

NUMMER 21 • DECEMBER 2014 • JAARGANG 11 • VRIJPLAATS PHOENIX



Vuurvogel

TRANSITIE, REIZEN TUSSEN RUIMTES





VELE WEGEN KENT HET LEVEN

Vele wegen kent het leven, maar van al die wegen is er een die jij te gaan hebt.

Die ene is voor jou, die ene slechts.

En of je wilt of niet, die weg heb je te gaan.

De keuze is dus niet de weg, want die koos jou.

De keuze is de wijze, hoe die weg te gaan.

Met onwil om de kuilen en de stenen, met verzet omdat de zon een weg die door ravijnen gaat, haast niet bereiken kan.

Of met de wil om aan het einde van die weg milder te zijn en wijzer, dan aan het begin.

De weg koos jou, kies jij ook hem?

HANS STOLP
naar Dag Hammarskjöld

Inhoud



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

Francien Bruggink
Morten Hjort
Gé Ophelders
Annelies van der Ploeg
Sander Reinalda
Heleen Reitsma

Vormgeving

Hemels van der Hart

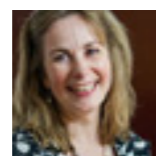
Cover

Foto gemaakt door Zoltan Stern die in dit nummer afscheid neemt van Phoenix. Lees het verhaal op pagina 26.

Transitie, reizen tussen ruimtes

Mensen zijn voortdurend in beweging. Onontkoombaar op zoek naar ontwikkeling en groei. Niet altijd gaat dat van harte. Soms vraagt het leven iets anders dan we hadden gewild. Kennelijk hoort het erbij. Niet voor niets spreken uitdrukkingen als 'zonder wrijving geen glans' zo tot onze verbeelding. Als ik terugkijk, was er op moeilijke momenten altijd wel iets dat me hielp om de stap te maken naar een nieuwe fase. Zoals de slang die zich van zijn te nauw geworden huid wil ontdoen, altijd wel een tak vindt om zijn oude vel bij achter te laten, zo was er steeds een moment van inzicht, een perspectief waardoor ik verder kon, een lichtje op mijn pad. Wonderlijk toch, hoe het leven hierin voorziet. Phoenix Opleidingen is als het leven zelf: voortdurend in beweging. Afgelopen zomer namen we afscheid van Jannie Veenbaas, een van de grondleggers van ons instituut. Op pagina 15 vind je een persoonlijke brief van Jannie en een fotoverslag van haar afscheid. Inmiddels hebben we een nieuw directielid: Manon Vos. We stellen haar uitgebreid aan je voor in het openingsinterview hiernaast.

Ook de Vuurvogel verandert. We hebben een hele nieuwe look waar we super trots op zijn. Vanaf nu vind je de Vuurvogel ook digitaal op de website. We zijn uiteraard benieuwd naar jullie reacties. Maar we veranderen niet alleen van buiten. Onze trouwe redactie maakt plaats voor een nieuwe. Gé Ophelders – 11 jaar geleden bedenker en initiatiefnemer van de Vuurvogel, Heleen Reitsma en Francien Bruggink nemen alle drie afscheid. In drie korte interviews komen ze nog een keer aan het woord. We zijn hen dankbaar voor hun inzet en toewijding. Zonder hen was het Vuurvogelkuiken nooit zo'n prachtige vogel geworden. Ook Sander Reinalda en Morten Hjort maken plaats. Hun plekken zullen worden ingenomen door andere trainers. Wie dat zijn, en wie er nog meer in de redactie komen, blijft nog even een verrassing.



Manon
Miessen



Nieuw Phoenix-directielid Manon Vos:
“Ik wist gelijk: dit is
een bijzondere plek”

TEKST: CECILE VOSSEN • BEELD: DOTS & STRIPES

Toen Jannie Veenbaas afscheid nam van Phoenix, kreeg opvolgster Manon Vos de sleutels van de voordeur overhandigd. ‘Dat was een bijzonder en symbolisch moment, waarbij ik me enorm door haar gesteund voelde’, vertelt Manon. Begin september ging ze bij Phoenix van start. Hoogste tijd voor een kennismaking.

‘Het klopte gewoon op een bepaalde manier’, vertelt Manon over haar overstap naar Phoenix. ‘Veel kwam samen.’ Als ze met de kennis van nu door haar aantekeningen van het afgelopen jaar bladert, herkent ze de bewegingen. ‘Er waren veranderingen op komst in de organisatie waar ik werkte. Ik was volop bezig met hoe mijn toekomst eruit kon gaan zien. Ik wist: de volgende stap zou een bestuurlijke zijn. Ik wilde meer met veranderingen in organisaties, omdat mensen zich voortdurend moeten zien aan te passen aan omstandigheden die nooit constant zijn. En ik wilde ervaren wat een opleidings-traject doet als je dat inzet als bestuurder. Zo kwam ik voor een trainersopleiding bij Phoenix terecht. Nog geen maand later belde Wibe Veenbaas om eens te praten. En ik wist gelijk: dit gaat om een bijzondere plek.’

Kijken en zien

Manon, 44 jaar, had toen verschillende managementfuncties vervuld in de gezondheidszorg. Ze was onder meer manager Bedrijfsvoering van het Kinderziekenhuis bij UMC St Radboud,

directeur van het Integraal Kankercentrum Oost en tot voor kort manager bedrijfsvoering bij Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL). ‘Eigenlijk wilde ik altijd arts worden, maar het werd beleid en management in de gezondheidszorg. En dat is goed, want zo heb ik breed leren kijken en veel leren zien. Dat past bij mij. Net als dat vele schakelen tussen verschillende taken.’

Dat vele schakelen staat haar ook bij Phoenix te wachten. Manon neemt een deel van de dagelijkse leiding op zich – naast Wibe Veenbaas en Morten Hjort. Bovendien kunnen mensen bij haar terecht voor coachingsvragen en supervisie. Intussen bereidt ze zich voor op het trainerschap voor de driejarige die zij vanaf volgend jaar gaat geven met haar collega’s. ‘Mijn passie ligt bij werken met mensen – individueel en in groepen. Mensen zijn zo krachtig en kwetsbaar tegelijk als zij durven te kijken naar wat hen heeft verwond. Na het durven kijken – en daarin ook gezien worden – kan de energie weer stromen en komt ook het plezier weer tevoorschijn. Daarbij iemand te begeleiden, raakt mij diep en ervaar ik als heel vervullend.’



MENSEN ZIJN
ZO KRACHTIG
EN KWETSBAAR
TEGELIJK

In verbinding met het hart

Werken aan je eigen proces, waar Phoenix zo thuis in is, is haar niet vreemd. ‘Ik was 21 jaar toen mijn gezin van herkomst werd getroffen door een groot verlies. Ik heb toen gekozen voor de weg van hard werken met het hoofd – waar ik erg goed in ben – en snel carrière maken in de ziekenhuiswereld. Eigenlijk heb ik daaraan parallel ook altijd aan mijn persoonlijke ontwikkeling gewerkt. Zo heb ik de opleiding tot core energetisch therapeut gedaan – een variant van bio-energetica met een spirituele component van Padwerk. Daarbij is het uitgangspunt dat ons lijf heel veel informatie geeft over hoe het met ons gaat. Lange tijd waren dat twee werelden die naast elkaar bestonden. En afhankelijk van wat ik nodig had, ging ik de ene wereld in en de andere uit. Nu vloeien ze meer over in elkaar.’

Wat hoopt Manon toe te kunnen voegen aan Phoenix? ‘Phoenix is een organisatie die bijzondere dingen doet en waar tegelijkertijd de wetten van het systeem ook gewoon gelden. De organisatie is de afgelopen jaren enorm gegroeid. Als een organisatie zo snel

groeit, is het belangrijk te kijken naar wat zij nodig heeft in het licht van zich altijd aandienende veranderingen. Daar zie ik mijn uitdaging: Phoenix verder ontwikkelen – met respect voor wat is opgebouwd en met oog voor wat verandering vraagt. Juist vanwege het bijzondere van Phoenix en het werken met symboliek, doe ik dat in verbinding met het hart.’

Betekenis geven

Een van de pijlers in het werk van Manon is dat je het leven moet accepteren zoals dit zich aandient en dat je daarmee in het reine moet zien te komen. ‘Ik heb zelf heel diep moeten buigen voor het lot dat ons gezin trof toen ik 21 was. En ik heb daarin vooral moeten ervaren dat ik daarin niks in te brengen had. Nog steeds vind ik het aanvaarden van de dingen zoals ze zijn een klus. Het kan zo groot zijn: het verlangen naar wat niet meer is en het verlangen naar wat nooit gaat komen. Leren aanvaarden is mijn diepste levensweg en ik heb me ook heel lang verzet. Het is de kunst van leren loslaten, in je eigen tempo met respect voor je eigenheid.’

Ook haar ongewenste kinderloosheid past daarin. 'Ik heb toen de dankbaarheid kunnen voelen voor dat wat het leven wél geeft, al is het niet wat ikzelf had bedacht. Op die manier kijken naar het leven en vrede hebben met wat zich in het leven voordoet, geeft rust. Ik wil niet zeggen dat het makkelijk is, alsof het een besluit is. Het is meer een sluimerend besef, een actieve aanwezigheid en de bereidheid om het leven te nemen zoals het is.'

Manon is gefascineerd door wat veranderingen betekenen voor mensen, voor organisaties en voor leiderschapsvraagstukken. 'Dat is tamelijk opvallend voor iemand die lange tijd bang is geweest voor verandering', lacht Manon. 'Dat had alles te maken met de gebeurtenissen rond mijn 21e die te groot waren om te behappen. En toch heb ik ermee moeten leren dealen. Veranderingen gaan gepaard met betekenisgeving, met waarde toevoegen aan wat je doet in relatie tot die verandering. Het is steeds de beweging, als een lemniscaat, waarbij zich altijd een kernvraag voordoet. Dat is ook exact wat Phoenix in mensen teweegbrengt. Daarom voel ik me hier op mijn plek.'

Trilling brengen

Manon heeft een diepe interesse voor wat je als leider meebrengt in een organisatie vanuit je eigen historie – en hoe je dat inzet ten dienste van de organisatie. 'We nemen allemaal iets mee uit onze eigen geschiedenis, uit ons eigen nest. Wie zich daar bewust van is, is meer in staat om op situaties te reageren. Vanuit mijn eigen bestuurlijke ervaring zou ik managers en bestuurders vooral willen uitnodigen: breng jezelf in als instrument. Je bent het instrument. Om dat instrument goed te kunnen bespelen, moet je wel een en ander weten. Hoe je het instrument onderhoudt bijvoorbeeld. En hoe je het stemt als het niet meer zuiver klinkt. Dat kan alleen op jÓuw manier. Zo breng je trilling in een organisatie. Zo ga ik ook mijn eigen leiderschap binnen Phoenix vervullen.

Geen enkele verandering kan zonder hoop, heeft Manon ervaren. Je vertrouwt je toe aan wat gaat komen. 'Het is ook daarom dat het gedicht Winter van Herman de Coninck me zo treft. Het raakt me. Misschien ook wel door de tijd van het jaar. Misschien wel omdat ik Oostenrijks bloed heb en vroeger ook zo door in de sneeuw door de duisternis heb gelopen. Misschien wel omdat het een waar gedicht is...' 🍂

WINTER

Winter. Je ziet weer de bomen door het bos, en dit licht is geen licht maar inzicht: er is niets nieuws zonder de zon.

En toch is ook de nacht niet uitzichtloos, zolang er sneeuw ligt is het nooit volledig duister, nee, er is de klaarte van een soort geloof dat het nooit helemaal donker wordt. Zolang er sneeuw is, is er hoop.

Herman de Coninck
Uit: De gedichten, 1998

Transitie

TEKST: FRANCIEN BRUGGINK

Hij wist dat de tijd was gekomen. Hij zag het aan de dorre bladeren aan zijn voet. Hij zag het aan de afgebroken dode takken. En hij voelde het aan zijn wortels. Hij herinnerde zich hoe het ooit was geweest; het gevoel van heen en weer stromen van voedsel en energie, het gevoel van vastigheid, staan, grijpen in de vochtige aarde. En ook het gevoel van later; de onbeweeglijkheid, de belemmering, verankerd, als gegoten in een blok beton. Hij had het ervaren als vanzelfsprekend, hij had het vervloekt en verworpen, hij had het geaccepteerd en geëerd. En nu niets, alleen het weten dat het was geweest...

Hij wachtte op wat komen zou en kon zich er niets bij voorstellen. Er was het verlangen als een smeulend vuur in zijn binnenste, maar ook was er de angst, de vreselijke angst.

Toen ze verschenen voelde hij zich opgelucht, keerde zich in zichzelf en ervoer wat er met hem gebeurde als in een roes. Het klappen van de bijl, het kreunen en kraken vanuit zijn eigen lijf, het wegblijven van de pijn. En dan het vallen en met het vallen het even loskomen van de grond en een besef van vrijheid...

Hij werd ontschorst en verdeeld in stukken. In de lengte doorgezaagd en weer en weer. Hij werd geschaafd, geschuurd, gewreven. Voelde de aanraking tot diep in zijn nerven. Genoot ervan, maar voelde zich ook gespleten, verward, verdeeld.

Tot stukje bij beetje, als bij een puzzel, er weer eenheid ontstond. Lijm, schroeven, spijkers, ze maakten verbindingen, vlakken, vormen. En hoe meer hij zijn nieuwe vorm kreeg, hoe meer hij de eenheid voelde, het compleet zijn, het opnieuw zichzelf zijn. In hem ontstond een ruimte die hij nog nooit eerder had gevoeld. Gedragen door zijn bodem, omgrensd door zijn huid, was het als een plek om te blijven, beschut en veilig.

