



# PAK DE PLUMEAU EN STOF JE tradities AF

*Ze zijn te mooi om ongebruikt te laten*

TRADITIES VORMEN DE KLEINE DRAADJES VAN HET WEB DAT DE FAMILIE BIJ ELKAAR HOUDT. SOMS IS HET TIJD OM AFSCHIED TE NEMEN VAN BEPAALDE TRADITIES, AF EN TOE ROEP JE DAT JE ZE STOM VINDT, EN DAN WEER STOF JE ZE AF OM ZE OPNIEUW IN TE VOEREN. OMDAT HET ZO LEUK IS OM SAMEN HERINNERINGEN TE MAKEN. Tekst Maria van Beelen | Illustratie Essencio



Danielle Koudijs, moeder van twee kinderen, wilde geloofs-opvoeding handen en voeten geven en bedacht het wekelijkse plankje met hartige lekkernijen én een bijbelverhaal. "Bij ons beter bekend als 'plankjestijd'. We gaan aan de salontafel zitten en lezen met elkaar een bijbelverhaal uit een kinderbijbel, terwijl we genieten van het lekkers. We proberen dit elke zondagmiddag te doen, maar door verjaardagen of dagjes weg komt het moment wel eens te vervallen. Op die momenten merk ik hoe verbindend en rustgevend deze plankjestijd eigenlijk werkt. Gewoon thuis,

met elkaar, praten over God, gezellig samen wat eten ... Het is voor ons de beste manier om het weekend af te sluiten en een nieuwe week te beginnen."

## SCHUIF EENS OP

Hoe komt het dat vrijwel elke familie haar eigen tradities en gewoontes kent? Coach en trainer Jakob van Wielink: "Tradities zeggen: we horen bij elkaar, we erkennen elkaar, we zijn verbonden met elkaar. Het mooie aan tradities is de herhaalbaarheid ervan. Je zou bijvoorbeeld kunnen zeggen



**'Tradities zijn een manier om te ervaren dat je deel uitmaakt van een groep mensen die aan elkaar verbonden is'**

dat Kerst op tweeduizend jaar z'n houdbaarheidsdatum heeft bereikt, maar juist de herhaling maakt het waardevol om dit feest te vieren. Het is een manier om te ervaren dat je deel uitmaakt van een groep mensen die aan elkaar verbonden is." Zelfs als je geen type bent dat van tradities houdt, zul je verbaasd zijn dat ook jouw leven doortrokken is van tradities en rituelen. Jakob: "Kijk maar hoe je opstaat en je je tanden poetst, vóór of na het ontbijt. Ga maar eens een keer op de plek van je man in bed liggen. Dan kun je wachten op de woorden: 'Schuif eens op.'" We kunnen eenvoudigweg niet zonder tradities, we zijn er ons alleen onvoldoende van bewust, stelt hij.

### MET JE HELE LIJF

Toen Corine Ouweland haar dochters zag uitvliegen, bedacht ze de patat met kip op de vrijdagavond. Zoals ze vroeger, toen de kinderen klein waren, altijd bij haar ouders deden. "Dat was altijd zo gezellig en ik wilde dat gebruik voortzetten. Bovendien wilde ik bij ze in beeld blijven zonder een overkill aan bezorgdheid te tonen. We hebben altijd een topuurtje en daarna gaat iedereen weer zijn eigen gang of blijft nog even hangen. Ik ben een superlijke moeder zonder een legenessyndroom!" vertelt Corine. Tradities verankeren je binnen een familie. Ze zijn een zintuiglijk vieren van het leven met elkaar, vertelt Jakob. Vandaar dat gezamenlijk eten vaak zo'n belangrijk onderdeel vormt. Jakob: "Kerst beleeft je ook met je zintuigen, emoties en herinneringen. De geur van gebraden konijn, de smaak van likeur. Er zijn tal van geuren en kleuren die een trigger kunnen vormen. Intens beleefde tradities ervaar je met je hele lijf!"

