

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Professie & Persoon

Roest rust op oude beelden

Interview met Monika Joras

Jasmien Peeters & Jan Meerdinkveldboom

Bij het uitschrijven van dit interview trekt de aarde, zoals elke zomer, door de Perseïden-meteoreenzwerm, een wolk van stofdeeltjes. Op mijn rug op het nog warme asfalt tel ik 's nachts vallende sterren en wens ik dat dit een bijdrage wordt die Monika Joras recht doet. Ze schrijft over zichzelf (Joras, 2023): 'Als een stofje as dat [...] opgedwarreld is, waar soms licht doorheen valt dat voor sommige mensen zichtbaar wordt, zo ervaar ik mezelf.' Ik zet David Bowie luid: 'We know Major Tom's a junkie, strung out in heaven's high, hitting an all-time low.' Ik zoek het even op: een zondagskind, maar geboren op een maandag. Witte krulletjes. Ze is niet groot, op haar manier wel groots, straalt iets uit: krachtige sereniteit. Bescheiden ook, ze wilde deze Professie & Persoon graag doorgeven aan collega Anneke van Steenberghe-Postma: 'Ze is van onschatbare waarde geweest voor de gezinstherapie en heeft nog opleiding van Minuchin ontvangen.' Mijn collega-redacteur Jan Meerdinkveldboom en ik laten haar niet los en wandelen (fluks, Jan is snel) van het station door het prachtige Haarlem richting een oude zeventiende-eeuwse watermolen. Monika Joras woont daar in een bocht. We ontwijken omgevallen bomen. De stormen van het leven deden hier hun werk. De voordeur zwaait hartelijk open. Een kop thee (ceylon), een blik met amandelkoekjes, een lichte Duitse tongval. Aankomen. Op de zonnige veranda hangt de fijne warmte van Joras en Ton Jongerius, haar man. Een intellectuele gezelligheid in een doorleefd interieur. Joras woont er al 46 jaar, genietend van de zon en het werkelijk prachtige uitzicht op de vijver, de molen en het weiland van de Schoterveenpolder. Ik kom ogen tekort. Ze blijven binnen gulzig haken aan de boeken en vallen op onder andere Hannah Arendt, Wisława Szymborska, Nelson Mandela en Roberto Assagioli. ook op de boeken van zowat alle grote religieuze en spirituele tradities. Hier kan ik gerust een paar weken verblijven zonder me te vervelen. Joras ziet het met liefdevolle arendsblik, weinig ontgaat haar. Ze vertelt over de Gaura, een plant

Roest rust op oude beelden

in haar tuin, met een sterke steel en een fragiele bloem. ‘Als ik eens verdrietig ben, ga ik ervoor zitten en kijk ik ernaar.’

Monika Joras (namen met klankrijmen zijn de mooiste) is geboren in 1941 in Oberwesel aan de Rijn, Duitsland (het is daar prachtig volgens Joras, denk: Unesco erfgoed). In 1970 is ze getrouwd met Ton Jongerius (‘We zijn al vijftig jaar een heel goed team’), studeerde geneeskunde in Nijmegen en deed daar haar artsexamen in 1975. Ze werkte als psychiater, systeemtherapeut, opleider en supervisor in multidisciplinair dagbehandelingscentrum Dercksen. Er was veel werk, handen uit de mouwen. Na haar pensionering werkte ze nog vele jaren als vertrouwenspersoon en als leertherapeut voor de Nederlandse Vereniging voor Gezins- en Relatietherapie (NVRG). Ze leidde in Nederland en in Roemenië gezinstherapeuten en leertherapeuten op. In 2017 schreef ze, als afronding van haar werk, het boek *Leertherapie op de agenda*.

Na de thee zetten we een lieveheersbeestje buiten. Dan gaan we een steile trap op – in de traphal hangen schilderijen die ze maakte – naar de studieruimte helemaal boven, waar we met Joras de dialoog voeren waar ze zo van houdt, naar streeft. Ze vertelt hoe leven en werken zich verweefden. Het ene verhaal opent andere verhalen. Mijn geluidsrecorder heeft bij het beluisteren de optie ‘stiltes overslaan’. Dat doe ik niet, de stiltes die vallen zijn erg prettig. Ze schrijft sinds haar pensionering zowat dagelijks over haar gedachten en gevoelens. Ook dit gedicht dat bij de stofdeeltjes van de komeet Swift-Tuttle past:

