

Dagboek van de ziel

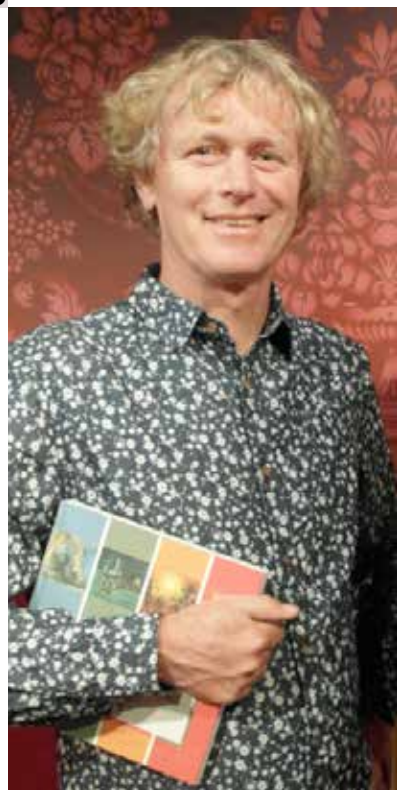
Bertie Hendriks (63), mededirecteur en opleider bij het ITIP (School voor leven en werk), schreef vorig jaar een werkelijk prachtig boek over de zeven levensfasen, dat de titel 'Dagboek van de Ziel' kreeg'. Rob Heiligers las en recenseerde het voor BewustZijn Online. Hij was er zo enthousiast over dat hij Bertie wilde ontmoeten. En zo geschiedde.

Al gauw nadat ik me heb geïnstalleerd in de aangename werkkamer van Bertie Hendriks, blijken er een paar overeenkomsten tussen hem en mij te zijn. Ooit waren we fanatieke topsport-tafeltennissers. Ooit vonden we de Ajax-voorhoede Swart/Cruijff/Keizer toch wel het allermooiste voetbal van de wereld spelen. En ooit inspireerden wij als theatermaker/dramadocent anderen om stralend op een toneelpodium te staan. Deze inleidende ontboezemingen zetten een zodanige toon dat ik besluit het interview maar te beginnen met het gloedvol voordragen van de recensie van Bertie's intrigerende boek 'Dagboek van de Ziel'; de reden van mijn komst naar Utrecht. Bertie hoort zijn loflied glunderend aan: 'Dit is wel heel fijn om te horen. Ik ben de middelste van dertien kinderen, dus de aandacht werd zacht gezegd flink verdeeld. Dat ik nu even helemaal alleen van gewoon naar bijzonder opgetild mag worden? Ja graag! Dank je wel. Ik wilde met mijn boek wat ik zelf als een geschenk ervaren had in mijn leven nu als een geschenk aan anderen doorgeven. Mooi dat je het ook zo ziet.'

Bèta-tic

'Zoals gezegd kom ik uit een groot gezin. Net als vier andere broers bleek ook ik met een bèta-tic behept en ik ging net als zij wis- of natuurkunde studeren. De 'moeilijkste en mooiste' wetenschappelijke vakken die er bestaan. Alleen zag ik mezelf niet in een donker hol op de universiteit eindigen, dus ben ik gaan lesgeven op de allerleukste school van Nederland: het Haags Montessori Lyceum. Grappig detail, op de eerste de beste ouderavond kwamen als eerste ouders de toenmalige minister van Onderwijs en zijn vrouw mij spreken over hun kind.

Mijn moeder was een ongelooflijk nieuwsgierige en onafhankelijke vrouw. Het zal bij die tijd gehoord hebben dat zij alle aandacht aan haar gezin gaf. Ze had makkelijk carrière kunnen maken in wat zij zelf maar wilde. Elk kind kreeg de duidelijke boodschap: doe echt wat jij wilt. Een van



Bertie Hendriks

Meer informatie:

www.itip.nl

www.dagboekvandeziel.nl

mijn zussen deed een docent drama opleiding en zo raakte ik ook geïnteresseerd in theater maken. Op dat lyceum heb ik paar schitterende producties met jongeren gemaakt. Steeds was mijn insteek te vragen wat ze zelf wilden spelen, en dan kwamen ze vaak met een 'verboden' kant van zichzelf die in het dagelijks leven minder kans kreeg. Ik regisseerde al die elementen binnen een door mij bedachte verhaalstructuur. Stonden er meer dan vijftig jongeren de show te stelen! Mede dankzij dit soort ervaringen heb ik veel inzicht gekregen in de menselijke schaduwkanten. Dat heeft zeker bijgedragen aan mijn boek'.

