

## De clown in onszelf: Een dag waarin ik mijzelf ontmoette.

Ik reed naar huis met tranen in mijn ogen. Niet van verdriet, maar van een ontroering die diep in mijn binnenste was aangeraakt. De dag had De beleefclown als tool binnen de zorg als titel, maar wat ik ervaren heb, gaat veel verder dan een werkinstrument. Het was een dag waarin ik, samen met elf andere deelnemers en inspirator Bart van Barts huis op een reis ging naar de kern van verbinding: kwetsbaarheid, authenticiteit en de moed om te falen.



De ochtend begon met luisteren. Naar elkaar, naar de theorie, naar de bedoeling van de beleefclown. Maar al snel werden we uitgenodigd om niet met ons hoofd, maar met ons lijf en ons hart deel te nemen. Bart begeleidde ons zachtjes de ruimte in, en toen klonk 'Dans met mij' van Harry van den Berghe. Terwijl de muziek ons omarmde, liep Bart tussen ons in. Met een simpele jongleerdoekjes maakte hij contact... een zachte aanraking, een gedeeld moment. Daar, in die eenvoud, werd de eerste laag van mijn pantser zachtjes losgepeuterd.

De dag zat vol met zulke paradoxale momenten van eenvoud en diepgang. We vertelden over ons ontbijt, een ogenschijnlijk alledaags onderwerp. Maar toen Liesje vertelde dat ze normaal geen ontbijter is, maar het deze ochtend wel deed omdat haar kinderen in de examens zaten, schetste ze hoe haar zoon met zijn kap op aan tafel zat, met chocoladepasta aan zijn kap en hoe zijn zus hem daarop aansprak, wat hem even licht geagiteerd maakte. In dat kleine, herkenbare verhaal zag ik geen cursist, maar een moeder die in de weerbarstigheid van het leven probeert te verbinden. De magie van de beleefclown is dat ze het alledaagse omtovert tot iets bijzonders, zonder dat het geforceerd is.

We bespraken casussen, we deden 'filoukes', en stap voor stap werden we uitgenodigd om 'in de schoenen van de beleefclown' te gaan staan. Toen kwam het moment dat we allemaal een rode neus opzetten. Dat kleine stukje rood plastic, symbool voor de clown. Maar wat er gebeurde, was geen verkleedpartijtje. Integendeel. Sarita, die van nature al een speelse ondeugendheid uitstraalt, bloeide op tot de belichaming van speelsheid. Hilde, die ik als timide had ervaren, liet een stille, ontroerende kracht zien. Ze stond daar, zo puur, zo dicht bij zichzelf, dat ik ongemerkt een kleine traan wegpinkte. Het greep me naar de keel om te zien hoe ieder van ons zijn eigen, unieke clown mocht ontdekken. Een clown die geen typetje is, maar een pure, onbeschermd versie van jezelf. De rode neus was geen masker; hij legde juist bloot.

Toen was ik aan de beurt. Ik stond daar, zonder schuilplaats, en werd me pijnlijk bewust van mijn eigen kwetsbaarheid. Er was geen sprake van een toneelstukje. Het was puur. Philip toonde zijn allergrootste schat, een helm, en ik hield mijn sjaal vast, die in dat moment mijn meest kostbare bezit werd. We keken elkaar aan, zonder woorden, en er ontstond iets. Een wederzijdse erkenning, een diep contact dat alle uitleg overstijgt. De rode neus was er, maar hij was niet nodig om de clown te laten zien. De clown was er al, in mijn durf om daar te staan, in mijn falen, in mijn schaamte, in mijn onverwachte kracht.

Wat mij het meest raakte, was de kracht van geloven. Van belief, zoals Bart het in de syllabus schrijft: "Ik belief de ander op het moment dat ik vanuit mijn clown beweeg." Het is de kunst om de ander niet te zien als een zorgvrager met een beperking, maar als een mens in zijn volle, kwetsbare pracht. Het is de ander in zijn kracht zetten door hem of haar te zien, te erkennen, en mee te

bewegen met wat er is, zonder oordeel. Het is contact maken zonder woorden, waar een gedeelde blik, een aanraking, of een gezamenlijk moment van verwondering meer zegt dan een heel gesprek.

Die dag leerde ik dat de beleefclown geen tool is die je uitschakelt na je werk. Het is een grondhouding, een manier van in het leven staan. De tools die we meekregen... 'spiegelen, basale stimulatie, neuriën, improvisatie' zijn niet langer technieken, maar verlengstukken van een open houding. Ze zijn de handreikingen naar een ander wanneer woorden tekortschieten.

De muziekkeuze van die dag had me al meermaals geraakt, maar toen 'Ik heb een steen verlegd' van Bram Vermeulen klonk, brak er iets open. Het nummer is voor mij verbonden aan een diep emotionele gebeurtenis uit mijn verleden. Gleed er een traan langs mijn wang.

Ga ik mij nu als beleefclown verdiepen? Een rode neus opzetten? Ik heb hem opgehad, en ik zal hem wellicht nog wel eens opzetten. Maar het gaat niet om de neus. Het gaat om de houding die hij symboliseert. Ik ga voortaan niet langer alleen vanuit mijn hoofd, maar ook vanuit mijn lijf en mijn hart in verbinding gaan. Ik ga proberen niet te veel te willen oplossen, maar eerst te zijn, echt aanwezig te zijn. Dit nog meer. Ik ga de kracht van vertragen omarmen, de schoonheid van het onvolmaakte vieren, en de moed vinden om mezelf te laten zien, precies zoals ik ben.

De beleefclown als tool in de zorg? Raad ik het je aan om ook te volgen. Ja, absoluut. Maar voor mij is het veel meer dan dat. Het is een uitnodiging om weer mens te zijn. Niet de perfecte zorgverlener, maar een kwetsbare, lachende, ontroerde medemens die bereid is om, samen met de ander, de schoonheid van het hier en nu te ontdekken. Ik reed naar huis met tranen in mijn ogen, maar ook met een hart vol verwondering en een ziel die weer een beetje dichterbij zichzelf mocht komen.

Bedankt Bart, maar ook dankje aan Hilde, Dominique, Philip, Liesje, Marleen, Joke, Sarita, Nancy, Peggy, Hilde, Sandra en Marleen wat zijn elk van jullie bijzonder mooie authentieke mensen.

© Karen