

Femke Krijger

De evenwichts- kunstenaar



Hoe ik leer waarnemen
nu ik doof en blind word

ten have

De evenwichtskunstenaar

Femke Krijger

De evenwichts- kunstenaar

Hoe ik leer waarnemen
nu ik doof en blind word

th) ten have

© 2022 Femke Krijger/Uitgeverij Ten Have

Postbus 13288

3507 LG Utrecht

www.uitgeverijtenhave.nl

Omslag Bij Barbara

Foto auteur Rogier Chang

Binnenwerk Gewoon Geertje

ISBN 978 90 259 1065 5

ISBN e-book 978 90 259 1066 2

NUR 320

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Uitgeverij Ten Have vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Het begin

Ik ben in het donker vertrokken, op de tast heb ik mijn weg gezocht, langzaam leerde ik kijken met andere ogen, mijn innerlijke ogen. Ik oefende het luisteren van binnenuit en begon te ervaren wat is in plaats van wat niet meer is. Altijd was er de aangeboren zekerheid dat heelheid bestaat, dat gebrokenheid haar niet uitsluit, maar mij enkel uitdaagt haar te vinden. Zonder gebrokenheid was ik misschien nooit op weg gegaan. De weg van de waarneming, nu ik langzaam blind en doof word.

Resonantie

Alle beelden die ik van mezelf had, die van aantrekkelijke partner, avontuurlijke moeder, intelligente werknemer en sprankelende vriendin, lijken niets meer dan wanen uit een verloren wereld. Grote dromen, die in de ijle lucht van de realiteit niet kunnen bestaan. Wie ik ben, weet ik niet meer. Mijn vertrouwde, zo verlangde leven past niet meer, of ik pas niet meer in dat leven. Ik weet het niet. Mijn verhaal is onderbroken en niemand lijkt geïnteresseerd in een vervolg. Afgekeurd en ontslagen, 'We wensen u sterkte', en dat was het. Ze zeggen me rust te gunnen, maar voor mij voelt het als doodgaan. Sterven bij leven. Mijn diepste angst.

Ik begin met revalideren om te leren wat het voor mij betekent om ernstig slechtziend en slechthorend te zijn, en ik ga in therapie om het verlies te verwerken. Als een vluchteling in een vreemd land die dankbaar moet zijn, maar zich wanhopig afvraagt of zij ooit weer ergens thuis zal zijn, hoor ik aan wat ik moet leren om mezelf te kunnen redden in dit nieuwe 'land'. Ondertussen probeer ik manieren te bedenken om

terug te keren, weg uit dit zwarte gat, waarin mijn wereld steeds kleiner wordt en al het licht verdwijnt.

Terwijl ik de weg afspeur naar auto's voordat ik durf over te steken, hoor ik mezelf murmelen: 'Toen ik het einde had bereikt...', een zin uit een gedicht van Gerrit Achterberg. Het gaat over Jacob die 's nachts aan de oever van de rivier de Jabbok worstelt met zichzelf en met God. Hij wil naar huis, naar zijn geboortegrond. Hij verlangt ernaar thuis te zijn. Hij weet dat hij, om de rivier over te kunnen steken, zijn ogen niet langer kan sluiten voor wat hij eigenlijk niet wil zien. Zijn verraad aan zijn broer, en aan zijn vader, het verraad waar hij van weggevlucht was. Als ik thuiskom, struikel ik over de drempel van de voordeur en begin te huilen.

... je had geen gelijk;
maar dat is nu voorbij, van heden
tot aan die andere eeuwigheid,
is maar één schrede.

Eén stap naar een nieuwe werkelijkheid, maar waarheen, welke kant moet ik op? In stilte smeed ik om hulp, van wie dan ook, omdat ik zonder niet verder kan, niet verder durf in dit niemandsland.

∞

Het is al laat als ik aankom op het kleine station van Davos. Uitgeput van de lange reis, maar ook opgelucht dat ik hier ben, stap ik uit het boemeltreintje en snuif de frisse berglucht

op. In mijn reisgids lees ik dat ik nog een halfuur heb om me aan te melden bij de jeugdherberg. Hoewel er altijd wel een oplossing is, ook als ik te laat ben of er geen bed meer vrij is, maakt deze wetenschap me toch onrustig. Ik haast me de berg af, over het kronkelende bospad richting het dorp. Gelukkig is de jeugdherberg makkelijk te vinden. Niet veel later staat mijn rugzak tegen een stapelbed aan en zit ik op de zwartgeverfde houten veranda met mijn benen omhoog en uitzicht over het meer. De zon schittert op het water. Ik zie een pad langs het meer en vlak daarachter de bergen die steil omhoogrijzen. Ik zucht. Wat is het mooi hier.

Ik besluit om de omgeving nog wat te verkennen. Door mijn haast om hier te komen heb ik er eigenlijk geen aandacht aan besteed. Omdat ik niet precies weet wanneer het donker wordt en in het donker volkomen verloren ben door de nachtblindheid durf ik niet echt ver te gaan, maar de berg direct achter de jeugdherberg heeft een breed bospad en is dichtbij. Dat moet lukken.

De zon maakt lichtvlekken op het pad, dat bezaaid is met uitgedroogde dennennaalden. Voor een bospad is het aardig gelijkmatig, maar wel steil. Naast het pad groeien kleine alpenbloemetjes en heel veel dennenbomen.