Sterrenstof
dwarrelen en zweven
draaien in het licht
blijven wij het stof
waaruit de sterren zijn
geweven

mensenhart
gaat kloppen als het stof
zich gaat begeven in
een ziel die openstaat
voor avontuur van leven

Ze vertelt: ‘Ik ben een arbeiderskind. Mijn vader was timmerman, mijn moeder huisvrouw. Mijn moeder was heel ruimdenkend, diepmenselijk, ze had een open geest. Ik ben in de eerste plaats uit mijn moeder geboren

als mens. Ik was een traag, sensitief en bedachtzaam kind. Mensen vertelden me, toen al, spontaan hun verhaal, ik straalde een soort van natuurlijke wijsheid en verbinding met oudere kennis uit. Dat is een geschenk.' Ze maakt een eenvoudig krachtig gebaar dat ze tijdens het gesprek vaak zal herhalen: armen geopend, handpalmen naar voor en open naar boven, voor de dingen die haar toevielen. 'Ik weigerde hokjes, speelde toch met de protestantse kinderen, ook al werd dat eigenlijk niet gedaan, werd dat afgekeurd. Menselijkheid was toen denk ik al de basis van mijn bestaan. Ik reflecteerde al vroeg, kon bij de ander laten wat bij de ander hoorde. Ik herinner me nog dat mijn grootvader een keer de opmerking maakte: "Monika is wel een heel bijzonder kind." Ik ben geboren in een periode dat er enorm veel armoede was in Duitsland. Het moreel was op een dieptepunt. De gevolgen van de oorlog waren intens. We woonden met zijn vijven, ik heb twee jongere zussen, een tweeling, in een huis met twee kamers. Toen ik 4 jaar was, kreeg ik roodvonk, een ziekte die vroeger ernstig was: de bacterie vergiftigt je bloed. Mijn moeder werkte als toegewijde huishoudhulp in een artsengezin. Die man, een hele liefdevolle mens, heeft zich over mij ontfermd en heeft me toen tijdens de oorlog in zijn ziekenhuis opgenomen. Ik was bijna dood. Met een bloedtransfusie van zijn eigen bloed heeft hij mijn leven gered. Die ingrijpende levenservaring heeft een diep spoor getrokken. Waardoor ik ben zoals ik ben. En dat is onveranderd aanwezig gebleven, is alleen maar verdiept en gegroeid. Misschien geen toeval dat ik later zelf ook arts ben geworden. De medische opleiding versterkte mijn intuïtieve systeemdenken. Ons lichaam is een wonderlijk systeem, in een groter geheel.' In haar boek over leertherapie schrijft ze: 'Vaak is de natuur een belangrijke bron van bewustwording. Voor mij spreekt het menselijke lichaam als prachtig natuurlijk systeem een taal die wij kunnen verstaan. Alle cellen die wederzijdse afhankelijkheid paren aan gelijkwaardigheid kunnen ons verder helpen in het begrijpen van de gelijkwaardigheid van mensen onderling.'

'Op de lagere school behoorde ik bij de besten van de klas. Een lerares zag wat ik in me had en moedigde me aan. Als kind wilde ik mijn steentje bijdragen aan het budget van het gezin en bracht ik een krantje rond van een missiecongregatie, de Congregatie van de Dienaressen van de Heilige Geest. Mijn moeder en ik vonden een kleine advertentie voor een gymnasium in het dorpje Steyl in Nederland voor Duitse meisjes die missiezuster wilden worden. Ik voelde dat ik ernaartoe moest. Het was net betaalbaar, al ging mijn moeder 's nachts in een jamfabriek werken om het mogelijk te maken voor mij. Ik zat er op internaat tot aan mijn eindexamen en ik had er de mooiste tijd van mijn leven, met meisjes en vrou-

