

Het vreemde zien

Verslag van een therapeutisch proces

Colofon

ISBN: 978 90 8954 611 1

1e druk 2014

© 2014, Tijsine Huisman

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

www.elikser.nl

Vormgeving binnenwerk en omslag: Evelien Veenstra

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

Het vreemde zien

Verslag van een therapeutisch proces

Tijsine Huisman



voor Mirjam en Marnix

VOORWOORD

Inger van Lamoen-Dommisse

Toen mij het verzoek bereikte om een voorwoord te schrijven in het boek van Tijsine Huisman ‘Het vreemde zien’ was ik verrast. Ik kende Tijsine niet. Een uitnodiging tot nadere kennismaking werd snel gemaakt. Tevoren las ik haar manuscript, daarna mocht ik haar tekeningen bekijken en zo verhelderde haar vraag zich.

‘Het vreemde zien’ doet verslag van een intensieve periode van hypnotherapie waarbij zij afdaalde in haar innerlijke beeldenwereld die zich in vrij consistente vorm aan haar voordeed. Haar belevenissen daar speelden zich af op vaste plekken waarheen zij regelmatig terugkeerde. Het landschap was meest kaal en onherbergzaam met woeste rotspartijen. Het gaf uitdrukking aan een grote verlatenheid. Het was in deze wereld dat zij het kind ontmoette dat zij ooit geweest was en zo werd ‘Schimmetje’ en later ook ‘Twice’ een van de hoofdpersonen in het verhaal dat voor u ligt.

De wereld waarin zij tijdens haar sessies verbleef, bleef ook na de sessies soms angstig dichtbij. Door te schrijven en te tekenen probeerde zij die naar buiten vorm te geven. Zeker was hierbij van belang dat zij over het talent beschikte de situaties helder te beschrijven en prachtig uit te beelden in fijnzinnige tekeningen.

Omdat een duidelijk kader ontbrak om de samenhang te begrijpen van wat haar keer op keer overkwam, ging zij op zoek en vond in de analytische psychologie van C.G. Jung houvast. Door wat zij las, werd zij aangespoord bij herleving van haar sessies en het bekijken van haar tekeningen, haar ervaringen verder uit te werken. De stroom van fijn ingekleurde tekeningen leek haast spontaan uit haar hand te

vloeien en zo werden de tekeningen minstens zo belangrijk als de woorden die zij had opgeschreven. Het gehele proces werd nog eens intensief doorleefd. De nadere uitwerking had een positieve invloed, gaf rust en inzicht. Zij werkte zich alleen door dit proces heen want de therapeutische begeleiding was al lang gestopt.

Het is in de analytische psychologie een bekend fenomeen dat beelden, bijvoorbeeld uit dromen, net zo lang blijven opdoemen tot hun boodschap is verstaan. Dit proces heeft vaak te maken met verwerking van situaties uit het verleden. Een verleden waarin feitelijke gebeurtenissen onveranderd blijven maar waar zij wel door de verwerking in een ander perspectief komen te staan, een andere betekenis krijgen en uit taboe en isolement worden bevrijd.

Tijsine besloot op een gegeven moment haar hypnoseavonturen tot een verhaal samen te smeden en samen met haar tekeningen in de wereld te zetten. Het schrijven van het boek, het verbinden van de teksten tot een doorlopend verhaal is ongetwijfeld weer een stapje verder geweest op het pad van verheldering. Het boek dat voor u ligt is het eerste deel van haar avonturen, het tweede deel volgt later.

In deze periode kwam zij mijn boek: 'Prentenboek van de Geest, beeldtaal in psychotherapie'* tegen. Het is een neerslag van mijn werken met voornamelijk tekeningen, eerst in de huisartspraktijk later als jungiaans psychoanalyticus. In dit boek geef ik veel voorbeelden van het werken met - en uitwerken van - deze beelden. Waar woorden ontbreken kunnen deze beelden tot spreken komen.

Ik ben diep doordrongen geraakt van het belang om naar buiten vorm te kunnen geven aan wat in je leeft. Het ontlast de innerlijk ervaren spanning, het er samen naar kijken en over spreken, doorbreekt het isolement. Voorts kan een

voorzichtige duiding in samenspraak met de tekenaar tot herkenning en verdieping van zelfinzicht leiden. Zo geraakt men tot wat C.G. Jung het proces van individuatie noemt, een vorm van zelfinzicht en zelfverwerkelijking, waardoor harmonie wordt geschapen in de innerlijke belevingswereld.

Na het stoppen van de hypnotherapeutische sessies wist Tijsine dat zij nog niet klaar was; dat er nog iets voltooid moest worden. Zij is dit pad alleen gegaan. Ik heb bewondering voor de intense manier waarop zij steeds heeft door-
gewerkt.