Als hij klaar is, wordt hij opgetild en vervoerd. Hij wordt neergeveld op het water, rank laat hij zich dragen. Wezens met diep van binnen een smeulend verlangen vullen zijn ruimte. Als het zeil in zijn mast wordt gehesen, voelt hij het rukken van de wind, het bewegen van het water en, heel sterk, zijn drang om te gaan.

Het smeulend verlangen wordt opgezweept tot vuur en stuwt hem tot beweging. Hij voelt hoe hij langzaam vaart maakt. Zijn boeg snijdt door het water, het schuim spat op, zijn snelheid neemt toe. Een gevoel van vrijheid overspoelt hem. Hij wil alleen nog maar bewegen, de wezens in hem met zich meevoeren en ze leiden naar nieuwe werelden, nieuwe ervaringen, nieuwe dromen.

Terwijl hij geniet van licht, lucht en beweeglijkheid voelt hij zich veilig. Want aan het roer staat een man, gesneden vanuit hetzelfde hout. Eén met zijn vaarttuig. Hij bepaalt de koers. 🍂

Duizendpoot en boedha

DE SPANNINGSBOOG VAN HET AMBACHT VAN HET HART

TEKST: HERMAN COOLS

De kunst van het begeleiden zijn we binnen Phoenix mettertijd ‘Ambacht van het hart’ gaan noemen. Het is bijna onmogelijk om de vaardigheden waarover een goede begeleider moet beschikken nauwkeurig in kaart te brengen. Vanuit een bepaald standpunt doet de begeleider immens veel. Wie in de flow van een weldoende begeleidingssessie even de metapositie opzoekt om van op een liefdevolle afstand naar zichzelf te kijken, merkt op dat hij wel duizend en een dingen doet. Begeleiden op identiteitsniveau is immers een veeleisend métier. De begeleider als duizendpoot...

Letterlijk is ze een grote vrouw. Problemen kan ze aan. Ze heeft alles op een rij. Ze kan dragen. Ze staat er, op haar werk, tegenover haar zoon als gescheiden ouder, tegenover vriendinnen en familie. Dat is de voorkant. Terwijl ze praat trekt ze subtiel haar nek, schouders en kin in de hoogte. De begeleider ervaart verveling. Secundair gevoel: het gaat niet over wat werkelijk speelt. De begeleider stelt voor om de begeleiding te beëindigen. Ze schrikt zichtbaar. Niemand weet hoe ze thuis komt. Uitgeput. Vaak huilend. Alles opgebrand. Thuis stort ze in. Bang voor alles en nog wat. Niemand die het ziet.

De begeleider steekt zijn hand uit. Ze merkt dat ze die hand niet kan aannemen. Ze schrikt opnieuw. Dat kan toch niet zo moeilijk zijn. De begeleider houdt vol. Haar onmacht ligt bloot. ‘Twee woordjes,’ suggereert de begeleider, ‘help mij’. Vastberaden blijft de begeleider haar aankijken, met zachte ogen. De woorden komen niet. Altijd heeft ze alles alleen gedaan. Problemen opgelost, de dingen op een rij gezet, dragen. Zich rechten. Ze werd geboren in grote eenzaamheid. Een dag voor haar geboorte stierf de moeder van haar moeder na een pijnlijke doodsstrijd. De volgende dag werd bij haar moeder een zwangerschapsvergiftiging vastgesteld.

Het zou zo maar kunnen dat het kleintje in giftig water al besliste om alles alleen te doen. In ieder geval ging haar angst sinds die prille dagen ondergronds.

Cliënten komen met hun eigen trilling waarin een vraag verborgen zit. In hun gedragingen en overtuigingen ervaren ze beknelling of gemis. Een goede begeleider beschikt over de vaardigheid om zich af te stemmen op de grondtoon van de melodie van de cliënt, en op de haperingen. Hij luistert naar wat gezegd wordt, zeer zeker, en vooral naar wat niet gezegd wordt. In de afgronden die zich tussen de woorden ophouden, speurt hij naar symptomen en signalen van diepe loyaliteit van mensen aan hun systeem van herkomst. Hij vindt wegen om de diepe imprints die in deze velden verborgen liggen en ingrijpend effect sorteren op de gedragingen en overtuigingen van mensen bloot te leggen. Hij beschikt over een sensitiviteit die mijnenvelden, de traumagebieden in het landschap van de cliënt, detecteert. Hij baant zich een weg naar hun hulpbronnen. Hij maakt onafgemaakte, gestolde bewegingen zichtbaar en weet oude patronen te verrassen en te schokken. Hij biedt ruimte om onafgemaakte bewegingen weer opnieuw te laten stromen. Op het snijvlak tussen binnen- en buitenwereld weet hij van inzicht en uitzicht: zicht naar binnen en perspectief naar buiten. Tegelijkertijd is een zekere inspanningsloosheid het keurmerk van elke begeleider. Helende ontmoeting gaat immers voorbij concepten, technieken en stappenplannen. Dit heeft van doen met het wezen van ontmoeting. Ontmoeten is onmiddellijk. Ontmoeten is altijd vers. Fundamenteel niet voor te bereiden, niet te sturen, niet te plannen. Het vuur van gisteren is de as van vandaag.

Hij vertelt honderduit en opgewonden over een conflict op zijn werk dat hem haast ondraaglijk prikkelt. Af en toe checkt hij of de begeleider er nog is. Diens aanwezigheid geeft rust.

De Poolse dichteres Szymborska schreef een gedicht over iemand die op de deur van een steen klopt. Een man of een vrouw met het verlangen om de steen van binnen te leren kennen. ‘Je komt er niet in,’ zei de steen tegen de onverwachte bezoeker, ‘je mist het zintuig van deelname.’

Zintuig van deelname: het is een prachtige metafoor voor het instrumentarium van een begeleider. Zonder zijn hart, dat gevoelige zintuig, die aanwezige sensor, is de gereedschapskist van de ambachtsman waardeloos. Mensen zijn immers geen stenen. Mensen zijn doordringbare velden, levende landschappen. Mensen hebben in tegenstelling tot keien wel deuren die zich kunnen openen. Om toegang te krijgen tot de wereld van een cliënt dient een begeleider zijn zintuig van deelname te activeren. Dat heeft meer met zijn te maken dan met strategie, meer met rusten in de eigen bedding dan met interveniëren, meer met focus en aanwezigheid dan met activiteit. Een van buiten schouwende observator vindt geen toegang tot het ‘wetende veld’ dat in een ontmoeting kan oplichten.

Dat we zelf het belangrijkste instrument zijn in het begeleidingsproces betekent dat we, bewust of onbewust, geweld of ongewild, steeds met huid en haar, persoonlijk betrokken partij zijn als begeleider. Wie met mensen werkt is zelf ook steeds in het geding.

Het Tao doet bijna niets En toch is er niets dat het niet doet

LAO TZE

‘Hoe doe je dat dan, om hulp vragen?’ zei ze. Ze leek plots veel jonger. ‘Hoe oud voel je je nu? vroeg de begeleider. Hij installeerde een denkbeeldige tijdlijn.

‘Vijftien, of... elf...’ ‘Kan je nog verder in je geschiedenis, nog enkele jaren eerder, naar een nog kleiner meisje?’

Ze voelde zich met de minuut kleiner worden. ‘Vijf.’ Toen kwam de angst helemaal beschikbaar. ‘Help mij,’ suggereerde de begeleider. Dat was het laatste

wat hij deed. Ze voelde zich met de seconde kleiner worden. ‘Help mij,’ herhaalde ze in zichzelf, maar dan met haar Limburgs accent: ‘Help mich.’ De begeleider ademde diep in en uit. Ze had haar ogen gesloten, kijken was te bedreigend geworden. Aan het geluid van zijn adem hield ze zich vast.

De begeleider wachtte. En wachtte. En wachtte. Hij rustte in een groter veld. Hij vertrouwde zich toe aan de vraag en ledigde zich van zijn lust tot antwoorden. ‘Help mich...’ Kijk, haar moedertaal hielp haar, plots was haar hand onderweg. Ze strekte zich uit, zocht naar de hand van de begeleider.

Het duurde een tijd eer de hand arriveerde. Toen kwamen de tranen waartegen ze al maanden aan het vechten was. Het aannemen was begonnen. De begeleider deed niets. Hij was. Terwijl de cliënte afdaalde in een diepe, vergeten put van ooit, wachtte hij en hield haar hand vast. Zo zaten ze daar een tijd.

Voor de controlerende instantie in ons is het wetende, helende veld dat kan oplichten in een ontmoeting amper te verdragen. Om erin te kunnen vertoeven is een houding van nederigheid en ledigheid nodig, een scholing in onwetendheid. Het is een avontuur om telkens opnieuw

in de naakte ruimte van de ontmoeting te gaan staan, even veeleisend als boeiend. In elk contact wordt onze kwetsbaarheid telkens weer opgevorderd. In deze ruimte valt niets te doen, alleen maar waar te nemen. Hier lijkt de begeleider meer op de Boeddha die alles verwelkomt wat er vandaag in zijn bedelnap valt, dan op de al dan niet neurotische duizendpoot. Een boeddha met open handen, met mededogen en verse ogen. Inspanningsloos Een boeddha die haast niets doet, en toch is er niets wat hij niet doet. 🌸

Ambacht van het hart: Een aanrader voor iedere coach

TEKST: RIANNE MATZE • BEELD: DOTS & STRIPES

Het stof van de 3-jarige was nog aan het dalen, toen ik besloot dat het na 1,5 jaar tijd was voor een vervolg: Professionele begeleiding [nu Ambacht van het hart, red.]. Ik wil bij de besten in mijn vakgebied horen, werk voornamelijk één op één en had behoefte aan feedback van andere professionals.

De opleiding gaf mij veel tools om te verdiepen. Zo kregen we de opdracht 'debriefing', het blootleggen van een eigen rouwproces in 12 stappen. Na hier zelf mee te hebben gewerkt in de opleiding, kon ik het direct toepassen op een cliënt die vastzat in het proces rondom verlies van haar baan. Met als resultaat dat ze weer bij haar gevoel kon komen. Van de opdrachtgever kreeg ik direct meer verzoeken. Zoals ze zelf zei: 'Ik stuur de 'complexe gevallen' graag naar jou Rianne.'

Persoonlijk heb ik in de opleiding Professionele Begeleiding een robbertje gevochten met het onderwerp 'verlangen'. We werden uitgenodigd om een verslag te maken van onze persoonlijke reis hierin. Mijn gedachten draaiden meteen op volle toeren: wat een groot onderwerp; wat is mijn verlangen eigenlijk? Ik kon er maar moeilijk bij en kwam voornamelijk veel oude angsten tegen. Gelukkig was er lichaamswerk, bekkenoefeningen en heb ik een dieper contact kunnen maken met mijn levensenergie, waardoor mijn eigen verlangen zich verder ontvouwde. Ik herken het nu en

kan het meer leidend laten zijn in mijn handelen. Ook in nieuwe stappen rondom mijn eigen coachpraktijk. Dat geeft vertrouwen voor de toekomst!

Zoals ik zelf ervaren heb, is verlangen een mooi thema bij het begeleiden van loopbaanvraagstukken. Door mijn eigen angsten te onderzoeken, herken ik nu waar cliënten de hunne tegenkomen. Samen met hen onderzoek ik die. Dat geeft ze vaak meteen lucht en ruimte om het in te zetten op professioneel gebied. Een dilemma voor veel organisaties is dat medewerkers niet met hun loopbaan aan de slag gaan. Angsten kunnen daar een belangrijke oorzaak van zijn. Mooi om daar als coach in te kunnen begeleiden.

Tot slot, ik werkte al met en vanuit mijn hart. Deze vervolgopleiding heeft mijn hart nog verder doen openen. Leuk om dat ook terug te vinden in de nieuwe naam van de opleiding: Ambacht van het hart, Meesterschap in individuele begeleiding'. Dat kan ik beamen. 🙌

Rianne Matze werkt vanuit haar praktijk Way to Go, coaching en training. Ze begeleidt medewerkers bij persoonlijke en loopbaanvraagstukken, veelal in organisatiecontext. waytogo.nl



Ik zeg ze: 'Ik loop over water.'
Ik heb soms grote praatjes.

Maar als je naar mijn verhaal luistert,
beluister dan ook de gaatjes.

Gevoel van verzet, ze bedoelen het niet slecht.
Nee, ze willen me beschermen dus ze zoeken het gevecht.

Ze zeggen: 'Aanval is de beste verdediging.'
Ik zeg: 'Acceptatie is een beter ding!'

Niet dat je niks doet, maar dat je doet vanuit je hart.
Neem een pitstop.

Even afkoelen en even bijtanken.
Even rustig tijd om na te denken.

De duivel in mijn hoofd wil me binnenhengelen.
Ik ga het gevecht niet aan, ik investeer in engelen.

Keep your head up, waar een wil is is altijd een weg.
De zon die opkomt, zelfs na zoveel pech.

Als je accepteert wat je ziet,
moet je leven met pijn, liefde en verdriet.

LIEKE
deelnemer Jongerengroep



Mijn afscheid in dankbaarheid

TEKST: JANNIE VEENBAAS • BEELD: DIRK OEGEMA

8 juli zal een bijzondere dag blijven.
De dag dat ik temidden van ons team, kinderen, kleinkinderen,
familie en vrienden afscheid heb genomen.
Bijzonder om zo met rituelen, zingen, toespraken en spel
het einde van deze verbinding te vieren.