Roest rust op oude beelden

wen van over heel de wereld, allemaal vrije intellectuele geesten. Zusters kwamen terug met hun verhalen. Ons mens-zijn verbond ons met elkaar. Ik kon er al mijn talenten ontwikkelen, zoals theater, viool, zang en schilderen. Er was een grote vrijheid om te groeien. Ik kreeg een beurs om in Bonn te gaan studeren. Ik heb dat niet gedaan, dat had met mijn zelfvertrouwen als jonge vrouw te maken. In die naoorlogse periode was het patriarchaat (een maatschappijvorm waarin mannen de dominante rol hebben) nog erg bepalend en het moreel van de bevolking was op een dieptepunt, dat kon ik al zien als kind. Dat patriarchale mannen zo met kinderen en vrouwen omgaan geeft je toch het idee minderwaardig te zijn als vrouw en misbruikt te worden. Ook al kon ik het bij de ander laten, dan deed het toch zeer omdat ik de mens wil ontmoeten op ooghoogte, verschillend en gelijkwaardig. Dat is altijd mijn leidraad geweest. Ik heb er als jonge vrouw voor gekozen om in het klooster te gaan als novice. Dat was een goede leerschool: studeren, kippenhokken schoonmaken, bidden. Toen ik de stilte van het mediteren indook in het klooster leerde ik mezelf nog beter kennen in mijn kwetsbaarheid en kracht, mijn mogelijkheden en beperkingen. Als zuster mocht ik medicijnen gaan studeren, ik vond dat heerlijk, daar ben ik nóg meer een systeemdenker geworden. Met een blauwe sluier en een blauwe jurk trok ik naar de universiteit van Nijmegen. De congregatie wilde dat ik anesthesist werd in hun ziekenhuis in Kerkrade. Maar een bestemming die vastlag en ik niet zelf had bepaald, bracht me bij een zelfvertrouwen om het noviciaat te beëindigen. Een vrouw die in me geloofde, een mecenas, steunde me financieel en ik maakte mijn studie als arts af. In 1970 leerde ik mijn man Ton kennen, hij studeerde theologie. We zijn in autonomie verbonden. We hebben heel bewust geen eigen biologische kinderen, omdat we veel kinderen hebben. We waren professioneel ook allebei zo geëngageerd. En we dachten er gelukkig hetzelfde over.

Ik wou meer weten en verlangde naar een dieper contact met patiënten en met de hele mens. Via dermatologie raakte ik geboeid door de huid en de wisselwerking met het brein. Ik studeerde verder, psychiatrie in Leiden en Amsterdam. In de eenjarige opleiding psychotherapie werd alles gepropt. Ik kreeg er les van Jan Bastiaans en Robert Abraham. We nodigden Karl Tomm uit, professor en psychiater aan de Universiteit van Calgary, Canada. Ik was ook twee weken bij hem in Calgary tijdens mijn sabbatical in 1990 en zijn *to open space* is me altijd bijgebleven.

Ik heb nooit gezegd: "Ik ben psychiater." Wel: "Ik heb gewerkt als psychiater." Het is een vak, net zoals timmerman een vak is. Ik heb mijn hele loopbaan gewerkt in het Dercksen Centrum, een systeemgericht dagcen-

trum voor multidisciplinaire psychotherapie in Amsterdam [noot van de redactie: toen een van de eerste bolwerken van systeemdenkers, dat vele belangrijke buitenlandse collega's naar Nederland haalde]. Er werkten heel wat systemische kopstukken en het gonsde van de jeugdigheid. Elke patiënt kreeg systeemgesprekken: het heeft geen zin om een patiënt te behandelen zonder zijn of haar gezin. We werkten met muziektherapie, lichaamsgerichte therapie, creatieve expressie. We zagen er heel wat patiënten met het KZ-syndroom, het concentratiekampsyndroom. Joden herkenden in mij een jodin. Ik lijk inderdaad wat op Hannah Arendt. Ik was Duits, maar niet joods. Dacht ik. Pas vele jaren later kwam ik erachter dat ik inderdaad de kleindochter van Spaans-Portugese joden ben, die zich om te overleven tot het christendom hadden bekeerd. De moeder van mijn moeder was jodin en dat maakt mij ook joods. Ik ben me er al een heel leven van bewust dat etiketten leggen op mensen hen beperkt in hun groei. Ik verwijder graag die roest, ik daag mensen uit, om te reflecteren op hun denkbeelden, over zichzelf en anderen. Dan is er ruimte voor heling en vooruitgang. Dan komen we echt in beweging en worden we fluïde. Roest rust op oude beelden [ook een gedicht in haar laatste bundel].

