van het paardenveld	39	De groep als spiegel
19	Ethiek en verlangen	40	De reddende engel
20	Boekbespreking	43	Amuse Annemiek Mooij
		44	Zeven sleutels naar het verhaal



Phoenix Opleidingen

Raiffeisenlaan 26 A
3571 TE Utrecht
Tel 030 - 271 13 83
Fax 030 - 272 25 47

Nieuwegracht 16
3512 LR Utrecht
Tel 030 - 238 05 47
Fax 030 - 238 07 07

www.phoenixopleidingen.nl
vuurvogel@phoenixopleidingen.nl

Eindredactie

Manon Miessen

Redactie

Wietske Jansen Schoonhoven
Sandra van der Maarel
Stefan Woudenberg

Vormgeving

Hemels van der Hart

Cover

Foto gemaakt door:
Jan van der Greef
www.janvandergreef.com



Phoenixopleidingen



@PhoenixOpl



Phoenix-Opleidingen

Een nieuwe lente, een nieuw geluid

Een nieuwe lente en een nieuw geluid: deze openingszin van Herman Gorters gedicht Mei is in onze taal een zin van troost geworden. Ze herinnert ons aan de komst van de lente die de kracht van het nieuwe in zich draagt. De oude Grieken wisten duizenden jaren geleden al van de helende krachten van gedichten, kunst en muziek. De negen godinnen van de kunsten en wetenschappen, de muzen, werden aangeroepen ter inspiratie. Zij fluisteren verhalen die ons herinneren aan helende krachten in onszelf, en geven onze ogen een nieuw perspectief. Wat is het toch groots dat wij mensen het vermogen hebben om ons te verbinden met iets dat ons overstijgt en inspireert tegelijkertijd. Niet voor niets waren de muzen de dochters van Zeus zelf, de oppergod onder de goden.

Voor wie werkt met mensen zijn de muzen een belangrijke inspiratiebron. Deze Vuurvogel, die gaat over de muzen in begeleidings- en opleidingenland, laat vele facetten zien van hoe we de muzen aanroepen in het werk dat we doen. Hoe we gebruik maken van beelden, verhalen, gedichten, maar ook van de stilte die nodig is om tot nieuwe inzichten te komen.

In de Vuurvogel die komend najaar zal verschijnen, willen we stilstaan bij hoe Phoenix alweer 25 jaar een huis van welkom is waar mensen elkaar kunnen ontmoeten om stil te staan bij zichzelf en de ander. Het thema dat we hebben gekozen is '25 jaar Phoenix - Een plek om je eigen plek terug te vinden'. We zien uit naar jullie bijdragen.

Tot slot: deze Vuurvogel is de eerste van onze nieuwe redactie. Heel veel dank aan Wietske Jansen Schoonhoven, Sandra van der Maarel en Stefan Woudenberg!



Manon
Miessen



Manon Miessen:

“Ik word elke
ochtend wakker met
een ander liedje”

TEKST: SANDRA VAN DER MAAREL • BEELD: DOTS & STRIPES

In gesprek met Manon Miessen – over het welkom van eten, jazz, rafelige randjes, de kunst van het niet-weten, improviseren binnen de kaders die het leven je geeft en als uitsmijter: 't Meuleke vaan Van Ingele

We ontmoeten elkaar op de vrijdag voor het Pinksterweekend bij haar thuis. Ze komt me buiten tegemoet lopen. Stralend. Ik ontmoet haar man Dick, loop vervolgens langs de prachtige zwart-glimmende vleugel in de woonkamer en plof neer aan de eettafel die klaarstaat voor een overheerlijke lunch. Zicht op de tuin. De lentezon verstopt zich nog achter een pak wolken. We blijven binnen. Het is er meteen. 'Ik vind het zo leuk dat ik voor je heb kunnen koken. Dat is echt een wezenlijk deel van mij, lekkere dingen maken, koken voor mensen.' Ik rommel nog wat met de dictafoon van m'n telefoon en dan gaan we van start.

Je begon meteen bij binnenkomst over je oma

Op zondag gingen we altijd met de hele familie naar opa en oma. Op zaterdag maakte oma altijd vlaaien voor de dag erna. En dan echt zes vlaaien of zo. Veel. Ik zat naast haar, terwijl zij het deeg stond te kneden. Het was warm in die keuken, want er werd gewerkt. Eigenlijk zat ik alleen maar een beetje toe te kijken naar wat zij deed. Er werd niet eens zo veel gezegd. Volgens mij is dat de basis van wat we doen in ons werk. Mensen helemaal welkom heten. Ik hou ervan dit te doen zoals mijn oma het deed. Heel erg in contact en ergens heeft het ook iets terloops.

Vlaaien klinkt als Limburg.

Waar kom je vandaan in Limburg?

Ik ben in het ziekenhuis van Maastricht geboren. Vier weken te vroeg. Mijn ouders kregen een auto-ongeluk en door die klap kwam ik op de wereld. Ik ben opgegroeid in een heel liefdevol en stabiel gezin in Gronsveld, een boerendorp onder

Maastricht. Het diepe zuiden van ons land. Zodra je de grens over gaat zit je in Wallonië. België en Duitsland waren veel dichterbij dan 'Holland'. Mijn vader was heel ondernemend. Hij werkte op een papierfabriek in België, in ploegendienst. Dat betekende dat hij veel vrije dagen had. Op zo'n vrije dag gingen we altijd wat leuks doen, wandelen in de buurt, naar een tentoonstelling. Hij was veel met kunst bezig en met Limburgse kunstenaars. Het was voor hem totaal vanzelfsprekend dat mijn zusje en ik dan meegingen. En mijn moeder, zij was er altijd en zong graag liedjes met ons.

Dus muziek zat er al vroeg in?

Muziek zat erin vanaf het allereerste begin. Mijn vader zingt al meer dan 50 jaar bij de Maastreechter Staar, een mannenkoor. Toen ik klein was hadden ze altijd op zondagochtend repetitie. Ik zwierf dan door het gebouw en hoorde die mannenstemmen. Dat vond ik echt heerlijk. Het had iets heel koesterends. Thuis zat contact maken hem vooral in het terloopse, het vanzelfsprekende, net als bij oma. We spraken niet veel over de dingen die ons raakten. Er was wel altijd aandacht en aanwezigheid. Toen ik 18 was ben ik weggegaan om te studeren. Ik wilde heel graag mijn eigen leven leiden.

Je bent naar 'Holland' gegaan

Ja, naar Den Haag. Ik kon niet wachten om op eigen benen te staan, m'n eigen huisje te hebben en eigen beslissingen te nemen. Dat had ik al heel jong, dat ik dat belangrijk vond. Ik denk dat ik ook wel wist dat ik mijn vleugels uit moest slaan en dat ik daar-



Manon Miessen (1971) werkte jarenlang als muziekproducer en programmamaker binnen de Wereldomroep en had daarnaast een eigen praktijk als zangdocent en coach. In 2008 maakte ze de overstap naar Phoenix. Binnen Phoenix geeft ze naast supervisie-gesprekken onder andere de 3-jarige opleiding, de Jongerengroep en de workshop Cantadora. Zij is bovendien de vrouw achter de nieuwe huisstijl, de Vuurvogel, de nieuwe website en andere mooie projecten rondom communicatie.

voor weg moest gaan. Het muzikantenmilieu waarin ik terecht kwam, was wel meteen een heftig milieu. Ik was net 18. Het muzikantenleven speelt zich in de kroeg af. In de Haagse jazz-scene waarin ik terechtkwam was veel drank en drugs. Er was ook veel kameraadschap en gedeelde liefde voor de muziek.

Eigenlijk de tegenpool van waar je vandaan kwam?

Ja, helemaal. Ik zocht het mondaine leven. Ik had een geschiedenisleraar, meneer Langeweg, en hij was mijn grote voorbeeld. Hij was een ongetrouwde man, die heel Europa door reisde, Parijs, Berlijn, de Europese steden. Op weg naar school liep hij altijd langs de kiosk op het station in Maastricht, waar hij Le Monde en andere internationale kranten kocht. Zo'n leven wilde ik. Onderdeel zijn van de wereld. Dat leven heb ik wel gekregen in Den Haag.

Waarom koos je voor jazz? Was dat iets wat je al van jongs af aan deed?

Er was een café in Maastricht, de Take Five, waar altijd jazz werd gedraaid. Dat vond ik waanzinnig. Vooral Miles Davis, John Coltrane: bebop. Geen muziek die jou snel voor zich wint. Maar ik hoorde daar een hele wereld in. Het rafelige, het ongepolijste en rauwe, gelaagde. De ziel van die muziek, die voelde ik gelijk. Maar ja, om die muziek te maken moet je ook je eigen ziel blootleggen, risico nemen. Dat vroeg van me dat ik naar buiten kwam met iets van mezelf. Je zingt niet zo zeer de melodie die daar staat, je gaat er iets mee doen. Je gaat misschien ook nog improviseren zoals instrumentalisten dat doen. En dat vond ik eng. Dat is uiteindelijk wat heeft gemaakt dat ik ben gestopt.

En toen kwamen er andere dingen op je pad?

Ik gaf al een aantal jaren les op het Koorenhuis in Den Haag. En toen kwam er iemand die zei: 'Er is zo'n waanzinnige baan bij de Wereldomroep, die is jou op het lijf geschreven'. Toen ben ik gaan kennismaken. Dat was met Dick overigens. Samen vormden we de afdeling Jazz en Wereldmuziek van de Wereldomroep. We maakten opnames van Nederlandse musici en festivals en die gingen de hele wereld over.

Wartoe ben je opleidingen bij Phoenix gaan doen?

In zangles gebeurt vaak veel met mensen. Ik wilde daar wat mee doen in plaats van er steeds bij weg te blijven. Ik wilde de diepte in kunnen gaan, naar de essentie. Een vriendin van ons, Tetske, had de 3-jarige opleiding gedaan en was daar zo enthousiast over. Dat wilde ik ook! Er opende zich een nieuwe wereld voor me. Ik heb sindsdien vrijwel alle opleidingen bij Phoenix gevolgd.

Misschien moet je wel door een heel eigen proces om een goede jazz-zangeres te kunnen zijn of om dat rauwe randje te vinden

Zonder twijfel. En het grappige was, dat toen ik bij Phoenix ging werken, ik datgene wat ik ontvlucht was in de muziek, opnieuw tegenkwam. Want om echt ergens te komen, moet je toch dat spannende gebied opzoeken. Dat is bij trainen niet anders dan bij jazzmuziek. Toen ik bij Phoenix diezelfde angst tegenkwam, wist ik dat ik het aan moest gaan. Dit is wat ik wil. En dat betekent dat ik mijn ziel op tafel moet leggen. »

Wat heb je voor stap moeten zetten?

Ik heb moeten leren om het niet allemaal van tevoren te willen weten. Een heel belangrijk moment voor mij is geweest toen ik Herman Cools assisteerde in de opleiding Ambacht van het hart. Hij was met iemand aan het werk en zei 'ja, je kijkt me nu zo aan, maar ik weet het ook niet hoor'. Als ik dat nu weer vertel kan ik voelen hoe ik ontspan. Dat ik het niet allemaal hoeft te weten. Dat was echt de illusie waar ik in leefde. Ik dacht 'als ik dat werk ga doen, dan moet ik het helemaal weten, dan moet ik alles goed doen'. Die opmerking is echt een doorbraak geweest.

Wat is de parallel tussen je huidige werk en wat je geleerd hebt als jazz-zangeres?

Als je maar genoeg werkt, studeert en oefent, je verdiept in de dingen, dan kun je zangeres worden, dan kun je trainer worden. Maar het echte meesterschap begint dan pas. Dat zit 'm in de tijd die er overheen gaat, de nieuwsgierigheid die je houdt, de liefde waarmee je de dingen doet en waarmee je voortdurend bijleert. Ik denk dat ik dat niet zag toen ik jonger was. Toen eiste ik van mezelf dat het meteen perfect moest zijn. En nu zit ik in een vak waarvan ik enorm geniet en waarin ik mezelf de tijd gun om te groeien. Ik bereid me voor en vervolgens sta ik mezelf toe om fouten te maken en het niet te weten. Om af en toe aan mijn collega's te vragen hoe zij er tegenaan kijken. Ook voor de groep. Dat is echt een verschil met hoe ik vroeger in elkaar zat. Dan had ik van mezelf geëist dat ik alles uit m'n hoofd kende. Dan ging ik echt niet met een blaadje in m'n hand voor de groep staan. Dat doe ik nu wel. Ik kom veel mensen tegen die lijden onder hun perfectie of harde werken. Misschien hoort dat bij deze wereld en onze tijd. Ik vind het belangrijk om te laten zien dat het ook anders kan. Dat je mild mag zijn voor jezelf.

