

HOEZO TOEVALLIG

AAN DE LEZERS DIE DEZE VERHALENBUNDEL IN ZIJN OF HAAR HANDEN HEBBEN

Deze 'toevallige' verhalen gaan over voor mij
bijzondere ervaringen van en met mensen die ik in
mijn praktijk heb mogen ontvangen. Van baby's tot
pubers, van jong tot volwassen, vrouwen en mannen,
met elk hun eigen, specifieke problemen, waarmee ze
niet altijd goed uit de voeten konden. Deze ervaringen
wil ik met jullie delen in mijn derde boek.

Problemen met ouders, zussen of broers, vrienden en
vriendinnen vertalen zich meestal in lichamelijke
klachten. Ze verstoren levens en geluk. Misschien
lijken ze onbetekenend, maar dat is het natuurlijk niet.

Zeker niet voor de mensen die het aangaat, en ze
vinden er vaak geen begrip voor in hun omgeving.

In mijn praktijk maken ze me vertrouwd met hun
moeilijkheden en komen we samen tot - soms
verrassende - oplossingen.

Lieve groet, Ruut

Ruut de Kloet is een van Nederlands bekendste natuurgeneeskundig therapeuten. Vele jongeren en volwassenen hielp zij al in de afgelopen 32 jaren. Door haar lange praktijkervaring, haar mensenkennis en oprechte belangstelling kwamen de verhalen in *Hoezo toevallig* tot stand.

Prachtig verhalen, af en toe ontroerend of met verklarende gebeurtenissen.

Inhoudsopgave

Voorwoord

De schuld van juf

Kindermiddag

Een overdenking

Koning

Opnieuw een koning

De tekening

Zwanger

Pubers

Oei, ik groei

Jeroen

De tweeling

Ieder z'n vak

Mirjam

Nog een Jeroen

Argus

Elsa

De mantel der liefde

Niels

Roombroodje

Vriendinnen te paard

Puber

Baby

Fietsen

Ongeleefde levens

Schoon

Hoera, een leuke

rolstoelband!

Hardhandige helpers

Waterlelie

IJsbaby

Medisch niet te verklaren

Overzicht van genoemde
boeken

Nawoord van de uitgeverij

Colofon

VOORWOORD

“Weet je wat jij eens zou moeten doen?”, zei Claire. “Je moet er een boek van maken, dan kan ik het thuis nog eens nalezen. Ik kan wat jij doet en zegt toch niet allemaal onthouden en ik zal niet de enige zijn. Doe het. Doe het in ieder geval voor mij.”

Ik heb het gedaan! Deze verhalenbundel gaat - voor een groot deel - over mijn ervaringen met kinderen die ik in mijn praktijk mocht ontvangen. Van baby's tot pubers, van klein tot groot, dus met elk hun eigen, specifieke problemen, waarmee ze niet altijd goed uit de voeten konden.

Kinderen en de problemen die zij hebben met hun ouders, hun zussen of broers, vrienden en vriendinnen op school. Het verstoort hun leven, het lijkt misschien onbetekenend, maar dat is het natuurlijk niet. Zeker voor hen niet en ze vinden er vaak geen begrip voor. Niet altijd uit gebrek aan interesse, soms wel, maar ja, ouders hebben het druk, allebei een baan, veel dingen aan hun hoofd, en dan schiet echte belangstelling voor dat bescheiden kinderprobleem er weleens bij in. Bij mij in mijn praktijk, waar de natuur tot aan de schuifpui reikt, maken ze me vertrouwd met hun moeilijkheden en komen we samen tot oplossingen. Tot verrassende oplossingen soms, want wie de wereld van een kind wil begrijpen, moet weleens afstand doen van zijn eigen logica.

“Kinderen zijn de parels van mijn praktijk”, zeg ik altijd en er is geen dag geweest dat ik de neiging heb gehad die uitspraak in te trekken. Ze brengen een glans mee die, lang nadat ze zijn weggegaan, mijn praktijk verlicht. Als de auto stopt op het toegangspad en ik ze aan zie komen, weet ik dat ik een paar verrukkelijke uren tegemoet ga. En als ik afscheid van ze neem en een tekening, een zelfgemaakt cadeautje of eigegebakken

koekjes krijg, zwaai ik ze na met een tevreden, intens gelukkig huilgevoel.

