

Ik zit.... Mijn dagbesteding is duidelijk: zitten achter een tafeltje en luisteren naar jullie. Bij dit soort bijeenkomsten wordt altijd gezegd dat er een probleem is maar niemand die er is HEEFT dat probleem.... Er wordt altijd gezegd "Het is moeilijk maar bij ons gaat het heel goed", ik ben benieuwd of dat vandaag ook zo zal zijn en of ik dat zal durven aankaarten als het zo is... Ik denk het wel. Ik denk dat jullie dat verdienen. Soms, heel eerlijk gezegd, zeg ik het niet omdat ik denk "Ze luisteren niet", maar jullie luisteren.... Wow wat luisteren jullie goed.... Eerlijk. Zo eerlijk luisteren jullie dat ik wel eerlijk moet zijn.

Mijn tafeltje wiebelt. Ik denk dat dat gepast is vandaag; het gaat over kwetsbaarheid, over uit balans... Ik leg het programmaboekje onder het tafeltje. Het wiebelt niet meer, is prettiger typen, al mis ik het heen en weer bewegen van het tafeltje. Het maakte het tafeltje menselijk.... Het tafeltje dat leek te zoeken naar evenwicht, dat leek te bewegen door mijn beweging, een tegenspeler een medestander... Zoeken naar evenwicht net als ik en wij allemaal.

Ik krijg een kopje koffie met een lepeltje. Moet aan mijn oma denken die alzheimer had en die ooit vroeg: "Wie heeft deze prachtig inkepingen in dit lepeltje gemaakt?" Ze hield een vorkje in de lucht. Ze glimlachte er vriendelijk en een beetje verward bij.... De tranen schoten mij in de ogen. Wat prachtig, zo kijkt alleen de briljantste kunstenaar, sindsdien heb ik nooit meer op dezelfde manier naar een vorkje gekeken....of naar het lepeltje wat op mijn tafel ligt.

Oscar is begonnen... Hij maakt jullie aan het lachen. Wie is je opdrachtgever, je manager of degene voor wie je zorgt? Mooie vraag met een helder antwoord lijkt mij, maar ook lijkt het me heel moeilijk om dat antwoord in praktijk te brengen. Omdat de manager zichzelf veel makkelijker op de agenda zet dan degen voor wie je zorgt, omdat jouw manager powerpoints, targets, vergaderzalen en exellsheets tot z'n beschikking heeft. Degene voor wie je zorgt heeft pijn, verdriet, kriebel op haar rug, spijt, verwarring, behoefte aan liefde, lepeltje die volkjes en vorkjes die lepels zijn. Dat zijn dingen die zich minder makkelijk opdringen, aandienen en manifesteren.

Mijn dochters - thuis degene voor wie ik zorg - die zijn natuurlijk het belangrijkste maar dat voelt niet zo als de telefoon gaat, de e-mail volstroomt, de agenda roept, de ambitie brandt, het ego bonkt.... Mijn dochters hebben mijn aandacht en mijn zorg nodig en toch zit ik HIER te schrijven over aandacht en zorg.

De dingen die aandacht horen te krijgen die vragen daar niet om.... Mijn jongste dochter kijkt naar de dansende blaadjes op de muur terwijl de deadline schreeuwt. Mijn oudste kijkt uit het raam naar de fietsende mensen en zegt zachtjes "Dag zomaar een mevrouw" en "Dag zomaar een meneer".... Ik hoor het niet omdat ik aan de telefoon tegen een journalist een verhaal afratel over hoe we beter moeten kijken, terwijl mijn dochter zo veel beter kijkt.

"Is dat alles?" zei Ans toen ze de diagnose kreeg. Ik ga dat vaker denken neem ik me voor. Denken als de deadline dwingt, als de ambitie schreeuwt, als de begroting niet rond komt "Is dat alles? Is dit alles, dan gaat het wel goed met mij." Deze vraag moeten we veel vaker stellen met Ans in ons achterhoofd of beter nog: in ons hoofd en hart, "Is dit alles?".