Wat me helpt bij het loslaten van perfectie, is mijn opgeruimde karakter. Ik word elke ochtend wakker met een ander liedje. Je vroeg eerder aan mij wat het grootste ding was in mijn leven. Nou het grootste is zonder meer dat ik geen kinderen heb kunnen krijgen. Dat is voor mij heel heftig en verdrietig geweest. Want als er iets was wat ik in mijn leven verlangde, dan was het dat. En toch heb ik nu een heerlijk leven waarin ik soms zelfs kan genieten van het feit dat ik geen kinderen heb. Dat ik daartoe in staat ben geweest, is iets waar ik heel dankbaar voor ben. Voor mij is dit ook een belangrijk kader in mijn werk. Ik ga niet morrelen aan de dingen die niet te veranderen zijn. Ik geloof niet dat dat helpt. Ondanks het verdriet was er altijd een moment waarop ik weer begon te zingen. Ik vertrouw erop dat zoiets er ook is voor de mensen met wie ik werk.

Dat is wellicht de illusie waarin we zijn opgegroeid. Dat we denken alles naar onze hand te kunnen zetten. Op de cruciale punten komen we erachter dat dat niet zo is.

Absoluut. Ik heb altijd kunnen doen wat ik leuk vond. Ik heb overal hard voor gewerkt. Ik ben altijd bezig geweest. Dat heeft mij de illusie gebracht dat als ik maar mijn best doe, alles lukt. En dat is niet zo. Niet alles lukt in het leven. En dat maakt het leven niet minder waardevol. Ik vind het belangrijk om dat mee te nemen in mijn groepen. Juist de grote dingen heb je niet in de hand. Dat is het rafelige randje van het leven. Als ik kinderen had gehad, had ik lang niet zo veel voor m'n ouders kunnen doen. Zo kan in een pijnlijke situatie een parel verborgen zitten die je van tevoren niet had kunnen bedenken.

En dan, als de dictafoon van mijn telefoon na twee uur uitgaat, komt ze met de uitsmijter:

Ergens lijkt mijn leven op een oud Maastrichts versje dat mijn oom me ooit leerde en dat me zo dierbaar is. Het gaat over een oud, krakkemikkig draaimolentje uit Maastricht waar alle kinderen gek op waren. Dat sommige dieren geen poten hadden en een lik verf goed konden gebruiken, zagen ze helemaal niet. Dat imperfecte van die draaimolen, daar ben ik zo van gaan houden. 🐼

't Meuleke vaan Van Ingele

dat drejt mer vaan allein

De peerdsjes höbbe de mazele

en de liewkes höbbe gein bein.

ZIEN

Het is een lange reis
Door het leven, onbewust
Vechtend tegen de wind
Krampachtig zoekend naar grip

Alle windstreken van het leven
Stromen langzaam voorbij
Warme en koude gebieden
Worden op afstand beleefd

Ondersteund door verre vaders
En bewust van kracht
Uit de schaduw van het licht
Wordt hij dan eindelijk gezien

FRANS VAN DER WIJK

Ik ben een vechter en een doorzetter. Dat was geen keuze maar een gevolg van het wegvallen van mijn vader op jonge leeftijd. Vele jaren heb ik mijzelf voor een deel geïsoleerd en is er zoveel onbewust langs me heen gegaan. Nu, in het 3e jaar van de opleiding kan ik voelen hoe hij weer achter me staat en kan ik hem bijna horen zeggen: 'Toe maar, het is goed. Je bent een vechter en een doorzetter'.

Thank you for the music

TEKST: CATHELIJNE VEENKAMP • BEELD: DOTS & STRIPES

Daar stond ik dan, tijdens de Maskermaker, minder dan een jaar geleden. Ik worstelde met mijn uitreiking naar Wibe. Ik voelde me niet gezien. Maar nadat ik mijn oude pijn stevig had vastgepakt, besloot ik te gaan zingen. Voor de groep. Het lied van mijn Indonesische opa, vader van mijn moeder. Een lied dat ook een gebed is. En waarbij stevast de tranen kwamen, de zeldzame keren dat hij het zong. O Mawu Ruata, Here God.

Ik had het niet durven zingen op zijn begrafenis. En nu stond ik trillend en vol tranen voor de groep. Het lied kwam uit mijn tenen en van ver voorbij mij. Ik voelde hoe het me raakte en hoe het me droeg. Ik merkte dat ook anderen erdoor geraakt werden, dat het lied en het zingen ervan een verbindende kracht hadden. Het toeval wilde dat ik tegelijk met de start van de Maskermaker was begonnen met gitaarspelen. Op de oude gitaar van de zus van mijn vader. De gitaar had twintig jaar op zolder gestaan. En nu begon ik geleidelijk de akkoorden te leren. Steeds vaker ging ik erbij zingen.

Ik ontdekte dat wanneer ik zing, ik als het ware het licht in loop. Met alles erop en eraan. Mijn kwetsbaarheid, mijn kracht, mijn klein en mijn groot zijn. Ik voel hoe van alles in mijn lijf gaat trillen en gaat stromen.

Na de Maskermaker besloot ik ook in mijn werk veel meer met muziek te gaan werken. Voordat mijn cliënten komen, ben ik

eerst stil en dan pak ik mijn gitaar. Ik zing en speel. Zo bereid ik me voor. In mijn therapiesessies gebruik ik het op allerlei manieren. Ik weet nog goed, de eerste keer. Een cliënt zo dichtbij haar verdriet, maar de tranen stokten. Ik dacht: zal ik, zal ik. En met het angstzweet op mijn lijf zei ik: 'Ik ga wat voor je zingen.' Ik zong Motherland van Nathalie Merchant.

MOTHERLAND, CRADLE ME
CLOSE MY EYES,
LULLABY ME TO SLEEP
KEEP ME SAFE, LIE WITH ME
STAY BESIDE ME, DON'T GO

Haar tranen kwamen, geen houden meer aan. En ik voelde me warm en heel zacht van binnen.

Veel cliënten ervaren het als een geschenk als ik wat voor ze zing. En voor mij is het net zo goed een geschenk om mezelf zo volledig te kunnen inzetten. Nu ik weet wat het zingen mij brengt, stimuleer ik mijn cliënten die daarvan houden om het zingen ook in hun proces in te zetten. Een liedje maken voor hun kinddeel. En dat bij mij ten gehore brengen. Zo ontroerend! Of het zingen weer terug brengen of groter maken in iemands leven. Een prachtige manier om zich aan te laten raken. Om zich te voeden en in het nu te komen. Om plek in te nemen.

Aan cliënten die liever niet zingen, vraag ik vaak om een liedje uit te zoeken dat hun gemis of hun verlangen uitdrukt. Ook heb ik iemand gevraagd om zijn eigen verhaal te maken aan de hand van muziekstukken. Zo ging hij ervaren wat nu echt belangrijk voor hem was. Vol ontroering luisterde hij samen met mij naar zijn eigen verhaal. Dat zijn heel dierbare momenten. Helend voor de cliënt en ook steeds weer voor mij.

Soms zoek ik zelf een liedje uit waarvan ik vermoed dat het past op dat moment, dat het helpt om dat deel dat in de schaduw verblijft in het licht te zetten. Het liedje van Claudia de Breij Mag ik dan bij jou maakt bij veel mensen iets los. Vooral wanneer ze zich alleen voelen en het idee hebben dat er voor hen niemand is om op te leunen.

MAG IK DAN BIJ JE SCHUILEN
ALS HET NERGENS ANDERS KAN
EN ALS IK MOET HUILEN
DROOG JIJ MIJN TRANEN DAN.

Ik ben het aan het oefenen op de gitaar. Ik kijk uit naar het moment dat ik de moed heb om dat te zingen en te spelen in plaats van de IPad daarvoor tevoorschijn te halen. 🎸

*Cathelijne Veenkamp
Riding the Waves, Utrecht
coaching – psychotherapie – training
www.ridingthewaves.nl*



UNTITLED#20
ANUTOSH

RONDETAFELGESPREK

De waarde van kunst voor begeleidingswerk

TEKST: ANNEMIJN BIRNIE EN MIRJAM DIRKX • BEELD: ANUTOSH

Een avond in het najaar met beeldend kunstenaar Anutosh, filosoof en organisatieadviseur Mieke Moor, Phoenix-directeur Morten Hjort, trainer/coach en pianiste Mirjam Dirkx en begeleider en beeldend kunstenaar Annemijn Birnie. Locatie: de trainingsruimte op Raiffeisenlaan 26b, voor het schilderij van Anutosh. Onderwerp van gesprek: de waarde van kunst in persoonlijk en professioneel begeleidingswerk.

Anutosh vertelt hoe hij met schilderen begint in een soort leegte, een innerlijk landschap. Zonder dat hij weet wat er gaat gebeuren, bouwt hij van daaruit het schilderij in een paar lagen op. 'Pas dan ga ik reageren, ontstaat er een dialoog. Door met verschillende materialen te werken die elkaar ook afstoten, zoals bij dit schilderij, ontstaat er frictie, conflict. De gele spikkels, die werken als een soort zonsverduistering als jij jouw ogen sluit, zijn een extra beeldelement. Zij geven het schilderij zout en peper en ruggen-graat.' Als Annemijn hem vraagt om iets meer te vertellen over zijn werk als innerlijk landschap, legt hij uit dat het voor hem gaat over het menselijk handelen, over beweegredenen. 'Ik heb overal ideeën en meningen over, en in plaats van die verbaal te spuien probeer ik ze te verinnerlijken en te vertalen naar een doek. Ik heb gemerkt dat hoe dwingender mijn beeldtaal is, hoe smaller mijn verhaal wordt. Het is spannend om iets van die kijkvrijheid in het doek te laten. Ik mik op een directe emotie in je hart of in je buik, en niet een intellectuele insteek'.

The painter

Annemijn en Mirjam stellen zichzelf voor aan de hand van een kunstwerk dat hen geraakt heeft, en nodigen de anderen uit dit-

zelfde te doen. Annemijn vertelt hoe het schilderij *The painter* van de Zuid-Afrikaanse kunstenaar Marlene Dumas haar bijblijft. Dumas schilderde haar dochter als klein meisje besmeurd met verf. 'Als ik schilder, dan schildert het kind in mij mee', vertelt Annemijn. 'Ik vind het fijn aan schilderen dat ik vies wordt, dat het doek vies wordt, en dat ik ruimte inneem door te knoeien. Het kind is schuldig en onschuldig tegelijk in dit werk. Het heeft rode en paarse verf of bloed aan zijn handen, het is maar hoe je het interpreteert. Bij mij werkt het zo dat het kind in mij moet vertellen, het moet ruimte innemen; en daardoor maak ik ook vuile handen'

De hand van God

Mirjam zat een half jaar geleden in het Muziekgebouw aan het IJ waar de pianist Pierre Laurend Aimard de *Vingt Regards* sur l'Enfant-Jésus van Olivier Messiaen speelde: twintig beschouwingen op het kind Jezus. God is een van de beschouwers, en telkens komt hij terug in de compositie. 'Elke keer als deze verstilde, maar rijk gekleurde akkoorden van God klonken, stroomden er tranen over mijn wangen. Geen verwrongen verdrietige tranen, meer tranen van ontroering', vertelt zij. »

'En tegelijkertijd – en dat durfde ik bijna niet te geloven, ik vond het zelfs stom – voelde ik een hand op mijn hoofd. Dat kan niet, dacht ik!' Even is het stil. 'Hoe dat precies werkt, vind ik wonderlijk. Misschien wil ik ook niet precies begrijpen wat er gebeurt. Het boeiende is dat ik zo'n hand op mijn hoofd niet zo goed ken. En als ik ze voel, ervaar ik mezelf heel klein en heel groot tegelijkertijd. Gedragen en verbonden met iets groters. Anutosh herkent dat een geïnspireerd musicus of kunstenaar een snaar kan raken op een laag die voorbij het persoonlijke gaat. Als voorbeeld noemt hij de gedichten van Rumi, een Sufi-dichter uit de dertiende eeuw. 'Zijn gedichten komen niet alleen uit zijn intellect voort. Ze hebben ook iets spiritueels, als door een groter principe geraakt. Tot in deze tijd weten zijn gedichten mensen te raken, daar zit voor mij goddelijke inspiratie in.'

Stendhalsyndroom

Over inspiratie gesproken, Mieke vertelt dat zij in de zomer in Orvieto in Italië was, waar een grote Duomo staat. Orvieto is een door de Etrusken gestichte stad op een hoge rots. Van de benedenstad loop je naar de bovenstad, en eenmaal boven stuit je op de zijkant van de Duomo. Deze is helemaal zwart-wit gestreept. 'Ontzettend knap gedaan want die stenen waren natuurlijk helemaal niet recht, terwijl de strepen allemaal recht zijn', zegt zij. 'Ik liep om de kerk heen en kwam voor het front te staan. Ik was vergeten hoe ongelooflijk mooi dat was, en ik moest huilen zo heftig kwam het op me over. Een soort 'stendhalsyndroom' – een psychische aandoening met fysieke reacties zoals duizeligheid, versnelde hartslag en zelfs psychoses, vernoemd naar de 19de-eeuwse Franse schrijver die beschreef hoe hij overspoeld werd door de schoonheid van het Uffizi. Dat mensen dat hebben gemaakt! Zij zijn er natuurlijk niet meer, maar het werk is er nog wel. En dat we daar nog steeds zo van kunnen genieten...'

