

Eugene T. Gendlin, 1926-2017

Mia Leijssen

Als ik mij inbeeld dat ik tegenover Gendlin zou zitten om hem te bedanken voor wat hij voor mij/ons betekend heeft, dan weet ik zeker dat hij in mijn ogen zou kijken met zijn intense blik, niet indringend maar wat verlegen glimlachend. Hij hield er niet van om vereerd te worden of 'volgelingen' te hebben. In zijn onbevangen eenvoud en weergalozе bescheidenheid toonde zich echter een 'grootmeester' die met zijn diepgaande inzichten over veranderingsprocessen het leven van velen beïnvloed heeft.

Voor mij is de vonk overgesprongen tijdens een workshop in 1981 waarin ik het geluk had cliënt bij hem te mogen zijn. Daar heb ik voor het eerst ervaren hoe Gendlin heel ongekunsteld een therapeutische relatie installeerde. Hij nam initiatieven waarmee ik mij als cliënt direct op mijn gemak voelde zonder dat ik het gevoel had dat hij het stuur overnam. Revolutionair was zijn uitnodiging om rond een topic waarmee ik al geruime tijd vastzat, in mijn lichaam te speuren naar een globaal aanvoelen omtrent die situatie.

Die ervaring doorbrak niet alleen een lang aanslepende impasse in mezelf, het was voor mij het begin van een verfrissende benadering van therapie. Alhoewel Gendlin soms beweerde dat alles wat hij deed ook reeds bij Rogers aanwezig was, heb ik een wereld van verschil ervaren in zijn therapeutische aanpak. In workshops met Rogers liepen de frustraties vaak hoog op omdat er onder het motto van non-directiviteit lange vruchteloze stiltes waren waar niemand beter van werd. Gendlin doorbrak het keurslijf van wat cliëntgerichte therapeuten 'niet mochten' door contact te maken vanuit en met het levende doorvoelde organisme. Hij reikte interacties aan waarin de cliënt zich dermate beluisterd en gerespecteerd voelde dat het mogelijk werd voor de cliënt om ook 'naar binnen' te luisteren en daar gehoor te geven aan de diepere lagen. Mijn ervaringen met Gendlin gaven een boost aan mijn therapeutische benadering en de resultaten met mijn cliënten

bleven mij aanmoedigen om dit experiëntiële pad nooit meer te verlaten.

De kritiek die er vanuit orthodoxe kringen kwam op deze experiëntiële benadering heeft mij altijd verbaasd. Want het primaat van de therapeutische relatie zag ik juist bij Gendlin in volle bloei. Hij had een immense naturel in zijn empathische afstemming, hij was ontwapenend in hoe hij gewoon zichzelf was, hij moest geen moeite doen om onvoorwaardelijk aanvaardend te zijn, want gans zijn persoon straalde dat vanzelfsprekend uit. Zijn uitnodigingen om de autoriteit te leggen bij wat het lichaam te 'zeggen' had, heb ik nooit als 'directief' beleefd. Wel als een opening naar meer authenticiteit en een hulp om in contact te komen met een verrassend lijfelijk gevoeld groeipotentieel.

Gendlins levendige inspiratie was toegankelijk voor een ruim publiek, ook toen hij al bijna 90 jaar was. In de telefonische workshops die Ann Weiser Cornell de laatste jaren voor hem organiseerde, had je nooit de indruk dat er een hoogbejaarde man aan het woord was. Integendeel, zijn vitaliteit was tastbaar, zijn humor nooit ver weg en de mensen die hij eerder ontmoet had, kende hij direct bij naam en context. Aan de voor hem onbekende deelnemers gaf hij onmiddellijk een gevoel van vertrouwen en hij verraste iedereen door de snelheid waarmee hij beweging en diepgang wist te faciliteren in vastgelopen ontwikkelingsprocessen. Wanneer hij zich engageerde in een interactie voelde die persoon zich echt 'gehoord' door hem en geraakt in iets essentieels.

