

# De bodem van mijn kelder

**Geraakt worden, meeleven met de ander, de ander ontmoeten: dat is pas echt mogelijk als men vertrouwd is geraakt met de bodem van de eigen kelder.**

**Mijn kelder** Laatst werd ik getroffen door een uitspraak van Katrin Röttjes<sup>1</sup>:

*Ich glaube kaum, dass es eine Betroffenheit da geben kann oder ein wirkliches Mitfühlen, ohne dass man als Seelsorgerin oder Seelsorger wirklich durch den eigenen Keller gegangen ist. Und wenn man das getan hat, wenn man seine eigene Betroffenheit spürt, sich mit eigenen Ohnmachtsgefühlen oder Schmerzen konfrontiert hat, auch mit der eigenen Familiengeschichte, das gehört ja wesentlich mit dazu, das macht ja einen Boden, ich kenn mich in meinem Keller aus und kann im Erdgeschoss die Haustür aufmachen. Und das überträgt sich – davon bin ich überzeugt – in Gesprächen auch nonverbal. Das macht mich frei, anderen zu begegnen, deren Schatten auszuhalten, und das macht anderen Menschen Mut, sich zuzumuten ohne sich schämen zu müssen.*

Ik herkende mij in die woorden. Ik rondde net mijn opleiding ‘Omgaan met verlies’ af, een opleiding over het begeleiden van rouw bij verlieservaringen en verliesstrauma’s<sup>2</sup>. Een van de essentiële onderdelen in de opleiding is de reflectie op je eigen verliesgeschiedenis. Niet eerder heb ik zo intensief ervaren hoe belangrijk het is om de confrontatie aan te gaan met mijn eigen verdriet en rouw om wat verloren is gegaan en om wat niet heeft mogen zijn. Midden in dit proces kon het gebeuren dat ik met mijn hand in die van een mij dierbaar mens durfde af te dalen naar wat er in mijn kelder opgestapeld lag. Ik kwam oog in oog te staan met wat ik zo miste, met wat niet heeft mogen zijn. Mijn maatje

bleef, was stil, luisterde en liet zich niet afschrikken door mijn gevoelens van verdriet, boosheid, onmacht en verlatenheid. Ik zal nooit vergeten wat er gebeurde toen ik op de bodem van mijn kelder was uitgeraasd. Ik schreef daarover mijn dagboek:

*En toen, midden in dat alles werd het stil. In die stilte ervoeren wij ons als gedragen door iemand groter dan wijzelf.*

**Een ervaringsverhaal** De eerste keer ontmoette ik hem in de woonkeuken van de beschermde woonvorm. Wij zaten om de keukentafel en dronken koffie. Hij kwam binnen en bleef staan, schoof niet aan. Ik stond op, gaf hem een hand, stelde me voor. Ja, hij wist wel wie ik was. Plompverloren vertelde hij me dat zijn moeder was overleden. Of ik niet een gebedje voor hem had, op een papiertje, dan kon hij het zelf steeds bidden? Maar misschien zou ik ook eens samen met hem willen bidden? Hem willen zegenen, dat zou hem beschermen. De volgende ontmoeting was in zijn kamer. Als voorbereiding zocht ik naar een passend gebed. Maar, wat is passend als je iemand nauwelijks kent? Ik herinnerde mij, hoe hij door de keuken heen en weer draalde, hoe



**Ann Packbiers**

56 jaar, eigen praktijk van vrij gevestigd geestelijk verzorgers (samen met Marlies Huveneers) onder de naam LEVENDOORLEVEN.

DE PRAKTIJK

hij met gebogen hoofd sprak, me af en toe aankeek om dan zijn hoofd weer naar de grond te buigen. Hoe rusteloos zijn bewegingen waren, huppend van de ene voet op de andere. Zijn overleden moeder, een gebed, samen bidden, bescherming.

Ik schreef een gebedje voor hem. Ik vertrouwde erop dat vanzelf duidelijk zou worden wat goed was om te doen. Ik mocht op de stoel zitten, zelf nam hij recht tegenover mij plaats op het bed. Hij vertelde over zijn geboorteland Suriname, hoe hij als 14-jarige met vader, moeder, twee zussen en een broer naar Nederland was gekomen, over opnames in verschillende psychiatrische klinieken. Hoe zijn broer hem na de dood van zijn vader had weggebracht naar de kliniek; hij mocht niet meer naar huis. Ik luisterde.

**Een kikker** Plotseling zei hij: “ik heb een kikker in mijn oor”. Ik herhaalde zijn woorden: “jij hebt een kikker in je oor?” Ja, dat had hij. Al jaren. Overal was hij geweest om die kikker uit zijn oor te krijgen. Bij een gebedsgezezer, de pinkstergemeente, een Javaan die met kruiden werkte, de psychiater. Niets had geholpen. “Misschien kunt U hem zien”, sprak hij hoopvol. Ik legde mijn wijsvinger naast zijn oorschelp, op de plaats waar de zijne had gelegen. Onder mijn vinger trilde een adertje. Ik antwoordde: “nee, zien kan ik de kikker niet, maar voelen kan ik hem wel”. Hij zei: “de kikker bijt en zuigt ook een beetje bloed”. Niet dat het pijn deed, maar die kikker moest weg! En nu? “Lieve Heer sta mij bij”, prevelde ik van binnen. “Misschien wil de kikker wel bij je blijven”, zei ik aarzelend. Hij keek mij aan. Ik vatte moed: “misschien wil hij je gezelschap houden?” “Ja?”, vroeg hij. “Misschien wel”, zei hij. “Misschien is de kikker wel een vriend?”, durfde ik nog. We keken elkaar tastend aan. Er viel een stilte. “Ja”, zei hij toen, “misschien is de kikker wel een vriend.” Wij staken een kaarsje aan en lazen het gebedje dat ik voor hem had geschreven. Een gebedje dat sprak van een beschermengel, een beschermengel voor

hem, voor als hij het moeilijk had. Zorgvuldig sprak hij de woorden van het gebed één voor één hardop uit. Het kaarsje werd uitgeblazen. We namen afscheid.

‘In elke ontmoeting schuilt de mogelijkheid van betekenis voor elkaar.’

**Geraakt** Tijdens mijn opleiding ervoer ik mijn onmacht.

De herkenning in de ontmoeting met de ander/Ander gaf mij steun. Ik leer om stil te blijven staan bij mensen die ik onderweg tegenkom. Ik ontdek dat in de ontmoeting een mogelijkheid schuilt om door de ander geraakt te worden en om iets voor elkaar te betekenen. Ja, ook voor mij begint in de ontmoeting alles en komt alles weer samen, steeds weer.<sup>3</sup>

Natuurlijk weet ik dat het verhaal van de kikker niet ten einde is. Komen wat komt, zei ik stilletjes in mijzelf. Vertrouw maar! En, waaide daar niet een briesje door mijn haren?



<sup>1</sup> Katrin Röttjes, geestelijk verzorger in een ziekenhuis, In: *Lebenszeichen, Das große Bedürfnis nach Trost*, een uitzending van Sabine Bode op de Duitse radiozender WDR3, 9 mei 2010.  
<sup>2</sup> Opleiding *Land van Rouw*, uitstroomprofiel *Omgaan met Verlies*, een tweejarige post-hbo opleiding verzorgd door Riet Fiddelaers-Jaspers en Sabine Noten.  
<sup>3</sup> In vergelijkbare bewoordingen Marc Post, ‘*Wat me gelukkig maakt, ligt voor het grijpen. Het dagelijkse leven in een arme volkswijk van Buenos Aires*’, in *VolZin* 2010 (11).