THE
OPEN
DOOR

DEEL II

DRUMPEL 3

Die Oop Deur

Vir baie jare het ek gedink dat krag uit beheer bestaan.

Om die woorde te beheer.

Om die emosies te beheer.

Om die reaksies te beheer.

Om die pyn te beheer.

Dit was ’n idee wat ek stadig opgeneem het, soos dit gebeur met alle diep oortuigings.

Niemand het dit openlik vir my geleer nie.

Niemand het vir my gesê nie:

“’n Man moet nie huil nie.”

Tog was daardie boodskap oral.

In die gesprekke.

In die gedrag.

In die voorbeelde.

In die blikke.

In die kultuur self.

So het ek vroeg ’n eenvoudige reël geleer.

Om te weerstaan.

Altyd.

Wat ook al gebeur het.

Om te weerstaan.

As jongman het ek geglo dat dit ’n deug was.

Vandag weet ek dit was net ’n strategie.

’n Strategie wat op sekere oomblikke nuttig is.

Gevaarlik op baie ander.

Want alles wat te lank teruggehou word, soek vroeër of later ’n uitweg.

Die pyn verdwyn nie.

Die vrees verdwyn nie.

Die hartseer verdwyn nie.

Hulle verander van vorm.

Hulle kruip weg.

Hulle wag.

Dan, wanneer ons dit die minste verwag, klop hulle aan die deur.

Ek onthou ’n seisoen van my lewe waarin dit gelyk het asof alles krag geëis het.

Werk.

Gesin.

Verantwoordelikheid.

Siekte.

Besluite.

Mense wat op my staatgemaak het.

Mense wat ’n antwoord nodig gehad het.

Mense wat ’n rigting gesoek het.

Ek kon dit nie bekostig om te stop nie.

Ten minste het ek so geglo.

Elke dag het ek ’n nuwe las bygevoeg.

Elke dag het ek die oomblik waarop ek na myself sou luister, verder uitgestel.

Verder aan.

Al hoe verder.

Dit is verbasend hoe lank ’n mens sy eie innerlike wêreld kan ignoreer.

Maar nie vir altyd nie.

Niemand kan dit vir altyd doen nie.

Daar kom ’n oomblik waarin die liggaam begin vertel wat die stem weier om te sê.

Die moegheid neem toe.

Die slaap verander.

Die verstand raak vermoeid.

Die emosies word brosser.

En stadig verstaan jy dat jy nie teen die wêreld veg nie.

Jy veg teen jouself.

Die waarheid het op ’n eenvoudige manier gekom.

Soos egte waarhede altyd doen.

Sonder spesiale effekte.

Sonder aankondigings.

Sonder skouspel.

Een dag het die las te groot geword.

En die verdediging te klein.

Ek onthou die stilte.

Ek onthou die eensaamheid.

Ek onthou die skielike gewaarwording dat ek geen rol hoef te speel nie.

Vir die eerste keer in ’n lang tyd was ek nie ’n professionele persoon nie.

Ek was nie ’n pa nie.

Ek was nie ’n eggenoot nie.

Ek was nie ’n bestuurder nie.

Ek was nie ’n skrywer nie.

Ek was net ’n mens.

En ek het gehuil.

Nie ’n elegante gehuil nie.

Nie ’n beheerste gehuil nie.

’n Ware gehuil.

Die soort wat van ver af kom.

Die soort wat deur jare trek.

Die soort wat dinge saambring wat jy nie eens onthou het dat jy bewaar het nie.

Terwyl dit gebeur het, het ek ’n onverwagte gewaarwording gehad.

Nie van swakheid nie.

Van bevryding.

Asof ’n kamer wat te lank gesluit gebly het, uiteindelik sy vensters oopgemaak het.

Asof die lug weer begin sirkuleer.

Asof iets, uiteindelik, ophou om teruggehou te word.

Dit was toe dat ek iets fundamenteels verstaan het.

Emosies is nie vyande nie.

Hulle is boodskappers.

Hulle kom om ons iets te vertel.

Om hulle te ignoreer, wis hulle nie uit nie.

Dit maak hulle net luider.

Vir jare het ek geglo dat moed daaruit bestaan om nie toe te gee nie.

Op daardie oomblik het ek verstaan dat moed ook daaruit bestaan om jouself te laat deurkruis.

Deur die pyn.

Deur die vrees.

Deur die hartseer.

Deur die waarheid.

Mense stel hulle die kwesbaarheid dikwels voor as ’n bars.

Ek het ontdek dat dit ’n deur kan word.

Want op die oomblik wanneer jy ophou om jouself teen alles te verdedig, begin jy uiteindelik jouself leer ken.

En om jouself te ken, is veel moeiliker as om baie uiterlike gevegte te wen.

Van daardie dag af het iets verander.

Ek het nie skielik wyser geword nie.

Ek het nie skielik sterker geword nie.

Ek het meer eg geword.

Wat iets anders is.

Ek het op ’n ander manier begin praat.

Op ’n ander manier begin luister.

Met groter begrip na ander begin kyk.

Want wie deur sy eie pyn gegaan het, herken makliker dié van ander.

Hy veroordeel dit nie.

Hy verkleineer dit nie.

Hy soek nie onmiddellik ’n oplossing nie.

Hy herken dit.

En hierdie herkenning is reeds ’n vorm van hulp.

Met die verloop van tyd het ek die kwesbaarheid in ’n nuwe lig begin sien.

Die mense wat ek die meeste bewonder het, was nie dié wat skynbaar onoorwinlik was nie.

Dit was die egte mense.

Dié wat in staat was om hul eie menslikheid te wys sonder om dit in ’n skouspel te verander.

Dié wat nie bang was om te sê nie:

“Ek doen my beste.”

Want, uiteindelik, is dit wat ons almal doen.

Ons beste.

Sommige dae is dit baie.

Ander dae is dit min.

Maar dit is altyd wat ons besit.

Wanneer ek terugkyk, beskou ek daardie oomblik nie as ’n neerlaag nie.

Ek beskou dit as ’n drumpel.

Een van die belangrikstes van my lewe.

Vroeër het ek gedink dat krag beteken om nie te huil nie.

Later het ek verstaan dat krag beteken om nie bang te wees vir jou eie trane nie.

Want daar bestaan ’n vorm van volwassenheid wat eers kom wanneer ons ophou om voor te gee.

Wanneer ons ophou om te vertoon.

Wanneer ons ophou om toneel te speel.

En ons uiteindelik ons menslike aard aanvaar.

Broos.

Onvolmaak.

Wonderlik onvolmaak.

Vandag onthou ek nie die presiese dag nie.

Ek onthou nie die uur nie.

Ek onthou nie eens al die omstandighede nie.

Ek onthou net wat ek geleer het.

Dat gedeelde pyn ligter weeg.

Dat die waarheid meer bevry as die trots.

Dat kwesbaarheid nie die waardigheid vernietig nie.

Dit voltooi dit.

En bowenal onthou ek ’n sin wat ek toe nie sou kon uitspreek nie.

’n Eenvoudige sin.

’n Sin wat baie dinge verander het.

Ek het leer huil.

En van daardie dag af het ek myself beter begin verstaan.