

Verdrietig

Hans (54 jaar) is verdrietig. Hij is heel verdrietig. Hij is heel vaak verdrietig. Soms overvalt het verdriet hem, zomaar. Hij heeft een stortvloed aan tranen. Hij weet niet waarom hij opeens zo verdrietig is. Het liefst trekt Hans zijn schoenen uit, trekt zijn benen op op de bank en wil huilen, veel huilen.



Bang

Hij is ook bang. Hij is bang voor zijn vader, die altijd zei dat hij nergens voor deugd, dat hij nooit wat goed deed. En hij is bang voor zijn moeder met haar verhalen over de dood en dat hij in de hel terecht zal komen. Hij is niet bang voor Ellen, zijn vrouw, die is goed voor hem.

Ellen wilde met hem in relatietherapie, omdat zij niet langer zo'n depressieve man wil, ze wil een man waar zij ook wat aan heeft. Hij vond dat hij dan eerst maar eens zelf in therapie moest gaan.

Donker

De herinneringen aan vroeger zijn treurig, het was niet leuk. Zelfs als hij met zijn vader meereed op de wagen en vader dan bij de bakker wat lekkers kocht, kwam hij bedrogen uit. Vader kocht altijd wat Hans niet lustte en at het dan zelf op. Na school mocht hij niet spelen, de aardappels voor het gezin (met negen kinderen) moesten geschild worden.

Zijn moeder dreigt met hel en verdoemenis als hij op zondag niet naar de kerk gaat. "Hoe ziet die hel eruit?" "Geen idee, vooral donker en vuur." "Bestaat er voor jou een hel en hemel?" "Nee, eigenlijk niet, ik geloof meer in het idee dat het hierna op een of andere manier doorgaat, dat je terugkomt, ik weet het niet precies." "Is die angst voor de dood dan van jou of van je moeder?" Hans tekent de doodsangst van moeder, een vel vol rode figuren, stukken, krassen met een boos oog in het midden. Hij wordt boos als hij het oog ziet en maakt het hele vel zwart, hij wil dit niet langer. Ik vraag hem om symbolisch deze doodsangst aan zijn moeder terug te geven - die is van háár niet van hem. Het lucht op.

Toekomst

Daarmee is er nog geen levendigheid in het leven, er is nog steeds verdriet. Veel verdriet. Samen komen we er achter dat vader doodsbang was voor het leven.

Daarom hield hij alles en vooral Hans onder controle. Een fijne combinatie, de een bang voor de dood, de ander bang voor het leven. Geen wonder dat Hans in zijn lagere schooltijd een tijd lang met jeugdrama op bed heeft doorgebracht, niet in staat om te bewegen. "Je mocht nooit spelen?" "Nee." "Hoe speel je nu?" "Spelen, ik speel met Ellen kaart, bedoel je dat?" "Ook, maar vooral wat vind je leuk om te doen?"

"Het fijnste is met Ellen wandelen in de natuur, houtsnijden doe ik ook wel eens en verder, nee."

Hans maakt wel vaker tekeningen bij mij, soms gaat het moeizaam, soms vanzelf. Zijn toekomstboom is een fantastische boom met een stevige stam en vol met bloemen. Het geeft mij hoop dat we er samen uit gaan komen, maar ziet Hans het ook?

Bedroefd

Hij heeft opnieuw een verhaal vol van verdriet. Het is lastig om de associatie te vinden waar het mee te maken heeft. Ik krijg de ingeving dat het meer met het ontbreken van de zonkant van het leven te maken heeft, dan dat er nog zoveel oud verdriet is. "Kom op Hans, je mag vandaag schilderen. Je begint met een kleur, maak een vlak op het papier." Hans schildert een rond rood vlak. Knallender rood en rond kan het haast niet. "Kies voor een andere kleur en ga daar mee verder." Hij schildert een gezicht, springende haren en hij heeft zichtbaar lol in dit schilderen. Bij de nabespreking zegt hij: "En toch ben ik verdrietig." Ik heb genoeg gezien, ook de dwarsliggers: hij gaat alternatieven leren, en leren dat je ook blij kunt leven.

Gea Evenhuis
www.agogischtherapeut.nl