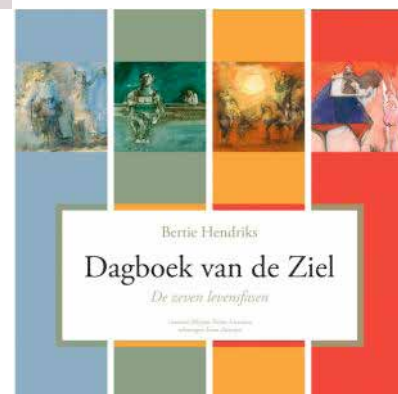
Archetypes

Het lijkt duidelijk, Bertie Hendriks houdt van verhalen. Sterker nog, ze vormen de belangrijkste voedingsbron voor zijn boek. Archetypische verhalen vooral, want die raken aan wat voor ons mensen collectief belangrijk is. Zowel jonge als oudere lezers ervaren daardoor een zekere herkenning: van een 19-jarige die plots inzicht krijgt in zichzelf en in wat zijn ouders of grootouders heeft bezield tot de 65-jarige die het boek aan zijn eigen bejaarde ouders geeft. Op die manier kunnen er gesprekken ontstaan en heb je een handvat om naar je eigen of elkaars leven te kijken. 'Dagboek van de Ziel' is als een reis langs de verschillende levensfasen: geboorte, kind, jongere, volwassene, oudere, dood. De laatste en zevende fase is de 'Lege Ruimte', waarin het mysterie van het leven wordt benoemd en geëerd.'

Het getal zeven

'Mijn 'voordenken' voor dit boek begon al vijftien jaar geleden, maar in 2011 ben ik er echt voor gegaan. Op een van mijn reizen naar Kameroen heb ik in twee weken bijna alles eruit geknald. Toen duurde het toch nog drie jaar voor het helemaal klaar was. Het getal zeven, toch een soort oergetal, was belangrijk uitgangspunt. In Genesis schiep God de wereld in zeven dagen, een week heeft zeven dagen, er zijn de zeven wereldwonderen. In de oosterse psychologie spreken ze van de zeven chakra's. Het kruinchakra zou je kunnen zien als verbinding met wat ik de 'Lege Ruimte' noem, het wortelchakra met geboorte.

In het boek sta ik stil bij de zeven verschillende levensfasen en ontdek je als lezer hoe de levenskracht uit deze perioden je huidige bestaan kunnen verlichten. En ook hoe ze je helpen je toekomst met vertrouwen tegemoet te treden. Als kind speel je in en met de wereld om je heen. Je bezit het vermogen helemaal in het moment te zijn, waardoor je leven steeds weer



Jong of oud,
het is nooit te laat
om je de wijsheid
van de levensfasen
eigen te maken.

Dagboek van de Ziel is een intieme ontdekkingsreis door zeven levensfasen: geboorte, kind, jongere, volwassene, oudere, dood en 'de Lege Ruimte'. Dit boek neemt je per fase mee langs de geschenken en opgaven van het leven.

opnieuw begint. Als jongere zoek je het avontuur. Met moed en roekeloosheid betreed je de wereld van het onbekende. Als volwassene neem je met hart en ziel jouw plek in de samenleving in en als oudere laat je steeds meer los en leef je je wijsheid.'

Doornroosje

'Tegelijkertijd zijn er ervaringen van pijn en afwijzing die tijdens deze levensfasen je ontwikkeling kunnen beperken. Door met mildheid en begrip stil te staan bij deze verschillende fasen komt er levensenergie vrij, zicht op nieuwe kansen. Het is een blij makend gegeven dat het licht en de wijsheid van je ziel niet onomkeerbaar verdwijnt. Zij sluimert in je, als Doornroosje die gewekt wil worden.