De interviewster heeft een rode jurk aan en ziet er sprookjesachtig uit, zit ergens tussen een fee uit de Efteling en Mariah Carey uit "All I want for Chrismass"...

Ans houdt van kleuren, dat kan ze uren doen.... Dan is ze er even niet... Ik denk aan mijn dochters van een jaar en negen maanden, oh wat zouden ze het met Ans kunnen vinden. Mijn dochter die als ze een tekening maakt altijd "Mooi hè!" zegt en IK die weet dat ze dat op een dag niet meer zal doen... Ans die zegt het vast nog steeds of WEER dat weet ik zeker als ik haar zo zie.

De glimlach van een kind moet ik aan denken, wat een prachtige glimlach heeft Manon, de dochter van Ans. Haar gezicht lijkt het centrum van een zon die doorbreekt, zo trots als ze is

als haar moeder iets verteld.... Komen deze mensen buiten? vraagt Manon. NEE wordt er gezegd, NEE. Het doet pijn die nee.... Ik kijk naar de zon op de blaadjes. NEE. De sprookjes fee met de rode jurk vraagt "Hoe kunnen we het mogelijk maken?"... Ik kijk naar haar schoenen en denk dat zij veel mogelijk zou kunnen maken als ze met haar hakjes klikt.

En ik ga kleuren! Veel meer kleuren... En Ans is een edelsteen, ook al liep ze in een oude krant. Wat ze niet doet, ze heeft zich mooi aangekleed, ze was een fijne vriendin voor mijn oma geweest.... Als die niet zo kwaad was geweest op het leven.

Er komt een column... Ruud zegt dat hij de column saai voorleest, ik vind het niet saai, ik vind het mooi en zijn jasje is ook een beetje Efteling, dat is misschien het thema. Oscar is goed, hij kijkt lief naar Ruud... Beetje trots en vaderlijk. Zo trots was ik op mijn oma toen ze zei "Lieverd je hoeft nu niet meer te komen want ik heb je niets meer te geven...." Blauwe plek op haar kin omdat ze gevallen was in de douche. Ik wilde zo graag komen maar zij wilde mij niet zien, omdat ze niets meer te geven had.... Ze praatte nauwelijks meer maar even was ze mijn oma en vroeg ze mij haar te laten omdat ze niets meer te geven had.

Ik zie het filmpje.... Hand vasthouden... Wat is dat toch mooi; hand vast houden, was op vouwen, kijken naar de kippen.... Oscar wilde voorbij een juichverhaal... Ik heb nog geen juichverhaal gehoord. Wel zachte kracht verhalen, warme handvast verhalen, "Is dit alles?" verhalen... En ik blijf maar denken aan mijn oma. En mijn opa die haar hielp; als er iemand binnen kwam riep hij hard "HEE DAAR IS ROB", zodat mijn oma dat wist.

"We zeggen altijd JA" wordt er gezegd.... Wat mooi om altijd JA te zeggen... Dat is misschien het antwoord op alle vragen. Ja is de enige optie. Ja tegen de dingen die niet schreeuwen om aandacht maar ze daarom juist verdienen. Ja tegen kijken naar hoe het zonlicht speelt met blaadjes op de muur... Ja tegen handen vast, tegen spookjes feeën met rode jurken, ja tegen lekker eten met elkaar, ja tegen vorkjes die lepeltjes en lepeltje die vorkjes zijn. Ja oma ik mis je en ik denk aan je, elke dag. Ik probeer het vorkje te zien in het lepeltje, ik probeer er voor mijn geliefde te zijn zoals opa er was voor jou, ik probeer te genieten van de dingen die jij kwijt raakte elke dag, ik probeer te genieten van de dingen die jij niet wilde missen waardoor je stopte met eten.... Wat pijnlijk maar ook zo dapper was want ook sterven is soms "leven zoals je wilt."