Woordkunstenaar

Morten refereert aan de opleiding PBO (Professionele Begeleiding van Organisaties). Bij elk hoofdstuk in de map heeft Mirjam muziek gezocht die past bij het thema. 'Ik doe mijn stinkende best om zo'n tweedaagse in te leiden – ik durf met enige schroom te zeggen dat ik dan een soort kunstenaar met woorden ben – en dan heb ik de ervaring dat ik het precies zover kan verwoorden als met taal mogelijk is. Het komt heel nauw, want het is een richeltje waarbij je er net naast zit of er net op. Ik kan het ook niet echt voorbereiden want het moet op die dag ook een beetje naar me toe komen. En dan gaat Mirjam naar de piano, en zegt hetzelfde op een andere manier. Dat brengt een andere staat van bewustzijn. Als ik de ruimte groot maak, dan maakt zij de ruimte vervolgens nog groter. Het thema komt in

een groter verband terecht dat niet zo gemakkelijk met woorden toegankelijk is, zeker niet het lineaire woord.' Als Mieke opmerkt dat muziek daarin ongelooflijk onmiddellijk is, beaamt Morten dit direct. 'Bij de eerste klank is het er. Wij werken binnen Phoenix veel met het 'ik' en het 'Zelf'. Volgens mij is kunst een toegangspoort tot het Zelf, tot dat hele grote onbewuste veld waar we uit voortkomen. Het veld dat eigenlijk niet gekend kan worden. Je kunt er wel rondreizen, maar je kunt nooit zeggen: 'Ik heb het uitgezocht.'

Annemijn benadrukt dat ook het lichaam een belangrijke factor in het scheppende proces is. 'De fenomenoloog Maurice Merleau-Ponty zegt: 'De geest kan niet schilderen, het lichaam wel.' 'We kunnen het over God hebben, maar het komt ook uit mij, de kwast is een verlengstuk van mijn lijf.'

Anutosh: 'Karel Appel heeft daar een gevleugelde uitspraak over gedaan: 'De scheppende gedachte bestaat niet uit ideeën, ze is een ontmoeting van geest en materie.' Als het echt een scheppend proces is, ben je zelf vrij leeg en dan komt het door je heen. Ik denk dat precies daar een overlap is tussen met mensen werken in begeleiding of met een schilderij werken. Als ik er tussen ga zitten dan is het in ieder geval bij mij vaak stroever.'

Het gesprek loopt door.

Over Joseph Beuys' uitspraak 'Jeder Mensch ist ein Künstler', over het werken met kunst in organisaties, over vormkracht en vrijheid, over schoonheid en rauwheid. Een boeiende verkenning waarin de werking én de magie van kunst in begeleidingswerk de leidraad vormt. Lees het hele artikel op www.phoenixopleidingen.nl/phoenixindepers

Anutosh:	Beeldend kunstenaar. Columnist voor www.galleries.nl
Morten Hjort:	Opleider, trainer en directeur bij Phoenix Opleidingen.
Mieke Moor:	Filosoof en organisatieadviseur voor Twinstra Gudde. Schrijfster van het boek Tussen de regels; een esthetische beschouwing over geweld van organisaties.
Mirjam Dirkx:	Pianiste, coach en trainer. Biedt muzikale metaforen binnen de opleiding PBO en schrijft voor Phoenix Opleidingen.
Annemijn Birnie:	Psychosociaal en creatief begeleider, beeldend kunstenaar.

*Mirjam Dirkx en Annemijn Birnie schreven samen het boek
De muzen aan het woord, werken met beeld en klank in
coaching, therapie en training.*

JIJ EN IK

Jij en ik,
Nacht en dag,
Donker en licht,

Wantrouwen en vertrouwen,
Achterdochtig en naïef,

Man en vrouw,
Moederszoon en vadersdochter,

Wanneer ontmoeten wij elkaar,
Wetende dat een dag niet zonder
een nacht kan en andersom.

JUDITH GUIJS-GOUDSMIT

Moeder en dochter, terug naar je vrouwelijke bron

EEN ERVARING

TEKST: DEELNEEMSTER WORKSHOP • BEELD: DOTS & STRIPES

In de week dat ik mijzelf de moeder/dochterworkshop cadeau gaf, vond mijn oudste dochter van 20 een kamer in Utrecht. Het leek me leuk om tijdens deze tweedaagse workshop bij haar te overnachten. Wij lijken erg op elkaar en botsen gemakkelijk. In haar puberjaren hebben wij zeer heftig gestreden. Na een jaar reizen studeert ze nu pedagogiek en de heftigheid van de puberteit dient zich soms weer aan. Bij nader inzien leek het me dus toch prettiger om elders te overnachten. Om de ingetrokken logeerpartij wat minder bloot te leggen, stelde ik voor om samen uit eten te gaan; dat hadden we nog nooit samen gedaan.

Na de verhalen van haar eerste stagedag vroeg ze hoe mijn dag geweest was. Ik vertelde van het mooie beginedicht Ik had je een kus willen geven en van de heerlijke Afrikaanse danswarming-up. Ook vertelde ik over de geleide fantasieoefening: 'stel je voor dat je moeder deze ruimte binnenkomt.' Ik beschreef hoe ik mijn moeder zag binnenkomen en dat ik zó graag even wilde leunen, maar dat mijn hoofd het al snel overnam: 'Hé kom op, ze was 50 toen ze doodging. Je bent nu ouder dan zij was.' Dat ik toen haar chemokoppie weer voor me zag en dat ik daarna geen beeld meer had.

Ik zag dat mijn dochter was afgehaakt en voelde dat ik het minder persoonlijk moest vertellen, wilde ik haar erbij houden. Ik vertelde van de indrukwekkende krachten van ordening in de natuur. Dat als er ergens een verstoring is in de ordening, het generaties lang stagnatie geeft en steeds maar weer wordt doorgegeven. Dat als je zelf geen kind hebt kunnen zijn, je dat als schaduwkant met je meedraagt en uitdraagt in je moederschap. Ze hoorde het aan. Ik vertelde van een jonge vrouw in de groep die me erg aan haar deed denken. Nu haakte ze met haar volle aandacht weer aan. Dat deze vrouw op een stoel mocht gaan staan en dat deze positie haar beter paste dan het oog-in-oog met haar moeder staan. 'Ja, dat snap ik wel', zei ze. Ik vertelde dat deze vrouw uiteindelijk, met alle weerstand van dien, op één knie voor haar moeder zat en haar gevraagd werd te buigen voor haar moeder.

'Te buigen?'

'Ja, buigen voor haar moeder en haar lot.'

'Zij heeft toch niet gevraagd om al die shit van haar moeder, ik heb toch ook niet gevraagd om al die shit van jou?'

'Nee, en die moeder ook niet. Het is haar lot.'

'Nou, ik vind het nogal wat.'

'Ja, is het ook.'

Het eten was klaar en ik bracht haar naar haar bus. Die avond stuur ik haar een sms'je. 'Ik vond het fijn om met jou samen te zijn vanavond. Je was, bent en blijft mijn prachtige eerste kind.' De volgende ochtend ontving ik dit sms'je: 'Mam, jij bent mijn enige, prachtige moeder. Ik buig voor jou. Liefs, xxx.'

Wat een cadeau...

De wijsheid van het paardenveld

TEKST: SASKIA TEPPEMA

Met zes vertrouwde Phoenixintervisiemaatjes gaan we onder leiding van Maatje Bon een dag met haar dieren aan het werk. Na de koffie, een filmpje van Klaus Hempfling en de inventarisatie van onze leerwensen, mogen we 'ons' paard uitzoeken. Maatje maakt wat aantekeningen als ik haar vertel dat ik een vraag over leiderschap heb. Eenmaal buiten worden we vriendelijk ontvangen door de nieuwsgierige ezels die met hun grote oren open naar voren ons opwachten. Het is koud en helder. Het uitzicht wijds en groen. Kraaien en buizerds vliegen over en in de verte is het gekakel van een megaschuur vol kippen en hanen te horen. De paarden kunnen hun eigen routes lopen door het bewust gecreëerde labyrint van Maatje.

Als ik tussen de ezels sta die lekker tegen me aanschurken, kijk ik rond. Een van de paarden, Raimondo, wil niets van me weten. Ik loop naar hem toe. Weg is 'ie. 'Dat is mijn paard', weet ik direct. Alleen, hoe krijg ik 'm te pakken? O ja, leiderschap. Met een halster in de hand loop ik achter hem aan. Hooghartig kijkt hij achterom als ik stilsta in het smalle gangetje tussen twee weilanden. 'Wat dacht je, dame, je doet je best maar!' laat hij me weten. Als we bij het tweede wekje aankomen, gaat hij er vandoor. Dat wordt nog een hele klus. Ik krijg gelukkig bijstand van Maatje, die me achter mijn rug influistert wat ik kan doen. 'Hier in deze wei gaat het gebeuren, Sas', zegt ze ferm. Zo moet dat dus. Beslissen wat ik wil. Het is wel een kwartier kat-en-muisspel, uh, paarden-mensspel. Als ik hem vanaf de rechterflank benader, vliegt hij naar links. En vice versa. Ik voorkom dat hij er tussenuit piept en ik geef hem ruimte om te rennen. Dan ineens staat hij stil op een hoop zand en kijkt me strak aan. 'Zo, dit is mijn plek.' Ik loop rustig en een beetje scheef naar hem toe. Dan buigt hij zijn hoofd. Alsof het de gewoonste zaak van de wereld is, schuif ik hem het halster om. Zijn ogen dicht bij die van mij. Ik mag zijn vriendje zijn. Dan wandel ik samen met hem terug naar de anderen. Geen enkele weerstand. We hebben immers contact. 'Kijk eens wat ik heb opgeschreven?' Maatje laat me haar aantekeningen zien. In het hoekje staat 'Rai'. 'Ik wist direct dat hij jouw paard was', zegt ze met een lach.

Nadat we doorgewarmd zijn met broodjes en soep bij de kachel legt Maatje schapenvachten buiten op de tuinstoelen. We zitten in de lage winterzon in het paardendomein. We beleven ontroerende opstellingen waar de dieren zich geheel autonoom mee komen bemoeien. Ze spiegelen, nodigen uit, geven richting, nemen plek, troosten, zijn het voorbeeld en lezen feilloos de innerlijke bewegingen die gaande zijn in onze zielen.

Maatje weet hun taal waar nodig in die van ons te vertalen. Even denk ik nog dat het toeval is. Dat Maatje hen geheime instructies heeft gegeven of speciaal voer. Maar we zijn echt in een ander veld terechtgekomen. Het veld van de paarden en de ezels, die weten zonder na te denken. Die communiceren met hun lijf en hun bewegingen. Dan is het mijn beurt. Mijn vraag over dienend leiderschap. Al snel blijkt hoe loyaliteit me afhoudt van mijn vrije keuze. Ik deel wat van binnen is. 'Het is een soort innerlijke verlamming'. Nog in het gesprek met Maatje loopt een van de paardjes trefzeker op me af en duwt met zijn snuit tegen mijn kin. 'Hup, in je hoeven!' laat hij me weten. 'Maak je los, je hebt wat te doen, in ieder geval je eigen weg te kiezen.' Gelukkig vertaalt Maatje. En als ik ben opgestaan, gooit de ezel om dit besluit te bekrachtigen, achter mij mijn stoel om. Ik moet lachen, begin me vrij te voelen én ik heb een klus te doen. Dan kijk ik in de ogen van mijn loyaliteit. 'Das war einmal', ik kan afscheid nemen. Ik verzamel moed om hen los te laten. Als ik me omdraai, kijk ik in twee lachende gezichten van mijn toekomst. 'Kom spelen, maar zorgvuldigheid geboden', krijg ik van hen mee. Mijn oermoeder straalt een aardse, immer steunende kracht uit, bevestigd door een paard dat ons bij elkaar brengt. Het beeld vestigt zich onuitwisbaar onder mijn huid.

Als we samen nagenieten van de mooie opstellingen, trekt de zon zich terug achter de grote schuur. De lucht donkert en wat sneeuwvolkjes vallen. We gaan naar binnen. Thee verwarmt wat er binnen nog niet warm was. Dat is niet zoveel. Met een vol en dankbaar hart nemen we afscheid. Wat een mooie dag. Dag paarden, dag ezels, dag Maatje, dank jullie wel.