Kenmerkend was ook zijn openheid omtrent eigen ervaringen wanneer dat paste in de interactie. Zo sprak hij enkele maanden na het overlijden van zijn vrouw Mary Hendricks (1944-2015) over de dood in antwoord op vragen van deelnemers aan de Weeklong in New York: *"Once you understand that there is such a thing as carrying forward and that carrying forward is not any old change, not any old something else*

but more something that is inherently related to what it was before. So it is kind of a natural development. ... I am surprised that I am still here. I say I am not really here anymore, but I am only still here." En hij reflecteerde verder op het verlies van zijn levenspartner in een ander gesprek (Ann Weiser Cornell, 01.09.2016): *"It was okay to die, a funny kind of okay. I knew it was okay because everything dies. It's a kind of okay that is not okay. I need both: okay and not okay. They are inside each other...."*

Gendlin was als therapeut een natuurtalent die zijn wijsheid gul ter beschikking stelde. Zo was het zijn ideaal om therapie 'terug te geven' aan de mensen. Dat vormde de aanzet van zijn zoektocht naar hoe je mensen kunt leren om (voor zichzelf) een goede therapeut te zijn. Zijn ontdekking dat succesvolle cliënten stilstaan bij een vaag innerlijk aanvoelen en aftastend zoeken om er de juiste uitdrukkingen aan te geven, werd een centraal thema in zijn benadering. Het natuurlijke proces van inzoomen op het lijfelijk gevoelde gaf hij de naam: Focusing. In de tijdsgeest van toen diende deze vondst zich aan als een gouden ei dat als een kant en klaar product op de markt kwam met de uitgave van het boek *Focusing* in 1978. Gendlin zelf heeft altijd een ambivalente relatie gehad met de stappen die daarin onderscheiden worden. Voor hem waren het slechts hulpmiddelen om sporadisch te gebruiken wanneer mensen een opstapje nodig hadden in het contacteren en verder ontwikkelen van een gevoelde betekenis. Hij is zich zijn leven lang blijven verzetten tegen focusing als een techniek die therapeuten in hun gesprekken met cliënten aanwenden (Gendlin, 2007). Tegelijkertijd liet hij iedereen de vrijheid om zijn eigen ding te doen met focusing. Zo is o.a. Ann Weiser Cornell een van de vele niet-therapeuten die creatief aan de slag gingen om focusing aan te leren en toe te passen buiten de therapeutische context. Focusing is daardoor verspreid in diverse sectoren waaronder het bedrijfsleven, vormingswerk, opvoedingssituaties en onderwijs.

Ambivalentie had Gendlin ook ten opzichte van elke vorm van institutionalisering. Hij heeft mij ooit gezegd dat hijzelf en zijn vrouw echte anarchisten waren, maar dat ze desondanks de noodzaak voelden aan een Focusing Instituut. Zijn ideaal was om iedereen toegang te geven tot de waardevolle schatten die er verzameld waren door hemzelf en anderen. Dat komt nu nog steeds tot uiting in de realisatie van de website: www.focusing.org en het wereldwijde netwerk van mensen die zich toeleggen op de experiëntiële benadering. Het lag hem nauw aan het hart dat zijn visie juist begrepen werd en daar kwam hij herhaaldelijk voor op in zijn publicaties, lezingen, workshops en videoclips. Maar hij wou geen regels opleggen aan anderen over wat wel of niet toegelaten is.

Gaandeweg investeerde hij zijn energie nog meer in zijn oorspronkelijke passie: het ontwikkelen van zijn filosofie die zijn therapiemodel en leven in het algemeen onderbouwt. In zijn *Process Model* (Gendlin, 1997) introduceert hij nieuwe begrippen om zijn 'interactie eerst denken' uiteen te zetten. Het vergt een grote inspanning om dit complexe werk goed te begrijpen. Maar wie zich eraan waagt, wordt beloond met de ontdekking van wat Frans Depestele zo treffend benoemt als "de nieuwe 'tunnels' die Gendlin geboord heeft in het weten". In zijn veelzijdigheid ontgon Gendlin diverse terreinen en hij had de gave om zowel de theoretische achtergrond uiteen te zetten als een meer toegepaste vorm ter beschikking te stellen. Zo is ook TAE, *Thinking at the Edge* (Gendlin, 2004), een vrucht van de filosofie van het impliciete. Deze filosofie houdt in dat je verder kijkt dan het logische door aandacht te hebben voor de altijd aanwezige impliciete ervaringscontext. Het onlogische karakter is vaak het belangrijkste aspect van wat gezegd wil worden. In TAE wordt de nodige interactie voorzien om publieke taalbarrières te doorbreken en het mogelijk te maken dat eigen bronnen van denken en spreken gevonden worden waarbij het experiëntiële en het logisch elkaar be-

vruchten. Bij sommige collega's heeft deze benadering zoveel weerklank gevonden dat zij zich vooral in TAE verder gespecialiseerd hebben.