25 jaar met Wibe een instituut leiden
25 jaar met veel mensen die lang blijven
25 jaar met veel werk en verandering

En nu met Morten, samen met Sabine, als collega en met
opvolger Manon Vos weer na mij. Wat mooi dat ik op deze dag
haar mocht toespreken en zij mij.

En steeds met allemaal prachtige mensen om me heen:
Wibe, kinderen en kleinkinderen, familie, vrienden en collega's.
Wat een verbondenheid heb ik geproefd op deze dag.
Zij waren getuigen van een voor mij markante dag.

Ook mocht ik veel mails, brieven en kaartjes ontvangen,
van mensen uit allerlei periodes van Phoenix.
Herinneringen aan mooie momenten,
heel bijzonder. Heel veel dank daarvoor.

De dag zelf is er één geweest van dierbare momenten
en ontmoetingen. Ik mocht zo dichtbij komen...

In de langzamerhand ontstane stilte geniet ik van terugkijken
en gaat het vele moeten stap voor stap over naar een leven
met meer tijd. Met al jullie aandenkens, de bijdragen van
onze medewerkers, van Morten, van Manon, van Wibe met
een prachtig boek, met een speciale Vuurvogel van al mijn
collega's stap ik een rustigere tijd binnen.

Het is me dierbaar. Jullie zijn me dierbaar.

Dank. >



Omwille van jullie
omwille van mezelf
omwille van alles wat
geweest is

Weet ik
dat wat is geweest
zal blijven in mijn hart

JANNIE VEENBAAS



Getuigenis

TEKST: WIBE VEENBAAS

Bij het afscheid van Phoenix van mijn vrouw Jannie heb ik een boek voor haar gemaakt. Het boek met als titel 'Ik maak een mooie plek voor jou'.

In haar wezen heeft Jannie dat voor mij, voor zichzelf, voor Phoenix en voor heel veel anderen gedaan. Ze is een bijzondere getuige geweest, en ze verstond en verstaat de kunst om mensen te leiden naar de stem van hun eigen bestemming.

Het deel van het boek over deze speciale kant van haar wil ik graag met jullie als lezer delen. Vier pagina's uit een boek ter ere van Jannie en haar betekenis.

Getuige
met de stem
van *eigen*
bestemming



© Marc Chagall, De blauwe violist, 1947, C/O Pictoright Amsterdam 2013

GETUIGE

Toen je als middelbare scholier je verlorenheid voelde, is je vioolleraar je getuige geweest.
Hij was een baken van waaruit je wist van koers. Zijn aannemende hart, zijn grote welkom
bracht antwoord waar geen antwoord leek te zijn.
Jij bent hem dankbaar en staat in zijn traditie.
Net als hij schep jij een rituele ruimte. De tijd krult naar de randen van de ruimte en mensen
komen thuis door de verbonden ontmoeting met jou.
Als zintuig van deelname brengt het hart de bedding van de geroepen koers.

Je vioolleraar

als zijn viool klank liet horen
melodie voorbij grondtoon van taal reikte
dan wist je van binnen
hij bespeelt niet alleen het kleine instrument
wordt gedragen door de grote ruimte
van het leven zelf, alsof
hemel en aarde bij elkaar gebracht worden
heimwee en Fernweh elkaar aanraken
de ziel wakker wordt gekust
de levensbeweging wordt gediend
een verre getuige fluisterend nabij is

jij speelt samen met je oude vioolleraar
hij ontroert je als ervaren getuige
wijze wegwijzer die putte uit grote bron
in jullie samenspelen bouwden jullie
het ambacht geboren uit ontmoeting
met het leven zelf

klanken dragen, openen, schrijven, wachten,
vertragen, versnellen, laten toe en verbinden
het verloren zijn van de jonge dochter met
de stem van de eigen bestemming

grondtoon van taal voorbij, ode
aan stem en viool van je oude vioolleraar

Wibe

Het huwelijk als markeringspunt in het transitieproces

EN HOE RITUELEN DAARIN ONDERSTEUNEND KUNNEN ZIJN

TEKST: PHILIP ENGELSMAN EN JOSINE EN FERENCE VAN 'T HOEN – VAN DER SCHOOT
BEELD: ANNEMARIE DUFRASNES

Rituelen geven vorm aan dat wat achtergelaten wordt en verwelkomen het nieuwe. Oftewel: ze geven vorm aan bijzondere gebeurtenissen zoals geboorte, leven en dood maar ook minder ingrijpende zaken zoals een nieuwe baan, nieuwe woonplek of verjaardag. Het is alweer ruim een jaar geleden dat wij, Ference en Josine, elkaar het jawoord gaven op onze eigen wijze. Hieronder vertellen wij ons verhaal.

Wij hadden de wens om onze relatie vanuit ons hart naar elkaar uit te spreken en te bezegelen, in het bijzijn van onze familie en vrienden. Kortom, een verbinding aan te gaan op een manier die bij ons paste. Zo kwamen wij in contact met Philip Engelsman die, naast zijn werk in de verzorging bij Phoenix, bijzondere ceremonies vormgeeft en begeleidt. Eén ding stond boven aan ons verlangenlijstje: de betrokkenheid van alle aanwezigen als deelnemer aan de ceremonie in plaats van als toeschouwer.

Wat voorafging

Het verlangen om elkaars man en vrouw te worden, ontstond twee jaar eerder. Toen stonden we in elkaars opstelling bij de workshop Kennismaken met Systemisch Werken. Daar werd voor ons beiden duidelijk welke stappen wij in ons gezin van herkomst hadden te maken om ons als man en vrouw te kunnen verbinden. Dit was het begin van onze zoektocht naar een passende Verbindingsceremonie.

De ceremonie

Op 13 April 2013 was het zo ver. Onze Verbindingsdag ging van start met een wandeling in stilte door de tuin van het centrum waar we met onze gasten verbleven. Deze tocht stond in het teken van verbinding maken met jezelf. Er klonk harpmuziek van achter de bomen en langzaam ontsluitte de locatie zich, een manshoge steencirkel. Hierbinnen vormde zich een cirkel van mensen. Samen met de jongste aanwezige, peuter Sarah, staken we het vuur aan, symbool voor initiatie en licht. Ference: 'De uitdaging voor mij was om tijdens de ceremonie in het hier en nu aanwezig te zijn en te voelen wat zich zou aandienen. Zo kon ik in verbinding met mezelf de verbinding met mijn toekomstige vrouw aangaan.' Josine: 'De houvast aan de ceremonie die we hadden voorbereid, gaf me de ruimte vertrouwen te hebben in dat wat zich zou aandienen, zodat ik kon gaan staan.'

We wilden in de ceremonie elementen van systemisch werk toe te passen met als intentie ieder persoon uit het gezin van herkomst te bedanken vanuit onze plek. Philip vroeg ons plaats te nemen op de middensteen, de steen die ons verbond met de ruggen steunend tegen elkaar. Diezelfde steen markeerde ook een afscheiding van beide familiesystemen. Allereerst werd de ouders gevraagd om de namen van hun ouders te noemen. De verbinding met het land van de voorouders was duidelijk voelbaar. Ference: 'Het moment dat mijn ouders, broer en zus werden

uitgenodigd om voor mij plaats te nemen, raakte mij in het hart. Ik voelde de verbinding met mijn ouders en mijn plek als kind zeer intens.'

Josine: 'Vanuit verbinding met onszelf en gesteund door elkaar hebben we ieder aan onze eigen kant van de middensteen onze ouders, broer en zussen geëerd door onze bewondering, groei en liefde uit te spreken.'

Hierna konden we de stap naar elkaar maken. Alle aanwezige mannen kwamen achter Ference staan en de vrouwen achter Josine. Vanuit deze bedding zijn we met elkaar in verbinding gegaan door in liefde elkaar woorden te geven. De muziek van de harp raakte ons tot in de kern en vanuit deze kern hebben we elkaar omhelsd op de middensteen. Door het loslaten van vier witte duiven als symbool voor onze liefde, vrijheid en licht, bezegelden wij onze verbinding.

Met zang en muziek, hand in hand, stapte iedereen de cirkel binnen, lopend in een spiraal om ons heen. Vervolgens namen we met twee fakkels het verbindingsvuur mee uit de steencirkel naar de binnenplaats. Daar hebben we de vuurkorf ontstoken die de bedding was voor een warme en feestelijke avond. 🍷

Voor meer informatie over Philip Engelsman en zijn werk als begeleider van ceremonies en rituelen: weceremonie.nl



Liefde heelt. Hoe dan?

TEKST & BEELD: ALEXANDRA TOMPKINS

Lief kind, gevangen in stilte, zo zacht en zo sterk
Vertel me over je leven, waar je voor het eerst je pad verliet
Vertel me je verhaal, over hoe je de strijd aanbod met je leven
Vertel me over al je lasten, al je verdriet.

Ik zie hoe je geworsteld hebt, zonder een klacht te uiten
Ik voel het huilen van je ziel en toch blijf je zwijgen
Over je verliezen, je verdriet, je angst, je eenzaamheid,
Al weet je dat ze groter worden naarmate de jaren verstrijken

Totdat je innerlijke wijsheid zegt: " nu is het genoeg!"
En je wakker wordt met een lichaam dat schreeuwt om liefde
Koester jezelf en maak jezelf heel
Luister naar het nooit vertelde verhaal ook al voelt het als veel

Laat het vasthouden los, ook al ben je bang
Leef je leven ten volle, verwezenlijk jouw doel en volhard
Een nieuwe strategie te volgen in je eigen belang
Vind de moed tot heling en zing het lied van je hart.

GRACE GAWLER
bewerkt door Alexandra Tompkins

We hebben allemaal haast, we moeten altijd bereikbaar zijn, ons werk had gisteren al af moeten zijn. Kortom, we staan zelf onderaan op ons prioriteitenlijstje. Dit gaat zo door totdat ons lichaam niet meer zo flexibel en vitaal is als het was en lichamelijke klachten ons welzijn verstoren. Door schade en schande heb ik geleerd dat ik door op de oude manier door te gaan wel heel erg vijandig met mijn lichaam omga en dat de pijn dáár in ieder geval niet van over gaat. Anders gezegd: zelf-heling begint waar het verzet ophoudt. Zolang we in verzet blijven, reduceren we onze zelfhelende vermogens tot nul, terwijl we die hard nodig hebben. Hoe kun je lichamelijke klachten of ziekte gaan zien als een vriend die je iets komt vertellen?

Het lichaam is als een brief, heb jij de moed hem te lezen?

We vergeten vaak dat ons lichaam onze opslagplaats is van alles wat we in ons leven zijn tegengekomen, inclusief de trauma's van onze ouders en voorouders. Alles zit in elke cel. Ons lichaam is een sensitief instrument dat ook vanuit sensitiviteit beluisterd wil worden. De signalen die het afgeeft in de vorm van lichamelijke gevoelens zijn zijn taal, zijn brief aan jou, de lezer. Neem jij de tijd om de brief van je lichaam in alle rust te lezen?

Rumi schrijft:

Denk vooral niet dat het makkelijk is om de brief van het lichaam te lezen, anders zou iedereen op slag het geheim van het hart ontdekken. Het valt niet mee om de brief te openen! Dat is slechts aan de sterken voorbehouden, het is geen kinderspel als bikkelen.

Wie heb ik zo lief? Een systemisch perspectief.

Vanuit liefde voor mijn moeder, die zo'n groot verdriet meedroeg, wilde ik wel alles doen om haar gelukkig te maken. Het betekende dat ik geen 'nee' kon zeggen tegen haar, omdat ik haar niet nog meer pijn wilde doen. Zij was niet de enige bij wie ik dit voelde. Het werd een patroon. Mijn ziekte heeft mij erop gewezen dat ik met iets moest stoppen, al wist ik niet wat. Ze zei: Stop, kijk, voel en handel. Dat heb ik gedaan en het heeft mij veel gebracht.

Dit proces gaat over inzicht, ervaring en taak; de weg om uit onze scriptpatronen te komen. Een ziekte nodigt uit om de vorm (doorgaan zoals we het deden om te overleven) los te laten om bij onze essentie (wie we in wezen zijn) te komen. Het jonge kind is vanuit liefde zo trouw aan het systeem van herkomst dat het bijna bereid is om zijn leven te offeren om zijn ouders te ontlasten. Ook kan het sterk gebonden zijn aan een persoon die buitengesloten of ontkend werd. Deze verstrikking kan ervoor zorgen dat iemand lichamelijke klachten ontwikkelt of depressief wordt, om de niet geziene persoon alsnog te eren. Dit zijn kindoplossingen voor grote problemen, ofwel de magische liefde van het kind. Systemisch kun je zien dat deze liefde leidt tot een innerlijk conflict in onszelf.

De helende beweging

Door familieopstellingen krijgen we zicht op de verborgen dynamiek die mogelijk een rol speelt bij de lichamelijke klacht. Op deze manier wordt

een deel van de helende beweging zichtbaar. Soms is dat buigen voor je moeder en haar weer toelaten als jouw moeder, soms is dat de eerste geliefde zien van je vader, soms is het vooral uitrusten en je familie even laten voor wat ze is. Maar er is meer nodig dan één opstelling om te doorgronden waar het voor jou over gaat en wat er nu van jou gevraagd wordt. Het symptoom zegt iets over wat in jou geboren wil worden. Het valt me op dat mensen met terugkerende lichamelijke klachten of een ziekte vaak op een diep niveau afgewezen zijn. Bang voor nog een afwijzing van iemand waar ze van houden, wijzen ze zichzelf bij voorbaat af en trekken zich terug uit het contact. Bewustworden van hoe jij jezelf afwijst en hoe deze zelfafwijzing getransformeerd kan worden naar zelfliefde is een krachtig zelfhelend vermogen. Liefde is het sterkste zelfhelende vermogen dat we hebben: liefdevol zijn naar onszelf,

liefde geven aan anderen en liefde aannemen van anderen. Gek genoeg vaak een enorme klus. Medicijnen kunnen behulpzaam zijn, maar liefde zit nog steeds niet in een pilletje.