Maatje Bon is oud-cursist van Phoenix en werkt binnen de workshop Ongewild Kinderloos – vervolg samen met Anca Poll met paardenopstellingen. www.bonspirit.nl

Ethiek en verlangen

TEKST: MARJA GRIFFIOEN

*Als je een schip wil bouwen,
trommel dan geen mensen bij elkaar
om voor het hout te zorgen,
orders te geven en het werk te delen,
maar roep in hen het verlangen wakker
naar de uitgestrekte, eindeloze zee.*

ANTOINE DE SAINT EXUPÉRY

Verlangen is een essentieel en krachtig vermogen van ons mensen. Verlangen brengt ons in beweging. Het doet ons (uit-)reiken en voedt de wil om verder te komen, om beter te worden. Verlangen naar het goede is de titel van een spraakmakend boek over bouwstenen voor (een christelijke) ethiek. 'Het gaat in deze ethiek over wie we ten diepste zijn en hoe we kunnen zoeken naar het goede', schrijft auteur Patrick Nullens. De socioloog Richard Sennett koppelt 'verlangen naar het goede' aan het ambacht, vakmanschap: 'Vakmanschap staat voor een duurzame, basale menselijke drijfveer, het verlangen om werk goed uit te voeren omwille van het werk zelf.' Velen van ons zullen dit herkennen; het verlangen ons werk 'goed' uit te voeren omwille van het werk zelf; omwille van het op weg helpen van degenen waar we mee werken; omwille van onszelf. In dit proces is het onvermijdelijk dat we vaak en veel worden geconfronteerd met de vraag naar het goede. Wat is het 'goede'? En kunnen we weten wat het goede is? Op welke laag moeten we zijn om een antwoord te vinden op de vragen die een perspectief bieden op de consequenties van ons handelen?

Ethiek wordt vaak ingezet als toetsing achteraf. We kijken terug op een begeleidingstraject en beoordelen onszelf of anderen op het 'goede', het 'minder goede' of zelfs het 'slechte' daarin. Toetsing achteraf is een valkuil van en voor het vakmanschap. Het ambacht vraagt om ethische reflectie tijdens het gehele werkproces. In de ontmoeting met de Ander dienen wij ons bewust te zijn van onze primaire, 'ethische' vooronderstellingen die liggen besloten in ons groepsgevoel. En wij dienen kennis te hebben van de instinctieve bewegingen die daaruit voortvloeien. Waarom? We kunnen nooit zeker weten wat het goede is in ons begeleidingsvak. We kunnen 'slechts' streven naar het creëren van een vrije ruimte waarin de Ander tevoorschijn kan komen in zijn autonomie, zijn heilheid en gebrokenheid, zijn identiteit en zijn zingevende existentie. Dat betekent dat wij daadwerkelijk present moeten zijn, bewust van onze ethische bagage uit het nest van herkomst en bewust van hoe wij dat overdragen in onze (begeleidings-) relaties. Voorwaar geen gemakkelijke opgave. Maar wel een mooie. We worden gedreven door het verlangen ons werk goed en menswaardig uit te voeren; door het verlangen recht te doen aan de Ander en onszelf; door het verlangen ons te bewegen in een onbezette ruimte waarin het verhaal van de ander én van onszelf tevoorschijn kan komen. Ethische sensibele en ethische reflectie zijn voorwaarden voor de totstandkoming van die vrije ruimte. Een ruimte waarin wij met ons verhaal kunnen thuiskomen in onszelf.

**Ethische
Commissie**
Phoenix Opleidingen

Ben je geïnteresseerd en wil je ook deelnemer worden aan de Ethische Code? Neem dan contact op met Helga de Koff: 030 - 271 13 83 of helgadekoff@phoenixopleidingen.nl

Boekbespreking



Ik kom terug

ADRIAAN VAN DIS

TEKST: SANDRA VAN DER MAAREL

Dit nieuwste boek van Van Dis won onlangs de Libris Literatuurprijs 2015. Voor het eerst schrijft van Dis over zijn moeder. Hun relatie was slecht en er is nauwelijks contact tussen moeder en zoon. Dan, op een dag, belt zij hem: 'Wanneer ben je weer eens in Holland? Je moet iets voor me doen.' Ze is dan achtennegentig. Stap voor stap neemt ze haar zoon mee in brokjes van haar verleden: de stugge familie uit Zeeuws-Vlaanderen en de Eerste Wereldoorlog, Nederlands-Indië, het Jappenkamp. Zij bepaalt het tempo. Hij wil openheid en haar verhalen, want haar einde nadert. Zij geeft hem minieme brokjes informatie op voorwaarde dat hij amandelkrullen van de allerbeste bakker meeneemt. Zo moet hij steeds terugkomen. Manipulatief is ze. Van Dis doet wat ze vraagt: 'Ja mammië.' Symbolisch is het gevecht met de kist aan het begin van het boek. Zij gilt, ze vechten, zij wint: 'Ze won. De kist werd weer naar binnen gesleept. Lap erover.' Van Dis omschrijft haar als bokkig, boosaardig, sarcastisch. Slechts heel zelden is er een teder moment. En zelfs als ze dood is wint ze: 'Een lege kist gaapte ons aan, of bijna leeg: in een hoek lag een mousseline zakje, er zaten twee lange kanten handschoenen in – we herkenden ze van ons moeders trouwfoto.' Van Dis ontroert. Hij omschrijft de zware situaties met humor en luchtigheid. Een juweel van een boek. In een adem uitgelezen.



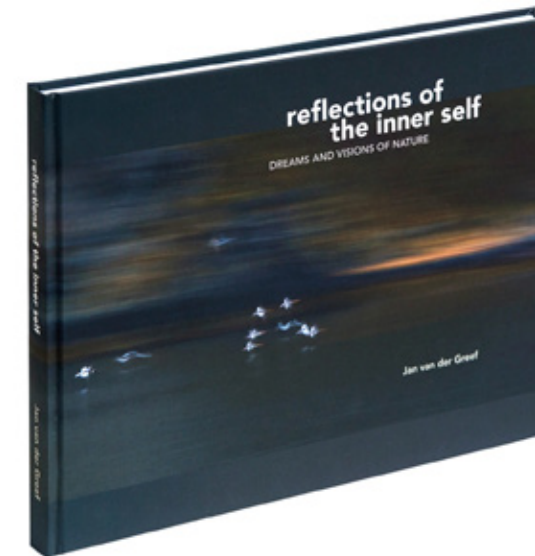
Eendagsvlinders

IRVIN D. YALOM (2015)

TEKST: SANDRA VAN DER MAAREL

'We zijn allemaal mensen van de dag. Er komt een dag dat je alles bent vergeten, er komt een tijd dat iedereen jou is vergeten.'

Dit citaat, afkomstig uit het boek Overpeinzingen dat Marcus Aurelius zo'n 2000 jaar geleden schreef, is de kern van het tiende en laatste hoofdstuk uit het nieuwste boek van, zoals op de achterflap staat, 'een van de beroemdste psychiaters ter wereld'. In een tiental hoofdstukken omschrijft Yalom de verhalen van tien van zijn patiënten, waaronder de tachtigjarige Paul, de forse zeventigjarige Russische ex-ballerina Natasja en de dodelijk zieke Ellie. Yalom licht de wezenlijke kwesties op als ouder worden, angst voor de dood, het maken van keuzes, fundamentele eenzaamheid en het zoeken naar een betekenisvol leven. Yalom keert zich tegen de kortdurende psychotherapeutische behandelingen die zich richten op een ziektebeeld. Hij gelooft daar niet in. Hij hecht grote waarde aan het opbouwen van een eerlijke relatie met zijn cliënten en het zien van de hele mens. Net als zijn andere boeken leest Eendagsvlinders als een, bij vlagen, spannende roman.



Reflections of the inner self

JAN VAN DER GREEF

TEKST: JOKE EGBERTS

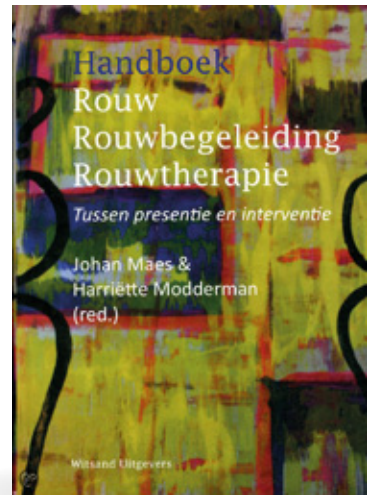
Systemisch werk en de natuurfotografie van Jan van der Greef

Van sept 2014 tot maart 2015 deed ik de Phoenixopleiding Systemisch Werken. Nu is er niet direct een verband tussen systemisch werk en fotografie. En ook ben ik zelf niet speciaal een fotoliefhebber. Wel was ik in de periode van de opleiding waarschijnlijk (nog) ontvankelijker voor alle moois in de wereld. Hoe dan ook, in januari dit jaar werd ik plotseling gegrepen door de natuurfotografie van Jan van der Greef: dieren, landschappen, luchten, wolken, winden en groei, heel veel groei, met zondermeer ook heel veel liefde erin.

Jan van der Greef is wetenschapper bij TNO, 'maar' wel een interessante, omdat hij onder andere met systeemtheorie bezig is en daarbij ook bruggen bouwt tussen Oost en West. Hijzelf noemde zijn laatste fotoboek Reflections of the inner self, omdat hij meent dat wat je probeert te vangen, altijd weerspiegelt wie je zelf bent. En zo is het.

In het boek Reflections of the inner self neemt hij je, zoals hij zegt, mee naar 'momenten van 'Oneness', gedreven door zijn passie voor de natuur. Het boek probeert ervaringen te verbeelden van verbondenheid met alles om je heen, 'waar denken, onzekerheden en oordelen langzaam verdampen'. In het boek vind je 'verwondering, universele wijsheden en korte persoonlijke ervaringen rondom verbinding, onbevangenheid, acceptatie en liefde voor jezelf. Het raakt aan het tijdloze gevoel van louter 'zijn' in de stroom en ritmiek van het leven. Een reis in bewustzijn naar de essentie van jezelf, waarbij ontmoeting plaatsvindt tussen de binnen- en buitenwereld, die uiteindelijk één verbonden wereld blijken te zijn. Een levenspad op weg naar de ultieme vrijheid in verbondenheid.' Zo beschrijft hij het op zijn website janvandergreef.com.

Enfin, warm aanbevolen dus. Net als die opleiding Systemisch werk overigens. Die smaakte zonder twijfel ook naar meer.



Handboek Rouw, Rouwbegeleiding, Rouwtherapie

JOHAN MAES
& HARRIËTTE MODDERMAN

TEKST: STEFAN WOUTENBERG

In 2007 verscheen *Leven met Gemis* met als ondertitel: *Handboek over rouw, rouwbegeleiding en rouwtherapie* onder redactie van Johan Maes. Vorig jaar verscheen een nieuwe versie, nu met de titel *Handboek Rouw, Rouwbegeleiding en Rouwtherapie* en ondertitel: *Tussen presentie en interventie*. In het laatst verschenen handboek werkt Johan Maes samen met Harriëtte Modderman als redacteur van een lijvig boek over rouw, vanuit zowel wetenschappelijk als therapeutisch perspectief.

Johan Maes en Harriëtte Modderman benadrukken dat rouw in onze maatschappij nog al te vaak wordt gezien als een afwijking van het gewone, als een emotionele pijn waarvan je zo snel mogelijk moet herstellen. Rouw mag zo wel een proces zijn, maar het moet wel een eindpunt hebben. Terwijl zowel wetenschappelijk onderzoek als de therapeutische praktijk aantoont dat dit zo niet (voor iedereen) werkt: 'Rouwenden laten niet los, pijn wordt niet altijd opgelost met er doorheen te gaan, er is

geen eindpunt, er is geen vastliggende plek en het is niet zo dat het verlies oplost doordat je er veel over praat. (...) Hulpverlening gebaseerd op deze rouwmodellen blijkt dan ook zelfs vaak niet effectief te zijn en soms schadelijk omdat ze kan ingaan tegen de eigen copingstijl en –strategieën. Een meerderheid van de mensen kan verlieservaringen integreren, kan (leren) leven met gemis en verlies vanuit veerkracht.'

Het boek bevat bijdragen van zo goed als iedereen die ertoe doet in rouwland in Nederland en Vlaanderen, waaronder een aantal goede bekenden bij Phoenix: Riet Fiddelaers en Sabine Noten schreven een artikel over rouw vanuit systemisch perspectief en hoe te werken met de splitsing van de ziel in de praktijk; Wibe Veenbaas, Marja Griffioen en Mirjam Broekhuizen schrijven in hun bijdrage *Gestolde liefde* over overdracht en tegenoverdracht in rouwbegeleiding; Joke Goudswaard heeft het in *Het wachtwoord is liefde* over rouwverwerking met kinderen en jongeren vanuit systemisch en metaforisch perspectief.

Dit boek is een waardevol naslagwerk en inspiratiebron voor iedereen die werkt met rouw. Het biedt een uitgebreid overzicht van wat we nu weten over werken met rouw en is tegelijkertijd een aanmoediging om je eigen stijl te blijven ontwikkelen. Dat is ook wat dit boek steeds weer vertelt: ieder mens heeft verlieservaringen en ieder mens heeft een eigen manier om dit verlies te integreren. Een boek over rouwen, een boek over liefhebben: 'Als je onverschrokken oog in oog met verdriet kunt staan, kun je ook oog in oog met de liefde staan.'



Onrust in het kinderhart

KITA BRONDA

TEKST: STEFAN WOUTENBERG

Afgelopen najaar verscheen het boek *Onrust in het kinderhart* van Kita Bronda – een boek over opvoeden vanuit systemisch perspectief. Kita volgde een flink aantal opleidingen bij Phoenix Opleidingen. Ik deed met haar samen de driejarige opleiding.

