

NICOLE VLIEGEN
LIEVE VAN LIER
(RED.)

Spiegelingen

uit het notitieboekje
van de therapeut

ACCO LEUVEN / DEN HAAG

Eerste druk: 2013

Gepubliceerd door

Uitgeverij Acco, Blijde Inkomststraat 22, 3000 Leuven, België

E-mail: uitgeverij@acco.be - *Website:* www.uitgeverijacco.be

Voor Nederland:

Acco Nederland, Westvlietweg 67 F, 2495 AA Den Haag, Nederland

E-mail: info@uitgeverijacco.nl - *Website:* www.uitgeverijacco.nl

Omslagontwerp & lay-out: Hanna Maes - *Website:* www.madebyhanna.com

© 2013 by Acco (Academische Coöperatieve Vennootschap cvba), Leuven (België)
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No part of this book may be reproduced in any form, by mimeograph, film or any other means without permission in writing from the publisher.

D/2013/0543/5

NUR 770

ISBN 978-90-334-9175-7

Inhoud

Inleiding	4	V.	96
I.	6	Verlies	98
Tijd	8	Verdriet	104
Verleden	14	Angst	108
Herinnering	18	Kwetsuur	113
II.	26	VI.	120
Leven	28	Kijken en luisteren	122
Verlangen	37	Verwonderen	128
Condition humaine	45	(Niet) weten	133
III.	54	Waarheid	139
Verbondenheid	56	VII.	144
Anderen	62	Spel	146
Ouders en kinderen	67	Woorden	152
IV.	76	Vertellen	157
Opgroeien	78	VIII.	164
Adolescentie	84	Beweging	166
Identiteit	91	Evenwicht	172
		Verandering	176
		Bronnen	182
		Personalia	188

Inleiding

Psychotherapeuten beluisteren verhalen die raken, ze worden beroerd door woorden over zorgen en angsten, over pijn en onmacht, over liefde en haat, over verlangen en lijden. Psychotherapeuten zoeken naar passende en dragende woorden voor allerlei groot en klein leed. Soms is in de therapiekamer een treffend verwoorde gedachte het eindpunt van een zoekproces, soms opent een spreekwoord of een gedicht het denken over iets dat moeilijk denkbaar of bespreekbaar is.

Is het daardoor dat psychotherapeuten houden van woorden die raken; dat ze verzamelingen aanleggen van zinnen en citaten uit de literatuur, die boeien en intrigeren, die een glimlach ontlokken of ontroeren ...? Is het daarom dat ze al dat moois bewaren in boekjes en schriftjes? Alsof ze daarmee voor zichzelf een onuitputtelijke bron van woorden en gedachten creëren. Sommige psychotherapeuten, zoals Anna Enquist of Rutger Kopland, zijn niet alleen verzamelaars maar ook creatieve scheppers van dergelijke taal, en wellicht niet toevallig vaak geliefde auteurs van diverse therapeuten, zoals verder in dit boek zal blijken. Woorden van dichters en schrijvers zijn voor therapeuten als voedsel voor de geest, wanneer ze raken aan de essentie, wanneer ze vormgeven aan wat misschien al een hele tijd rondzwierf als nog ongevormde flarden in onze geest, zonder daarvoor 'passende' woorden te vinden.

Het boek dat voorligt, is een 'gezamenlijk notaboekje' waarin al dat moois wordt gedeeld. Het is tot stand gekomen met de hulp van vele therapeuten uit Vlaanderen en Nederland, die het idee meteen zeer genegen waren, hoewel niet altijd zonder enige ambivalentie. Zomaar laten binnenkijken in wat je verzamelde, heeft toch ook iets 'enigszins kwetsbaar', verwoordt Jan Vandeputte. Dit 'volgeschreven notaboekje' is een verzameling bespiegelende woorden van dichters en schrijvers omtrent een diversiteit aan levensthema's. We hebben ze geordend volgens de thema's zoals wij die erin terugvonden, hoe arbitrair dit ook is. Sommige

fragmenten zouden net zo mooi passen onder een andere hoofding. Misschien vraag je je als lezer ook wel af wie de therapeut is die voor een of ander citaat of fragment heeft gekozen. Wie zou er houden van Nolens, of wie van Vasalis; wie van Amos Oz, en wie van moeder Theresa?

Dit boek is opgebouwd rond gevonden, gekregen of geleende woorden, ze zijn niet 'van ons'. Het zijn verzamelde woorden, die we als dierbare kleinoden willen koesteren en delen. We zijn in dit boek dan ook zo zorgvuldig mogelijk omgegaan met inspiratiebronnen allerhande. We hebben geprobeerd met het grootst mogelijke respect weer te geven welke woorden wie toebehoren, of wie ze aan ons bezorgde. Niet alles konden we traceren. Hier en daar blijkt een gedicht sinds jaar en dag bewaard op een papiertje in een boek, of in een agenda overgeschreven van een muur tijdens een wandeling ... We hebben telkens geprobeerd zo goed mogelijk op te sporen waar iets vandaan komt. Vaak zijn we erin geslaagd dit terug te vinden, slechts af en toe lukte dat niet.