Heling

Wanneer je de volle betekenis van je lichamelijke klachten onderzoekt en onderkent, kom je in een proces waardoor je jezelf bevrijdt en op een diep niveau verandering in je leven bewerkstelligt. Dit is de heling die plaatsvindt. Soms resulteert dit erin dat de klachten verminderen of zelfs verdwijnen, dat is de genezing. Soms gaan die twee samen, soms niet. Maar de innerlijke vrede die ontstaat wanneer je naar buiten hebt gebracht wat gezien en gehoord moest worden, is groot en vervullend. Dit brengt je in je leven op een hoger plan: verbonden met je Zelf. Ik noem dat wel een tweede geboorte. 🐦





DE HERFST VAN MIJN VERHAAL

Laatst, vlak voor het moment van een belangrijke beslissing in mijn leven, kwam ik spontaan dit beeld tegen. Ik noem het: de herfst van mijn verhaal. Het geeft me het gevoel alsof ik iets zie afsterven, in de hoop dat het weer opnieuw zal groeien na verloop van tijd. Het lijkt op iets dat ik achter me moet laten, zoals de herfst het groen achterlaat, om het anders te laten worden, het langzaam te laten verteren in de tijd, om onder de sneeuw nieuw leven geboren te laten worden.

Wonderbaarlijke beelden komen in mij op als ik iets doe of meemaak. Ik zie er verhalen in die vervagen en verwijnen om weer op te komen in een andere vorm dan voorheen.

Ons leven, en zeker nu het mijne, is aan de vooravond van deze herfst gekomen en ik zie mezelf ergens afsterven. Voeten, handen en de pezen in mijn lichaam worden langzaam minder en ik hoop dat, naarmate het afsterven vordert, mijn wijsheid groeit, zodat ik het leven waar mogelijk kan laten herleven. Net zoals de vuurvogel, de vogel Phoenix, uit zijn as herrees.

VEEL LIEFS
ZOLTAN STERN

Zoltan Stern is al vele jaren een vertrouwd gezicht bij Phoenix. We leerden hem kennen in de driejarige opleiding, en inmiddels is hij al jaren een tovenaars in onze keuken. Wie raakten er niet verrukt van zijn hongaarse bonensoep of zijn lentesoep met venkel, sinaasappel en dragon? Zoltan is ook een begenadigd fotograaf – regelmatig verschenen zijn foto's in de Vuurvogel – en bovenal een bijzonder warm mens. Helaas werd hij al jaren gekweld door blessures, en zo kwam voor deze man van vele talenten het moment in zicht dat we afscheid van hem moesten nemen. We laten hem gaan met pijn in ons hart, en wensen hem alle goeds toe.

De derde ruimte

IN DE THERAPEUTISCHE BEGELEIDINGSSITUATIE

TEKST: MIEKE SACHS

In mijn werk als begeleider en therapeut ontmoet ik veel mensen in situaties die hen diep raken en tegelijk te boven gaan. In de ontmoeting met hen stel ik me open voor wat zich wil onthullen. Zo kan een dans ontstaan, soms traag, dan weer sneller, die zijn eigen wetten kent. Naast oprecht en werkelijk luisteren naar de cliënt en alles wat die meebrengt, is er iets anders nodig om verstrikkingen ongedaan te maken, patronen te doorbreken en het onnoembare stem te geven. Hier doen de verbeelding en de verwondering hun intrede, waardoor ruimte kan ontstaan om anders te kijken en opnieuw betekenis te geven. Deze ruimte wordt ook wel omschreven als 'de derde ruimte'.

De term 'derde ruimte' kwam ik voor het eerst tegen in een prachtig boek, geschreven door Jan Olthof, het Handboek narratieve psychotherapie. In dit boek wordt regelmatig gesproken over 'het derde' en 'de derde ruimte'. Er wordt geen eenduidige definitie van het begrip gegeven, maar tussen de regels door wordt een ruimte voelbaar, die gelinkt lijkt te zijn aan verandering en transformatie. Het maakte me nieuwsgierig en ik besloot 'de derde ruimte' verder te onderzoeken. Wanneer ik mijn pre-master-scriptie voor de universiteit voor Humanistiek moet schrijven, wordt de derde ruimte het onderwerp daarvan. Naast het boek van Jan Olthof lees ik daarvoor het boek Het helende verhaal, geschreven door Wibe Veenbaas en Joke Goudswaard, waarin ik de derde ruimte onder andere tegenkom als metaforische ruimte. Zowel Jan Olthof als Wibe Veenbaas zijn van harte bereid mij te laten delen in hun ervaring met de derde ruimte. In het interview verleidt Wibe me middels persoonlijke verhalen een tijdloos uur in en laat Jan me met behulp van een tafelopstelling ervaren hoe daadwerkelijk ruimte kan ontstaan tijdens een gesprek.

Wat is de derde ruimte? Heel in het kort zou je kunnen zeggen dat in een begeleidingssituatie beide partijen zich ieder in een eigen leefwereld bevinden die kan worden omschreven als de eerste ruimte. De relatie tussen de begeleider en degene die begeleid wordt, vormt de tweede ruimte. Dan is er nog 'het derde', wat kan worden gevormd door een gedicht, kunst, een verhaal, muziek, een voorwerp, dat ruimte creëert. Dit is de derde ruimte.

Een voorbeeld van de manier waarop het derde kan fungeren wordt hierna beschreven. Het is een verhaal verteld door Kiek Wensvoort, beeldend kunstenaar, die ik ook voor mijn onderzoek heb geïnterviewd. Zij beschrijft hoe ze voor een onderzoek een verpleeghuis bezocht.

'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.'

Buiten onze ideeën over goed en slecht handelen is een veld, daar zal ik je ontmoeten

RUMI

Hier is het raam het derde, het medium waardoor één en één meer is dan twee. Er ontstaat ruimte om te ontmoeten, om even los te komen van de werkelijkheid zoals die is en van de rollen zoals die zijn. Het derde zorgt voor een verbreding of een verandering van de context, creëert een derde ruimte en zorgt dat verstarring wordt doorbroken of dat een dominant verhaal kan worden herzien. De verteller of cliënt komt hierdoor meer centraal te staan.

Wanneer het derde geen plek heeft, blijft de relatie tussen verteller en toehoorder, cq. cliënt en therapeut, dyadisch van aard, is er geen ruimte voor andere visies en komt geen verandering tot stand. Het derde heeft te maken met een bereidheid om anders te kijken, om het dominante verhaal los te laten en ook zeker met de bereidheid om werkelijk te ontmoeten. Terug naar mijn praktijk en een ervaring daar met het derde:

Judie is een vrouw van 35, ze is getrouwd en heeft een zontje van 7 maanden. De vraag waarmee zij in begeleiding komt heeft te maken met een behoefte aan controle, angst voor overgave en voor emoties. Na de eerste paar gesprekken lijkt het contact tussen Judie en mij te stokken. Judie geeft aan dat ze wil stoppen met de begeleiding, zei dat het goed met haar ging. Het was even stil. Toen begon haar zontje die was meegekomen naar het gesprek te huilen. "Stel dat hij wil vertellen hoe het echt met je is..." Judie sloeg haar blik neer en langzaam biggelde een traan over haar wang naar beneden. Vanaf dat moment kon ze werkelijk haar verhaal gaan vertellen.

Doordat cliënt en therapeut zich samen richten op het derde, ontstaat een samenwerkingsrelatie waarin beiden een eigen deskundigheid hebben. Zo ontstaat ruimte voor dialoog en voor samen spreken. Dit doet een beroep op het zelfhelende vermogen en op hulpbronnen van de cliënt en spreekt deze aan in wie hij ten diepste is. 'Het derde' kan dus van alles zijn: een huilend kindje, een verhaal of een gedicht, een raam tussen twee mensen of een opstelling die de binnenwereld naar buiten vertaalt. Het inzetten van een derde en het ontsluiten van de derde ruimte is een manier om een verbinding te leggen tussen het bewuste en het onbewuste. Het derde vormt de noodzakelijke brug tussen de innerlijke, subjectieve voorstellingswereld van de mens en de externe, objectieve werkelijkheid. Hierdoor ontstaat een ervaring van samenhang en betekenis. Wanneer met de verbeelding wordt gewerkt, kunnen diepere betekenislagen worden aangeboord.

De derde ruimte is een wereld van het alsof, waar echt en onecht, waar en onwaar een kwestie zijn van perspectief en waar betekenissen niet vast liggen. Er worden geen oordelen geveld, tegenstellingen kunnen worden opgenomen en alles en iedereen krijgt een plek, kan stem geven of deel nemen. Getuigenis is daarbij van belang; de ogen van de ander bevestigen de ervaring. Daarnaast is het zaak dat de therapeut enerzijds aandacht heeft voor de relatie met de cliënt en anderzijds steeds zorgt voor verwoording of vormgeving van datgene wat in de derde ruimte is ervaren en een vertaalslag maakt vanuit de derde ruimte naar het gewone leven, zodat men zich daadwerkelijk tot die ervaring en de werkelijkheid kan gaan verhouden. 🌱



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 ben je bij Phoenix terechtgekomen?

Via Marieke van Kernebeek, office manager bij Phoenix. Zij is mijn hardloopmaatje. Tijdens een training vroeg ze of ik wilde werken in de catering 'maar dan anders'. Ik had toen geen idee wat ze daarmee bedoelde.

Wat bedoelde ze dan?

We cateren niet alleen, maar we verzorgen de mensen. We hebben meer contact en dat spreekt mij aan. Cursisten zeggen dan 'ik voel me zo verwend', en dat vind ik dan weer leuk.

Wat viel je op toen je voor het eerst bij Phoenix kwam?

Marieke had me al voorbereid op het knuffelen, dus daar schrok ik niet meer zo van. Het begroeten van elkaar, het elkaar welkom heten, blijft bijzonder. Het sollicitatiegesprek met Jannie Veenbaas was daar een goed voorbeeld van. Ik had net een ander sollicitatiegesprek achter de rug, en het verschil daarmee was groot.

Wat heb je hiervoor gedaan?

Ik werkte in de kinderopvang, waar ik altijd mijn eigen baby-

groep heb gehad. Dat vond ik heerlijk. Net als hier bestond mijn werk daar vooral uit verzorgen, al zijn er natuurlijk veel verschillen. Helaas werd ik ontslagen omdat ze moesten inkrimpen vanwege de crisis.

Mis je dat werk?

Minder dan ik van tevoren had gedacht. Ik dacht dat ik de kinderen erg zou missen, maar dat viel mee. Dit werk bij Phoenix heeft ook zijn voordelen: fijne werktijden, en het contact met de cursisten vind ik erg leuk. Ik ben nieuwsgierig en ik vind het interessant wat hier allemaal gebeurt. Ik ben zelf ook al eens stand-in geweest.

Wat doe je buiten Phoenix?

Samen met mijn vriend Robert heb ik een zoontje van 6½, hij heet Luke. Een leuk mannetje. We gaan graag naar kastelen kijken en struinen op plekken waar je normaal niet komt. Samen op avontuur. Verder loop ik graag hard. Althans, in het begin liep ik helemaal niet graag, maar nu vind ik het heerlijk. Vooral de langzame duurloop. Volgend jaar maart loop ik de halve marathon van Parijs!

Heb je nog meer plannen voor de toekomst?

Oefenen met soep maken. Ik wil graag ook de lastigere soepen onder de knie krijgen, want vroeger was ik een echt 'soepkind'. 🍲

Phoenix als Vrijplaats en de 'Plek der Moeite'

OVER ETHIEK EN TRANSITIE

TEKST: MARJA GRIFFIOEN

Dit voorjaar vielen de nieuwe brochures en bijbehorende kaarten van Phoenix Opleidingen in de bus. Prachtige uitgaven die het wezen en het programma van het instituut weergeven. 'Vrijplaats Phoenix' staat op diverse plekken als meest kernachtige omschrijving genoemd. Ik moest denken aan een artikel dat ik jaren geleden las met als titel: 'De academie als vrijplaats – ter verveelvoudiging van vrijplaatsen in de samenleving'. Ik liep er onmiddellijk warm voor. Een vrijplaats als tussenruimte en transitieruimte. Een ruimte waar we (even) 'balling' kunnen worden, van een afstandje naar onszelf kunnen kijken, en in de ontmoeting leerprocessen kunnen aangaan die ons naar de diepere lagen van ons bestaan leiden. Phoenix biedt zo'n vrijplaats. We kunnen er ons ontwikkelen en persoonlijk en professioneel groeien.

