

# Met modder gooien

## HENK JAN AKSE

In deze column zijn mediums Henk Jan Akse en Willemijn Bessem afwisselend aan het woord. Deze maand: ParaVisie Award winnaar Henk Jan Akse, die met overledenen spreekt en boodschappen doorgeeft.



Ik maakte een grote sprong terug in mijn kindertijd toen ik een dikke, grijze, stinkende klont modder recht in mijn gezicht gekwakt kreeg afgelopen weekend. Even had ik weer de realisatie van hoe het is als je gepest wordt en het gevoel dat daarbij hoort. Alleen dit gooien was puur voor de lol in een *mudrun* (met zijn allen een parcours afleggen door de natuur) en echt té leuk om niet te doen... Ik hou echter oprecht niet van vies worden. En ook in mijn praktijk is alles onberispelijk schoon. Zelf zie ik er altijd *impeccable* uit, dus netjes geschoren, een gestreken overhemd en een nette pantalon aan met gepoetste schoenen eronder. Koud water staat klaar met uiteraard een schijfje limoen erin. Het huis ruikt fleurig en een beetje naar Indiase wierook om het geheel af te toppen.

### OVERLEDEN TWEELINGZUSJE

In deze setting ontving ik een lief blond meisje dat door haar ouders naar mij toe was gestuurd. Haar schuchterheid en kleine voorkomen deden me aan mezelf van vroeger denken. Verlegen ben ik allang niet meer, maar dat groter groeien is nooit echt gelukt... Toen ik de reading begon, kreeg ik direct de sensatie van gepest worden door. Het beeld van een telefoon kwam naar voren, teksten, video's en misbruik door een 'oudere' jongen omdat ze geen 'nee' durfde te zeggen. Vervolgens 'zag' ik scheldpartijen, bedreigingen en benamingen die ik hier niet zal reproduceren, zo vuil... Het meisje had door alles een voorstelling van zichzelf, zo zwart en zo negatief als ik zelden heb gezien. Het koste veel moeite om haar te coachen om weer positief naar zichzelf te kunnen kijken en haar te laten geloven dat ze echt geen 'slecht' mens is. De echte omslag in haar denken kwam toen er een jonge *spirit* verscheen. Het bleek haar overleden tweelingzusje te zijn die ze haar hele leven al had moeten missen. De gelijkenis met mijn cliënte was

heel treffend en ineens verscheen bij beiden een heldere fonkeling in de ogen. De helft van haar kracht was ze verloren op jonge leeftijd, waardoor ze altijd het gevoel had niet voor zichzelf op te kunnen komen. Ik bevestigde haar dat haar zusje in energie bij haar was en haar hielp met haar leven. De schat was duidelijk opgelucht en leek wel verlost. Ik weet dat ze sindsdien wél 'nee' zegt, voor zichzelf opkomt en niet meer gepest wordt.

### MODDERBALLETJE

Ja! Ik heb mezelf dit weekend eens buitengewoon grondig uit mijn comfortzone geduwd. Sportief ben ik wel, maar met mijn artrose ben ik geen held als het op stoere sportevenementen aankomt. En toch heb ik meegedaan. Ik ben door modderpoelen gekropen, door smerige sloten gebaggerd, tegen muren opgeklommen, heb in touwen gehangen en een enorm stuk door open water gezwommen. En ik vond het nog tof ook! Ja, zelfs met modder gooien en begooid worden, was amusant. We hadden teamspirit en hielpen elkaar overal doorheen. Ik had geen schone en droge draad meer aan mijn kleine lijfje... Dus voor alle pest etterbakjes wil ik wel een ('mud')balletje opgooien: 'Verdiep je eerst eens in iemands verhaal voordat je zo met modder gaat gooien en iemands leven verwoest!' Niks geen dure buurthuizen of coole chillplekken voor jullie, maar met je duffe hoofd de natuur in, afzien en door de viezigheid banjeren. Elkáár met modder in het gezicht smijten! De *run* was voor mij een verlossing om te doen en ondanks de pijn in mijn lijf, mijn voet in het verband, geschaafd en gebutst, adviseer ik alle galbakjes om zóiets ook te doen. Want DAT geeft je een goed gevoel en werkt helend!

*Vooraf is publicatie van deze column overigens door de beschreven personen goedgekeurd.*