

## *Ichiro*

*Ichiro zat op een grote rots en keek peinzend uit over de zee. Hij zat er al even, geheel alleen met zijn gedachten. Zware gedachten, grote gedachten over het leven en de dood, en dan vooral zijn leven en hoe hij verder wilde en moest. Van een leven vol zekerheden was hij in korte tijd gekomen op een plek waar hij niks meer zeker wist. Zucht. Zijn maag knorde en herinnerde hem eraan dat hij vandaag nog niks gegeten had, ook al was het halverwege de middag. De paar handenvol bramen die hij gisteravond had gevonden waren ook weinig vullend geweest. Hij bedacht dat hij in een lastig parket zat en toch echt zou moeten zorgen dat hij wat te eten had vandaag. Hij scheurde zijn blik los van de zee en al zijn overpeinzingen om zijn aandacht te richten op aardser zaken. Eten. Overleven. Slapen. Op dit moment was hij niks meer dan een zwerver en het laatste wat hij wilde was om ergens als slaaf ingelijfd te worden. Eergisteren was hij ternauwernood ontsnapt aan een opzichter en het leven van een landloper was weinig waard.*

*Met een korte wandeling door de duinen kwam hij in het nabijgelegen bos. Na enig zoeken vond hij een steen met een scherpe rand en een grote, stevige tak. Met de steen begon hij een scherpe punt aan de tak te maken, zo goed en kwaad als dat ging met een steen. Ichiro zwogde op de taak met een verbeterheid die zijn onervarenheid ophief. Na een goed uur was hij tevreden over het resultaat en liep naar een beekje dat hij verderop hoorde stromen. Hij bedacht dat hij kon proberen een vis aan zijn speer te spiesen. Hij trok zijn laarzen uit en zette ze onder de boom nabij. Met opgestroopte broekspijpen liep hij over de bosgrond naar de rand van de beek, terwijl de eikeltjes en wilde kastanjes in zijn voeten prikten. Hij was zich erg bewust van gebrek aan eelt terwijl hij zo'n tien meter overbrugde. De beek bracht een aangename verkoeling toen hij er in stapte en doorliep tot het water halverwege zijn kuiten kwam. Ingespannen keek Ichiro het water in, zijn omgeving verder vergetend. Het water was helder en zo nu en dan waren er ook daadwerkelijk vissen die voorbij zwommen. Hij dacht dat het forellen waren, maar het zouden ook zalmen kunnen zijn. Eerlijk gezegd had hij geen idee. In opperste concentratie maakte Ichiro zich klaar om toe te slaan. .... 'Pats!' .... Mis. De vis zwom snel weg. Nog eens. Ichiro zette zich schrap. .... 'Pats!' .... Mis. Hij gromde van frustratie, maar gaf het niet op. Weer zag hij een vis en mikte hij heel precies. 'Pats!' Weer mis! Plots werd de stilte verbroken door een hartelijke lach. Hij werd uitgelachen! Verstoord keek Ichiro opzij en zag een jonge man, misschien een jaar of twee ouder dan hij langs de kant van de beek zich vasthouden aan een boom, rood van het plezier. Boos van de schaamte en frustratie zei Ichiro; 'Ik had hem bijna, een hele grote! Daarom was hij net te sterk en me te snel af!' De vreemdeling hikte even van de lach, trok een serieuzer gezicht en antwoordde; 'De vis die men niet vangt is altijd groot', en schoot weer in de lach. Even stond Ichiro vertwijfeld te kijken en streed hij van binnen om de woudloper een tik te geven of mee te lachen. Het resultaat was een schaapachtige, beetje zure lach, terwijl hij zich met zijn houding geen raad wist. De lachende man bekwam een beetje, liep deels de beek in en strekte zijn hand uit 'Marcus. Wil je hulp?' De lach van Ichiro werd er een van opluchting en hij schudde de warme, stevige hand van Marcus met een 'Ichiro. En ja.' Zonder er verder woorden aan vuil te maken liep Marcus terug naar de rand van de beek, trok zijn laarzen uit en legde zijn boog af. Om zijn middel hing een schede*