Groei vraagt verandering en verandering doet (ook) zeer. In een vrijplaats ontmoeten we van tijd tot tijd dan ook onvermijdelijk de 'plek der moeite'. De plek waarop we merken dat veranderen lastig wordt, de plek waarop we ons realiseren dat het niet vanzelf zal gaan. Het is de plek waar we worden geconfronteerd met onze diepste loyaliteiten en overtuigingen, onze trouw aan het groepsgeweten en onze primaire, instinctieve bewegingen. Het is de plek

waar we ons bewust kunnen worden hoezeer we gebonden zijn aan de mores, de 'ethiek' van ons huis van herkomst. En het is de plek van nieuwe kansen en nieuwe (bewegings-) mogelijkheden; kansen om te leren waarnemen ('nemen wat waar is'), te reflecteren en te herbeslissen: Doe ik het zoals ik het altijd gedaan heb? Of maak ik een andere stap? Blijf ik in mijn handelen trouw aan de mores van mijn groep? Of handel ik anders zonder dat ik mijn plek in mijn geschiedenis verlaat?

Transitie vraagt om in contact met de ander(en) diep af te dalen in onszelf. Het vraagt moed om de 'plek der moeite' te betreden en onze eigen loyaliteiten en overtuigingen te be- en herzien. Van daaruit kunnen we de stap maken om 'de vreemde' in de ander en in onszelf welkom te heten en in te sluiten. We worden daarmee voller en transparanter tegelijkertijd. We nemen onze eigen unieke plek in het bestaan en erkennen de eigen unieke plek van de ander. Een dergelijke transitie is verbonden aan een ethiek waarin menswaardigheid, ontmoeting, insluiten en 'nemen wat waar is' centraal staan. Een vrijplaats met ruimte voor de plek der moeite geeft ruimte voor transitie. En van daaruit ruimte voor transformatie.

Ethische Commissie
Phoenix Opleidingen

Ethiek en de energie van liefde

De eerstvolgende studie-avond van de Ethische Commissie vindt plaats in april 2015 en wordt verzorgd door Morten Hjort. Het thema is Ethiek en de energie van liefde.

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



UNTITLED (1968)
ACRYL OP PAPIER
MARK ROTHKO

IN WARME TRANCE

Mediteren bij de schilderijen van Rothko

TEKST: WIETSKE JANSEN SCHOONHOVEN • BEELD: MARK ROTHKO

De schilderijen van Mark Rothko (1903-1970) zijn meer dan levensgroot; intiem noemt hij ze. En zo laag opgehangen dat je wordt uitgenodigd om de ontmoeting met je hele lijf aan te gaan. Een voor velen haast transcendent ervaring. Maar twee schilderijen van hem zijn in bezit van Nederlandse musea: een is in het Stedelijk in Amsterdam, de ander in Boijmans van Beuningen in Rotterdam. Het Gemeentemuseum in Den Haag presenteert een droom die twintig jaar geleden begon: een grote overzichtstentoonstelling van Mark Rothko. De vijftig schilderijen en tien tekeningen komen voornamelijk uit The National Gallery of Art in Washington. De extreem kostbare uitwisseling kwam tot stand dankzij de belangrijke collectie van het Gemeentemuseum van Piet Mondriaan, een van de founding fathers van de abstracte kunst.

Publiekslievelingen

De rij voor de kassa is lang, maar wie via internet een kaartje heeft geregeld kan zo doorlopen. Aan de vooravond van mijn lezing in Leiden voor Art en Ziel over de helende werking van kunst, samen met Marja Griffioen, bezoek ik de tentoonstelling omdat het werk van Rothko de apotheose van ons verhaal vormt. Een pleidooi voor de transitieruimte, de ruimte waarin het zo stil wordt dat je - al is het maar voor een moment - bestaande overtuigingen kunt loslaten om nieuwe gedachten toe te laten. Of: om je te verzoenen met de dingen waar je mee te dealen hebt. De expositie is dan nog maar net open, en de zalen lopen om 11 uur in de ochtend al behoorlijk vol. Even aarzel ik over mijn tentoonstellingsstrategie. 46 cm, zegt Rothko zelf, is de juiste afstand om zijn doeken te ervaren. De ruimte voor de schilderijen is afgezet met lage ijzeren koorden, en de bezoekers lijken een voorkeur te hebben voor een grotere afstand. Ik besluit toch zo dicht mogelijk voor de schilderijen te staan, zo nu en dan iets van 'Sorry, ben zo weer weg' mompelend. De donkere

doeken uit de periode voor zijn dood horen minder tot de publiekslievelingen, alle tijd daar. De ervaring is er direct. Het abstracte werk van Rothko biedt geen houvast aan een voorstelling of onderwerp. De blik dringt binnen in de kleurvelden, het lichaam trekt iets naar voren (let maar op!) en in het kijken ontstaat een gevoel van omhulling. Het wordt stil.

Trans...

Als Marcus Rothkowitz in 1913 als tienjarig jongetje samen met zijn moeder en zus Sonja zijn vader en twee broers achterna reist vanuit Dvinsk, een grensstadje tussen Letland en Litouwen, naar Portland, Oregon aan de westkust van Amerika, voelt dit voor hem als een transplantatie. De dood van zijn streng religieuze vader, zeven maanden na de gezinshereniging, stort de joodse familie in rouw en armoede. Vanaf het begin voelt Mark zich een outsider. Zijn leven lang houdt hij een fascinatie voor het woordje trans: transform, transcend, translation, transpone, transition... hij gebruikt het vaak. In gedachten moet hij zichzelf voort- >

IN HET RUMOER VAN ALLEDAG HUNKEREN
VELEN VAN ONS NAAR MOMENTEN VAN
STILTE. STILTE WAARIN WE KUNNEN
WORTELEN EN GROEIEN. STILTE ALS
EEN SOORT PAUZE IN DE TIJD OM TOT
BEZINNING TE KOMEN OVER WAT TIJDLOOS
EN TRAGISCH IS. MARK ROTHKO (1943)



UNTITLED (1970)
ACRYL OP DOEK
MARK ROTHKO

ALS MENSEN HUILEN ALS ZE VOOR EEN
SCHILDERIJ VAN MIJ STAAN, DAN HEBBEN
ZIJ DEZELFDE RELIGIEUZE ERVARING ALS IK
TOEN IK HET MAAKTE. MARK ROTHKO

durend over een grens heen zetten. Hij begint laat met schilderen, en dan duurt het nog twintig jaar voordat hij na de tweede Wereldoorlog doorbreekt met de abstracte doeken in zijn classic style. In Europa is de Holocaust net achter de rug, Amerika is in de ban van psychoanalyse, en de zoektocht naar universele mythen, symbolen en archetypen. Het abstract expressionisme is de eerste kunststroming die in Amerika, vooral New York, opkomt en van daaruit de wereld domineert. Toch noemt Rothko – in deze tijd verandert hij zijn naam – zijn schilderijen niet abstract. Hij is op zoek naar het onbenoembare en wil kunst maken die tijdloze en tragische menselijke emoties uitdrukt. Kunst die 'mensen terugbrengt naar hun medemenselijkheid'.

Grensgebieden

In het hart van de tentoonstelling – de meditatieve zaal – gloeien zijn van kleur doordrenkte schilderijen in al hun duurzaamheid en mysterie, in diepe donkere roden, oranje, kastanje en andere bruintinten, zwarten en grijzen. Hier vind je onder meer werken

die deel uitmaken van de Seagram muurschilderingenserie. Deze waren oorspronkelijk bedoeld voor het Four Seasons restaurant in Mies van der Rohes Seagramgebouw in New York. Ze hebben er nooit gehangen. Rothko vond een openbare eetzaal achteraf geen goede gelegenheid om zijn werk te ervaren. De classic style: een egaal gekleurde ondergrond met twee of drie rechthoeken in verschillende kleuren, variërend in breedte of hoogte. De overgangen van de ene naar de ander kleur worden niet gemarkeerd door lijnen. Nee, het is veel meer een scheiding, een strook, een grens- of schemergebied. Ook de randen trekken aandacht omdat ze lijken op te doemen uit het oneindige. Je wordt opgenomen in deze eindeloze kleurbedding; een warme trance. Rothko schilderde tien, twaalf, veertien en soms wel twintig lagen verf op het doek, zo dun als vloeipapier. In iedere laag wijkt hij iets af van de voorgaande kleur. Rood of zwart bestaan daardoor uit veel verschillende tinten, waardoor de doeken een magnetisch effect oproepen. Dit meditatieve principe wordt uitvergroot in de Rothkokapel in Houston. En later in de speciale ruimte voor zijn Seagramschilderijen in Tate Modern. In Den Haag is een goede poging gedaan om deze sfeer op te roepen.



UNTITLED (1953)
GEMENGDE TECHNIEK OP DOEK
MARK ROTHKO

Nacht, oneindigheid

Net als zijn vader voor hem, verstart Rothko in zijn denkbeelden. Hij moet niets hebben van de stromingen als Pop Art die in de jaren '60 opkomen. Hij weigert om met Andy Warhol in een ruimte te zijn, en fulmineert tegen zijn galeriehouder als deze de nieuwe kunst vertegenwoordigt. Zijn gezondheid verslechtert, zijn tweede huwelijk loopt op de klippen en zijn zwaarmoedigheid maakt zijn werk steeds duisterder. De zwarte schilderijen inspireren de Rolling Stones tot een van hun grootste hits.

*I see a red door and I want to paint it black
I wanna see it painted, painted black
Black as night, black as coal
I wanna see the sun blotted out from the sky*

Toch behoren de laatste werken in acryl op papier tot de mooiste die hij heeft gemaakt. 'Een hemels kobaltblauw dringt het zwart binnen en boort zich de oprukkende duisternis in, een blauwe vlam likt aan de randen,' schrijft Simon Schama in zijn boek De

kracht van kunst. Ze blijken een voorbode van zijn laatste transitie. Op de dag dat zijn Seagram schilderijen arriveren in de Tate Gallery in Londen pleegt Rothko zelfmoord. Zijn allerlaatste rode schilderij een stille getuige van het bloed waarin hij ten onder gaat als hij zijn polsen doorsnijdt. Het hangt in Den Haag naast de Victorie Boogie Woogie, het laatste werk van Mondriaan.

De schilderijen van Rothko lijken een doorgang te bieden naar de oneindigheid, terwijl ze tegelijk de onbereikbaarheid ervan vertegenwoordigen. We kennen ze waarschijnlijk allemaal wel, de flitsen, glimpen hiervan die ons telkens weer lijken te ontglippen als we er bewust van worden. Het zijn precies deze glimpen die zich aan elkaar kunnen rijgen tot troost en herinnering dat er iets is dat groter is dan wij. De enige manier om erachter te komen of jijzelf onderdeel van deze kijkervaring kunt worden is om zelf tussen zijn werk te gaan staan. 🎨

Haags Gemeentemuseum tot 1 maart

Kastanje

TEKST: MARJAN VAN BAEKEL-KAN

Het felle licht deed zeer op haar lichtbruine huid. Ze lag daar naakt, zonder enige bescherming, in het grauwe grijze zand ver van de boom waar ze zo lang mee verbonden was geweest. Haar oermoeder, die altijd met haar wortels zo stevig in de grond had gestaan, had haar afgeworpen. Hoe kon dit zo onverwachts gebeurd zijn? Ze dacht aan de nacht ervoor. Flarden kon ze zich herinneren; De donkerte, de storm, het geschud en het gekraak. De flits, de knal zo oorverdovend dichtbij en toen de val. De val die maar niet leek te eindigen. De stevige bolster met zijn scherpe punten die haar al die tijd zo goed beschermd had, deed tijdens de val voor de laatste keer zijn werk. Daardoor was ze niet hard gevallen, maar haar vertrouwde jas was wel gebroken en lag verderop geknakt in hetzelfde grauwe grijze zand. Het licht dat zich nu ten volle op haar wierp deed zo'n pijn!

Ze dacht terug aan het voorjaar. De periode waarin ze volop genoten had van datzelfde licht. Het warme zonlicht dat haar ontluikende bloesems heerlijk had verwarmd. Wat was ze mooi geweest, zo fier en krachtig met haar roze bloesempracht te midden van al haar familie en vrienden. Vreemd was het voor haar om te merken dat zij gedurende de zomer veranderde.

Het jasje dat zich om haar heen gevormd had en eerst zo fijn en beschermend aanvoelde begon al gauw ongemakkelijk krap te worden. Terwijl haar oermoeder vanuit haar wortels voeding naar haar bracht, had zij besloten niets meer tot zich te nemen. Was het misschien daarom dat zij de afgelopen nacht was afgeworpen? Was ze niet sterk genoeg geweest? Er kwam een gevoel van eenzaamheid en ook boosheid over haar heen. Terwijl ze daar zo lag in het felle zonlicht met haar nog veel te lichtbruine huid nam ze een besluit: 'Ik red me ook wel zonder jullie!'

De tijd verstreek. Het werd herfst. Veel van haar vrienden werden ook afgeworpen. Zij zagen er allemaal prachtig uit:

diepbruin, glanzend en helemaal volgroeid. Zijzelf was flets, een beetje verschrompeld en veel te klein. Door die eerste heftige storm was ze te ver van de anderen verwijderd geraakt; ze voelde zich een buitenstaander. De bladeren die langzaam van haar oermoeder af dwarrelden, vielen over haar heen en gaven nog een beetje bescherming.

De winter viel in. De eerste sneeuwvlokken bedekten haar tere lijf. Eerst schrok ze van de kou, maar al gauw werd het donkerder en donkerder en met de donkerte kwam gek genoeg ook de warmte. Ze viel in een diepe, droomloze slaap. Alles om haar heen was stil en sereen.