Het resultaat is dat zij in dit boek in woord en beeld uitdrukking geeft aan haar avonturen van toen. Ik beschouw het als een voorrecht van haar belevenissen getuige te mogen zijn.

*) Prentenboek van de Geest. Beeldtaal in psychotherapie
Uitgeverij Elikser 2011

HET VREEMDE ZIEN – deel één

1

1990. In die winter van mist en ijzel kantelde op zekere dag mijn bestaan. Ik was te voet op weg gegaan naar het centrum van het dorp, voor een brood bij de warme bakker. De nachtvorst had dikke rijp gezet. Het was onwaarschijnlijk mooi buiten. En als de wind niet zo snijdend was, zou ik steeds wel stil willen staan, zomaar, om te kijken naar de besuikerde grassprietten en de takken en blaadjes aan struiken en bomen.

Omdat de trottoirs door bevroering hier en daar verraderlijk glad waren, was ik op de met zout bestrooide middenweg gaan lopen. Voor mijn gevoel volgde ik deze al een hele tijd en eigenlijk had ik al lang bij de grote bocht moeten zijn, waar ik linksaf zou moeten om in het centrum te komen. Had ik ongeweten de middenweg verlaten? Waar was ik nu toch? Ik liep opeens op een lange, lege, donkere weg. Geen auto of fietser die passeerde. Niemand. Nergens waren huizen te zien. Ik bevond me op gevaarlijk terrein, het asfalt van de weg was opgebroken ... Overal gaten ... Wijd opengesperde muilen. Mijn adem stokte. Wat was dat? Krassend gekrijs, een zwerm zwarte kraaien steeg op uit de afgrond. Weg, weg!! Ik moest zorgen dat ik thuis kwam ... Maar hoe, waar was ik?

Toen waren daar die twee oude mensen, een man en een vrouw. Ik had ze vaker gezien. 'Waarom staat u hier zo lang in de kou?' vroeg de vrouw. 'Voelt u zich niet goed? U woont toch in het hoekhuis op het pleintje bij de plomp? Loopt u maar met ons mee.'

Later thuis, boven op zolder in mijn atelierkamer, trof

ik mezelf aan, huilend en rillend van de kou. Het brood van de warme bakker was ik helemaal vergeten, maar ik had het hart niet om nóg een keer de deur uit te gaan. Thuisblijven, deuren op slot. Liever verhongeren dan verdwalen. Ik wilde alleen maar slapen, hier op de oude bedbank onder het schuine dak van de zolder. Ik dekte mezelf met een dekentje toe.

Dingen zien die er in werkelijkheid niet zijn, een bizarre persoonlijke werkelijkheid. Het was me eerder overkomen, het afgelopen najaar. Vrienden wisten ervan af dat ik de laatste tijd met waanbeelden worstelde. Ze maakten zich zorgen. ‘Wordt het niet eens tijd, Thera, dat je te rade gaat bij een goede therapeut?’ had Janjaap gevraagd.

Amber viel hem bij: ‘Jouw zieltje,’ zei ze, ‘zou eens van a tot z in de revisie moeten.’

‘Je bedoelt dat je me op de sofa wilt hebben?’

‘Dat lig je al, meikie, hier bij mij’, had ze glimlachend geantwoord. En zo was het, heel rustgevend, haar hand op mijn voorhoofd.

Hulp zoeken. Ik stelde het steeds uit. Tot op die dag van mist en ijzel. De beangstigende ervaring van het opgebroken asfalt was de bekende druppel. Wakker geworden uit mijn middagslaap in de atelierkamer, lag ik een tijdje na te denken. Nu ik zelfs op straat door wanen te grazen werd genomen, was ik überhaupt nog wel ergens veilig? Er zat een draadje los in mij. Ik was onvoorspelbaar voor mezelf geworden.

Ik stond op van de bedbank om beneden iets te gaan eten, me intussen afvragend of er zo dicht op het weekend nog een hulpverlener te raadplegen was. Enige tijd geleden had iemand uit mijn vriendenkring de naam en het telefoonnummer van een psychotherapeute voor mij op een briefje geschreven. ‘Asjeblieft, Thera, voor als je besluit de hulp van

een professional in te roepen!’ Ik haalde de notitie, die in de bovenste lade van mijn bureau lag, nu tevoorschijn ... Drs. Pie, een naam die me beviel. Maar ... what’s in a name?