Een opmerkelijk terugkerend aspect in de rijke waaier van Gendlins werk was dat het live contact met Gendlin bijzonder enthousiasmerend werkte. Daaruit putten mensen energie om zijn vaak minder toegankelijke geschreven werken grondiger te lezen en diepgaander te verstaan. Wat mij getroffen heeft bij de vele reacties van collega's op het overlijden van Gendlin is hoe elkeen een unieke persoonlijke band met hem had waardoor de theorie anders is gaan leven in iedereen die zijn pad van dichtbij of veraf gekruist heeft. Dat lijkt mij ook het beste model dat Gendlin nagelaten heeft om zijn ideeëngoed verder te zetten: dat ieder van ons een specifieke belichaming is van (bepaalde facetten van) zijn theorie. *Als keepers of the flame* kunnen wij met de vonk waarmee wij aangestoken zijn, het warme vuur brandende houden voor de generaties die niet meer de kans hebben om Gendlin in levende lijve te ontmoeten.

In een van zijn laatste persoonlijke mails naar aanleiding van mijn emeritaat in 2016 verwoordde Gendlin dat hij de Leuvense universiteit altijd ervaren heeft als een bakermat van ruimdenkendheid

en diepgang, helemaal in overeenstemming met zijn idealen. Hij was blij dat de traditie van *Person-centered/Experiential/Existential* er verder gezet wordt o.a. in onze *Massive Open Online Course* (MOOC). Hij apprecieerde het bijzonder dat enkele van zijn topartikels deel uitmaken van onze opleiding die momenteel reeds ruim 20.000 deelnemers heeft uit 170 verschillende landen. Hij voelde zich erkend dat we een centrale plaats gegeven hadden aan zijn sleutelbijdrage over *Experiential Psychotherapy* (Gendlin, 1973). Verder koesterde hij mooie herinneringen aan het eerste PCE-wereldcongres dat op initiatief van Germain Lietaer in 1988 in Leuven plaats vond.

Opvallend is dat nu naar aanleiding van Gendlins overlijden de collega's van over de hele wereld de publicatie (Gendlin, 1990) van zijn plenaire lezing op dat congres aanwijzen als een van Gendlins meest aangrijpende uiteenzettingen. Die memorabele lezing begon hij met de woorden: *"I want to start with the most important thing I have to say: The essence of working with another person is to be present as a living being."* Ik heb nu na zijn dood het vertrouwen dat zijn aanwezigheid heel levendig onder ons blijft dankzij zijn onuitputtelijke nalatenschap waarvoor ik hem onnoemelijk dankbaar ben.

Literatuur

- Gendlin, E.T. (1973). *Experiential psychotherapy*. In R. Corsini (Ed.), *Current psychotherapies* (pp. 317-352). Itasca, IL: Peacock.
http://www.focusing.org/gendlin/docs/go_2029.html
- Gendlin, E. T. (1990). *The small steps of the therapy process: How they come and how to help them come*. In G. Lietaer, J. Rombauts, & R. Van Balen (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the Nineties* (pp. 205-224). Leuven: Leuven University Press.
http://www.focusing.org/gendlin/docs/go_2110.html
- Gendlin, E.T. (1997). *A process model*. New York: The Focusing Institute. http://www.focusing.org/gendlin/docs/go_2161.html
- Gendlin, E.T. (2004). *Introduction to 'Thinking at the Edge'*. *The Folio*, 19 (1), 1-8.
http://www.focusing.org/gendlin/docs/go_2160.html
- Gendlin, E.T. (2007). *Introduction*. In *Focusing [Reissue, with new introduction]*. New York: Bantam Books.
http://www.focusing.org/gendlin/docs/go_2176.html
- MOOC *Existential Well-being Counseling: A Person-centered Experiential Approach*.
<https://www.edx.org/course/existential-well-being-counseling-person-kuleuvenx-ewbcx>