Wat kan ik vandaag leren en wat kan ik morgen anders doen? Wat ik vandaag leerde was luisteren naar datgene wat niet roept om aandacht, af en toe zeggen "Is dit alles?" en blij zijn dat ik naar mijn eigen kapper kan en kijken naar mijn dochters en hoe de kippen zijn gegroeid. "Ja" is de enige optie want "ja" maakt ruimte en die hebben we nodig voor ons hart en het licht; om het licht binnen te laten komen, wat we nodig hebben om te kunnen kijken naar de dansende schaduw van de blaadjes op de muur.

Elkaar beetpakken zegt Joep. Ik zou hem best willen beetpakken met zijn zere knie en zijn strakke spijkerbroek. Een hele hoge aaibaarheid heeft deze bijeenkomst. Ik denk aan mijn vraag van het begin, vaak is het probleem duidelijk maar heeft niemand het probleem... Dat is wel een beetje aan de hand hier. Ik hoor heel veel hoe het moet, maar niet waarom dat zo moeilijk is.... Volg je hart....

Waarom zou je je hart niet kunnen volgen? Omdat de wereld niet zo ingericht is, omdat we niet altijd tussen de prachtige herfstbomen zitten met dames met sprookjes jurken en mensen als Ans die van kleuren houden. Omdat we straks de wereld inlopen waar de deadline dringt en de excelsheet schreeuwt. Dat mogen we niet ontkennen. Efteling jurken zijn mooi maar we moeten ook een beetje weerbaar zijn straks en door het lawaai luisteren naar de stilte. Door de to do list kijken en zien wat we willen doen. Weten dat het vandaag makkelijk lijkt maar in het echt moeilijk blijkt, maar iets minder zwaar wordt als je af en toe "Is dit alles?" zegt.

Oscar heeft gelijk: het zijn juich verhalen, mooie verhalen, maar ik zou graag horen waarom het niet lukt. Zonder daar in te gaan hangen maar het wel erkennen. Eerlijk zijn over de ingewikkeldheid. Niet het probleem aangeven zonder er zelf deel van te zijn want als het probleem buiten ons ligt lossen we het niet op....

Als iedereen die hier niet is het goed doet dan wordt er nooit IETS beter.... En ik vertrouw dat dat straks aan bod komt in de deelsessies en de dilemmatafels maar ook op het podium moet het falen, het balen, het zoeken en het vallen een plaats hebben. Moeten mensen zeggen "ik doe het niet goed."

Ik doe het niet goed. Ik zorg niet altijd voor mijn dochters zoals ik voor ze zorgen wil, dat ga ik nu erkennen zodat jullie misschien ook durven zeggen op welke manieren jullie falen, jullie soms balen van jezelf, want dat stut idealisme en als je zegt wat je moeilijk vindt dan kun je makkelijker zeggen "Is dat het maar?" Als je het uitspreekt, dat wat moeilijk is, dan blijkt het minder moeilijk dan als het achter een juichverhaal verstopt blijft. Dan gaat het woekeren en dat is zonde. Zeg waar je van droomt en waarom je faalt. Laat je idealisme hand in hand gaan met een kritische blik, niet alleen maar op de wereld maar ook een beetje op jezelf. "Is dat alles?" vraagt Ans in mijn hoofd... Ja dat is alles! Hand in eigen boezem en handelen vanuit je hart gaan hand in hand.

Daarom moet ik nadenken over waarom het mij niet lukt om mijn dochters boven mijn to do list te stellen, om met mijn man te knuffelen in plaats van de administratie te doen, om met mijn neus in de krullen van mijn dochter te zitten in plaats van te tweeten hoe belangrijk de krullen van mijn dochter zijn. Waarom lukt het mij niet?

