Door Henne Arnolt Verschuren



Henne Arnolt Verschuren studeerde af in sociaal-culturele wetenschappen en gezinstherapie. Vervolgens schoolde hij zich in lichaamsgerichte psychotherapie, sjamanisme en traumahealing. Van 2004-2015 was hij directeur van Bodymind Opleidingen, waar hij nog steeds aan verbonden is. Daarnaast heeft hij een eigen praktijk: www.lifeinprogress.nl.

Afstemming

Enige tijd geleden werden we uitgenodigd om te komen eten bij een familie uit Iran. Een van de gezinsleden was student geweest bij mijn vrouw in een voorbereidend jaar voor het hoger onderwijs voor vluchteling-studenten. Deze student studeert inmiddels aan de Hogeschool voor de Kunsten.

Ter voorbereiding kreeg ik uitvoerige instructies van mijn vrouw, waarvan ik er inmiddels al een aantal ken, zoals schoenen uit voordat je de woonkamer ingaat en bij vrouwen het initiatief van de begroeting bij hen laten. Toen het eten werd opgediend, zaten wij samen nog op de bank en de familie op de grond. Het werd zo opgediend dat we op de bank konden blijven zitten, maar elkaar aankijkend besloten we ook op de grond te gaan zitten. Het voelde als meer respectvol. In het begin werd er vooral Arabisch gesproken, een taal die mijn vrouw goed beheerst. Later ging het meer over naar Nederlands, een taal die de Iraanse ouders nog niet zo goed beheersen. Het werd een warm en hartelijk samenzijn door de open nieuwsgierigheid en de bereidheid tot afstemming op elkaars taal en gebruiken. We kregen na afloop nog wat eten mee, wat we niet konden weigeren.



‘als wederzijdse nieuwsgierigheid de leidraad is, is er eigenlijk altijd ontmoeting mogelijk’

Deze ontmoeting maakte me opnieuw bewust hoe weinig we ons nog in situaties begeven waarin we uitgedaagd worden tot wederzijdse nieuwsgierigheid. Onze westerse cultuur is er een geworden van vervreemding van elkaar. We maken zelfs vaak nauwelijks kennis meer met onze buren.

Je zou het bijna niet meer geloven, maar afstemmen op elkaar zit diep verankerd in de natuur. Als twee honden elkaar voor het eerst ontmoeten zullen ze in de meeste gevallen beginnen op een afstandje naar elkaar te kijken, vervolgens aan elkaar ruiken en snuffelen, elkaar wat uitdagen en tenslotte de ontmoeting aangaan waaraan ze beiden deel kunnen nemen. Hier zien we al dat als wederzijdse nieuwsgierigheid de leidraad is, er eigenlijk altijd ontmoeting mogelijk is. De ontmoeting is er dan op gericht tot een gezamenlijk ritme te komen, wat vervolgens vaak leidt tot een vorm van ritueel of spel. Dit ritme vormt zo als het ware de grondtoon van de ontmoeting waarop voortgebouwd kan worden, een diepere betrokkenheid kan ontstaan vanwaaruit zich vervolgens kwaliteiten als empathie en wederzijds begrip kunnen ontwikkelen. Een prachtig voorbeeld van zo’n grondtoon las ik pas nog in het boek van Fred Hisschemöller, die daarin aan de hand van zijn eigen leven een eeuw Nederlandse geschiedenis beschrijft. Over 65 jaar samenzijn met zijn vrouw zegt hij: ‘Nooit zijn wij een dag begonnen zonder een begin-de-dag-kus, nooit hebben wij een dag beëindigd zonder ‘welterustenkus’. Nooit hebben wij elkaar een kus geweigerd, ook niet als we het niet met elkaar eens waren of als we boos waren.’[1] Zo wordt een grondtoon iets waar je altijd naar terug kunt, een bevestiging van continuïteit van de relatie, gezamenlijke grond.

Deze zomer verhuizen we vanuit de Randstad naar buurtschap De Haart in de Achterhoek. Naast rust en ruimte zoeken we daar ook meer de gemeenschap, het op elkaar betrokken zijn. Mogelijk hebben we daar ook een wat romantisch beeld over, de tijd zal het uitwijzen. Ikzelf ben al bij voorbaat uitgenodigd op de maandelijkse mannenborrel waar, zo heb ik begrepen, de stand van zaken in de buurt wordt doorgenomen. Een van de spannende dingen daarbij is dat ik geen alcohol drink. Mijn nieuwsgierigheid gaat al uit naar de wederzijdse afstemming op dit punt. ■

BRONVERMELDING:
1. Fred Hisschemöller. (2022) *Dat deed je gewoon – Een eeuw Nederland door de ogen van een 99-jarige*. Amsterdam: Meulenhoff.