aan zijn riem waar een flink mes in moest zitten. Tevens met opgestroopte broek banjerde Marcus terug de beek in om met grote vanzelfsprekendheid de zelfgemaakte speer van Ichiro over te nemen. Na even gekeken te hebben naar de balans ervan en de punt met zijn mes iets scherper te maken positioneerde hij zich naast Ichiro. Terwijl hij uitleg gaf over hoe het water afstanden anders deed lijken en dat je daarom net naast de vis moet prikken om hem te kunnen raken was Ichiro zich erg bewust van Marcus' nabijheid. Marcus rook naar vers zweet, muskus en sparrenhars. Ichiro voelde zich warm en dacht aan.... 'Pats!' 'Raak!' riep Marcus uit. Ichiro kreeg de speer aangereikt om het nu zelf te proberen. Wat had Marcus ook afweer gezegd? Iets over naast de vis mikken... Ichiro ging weer staan en werd al snel gecorrigeerd in zijn houding door Marcus, die zijn schouders omlaag trok en met zijn voeten tegen Ichiro's enkels tikte om hem steviger te doen staan. In het uur dat volgde vingen ze nog drie vissen, waarin Ichiro echt wel wilde leren, maar ook meer afgeleid was dan anders. Dat kwam vast door de honger....

Na dat uur kroop hij met weke voeten op de kant en liet zo min mogelijk merken dat de bezaaide bosgrond pijn deed aan zijn voeten. Marcus keek, maar zei niks. Die begon zonder woorden hout te sprokkelen en een klein vuur aan te leggen met een soort achteloos gemak waar Ichiro jaloers op was. Marcus reikte hem zijn mes en zei hem de vissen schoon te maken. Ichiro wilde zich niet laten kennen en nam het mes aan. Hij wist hoe hij een slag met een zwaard moest uitdelen, in theorie. Hij kon paardrijden en lezen en schrijven. Hij kon boekhouden en had breed les gehad over verschillende onderwerpen. Van voedsel bereiden wist hij niks. Hij dacht na over de momenten dat hij vis had gegeten. Er had een snee onderin gezeten en de schubben zaten er niet meer op... Hij nam de vissen mee naar het water en maakte een snee onderin. Ingewanden en bloed stroomden over zijn vingers naar buiten. Met een vies gezicht trok hij die uit de vis en liet ze in het water glijden. Het mes hield hij vast met glibberige vingers en hij begon de schubben van de vis te schrapen. Wat een vieze klus eigenlijk! Toch deed het vooruitzicht aan eten zijn maag knorren. Zo goed en kwaad als het ging maakte hij de vier vissen schoon en bracht ze terug naar Marcus, die ondertussen een goed vuurtje gaande had en de vissen zonder commentaar van Ichiro aanpakte en ze aan een stok reeg (hier en daar nog een schub verwijderend en nog even checkend op ingewanden). Hij reikte een bosje groene kruiden aan en zei 'als je die tussen je handen en vingers wrijft heb je minder last van de lucht. Wil je ook mijn mes even onder handen nemen?' Ichiro pakte de kruiden aan en liep terug naar de waterkant om daar het mes en zijn handen schoon te maken. Hoewel de vislucht niet helemaal weg was, was deze wel aanzienlijk minder. Teruglopend vroeg hij zich af waarom hij niet gevluht was van de woudloper. Hij voelde zich niet per se op zijn gemak, maar niet onveilig. Terwijl hij het mes terug gaf aan hem zei Ichiro; 'kan ik nog wat doen?' Met een gebaar wees Marcus naar een zitplek en gaf hem een stuk brood uit zijn tas. Het water liep Ichiro in de mond en pakte het aan, het uiterste van zichzelf vragend om niet alles gelijk te verslinden. 'We moeten nog wel wat doen voordat we gaan slapen, en als je wilt maken we hier ook kamp op vannacht. Ik weet niet of je wilt dat ik ga nadat we gegeten hebben?' Marcus keek hem opmerkzaam aan. Ichiro nam eerst een grote hap van het brood en bloosde tot zijn eigen ergernis. Zijn lijf juichte bij het eten van het brood en hij nam nog een hap voordat hij antwoord gaf. 'Als je de tijd hebt om me een beetje te leren overleven in het bos en me de richting te wijzen van de

