



MAARTEN HEIJMANS (1983)

- .Had op zijn vijftiende een rol in de musical 'Oliver'
- .Is dol op kinderen
- .Speelde Vaslav in het toneelstuk naar het boek van Arthur Japin
- .Heeft op 23 september de première van 'Een klein leven'

‘Het inzicht komt na de harde les’

Hoofd in de wolken, voeten op de aarde of iets daartussenin?

Susan Smit toetst het bij acteur Maarten Heijmans. Hij ziet de waarde van de worsteling.

‘Je moet vechten en wanhopen, voordat je beseft dat het goed is zo.’

TEKST **SUSAN SMIT** FOTOGRAFIE **PIETER PENNING**S KLEDING **SUSAN KOOKAI**

‘Gedoe,’ appt hij vijf minuten voordat we hem verwachten in de stadsschouwburg. ‘Maar ik kom eraan.’ Het gedoe komt door een verbouwing van het huis in Amsterdam-West dat hij net heeft betrokken, zo vertelt hij als hij binnen komt lopen – hij haalt zijn hand door een imposante en met grijs doorspekte haardos, geeft drie kussen. Maarten Heijmans (34) trad onlangs toe tot Toneelgroep Amsterdam, een van de meest prestigieuze toneelgezelschappen van ons land. Eerder speelde hij de titelrol in de tv-serie ‘Ramses’, over Ramses Shaffy, met zoveel verve en overtuiging dat hij er een Gouden Kalf en een Emmy Award voor won.

Nadat ik ben gekomen van de intense oogopslag die Maarten nu eenmaal heeft, ontspint zich een ontspannen gesprek waarin Maarten hardop denkt, zijn beweringen bijstelt, zichzelf onderbreekt en plotseling de zaak van een heel andere kant bekijkt. Een harde grap volgt moeiteloos op een pijnlijke ontboezeming en midden in een wonderschoon verwoord inzicht klinkt er ‘Wil jij dat koekje nog?’. Ik houd van hardopdenkers, omdat ze geen bestudeerde en wenselijke antwoorden geven, maar oprecht zijn.

Dit seizoen is Maarten te zien in ‘Een klein leven’ naar het gelauwerde boek van Hanya Yanagihara. Hij speelt Willem, een goede vriend van de getraumatiseerde Jude. Hoe leef je met trauma en pijn, is de kernvraag van het stuk. “Mijn eigen grootste crisis kwam voort uit liefdesverdriet,” zegt hij desgevraagd. “Het heeft twee jaar geduurd met momenten van diep ongelukkig zijn. Dat is niet te vergelijken met misbruikt zijn, zoals Jude, maar toch: een mens kan alleen zijn eigen verdriet werkelijk voelen. Dat van een ander kun je je hoogstens voorstellen.”

En hoe ging hij daarmee om?

“Mijn manier was reflecteren; eindeloos nadenken hoe het toch zover was gekomen. Ik wilde het verklaren, er een narratief van maken zodat het klopte. Ik zocht een verhaal waarmee ik door kon leven.”

De klassieke psychoanalyse werkt geloof ik ook zo. Een therapeut kan zichzelf de vraag stellen: wat ga ik doen? Help ik de cliënt een verhaal te maken waarmee hij door kan of gaan we samen op zoek naar de waarheid? Wat zou zijn voorkeur hebben?

“De waarheid. Ik kan het aan om mijn eigen duisterheid onder ogen te zien. Een verhaaltje dat je jezelf vertelt - ‘Het is zó gegaan, vanwege dit en dat’ - is maar beperkt houdbaar.



'Ik vind mijn
duistere kant
interessant, maar
ik schaam me
er ook voor'



Als er een nieuwe crisis komt, klopt je verhaal ineens niet meer. Laat ik het zo zeggen: je verhaal mag best voor houvast zorgen, zolang het maar mag meegroeien met wie je bent. Dat is het paradoxale: houvast kan je helpen, maar er ook voor zorgen dat je je blijft vasthouden. Dat je ervan afhankelijk wordt. Je verandert nu eenmaal als mens. Je zou zomaar in een situatie kunnen komen waarbij je denkt: hé, het zit helemaal niet zo. En als het verhaal je afhoudt van dat besef, dan beperkt het je. Als mens moet je zo open en soepel mogelijk proberen te zijn.”

Ik vertel hem dat ik, toen ik hem in de rol van Ramses zag, dacht dat hij zijn eigen duistere kant wel moest kennen, anders kon hij dat niet spelen.

“Juist in die periode had ik mijn heftigste liefdesverdriet. Drie maanden na de breuk begonnen de opnamen. Ik kon al die donkere emoties in mijn rol kwijt en daardoor was het een extreem intense en waardevolle tijd. Ik fantaseerde dat ze na de laatste draaidag bij me op de stoep stond. Zo van: ik wilde je deze ervaring bieden. Gebeurde niet, natuurlijk. Ik vind mijn duistere kant interessant, ik vind het lekker om uit te leven, maar ik schaam me er natuurlijk ook voor. Ik worstel ermee. Ik heb niet dat fysiek zelfdestructieve, zoals Shaffy, maar ik ben ook niet zo’n genieter als hij is.”