Het boek is bedoeld voor wie van woorden houdt die vormgeven aan levensthema's; omdat je ze tegenkomt in je werk als psychotherapeut of hulpverlener, of omdat je ze ontmoet in je persoonlijke leven als mens. *Spiegelingen* is een boek dat wil helpen stilstaan en verdwalen. Het is een boek dat de mogelijkheid wil creëren tot wat Peter Handke (1982) in *Over de dorpen* zo schitterend verwoordt:

Misluk rustig. Neem vooral de tijd en bewandel zijpaden. Laat je afleiden.

... Buig je over bijzaken, wijk uit naar de verlatenheid, vermoord het noodlotdrama, veracht het ongeluk, analyseer het conflict. Neem je eigen kleur aan tot je in je gelijk staat en het ruisen van de bladeren zoet wordt.

Loop stilzwigend langs de dorpen. Ik volg je.

Met bijzondere dank aan Ann Verhaert, Kris Breesch, Martine Sucaet, Greet Geenen en Marijs Lenaerts voor alle aangereikte ideeën en voor de kritische en vriendschappelijke reflectie.

NICOLE VLIEGEN EN LIEVE VAN LIER

31 JANUARI 2013

Tijd Verleden Herinnering

Tijd, je kunt er te veel of te weinig van hebben, je kunt hem benutten of uitzitten, je kunt hem verduren, wonden laten helen of op hem vooruit zijn (Hermsen, 2009). Het meest vreemde aan tijd, is dat er überhaupt een concept voor bestaat. Tijd wordt ervaren, maar niet met de zintuigen: tijd laat zich niet zien, ruiken, proeven, tasten of beluisteren (Bleyen, 2012).

Het concept 'tijd' raakt aan de existentiële dimensie van het bestaan. "In ieder persoonlijk leven zijn we gedwongen tijd en ruimte te verbinden, totdat er een netwerk ontstaat dat de oorspronkelijke willekeur ervan doet vergeten", brengt de filosoof Coen Simon (2012) ons in herinnering.

Voor de therapeut, die op weg gaat met wie vragen heeft of lijdend is, is tijd allereerst een bondgenoot. Groei, ontwikkeling en verandering vergen immers tijd: wat vandaag wordt gezaaid kan ten vroegste overmorgen worden geoogst. Geduldig zijn en geduld vragen behoren daarom tot de orde van het creëren van voorwaarden tot verandering.

De therapeut helpt soms ook denken over tijd. Hulp krijgen om de dingen in hun tijdsperspectief te zien, kan troostend zijn: moeilijke dingen gaan voorbij, hoe pijnlijk ze ook zijn. Wat vandaag intens lastig is, hoeft dat zeker niet eeuwig te zijn. Maar even goed is denken over 'tijd' de confrontatie met eindigheid en afscheid. Denken over tijd is daarom vaak ook oefenen in 'laten gaan', in loslaten (Ann Verhaert). Ook voor zichzelf ontsnapt de therapeut niet aan deze oefening

en als het (professionele) leven voortschrijdt, blijkt tijd een belangrijk persoonlijk thema (Kris Breesch).

Tijd heelt wonden, maar zeker niet alle. Daardoor is tijd niet altijd een bondgenoot, soms ook een vijand. De tijd blijft dan stilstaan, en splijt de wereld uiteen in 'voor' en 'na'. 'Uit de tijd vallen', is de treffende omschrijving van David Grossman (2012) voor de ervaring van wie geconfronteerd wordt met traumatische ervaringen of groot verlies.

De therapeut werkt in het hier-en-nu, in het huidige moment met wat er zich aandient aan herinneringen uit het verleden, strevingen van het nu, en verlangens en hoop omtrent de toekomst. Tijd is daarbij van onschatbare waarde. De therapeut biedt tijd en ruimte om te spreken en te denken over mooie en pijnlijke ervaringen en herinneringen, biedt tijd en ruimte om deze te ordenen, in te schatten op hun waarde, te behouden, opzij te schuiven of te veranderen ... Een therapeut neemt 'zijn tijd' om te luisteren naar het verhaal dat zich ontvouwt.

Tijd

*Sommige dagen zijn
zo lang dat je er jaren
doorheen kunt lopen.*

TOON TELLEGEN, 2009

1994

De tijd had
gewonnen door
gewoon voorbij
te gaan.



JENS CHRISTIAN GRØNDAHL, 2010

Denken aan ruimte,
dat kun je zonder
meer doen.

Maar denken aan
tijd, dat brengt altijd
pijn met zich mee.

PETER HOEG, 1995

**De tijd was ook een
wond geworden.
Een verwonding die
haar ziel uitschakelde.
Hij verstreek traag en
druppelend.**

ANGELA BECERRA, 2010

Elk begin is tenslotte
niet meer dan
een vervolg, en
het boek der
gebeurtenissen ligt
altijd open in het
midden.

WISŁAWA SZYMBORSKA, 2004

Dat de tijd niet iets was
dat vanzelf ging maar
iets dat je vast
moest houden.

En dat als je hem liet
schieten, het ogenblik
heel belangrijk werd.

BRON ONBEKEND