Het was vrijdagmiddag, al over vieren. Zou er om deze tijd in een praktijk nog worden opgenomen? Nu niet aarzelen, maar doen! Ik draaide het telefoonnummer. Geen wachtenden voor me, maar een opgewekt klinkende vrouwenstem. ‘Met wie spreek ik?’

‘U spreekt met Thera Bovenwater’, antwoordde ik, ‘ik wil u iets vragen.’

‘Dag, Thera, je belt voor een probleem, denk ik?’

Een doortastend iemand, die Pie.

‘Ja,’ zei ik, ‘ik heb last van wanen. Kunt u daar iets mee? Ik zou er heel graag van af willen.’

‘Dat kan ik me voorstellen. Kun je me er kort iets over zeggen?’

Het spook-asfalt was nog vers. Ik vertelde wat me ’s morgens onderweg naar de warme bakker op straat was overkomen. Pie luisterde aandachtig en ging er niet op in, maar zei haar agenda te zullen raadplegen. Door de hoorn hoorde ik haar bladeren, toen bleef het eventjes stil en daarna kwam het voorlopig verlossende woord.

‘Kom gelijk maandag maar, Thera. Ik heb om drie uur een plek openstaan, schikt dat?’ Een spijkers-met-koppen-afsprak, hiermee kwam ik het weekend wel door.

Pie woonde in een buitenwijk van de stad, dus ik raadpleegde de plattegrond. Om daar te komen, moest ik over heel veel asfalt. Er viel die maandagmiddag veel natte sneeuw, maar godzijdank was er geen enkel gat in het wegdek, niet op de heenweg noch op de terugweg naar huis. De asfaltmuilen waren gekorfd. Geen zwarte kraaien die krij-send van onder het wegdek opvlogen.

Voor het eerst sinds langere tijd werd ik me bewust van een opbeurend gevoel, alsof er ergens vanbinnen een klein katje huisde dat blij met me was en me aldoor kopjes gaf ... *Komt wel goed met je, komt wel goed met je.*

Die avond ging ik vroeg naar bed. Enkele uren later werd ik badend in het zweet wakker, ik had gedroomd. Ik knipte een schemerlamp aan en ging op de rand van het bed zitten. De droom, nog helemaal vers in mijn geheugen, zou ik nu meteen moeten opschrijven, bedacht ik, vóór die vervloog. Ik nam het dromenschrift en de pen die standaard hier op de ombouw van het bed klaarlagen. En noteerde ...

Ergens in de bergen, op een hoog plateau, leefde een klein zwart vogeltje, een kind-vogeltje. Op haar schouderdje rustte een groot, zwaar rotsblok. Ze zat eronder gebukt; vleugeltjes gespreid, pootjes wijd uit elkaar, snaveltje pikkend in de grond. Vogeltje wilde van haar vracht af, maar wist niet hoe ze eronderuit kon komen.

Wat een onmenselijke last, dacht ik verontwaardigd, hoe komt zo'n rotsblok erbij om zich door zo'n jong beestje te laten dragen! Moet je die pootjes zien, luciferstokjes, nog even en ze breken door-midden. Vogeltje worstelde zich uit de naad. Ik kon het niet aanzien en riep haar toe: 'Als je leven je lief is, kruip dan onder dat rotsblok vandaan en beklim haar, je kunt het!' Vogeltje had me gehoord. Ik zag hoe ze alle krachten in haar pootjes mobiliseerde. Ik bleef haar toeroepen: 'Je kunt het, je kunt het!' En het lukte haar. Bibberend op haar pootjes stond ze naast het rotsblok.

'Goed gedaan,' riep ik, 'en nu ertegenop ... Laat die bonk maar eens weten wie je bent!'

Het rotsblok had loodrechte zijanten, het kostte vogeltje ton-nen kunst- en fladderwerk om erbovenop te komen. Iedere keer glee-d ze omlaag, klapwiekte zich weer overeind en crawlde zich opnieuw omhoog, hoger en hoger ... Tot ze de bovenkant van het rotsblok

bereikte. Ze wurmde zich over de rand heen, een tuimeling en ... plof! Daar lag vogeltje op haar ruggetje, in het midden boven op het rotsblok.

Eindelijk, ze was er. Amechtig hijgend, dodelijk vermoeid, zwaaiend met haar klauwtjes naar de strakblauwe hemel, zei ze: 'Kijk, mama, hier lig ik. Ik heb het gehaald!'

Het was een van de eerste sessies dat Pie me vroeg te vertellen hoe ik mijzelf zag. Een vraag waar ik wel even over na moest denken. Een zelfbeeld ... had ik dat? Hoe anderen me zagen, wist ik in elk geval wel: vader vond me een ongemakkelijke vrijdenker, moeder vond me een overgevoelige dwarsligger, dochter Merel vond haar mama een 'vv', wat voor veilige vrouw stond, en zoon Florian vond zijn mama zo melig als een bruine boon, soms dan. Maar daar ging het allemaal niet om, mijn kijk op mezelf zat daar niet tussen.