Onrust in het kinderhart beschrijft hoe Systemisch Werk een ingang biedt voor het oplossen van gedragsproblemen bij kinderen en jongeren. Naast Systemisch Werk, haar belangrijkste inspiratiebron, besteedt Kita aandacht aan ontwikkelingspsychologie en neurobiologie. Het boek is in eerste instantie geschreven voor opvoeders en in tweede instantie voor mensen die beroepsmatig met kinderen en jongeren werken, en die (nog) niet bekend zijn met systemisch werk.

Het is een goed leesbaar boek, met name door de vele voorbeelden uit de dagelijkse praktijk van Kita, bijvoorbeeld: Jessin (3) die constant aandacht wil; Joost (10) die onrustig is in de klas; Linda (6) die niet bereikbaar is tijdens en na een driftbui; Senna (7) die verlegen en angstig is na een ziekte; Leon (7) die angstig is en leugens vertelt; Jasper (17) die veel gamet en Iris (12) die

momenten van zelfhaat kent. Kita beschrijft hoe in deze voorbeelden de systemen van herkomst weerklinken en koppelt dit aan praktische tips voor de opvoeders. De opvoeders zetten steeds de eerste stap, dat bevalt me goed aan dit boek. Steeds weer laat Kita zien hoe ouders, door aandacht te hebben voor hun eigen bindingen en verstrikkingen, minder gebonden en zo meer verbonden raken met hun eigen kinderen. Ook haar eigen geschiedenis neemt Kita hierin mee.

De voorbeelden passen grotendeels goed binnen de theorie die Kita aan bod laat komen. Ik vind het inspirerend hoe Kita, wat ze heeft geleerd bij Phoenix, combineert met het werk van Franz Ruppert en Stephan Hausner. Zo biedt dit boek echt een handzame introductie tot Systemisch Werken en het begeleiden van opvoeders en is het een aansprekende beschrijving van hoe Kita in haar werk tot uitdrukking komt.



DE VUURVOGEL

Te hoog gevlogen. De hitte van de zon heeft de was van je vleugels weggesmolten. Je zoekt gehavend naar een schuilplaats om je wonden te likken. Kom tot rust en wees heel stil, tot je ergens in de verte de vuurvogel hoort. Haar lokroep voert je naar een nieuwe wereld.

IRIS DEPASSÉ

Iris Depassé volgde bij Phoenix de opleiding in Professionele Begeleiding. Zij is eigenaar van De Ommezwaai, een bureau voor loopbaanadvies, coaching en opleidingen. Na een burnout maakt zij nu haar eigen ommezwaai naar de kunst. Zij maakt abstracte foto's en schilderijen, die te zien zijn op www.irisdepasse.nl.



Dan neem je toch gewoon een hond?

DE KUNST VAN HET ROUWEN

TEKST: LIZETTE HOFSTEENGE, STEPHANIE HULSHOF EN MARISKA VAN VEENEN • BEELD: BOY HAZES

Theatergezelschap De Kunst van het Rouwen speelt de voorstelling 'Dan neem je toch gewoon een hond?'. Aan de hand van hun eigen verhalen vertellen de speelsters het verhaal van het verlies van hun geliefde aan de dood en wat ze allemaal tegenkomen in het soms onbegaanbare landschap van rouw. Daarnaast is er het derde verhaal, dat van de omgeving, die in het begin luistert, troost, ondersteunt, het wellicht probeert op te lossen maar zelf ook wordt geraakt in haar eigen onvermogen om te gaan met de dood. Dat de dood plotseling kan verschijnen en dat je verdriet niet kunt oplossen is iets wat we moeilijk kunnen verdragen. Tja ach, dan neem je toch gewoon een hond?

Het begin: En toen werd plotseling alles anders

Mariska: 'In mijn eindwerkstuk van de Maskermaker schreef ik bij verlangens: een voorstelling maken over verlies aan de dood, met vrouwen. Het was me duidelijk dat ik er iets mee moest. Dat ik naar buiten moest komen met het verlies van mijn partner Enno omdat het anders ondergronds zou doorwoekeren en knagen.'

Lizette: 'Ik zei meteen ja toen ze me vroeg. We kenden elkaar van de theateropleiding. Uren heb ik geluisterd naar haar verhaal. Soms lag het een tijd stil en dan vonden we elkaar weer. We gingen scènes schrijven op kaartjes. Dan lag het weer stil. Iemand zei: Dat hoort zo bij rouw:

stokken en stromen.'

Stephanie: 'En toen vroegen ze mij. Ik verloor mijn partner Wiebe plotseling aan de dood. Ik wilde al lang met rouw en theater aan de slag. Ik kende Lizette. Mariska was nieuw maar in haar verhaal ervoer ik een groot brok van herkenning. Tegelijkertijd was meteen duidelijk dat we zo verschillend met rouw omgingen en -gaan.'

Mariska: 'Eigenlijk was het direct duidelijk: nu zijn we met drie.'

Lizette: 'Theatraal ook veel interessanter. Ook dat verschil in rouwen, dat we ook in de voorstelling laten zien.'

Mariska: 'Ja, en toen de stap van praten naar spelen. We hebben op een gegeven moment maar een repetitieruimte gehuurd.'

Stephanie: 'De eerste keer was >

doodeng. We gingen maar wel praten, maar dan gewoon in de repetitieruimte staan, haha...'

Mariska: 'De zelfcriticus vierde hoogtij. Ik kan het niet, zij kunnen het beter. Wie zit hier in godsnaam op te wachten?'

Lizette: 'En ik maar zoeken naar mijn rol als niet-weduwe. We wilden geen voorstelling alleen met monologen van weduwes. We wilden ook de omgeving een stem geven. En het zoeken naar hoe je troost kan zijn.'

Stephanie: 'Ik wilde mijn verhaal vertellen en ook weer niet, omdat ik me afvroeg of het eigenlijk wel goed voor me was, steeds weer naar dat moment van zijn plotselinge dood.'

Mariska: 'Gek werd ik er soms van, de twijfel, de hang naar perfectie. Steeds weer opnieuw beginnen. En ook de intensiteit die we opriepen om zo met ons eigen verhaal bezig te zijn. Ik ben op een gegeven moment gaan schrijven, heb een begin gemaakt met wat we geïmproviseerd hadden en met teksten van mezelf en anderen. Als dramaturgie de beweging van beginnen bij de dood, langs de schrik, de vlucht en de omkeer.'

Stephanie: 'Nog meer rust kwam er toen we regisseuse Margreet Blanken erbij vroegen. Ik kende haar van andere producties. Zij heeft zelf ook van haar eigen verhaal een voorstelling gemaakt en een schitterende monoloog van Etty Hillesum. Er kwam rust en focus. Want daarvoor waren we alle drie én

acteur én maker én regisseur, beetje verwarrend.'

Naar buiten: In zijn ogen zie ik dat het waar is

Mariska: 'Tijdens de Trainersopleiding leerde ik de beweging van binnen naar buiten, dan weer van buiten naar binnen et cetera. Als een soort weven. Voor mij betekende dit: allerlei mensen ontmoeten. Zoals de begrafenis-onderneemster van Enno die ons aan de eerste plek hielp om te spelen bij haar netwerkbijeenkomst. Dat gaf richting.'

Lizette: 'En daar zaten we dan in het spreekkamertje van Joke Goudswaard in Alkmaar met de eerste versie van ons script dat we zijn gaan voorlezen.'

Stephanie: 'Met z'n drieën in de auto naar Riet Fiddelaers-Jaspers in Heeze. Naar een bevriend theatermaakster Marjan in Nijmegen. En nog meer.'

Mariska: 'Bedding zoeken, inspiratie en weer verder.'

Stephanie: 'Op verschillende plekken hebben we stukjes voorgelezen, met alle zelfkritiek van dien.'

Mariska: 'Toen we Margreet Blanken de eerste keer ontmoetten was het ook direct helder, met haar willen we werken. We dachten dat we nog heel veel aan het script moesten veranderen, maar zij accepteerde het zoals het was. Zij zag het als af. Dat gaf zoveel rust.'

MIJN EIGEN TEKSTEN LEREN BETEKENDE MIJN EIGEN VERHAAL LEREN

Lizette: 'Met Margreet op de regisseursstoel konden wij gaan spelen. We konden met onze eigen rol bezig zijn. Het spel vraagt 'dicht op de huid'. Niet té dichtbij zodat we meegesleept worden door de emotie, maar ook niet te ver weg want dan zijn we niet meer voelbaar.'

Stephanie: 'Mijn eigen teksten leren betekende mijn eigen verhaal leren, van dat ik thuis kwam en Wiebe dood op de bank zat. Dat was soms echt zwaar. Het was fijn dat we toen samen teksten gingen leren.'

Mariska: 'Absurde momenten, wanneer ik mijn verhaal vertelde over het afscheid van Enno, dan kreeg ik te horen dat het wel wat sneller kon.'

Weer terug naar het begin: Dat ik niet meer hoeft te zoeken, maar kan huilen.

Lizette: 'De eerste voorstelling. We waren er klaar voor om naar buiten te komen. We hadden al wat kleine voorvertoninkjes gegeven aan de (nieuwe) mannen en een paar bekenden. Zij waren geraakt en reageerden heel positief.'

Mariska: 'We zaten voor de eerste voorstelling te wachten en toen vroeg ik me wel af waarom, waarom wil ik dit? Mijn eigen verhaal delen met heel mijn lijf en leden, voor al die ogen.'

Stephanie: 'Terwijl we aan het spelen waren zag ik hoe steeds meer mensen geraakt werden. Na de voorstelling waren de reacties overweldigend. Veel tranen en mensen die ik helemaal niet kende die me vastpakten, omhelsden.'

Mariska: 'En dan al die verschillende reacties: dat de rauwheid precies goed was, dat het juist meer troost vroeg, hoe je dan wel kon troosten, nee juist geen oplossingen geven. Dat het zo over liefde ging, nee juist zo over dood.'

Lizette: 'Het was zo duidelijk dat het raakte, dat we iets heel waardevols in handen hebben.'

Mariska: 'Het vraagt van ons elke keer weer terug te gaan naar wat wij ermee willen vertellen, heel klein en persoonlijk want al die verschillende behoeftes van het publiek kunnen we toch niet vervullen. Al is dat voor ons

alle drie wel de eerste beweging.'

Stephanie: 'En ook wij zijn dan weer zo verschillend, dus onze wij bestaat weer uit drie keer ik. Daar leren we voorzichtig beter mee om te gaan.'

Lizette: 'We hadden laatst weer een samenzijn op het kamertje van Joke. Zij bracht ons weer zo mooi terug naar ons eigen uitgangspunt. Want met die vraag kan het publiek dan ook naar huis.'

Lizette: 'Voor mij is dat de vraag: hoe doe ik dat, er zijn voor iemand in rouw? Niet in het rotgevoel komen wanneer je uit jezelf treedt en jezelf ziet reageren maar dat je reactie op de rouwende helemaal uit je tenen komt en iedere keer weer opnieuw ontstaat.'

Stephanie: 'Voor mij is dat de openheid dat alles er mag zijn in wat je tegenkomt in rouw. Ook het moment dat ik op de brug stond en niet meer wilde.'

Mariska: 'Voor mij is dat: Hoe doe ik dat, verliezen wat me zo dierbaar was en toch weer opnieuw beginnen, liefhebben, durf ik het er echt weer vol op te wagen?'

Lizette: 'Het is zo'n gaaf traject. Soms zo verrekte lastig maar die voorstelling, daar ga ik helemaal voor.'

Stephanie: 'Ik vind het zo leerzaam, ik heb er zo mijn hart aan verpand.'

Mariska: 'Dat we dit doen, met alles wat we tegenkomen, met al die mensen die we inmiddels om ons heen verzameld hebben, daar word ik toch echt wel een beetje stil van.' 🐦

Ik durf niet te zeggen
Dat ik van je houd
Bang dat je weggaat
Ach, bang ben
ik toch wel
En weg ga je ook, ooit
Dus laat me zeggen
Tussen nu en ooit
Dat ik van je houd

Theatergezelschap De Kunst van het Rouwen bestaat uit Lizette Hofsteenge, Stephanie Hulshof en Mariska van Veenen. De voorstelling wordt gespeeld voor organisaties, instellingen en theaters. Voor speeldata: www.dekunstvanhetrouwen.nl

Ontmoeting met een oude vrouw

TEKST: MAARTEN MICHIEL MAHLER

Geraakt was ik bij het lezen van het stuk van Mieke Sachs over de derde ruimte in Vuurvogel 21, waarin iemand beschrijft hoe zij voor een onderzoek een verpleeghuis bezocht. En ik dacht meteen: daar kun je een verhaal van maken. Natuurlijk vooral omdat ik met die ogen kijk en met die oren luister, op zoek naar motieven voor een verhaal dat ik vertellen kan. Ik ben aangesloten bij een vertelkring. Wij beoefenen met een groepje mensen in bescheiden kring de kunst van het verhalen vertellen. Ik heb de korte, door Mieke opgenomen, scène grotendeels zo gelaten, maar er wel iets meer verhaal omheen gemaakt.