Het eerste wat ze hoorde waren de vrolijke tonen van de mezen en de vinken. Zij kondigden de lente aan. Een klein plasje water waar lichte damp vanaf kwam omsloot haar lijf. Het zonlicht verwarmde haar voorzichtig. Het deed geen pijn deze keer. Het voelde fijn. Het leek wel alsof haar oermoeder vanuit haar ooghoeken een bemoedigende knipoog gaf. "Goed dat je er nog bent en doe wat je te doen hebt", leek zij te willen zeggen. Hierdoor rekte ze zich uit en voelde de energie van de zon door haar lijf stromen. Het leek wel alsof ze zich mocht openen om het water uit het plasje op te zuigen.

Dit gaf haar kracht en vertrouwen. Ze opende zich nog meer en voelde hoe haar wortels een weg zochten in het donkere zand dat, door de humus van de herfst en de winter, voedselrijk was geworden. Iedere dag drongen haar wortels dieper de grond in. De voeding die ze uit de aarde haalde gaf haar de energie om te groeien. Doordat de jaargetijden verstreken en zij vele onstuimige weersomstandigheden wist te trotseren, groeide ze uit tot een prachtige, krachtige boom. Trots stond zij daar op haar eigen plek en gaf met plezier voldoende voeding aan al haar vruchten. 🌳

Sprookjesopstellingen: een mythische transformatiereis

TEKST: ERVIN MOLNÁR & JESSY CORNET • BEELD: YVONNE SCHOONIS

'Bent u de prinses, die zo mooi is, dat de hele wereld erover praat?' riep hij uit. *'Ach!'* gaf ze ten antwoord, *'dit is mijn werkelijke gedaante niet, mensenogen kunnen me alleen maar aanschouwen in deze afschuwelijke vorm. Maar om te weten hoe ik er werkelijk uitzie: kijk maar in die spiegel, die laat zich niet verblinden, maar toont me, zoals ik werkelijk ben.'*
Uit sprookje 'De kristallen bol', de gebroeders Grimm.



Koning worden over je eigen leven is waar menig sprookje toe uitdaagt. Voordat je dat bereikt, moet je vaak eerst de draak doden, de heks dienen of de prinses bevrijden. Kortom, van de getreden paden afwijken, op reis gaan en nieuwsgierig zijn naar iedere ontmoeting. Ontmoetingen die je op de proef stellen en doen groeien zodat je gesterkt verder kunt reizen om uiteindelijk de sleutel te vinden die het mogelijk maakt dat je koning wordt.

In sprookjesopstellingen fungeert het verhaal als rode loper waarlangs zich een therapeutisch proces voltrekken kan. De elementen uit het verhaal krijgen stem en ruimte. Sinds een aantal jaren werken wij samen als begeleiders van sprookjesopstellingen. Ook wij hebben hiervoor onze draken moeten bevechten en onze sleutels moeten vinden; onze eigen mythische reis moeten maken.

Ervin: ik ben een zoon van Hongaarse ouders. Hun verhalen maakten het verlangen wakker naar het land in de verte. Als

jongetje was ik al steeds op zoek naar de diepere laag waar de verhalen en de muziek me mee in contact brachten. Ik verdiepte me later in symbolentaal en archetypes, in het sjamanisme, verbond deze met systemisch werk en mannenwerk. Iedere keer als ik terugreisde naar Hongarije haalde ik iets op wat me hier verder bracht en wat ik weer kon doorgeven aan anderen. Zo werd ik therapeut, opleider en raadgever. Na een periode van ernstige ziekte zocht ik mijn land weer op en maakte daar kennis met Ildikó. Zij introduceerde me in de wereld van sprookjesopstellingen. Zo reisde ik met haar door Transsylvanië en Hongarije. Een weg terug naar huis. Diep geraakt door de methode, de rijkdom van de ontmoetingen met de mensen, cultuur en verhalen, nam ik Ildikó en het sprookjeswerk mee naar Nederland en Vlaanderen. En toen was het tijd om uit de schaduw van Ildikó te treden en mijn leiderschap te nemen. Met de kristallen bol sprong ik in het diepe... als verteller, als spiegel en als hoeder van een veld waar heling en groei mogelijk wordt. En ik zocht op mijn beurt een helper.

Jessy: ik ben therapeut in hart en nieren. Toen Ervin langs kwam op zijn vliegend paard, trof hij me in mijn liefde voor de taal en metaforen en in mijn verlangen om het niet langer alleen te doen. Ik nam de sprong, steeg achterop, ongewis van de reis die we gingen maken. Zonder het te weten was ik altijd zoekende geweest. In het psychosociaal werk leerde ik het vak van begeleider, dat ik bouwde op het fundament van mijn verdriet, de rouw van mijn moeder. Barry Goodfield, een gids van overzee leerde me over lichaamswerk: ik had immers een voertuig nodig voor mijn onrustige geest. Dan reisde ik lange tijd onder de vleugels van Phoenix. Ik liep met vrouwen, met de Sjamaan. Velen liepen een eind met me mee. En altijd weer moest ik verder trekken. Dan liep ik weer alleen. Op mijn tochten ontmoette ik monsters, ridders en ook de dood. Ik keek ze allemaal aan: vaak werd het vechten, later kon ik beter buigen. Menig dorre akker waarop ik rustte werd vruchtbaar van mijn tranen. Nu ik mijn plek op aarde meer en meer vind, kan ik makkelijker terugkomen van mijn reizen tussen hemel en aarde. En kan ik aanwezig zijn als bedding voor de groep.

Toen de jongeman de tovenaars de bol voorhiel, sprak deze: 'Mijn macht is verbroken, van nu af aan ben jij de koning van het slot van de Gouden Zon.' 🌳

Afscheid redactie Vuurvogel

TEKST: SANDER REINALDA

Jaren hebben zij zich inget voor de Vuurvogel. Gé Ophelders, Francien Bruggink en Heleen Reitsma. Het is tijd om het door te geven. Sander gaat in gesprek met deze drie mooie mensen. Over wat is bijgebleven en wat de Vuurvogel gebracht heeft.



Gé Ophelders

Gé, vanaf het allereerste uur ben je betrokken geweest bij de Vuurvogel. Kun je vertellen hoe het blad ontstaan is?

Ik heb na de driejarige opleiding nog een aantal vervolgoopleidingen bij Phoenix gedaan en telkens ervoer ik 'hier gebeurt iets, hier wordt het binnenste gewekt'. Dat heeft me zowel persoonlijk als ook in mijn werk veel gebracht. Na afloop van een van die vervolgoopleidingen vroeg ik me af hoe ik in contact zou kunnen blijven met Phoenix, ook als ik even geen opleiding of workshop volgde. 'Phoenix moet een blad hebben', bedacht ik me toen en die gedachte heb ik met Wibe gedeeld. Die was meteen enthousiast en dat idee zijn een aantal mensen gaan uitwerken, met als resultaat het blad zoals het nu al 11 jaar bestaat.

HIER GEBEURT IETS, HIER WORDT HET BINNENSTE GEWEKT

Wat is volgens jou de betekenis van de Vuurvogel?

Voor mij dient de Vuurvogel meerdere doelen: het brengt Phoenix als opleidingsinstituut onder de aandacht; het schept de mogelijkheid om contact met Phoenix te blijven houden, ook als dat op afstand is; het betekent dat de voortdurende stroom van ideeën en de ontwikkeling van het gedachtegoed binnen Phoenix naar buiten kan blijven komen. Dat gebeurt

natuurlijk ook met de boeken, maar voordat zo'n boek af is... Een blad biedt de mogelijkheid om ook op de kortere termijn te laten zien wat er intern allemaal gebeurt. Tenslotte biedt het blad ook een platform voor cursisten om te publiceren.

Redactielid zijn brengt ook onverwachte ontmoetingen met zich mee. Het is mij in ieder geval af en toe gebeurd dat iemand zei; 'Maar ik ken jouw naam. Uit de Vuurvogel'. Als dat geen strook is.

Van bijzonder persoonlijke betekenis, de afgelopen 10 jaar, waren de interviews met 19 medewerkers van Phoenix. Stuk voor stuk waren dat cadeautjes, zowel voor ons (voor Heleen en mij), als ook voor de medewerkers zelf, denk ik. Iemand op een andere manier en meestal ook op een andere niveau 'bevragen' en in gesprek gaan, dat was ontmoeting ten voeten uit.

Tenslotte, Gé, hoe is het voor je om de redactie te gaan verlaten?

Dat is met gemengde gevoelens: ik zal het contact met de mede-redactieleden missen: een paar keer per jaar samen rond de tafel zitten om een thema te kiezen, de ingezonden stukken met elkaar te bespreken, samen lekker te eten, me werkelijk deel van de Phoenixfamilie te voelen – dat alles zal ik missen. Anderzijds haalt het druk weg, geeft het me weer meer vrije ruimte waarin ik andere dingen kan gaan doen, waar ik niet aan toe ben gekomen. Het blad is in goede handen, het kan verder groeien en bloeien.

Gé, namens Phoenix Opleidingen dank ik je zeer voor alle tijd, energie, kennis, kunde en creativiteit die je 11 jaar lang in de Vuurvogel geïnvesteerd hebt. Je hebt er een mooi blad van gemaakt.



Francien Bruggink

Francien, wat betekent de Vuurvogel voor jou?

Via de Vuurvogel kan ik het lijntje met Phoenix houden. Dat was al zo toen ik nog niet in de redactie zat en het blad, net als iedereen, thuis bezorgd kreeg, maar in de zeven jaar dat ik nu deel uit maak van de redactie, is dat lijntje natuurlijk een veel actiever lijntje geworden.

Voor Phoenix lijkt de Vuurvogel me van belang om het contact met de cursisten te kunnen onderhouden. De wederzijdse wisselwerking tussen het instituut en de mensen heeft een platform nodig en dat is de Vuurvogel bij uitstek. Om die reden denk ik dat het goed zou zijn als het blad frequenter zou verschijnen dan nu het geval is. Die verbindende functie zal dan nog meer tot haar recht kunnen komen.

Wat heeft je als redactielid in het bijzonder geïnspireerd?

Wat ik heel erg leuk en inspirerend heb gevonden waren de brainstormsessies met de redactie. Met z'n allen thema's

HET THEMA
GROOTOUDERS
STAAT ME
NOG HELDER
VOOR OGEN

voor toekomstige Vuurvogels bedenken, die thema's vervolgens verder uitwerken en daar zelf iets over schrijven of mensen vragen er iets over te maken. En natuurlijk het lezen van de ingezonden stukken. Ik vond dat proces heel bijzonder. Het thema grootouders, dat we in 2008 maakten, staat me nog helder voor ogen: ontroerende stukken, heel persoonlijke artikelen, tal van perspectieven – dat vind ik heel mooi.

Heb je nog een boodschap voor de nieuwe redactie?

In de eerste plaats wil ik zeggen dat ik veel bewondering heb voor de twee achtereenvolgende hoofdredacteuren van het blad, die veel werk hebben verzet. Het is een klus, hoor, elke keer weer.

Persoonlijk zou ik het fijn vinden als er meer kunst in het blad opgenomen wordt. Ik ben nogal visueel ingesteld en wat mij betreft mag dat meer geïntegreerd worden. Daarnaast zou ik het fijn vinden als er meer wat langere, inhoudelijke stukken worden opgenomen. Bijvoorbeeld de stukken van Herman Cools, daar wordt ik helemaal 'ingezogen' – heerlijk is dat.

Kan die nieuwe redactie op jouw verhalen blijven rekenen?

Dat denk ik wel. Maar ik wil me ook meer richten op de praktijk: het vaker organiseren van opstellingenavonden en het ontwikkelen van workshops en trainingen met Monieke Bennink in BenB-trainingen. We doen Phoenix-achtige dingen, maar dan op onze manier. Ook weer heel inspirerend en verrijkend.



Heleen Reitsma

Heleen, jij zit vanaf de start van het blad in de redactie van Vuurvogel, al zo'n elf jaar lang. Wat betekent het blad voor jou?

Als lezer, maar ook als redactielid, betekent de Vuurvogel voor mij dat het een waardevolle manier is om contact te kunnen blijven houden met het instituut en met de opleiders, ook als ik een tijdje geen opleiding of workshops volg.

Ik vind het bijzonder om te lezen hoe cursisten en ex-cursisten hun eigen vorm geven aan datgene wat ze bij Phoenix hebben gedaan en geleerd.

DE GESPREKKEN
DIE WE GEVOERD
HEBBEN, WAREN
STUK VOOR STUK
GESCHENKEN

Via de ingezonden stukken krijg ik zicht op wat mensen allemaal doen met het gedachtegoed dat ze zich eigengemaakt hebben. Ik vind dat inspirerend en het stimuleert ook weer nieuwe ideeën bij mijzelf. Verrijkend, hoor.

Wat heeft het lid zijn van de redactie je gebracht?

Redactielid zijn was ook een manier om betrokken te blijven bij Phoenix. Het idee voor een blad is oorspronkelijk afkomstig van Gé Ophelders. Wibe vroeg mij mee te werken aan de ontwikkeling ervan en dat was al die jaren lang een groot genoegen. De gezamenlijke discussies over vorm en inhoud, over de samenhang met wat er bij Phoenix allemaal gebeurt, over de uitgangspunten – ik heb het als waardevol ervaren.

Dat geldt ook voor het brainstormen over het thema van de volgende Vuurvogel en natuurlijk voor de discussies over de ingezonden stukken. En heel belangrijk: de traditionele start van de vergaderingen. Altijd eerst samen eten en het leven doornemen. Dat heb ik ook heel fijn gevonden.

Kun je één hoogtepunt noemen uit al die jaren?

