

Jij en ik

Ik wil beginnen met een gedicht van Carel ter Linden.

Jij

*Geen mens heeft ooit gezien
zijn eigen gezicht, jij kent
mij beter dan ikzelf, jouw ogen
doorzien mij, hebben mij gewogen:
Lachspiegeltjes die al mijn doen
bevestigen, ontraden, of gedogen.*

*Jij spiegel, die mijn werkelijkheid
verdubbelt, mijn geweten bent,
die ik ontwijk, aan wie ik hecht,
wie ik mijn leven openleg,
Ik bid je, lief, dat je mij steeds
genadig de waarheid zegt.*

In 1991, ik werkte toen 5 jaar bij Sensor-toen nog de SOS Telefonische Hulpdienst- was ik deelnemer van een congres van IFOTES, de Internationale Federatie van Telefonische Hulpdiensten. Het was een heel inspirerende meeting, 800 vrijwilligers, bestuursleden en professionals, van over de hele wereld waren in Noorwijckerhout bijeen rond het thema: **Ontmoeting**. Ik herinner mij nog heel goed de lezing van een Zwitserse psychotherapeute over de joodse filosoof Martin Buber. Buber zegt: de werkelijke ontmoeting tussen twee mensen vindt plaats wanneer er sprake is van een **Ik** en een **Jij**: de ander is niet een object (een Het, een geval) maar een subject (een Jij) en ik op mijn beurt ben subject voor de ander. Carel ter Linden heeft ongetwijfeld dit **Jij** van Buber voor ogen gehad toen hij dit gedicht schreef.

Het eerste couplet begint met een constatering: *geen mens heeft ooit gezien zijn eigen gezicht*: alleen via een ander ken ik mezelf. Wie de *Jij* is blijft open: het is de overkant, partner, gesprekspartner, ouder, kind, ik kan het ook zelf zijn, Ook zou je God of Allah kunnen invullen.

Laten we in dit verband zeggen dat de **Jij een vrijwilliger** van Sensor is: *jij kent mij beter dan ikzelf*, Laten we zeggen **dat de ik de beller** is. *Jouw ogen doorzien mij*, ik wil hier aan toe voegen jouw **oren** “doorhoren” mij. Dat is voor de beller een bedreigende gedachte dat je *doorzien* wordt en *gewogen*, de maat genomen: ben ik niet dom of vreemd, hoe zal die ander mij vinden? Kortom het is een hele stap om te

bellen. Maar goddank de beller ontmoet *lachspiegeltjes*, er is openheid en ruimte: de oren van de vrijwilliger zullen al zijn doen *bevestigen*, *ontraden*, of *gedogen*. Daarmee houdt de vrijwilliger de beller een lachspiegel voor. Dat is niet hetzelfde als alleen maar spiegelen, weerkaatsen of papagaaien. Een lachspiegel geeft de beller een ander perspectief met een knipoog.

Het tweede vers sluit hierop aan: *Jij spiegel, die mijn werkelijkheid verdubbelt*: vrijwilliger en beller zijn beide mensen van vlees en bloed, met dezelfde gevoelens van pijn, verdriet en vreugde, woede en angst, een evenknie, kunnen soms zielsverwanten zijn, ik en jij worden dan wij. *Mijn geweten bent*: het gesprek stemt soms tot nadenken, *die ik ontwijk*: hoeveel moeite kost het niet om met datgene te komen waar het echt om gaan, liever ervan weglopen, *aan wie ik hecht*: bellers kunnen zich soms aan je vastklampen, ook de vrijwilliger vindt het niet altijd makkelijk de beller los te laten, het gesprek kan soms heel lang duren. *Wie ik mijn leven openleg*....juist in een anoniem telefoongesprek durft de beller de ander deelgenoot te maken van zijn eigen leven. En dan komt het verzoek, sterker, de bede: *ik bid je lief dat je mij steeds genadig de waarheid zegt*.