Uit Vuurvogel 21, door Mieke Sachs:

‘Door een raam zag zij een oude dementerende vrouw, krom gebogen, in zichzelf gekeerd, de handen ineen gevouwen voor haar borst. Haar blik was leeg. Maar hoewel zij zich niet bewust leek van de wereld om zich heen, leek toch iets haar aandacht te trekken. Langzaam richtte zij haar blik omhoog en ontmoetten haar ogen die van de onderzoekster. Door het glas keken zij naar elkaar, waarbij de blik van de oude vrouw zich hechtte aan die van de jongere vrouw. De oude vrouw leek zich op te richten. Terwijl zij zo keken, vulden de ogen van de oude vrouw zich met tranen en langzaam rolde een traan over haar wang naar beneden. De jonge vrouw werd bevangen door medelijden, wilde de vrouw troosten, haar in de armen nemen. Zij maakte haar blik los van die van de oude vrouw en snelde de ruimte in waar de oude vrouw zich bevond. Die had zich afgewend van het raam, had haar handen weer voor haar borst gevouwen, haar blik was weer leeg en zij was weer terug in haar eigen wereld.’

De redactie was blij verrast door dit verhaal van Maarten Michiel Mahler, die zo geraakt was door een anekdote uit de vorige Vuurvogel dat hij er een verhaal over schreef. Een nieuw verhaal, geïnspireerd op een ervaring van iemand anders. Deze spontane reactie van Maarten Michiel bracht ons op het idee om een rubriek te beginnen, een 'Estafette der Muzen' als het ware, waarin we de ruimte geven aan verhalen, gedichten en reflecties die een reactie zijn op iets wat je in de Vuurvogel las. Als een fakkel van inspiratie die we doorgeven aan elkaar.

Ben jij geraakt, verrast of ontroerd door een verhaal, gedicht of iets anders wat je in de Vuurvogel leest? En inspireert het jou tot het maken van een nieuw gedicht, verhaal of beeld? Stuur het ons! We plaatsen het graag in deze nieuwe rubriek.

Verhaal over nabijheid

Veronica komt aan op haar fiets. Ze is vol verwachting. Ze bezoekt voor het eerst een verpleeghuis. Dit heeft zij uitgezocht als afstudeerproject voor haar opleiding tot beeldend kunstenaar. Het is haar grote wens: ze wil zich verdiepen in deze wereld van de ouder wordende mens. Het intrigeert haar, de gestalten, gebogen, kleiner, verstild. Tegelijkertijd is het of deze mensen vaak zo oneindig veel groter zijn, groter dan wat zij in het hier en nu van het dagelijkse leven kent, groter dan de meeste mensen uit haar leven. Hoe is zij tot dit idee gekomen? Waar komt haar wens, haar verwachting vandaan? Wat beweegt haar?

Als ze de laatste bocht om is rijdt ze recht op het grote huis af. Modern, strak. Een groot raam geeft zicht op een centrale woonkamer, een hal bijna zo groot, iets hoger gelegen. Het raam is hoog, zowat vanaf de vloer tot aan het dak. Het kijkt uit op een park, de laan tot dicht aan het huis. Als ze dichterbij komt om haar fiets neer te zetten is ze vlak onder het raam. Een oude vrouw valt haar op.

Haar eigen oma heeft ze nauwelijks gekend. Vaag herinnert ze zich het verdriet van haar moeder toen het oma zo slecht ging. Het was voor het eerst dat ze voelde wat het is als je moeder zo moet huilen. Ze kon er toen niet bij, maar het raakte haar, onbegrepen. Later pas kwam het begrip. Die enkele keer dat er over oma gesproken werd voelde ze de pijn, het verdriet bij moeder. Dan was het alsof haar moeder van binnen vertrok, ze wilde er niet over spreken, werd onbereikbaar. Er moest iets gebeurd zijn. 'Mama, waar ben je! Ik wil niet dat je zo ver weg gaat!'

De oude vrouw in het verzorgingscentrum zit vlak achter het raam, krom gebogen, in zichzelf gekeerd, de handen ineen gevouwen voor haar borst. Veronica zet haar fiets op slot en kijkt dan weer op naar de gestalte achter het raam. De blik van de oude vrouw is leeg. Maar hoewel zij zich niet bewust lijkt van de wereld om zich heen, is het opeens of toch iets haar aandacht trekt. Langzaam, heel langzaam richt zij haar blik wat op en ontmoeten haar ogen die van Veronica. Door het glas kijken zij naar elkaar, en de blik van de oude vrouw hecht zich aan die van jonge vrouw. De oude vrouw lijkt zich op te richten. En terwijl zij zo kijken, vullen de ogen van de oude vrouw zich met tranen en langzaam rolt een traan over haar wang naar beneden. Het raakt Veronica onverwacht diep, ze wordt bevangen door medelijden, ze wil de vrouw troosten, haar in de armen nemen. Een intens verlangen om dichtbij te zijn vervult haar.

En in een opwelling maakt ze haar blik los van die van de oude vrouw en snelt naar de ingang van het statige gebouw, de hal door, de ruimte in waar de oude vrouw zich bevindt. Die heeft zich nu afgewend van het raam, haar handen weer voor haar borst gevouwen, voorover gebogen. Veronica gaat door haar knieën om op ooghoogte te komen. Maar de blik van de oude vrouw is leeg en onbereikbaar. Zij is weer terug in haar eigen wereld. Veronica richt zich langzaam op, daar staat ze naast de oude vrouw, een hand op haar ronde schouder. Alleen.

Alleen? In de stilte voelt ze hoe een andere nabijheid haar vervult, als een warmte die door haar hele lijf gaat. 'Mama, nu voel ik je. Zo is het dus, en het is goed.' Ze is alleen, en dichterbij dan ooit.



Ze wordt later opener
Brieven bloeden uit hun woorden
In de kruik blijft water water
Deuren sluiten in zeven sloten tegelijk
Ze is dichter

JANINE PEEK

Taal is als zand.
De een verbouwt zijn fort tot een kasteel
De ander bakt koekjes

JANINE PEEK

Op dit moment werk ik niet meer als coach, maar dichter ben ik wel gebleven. Ik dicht niet voor mij brood, ik dicht voor mijn ziel. Het doel van poëzie binnen begeleidingswerk is voor mij: het openen van een vergezicht binnen het contract met de cliënt. Met poëzie schep ik als begeleider een perspectief dat door de cliënt nog niet gezien maar intuïtief al wel gevoeld wordt. Dat vraagt om behoedzaam handelen. De ander moet aan kunnen sluiten. Een goed gekozen gedicht geeft de cliënt een besef van richting als het gaat om het werk dat hij nog moet verrichten. Als begeleider levert de inzet van poëzie de broodnodige vertraging op. Een goed gekozen gedicht doet de ander stilstaan en met nieuwe ogen om zich heen kijken. Dan pas hoort hij de geluiden die resoneren in zijn lichaam en kan hij voelen wat het beeld in zijn ziel tweegbrengt. Een andere reden voor de inzet van poëzie is haar grondstof: taal. Die bouwsteen heeft de cliënt ook tot zijn beschikking. Met een gedicht geef ik hem de boodschap: ook jij zult woorden vinden om je verhaal te vertellen.

Alles kan bezongen worden

NIEUWE WORKSHOP

TEKST: SANDER REINALDA EN JOKE GOUDSWAARD

**Zu Hilfe! Zu Hilfe!
Sonst bin ich verloren.**

Zo komt niet alleen menig cliënt binnen bij zijn of haar begeleider, maar zo begint ook de opera Die Zauberflöte van Wolfgang Amadeus Mozart. De reis van de held is begonnen: gesteund én gehinderd door de twijfelende vogelvanger, afgeleid én waarlijk bemind door een liefvallige schone, bedreigd door de Koningin van de Nacht – de cliënt moet zich verhouden met de verschillende gelaagdheden van zijn bestaan.

In een nieuwe workshop laten de deelnemers zich meevoeren op de klanken van de muziek, herkennen zij zich in de thema's van het verhaal en onderzoeken zij hoe deze bijzondere reis van de held ook hun eigen reis is én die van hun cliënt. Voor wie zich wil laten inspireren en verfrissen en voor wie een opera als deze tot bron van begeleiden wil maken.

Veelbelovend zijn de slotwoorden van de opera.

*Es siegte die Stärke
und krönet zum Lohn
die Schönheit und Weisheit
mit ewiger Kron*

Hoe nieuw werk ontstaat

KNOWN & VELUM

TEKST & BEELD: JAN PIETER GOOTJES

De stilte is tastbaar. Hier ben ik. Onder mijn voeten wordt de ruimte groter en groter. Deze ontrolt zich. Naar voor, naar achter. Tot aan de randen. De stilte is materie.

Daar zie ik mijn vader staan. Hij licht op in de ruimte. Eindelijk zien we elkaar. Wat ben ik je lang kwijt geweest. Nadat ik jou als zeventienjarige, op die vroege dinsdagmorgen dood gevonden had. Ik heb je uit mijn leven gedacht. Nu, zo aanwezig, maak ik contact met je. In je nabijheid staat mijn moeder. Wij, met ons drieën, diep met elkaar verbonden. Ik voel dat ik uit jullie voortkom. Mama, je hebt me maanden onder je hart gedragen. Papa, jij hebt de tijd bepaald. Door jouw aanwezigheid in haar heb jij mij aan de tijd geklonken. Mama, je hebt mijn naam letter voor letter vastgezet in de tijd. Mijn naam groeide: Jan Pieter. Zo zal hij heten. Dat is zijn naam. Deze naam hebben jullie gesproken, gefluisterd, gezongen en uitgeschreeuwd. En ik? Verbonden aan de tijd, neem ik mijn naam mee. Ik ben door jullie gekend. Known.

Known

De beelden zijn er. Ik verbind ze met mijn ziel en met mijn hart. Steeds dieper. In het atelier ga ik aan het werk. Ik maak een serie 'zielesteentjes' waar het woord KNOWN in staat. Ik stel mezelf de volgende vragen: KNOWN, leef ik mijn naam? Leef ik de vertekening van mijn naam? Ga ik me openen voor wie ik werkelijk ben? Laat ik me voegen in de ordening, zodat ik de fluistering van mijn naam kan waarnemen? Wil ik de ordening ontmoeten? Waar moet ik dan langs? Kan ik tot overgave komen? Het lijkt zo zwart, zo diep. Nieuw werk ontstaat.

Ik laat tien dames het woord KNOWN borduren op een meterslange rol papier. In alle stilte werken ze eraan. Ik zoek de passende omgeving voor het werk. Het wordt een hardstenen kerkvloer in het noorden van Friesland. Onder deze vloer liggen de doden begraven. Het werk maakt zo de verbinding met de voorgelachten. Het werk lijkt op een open boekrol. In de uiteinden van de staven steek ik zwarte staarten van paarden. Ik maak een film, componeer het geluid van de ziel en neem dit op in de studio. Ik maak nog werk in lood. Nu is het beeld compleet.

KEN JE MIJ, WIE KEN JE DAN
WEET JIJ MIJ BETER DAN IK
- HUUB OOSTERHUIS



THERE IS A CRACK,
A CRACK IN EVERYTHING.
THAT'S HOW THE LIGHT
GETS IN LEONARD COHEN

Velum

De stilte is materie. In de stilte komt langzaam geluid.
Het geluid vertaalt zich in kleur. De kleur duwt naar de randen van
de ruimte en verdikt zich. Binnen deze ruimte kan ik zijn. 🐦

*Jan Pieter Gootjes heeft na de kunstacademie
(Academie Minerva) een aantal opleidingen
gevolgd bij Phoenix. Hij is leerlingbegeleider op
een middelbare school en heeft een eigen atelier.
Werk van Jan Pieter is te zien op
www.janpietergootjes.nl*



TEUNISBLOEM

Tussen open gaan en sluiten
Ontvouwt zich een verhaal
Over wat ten diepste besloten is

Omhuld door lagen van teer blad
Beweeg ik langzaam naar binnen
De nacht opent
Tot het diepst van mijn kern

En dan is er dat allesverstillende moment
Dat mijn volheid de jouwe ontmoet
De contrasten zo scherp
Dat de een de ander verlicht

Dan weet ik
Hier moet ik zijn
En hierheen keer ik terug

SASKIA THEUNISSEN-VAN HEIJNINGEN

Mijn favoriete gedicht heb ik onlangs zelf geschreven. Het gaat over mij en over de beweging die we allemaal maken in onze ontwikkeling om meer en meer te worden wie wij zijn. In mijn training en coaching voor gedragsverandering en prestatieverbetering werk ik ermee door het voor te lezen, door te laten zien hoe ik in de beweging voorga, en door het mee te geven. De titel verwijst naar mijn naam, die van mijn bedrijf Oenante (gebaseerd op de botanische naam) en de eigenschappen van de bloem. In het schermerdonker onthult de felgele bloem zich in enkele minuten, om zich bij het ontwaken van de dag weer te sluiten. In het bloeiseizoen herhaalt dit fenomeen zich iedere nacht. Gedichten schrijven is de muze in mij wakker roepen en leren vertrouwen dat het diepste donker het mooiste licht in zich heeft.