In deze bundel spelen kinderen een hoofdrol. Het zijn verhalen om te lezen en nog eens na te lezen. In ieder geval één lezeres, Claire, zal mij dankbaar zijn. Ja, dat doe je dan voor Claire. Maar het moest geen pseudo-opvoedkundig boek worden en niet alléén over kinderen gaan. Daarom luisterde ik ook naar andere signalen die vanuit mijn praktijk naar me toe kwamen. Een paar zijn leuk om hier te delen. Dan komt de lezer die mij nog niet kent meteen wat meer over me te weten.

Het eerste begint - toch - bij een kind.

“Ruut, zou jij op afstand wat energie naar Ben kunnen sturen en misschien nu meteen een bachremedie testen?”

Ben was vier toen zijn ouders voor het eerst met hem voor een consult bij me kwamen. Leuke jonge ouders die, als de stress van alle dag te heftig werd, belden om zoals ze het zelf noemden ‘puin te ruimen in hun hoofd’ en daarna blij te zijn met een ‘gereset’ lichaam. Maar Ben, die snapten ze niet meer.

“Kom maar, we zien wel.”

Ben had niets aan een geneeskundig therapeut, daar kwam ik al snel achter. Het was een kind zoals ik vind dat een kind moet zijn: ZICHZELF.

Totdat ik op mijn veertigste de overstap maakte naar de natuurgeneeskunde, was ik ‘montessori-juf’. En ... ik heb drie zoons die ik volgens deze methode heb opgevoed. Het was wat Ben nodig had. Begrip voor de mens die hij was. Hij voldeed niet aan het ideaalplaatje. Probeerde het wel, lief als hij was, maar kon het niet.

Eén gesprek met deze geweldige ouders was genoeg. Ben mocht voortaan met mooi weer z'n nieuwe laarsjes aan. Hij mocht in pyjama op zondag eerst zijn trein uitleggen. Mocht buiten de lijnen van het (in mijn ogen verkeerde) opvoedboek

leven.

Soms is voor ouders een kleine eyeopener genoeg. Ben is nu twintig en de band met zijn ouders is hecht gebleven. Hij vindt het goed dat ik me zo nu en dan met ze bemoei. Het is een echte carrièreman, die leeft volgens de regels. Maar het zijn wel *zijn* regels.

“In welk boek heb je toen toch dat verhaal geschreven over die baby die niet bleef leven?”, vroeg Marleen onlangs aan me, niet wetend dat ik juist op dat moment volop met deze verhalenbundel bezig was.

“Ja, dat is lang geleden, dat moet ik nakijken.”

De cliënt die na haar zou komen, had iets verkeerd gegeten en moest afzeggen. Ik had - hoe toevallig - dus alle tijd, en de vraagstelster ook. Samen hebben we mijn eerder uitgegeven boeken doorgekeken en vonden al snel het verhaal dat ze bedoelde. Ook andere verhalen herkende ze en met een kleur van plezier ging ze een uurtje later weg.

Er bleef een blij sfeer hangen en het was net of de stenen in mijn praktijk meer glans hadden gekregen. Die middag zou ik nog één behandeling doen. Een 92-jarige (jonge) man. Hij moest altijd eerst z'n verhalen kwijt.

“Je gelooft het of niet”, zei hij, “maar leeftijdgenoten zijn altijd ouder dan ik.”

Ik vond het een leuke variant op de titel van een favoriet boek, *Iedereen is tegenwoordig jonger dan ik*. De schrijfster, Cri Stellweg, heeft me blij gemaakt. Ach, wat is leeftijd. Het is je geleefde tijd. Ik trek me niets aan van een getal of tijd. Soms duik je in je herinnering zomaar een jaar of veertig terug. Voor mij begon toen mijn tweede leven.

De eerste keer dat ik naar de shiatsu-opleiding ging, was dat een enorme stap. Er was nog maar één opleiding in Nederland, die rechtstreeks in contact stond met de school in Tokio. Mijn

middelste zoon Jan-Jaap was de ochtend dat ik erheen ging de oudste van ons twee. “Mam, jij gaat niet zelf rijden. Ik breng je en haal je weer op”, verkondigde hij.