Gé en ik hebben tien jaar lang de medewerkers van Phoenix geïnterviewd. Iedere Vuurvogel hebben we weer een opleider geportretteerd. De gesprekken die we daartoe gevoerd hebben, waren stuk voor stuk geschenken. Ik heb het mooi en ontroerend gevonden om de trainers persoonlijk, op een ander niveau dan het dagelijkse, te ontmoeten. Die interviews springen er echt wel uit voor mij!

Ik wens de Vuurvogel nog veel mooie vluchten toe. De nieuwe redactie wens ik veel succes en inspiratie! 🐦

Een tweede eerste keer

Deze zomer rondde voor het eerst een cursist voor de tweede keer de driejarige af. Een unicum! Zijn naam is Erik van Gulik, en de Vuurvogel was natuurlijk benieuwd naar zijn beweegredenen en ervaringen. Dus zochten we hem op.

TEKST: MANON MIESSEN • BEELD: KIM VERSPUI



Wat maakte dat je de driejarige opleiding nog een keer wilde doen?

De eerste keer deed ik de opleiding vooral uit persoonlijke interesse. Ik kende iemand die de opleiding had gedaan en zij had me op het spoor gezet van Phoenix. Ergens heb ik altijd al de wens gehad om mensen te begeleiden. Een paar jaar geleden besloot ik dat het tijd werd om werk te maken van die droom. Ik wist dat ik dan nog wat stappen te zetten had, zowel persoonlijk als vakmatig. En de werkwijze van Phoenix ligt me het meest, dus ik kwam steeds weer uit bij Phoenix. Daarom was voor mij de conclusie: ik ga de driejarige nog een keer doen. Ik zat ook in een hele andere levensfase – de eerste keer was ik 24 – en ergens voelde ik me een ander mens. Mijn hoop was dat ik opnieuw een basis kon leggen, dit keer vanuit een professioneel perspectief.

Wat heeft de tweede keer toegevoegd?

Ik heb nu een nog dieper besef van wie ik ben en waar ik vandaan kom. Ik realiseer me steeds meer waar ik uit voortkom en hoe dat mijn handelen in het hier en nu beïnvloedt. Dat is een fijn besef. Ik kan beter zien waar mijn gedrag en dat van anderen vandaan komt en hoe het ooit nuttig was. Daardoor kan ik met meer eerbied kijken naar mezelf en naar de ander. De opleiding heeft me dichterbij mezelf gebracht. Dat was de eerste keer ook al gebeurd, maar nu beklijft het meer. Ik denk dat dat komt omdat ik ouder ben. Sommige dingen komen gewoon anders aan als je wat ouder bent, daar heb je levenservaring voor nodig.

Zeg je daarmee: wacht met de opleiding tot je wat ouder bent?

Nee hoor, ik heb er ook de eerste keer veel aan gehad. Maar de tweede keer heb ik weer andere dingen geleerd. Toen ik op

mijn 24e de opleiding deed, ging er een wereld voor me open. Het was alsof de geheime wetten van het leven aan me werden geopenbaard. Het was zo indrukwekkend! Daarnaast deed het intieme van de groep me goed. Dat ik als enig kind en kind van gescheiden ouders echt ergens bij kon horen betekende veel voor me. De tweede keer heb ik veel meer deelgenomen vanuit een professionele vraag. Ik leerde mijn verlangen om gezien te worden wat meer los te laten. Daardoor kan ik beter aanwezig zijn bij wat er speelt in het moment. Ik realiseer me wat de ander met mij doet en kan dat gebruiken in het gesprek. Zo sluit ik beter aan.

HET WAS ALSOF DE GEHEIME WETTEN VAN HET LEVEN AAN ME WERDEN GEOPENBAARD

Dat is mooi, maar toch: wat bezielt iemand om zich twee keer in zo'n langdurig traject te storten?

Dat was ook echt spannend, want uiteindelijk kun je pas weten hoe het is om zo'n opleiding twee keer te doen als je het ook echt doet. Toch was het een weloverwogen keuze, en mijn verwachtingen werden gelukkig meer dan waargemaakt. Ik heb het ervaren als een tweede eerste

keer. Een nieuwe groep, andere trainers, ik had een andere reden om de opleiding te doen en ik was als mens gegroeid. Daardoor zette ik nieuwe stappen.

Kijk, dit is niet een opleiding van "één plus één is twee". Dan weet je het ook na één keer wel, en als je het niet meer weet, zoek je het op. Dit programma zit zo in elkaar dat het aansluit bij wie jij bent. Dus je pikt steeds andere dingen op, dingen die voor jou nu van belang zijn. Je zou kunnen zeggen: bij Phoenix leer je de filosofie achter het rekenen. Of: je leert te zien hoe iemand rekent. Dus als iemand zegt: 'Ik snap niet waarom één plus één twee is', gaan we niet nog een keer uitleggen dat het zo is, maar vragen we bijvoorbeeld: hoe is het voor jou dat je dat niet snapt? Misschien is dat wel het inzicht waar ik altijd naar gezocht heb. Dat er achter elke vraag een hele andere werkelijkheid schuilt. Ik moest opgroeien om dat te kunnen zien.

Wat zou je zeggen tegen anderen die overwegen de opleiding nog een keer te doen?

Als je bij een andere fase in je leven bent aanbeland, met een ander plan en nieuwe vragen, kan het heel mooi zijn om dit nog een keer te doen. Stel jezelf de vraag: wat wil ik hieruit halen? Ik ben blij dat ik de opleiding twee keer heb gedaan, het was misschien nog intenser dan de eerste keer. Het heeft me nog meer gebracht dan dat ik had verwacht. 🍀

Erik van Gulik heeft een eigen coachingspraktijk. Kijk op devolgendestap-coaching.nl

Fietsend naar het bos

TEKST: MARIJKE MULDER

Het is alweer een tijd geleden dat ik echt gereisd heb. Met mijn fiets bestrijk ik zo'n 15 kilometer om mijn huis, maar dat noem ik geen reizen, evenmin als de bezoekjes aan mijn familie per trein. Toch bevind ik me in een bizarre reis: de reis van mijn bewustzijn dat in mij vele werelden aan het verkennen is. En ik ben niet de enige.

De reis begon al voordat ik geboren werd, maar zelf weet ik daar weinig van. Het schijnt dat we bagage mee krijgen, opdrachten om op te lossen. Misschien weet je die nog als je als baby geboren wordt, want dan bevind je je nog in de wereld van de geest, van de bron. Je bent nog helemaal één geheel hiermee, zonder tijd en zonder zelf. Dit is precies de wereld waar wijze, verlichte mensen het over hebben, maar jij zit nog in dat hulpeloze babylijfje en voorlopig wordt dat het belangrijkste; eerst maar eens begrijpen hoe die geuren, kleuren en geluiden in elkaar zitten en ontdekken wat je met je armen, benen en stem kunt doen.

Als het bewustzijn het 'denken' ontdekt, stap je de volgende wereld in. Dit denken is geweldig, daarmee kom je erachter dat je een 'ik' bent, dat er regels zijn, dat er goed en fout is en dat er taal is waarmee je dingen duidelijk kunt maken. Daarmee kun je hele werelden oproepen, die voor anderen fantasie zijn, maar voor jou zijn ze werkelijk, want je bent nog helemaal verbonden met de bron. Dit is de magische wereld, alles is nog beziel: bomen, stenen en onzichtbare vrienden. Als het bewustzijn dit allemaal verkend heeft, maakt het de stap naar de volgende wereld.

Nu ben je gefascineerd door helden, prinses, prinsessen, draken en heksen: de mythische wereld. Je komt erachter dat je een rol kunt spelen; je ziet het voorbeeld van de juf, de agent om je heen en het denken in jou vormt zo een rol voor jezelf (wat er niet mag zijn verdwijnt in de schaduw!). Je kunt je wel verplaatsen in de ander, maar het blijft heel concreet. Familie is belangrijk en regels zijn heilig.

Het bewustzijn reist verder naar een meer abstract niveau en toch wordt dit de rationele wereld genoemd. Je 'denken' weet nu dat het een individu is, los van familie. Het ervaart zich als alleen, los van welke bron dan ook. Tegelijkertijd ontdekt het een oneindige wereld aan

vormen, dingen, ideeën en gedachten. Voor het ego in jou, de rol die het denken voor je bedacht heeft, is dit alles wat bestaat en het wil altijd meer. Dit is geen probleem, want er is heel veel: sport, kunst, politiek, wetenschap, maar als het bewustzijn het wel gezien heeft en door wil naar de volgende wereld, dan heeft je ego daar meestal geen zin in. Ik had een behoorlijke crisis nodig, zo één waarbij mijn hele wereld instortte, om een opening te maken.

Ik moest verder en ik moest terug. Dit is paradoxaal, maar precies wat het is, want in deze nieuwe, energetische wereld herkende ik weer wat altijd al beziel was - bomen, stenen, de aarde en zelfs mijn eigen lijf - maar wat het ego in mij niet

wilde zien. Ik leerde opnieuw hoe het is om verbonden te zijn met de bron. Bijna leek ik terug te zijn in de magische wereld, maar dan verbonden met de logica uit de rationele wereld. Ik vind het heerlijk om hiermee te werken en mijn eigen plek te vinden.

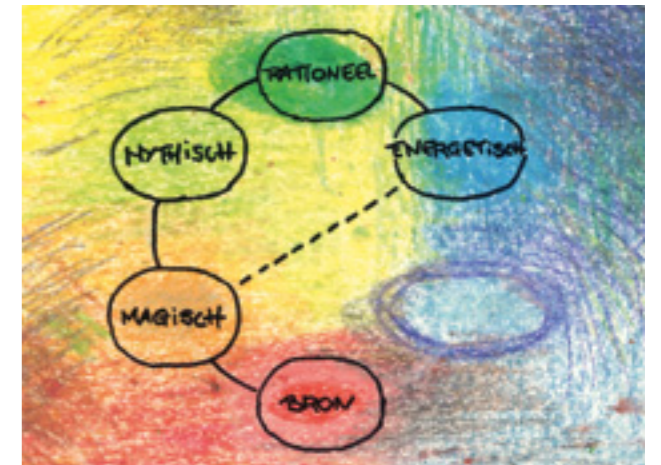
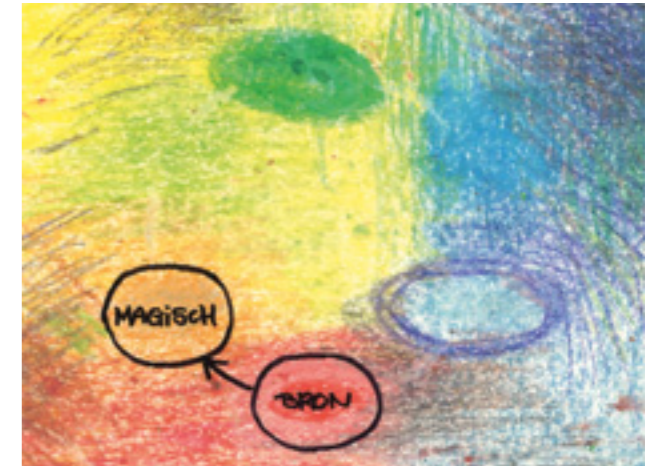
Hierna ontdekte ik nóg een andere wereld, de archetypische. Dat was een nog diepere stap mijn innerlijk in. Het archetypische lijkt op de mythische wereld, maar daar leer je vooral de rollen in de buitenwereld kennen. Dit gaat om rollen in je binnenwereld en ik had er mijn favoriete meditatie-techniek voor nodig om ze tevoorschijn te laten komen. Hele bekende rollen zijn je innerlijke man en vrouw, die iedereen zal hebben, maar er kwamen ook heel onverwachte rollen tevoorschijn, die specifiek voor mij waren.

De belangrijkste rol echter, die iedereen zal tegenkomen, is de schaduw. Pas als je die in de ogen hebt gekeken en uitgeleefd hebt, zal het bewustzijn in jou de volgende stap zetten: je keert terug naar de bron. Als baby was je hier ook, maar onbewust, nu kom je er bewust. Dit is het 'ontwaken uit vorm'. Het bewustzijn wéét dat er vormen en dingen zijn en dat er tijd is, maar er is geen ego meer dat zich eraan vasthoudt. Het is ontwaakt.

Is dit het einde van de reis? Misschien, misschien ook niet. Ik fiets naar het bos voor een kopje thee op het terras van het pannekoekenhuis. In mij reizen vele werelden mee. ☺

Marijke Mulder heeft een eigen coachingspraktijk. Kijk op maymulder.nl

IK BEVIND ME
IN EEN BIZARRE
REIS: DE REIS
VAN MIJN
BEWUSTZIJN
DAT IN MIJ
VELE WERELDEN
AAN HET
VERKENNEN IS



Homoseksualiteit in het licht: de vreemdelling omarmen

TEKST: GERT VAN LENTHE • BEELD: ROLF MAAS (MOOI-MAN.NL)

Op het kruispunt klonk een geluid dat uit de verte kwam. De jongen keerde zijn gezicht naar links. Het geluid klonk zuiver en helder. Was het van een man, een vrouw? Hij zag een gestalte, zich sierlijk bewegend. Was het mannelijk, vrouwelijk? Hij voelde zich aangetrokken tot deze gestalte. Hij wou dichterbij. Achter hem klonk een zware stem die zei: 'Het is de vreemdelling. Kijk niet naar hem! Hij wil je betoveren!' Maar de betovering was er al. Het raakte iets in zijn ziel. Hij wist diep van binnen dat hij daar hoorde. Zijn thuis. De zware stem pakte hem beet en zei: 'Je hoort hier. Laat die vreemdelling.' De jongen keerde zich af en vervolgde zijn weg.