Ik doe het niet goed. Het is pauze geweest en ik stond in de rij voor de WC, ongeduldig werd ik... Een rij voor de WC verdomme... Een rij, terwijl het PAUZE was, terwijl ik naar de bomen had kunnen kijken in die rij of kunnen kletsen met de mensen die naast mij staan, ik had kunnen leren, ik had kunnen leven maar ik stond te balen in die rij.... Omdat mijn trillings niveau te hoog is.... Dat is waarom de onbelangrijke dingen met hoge trillingssnelheid voorrang krijgen boven de echt belangrijke dingen die trillen op veel lagere frequentie.

Alles van waarde is weerloos en vraagt niet om aandacht... Mijn trillings niveau moet omlaag. Ik moet meer zwijgen, meer kijken, meer luisteren naar datgene wat fluistert in plaats van wat er schreeuwt... Ik moet stiller worden van binnen om weer te kunnen horen wat er echt belangrijk is. Hier spreken dingen vanzelf die buiten niet zo zijn... Laten we dat niet vergeten, dat wat hier vanzelf spreekt buiten weggeblazen wordt.... Laten we eerlijk zijn en dat toegeven: dat het daar zo veel drukker, zo veel minder helder is dan hier.

Laten we eerlijk zijn en nog even zoeken naar de stilte in onszelf, laten we eerlijk zeggen dat het moeilijk is en niet voor zich spreekt, dat het pijn doet af en toe.... Laten we eerlijk zijn en kwetsbaar zijn, Laten we aandacht geven aan wat zacht is en niet om aandacht vraagt. Laten we onze trillingssnelheid naar beneden brengen zodat we dat wat langzaam, bescheiden en verlegen trilt, kunnen horen van nu af aan.....

Ik praat met Oscar..... We hebben het over handelen vanuit je hart, of je to do list afvinken en waarom je soms alleen maar aan het vinken bent. Ik beken dat ik weinig slaap krijg en dat de tweet, de e-mail, het telefoontje met de bekende Nederlander mij een kick geeft, een mentale espresso... Waardoor ik wakker blijf. Als ik met een oude dame naar de kippen zou kijken dan zou ik tot mijzelf komen, en tot mijn vermoeidheid. Als ik zou kleuren, viel ik in slaap boven het vel. Als ik twitter, facebook, e-mail blijf ik wakker door de hoge trilling. Als ik dat doe wat mijn hart me ingeeft dan word ik moe.... Als ik naar mijn hart luister, zegt het: "je doet te veel, je gaat te snel. Langzamer en minder. Meer kleuren, meer kijken naar de schaduw van de blaadjes op de muur..."

We doen te veel en zijn te moe om te luisteren naar ons hart vaak, we willen vinken, die to do list laat zich afvinken, dat geeft korte espressoachtige kickjes, twitter kickjes, facebook

likejes.... Het zorgen voor mijn dochters kan nimmer afvinkt worden want mijn liefde is te groot.... De to do list kan in de prullenbak maar de liefde voor mensen is oneindig groot, soms te groot om naar te handelen waardoor we onze to do list afvinken en dat wil ik niet meer doen! Dat ga ik anders doen na vandaag.

Want op ons sterfbed denken we niet "Wat fijn dat mijn to do list is afgevinkt... Wat fijn dat die exellsheet is ingevuld, wat fijn dat die target behaald is." NEE we denken: "Wat fijn dat mijn kinderen mijn hand vast houden, wat dansen de schaduwen van blaadjes mooi op de muur." Wat was ik altijd bang om los te laten, en nu het leven mij dwingt denk ik... "Dank je voor alles wat ik kreeg", denk ik: wat was ik bang om naar mijn hart te luisteren maar nu klinkt het luid en duidelijk. Oog in oog met de dood zegt mijn hart met heldere stem..."Is dit alles?" en weet ik "Dit is alles: de warme handen van mijn meisjes, kijken naar de kippen en weten dat het moeilijk maar tegelijkertijd wel mogelijk is..." Omdat een lepeltje soms een vorkje blijkt en omdat dat prachtig en ontroerend is.

(Laura viert dit jaar haar 15 jarig jubileum. Wilt u meer van haar zien kijk op www.lauravandolron.nl)