De groep als spiegel

TEKST: PETER HENNEVELD

Dat de groep laat zien wat ik buitensluit ben ik me, door de Opleiding Systemisch Werken, steeds bewuster geworden. Ze heeft me alerter gemaakt op mijn overdrachtsmomenten als trainer en coach. Deze te benoemen is krachtig en waardevol, en vraagt een grote mate van alertheid en de bereidheid van mij om er steeds weer 'langs' te gaan. Iedere keer opnieuw. Hoe kom ik dit tegen? Ik geef een paar voorbeelden.

ALS IK MIJN PIJNLIJKE DEEL NIET LIEFDEVOL OMARM DAN ZIE IK DAT TERUG IN DE GROEP.

'Ik voel me machteloos, geïrriteerd, afgewezen en die ene deelnemer verstoort steeds weer het proces!' Mijn lichaam verkrampt en mijn adem stukt. Ik sluit me af. Het voelt het alsof ik tegen een muur aanloop. Ik kan geen contact meer maken met de groep. Mijn hoofd zegt dat er vele externe oorzaken zijn voor deze gevoelens. Dit is echter een slimme uitvlucht om niet in contact te hoeven zijn met het kwetsbare in mij dat wordt aangeraakt. De magische beweging die volgt ken ik goed. Hard werken, mijn best doen. De eindevaluaties moeten goed zijn. Mijn ouders leefden dit principe voor.

'Kunnen ze niet zien dat ik er ook bij wil horen?' Accepteren dat ik doe wat ik doe is een leerproces, want ik wil het heel graag goed doen. Ik zie mijzelf weer op het schoolplein staan. Een onzeker jongetje met rood haar dat onbewust de gelegenheid gaf aan de andere kinderen om hun onmacht te projecteren. Ik straalde uit waar zij niet mee om konden gaan.

Mijn overdracht benoemen: natuurlijk lukt me dat niet altijd. Geen probleem trouwens, de groep laat het me wel zien en voelen. Een andere indicatie voor overdracht is als ik de groep of iemand uit de groep innerlijk uitsluit. Voor mij een signaal dat iets er niet mag zijn. Kan ik iemand echt welkom heten? Dat is de opgave die past bij mijn gave.

'Uit gemis wordt verlangen geboren' is een zin die mij iedere keer weer raakt. Ik ben trainer en coach geworden uit een diep verlangen om gezien en gehoord te worden. Vanuit mijn masochistische masker wil ik dragen en redden. Dit zijn voor mij belangrijke dynamieken uit mijn systeem van herkomst. Ik heb mijn vak ervan gemaakt, hoe kon het anders? Ik word stil als ik me realiseer dat in de kwetsuur ook mijn parel is ontstaan. Het voelen van wat bij de ander speelt en mijn intuïtieve kant bijvoorbeeld zijn hierdoor goed ontwikkeld.

Werken met groepen blijft, naast het ontwikkelen van mijn inhoudelijke en didactische vakmanschap, een ontdekkingstocht naar mijzelf. Wat gebeurt er in het contact? Wat kom ik hierin tegen? Het is niet toevallig dat ik mensen coach zich te verbinden met hun potentieel. Ik ken de beweging

van weggaan en terugkomen in mijzelf inmiddels maar al te goed. Het vak van trainer en coach zo te leven en te delen geeft me, na alle jaren, een diepe voldoening. Het is voor mij als thuiskomen, eindelijk in contact met mijn bestemming.

Peter Henneveld heeft de Opleiding Systemisch Werken afgerond en is oprichter van de Bewustzijnsfabriek. Buro voor training, coaching en advies. 🐼

Wellicht zijn alle draken
in ons leven
uiteindelijk wel prinsessen
die er in angst en beven
slechts naar haken
ons eenmaal dapper en
schoon te zien ontwaken.
Wellicht is alles wat er
aan verschrikking leeft
in diepste wezen wel
niets anders dan iets
dat onze liefde nodig heeft.

RAINER MARIA RILKE

De reddende engel

GA NIET HELPEN ALS
ER GEEN HULPVRAAG IS

TEKST: DEELNEEMSTER DE PAREL IN DE OESTER

Ik ben op een borrel bij mijn ouders. Een grote kamer vol met hoogopgeleide babyboomers. Mien komt op me af. Mien is een oud-studiegenoot van mijn moeder, die ik amper eens per jaar zie. 'Robin! Wat zie jij er goed uit!' Ze geeft me drie lange natte zoenen op mijn wang en omhelst me. Ze drukt me stevig tegen zich aan, zodat ik haar borsten iets te goed kan voelen en ze ademt zwaar in mijn nek. 'Hoe is het met je? Je ziet er zo goed uit! Laat me je even bekijken.' Van top tot teen neemt ze me in zich op, haar armen nog steeds om mijn nek. Ze geeft me weer een kus op mijn wang. Wat ben ik blij je te zien! Dan fluistert ze samenzweerderig: 'O ja, ik heb nog wat voor je. Kom maar even mee...'

Ze pakt mijn hand en loodst me naar de rand van de kamer. Verrast loop ik met haar mee. Gaat ze me een cadeautje geven? Ze kent me nauwelijks! Ik ben stiekem nieuwsgierig en licht vereerd dat iemand die me zo weinig ziet de moeite heeft genomen om een cadeautje voor me te kopen. Ze rommelt wat in haar tas die op de tafel ligt. Dan komt er een briefje tevoorschijn met een telefoonnummer erop gekrabbeld. Bijna plechtig overhandigt ze me het briefje. 'Dit nummer is van een vriendin van me, die dicht bij jou in de buurt woont. Ze is paranormaal begaafd en ze kan jou helpen.'

Ik sta perplex, ondanks dat dit niet de eerste keer is dat dit me overkomt. Met enige regelmaat krijg ik van een verre kennis een telefoonnummer toegestopt. Blijkbaar vindt Mien dat mijn aura, mijn zonnevlechtchakra of mijn interne geestesleven hulp nodig heeft. Het is vast een goedbedoeld gebaar. Maar dat het onder-tussen nogal denigrerend is heeft Mien niet in de gaten. Als ik haar ongevraagd het nummer van een kapper of mondhygiënist zou toestoppen met daarbij de tekst dat die haar kan helpen, zou ze hoogstwaarschijnlijk niet dankbaar zijn. Een kennis ongevraagd het nummer toestoppen van een dienstverlener, wekt de suggestie dat er blijkbaar iets aan mankeert. En dat dat zelfs voor die verre kennis te merken is.

Ik stamel: 'Bedankt, maar het gaat eigenlijk wel goed met me.' Waarop zij nog even in mijn hand knijpt en zegt: 'Als je het even niet ziet zitten, kun je haar altijd bellen. Je mag mij ook altijd bellen, dat weet je wel, toch?' Ik knik en probeer er een glimlach uit te persen. Ik zou haar nog niet bellen als ik voor haar deur lig dood te gaan. In mijn hoofd maak ik haar uit voor alles wat rot en stinkend is, met dat zalvende reddende engelgedrag van haar. Ik voel me er schuldig over, want ze bedoelt het vast heel goed. Dus sta ik daar maar stom te knikken met het telefoonnummer in mijn hand geklemd.

Ik loop naar boven, naar mijn oude slaapkamer. Daar verfrommel ik het briefje en laat het zonder enige twijfel in de prullenbak vallen. Ik baal van mezelf. In mijn hoofd speelt de scène zich nogmaals af.

Bijna plechtig overhandigt ze me het briefje. 'Dit nummer is van een vriendin van me. Ze is paranormaal begaafd en ze kan jou helpen.' Ik lach naar haar. Dan fluister ik samen-zweerderig: Ik heb ook wat voor jou. Kom maar even mee. Ik neem haar bij de hand en loop naar mijn telefoon. Snel zoek ik het nummer van de Hulplijn Voor Mensen Zonder Psychische Ziekte. Ik heb nooit begrepen waarom daar een telefoonnummer voor moest komen, maar nu komt de hulplijn me goed van pas. Ik krabbel het nummer op een briefje en overhandig dit aan Mien. 'Dit is een hulplijn met mensen die jôu kunnen helpen.' Mien lacht ongemakkelijk. 'Waarvoor is het dan?', vraagt ze. Eindelijk kan ik haar mild en tussen de regels door uitmaken voor alles wat rot en stinkend is. 'Voor mensen zonder psychische ziekte', zeg ik. Mien stamelt: 'Waarmee kunnen die mij helpen?' Ik vraag: 'Waar kan die paranormale vriendin van jou mij mee helpen?' Mien ziet eruit alsof ze door de grond zou

willen zakken. Haar reddende engelglimlach is als sneeuw voor de zon verdwenen. Ik ga nog even door. 'Vind je dit fijn, Mien, dat ik jou nu een telefoonnummer geef om je te helpen?' 'Nee', zegt ze zacht. 'Waarom niet?', vraag ik. 'Omdat ik niet dacht dat ik hulp nodig heb. Maar ik kom blijkbaar wel zo over. Ik wilde jou alleen maar helpen.' Ik zeg: 'Snap je nu dat ik het ook niet prettig vind als jij me ongevraagd hulp aanbiedt die ik niet nodig heb? Dat ik een psychotische kwetsbaarheid heb betekent niet dat ik hulp-behoevend ben.' Mien schudt schuldbewust haar hoofd. 'Sorry,' zegt ze. 'Ik wist niet wat ik eigenlijk aan het doen was. Je hebt gelijk, dit was nogal denigrerend van me.' Dit is de laatste keer dat ik ooit een telefoonnummer van haar heb gekregen. En gelukkig begroet ze me tegenwoordig ook normaal, zonder verstikkende omhelzingen en veel te lange zoenen.

Tot zover mijn gedachten. In werkelijkheid zal ze me in de toekomst telkens weer begroeten met verstikkende omhelzingen, lange natte zoenen en telefoonnummers van paranormale vrouwen die mij kunnen helpen. En telkens zal ik teveel van mijn à propos zijn om haar uit te maken voor alles wat rot en stinkend is. 🐼

DE VERZOENING

Het was een onbekende weg
die ik heb afgelegd,
naar het licht op zoek
naar het donker.

Verlangen naar verlangen,
uit dat harnas van spijt,
jaloezie en belangen.
Onderweg spuwden
stuurlui aan wal hun gal,
ze hebben nooit iets bereikt,
ik bleef eigenwijs

En toen, toen zag ik jou,
je bent zoveel voor me
geweest, een moeder, een
dochter, de mooiste vrouw.
Maar als altijd met iemand
die nooit iets zeker weet,
won mijn twijfel van ons geluk

maar vanavond
ben ik hier terug,
en ik vraag je...

Heb me lief, heb me lief,
heb dit lichaam lief.
Bemin mij, bevrijd mij
van dat gevoel van schuld,
verraad mij met een kus.

Maar wij zijn samen niet
sterker dan alles wat mij
bedreigt, ik sta klaar voor
de strijd, met als wapen de
waarheid, en dat is

Heb me lief, heb me lief,
ik weet meer vragen
kan ik niet.
Wij verzoenen ons vannacht.

FRANK BOEIJEN

Dit nummer draai ik vaak, mijn ervaring is dat het iedereen raakt. In relatietherapie vraag ik dan vaak welke zin of zinnen vooral zijn binnen gekomen. Vervolgens verbind ik mij van binnen met hoe ik die zin ken, en zijn we aan het werk. De eerste zin is al heel boeiend, dat je het licht alleen maar kan vinden als je het donkere ook bereid bent aan te nemen. We kennen allemaal het geraakt worden in het donkere: schaamte, schuld, spijt, twijfel en toch het eeuwige verlangen naar lief-hebben en kunnen vertrouwen. Of het opgegeven hebben; met de rechtvaardiging 'ik ben niet geschikt voor een relatie'. Maar de waarheid is: de liefde. Het inzicht dat we samen meer zijn dan alleen, elkaar nodig hebben om de liefde aan te gaan.

HENRIETTE VOGELAAR

AMUSE

TEKST: MANON MIESSEN • BEELD: BENTE JOY - WWW.BENTEJOY.NL



ANNEMIEK MOOIJ

Bij Phoenix kom je af en toe een onbekend gezicht tegen. In deze rubriek stellen we onze nieuwe collega's door middel van een korte schets aan je voor, bij wijze van voorproefje.

Hoe doe je dat nu dan?

Nieuwe soepen maken, andere salades, zodat ze echt van mij zijn, op mijn eigen manier. Wat ook bij mij hoort, zijn edelstenen. Ik ben edelsteenthapeut. Ik vind het leuk om bij Phoenix de zorg voor de edelstenen op me te nemen. Ik ben er stapelgek op.

Wat vind je er zo bijzonder aan?

De kracht, de energie die ze hebben. Het is allemaal natuur. Niet man made, maar in de natuur ontstaan. Ze zijn zo mooi geworden door miljoenen jaren te kunnen groeien, met rust gelaten door mensen. Daar ben ik zo van onder de indruk. Prachtig! Ze hebben ook allemaal verschillende energieën. Ik heb altijd een steen bij me voor extra kracht.