Ik vind empowerment, emancipatie en vrouwenhulpverlening erg belangrijk. We richtten groepen op, VIP, vrouwen in psychiatrie. We ondersteunden vrouwelijke psychiaters om te promoveren, en we gingen met vrouwelijke patiënten aan de slag in vrouwengroepen. Zoveel vrouwen hebben heel nare seksuele ervaringen. Ik heb veel en kritisch nagedacht over het patriarchaat. Ik kan erg kordaat zijn, ik ben niet bang. Als het moet ga ik in de clinch, vanuit een sterk rechtvaardigheidsgevoel. Als ik echt vind "dit moet", dan doe ik dat ook, ook in het werken met gezinnen. Ik kan dan heel doortastend zijn. Al heb ik er altijd zorgvuldig over gewaakt nooit misbruik te maken van macht. Eigenlijk hebben mannen genetisch gezien meer aanleg voor psychiatrische ziektebeelden dan vrouwen, dat weten we. Toch worden er vanaf de leeftijd vanaf 15 jaar meer vrouwen opgenomen. Waarom? Omdat ze worden lastiggevallen door mannen en erg nare seksuele ervaringen opdoen!

In het laatste jaar van mijn loopbaan stelde een collega mij de vraag of ik haar leertherapeut wilde worden. Ik moest haar eerst vragen wat dat was (lacht). Ik heb me erin verdiept, en als leertherapeut had ik de prachtigste jaren.

In de leertherapie is de attitude van wederzijdse oprechte belangstelling, gecombineerd met de openheid voor correctie van oude beelden, continu in de interactie tussen twee mensen aanwezig. Ieder mens heeft

Roest rust op oude beelden

vooroordelen én kan deze bijstellen door de open dialoog met de ander aan te gaan. Ook in mijn sessies leertherapie nodig ik familieleden van mijn collega's uit. Je mag niet iemand laten zitten met oude denkbeelden.

Mijn werk als systeemtherapeut en mijn gedichten komen uit dezelfde bron. Als je dieper gaat, dan hangen ze met elkaar samen. Ik ben als dichter nog steeds met hetzelfde bezig: de bron van mijn hart en mijn ziel. Die menselijkheid is de basis van mijn bestaan. "Het is wat het is." Die attitude laat me toe bij lijden en agressie te blijven. Zo nodig ik mensen uit elkaar lief te hebben, ook met mijn poëzie. Ook in mijn werk als psychiater was dat mijn diepere drijfveer.

In 2001, toen ik 60 was, mocht ik stoppen, voor de invoering van marktwerking in de gezondheidszorg om zich heen greep. Daar ben ik niet rouwig om. Ik had nog zoveel andere dingen te doen, ik heb die kans dankbaar gegrepen. Ik geef in deze levensfase graag toe aan de poëzie, wanneer ze mijn aandacht vraagt, dag of nacht. Ik schrijf gedichten wanneer ik woorden voel stromen.

Weerhaakjes blijven voor mij constant voelbaar in het dagelijks contact met mezelf en andere mensen die uitgaan van vooroordelen en oude beelden. Ik ben eigenlijk constant alert. Alleen in natuur, muziek, poëzie en proza en bij zielsverwanten leef ik ontspannen vanuit mijn hart. Zij hebben wel heel veel ruimte in mijn hele leven.

Ik krijg de dingen cadeau en ik geef ze door. Liefhebben, met de talenten en de beperkingen die ik heb. En de dood zal ons uiteindelijk allemaal gelijk maken.

Ik heb nu nog gesprekken met mensen die naar me toe komen, van mens tot mens, soms eenmalig. Ik ben dan doortastend en toch existentieel bescheiden. "Gebruik nou even die intelligentie, die voorste kwab heb je niet voor niets gekregen. Durf zelfstandig te denken."

Met de lekkerste appel, knapperig en friszuur, een warm hart en de meest recente dichtbundel in onze handen, *Mens en eb*, worden we naar het station gebracht door Ton. En daar is Bowie in de Albert Heijn in het station van Haarlem: *Changes*.

Jasmien Peeters is filosoof, systeemtherapeut en (EFT-)relatietherapeut. Ze werkt voor Duet relatiebemiddeling en in haar eigen praktijk. E-mail: jasmien@focus-op-verbinding.be.

Jan Meerdinkveldboom is jeugdpsychiater en systeemtherapeut n.p. en consultant voor systemische hulpverlening aan jongeren, in het bijzonder bij suïcidaal gedrag. E-mail: jan@mdvb.demon.nl.

Jasmien Peeters & Jan Meerdinkveldboom

Literatuur

Jongerus-Joras, M. (2017). *Leertherapie op de agenda – Bijdrage tot een kwaliteitsdiscours binnen de NVRG*. <https://monikajoras.nl/leertherapie>

Jongerus-Joras, M. (2023). *Dichtbundels*. <https://monikajoras.nl/gedichtenbundels>