'Vind je het een moeilijke vraag, Thera?'

'Ach, makkelijk is anders. Ik ben gewoon niet voor één gat te vangen, ook niet door mezelf.'

'Ha, goed dat ik dit nu weet, en verder?'

'Tja ... ik ben voor mezelf wel de moeite waard, dacht ik.'

'In welk opzicht, kun je daar iets over zeggen?'

'Jawel,' en ik ging er speciaal rechtop voor zitten, 'ik heb talent om creatief met persoonlijke drama's om te gaan.'

Boven de glazen van haar bril trokken haar wenkbrauwen zich op tot fraaie boogjes. 'Dit maakt me nieuwsgierig, Thera, leg eens uit.'

De rode draad in mijn leven. Teken en beeldhouwen, schilderen en schrijven waren voor mij de middelen om gevoelens en emoties uit te drukken die bij drama's behoren. Drama's brachten verhalen voort, verhalen schiepen beelden en beelden waren vorm te geven.

'Snap je?'

'Ik probeer je te volgen. Misschien is er nog iets?'

Alsof dit nog niet genoeg was. Waarom wilde Pie zoveel

van mij? Ten slotte dan, ook wel belangrijk om te noemen: 'Ik ben een droomster, altijd al geweest.'

Ik kon dromen als de beste. Leuke dromen, maar meestal nare dromen, angstige dromen, nachtmerries; ik kende het allemaal. Mijn nachten konden erdoor geknecht worden, vaak tot huilen toe. Ik had me aangeleerd dromen op te schrijven, en bij teruglezen ervan vroeg ik me vaak verwonderd af waar die beelden toch vandaan kwamen. Alsof ik een dubbelleven leidde, een nacht- en een dagleven.

'En met die wanen erbij, Pie, heb ik mijn handen er vol aan. Ik bedoel: om mezelf op de weg te houden. En soms loop ik er dus helemaal naast.'

'Zoals die vrijdag, toen je me 's middags belde?'

Ik knikte. Die ondoorgrondelijke koolzwarte ogen! Was Pie bezig de onderdelen van mijn zelfbeeld nu in elkaar te zetten tot een geheel, en hield ze mijn blik daardoor zo gevangen? Ik ontsnapte, keek van haar weg, was een poosje stil, keerde met een zucht weer terug en haar aankijkend dacht ik: je bent best een mooie vrouw. Ze glimlachte toegeeflijk, alsof ze mijn gedachten gelezen had, en vroeg of er misschien nog iets anders was wat ik naar voren wilde brengen. Dat was er inderdaad. Ik vond het nu wel een goed moment haar mijn schrijversdebuut aan te bieden, een roman, twee maanden geleden uitgegeven. Ik had een exemplaar voor haar meegenomen en haalde het nu uit mijn handtas tevoorschijn.

'Alsjeblieft, dit wil ik je cadeau geven', zei ik, het boek haar aanreikend. 'Het is grotendeels autobiografisch.'

'Kijk eens aan. Dankjewel, Thera,' zei ze verrast. 'Ik ga het zeker lezen.'

Ze stond op uit haar stoel, legde het boek op haar bureau en ging weer zitten. De blik op haar horloge liet geen twijfel bestaan, de agenda's moesten afgestemd worden.

‘Spreken we voor de volgende week weer af, Thera?’