Florianne Kruijff kan de geur van soep, halletjes, kip en 'kromme janussen' - ofwel croissants - bijna weer ruiken als ze terugdenkt aan oud en nieuw bij haar oma en opa. "We hebben er ooit met misschien wel twintig man geslapen. Later gingen we op 1 januari met de hele ploeg langs oud omaatje in het heijaandenhuis - ze is 103 geworden - en dan wenste ze ons 'veul heil en zeg'n' en wees met haar vinger naar boven." Vervolgens gingen ze door naar de outdante bij wie de familie samenkwam. "We aten er onze buik vol en dronken prik uit glazen flesjes." Nu de familie te groot is om nog samen te komen, stort Florianne zich vol overgave op de feesten, zoals Sinterklaas, die ze samen met haar man en vier kinderen viert.

### GA HET GESPREK AAN

Het zijn die kleine repeterende bewegingen waar je vaak met een glimlach aan terugdenkt. Sterker nog: er is geen mens op aarde die zich kan onttrekken aan de wetmatigheid



**'Groots en meeslepend hoeft niet als het om tradities gaat.'**



van de behoefte aan rituelen, denkt coach en trainer Jakob. Dat is een hele mond vol; geldt dat ook echt voor dat verplichte tweewekelijkse bakje koffie bij de familie? "Ja, dat vind ik prachtig ontroerend. Gewoon elkaar zien en ontmoeten, ontspan en alle poeha. Dat simpele koffiedrincen zegt: we horen bij elkaar, we willen bij elkaar zijn, we willen broers en zussen ontmoeten."

Toch kunnen mensen dit ingesleten ritueel als verstrikend ervaren. Sterker nog: er kunnen zelfs grote problemen ontstaan zodra ze een keer niet langskomen, of aangeven hun zondag anders te willen invullen. Jakob noemt hier twee redenen voor: dwangmatigheid en onvoldoende bereidheid tot een dialoog. "Het is belangrijk om je in die ander te verplaatsen. Waar staat de ander nu? Waar heeft de ander behoefte aan? Waar zit mogelijk (oude) pijn? Je ziet in gezinnen vooral veel spanning en ruzie ontstaan als die bereidheid er niet meer is, of het onvermogen door de jaren heen heel groot is geworden. Als een traditie vanuit angst zo vastgeklempen wordt dat je de adem wordt benomen, is er geen sprake meer van echt contact, echte verbondenheid." Hij zegt dat het ongehoorlijk belangrijk is om in die gevallen het werkelijke gesprek aan te gaan. "Dat geldt trouwens ook als je een traditie wilt stoppen. Ook daar zou je met z'n allen afscheid van moeten kunnen nemen. Rond tradities kun je niet zorgvuldig genoeg met elkaar zijn."

**'Ik miste het bakkie doen bij mijn oma, het lachen met mijn tantes en ooms'**

### KUDDE BIJ ELK AAR

Zodra die ruimte en het gesprek er zijn, is er ook plek om zo'n ritueel, en zo nodig een nieuw ritueel, vol overgave in te gaan. Tamara van den Bosch is de traditie die ze eerder misschien meer als een verplichting zag, gaan herwaarderen. De aanleiding is een verdrietige: het overlijden van haar moeder.

Tamara: "Ik miste het bakkie doen bij mijn oma, het lachen met mijn tantes en ooms. Verhalen horen van hoe ze verlicfd op elkaar werden. Juist die kleine, ogenschijnlijk onbelangrijke dingen werden voor mij waardevolle herinneringen. Onze familie is een stuk kleiner geworden en nu ik zelf moeder ben, heb ik de rol op me genomen om de kudde een beetje bij elkaar te houden." Dus voerde Tamara de zondagsmiddagborrel in om samen nieuwe herinneringen te maken. Met enige regelmaat zien ze elkaar nu toch.

Groots en meeslepend hoeft niet als het om tradities gaat. Als ik terugdenk aan vroeger, dan zie ik ons weer: hoe we filmpjes van toen we klein waren, gingen kijken. De woonkamer was geheimzinnig donker en je hoorde de band ratelen. Je kon erop wachten dat het apparaat op een zeker moment begon tegen te sputteren. En dat mijn vader begon te mopperen en dat het ding uiteindelijk weer ging draaien. Vervolgens de film. Er kwam altijd het moment waarop we zagen dat mijn vader mijn broer insmeerde met sneeuw, dat mijn broer begon te huilen en dat mijn vader daarna een sneeuwbal op z'n eigen hoofd brak. Het zijn juist die kleine momenten die een afdruk in ons hart achterlaten. Laten we daarom herinneringen maken met hen die ons lief zijn.