Als een zandstorm...

Dolgraag wilde de Afrikaanse Tasha Abdou in Nederland aan de Attitudinal Healing facilitatortraining deelnemen. Na twee jaar vergeefs geprobeerd te hebben daarvoor een visum te krijgen besloot Els Thissen hem die training in zijn eigen land, Kameroen, aan te bieden. En dat, bijgestaan door Emilia van Leent.

Annemarie van Unnik

De volledige beschikbaarheid van Els Thissen aan Tasha's wensen, resulteerde in een driedaagse facilitatortraining, het begeleiden van AH-groepen en het geven van diverse workshops, waaronder een in een tehuis voor gehandicapten. En een televisie-optreden op de nationale televisie.
'Toen ik in Kameroen uit het vliegtuig stapte, was het alsof ik mijn benen brandde aan een hete straalkachel. Wat een ongelofelijk hitte. Vervolgens dacht ik: daar ga ik verder geen aandacht aan geven! Ik was daar omdat Tasha Abdou in Nederland de AH-facilitatortraining wilde volgen en geen visum kreeg. Hij werd, in een slechte periode in zijn leven, geraakt door Jampolsky's boek *Liefde is angst laten varen*. Hij was zijn baan kwijt - en vanwege drankmisbruik had zijn vrouw hem buiten de deur gezet. Zwervend over straat viel zijn oog op dat boek. Hij kocht het van zijn laatste geld met het idee: van angst weet ik alles maar van liefde niets. De lessen uit het boek volgend had hij binnen twee maanden weer een baan. En ook van de drank af, mocht hij weer thuiskomen.
De eerste workshop vond plaats in een tehuis voor gehandicapten. We kwamen er binnen en het voelde alsof we werden opgetild. De dag erna kwam een heel clubje van die mensen naar de volgende workshop. Zij hadden de moeite genomen daarvoor te reizen. Wat me opviel bij de vragen die ik hen stelde was, dat het niet uitmaakt in welke omstandigheden je verkeert. Zo was er een man wiens been er was afgereden door een niet verzekerde automobilist. De politie had er niets over op papier gezet en hij kreeg geen enkele schadevergoeding. Daar zat hij enorm mee. Ik vroeg hem "Zou jij liever die chauffeur willen zijn?" Nee, dat wilde hij niet. "Of liever die politieagent?" Nee, ook niet. Ik zei: "Dus heb jij het beste deel van de deal; je hoeft niet die chauffeur te zijn en niet die agent". "Dat klopt!" zei hij - en er verscheen een grote glimlach op zijn gezicht. Een ander voorbeeld. Er was een 30-jarige vrouw met een naar men zei doofstom kind, dat vanwege zeer zwakke, kromme benen in een rolstoel zat. De zorg van de vrouw zat hem in het feit dat als het kind ouder & zwaarder werd, zij hem niet meer kon tillen. Ze huilde bij het idee. Ik zei: "Ik begrijp dat jij dat als een probleem ziet. En wat vind je zoon ervan, is het voor hem een probleem?" Ze keek naar haar werkelijk strálende kind en antwoordde dat het voor *hem* geen probleem was.'

Het spijt me

'In Nederland hebben we er ook mee te maken dat mensen geslagen of verkracht worden. Het trof me dat het lijkt alsof dat in Kameroen vaker gebeurt en normaler gevonden wordt. Alsof het bij het leven hoort dat mensen letsel hebben. Gezondheidszorg is voor velen te duur. En woon je in de bush dan ben je ervan verstoken. Mevrouw Ebun, over wie straks meer, was aan één oog blindgeslagen door haar man. Een arts vertelde dat als zij naar een ziekenhuis had kunnen gaan, ze nu nog zou zien. De een na de andere deelnemer kwam met een verhaal over een lichamelijke beschadiging of handicap. Als oefening verdeelde ik de groep in een binnen- en buitenkring zodat men tegenover elkaar stond. Wat er voor ieder afzonderlijk speelde hoefde niet te worden verteld, dat wist ieder wel voor zichzelf. De oefening was dat ieder tegen degene tegenover hen zei:

"Het spijt me wat je is overkomen in je leven". En dan schoven de deelnemers door naar de volgende persoon en zeiden dit opnieuw. En dat zo'n 15 keer. Door de compassie in die welgemeende woorden kon er heling plaatsvinden. Zodanig, dat de één een boek kon verscheuren en de ander een noot kon kraken.
Een man vertelde de derde dag van de training het volgende verhaal. "Al mijn hele leven houd ik in een boekje bij *wie* mij, wanneer, *wat* heeft aangedaan. Gisteren voelde ik hier zo'n liefde, dat ik het, thuisgekomen, heb verscheurd. Ik wil dat niet langer. Daarna ben ik gaan slapen en ik droomde dat ik in het midden van een plant zat. Die plant, die ze hier de vredesplant noemen, werd groter en groter. Er omheen kwamen er allemaal van die planten bij met daarin de groepsleden van de training". Terwijl hij het vertelde was hij tot tranen toe geroerd en wij ook.

Er waren twee vrouwen voor de facilitatortraining uit Nigeria gekomen. Een van hen, de 80-jarige Ebun, een voormalig ambassadeur voor Nigeria in Mexico, is in haar thuisland begonnen met een centrum voor AH. Zij vertelde diezelfde ochtend: "Nu pas begin ik echt te begrijpen wat Attitudinal Healing voor je kan doen, hoe het je kan raken; de reikwijdte ervan. Gisteren is er in mij een heel oude noot gekraakt. Ik was me er zelfs niet van bewust dat die er was - en het had te maken met mijn jeugd. Nadat die gekraakt was verschenen vannacht in mijn droom alle mensen uit mijn jeugd. Ze kwamen met lachende gezichten naar me toe, in vrede en harmonie. Ik had ze in geen jaren meer gezien en misschien zijn ze al dood. En er is nu vrede gekomen in een situatie van weleer".'

Vrede en eenheid

'Kameroen is een fantastisch land en ik zou er zo kunnen wonen. Bij de mensen die ik ontmoette ligt het hart direct aan de oppervlakte. Er is een groot begrip vanuit het hart - alsof er nauwelijks iets mentaals tussen zit. Zaken vanuit het hart worden onmiddellijk verstaan. Dingen gebeuren en er wordt verder geleefd, zoals kinderen dat doen. Tegelijkertijd is er een gevoeld verlangen naar verandering. "We need a change in attitude" wordt er vaak gezegd. Ophouden met corrupt zijn, met elkaar te slaan, verkrachten, vermoorden, en met stammendenken. De nadruk leggen op sociale klasse, opleidingsniveau, politieke voorkeur en stamverband gaat ten koste van eenheid. Bij AH ligt juist daarop het accent. Iederéén is welkom - en dat heeft de mensen getroffen. De uitnodiging is: Kijk door de buitenkant heen, naar waar we gelijk zijn en één. Tasha zei: "Attitudinal Healing zal zich als een zandstorm over Afrika verspreiden, er is zo'n behoefte aan om het anders te doen". Ook de tv-show waarin AH bij monde van Emilia en Tasha het hoofditem vormden, ging daarover.
Ik heb me enorm welkom gevoeld, geleid en gedragen. Ik hoefde van tevoren niet te weten wat we gingen doen. Tasha haalde ons op, we kwamen ergens aan en gingen aan de slag. Doordat Emilia mijn werk zo goed kent vertaalt zij fantastisch. Op de derde trainingsdag begonnen mensen antwoord te geven voordat er vertaald was. Alsof er door de woorden heen geluisterd werd. We deden oefeningen om mensen dicht bij elkaar te brengen, ongeacht de barrières van bijvoorbeeld sociale klasse. Daardoor leerde men elkaar kennen en werd ontdekt dat iedereen met dezelfde dingen zit. Arm of rijk, man of vrouw, als je geslagen wordt veroorzaakt dat dezelfde pijn. Dat werkelijk begrijpen leidt tot nieuwe vriendschappen en onderlinge behulpzaamheid. We hadden een gouden tijd. Eenmaal thuis kon ik er niets over vertellen, omdat het niet in woorden te pakken was.
Met de vraag "Waar ging dit nu eigenlijk over?" trok ik thuisgekomen een ECIW-citaat uit het kaartenbakje en las: *Zoals God mij naar jou heeft gezonden, zo zal ik jou naar anderen zenden. En ik zal samen met jou tot hen gaan, zodat we aan hen vrede en eenheid kunnen leren* (T8.IV.3:10-11).' ●

VHTH, jrg.5 nr. 3

We hebben geen angst voor wat er is
maar voor de angst zelf.
Ik zou zeggen: laat angst los - of duik erin.

Maria de Wilde