hoofdstad zou ik dat het liefste willen, maar als je er geen tijd voor hebt of dat niet wilt moet je het eerlijk zeggen. Ik kan nu al vissen vangen', voegde hij er met een klein lachje aan toe. Marcus glimlachte, maar bleef serieuzer dan hij tot nu toe geweest was. Met een stok viste hij twee knollen tussen het hout vandaan, waarvan Ichiro niet eens had gezien dat hij ze er tussen gelegd had. Hij prikte er 1 aan een vork en gaf deze aan Ichiro en hield er zelf eentje aan zijn mes. Ichiro besepte niet dat knollen een godenmaal konden zijn totdat hij de eerste hap proefde en prompt zijn mond brandde. 'Een beetje overleven werkt niet Ichiro. Of je overleeft, of niet. Ik heb geen idee hoe je hier verzeild bent geraakt, en het is aan jou of je me wel of niet je verhaal vertelt. Ik wil je de komende tijd leren leven in het bos en je dan afleveren in de hoofdstad. Wil je dat daar anderen je herkennen?' Ichiro keek verschrikt naar Marcus, die zijn schouders ophaalde. 'Ik weet niet wie je bent Ichiro, en zoals ik al zei, het is aan jou. Maar hier val je op als een elf in een mensenstad. Je weet niet hoe je moet jagen, hoe je de weg moet vinden, en je bent nog net niet als een hulpeloos verdwaald kind, maar veel schelen doet het niet. Je bent overduidelijk intelligent, hebt doorzettingsvermogen en een bepaalde verwondering over je. Ik weet niet of je ergens van weg rent of ergens naar toe, maar als ik zou moeten gokken ben je ergens voor op de loop. Dat betekent ook dat je misschien verborgen zou willen houden wie je bent en waar je vandaan komt. Of je een richting of een bestemming hebt bepaalt je weg.' Ichiro moest even slikken voordat hij Marcus weer aan durfde te kijken. Het stak dat hij hem vergeleek met een hulpeloos kind. Hij was al een man! Maar wel eentje die het zeer waarschijnlijk in zijn eentje niet ging redden. Hij slikte nog eens. 'Ik ben niet bereid mijn levensverhaal te vertellen, maar neem je aanbod om mij meer te leren graag aan. En misschien dat we elkaar dan eerst wat beter kunnen leren kennen'. Marcus knikte. De vissen waren klaar en werden verdeeld, beiden aten in stilte. Het einde van de dag was nabij en over niet al te lange tijd zou het schemeren. Marcus liet zien hoe hij hout vond dat goed zou branden en hoe hij het vuur klein kon houden. Beiden zouden er naast kunnen slapen. Uit de plunjebaal van Marcus kwam een deken die hij Ichiro toegooide. Deze nacht zou Ichiro goed slapen. Hij wist niet hoe moe hij was en vooral hoe hyperalert hij was geweest tot hij zich in de deken wikkeldde en ging liggen. Op de een of andere manier vertrouwde hij Marcus, die doelgericht alles deed op een goedmoedige manier. Marcus... Ichiro viel in slaap.

De volgende ochtend werd hij wakker van de geur van gebakken worst! Met verwarde haren en licht gedesoriënteerd ging hij overeind zitten en voelde de koele ochtendlucht toen de deken van hem gleeed. Ichiro keek om zich heen en zag Marcus nergens. Een licht gekraak van rechts en hij zag hem verschijnen, zijn broek nog dichtknopend. Ichiro stond op en liep ook even weg om snel weer terug te keren voor het ontbijt. Een snelle grijns van Marcus als begroeting en een 'goedemorgen schone slaper' maakte dat Ichiro ook moest lachen. In geen weken had hij zich zo goed gevoeld. Hij ging naast Marcus zitten en nam dankbaar worst aan en een stuk brood. 'Dat is het laatste, dus vandaag moeten we aan de slag voor ons voedsel' was het enige wat Marcus zei voordat hij een halve worst in zijn mond propte. Het ontbijt was snel op en verzadigd en tevreden legde Ichiro zijn hand op de bovenarm van Marcus 'dankjewel dat je me zo geholpen hebt, ik heb me al lang niet meer zo goed gevoeld'. Hij kneep nog even in zijn bovenarm en zonder dat hij zelf goed begreep waarom bleef zijn hand even liggen. Hij voelde Marcus even verstarren naast zich voor hij zich naar Ichiro