Mijn verhaal begon op de boerderij in een christelijk dorp waar homoseksualiteit niet bestond. Hoe moest ik mijn homoseksualiteit, die ik niet kon benoemen, een plek geven? Hoe moest ik omgaan met de vreemdelling in mij? Ik ben een mens net als ieder ander én ik voel mij anders. Door trouw te blijven aan het nest waar ik uit voortkom en de eisen van de buitenwereld (de zware stem in het verhaal), is mijn anders-zijn ingeslikt en verborgen. Op een gegeven moment had ik terug te keren naar dat kruispunt om het verlorene (de vreemdelling) in mezelf te ontmoeten. Het anders-zijn welkom te heten om trouw te blijven aan wie ik in wezen ben. Mijn vreemdelling met mildheid en liefde te omarmen. Belangrijke vragen die ik mezelf moest stellen zijn: 'Hoe sluit ik mijn anders-zijn in?' en 'Hoe neem ik mijn plek aan in deze wereld?'.

In onze maatschappij zie ik dat er twee grote bewegingen zijn. Ik zie veel haat en uitsluiting richting homo's en andere

minderheden. De andere beweging is dat homoseksualiteit vooral niet benoemd mag worden als anders. Een goed voorbeeld daarvan is de discussie rondom Conchita Wurst (Rise like a Phoenix) van het laatste songfestival. Is het een vrouw met een baard, een man met vrouwenkleden aan of ...? Het mooie en vaak ook het lastige is dat homoseksualiteit niet in een vast kader te plaatsen is. Homoseksualiteit is een bijzondere vorm van de polariteit samen en apart: veel is hetzelfde en het is anders. Hoe meer je op een van de polen zit, hoe meer de andere tevoorschijn komt! Mijns inziens is het

belangrijk beide polariteiten een plek te geven. Als je beide polariteiten neemt, komt er volgens mij meer rust.

Homoseksualiteit doet een appel op het anders zijn een plek te geven. Of anders gezegd: de vreemdelling bij de ander en/of jezelf in te sluiten. Homoseksualiteit gaat voorbij de dualiteit. Het herinnert de mens dat het vrouwelijke en mannelijke in ieders wezen zit. 🌈

Gert van Lenthe is erkend supervisor en psychosociaal therapeut supervisiezwolle.nl

Homoseksualiteit



Het heeft geen naam
het trekt naar binnen
Schuld en schaamte zijn aanwezig
als ik naar het nest kijk

Ik verberg mezelf
voeg me naar de wetten van het nest
Een deel van mijn ziel blijft achter

Mijn anders zijn blijft roepen in mij

Door de tijd komt er bewustzijn en meer wil
de wil om mijn ware ik
meer naar voren te laten komen

Door te komen krijgt het naam en plek

Ik moet terug naar het nest
en voorbij de schaamte
de schuld nemen van het anders zijn

GERT VAN LENTHE



AFSCHEID MARIAN KOUDIJS

Waar is de tijd gebleven

TEKST: MANON MIESSEN • BEELD: DOTS & STRIPES

Afgelopen november nam Phoenix afscheid van Marian Koudijs, die al 11 jaar bij ons in de verzorging werkte. Marian viel altijd op door haar opgewekte gemoed. Zoals ze zelf zegt: ‘Ik ken geen zorgen voor de dag van morgen, want daar schiet je niks mee op. Het loopt toch altijd anders.’ De Vuurvogel had een mooi gesprek met haar. ‘Mijn leven kent vele zegeningen.’

Marian, je gaat ons verlaten! Hoe komt dat?

Ik moet stoppen vanwege mijn been dat niet meer wil. Na twee keer getroffen te zijn door trombose, lukt het me niet meer om lang te staan. In februari word ik 65 en liefst had ik nog wat doorgewerkt. Ik vind werken leuk en ik hou van mensen.

Wat weet je nog van je eerste werkdag?

Wat ik nog weet, is dat ik constant Sander en Morten door elkaar haalde. Dat was heel grappig, we moesten er allemaal om lachen. Ik voelde me meteen thuis. In die tijd was het een stuk kleinschaliger. Langzamerhand is Phoenix gegroeid en dan groei je mee, maar het is wel hard gegaan als je terugkijkt. Onvoorstelbaar eigenlijk. Waar is de tijd gebleven.

Hoe kijk je terug op je tijd bij Phoenix?

Het was een mooie tijd. We hebben hier dankbare klanten, zeg ik altijd. We krijgen veel waardering voor het werk dat we doen. We hebben ook een goed team, dat is erg fijn. Ik kon soms nogal blazen als het niet goed ging, maar over het algemeen ging het allemaal goed. En laten we eerlijk zijn, zulke bazen als Wibe, Jannie en Morten – en sinds kort ook Manon – tref je nergens. Ja, ik heb een hele fijne tijd gehad en ik heb hier veel geleerd. Ik ging altijd graag naar het werk.

Waar verheugde je je dan op?

Het is misschien een beetje gek dat ik dit vertel, maar ik ga 's morgens altijd in bad en dan dacht ik al aan wie ik ging zien, voor welke trainers ik moest koken, en wat ik dan voor ze zou maken.

Wat ga je missen?

Ik ga zeker de gezelligheid missen. Vanochtend bijvoorbeeld kwam een meneer binnen die ik niet kende. Hij vertelde me over zijn leven. Ik vind het fijn om dat aan te horen. Inmiddels zijn er heel veel cursisten die ik ken en die me aanspreken als ik hier ben. Fijn om 's morgens vroeg met ze te babbelen als ze in alle vroegte binnenkomen. Soms waren mensen verdrietig en kon ik ze troost bieden, al was het maar met een glaasje water of een arm om ze heen.

Een soort vrouw des huizes dus.

Ja, dat klopt. Die rol nam ik graag op me. Dat komt omdat ik het zelf ook fijn vind als ik ergens welkom word geheten en wegwijs word gemaakt. Dat doet iets extra's en daar wil ik voor staan.

Wat neem je mee?

Ik heb hier veel geleerd. Soms komen de dingen mijn mond uit voordat ik nagedacht heb, in die zin ben ik niet voor de poes. Maar ik heb van Wibe geleerd over buigen voor je ouders, en allerlei andere dingen. Wibe zei ook altijd 'Ha, daar hebben we de rebel weer' tegen mij. Ik leerde ook veel van wat ik hier en daar oppikte uit de zaal of wat cursisten me vertelden. Dat dingen soms anders zijn dan je in eerste instantie denkt. Ook de aandacht voor ons, bij het starten en afsluiten van de groepen, vond ik altijd bijzonder om mee te maken.

En wat ga je nu doen?

Ik heb veel hobby's: lezen, wandelen met de hond, musea, mijn balkon met bloemen. Veel van mijn vriendinnen zijn met pensioen, daar kan ik nu makkelijker mee afspreken. En Peter en ik reizen graag, dus in mei gaan we samen naar Berlijn. Ik zal me zeker niet vervelen! 🍷



Het is nooit te laat

TEKST: KEES KAAG

Aan het eind van het schooljaar 2013-2014 heb ik afscheid genomen van mijn school, Oscar Romero in Hoorn, na 40 jaar onderwijs, waarvan 11 als docent wiskunde en 29 als conrector. Het was voor mij niet vanzelfsprekend dat ik zou stoppen op mijn 65e. Het werken met zoveel mooie mensen, leerlingen zowel als collega's, heeft me tot de laatste dag zo ontzettend veel plezier en voldoening geschonken, dat ik best nog een tijdje had kunnen doorgaan.

Ik had echter ook nog andere plannen, al langere tijd. Waarom stoppen op je hoogtepunt? Nooit eerder in mijn leven was er een moment waarop ik zoveel kon en wist, gevoegd bij steeds meer levenservaring en levenswijsheid, en elke dag komt er weer iets bij. Zonde om dat zo weg te laten lopen. Ik wilde dit graag inzetten om mensen verder te brengen, stappen te laten zetten, uit hun comfortzone te doen treden en hun grenzen te laten verleggen. Dit andere, nieuwe perspectief maakte voor mij de stap van het afscheid een stuk makkelijker en beter verteerbaar.

In een gesprek met mijn rector, zo'n jaar voor mijn afscheid, stelde hij me de vraag wat mijn plannen waren voor de korte termijn. Toen ik hem vertelde over bovenstaande, bood hij me aan me daarvoor alvast te laten scholen. Ik mocht me gaan oriënteren op een opleiding. Via twee collega's was ik op de hoogte van Phoenix. Ik heb ook verder rond gekeken, maar eigenlijk wist ik al dat mijn hart uitging naar de sfeer en de werkwijze van Phoenix. Ik vroeg de rector enigszins beschroomd of het ook een driejarige opleiding mocht zijn, en dat mocht! Zo ben ik terechtgekomen in de opleiding Professionele Communicatie, met nu nog één jaar te gaan.

Je hebt wel eens een schok nodig in je leven om verder te komen. Bij mij was dat mijn scheiding, in 2002, na 30 jaar huwelijk. Het was of de bodem onder me weggeslagen was, ik als gezinsman weg bij mijn gezin. Totaal ontworteld voelde ik me. Dan komen de vragen: hoe kon dit gebeuren, wat is mijn rol daarin, hoe komt het dat ik ben zoals ik ben en doe zoals ik doe? Mijn persoonlijke ontwikkeling kwam toen pas goed op gang. Ik deelde mijn verdriet met andere mensen. Die gaven feedback, van allerlei aard. Ik ging lezen. Er werden me boeken aangedragen. Illusies

van Ingeborg Bosch was er zo een, en Covey's De 7 eigenschappen van effectief leiderschap, Het drama van het begaafde kind van Alice Miller, en zo nog een aantal.

Dit alles heeft me veranderd en heel veel opgeleverd en toen moest Phoenix nog komen...

Van een defensieve houding, bang voor veranderingen, naar een open, lerende houding, of, zoals een collega van een bevriende school het omschreef: 'Vroeger liep je achteraan en nu loop je voor de troepen uit', voor mij overigens de prettige bevestiging, dat anderen de verandering in mezelf ook zagen. En wat krijg je ontzettend veel terug als je jezelf openstelt voor anderen en wat kom je dan dicht bij mensen. Mijn laatste twee schooljaren waren in dat opzicht een feest. Als deelschoolleider havo mocht ik me weer rechtstreeks met leerlingen bemoeien. Het leverde heel veel fijne momenten op en heel mooie gesprekken, ook, en misschien wel juist bij de verdrietige gebeurtenissen, zoals bij het overlijden van twee leerlingen, waardoor voor deze kinderen de wereld op zijn kop stond. Toen ik onlangs weer even op school was, zei een meisje uit 5 havo me, dat ze me wel miste. Ik zei dat ik dat fijn vond om te horen en vroeg vervolgens wat ze dan miste. 'Iemand die me begrijpt', was het voor mij ontroerende antwoord. Daar doe je het voor...

En toen was daar Phoenix. Wat een voorrecht om dat nog te mogen meemaken. Dat klinkt alsof het leven teneinde loopt, maar zo is het niet bedoeld, integendeel, het voelt als een volgende, nieuwe fase in mijn leven. Zoveel dingen vallen nu op hun plek en krijgen betekenis, zowel bij het schrijven van mijn levensverhaal in het 1e jaar, als bij het thema 'Ik en de relatie' in het 2e jaar. Zoveel meer inzicht in het handelen van mensen en hun drijfveren en blokkades. Tegen de 'jonkies' in de groep, prille dertigers, zeg ik weleens hoe bevoorrecht ze zijn dit op hun jonge leeftijd al te mogen meemaken en hiermee bezig te zijn. Wat een verrijking van je leven! En inmiddels heb ik bij Startwijzer in Hoorn de gelegenheid gekregen om als coach aan de slag te gaan.

Als de zoektocht eenmaal begonnen is, houdt die niet meer op en dat is een aantrekkelijke gedachte. 🐦



De nieuwe Vuurvogel

Dit was 'm dan, de vernieuwde Vuurvogel. Al elf jaar maken we samen met jullie, Phoenixcursisten en Vuurvogellezers, dit mooie blad.

We zijn benieuwd naar jullie reacties en we hopen dat deze nieuwe Vuurvogel jullie inspireert tot nog meer artikelen, gedichten, verhalen en foto's.

Het thema van de komende Vuurvogel:

Een nieuwe lente, een nieuw geluid: poëzie in opleidingenland.

Hoe gebruik jij poëzie, of de muze, in jouw opleidingen en coaching? Welke gedichten, beelden en muziek zijn favoriet? 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 1 maart 2015 binnen zijn.

VERWARREND

Is een leven leven zonder lust
Zoals een leven leven is met liefde?
Of is een leven leven zonder liefde
Zoals een leven leven is met lust?
Nee, een leven is leven met liefde en met lust

Is lust er dan om voor te leven
Zoals het leven er voor de liefde is
Of is de liefde er voor de lust
En volgt het leven

Alleen is levensloze lust
Als een fata morgana
Zoals liefdeloos leven ook niets is

Het ergste vind ik liefdeloze lust
Daar doe ik van mijn leven niet aan mee
Maar ja, lusteloze liefde is ook niet alles
Dan maar leven zonder
Hoewel dat gelijk weer een lusteloos leven is

En zo draai ik in de carroussel van het leven
Met mijn lusten en mijn liefdes
Lust ik wel pap van de liefde
En heb ik de lust lief

En dan kijk ik in je ogen mijn lief
Zie daarin het leven zoals jij dat lust
En dan word ik klein en groot
Vol leven vol liefde
En ook ik geef het toe
Op zijn tijd
Een en al lust.

JAN VAN LEEUWEN