Die bede is mijns inziens de opdracht of sterker de missie van Sensor: liefdevol en genadig de waarheid zeggen. De *waarheid zeggen* betekent: met echte aandacht luisteren, alert feed back geven, transparant en kritisch zijn, begrenzen, soms confronteren, nee zeggen, en soms ook: het gesprek niet willen voeren. Wat is dan: **Genadig de waarheid zeggen?**: Ik heb mij laten vertellen dat het jiddische woord gein is afgeleid van het hebreeuwse woord voor genade. Genade heeft dus te maken met humor, een kwinkslag, de knipoog, ruimte, lucht. Het is het tegenovergestelde van ongenadig de waarheid zeggen: daar is geen speld tussen te krijgen, dat is hard, fanatiek en liefdeloos. Genadig de waarheid zeggen daar oefenen we ons in met vallen en opstaan in de trainingen, in de vergaderingen, in onderling contact, aan de telefoon en in de chat- en e mail contacten

Ik heb nog even respijt, maar begin januari ga ik definitief met pensioen. Ik kan me daar nog niet echt een voorstelling van maken. Wel zal het af en toe leeg en stil zijn en zal ik het werk zeker missen. Ik stel me zo voor: half maart het huis is opgeruimd, het is maandagmorgen 11.00 uur de koffie is op, de krant is gelezen, de sudoku en kruiswoordpuzzel gemaakt, ik kijk tegen een lege dag aan en dan.... Ik heb behoefte aan een JIJ, een "overkant" en...ik waag de sprong.

Ik bel Sensor.

Wat – of liever - wie kan ik verwachten die maandagmorgen?

Een vijftal fictieve vrijwilligers laat ik de revue passeren: iedere overeenkomst met de werkelijkheid berust op toeval.

Ikzelf ben in de voorbeelden een anonieme beller die Sensor niet kent.

- Vrijwilliger A. is een vrouw van midden 50, kinderen de deur uit. Ze heeft bij Sensor een zinvolle tijdsbesteding gevonden. Wanneer ze mijn verhaal hoort denkt ze onmiddellijk: dit werk is ook geknipt voor deze belster. (Immers wat jezelf voldoening schenkt, gun je een ander ook). Dus we komen als vanzelf op

vrijwilligerswerk en ze vertelt heel enthousiast over Sensoor, ze geeft de website door en zegt nog: doen hoor! Die aanmoediging heb ik helemaal niet nodig, ik wil ook bij die club horen en meld me onmiddellijk aan en kan bijna niet wachten tot ik word uitgenodigd voor een gesprek.

Voor mij is zij de *“jij aan wie ik hecht”*.

- Vrijwilliger B: is een vrouw van 27 jaar, ze is HBO stagiaire maatschappelijk werk. Ze hebben op de opleiding de afgelopen week uitvoerig stilgestaan bij het thema Verlies en Rouw. Ze legt me geduldig uit dat er sprake is van een rouwproces en dat leegte en gemis daar bij horen. Ook zegt ze dat ik mezelf best mag toestaan me af en toe te vervelen en dat ik de leegte niet te snel op moet opvullen. Ik merk dat ze me voor vol aanziet en mijn probleem serieus neemt.

Ik word liefdevol gewogen en bevestigd.

- Vrijwilliger C: is een man van begin 40, drukke baan, jong gezin. Hij heeft zich per abuis maandagmorgen i.p.v. zondagmorgen ingeroosterd. Omdat hij niet kon ruilen, heeft hij maar een vrije dag genomen: Zijn vrouw was vanochtend woedend: “een vrije dag nemen om vrijwilligerswerk te doen, neem liever een vrije dag om eens met je kinderen uit te gaan”, had ze hem toegeroepen. Balend en enigzins schuldbewust zit hij bij de telefoon en dan bel ik met de mededeling dat ik tijd teveel heb, me verveel en tegen een lege dag aankijk... Hij heeft de neiging mij te zeggen: “ga eens een dagje met mijn kinderen uit!” maar dat kan hij nog op tijd binnen houden. Wel slaakt hij een onhoorbare zucht en zegt plichtmatig: “Wat vervelend voor u”, meer empathie kan hij op dat moment niet opbrengen. Het gesprek duurt nog geen 5 minuten. Ik denk: typisch een jonge man, vindt mijn probleem niet interessant. Maar... wat zeur ik ook, dit is een luxe probleem, niets in vergelijking met het wereldleed, dat ik vanmorgen in de krant las!