keerde. Zijn hand belandde op het bovenbeen van Ichiro. 'Ik wil je ook alleen helpen, maar weet dat ik...', Marcus zocht even naar woorden, 'Ontsteek geen vuur dat je niet doven kunt'. Het bloed steeg naar het hoofd van Ichiro, maar koppig zochten zijn ogen die van Marcus. 'Je kunt het vuur verbergen, maar wat dacht je met de rook te doen?' Het was het laatste wat hij zei in het uur dat volgde. Marcus zoende hem vol op zijn mond en van daar uit ontdekten beiden gretig het lijf van de ander. Ichiro had nooit eerder lust en verliefdheid zoals nu gevoeld en gaf zich volledig over aan de wildheid, gretigheid en de kracht ervan. Later lagen beiden verzadigd en verstrengeld na te genieten, volledig ontspannen en even los van de zware gedachten die hem de afgelopen weken geplaagd hadden. Op een gegeven moment maakten ze zich met tegenzin van elkaar los, wisten zich in de beek om vervolgens voor eten en een nieuw kamp te zorgen.

De weken die volgden werden een gouden tijd voor Ichiro, een tijd waar hij altijd met warmte aan terug zou denken en die hem op de moeilijke momenten zouden voeden. Marcus en hij leerden elkaar beter kennen, al liet hij sommige informatie achterwege. Marcus vroeg nooit door, maar leek te genieten van wat hij kreeg in het hier en nu. Ondertussen werd Ichiro steeds meer bedreven in het overleven in de natuur. Als het nodig was jaagden ze op groter wild, wat Marcus verkocht in kleine omliggende dorpen in ruil voor brood, kaas en andere voorraden. Er kwam een mes, vork, kom en een deken voor Ichiro en een bescheiden rugtas. Toch waren beiden niet gebrand om op weg te gaan naar de hoofdstad. De weken werden maanden waarin hun liefde verder opbloeide. Het was alsof ze alleen waren op de wereld. Toen de winter in aantocht was bleek Marcus een eenvoudige hut te hebben waar hij in de winter sliep. Ichiro stond voor een keus. Hij kon zich proberen te verliezen in deze droom, of om toch het pad te bewandelen dat hij steeds helderder voor zich zag liggen. Op een avond vroeg Marcus, zijn Marcus, wat hij te zeggen had, maar tot nu verzweg. Ichiro keek hem aan met een soort weemoed. 'Weet je Marcus, wie zijn plicht ziet en hem niet vervuld is een lafaard. En ik wil geen lafaard zijn. Niet meer. Ik zou het liefst met jou, voor altijd zo willen leven. Maar ik moet problemen rechtzetten. In mijn droom heb ik een boodschap gekregen van de goden dat mijn pad niet hier eindigt, maar nog veel verder leidt. Ik ben nog lang niet klaar. Ik zou willen dat je mee gaat, maar ik denk dat mijn pad niet de jouwe is.' Marcus bleef stil, waardoor Ichiro verder sprak. 'Ik moet naar Alrichheim, de hoofdstad en daar mensen opzoeken die mijn ouders hebben gekend, en wellicht mij ook. En dan... weet ik het ook niet precies. Maar ik weet wel dat ik mijn geboorterecht moet claimen zodat ik dingen kan veranderen die verandert moeten worden'. Marcus knikte en zijn stem klonk schor, maar rustig. 'In deze bossen waren er altijd vier elementen; de doorschijnende lucht, het onpeilbare water van de meren en beken, het vuur van de zon en de trillende aarde. Jij bent voor mij het vijfde element, mijn hart. Ik zal je brengen waar je moet gaan en zal er voor je zijn als je me nodig hebt, maar kan jouw weg niet voor je lopen. Ik kan je als gids de weg wijzen naar het volgende punt, maar ik kan de berg niet voor je beklimmen. Ik ga je missen als ik je moet achterlaten, maar tot het zover is ga ik nog van je genieten', eindigde hij met een schalkse lach. Na enkele dagen waarin Ichiro zich alles van Marcus in zijn geheugen probeerde te prenten en tegelijkertijd te genieten van de korte tijd die ze nog hadden, vertrokken ze naar de hoofdstad. Met drie dagen waren ze aangekomen en volgden ze de weg naar een druk plein. Alle drukte was overweldigend na zoveel rust en

