

Struinen met ezels

Jasmina Sermijn •

Als therapeut met een voorliefde voor struinen en afstemmen in dialoog, trok ik erop uit met een ezel. Een paar weken voordien las ik een artikeltje over hoe wandelen met ezels mensen uitdaagt om hun gekende territoria (lees: gewoontes) te verlaten en nieuwe paden te verkennen. Op stap gaan met ezels zou beweging kunnen brengen in processen die zijn vastgelopen. Omdat deze thema's mij bekend in de oren klonken – als therapeuten zijn wij voortdurend op zoek naar beweging en nieuwe paden – besloot ik om het zelf eens uit te proberen.

Zo vertrok ik met ezel. Ezel is goed bepakt, het slaapgerief en eten draagt zij mee. Zelf draag ik een rugzakje met daarin een iPhone en een wandelkaart waarop knooppunten en kampeerplekken staan aangeduid. Ik had de kaart op voorhand bestudeerd en had min of meer een idee van de route die we konden nemen. Ongeveer vijfhonderd meter na vertrek blijft ezel plots staan. Vier poten aan de grond genageld, ze wil niet verder. Ik probeer de dialoog met haar aan te gaan door *met* of eerder *tegen* haar te spreken. Ik streel haar, trek zachtjes aan het wandeltouw, dan harder tot ik boos word, mijn stem verhef en lichtjes schreeuw. Ze blijft halsstarrig staan.

Na een dik half uur van van alles uitproberen, zet ik mij op de grasberm naast haar neer. De wind waait onrustig, populieren spreken en vogels vliegen over me heen. De korenbloemen schilderen het landschap blauw en paars en hier

-
- Klinisch psycholoog en systeemtherapeut. Zij werkt als systeemtherapeut, supervisor en coördinator in Hestia, Centrum voor psychotherapie, en als docent en supervisor in vzw Rapunzel en Euthopia. Auteur van de boeken *Ik in Veelvoud* en *Scènes* uit een ontmoeting en diverse artikels (www.jasmina-sermijn.be).
E-mail: sermijnj@gmail.com

en daar straalt een zonnebloem felgeel tegen het bewolkte landschap. Ezel en ik kijken elkaar zwijgend aan. Ik eet een appel die ik uit de draagtas neem, zij graast gras en paardenbloemen. Terwijl ik naar haar kijk, vraag ik me af wat er in haar omgaat. Kon ik maar even in haar hoofd kruipen. En zo betrap ik mezelf op het grip willen krijgen. Ik wil haar kunnen *be-grijpen* want dan pas zou ik kunnen *in-grijpen*.

Mijn gedachten dwalen af naar Mita, een meisje van veertien. Ze werd naar mij doorverwezen vanuit de instelling waar ze op dit moment woont. Haar vader verdween kort na haar geboorte en haar moeder ging enkele maanden geleden terug naar haar geboorteland om voor haar ouders en andere kinderen te zorgen. Mita bleef achter, alleen. Haar begeleiders maakten zich zorgen om haar, ze praatte amper en had last van woedebuien. De vijf keer dat ik haar zag, wilde ze niet praten. Van alles heb ik geprobeerd: muziek, tiktok, spelletjes ... Mita sprak geen woord.

Terwijl mijn gedachten bij Mita zijn, graast ezel rustig verder. Intussen vraag ik me af hoe lang ik hier ga moeten zitten wachten. Had ik maar een boek meegenomen ... Een gedachte die verraadt hoe moeilijk het is om gewoon te wachten, doelgerichtheid los te laten en het proces te laten primeren. Ik probeer me te focussen op de omgeving, de bijen, kevers en slakken om me heen. De coloradokevers met hun felgekleurde strepen brengen me terug naar m'n kindertijd. Tante Maria had een patattenveld waar deze kevers graag vertoefden. Tante wilde ze bestrijden en ik probeerde er zoveel mogelijk te redden door ze naar een naburig veld te verplaatsen.

Terwijl ik in het verleden dwaal, draait ezel zich plots om. Ze stapt, maar wel in de 'verkeerde' richting. Reflexmatig zet ik me recht en vraag ik haar vriendelijk om om te draaien. We moeten de andere kant uit, naar knooppunt 138! Ik probeer haar via het wandeltouw te richten, haar een omeddraai te laten maken. Mijn 'richten' stuut op verzet – ezel wil niet mee. Zij wil de andere kant uit en ik moet volgen. Ik voel frustratie opkomen en betrap mezelf erop dat mijn 'niet wetende', dialogische basishouding misschien toch directiever is dan ik zelf denk. Hoe kan ik m'n eigen gerichtheid loslaten en de ander volgen? Of misschien eerder: hoe kunnen ezel en ik tot een afstemming komen zodat we op de een of andere manier wel op knooppunt 138 – onze kam-

peerplek – uitkomen? ‘The map is not the territory’, leerde Alfred Korzybski ons lang geleden. Deze woorden van Korzybski indachtig, geef ik me met een diepe zucht over en volg ik de route die ezel gaat. We wandelen en struinen verder, dolend door een landschap waar wandelknooppunten regelmatig een plaatsaanduiding geven. De Gete vergezelt ons met haar stromende water. Er ontstaat een cadans waarbij onze stappen samen met de ruisende bomen en het stromende water lijken samen te smelten. Ezel en ik lijken een gezamenlijk tempo te hebben gevonden en mijn gedachten zijn even leeg.

Deze synchronisatie wordt na een tijd abrupt verbroken. De weg stopt en maakt plaats voor een metalen brugje dat de twee oevers van de Gete verbindt. Ezel aarzelt even maar loopt er vervolgens toch overheen. De brug blijkt te smal te zijn, een van de zijzakken geraakt vast en ezel panikeert. Ik probeer haar te sussen, gesp de zakken zo snel mogelijk los en hang ze over mijn schouders. Intussen draait ezel zich om en galoppeert terug, in de richting van waar we kwamen. Ik ga haar puffend achterna, de zware zakken op mijn schouders torsend. En op dat moment besef ik dat ik even tot ezel ben geworden. Ik sleur de zakken met veel moeite voort, hopend dat ezel ergens op mij blijft wachten en ik weer mens kan worden. Ik ben dolgelukkig als ik haar wat verderop zie staan grazen, haar paniek lijkt helemaal verdwenen. Ik bedank haar voor het wachten, gesp de draagzakken terug op haar rug en we stappen verder, de hele weg terug, om uiteindelijk toch het pad te nemen dat ik oorspronkelijk in gedachten had. Deze keer verzet ik me niet, we zijn aan het wandelen, struinen, we moeten niets, gaan in de omgeving op, een cadans van afstemming tussen ezel, mezelf en omgeving neemt ons mee.

Terug in de therapiekamer denk ik regelmatig aan ezel en probeer ik verder te ervaren wat ‘écht afstemmen’ en ‘struinen’ betekent. Ezel leerde me hoe onmogelijk het is om de ander ‘écht’ te begrijpen en hoe het willen ‘be-grijpen’ van de ander altijd gepaard gaat met een intentie van in-grijpen. Ik vraag me af hoe mijn volgende ontmoeting met Mita zal zijn. Zullen we in staat zijn om in de stilte van het zwijgen tot afstemming te komen? Zal er iets anders gebeuren als ik niet meer probeer in te grijpen en haar gewoon in stilte aanwezig laat zijn?

