

Ten eerste

In de eerste drie jaar is een veilige basis gelegd waar ik nog altijd op teer. Ik heb van mijn ouders geleerd dat het boeiend is, zodra ik mijn mond opendoet: 'Als jij iets zegt, is dat fantastisch.' Daaraan dank ik het zelfvertrouwen dat me in staat stelt op het podium mijn mond open te doen. Ik ben echt een zondagskind.'

Laura van Dolron, oudste in een gezin met drie kinderen, groeit in de jaren zeventig en tachtig op in een artistiek gezin, behorend tot de Rotterdamse middenklasse. Beide ouders volgen de kunstacademie, waarna haar vader gemeentebtenaar wordt en haar moeder bovenal moe-

'We zouden moeten leven vanuit de vraag: wat is leven?'

Laura van Dolron, theatermaker en stand-upfilosoof

Voor iemand die met praten haar brood verdient, kent Laura van Dolron opvallend veel waarde toe aan stilte. 'Ik betwijfel of je in het leven steeds verder komt.'

Door **Fokke Obbema**
Foto **Jitske Schols**

der. 'Mijn ouders hadden allebei problemen voordat ik werd geboren. Zij had straatvrees, hij had last van sombere buien. Ik kwam ter wereld en redde de boel. Zo is het me verteld. Wat natuurlijk een ambitie voor de rest van je leven oplevert.'

Die achtergrond leidt tot wat ze 'een reddersyndroom' noemt: 'Zodra ik een sombere man zag, stapte ik op hem af, voelde ik de trilling en dacht: 'Dit kan ik!' Zeven jaar lang ben ik met een zwaar depressieve man geweest. Achteraf bekende hij dat hij dacht dat ik op zijn depressiviteit was gevallen. Dus wilde hij er niets aan doen.'

Inmiddels is ze 43 jaar, heeft ze twee dochters van 5 en 3, samen met een tien jaar jongere Vlaamse man die 'vrolijk en licht' is. Hij beëindigde een jarenlange relatie na het zien van *Het voordeel van de twijfel*, een van de vele voorstellingen die Van Dolron op haar naam heeft staan. Een jaar later

komen ze elkaar tegen.

In 2007 krijgt ze een oeuverprijs, die ze gebruikt voor een boeddhistische retraite in Thailand, 'een ervaring die mijn leven heeft veranderd'. Een wijze monnik in de jungle reageert volkomen onaangedaan bij haar uitleg van haar beroep, stand-up philosopher: 'Hij had geen interesse in Laura met haar verhaal, maar in Laura als mens. In stilte. Het leerde me hoe sympathiek mensen kunnen zijn, wanneer ze hun mond houden.'

In dezelfde categorie vormende ervaringen: haar miskraam op 36-jarige leeftijd. Voor het eerst ervaart het zondagskind ten diepste dat ze het leven niet naar haar hand kan zetten. Haar man staat aan haar zijde: 'Jouw biologische klok is de mijne', zei hij. Ik vertrouwde dat niet, was een paar keer diep gekwetst. Maar hij was net zo verdrietig als ik. Hij zei: 'Zullen we elkaar geen pijn doen? Dan kunnen we elkaar beter bijstaan, het leven doet ons vanzelf wel pijn.'

Ze woont in een rijtjeshuis in het Rotterdamse Schiebroek, de wijk waar ze is opgegroeid. In een ruime zolderkamer met alleen een bureautje en een indianentent van de kinderen. Ze begint ons gesprek met een uitgeschreven monoloog over de coronatijd, nu ze weer even publiek heeft, al is dat eenkoppig: 'We weten nu dat normaal niet normaal is, maar heel bijzonder. We weten hoeveel we kunnen, hoe anders we kunnen leven als het moet. Terwijl NORMAAL natuurlijk helemaal niet bestaat. Dat geeft me troost, het idee dat we straks zullen weten hoe bijzonder normaal is.'

Wat is voor u een zinvol leven?