Zijn liefdesverdriet heeft twee jaar geduurd. Was er een duidelijk omslagpunt in de verwerking?

“Het ging geleidelijk en stapsgewijs. Ineens was er een dag dat ik besepte dat ik niet aan haar had gedacht, maar dat was geen eurekamoment. Het proces had bovenal met mezelf te maken. Ik voelde me in de steek gelaten en de conclusies die ik daarbij trok gingen over mezelf: ik deug niet. Ik ben niet leuk genoeg. Ik ben niet geschikt voor de liefde. Dat maakt het heel groot. Dat is de schade die je jezelf toebrengt. Toch had ik het voor geen goud willen missen, want het waren ook heel mooie jaren.”

Kun je me uitleggen waarom?

“Omdat ik veel over mezelf heb geleerd. Als het leren kennen van alle facetten van je persoon een soort reis is, ga je dus op weg naar die kant van jezelf waar melancholie de boventoon voert. En waar je ook heel nederig wordt. Als dieren gewond zijn, kruipen ze in een klein hokje. Dat deed ik ook. Ik verlegde mijn blik naar binnen, keerde me af van gezelschap en ging alleen op reis. Die reizen in mijn eentje hebben waardevolle momenten opgeleverd. Ik ervoer veel klein en groot geluk. Ik ben eigenlijk nooit zo ongelukkig en zo gelukkig geweest als in die periode.”

Misschien komt dat doordat een gebroken hart ook een open hart is, waardoor je ontvankelijker bent.

“Verdriet verdiept, het maakt je een emotioneel interessanter mens. Het is belangrijk om in contact te komen met teleurstelling en afwijzing. Verlaten worden is bovendien een oefening in liefhebben. Kun je iemand laten gaan? Als degene van wie jij zo

zielsveel houdt dat wil, kun je hem of haar dan loslaten? Dat is een fikse opgave.”

Misdienaar

Zijn moeder was lerares, zijn vader archivaris in een ziekenhuis. Hij heeft het gezin in Zuidoostbeemster waaruit hij komt eens omschreven als ‘een typisch D66-gezin’. Liberaal, met een christelijk tintje.

“Ik ben christelijk opgevoed, maar ik noem het ‘cultureel christelijk’. Het bood een structuur om het leven vorm te geven. Volgens mij is tachtig procent van de christenen op die manier gelovig.”

Dus in zijn jeugd lag de bijbel niet op tafel?

“Er was wel een kinderbijbel waar ik in las en we gingen naar de kerk. Ik was zelfs misdienaar. Ik mocht met een bel klingelen, dan ging iedereen staan en liep ik heel zelfgenoegzaam in zo’n lange jurk naar het altaar. Ik droeg kaarsen en bracht de hosties.”

Wat ging er in dat jongenshoofdje om bij de tekst ‘Dit is het lichaam van Christus’?

“Dan dacht ik heel helder: wat een interessante bullshit. De beste manier om iemand van het geloof af te halen, is hem naar de kerk te sturen. Nee, dat is niet helemaal waar. Door kerkbezoek kreeg ik waardering voor het ritueel. Ik vond het mooi dat er plek was voor fantasie en poëzie. Wat ik moeilijk vond, en dat heb je in bijna elke katholieke kerk, is het lijdensverhaal dat in twaalf schilderijen stond afgebeeld. Met Pasen keken we ‘Jesus Christ Superstar’. Dat is de kern van hoe ik het geloof heb ervaren: de tragiek, het lijden, het drama. Ik vond het een raar verhaal. Hoe kan het nou dat God zijn eigen kind ergens naartoe stuurt en dat kind gruwelijk laat martelen voor de zonde van de mensen die hij nota bene zelf heeft gemaakt? Dan heeft hij een productiefout gemaakt, een defect in zijn schepping. Het is of je je puppy niet opvoedt en dan straft als hij op het tapijt heeft gekakt.”

En dan een nieuwe puppy geboren laat worden die daarvoor gemarteld gaat worden.

(lacht) “Toen ik een intellectuele ontwikkeling doormaakte, was ik een tijdje hevig atheïstisch. Ik ging me ertegen afzetten, zeker toen het religieuze fanatisme in de vorm van aanslagen regelmatig in het nieuws kwam. De laatste jaren heb ik weer meer waardering voor het geloof gekregen. De Heilige Schrift staat vol symboliek, maar het gaat fout als mensen een tekst verkeerd en letterlijk interpreteren. Het zijn de verhalen waar je mooie lessen uit kunt leren en waardoor onze maatschappij is gevormd.”

Zelfacceptatie

Wat dacht hij toen hij werd gevraagd een interview te geven aan een spiritueel tijdschrift?