Ik knikte. Zelfde dag, zelfde tijd. Waardoor het kwam, was me niet duidelijk, maar ik ervoer een down makende spanning bij het verlaten van de praktijk.

~~~

Janjaap was haptonoom en sinds jaren huisvriend, steun en toeverlaat. We hadden elkaar een poos niet gezien, te lang niet. Dit gingen we vandaag een beetje goedmaken. Hij kon twee uurtjes weg uit de praktijk doordat er afspraken met patiënten waren komen te vervallen. We hadden in de stad afgesproken, tussen de middag, in het ons vertrouwde eet-café tegenover het station, waar we soep en broodjes bestelden en allerlei nieuws uitwisselden. Ik vertelde hem over de therapie en wat eraan vooraf was gegaan.

‘Goh, Theertje, eindelijk heb je dus de stap gezet. Dat heb je mooi even geheim voor me weten te houden.’ Daarna kwamen de vragen: is Pie wel professioneel, staat ze geregistreerd bij een beroepsvereniging, werkt ze helemaal zelfstandig, heeft ze een supervisor ... en zo meer. Dit was Janjaap ten voeten uit, ik had hem gemist. Beiden blij met deze inhaalslag, dronken we nog een koffie, daarna was het tijd voor hem om te gaan.

‘In het vervolg jezelf niet wekenlang meer verstoppen, belooft me dat, Theer.’

Ik beloofde het terwijl ik een blonde haarlok uit zijn ogen streek. ‘En schiet nu maar op, je patiënten staan al weer in de rij.’

Een knuffel, en nog eentje. ‘Dag, lieverd, heerlijk om je te hebben gesproken. We zien elkaar gauw weer!’

In de stoptrein terug naar huis zat ik na te mijmeren over

het gesprek. Ik zag zijn gezicht nog voor me, verwonderd. ‘Je bent dus gewoon op je gevoel afgegaan; je hebt de telefoon gepakt, gezegd dat er draadje in je loszit en een afspraak gemaakt?’ Ik moest onwillekeurig glimlachen en tegelijkertijd denken aan Amber. Ook zij was verbaasd geweest toen ik haar over Pie vertelde. Dat ik me prettig voelde bij Pie vond ze belangrijk, maar ik moest wel bij de les blijven; het ging natuurlijk om meer dan samen theeleuten.

Tja, die kruidenthee en dat schaaltje met koekjes waarmee Pie gewend was haar cliënten te ontvangen. Niet dat dit haar tot een goede therapeute maakte, maar de warmte en vriendelijkheid van haar woon-werkklimaat maakte dat ik tot nu toe best graag naar haar toe ging. Pie woonde in een groot jarendertigpand, een huis met veel vertrekken. Op de begane grond had zij haar praktijk, een wachtkamer en een spreekkamer, te bereiken via een lange gang die van de voordeur doorliep naar de achterzijde van het huis. Ze had duidelijk een voorkeur voor meubels van lichte houtsoort. Smaken konden verschillen. Maar wat de inrichting van haar werkkamer betrof, lag de smaak van Pie niet ver van de mijne. En dan die boekenkast; iedere week zat ik nieuwsgierig ruggen met titels te bekijken als Pie haar onderzoekende blik me even te veel werd. Door de ramen van haar werkkamer naar buiten kijken was ook niet vervelend. Die boden namelijk uitzicht op een stille binnentuin, aangelegd in Japanse stijl, met kleine terraswatertjes die trapsgewijs omlaag voerden en het water kwam, geheimzinnig ingenieus, in een grotere verderop in de tuin gelegen vijver terecht. In deze vijver gedijde het pijlkruid heel goed, en daartussen hielden zich graag aan mensentenen sabbelende visjes schuil. Volgens Pie dan. Soms verbeelde ik me dat ik samen met haar op de rand van die vijver zat en mijn eigen voeten aan een school visjes te sabbelen aanbood.

Maar kom, ik moest nu wel wakker blijven, de trein minderde vaart. We waren waar we wezen moesten, op het tussenstationnetje van mijn dorp.

~~~

Er waren een paar sessies voorbijgegaan en ik vroeg me af waarom Pie nog met geen woord had gereageerd op het boek dat ik haar cadeau had gedaan. Ze moest het toch al lang en breed hebben gelezen. Ik werd er nerveus van en ik nam me voor deze middag tijdens de sessie er gewoon naar te vragen. Maar, toeval of niet, het boek lag zowaar op de lage tafel in haar werkkamer, gelijk bij binnenkomst viel mijn oog erop. Afwachten dus.

Zoals gewoonlijk begon de sessie met het invullen van een zogenaamd wel-en-wee-briefje. Een voorgedrukt klein lijstje met vragen die ik moest beantwoorden door het geven van een cijfer uit de reeks één tot tien, vragen die stemmingen en gevoelens betroffen. Ik vond deze briefjes wat gekunsteld. Voor Pie zelf was het een handige methode, beweerde ze. Uit mijn cijferwaardering kon ze opmaken hoe het in de afgelopen dagen met me gegaan was en hoe ik me nu ter plekke voelde. De scores noteerde ze in een grafiek die steeds een maand besloeg. Zo kon ze in de loop van de therapie vergelijkingen maken en nagaan of er sprake was van progressie in mijn gevoelens en stemmingen betreffende de contacten met anderen en met mezelf, want om die beide ging het. Mocht het invullen me tegenstaan, dan hoefden die briefjes niet, had ze gezegd. Maar zo was erg was het nu ook weer niet. Dat ik had kunnen zeggen wat ik ervan vond, was feitelijk het belangrijkste.

Na dit ritueel schonk Pie ons beiden thee in en schoof