Als een puber zat ik naast hem, blij dat ik niet zelf reed. Te veel gedachten en twijfels. Zou ik het wel kunnen leren? Zou ik het leuk vinden? Eigenlijk moest je in die tijd fysiotherapeut zijn als je de opleiding deed en dat was ik niet. Wel kende ik de leraar, en die beweerde dat ik ervoor geboren was.

“Hier is het, mam. Luister, als je het niet goed vindt voelen, of ze doen niet aardig tegen je, bel me, dan kom ik je gewoon weer halen!”

Dat was mijn eigen tekst! Iedere keer als een van mijn zoons naar iets nieuws ging, gaf ik ze deze woorden mee en nu werd ik met mijn eigen tekst getroost. Het hielp direct. Opgewekt ging ik naar binnen en het werden mooie jaren. In juni 1985 kreeg ik mijn diploma, dat puur Japans was. En in juli 2016 haalde ik het diploma Westerse medische basiskennis. Verplicht in deze tijd. Een mens is nooit te oud om te leren ...

Ik wens jou, die dit boek in handen heeft, veel leesplezier. Of je nu vrouw bent of man, jong of minder jong, iedereen zal zich er zo nu en dan in herkennen. Of je nu kwam in je auto met chauffeur of in een ouwe Skoda, of ik zag je op een bakfiets met een kind erin de brug over komen, voor mij is iedereen even belangrijk.

Iedere letter, ieder woord, iedere zin komt uit mijn hart. Ik hoop van harte dat jullie dat zullen geloven.

Ruut de Kloet
Januari 2017



De mantel der liefde

Niet iedereen is een lang leven beschoren. Bij de een schijnt er geen einde aan te komen, bij de ander duurt het soms maar heel even; een paar uur, een paar minuten. Een vluchtige ontmoeting met de aarde en dan gauw weer terug naar gene zijde, naar het gebied waar zielen wonen.

Acht maanden lang mocht ik een jonge vrouw begeleiden tijdens haar zwangerschap. Ze stond onder controle bij een bekwame arts. De echo's waren goed. Alles was goed. Behalve mijn gevoel. Ze was volkomen anders dan andere aanstaande moeders. In mijn praktijkruimte heerst altijd een aangename

temperatuur, zo'n temperatuur die eigenlijk geen temperatuur is, maar als zij wegging was het er koud.

Acht maanden, toen ging het mis. Ze moest naar het ziekenhuis. Ik zocht haar nog diezelfde dag op en leerde zo haar man Leo kennen. Hem had ik niet eerder ontmoet, want hij had het altijd veel te druk met zijn werk om haar te kunnen brengen of halen. Maar hier in het ziekenhuis was hij niet bij haar weg te slaan. Als ze wakker was, mocht hij naast haar bed blijven zitten, hadden ze gezegd.

Op de avond van de derde dag belde Leo me op. De specialisten hadden besloten om haar aan het infuus te leggen. "Ik moet hier weg", zei hij, "want ze moet eerst een tijdje slapen. Over een paar uur mag ik terugkomen." Zijn stem klonk verkrampt.

Ik vroeg hoe hij zich voelde. Alles deed hem pijn, zei Leo, hij kon bijna niet meer op z'n benen staan. "Kom maar even naar me toe", zei ik, "dan zal ik je helpen ontspannen en iets voor je klaarmaken, zodat je wat rustiger wordt." Daarna legde ik hem uit welke weg hij moest nemen en achter welke brug ik woon.

Een halfuur later lag hij op mijn massagebank. Ik gaf hem een ontspanningsmassage en na een kwartiertje leek het wel of hij sliep. Ineens riep hij, en ik schrok bijna van zijn stem: "Het wordt hier zo anders." Zijn ogen bleven dicht maar hij zag een licht, een helder, gouden licht, zei hij. En in dat licht verscheen een vrouw.

"Hoe ziet ze eruit?", vroeg ik zacht.

"Ze heeft een mantel aan, een lange blauwe mantel, en ze heeft een kroon op en ze strekt haar hand naar me uit en ze kijkt zo lief ..."