Hij gedooft me en het effect is dat hij mijn geweten word.

- Vrijwilliger D: een vrouw van 68 jaar, die al minstens 10 jaar bij Sensoor werkt en nog steeds de kunst verstaat van bijna ieder gesprek een feestje te maken. Het wordt een echte bavardage, een zinvolle babbel van vrouw tot vrouw. We nemen na een kwartier lachend afscheid. Mijn dag kan niet meer stuk.

Ze is de spiegel die mijn werkelijkheid verdubbelt

- Vrijwilliger E: is een man van eind 50 met een filosofische inslag. Hij heeft net het boek van Joke Hermsen: “Stil de tijd” gelezen en we hebben een lang gesprek over het verschil in kloktijd en innerlijke tijd. We bespreken het belang van rust, verveling, aandacht en wachten; allemaal belangrijke voorwaarden voor het denken en de creativiteit.....Op een gegeven moment zeg ik : “ik neem wel veel van u tijd”, waarop hij zegt: “de tijd is van ons: wij hebben niet alleen tijd, wij zijn tijd”. Ik mijmer nog de hele dag na over dit gesprek. Mezelf kennende denk ik dat hier de dichtregel: *“bij wie ik mijn leven openleg”* van toepassing kan zijn.

Vijf ontmoetingen met vrijwilligers die mij op verschillende manieren in de spiegel laten kijken.

Vrijwilligers moeten na ieder gesprek zelf in de spiegel kijken:

“Evaluatie” staat er op het gespreksformulier: hoe vond je het gesprek, hoe was je aanpak etc....

Ze voeren dan een kort gesprek met zichzelf, Ze zijn zowel Jij als Ik.
Het is een kunst, die veel oefening vraagt, om jezelf genadig de waarheid te zeggen.

Tot slot.

24 jaar ben ik in dienst geweest bij de SOS Telefonische Hulpdienst /Sensoor.

Er zijn in de 24 jaar ook ongenadige momenten en perioden geweest:

Dat is zeker waar.

Enige tijd geleden kreeg de staf de vraag voorgelegd:

" wat maakt dat je dit werk zolang volhoudt?"

In mijn antwoord daarop schreef ik onder andere:

1. de functie van Sensor in de samenleving – altijd, anoniem, aandachtig gehoor op afstand - dat vind ik nog steeds geweldig belangrijk
2. Vrijwilligers zijn per definitie gemotiveerde mensen, ontbreekt de motivatie dan vertrekken ze. De vrijwilligers bij ons zijn enthousiast, leergierig en gemotiveerd; ik vind het een groot voorrecht om met hen te werken.

Ik wil er hier een 3^e punt aan toevoegen: **de gein op de werkplek**

Dat is:

de kwinkslag waardoor ineens tussen de wolken de zon doorbreekt,

de pret die we beleefden tijdens de weekenden en daarbuiten

de geestig geschreven gespreksverslagen

de knipoog van een collega, als het moeilijk is

de waarheid die we delen dat er niet 1 waarheid is

de ruimte om eigen talenten te ontwikkelen

de lucht die opklaart door even afstand te nemen van elkaar

de lichtspiegel, die mij ook nu weer is voorgehouden,

de humor, op alle fronten, ook aan de telefoon én

de creativiteit waarmee een feest als dit wordt gevierd

Het is die gein – zo je wilt genade – waardoor ik dit werk niet alleen zolang heb volgehouden, maar ook met heel veel plezier al die jaren heb gedaan!

Marijke van Essen is 24 jaar lang, tot en met december 2010, werkzaam geweest bij Sensor ZHm als trainster/begeleidster. Op haar afscheidsfeest, 24 september 2010, hield zij deze speech voor vrienden, familie, vrijwilligers en collega's.