'Een leven waarin je zin probeert te geven aan wat er gebeurt, waarin je dus niet te veel zoekt naar een zinvol leven. Alles wat je overkomt, kan betekenisvol zijn, als het je maar lukt er op die manier naar te kijken. Vanochtend deed mijn dochter mee aan een conferencecall met andere kleuters. Haar juf ziet dan maar vier kinderen op haar scherm, namelijk degenen die het meeste geluid maken. Dat blijken de jongens te zijn. Dat deed me denken aan de DWDD-tafel, waar mannen ook zo vaak domineerden. Zo zit de wereld in elkaar. Zo'n voorval delen met een publiek is voor mij de manier om betekenis te geven. Ik zou dan de hoop uitspreken dat iemand in de zaal software ontwerpt waardoor juist de stille leerlingen te zien zijn.'

'Ik heb het grote geluk dat ik het podium heb voor mijn zoektocht in het leven. Maar het zou mooi zijn als iedereen meer ruimte daarvoor zou maken. Dan zouden we meer leven vanuit de vraag: wat is leven? We zouden nieuwsgieriger worden naar de vraag waarom we hier eigenlijk zijn.'

U pleit voor 'kijken naar wat er is'. Met welk doel?

'Met nieuwsgierigheid naar het leven kijken, daar kikkert alles van op. Dat kan al verandering in gang zetten. Nieuwsgierig zijn en vragen stellen over pijn, verlegenheid, ingewikkeldheid, ongemak. Alles verandert als we er met interesse naar kijken. Ook de dood kikkert daarvan op.'

'Alles kan betekenis hebben, als je maar de moed en de kracht hebt er naar te zoeken. Daarvoor moet je de zoektocht zelf ook interessant vinden, dus niet direct naar de uitkomst

willen gaan. Daar betrap ik mezelf wel op: dat ik niet deze coronacrisis wil, maar wel de wijsheid die hij oplevert.'

Staat uw nadruk op nieuwsgierigheid tegenover het bewandelen van gebaande paden?

'Nee, ik heb geen oordeel daarover, zolang je het maar interessant vindt dat je die paden neemt. De nieuwsgierigheid is dan: wat beweegt je om daaraan de voorkeur te geven? Iemand die elke dag hetzelfde doet, vind ik ook bijzonder. Het gaat erom dat je geïnteresseerd bent in wat je overkomt.'

'Met deze crisis ervaren we iets dat veel groter is dan wij. Ik merk dat mensen daar milder en opener van worden. Op de vraag 'hoe gaat het met je?', krijg ik nu geregeld als antwoord: 'Wisselend.' Prachtig, want zo waar. En zo veel beter dan het uitgekauwde 'goed'. Ik kreeg ook het antwoord: 'Wel depressief zo nu en dan.' Ook heerlijk. Het betekent zo veel meer dan: 'Alles zijn gangetje.' Alles gaat nooit zijn gangetje, niet met onze hoofden die almaar door-draaien.'

Is dat een inzicht van uw boeddhistische retraite?

'Daar leerde ik vooral met interesse en mildheid naar mijn eigen gedachten kijken - niet om er nog eens een grappige laag aan toe te voegen, zoals ik tot dan toe gewend was. Ik heb heel vaak het middel van ironische distantie toegepast: nog maar weer eens een grap, à la Woody Allen, in een poging tot afstand nemen en jezelf zo veilig wanen. Maar daarmee laat je het probleem intact, je doet er eens soort inpakplastic omheen. Terwijl als je er echt naar durft te kijken, dan kan er iets veranderen.'