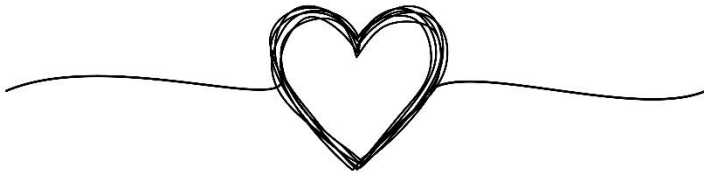
Toen gingen zijn ogen open. Zijn gezicht zag er moe uit maar was onmiskenbaar tot rust gekomen. "Ze is weg", zei hij weerloos. "Wat was dat nou?"

Ik luisterde en kreeg door wat ik zeggen moest. “Dat was de universele liefdesmoeder die zich aan jou manifesteerde. Ga maar terug naar het ziekenhuis. Je kind zal niet op deze aarde mogen leven, maar wordt liefderijk opgevangen aan gene zijde. Dat heb jij mogen zien.”

Terug in het ziekenhuis mocht hij meemaken dat zijn kind geboren werd. Geboren om weer terug te keren. De arts wist het. Ze mochten het in hun armen houden tot het over was.

“Ons kind krijgt een andere moeder, lief”, troostte Leo zijn vrouw.

Later heeft hij haar verteld hoe hij dat zo zeker wist.



Puber

Soms zijn ze allesbehalve zielig, maar vaak zijn ze het wel. Pubers. Jonge mensen van zo tussen de twaalf en achttien. Ik krijg ze regelmatig over de vloer. Ze hebben dan gelukkig ouders die inzien dat zo'n kind geholpen kan worden door iemand die de spanning uit zijn lijf haalt en zijn denkwereld een beetje bijstuurt. Dat zo'n therapie vaak resultaten oplevert waar

die ouders dan weer niet zo blij mee zijn, tja, dat is een tweede. Je staat ervan te kijken hoe star sommige van deze kinderen denken.

Een jongen met 'hooikoorts'. Hij presteert het om een vol jaar te beweren dat hij daar last van heeft. Hij is zestien en in alles de beste. Zijn kamer staat vol bekers, symbolen van conditie en prestatie: hockey, tennis, en ga zo maar door. Zijn klasgenoten is hij in alles de baas. Voor hij 's morgens naar school gaat, kijkt hij nog even zijn lessen door. Ja hoor, hij kent het. Misschien spant hij ook nu de kroon en haalt hij weer een iets hoger cijfer dan Herman, dat watje.

Watjes, dat zijn voor hem jongens die of alleen maar lezen en voor de televisie zitten, of die alleen maar uitgaan en heel stoer dronken worden. Anderen, die al hun tijd aan sport besteden, vallen niet onder de watjes, die zijn gewoon stom. Nee, dan hijzelf. Goed op school, goed in sport, in het weekend een graag geziene gast in de jongerenkroeg. En thuis ... Tja, thuis. Je kunt niet alles hebben.

Zijn moeder had hem zo graag nog eens geknuffeld, maar ze keek wel uit. Ze was bang dat hij haar zou afwijzen of zelfs uitlachen. Zo'n kerel als hij. Een kerel van zestien. Een moeder die nadenkt, afweegt, overweegt en nog eens nadenkt, verliest het altijd van moeders die spontaan allerlei onbelangrijke dingen verkeerd doen, maar de belangrijke dingen goed. Ook vader had met zijn zoon het beste voor. Betaalde met plezier alle kosten van studie, sport en amusement en vroeg trouw, avond aan avond: "Zo zoon, wat heb je vandaag weer gepresteerd?" Hij merkte niet eens dat hij het kind nooit meer bij z'n voornaam noemde. Het was geen kind, geen vlees en bloed, die jongen, het was een zoon: een opvolger, een vaandrig die zo spoedig mogelijk ook kapitein moest worden.