Eerst wilde ik het proces van persoonlijke groei zelf ook nog uitgebreid indelen volgens de sequentie van de levensfasen. Iemand loopt ergens tegenaan in het leven, en besluit naar zichzelf te gaan kijken. Hier ligt een nieuwe geboorte zou je kunnen zeggen. In de kindfase wil je dan onderdrukte gevoelens vormgeven. Als jongere wil je buiten grenzen gaan, schaduwen onderzoeken, je uitleven. Als volwassene zoek je naar toepassingen in eigen leven. Als oudere zie je de betrekkelijkheid van de maakbaarheid van het proces. En bij de dood merk je dat overgave aan het leven het enige echte antwoord is. Cirkel rond. Maar dit diepgaand uitwerken voor iedere levensfase bleek toch te ingewikkeld voor mijn boek.

'Verhaal' vind ik een mooie metafoor voor iemands leven. Jij leeft je eigen mythe. Wie is de hoofdpersoon, wie zijn bijfiguren in jouw levensverhaal? Wat wil je dat meedoet in jouw verhaal? Hier kun je invloed op uitoefenen. Zo gaf ik laatst op het ITIP een opdracht tijdens een dromenworkshop: verzin een mooi eind aan je eigen droom. Dat gaf veel lucht en hilariteit, er kwam beweging in het verhaal van de deelnemers. Bovendien konden ze zo de regie nemen.'

Mee-resoneren

'Als natuurkundige kan ik goed structureren. Mijn grootste trots met betrekking tot het boek is dat ik het echt 'rond' heb weten te krijgen. Alles in een schema heb weten te passen, in een model met vele lagen waarin de lezer kan mee-resoneren. Het gaat niet alleen om begrijpen, om intellect. In de illustraties, verhalen, gedichten en in voorbeelden uit de wereldliteratuur komt mijn theatrale kant aan bod, en het ervaren van schoonheid. Ook heb ik meditatie verwerkt in het eind van elke fase. Zo heeft mijn

verbondenheid met boeddhisme vorm gekregen.'

Via de dochter van kunstenaar Frans Zwartjes stuitte Bertie op een schatkist vol tekeningen waar nooit iets mee gedaan was. Hij mocht grasduinen en vond vele schitterende illustraties. 'Alles is heel mooi afgedrukt, Frans vindt het er fantastisch uitzien. Co-auteur Miriam Tirion-Ietswaart heeft een belangrijke rol gespeeld in het maakproces van het boek. 'Miriam gaf eerst vooral feedback, later ging ze ook meeschrijven. Dat was best een moeilijk punt, want het is toch mijn boek, de geboorte komt uit mij. Toch is haar aandeel essentieel. Zij heeft vooral goed gesneden en opgeschoond. En hier en daar mildheid gebracht in mijn wat al te stellige formuleringen. Ook voorbeelden komen van haar. Uiteindelijk raakte alles vervlochten en is het boek van ons samen. Gelukkig kan ik goed inbreng van anderen integreren. Zo heb ik eens een 17-jarige dichteres horen voordragen uit eigen werk. Dat vond ik zo mooi dat ik deze Hanna Koppenaal gevraagd heb bij elke levensfase een inleidend gedicht te maken. Die kregen een plaats in het boek. Een prachtige bijdrage!

Eigenlijk ben ik geen schrijver, in die zin blijf ik toch wat wiskundig aangelegd. Over elke zin ga ik nadenken. Klopt dit wel? En dan is schrijven best een zwaar geworstel. Ik zal ook zeker niet snel een tweede boek schrijven. Alles wat ik wil zeggen, mijn hele levenservaring, zit hierin verwerkt.'

We nemen hartelijk afscheid van elkaar. Bertie Hendriks gaat inpakken voor alweer een reis naar Kameroen, waar hij sinds enige jaren jonge ondernemers helpt bij het verwezenlijken van hun dromen. 'Nu aangekomen in mijn levensfase als 'oudere' denk ik na mijn werk bij het ITIP nog vaak naar Afrika te gaan. Ontwikkeling vind ik het mooiste, meest basale en meest sprankelende woord voor wat leven is. Door onze ontwikkeling als mens bewust ter hand te nemen, kan de beleving van wie wij zijn en de betekenis die wij hebben voor anderen steeds meer diepte krijgen.' <<

Tekst: Rob Heiligers