“Toen ik hiernaartoe fietste vroeg ik me af wat het woord ‘spiritueel’ nou betekent. Ik wilde het eigenlijk aan jou vragen.” >

'Verdriet verdiept, het maakt je een emotioneel interessanter mens'

Spiritualiteit is typisch zo'n woord dat zo vaak en op een verschillende manier gebruikt wordt, dat niemand meer weet wat het betekent. Voor mij betekent het bewust leven, waarbij je je eigen verantwoordelijkheid neemt en tegelijk ziet dat je met alles verbonden bent.

"Voor mij is het: weten dat je een steentje in de rivier bent. Je wilskracht opgeven en laten gebeuren wat er moet gebeuren. Ik ben nogal een controlefreak, dus voor mij is dat heel nuttig. Als je in de kunst zit, gaat het altijd maar over jouw wil om te scheppen. Jij geeft vorm, jij bepaalt, anders gebeurt het niet. Als tegenwicht heb ik het nodig om te voelen dat ik maar een kiezelsteentje in een rivier ben en dat het geen zin heeft om tegen de stroom in te gaan."

Is er een onzichtbare, organiserende kracht?

"Niet organiserend zoals wij dat kennen, denk ik, maar het meeste is onzichtbaar. Als ik nu verkouden ben, kan jij het morgen ook worden. Als ik zeg 'ik geef mijn wil op', dan bedoel ik niet dat ik het aan een godheid uit handen geef. Volgens mij is er een soort energie, een spulletje dat ons universum bij elkaar houdt, maar dat houdt geen rekening met onze verlangens en gedoetjes. De rivier houdt geen rekening met individuele kiezelsteentjes." **Dus er is geen plan, geen liefdevolle dragende intelligentie?** "Nee."

Hè, jammer.

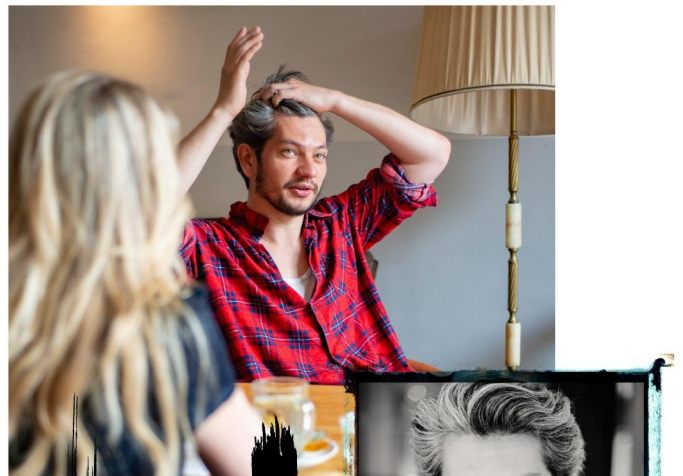
"Dat is maar goed ook, want anders zouden we in een dictatuur leven. Dan bepaalt een autoriteit, hoe liefdevol ook, hoe dingen lopen. Het geheel bepaalt en wij zijn er onderdeel van. Het beste voel ik dat als ik in retraite ben. De laatste keer was dat een tien-daagse stilleretraite."

Wat deed dat met hem?

"Ik ging ernaartoe met het idee dat ik dit moest doen, maar dat het vast ellendig zou worden. Als ik tien dagen mijn mond dicht hield, zouden mijn demonen me vast komen lastigvallen. Het tegendeel bleek waar. Er kwam geen angst naar boven, maar een enorme liefde. Ik dacht dat ik demonen aan het onderdrukken was, maar ik bleek zelfacceptatie en liefde te saboteren. Praktisch gezien was het wel een bezoeking, dat uren op een matje zitten. De eerste vijf dagen was het hel en de laatste vijf dagen was het of ik aan de xtc was geweest. Ik kon tien minuten geboeid en vol bewondering naar een bloem kijken als we even de tuin in mochten lopen. Ik was het ander en het andere was mij. Ik voelde een diepe acceptatie met de dingen zoals ze zijn. Drugs is een shortcut naar een soortgelijk effect dat je eigenlijk niet hebt verdiend. Het is raar voor je lichaam en ziel, en daardoor beklijft het ook niet."

Je moet het verwerven?

"Om jezelf te verlichten in de zin van ontwikkelen, moet je strijd leveren. De worsteling aangaan. Je moet jezelf de kans geven om te vechten, want pas als je uitgeput bent en je alles hebt gegeven, kan het inzicht tot je komen. Anders wordt het een laffe affirmatie; een mooie, handige spreuk. Het heeft geen zin om meteen te zeggen: 'Ik laat deze persoon die mij heeft verlaten los.' Onzin. Eerst moet je vechten, boos zijn en wanhopen voordat je beseft dat het niet meer kan en dat het goed is zo. Het inzicht komt na de harde les." 🌸



De spirituele ladder

Susan Smit toetst bij bekende Nederlanders op welke trede van de spirituele ladder zij staan. Haar conclusie na het gesprek zie je terug in de ster op de tekening hiernaast. 'Maarten scoort tussen open-minded en overtuigd'