‘Voor wie ik liefheb, wil ik heten.’¹ Zelf kwam de jongen terecht in een emotioneel keurslijf. Hij had altijd haast. Als het schooljaar begon, zat hij al uit te rekenen wanneer het herfstvakantie was en of hij dan wel aan dat belangrijke toernooi mee kon doen. Hij was altijd druk, altijd bezig met iets wat ertoe deed. Als hij al een enkele keer iets deed wat afweek van het ijzeren regime dat hij zichzelf had opgelegd, voelde hij zich schuldig. Dan kwamen de puisten, dan kreeg hij het benauwd. Geen hooikoorts, dat is een allergisch verschijnsel, maar een begin van hyperventilatie: hij was allergisch voor zijn eigen prestatiedwang.

Zo kreeg ik hem.

“Eigenlijk heb ik hier geen tijd voor”, zei hij bijna vijandig.

“Moet je goed horen”, zei ik, “als jij liever benauwd blijft, ga je toch gewoon weer weg?”

Daar had hij niet op gerekend. Hij zei niets, maar keek me aan met een nauwelijks te omschrijven uitdrukking op zijn gezicht. Ik viel hem duidelijk mee, maar dat moest verborgen blijven achter een onverschillig lachje. Het werden moeizame uren. Hij kwam zich iedere week trouw laten behandelen, maar welk nieuw denkpatroon ik hem ook probeerde bij te brengen, hij hield de deur stevig op slot. Resultaat: hyperventilatie, vlak voor een belangrijk proefwerk.

Zijn vader aan de telefoon, in alle staten van opwinding. “Hoe kan dat nou!”, schreeuwde de arme man. “Hoe komt dat in hemelsnaam?”

“Ik ben bang dat ik wel weet hoe het komt. Als u die jongen echt wilt helpen, dan moeten we maar eens praten”, zei ik rustig.

Te rustig. Hij hapte hoorbaar naar adem. Dit was niet de bedoeling, hij wilde boos zijn en boos blijven. Op mij. Omdat

¹ Uit de gelijknamige poëziebundel van Neeltje Maria Min.

hij teleurgesteld was in zijn zoon, zijn opvolger. Tegelijk wilde hij geen middel onbeproefd laten om de jongen te helpen, dus het gesprek kwam er, en nog zo'n gesprek, en daarna een gesprek met beide ouders.

De eerste vakopleiding die ik volgde, had te maken met kinderen. Zelf heb ik drie zoons, die ook niet zonder problemen zijn opgegroeid. De denkwereld van de jeugd is voor mij geen woud vol ongebaande paden. Ik vertelde de ouders dat de jongen het niet alleen aankon. De massages die ik hem gaf, de gesprekken die we hadden, het etiket dat ik op zijn hooikoorts plakte: dat alles had wel een positieve invloed op hem, maar juist dat het hem een andere kijk op het leven gaf, dat vertrouwde hij niet. Hij wilde het proces tegenhouden, wilde geen ander mens worden; reed een helling af met de voet op de rem - een klassiek recept voor hyperventilatie. Houd van hem, zei ik, en laat dat merken. Geef hem een gevoel van veiligheid. Maak duidelijk dat hij ook van zichzelf mag houden, moet houden zelfs, niet alleen van het ideaalbeeld dat alles beter kan en doet dan een ander. Zo erg is het niet als een ander ook eens wint of een hoger cijfer haalt. En het is een goed gevoel om tegen je verlies te kunnen. Ten slotte hadden we een gesprek met z'n vieren. Het was net alsof ze bij me op bezoek waren. Ze hadden me niet meer nodig. De patiënt was geen patiënt meer.

Na de middelbare school hebben ze hem voor een jaar naar een school in Engeland gestuurd, waar de leerlingen allemaal de beste willen zijn, waar leren en sport hand in hand gaan. Ergens aan zee, waar nooit iemand van hooikoorts heeft gehoord.

In de vakanties mocht hij zich door mij laten masseren. De laatste keer kreeg ik sterk de indruk dat hij alleen maar kwam om even lekker 'bij te kletsen'. Met een soort tante waar hij best wat mee heeft. Bij het afscheid gaf hij me spontaan een zoen, niet eerder vertoond. Op het tuinpad draaide hij zich nog eens om en riep: "Nog bedankt, hè, hartstikke bedankt. Echt! Dag!"

Ik zei niets terug, wuifde alleen maar, ook toen hij niet meer keek. “Hé, adem jij eens door!” Dat was tegen mezelf. Ik had een raar gevoel in mijn keel.