Het is nog warm, al voel ik dat de avond in aantocht is. Ik loop rustig omhoog en geniet. Het is fijn hier te zijn. Na de opdringerige mannen in Florence, die zich schaamteloos tegen mij aan drukten in de bus of in de smalle straatjes is het alleenzijn een verademing. Het was een goede beslissing geweest daar weg te gaan. Als ik achteromkijk zie ik door de bomen stukjes

blauw van het meer. Ongemerkt ben ik al een heel stuk de berg op gelopen. Ik durf niet verder te gaan, bang voor het donker. Even sta ik stil om de avondlucht van de bergen in me op te nemen. Ik rek me uit en haal diep adem. Als ik mijn ogen weer opendoe en naar beneden wil lopen, kijk ik verbaasd om me heen. Het landschap is veranderd.

De kleuren zijn helderder, alles lijkt te stralen, alsof het leven ervanaf spat. Ik knipper met mijn ogen om het 'gewone' beeld terug te vinden, omdat ik niet kan geloven wat ik zie, omdat ik nog nooit heb gezien wat ik zie en het dus wel een misvorming van mijn waarneming *moet* zijn. Maar als ik opnieuw kijk, zie ik hetzelfde. Alles straalt me tegemoet. Het kleinste bloemetje, de bast van de boom met zijn ruwe spleten, zelfs de stenen trillen vol leven. Het is zo mooi dat ik geen moment bang ben voor deze plotselinge verandering. Ik zak door mijn knieën en buig mijn hoofd naar de grond toe, om een klein, wit alpenbloemetje van dichtbij te bekijken. Ik kan nauwelijks beschrijven wat ik zie, omdat ik dit nog nooit gezien heb. Ik weet wat ik zie, maar begrijp het nog niet. Het is alsof ik plotseling door de buitenste laag van de dingen heen kan kijken en de binnenkant van dit levende, witte alpenbloemetje-organisme kan zien. En deze binnenkant toont zich niet in afgescheiden onderdelen, zoals de buitenkant zich laat zien in een steeltje, een bloemblad of het gele hart met zijn stuifmeel, maar vertoont zich als één geheel. Elk onderdeel bestaat op zichzelf, verdwijnt niet in het geheel, maar deelt in die levendige trilling die alles laat stralen en één maakt.

Ik stamel wat onsamenhangende klanken, omdat ik niet stil kan blijven bij wat me overkomt, al is er verder niemand in het bos. Mijn verwondering barst naar buiten. Ik draai mijn hoofd alle kanten op en waar ik ook kijk, kijk ik in het hart van de dingen. Ik ga weer rechtop staan, loop een stukje verder. Bij elke stap zet ik mijn voeten heel voorzichtig neer, bang het levende te vertrappen. Langs het pad afdalend kom ik bij een kleine, open plek met vrij uitzicht over het meer. Terwijl ik in de verte kijk, voel ik in mij een diepe stilte opwellen. Ik wil dit moment, deze waarneming, vasthouden, maar weet dat dat niet kan. Het verdriet waarmee ik op reis ben gegaan, kan ik voelen. Het is er, maar net als de binnenkant van dat kleine, witte bloemetje voel ik hoe het niet losgezongen is, maar hoort bij een onnoemlijk groot geheel, en alles in mij zingt: 'Het is goed. Het is goed.' Ik ervaar voor het eerst in mijn leven wat vrede is. Tranen stromen over mijn wangen, niet van verdriet, maar van dankbaarheid om de schoonheid van dit moment. Deze ervaring van heelheid.



Terwijl ik koffiezet, denk ik terug aan deze zomer van bijna tien jaar geleden. Aan die avond in Davos. Ik moest nog eind-examen doen, mijn vader leefde nog en ik had nog geen plannen voor het tussenjaar waarin ik door Israël zou gaan reizen. Het Usher-syndroom was al vastgesteld, maar het was vooral een papieren werkelijkheid. De betekenis ervan drong nog niet door.

De ingrijpende ervaring van heelheid tien jaar geleden heeft me in de jaren daarna vaak geholpen als verdriet de overhand kreeg. Toen mijn vader twee jaar later overleed en het leven voorgoed gebroken leek, was het de herinnering aan die zachte avond op de berg die me heeft gered. Die gaf me grond om op te staan. Maar nu lijkt de herinnering kwijt te zijn. Ooit, in dat ene moment voorbij tijd en ruimte, waarin alles werd omvat en ik de heelheid van mijn bestaan ervoer, was vrede. Die wil ik terugvinden, maar hoe kom ik daar? Waar is die open plek met vrij uitzicht?

Femke Krijger heeft het syndroom van Usher. Door deze progressieve ziekte verliest ze langzaam haar zicht en gehoor – en daarmee haar leven als jurist, echtgenote en moeder. Beeldend, eerlijk en met humor beschrijft Krijger het proces van rouw en revalidatie.

Maar er is niet alleen verlies. Door haar beperkingen onder ogen te zien, realiseert ze zich dat waarnemen zoveel meer is dan zien en horen. Ze ontdekt een manier van waarnemen waarmee ze intenser verbonden is met de wereld. Dit is een belangrijk inzicht voor ons allemaal. Beperkingen hebben nooit het laatste woord; er zijn ook altijd mogelijkheden. Samen geven ze het leven vorm.

De evenwichtskunstenaar is een literair geschreven vertelling, voor iedereen die door het leven uit balans is gebracht en op zoek is naar een nieuw evenwicht.

'Dit is mijn verhaal van heelheid, hoe ik mezelf terugvond door bij de brokstukken van mijn leven te gaan zitten. Ik ontdekte dat diep in de rouw verborgen grond ligt, waar ik op kon staan. Ik ontdekte dat waarneming zoveel meer is dan zien en horen.'



Femke Krijger (Leiden) was jurist bij het wetenschappelijk bureau van de Hoge Raad. Tegenwoordig is ze werkzaam als lichaamsgericht coach/trainer, internationaal onderzoekster op het gebied van waarneming en doofblindheid, en keynote-spreker.

th ten have

www.uitgeverijtenhave.nl



9 789025 910655