Wat is nog meer belangrijk voor je?

Mijn man en kinderen. Milo van zes en Roman van drie, twee lieve jongens. Ze vragen elke avond: 'Mama, hoe was het op je werk? Welke soep heb je gemaakt?'

Hoe is het om je baan te verliezen en zo'n ander werk te moeten gaan doen?

Ik heb dit werk helemaal vanuit mijn hart geaccepteerd. Niet vanuit mijn portemonnee, want dan had ik het niet kunnen doen. De onderlinge omgang bij Phoenix is daarin heel bepalend geweest. Dat mensen open staan voor me en geïnteresseerd zijn vind ik fijn. Ik word hier gezien. 🐦



Zeven sleutels naar het verhaal

EEN DRIELUIK

TEKST: JOKE GOUDSWAARD

Als de tocht niet meer voert,
naar de plaats waar alles weer goed komt,
wat houdt haar gaande?
Anna Enquist

Wat houdt ons gaande? Misschien is dat wel de kernvraag in het werken met helende verhalen, waarin het gaat over het vermogen van mensen om hun eigen verhaal te bewonen met alles wat er is. Als therapeut, trainer of supervisor maak je hier via beelden, symbolen en metaforen een context voor. 'Waar de werkelijkheid te bar is om te dragen, hebben we verhalen nodig' zegt Martin Buber: om te communiceren via de bedekking van de metafoor. 'Het verhaal als huid' noemen we dit in de vervolgopleiding Het Helende Verhaal, waarin je leert over het ambacht van de verteller, over het luisteren naar 'de vraag achter de vraag' en over hoe je verhalen inzet in veranderingsprocessen. In de symbolische ruimte van het verhaal zijn begeleider en cursist of cliënt beide deelnemer in het zoeken naar een verruimend perspectief.

Wat zijn de sleutels naar het verhaal? In deel een van dit drieluik staan we stil bij de eerste twee: de kracht van het onbewuste en taal die betovering en gevangenis is tegelijkertijd.

De kracht van het onbewuste

Het onbewuste is een bron van inspiratie. Dit is een belangrijke aanname in het werken met metaforen. Jung en Milton Erickson zijn belangrijke leermeesters hierin geweest. Het onbewuste speelt zich af in een dimensie waarin de lagen in de tijd met elkaar verbonden zijn en waarin synchroniciteit is. Dit heeft het voordeel dat je verleden, heden en toekomst gemakkelijk kunt afwisselen en met elkaar verbinden. In een metafoor switch je van het jongetje naar de volwassen man of richt je je vanuit een broer- of grootvaderperspectief op een gebeurtenis. De plek van waaruit je kijkt, beïnvloedt de betekenis. Zo neem je de luisteraars vanuit verschillende posities mee en kunnen ze zich hierin inleven. De een is erbij gebaat om vanuit de plek van het kind te leren kijken. Een ander opent zich zo voor de waarde van de doorgaande lijn in generaties, tot dan toe een verloren en vergeten gebied.

Het voetbalkaartje

Hij opent de training met een eigen voorbeeld. 'Ik ben 11, met mijn broertje ga ik voor een weekend naar mijn vader in de stad waar hij woont. Er is niemand thuis. Ik wist het al. Als een geroutineerde boef klim ik langs de regenpijp omhoog, door het open raam van zijn appartement en pik geld. Om samen naar de film te gaan. In een klap was ik de grote. Als trainer doe ik het nog vaak zo, de leiding pakken terwijl ik eigenlijk bang ben. Het is een plus in lastige situaties, ik stap niet snel achteruit. Het is ook een miskenning, van mezelf en van de ander. Hier helpt me een ander verhaal. Mijn oudoom, de broer van mijn moeders moeder, is een ankerpunt in mijn leven. Na mijn vaders vroege dood wist hij precies wat ik nodig had. Elke maand kreeg ik een kaartje voor een sportwedstrijd met hem. Pas na een hele tijd opende hij zonder iets te zeggen zijn portemonnee en liet me een jongensfoto van mijn vader zien. Nu kon ik alles over hem vragen. Vanaf toen wist ik 'vaders' bestaan! Vertel elkaar nu in tweetallen over een eigen ervaring,

die doorwerkt in jou als professional. Wat het je brengt, de schaduwkant en wie een hulpbron was.' Met zijn voorbeelden brengt hij zijn cursisten op verschillende plekken en bij het kernthema van de training 'het gemiste als inspiratiebron in je leiderschap'. De deur staat open om hier op allerlei manieren de rest van de dag op terug te komen. Het verhaal is er.

Een andere kracht van het onbewuste is je voorstellingsvermogen. Verhaalbeelden kunnen je wakker maken in een gebied waar iets van jezelf in slaap is gevallen, waar een beweging gestold is, waar wegen onbedoeld zijn afgesloten. Beelden spreken het onbewuste rechtstreeks aan. Mensen leggen vanuit zichzelf een verbinding tussen wat er in de buitenwereld gebeurt en hun innerlijk, hun binnenwereld. We willen en moeten betekenis geven. Hier maak je in het vertellen van verhalen als therapeut, coach en trainer in positieve zin gebruik van. Hierbij is het zinnetje 'Stel dat...' of 'Dit doet me denken aan...' een favoriete openingszin naar een verruimend perspectief. Je opent zoekprocessen via een eigen ervaring, een voorbeeld of een mythisch, verhalend beeld. In deze variatie spreek je verschillende typen mensen aan. Je pendelt tussen ruimte bieden en 'dicht op de huid', tussen ernst en lichtheid, afhankelijk van wat het meeste brengt.

Rode rozen

Terwijl hij binnenstapt, voel ik me al een beetje benauwd worden. Oei, dit wordt een uitnodiging tot 'keurig zijn', daar ben ik niet zo goed in. Alles aan hem is perfect, zijn kapsel, zijn kleding, zijn uitstraling van controle. Een uitnodiging tot tegenoverdracht, de rebel in mij wordt wakker. Op zijn A4'tje staan alle werkdoelen en problemen helder beschreven, dat zit goed. Ik doop hem voor mezelf 'de millimeterman', en daar komt meteen de glimlach. Het verzacht. Intussen vertelt hij over zijn ex-partner, haar bemoeienis met hem. Een paar minuten laat ik hem gaan, dan vraag ik 'Stel, je zou rode rozen voor haar meenemen'. Zijn wangen kleuren, nog heel even laat hij misprijzing zien. Dan winnen de rode rozen. Het blijkt de opening voor vervolgesprekken over de meerdere geliefdes die hij in het geheim naast elkaar leeft.

Taal is betovering en gevangenis tegelijk.

‘Waar wonen de ongesproken woorden?’ Wat een prachtige vraag, eentje die veronderstelt dat er een plek is voor ‘het niet vertelde’, en dat het mogelijk is dit alsnog uit te spreken. ‘Alles wat we uitsluiten, blijft op een diepere laag verbonden’, zegt Gregory Bateson. We kunnen er altijd naar terug. Uitsluiten, ontkennen of negeren bestaan alleen in de taal, niet in de ervaring. In de wereld van verhalen gaat niets verloren. Als begeleider gebruik je de taal als hefboom tot verandering. Een zinnetje als ‘ik ben verward’ wordt het aangrijpingspunt tot de vraag ‘hoe ga je jezelf uit de knoop halen?’ Zo kantelt het perspectief, de kijkrichting.

Alles is er al. Via de taal komen we het leven binnen. Om onszelf te beschermen zetten we de taal vaak tussen onszelf en de wereld in. Dikwijls is dit een perspectief met weinig speelruimte en veranderingsmogelijkheden. Je blijft ‘binnen de muren van je eigen tuin’, onbewust gevangen in je vertrouwde wereldmodel. Het woord ‘moed’ versluiert bang, de houding van verzet verbergt het verlangen naar overgave. De wereld achter het vertelde is groter. Het niet benoemde en de geheime woorden beschermen de verboden kamer en zijn tegelijkertijd de toegang er naar toe. In de oeroude Eleusische mythen was de sleutel op de tong verborgen. Hier bevond zich de essentie. Het luisteren achter de woorden brengt je als begeleider hier naar toe. Je hoort waar het stilvalt of hapert, waar het eigen verhaal wel of niet bewoond is. Of waar een kant van een polariteit wordt vergeten; licht en schaduw, moeder en vader, jong en oud, bedreigend en teer, mannelijk en vrouwelijk horen onlosmakelijk bij elkaar. Onzegbare verhalen vertalen zich als geheugensporen in lijf en energie.

De verboden kamer

Uiterst gespannen geeft ze aan dat er al zo lang een geheim in haar leven is, waar ze geen woorden aan kan geven. Het woord ‘geheim’ verbindt de trainster aan het gruwelijke sprookje van Blauwbaard. Wil ze meedoen aan een symbolische opstelling? Ze knikt van ja. Even later staat ze voor de verboden kamer in het paleis van Blauwbaard. In haar hand een klein gouden sleuteltje. Wat ligt er achter die deur? Trillend opent ze het slot: een stapel botten... van zijn vorige geliefden. Nu weet ze wat haar te wachten staat, én dat ze hulp in moet roepen. Ze is net op tijd omdat ze de waarheid onder ogen durft zien. Onschuld transformeert in daadkracht.

In de opstelling ervaart ze hoe bevrijdend het is om de deur te openen. Hoeveel kracht dat geeft, voorbij de angst. Vanuit het beeld van Blauwbaard schrijft ze vervolgens over haar eigen ervaringen. Het is de eerste stap naar een vervolg.

Vanuit narratief oogpunt schuilt in een vraag van een cliënt of cursist een verhaal over de zoektocht naar heelheid, een verlangen naar integratie van het gefragmenteerde. Ergens in mensen is er een weten dat ze zich verborgen hebben en terug moeten keren om heel te worden. In contact met dit verlangen staat de deur op een kier. Elk begeleidingsgesprek, elke supervisie is een zoektocht naar waarheid. Waar rechtstreekse vragen en interventies via de lineaire taal niet geëigend zijn, doe je de ander meer recht met een metafoor. Je benadert de pijnplek vanuit de flank. Verhelderende vragen zijn bedoeld om te focussen, om met twee voeten op de grond te komen. ‘Is dit werkelijk zo? Geldt het altijd?’ Zo wordt de trance van het eigen perspectief doorbroken. Met beeldende vragen prikkel je het onbewuste om het gestolde verhaal te ontgooien. Miltontaal is goudzoekerstaal. ‘Ga je mee verdwalen?, ik weet de weg.’ 🦅

Dit is deel één van een drieluik over het werken met verhalen. Ben je geïnteresseerd in het werken met verhalen? Naast de opleiding Het helende verhaal vind je bij Phoenix ook nog twee verhalenworkshops:

Op verhaal komen:

een kennismaking met de basisprincipes van het vertellen met jezelf als verhaalbron.

Op verhaal komen en Systemisch Werken:

een verbinding tussen metaforische principes en Systemisch Werk: je werkt met symbolische opstellingen.



De nieuwe Vuurvogel

VUURVOGEL DIGITAAL

Lees jij de Vuurvogel liever digitaal op je Ipad of laptop? Ga dan naar phoenixopleidingen.nl/vuurvogel Daar vind je alle nieuwe Vuurvogels als pdf.

Het thema van de komende Vuurvogel:

25 jaar Phoenix – Een plek om je eigen plek terug te vinden.

Hoe heb jij ooit je eigen plek teruggevonden en wat betekende Phoenix daarin voor jou? Welke rol speelt de vrijplaats die Phoenix wil zijn in jouw leven? Hoe kijk je terug op 25 jaar Phoenix? We zien uit naar jullie bijdragen!

HOE AANLEVEREN?

Je tekst mag maximal 1 A4'tje lang zijn of 4500 tekens bevatten. Lever je bijdrage aan in Word. Je illustratie of foto moet een .jpg zijn van minimaal 1 Mb. Liefst groter. Al je bijdragen en reacties kun je sturen aan: vuurvogel@phoenixopleidingen.nl Gebruik wetransfer.com voor grote bestanden. Je bijdrage moet uiterlijk 17 augustus 2015 binnen zijn.

LAAT ME EEN VUUR MAKEN

Kom, laat me een vuur maken
dat lang genoeg zal branden
voor jouw verhalen en voor alle
verhalen daar weer aan voorbij.

WIBE VEENBAAS
EN JOKE GOUDSWAARD

Inmiddels is het alweer 25 jaar geleden
dat het vuur van Phoenix werd ontstoken
en de eerste mensen hun weg vonden
naar onze vuurplaats. Mensen die zelf ook
weer geraakt werden en nieuwe gedichten
maakten, en die zo het vuur brandend
hielden.

HEB JIJ OOIT ZO'N GEDICHT GEMAAKT?
STUUR HET ONS!

Van de 25 meest passende gedichten
maken we een nieuwe serie bijzondere
briefkaarten.

GEDICHTEN@PHOENIXOPLEIDINGEN.NL