'Wat ik op die retraite verder ontdekte, tot mijn eigen verrassing, was hoe fijn ik het vond te knielen voor leermeesters. Voor mij zijn dat mensen die me voorgaan in de zoektocht. Voor hen kniel ik graag, zij knielen weer voor Boeddha. Ik heb een hekel aan nivelleren, doen alsof er geen verschillen zijn. Voor mensen die een heel lange weg hebben afgelegd, vaak na groot persoonlijk lijden, voel ik een grote eerbied. Om me zo klein te voelen, knielend, dat heb ik nooit

LUISTERTIP
THE POWER OF NOW,
ECKHART TOLLE

'Een klassieker waarvan ik vooral de luisterboekversie onder de aandacht wil brengen. Want Tolle spreekt Engels met een heerlijk Duits accent, waardoor hij niet over het 'nu' praat, nee, hij praat je erin. Met humor, referenties aan vele religies en perfecte timing, want in het nu. Niet met je malende hoofd luisteren, maar met je oren - veel plezier en welkom in je leven!'



van mijn ouders geleerd, totaal niet. Ik was juist bijzonder, het middelpunt, ik moest vooral naar mezelf luisteren. Toen ik knielde, had ik het gevoel tegen mijn ouders in te gaan. Nog altijd vind ik het lastig uit te leggen - het gaat om de erkenning van iets dat groter is dan ikzelf, het is een soort overgave.'

Wat is dat grotere geheel?

'Dat is wat we met elkaar delen, het nu, waar we deel van uitmaken - niet alleen wij als mensheid, maar ook de natuur, de dieren. We zijn met elkaar verbonden en daaruit volgt het besef dat het lijden van een ander ook jouw lijden is. Soms denken we dat we ons het leven gemakkelijker maken door die verbinding af te sluiten. Maar dat kost juist veel moeite en maakt ons leven ingewikkelder, want het zit in onze aard met anderen mee te leven. Ook dat blijkt wel in deze crisis.'

'Sluiten we ons af dan voelen we existentiële eenzaamheid. Ook dan zijn we nog deel van een groter geheel, alleen realiseren we ons dat dan niet meer. In de kern zijn we niet eenzaam, maar het verhaal dat we onszelf vertellen, over wie we zijn en wat we doen, maakt ons uniek en daarmee scheiden we ons af, dat maakt eenzaam. Valt dat verhaal weg, zoals mij op die retraite overkwam, dan merk je dat het er helemaal niet toe doet en ben je samen.'

Stemt dat wegvallen van het verhaal ook milder?

'Zeker, want je merkt ook hoe alle verhalen van mensen op elkaar lijken. Ik dacht eerst: wat stom van me dat ik mezelf tegenover een boeddhistische monnik in de jungle als stand-up philosopher voorstel. Daarna realiseerde ik me dat ik er ook anders naar kan kijken, namelijk: ik leef in zo'n wereld waarin ik me zo wel moet voorstellen. Door dat mildere perspectief wordt het prettiger naar jezelf te kijken.'

Wordt een mens gaandeweg wijzer?

'Ik zie het leven wel als een leerproces, maar ik betwijfel of je steeds verder komt; je verandert vooral. Momenteel leer ik van mijn dochters. Die hebben nu een bepaalde wijsheid - ze gaan die verliezen, maar daar komt een andere wijsheid voor in de plaats. Zo gaat het ook op latere leeftijd. Ik heb geen behoefte neer te kijken op de vrouw van 33 die ik was, maar kan juist met bewondering naar haar kijken, wat een strijd! Dat zou ik nu niet meer kunnen. Maar ik kan nu weer dingen die zij nog niet kon - zij moest haar eigen stem laten horen, terwijl ik nu in mijn werk ruimte geef aan de stem van anderen.'

Hoe staat u tegenover de dood?

'De rimpels die ik krijg en mijn slapper wordende huid vind ik moeilijker dan het einde. En dat vind ik dan weer teleurstellend van mezelf, haha. Maar ik ben gelukkig goed in het aannemen van helpende gedachten. Bij de dood denk ik: er is hierna ook een leven. Dat maakt mijn leven mooier. Of het klopt, weet ik niet. Óf ik heb ongelijk, maar dat zal ik dan niet weten. Óf ik heb gelijk en dan kan ik zeggen: 'Zie je wel!' Het komt dus in beide gevallen goed, dat vind ik troostend.'

'Wat ik op die retraite ontdekte, tot mijn eigen verrassing, was hoe fijn ik het

Zinvol leven **Ten eerste**



vond te knielen voor leermeesters. Voor mij zijn dat mensen die me voorgaan in de zoektocht'