

---

# ‘Het leven is geen potje bier met suiker’

---

TEKST EN BEELD: MARCO DE WITTE

Coronatijden. Sinds 23 maart jongstleden geen hotels, geen zalen, geen groepen, geen colleges, geen voordrachten, geen podium, geen live (coachings)gesprekken, geen 'optredens' meer. Alles gevangen in een 'intelligente lockdown'. Mijn business teruggevallen tot 15%, waar ik 60% van mijn tijd aan moet besteden. Online werken vraagt een andere opbouw, flow, het vraagt om kernachtiger de inhoud te formuleren en veelvuldiger uiteen te vallen in kleine breakoutgroepen om de relevantie voor de eigen praktijk te bespreken.

Ineens zit ik thuis in een 'zelfgekozen' quarantaine en ben ik hondenuitlater, schoolmeester voor mijn twee cadeaudochters van 6 jaar, huishoudhulp, tuinman, klusser, zoon, broer, trainer, adviseur – allemaal op afstand – en partner – van dichtbij, hoop ik?! Langzaam valt mijn werk als houvast weg en wordt het leven ondanks het mooie weer grijzer en saaier. In mijn slechte momenten dringt het zelfmedelijden zich op. Weg dat gevoel van zondagskind, speelsheid en lichtheid. Zie je wel wat ik allemaal doe, hoeveel ik voor jullie over heb, hoe ik probeer de boel hier draaiende te houden? Hier heb ik niet voor gekozen, het overvalt mij allemaal en... ik wil dit

niet. Vol schuld- en schaamtegevoelens dat ik weinig energie heb, niet tot ondernemen kom. Jaloers kijkend naar al die ondernemers om mij heen met hun businessinitiatieven. Ik besluit om alleen nog op de site van de NOS het nieuws tot me te nemen en me verder van alle (sociale) media af te sluiten. Het is een wanordelijke tijd en ik lijd en vind het zwaar.

Maandagochtend vroeg, 20 april. Ik word door mijn moeder gebeld. Mijn bijna 90-jarige vader is voor de tweede keer gevallen, de eerste keer was zijn (polio)been gebroken, nu zijn heup. Hij wordt diezelfde dag nog geopereerd. Even vrees ik voor zijn leven. Wachten en geduld zijn niet





mijn sterkste punt, het telefoontje uit het ziekenhuis over het verloop van de operatie duurt mij veel te lang. Gelukkig komt hij wonderwel door de operatie heen en is hij een dag erna alweer helder als glas. De geriater vraagt of hij weet welke dag het is en waar hij zich bevindt. Behalve de goede antwoorden krijgt hij de charmant gestelde tegenvraag of hij 4 miljard steun voor de KLM ook niet heel veel geld vindt?

'Maar pap, wat is er nu precies gebeurd?' 'Tja, ik weet het niet, ik draaide mij om en ineens lag ik daar. En ik kan er lang of kort over piekeren, maar daarmee verandert niets, het is gebeurd.' En dan is daar plotse-ling die uitspraak die ik zo goed ken in markante momenten uit onze familiegeschiedenis: 'Het leven is geen potje bier met suiker. Ik moet verder!' Samen met zijn kleinzoon installeert hij Facetime op zijn Ipad, zodat hij contact kan houden met mijn moeder, met mij, mijn broer en zijn kleinkinderen. 'Wat mooi dat wij elkaar zo kunnen zien en spreken.' 'Ja, maar de timing is niet geweldig. Ik zit in dit fraaie revalidatiecentrum, zonder bezoek, toch ook gewoon in een gevangenis. Maar gelukkig vinden ze het wel goed dat ik in mijn eentje lach.'

Daar zit ik dan. Wat nou, zelfmedelijden? Die ouwe leeft het gewoon live voor. 'Het leven is geen potje bier met suiker.' 'Niemand had gezegd dat het makkelijk zou zijn, toch?' 'Nu revalideren en zo snel mogelijk terug naar huis, naar je moeder.' 'Als ik zelfstandig naar de wc kan, kan ik net zo

goed naar huis.' Niet klagen, kop op, actie. Het lijkt of ik uit een droom ontwaak. Het lijden verdwijnt, de relativering komt, de humor steekt de kop op en ik kom weer tot leven. Papa, ik lijk steeds meer op jou! Maar ik weet inmiddels ook dat die voorwaartse energie voorkomt dat ik mijn emoties hoeft te voelen. Ik kom dan in beweging, omdat ik in het hier en nu mijn gevoelens niet kan omarmen, niet kan doorademen, niet kan verduren. Ik moet dan weg, iets doen en zo raak ik veelvuldig van mijn plek. Met veel humor en meer hoofd dan hart en lijf.

Kan ik het ook anders? De laatste tijd haal ik hardlopend mijn lijf op, pianospelend komen mijn emoties los. Ik kan nu denken: ik weet dat er vroeger weinig aandacht voor mij was, maar dat was toen en dit is nu. Mijn blik wordt dan ruimer. Ik zie de worsteling van anderen om mij heen, begrijp dat zij er ook niet voor gekozen hebben, hoe zij ook een bijdrage leveren om de boel draaiende te houden. Het helpt als we het samen in het moment niet weten, want dan komt er levensenergie vrij die grootse, liefdevolle dingen in de wereld brengt. Maar dat lukt alleen op een goede dag...

'Oh ja, "een potje bier met suiker", dat heb ik van jou oma en overgrootmoeder. Die zeiden dat heel vaak.' Niet echt een gangbaar Nederlands spreekwoord, maar in Zeeland een vaker gebezigd gezegde. Daar komen mijn voorouders dan ook vandaan. Luctor et Emergo, ook in tijden van Corona. 🍷