stilte en deed bijna onwerkkelijk aan voor Ichiro. Stevig hield hij de hand vast van Marcus op het plein, onwillig om al gedag te zeggen. Hij keek naar Marcus, zijn gespierde lijf, gebruide huid, scheve lach en zijn wijze ogen. Langs hem zag hij verderop een jonge nobelvrouw aan komen, onder begeleiding van bedienden. Ichiro verstijfde en Marcus keerde zijn lichaam naar de kijkrichting van Ichiro. 'Wat is er, lief?' Verstrakt keek Ichiro hoe de vrouw in hun algemene richting liep en hij wist dat hij dit hoofdstuk van zijn leven moest sluiten omdat er een nieuwe was aangebroken. 'Ik ken haar, en zij mij waarschijnlijk ook. Zij is van een nabijgelegen baronie en haar familie en de mijne waren bevriend. Zij is degene die me kan helpen mijn geboorterecht terug te claimen'. Marcus zette zich in beweging, zijn hand even een zetje gevend in de holte van Ichiro's rug. 'Dan moet je haar begroeten en je kenbaar maken. Zometeen laat ik je gaan, zodat zij je op het volgende deel van je pad kan helpen. Ik hou van je, Ichiro. Mag ik dan nu, voordat ik vertrek, je gehele naam weten?' Ichiro keek even opzij terwijl ze in de richting van de vrouw liepen. Een zekere vastberadenheid en rust had zich van hem meester gemaakt, terwijl een enkele traan over zijn wang gleed. 'Mijn naam is Ichiro Shugen, mijn lief. En in Silesia zal iedereen die naam gaan kennen.'

Ondertussen waren ze aangekomen bij de vrouw, kniep Marcus nog even in Ichiro's hand en liep rustig weg. Het laatste wat hij Ichiro hoorde zeggen was 'Hallo Lydia'.

## Een verhaal vertellen; waar let je op?

Een verhaal vertellen is een vaardigheid, en volgens sommigen zelfs een kunst die iedereen in meer of mindere mate beheerst. Er zijn verhalen van soms wel een paar duizend jaar oud en sommige verhalen zijn pas net 'geboren'. Voor vertellers zijn er een aantal tips om het verhalen vertellen boeiend te brengen, in te spelen op je toehoorders en eventueel podiumvrees te overwinnen. Met een goed verhaal kun je mensen raken, publiek op het puntje van hun stoel laten zitten en er vooral ook zelf van genieten. Laten we samen eens kijken hoe je de magie van een verhaal over kan brengen.

1. Een goed begin is het halve werk. Bedenk een goede binnenkomer, een intrigerende opmerking, een gesprek die de sfeer neerzet of een mooie situatieschets.
2. Oefen, oefen en oefen met je verhaal vertellen. Een verhaal dat je goed kent zit als een fijne jas als je het eenmaal aan publiek gaat vertellen. Het kan helpen om het verhaal een keer op de dictafoon op te nemen en terug te luisteren. Als je een verhaal goed kent en je wordt een keer onderbroken of afgeleid tijdens het vertellen, pak je de draad ook weer makkelijk op. Je kan ook een keer oefenen met een bekende, die je dan feedback kan geven. Dat kan fijn zijn, maar zoek wel iemand uit die je daarin prettig vindt.
3. Maak contact met je publiek en gebruik al je nonverbaal gedrag. Als je maar iets onthoudt van deze workshop, onthoudt dan vooral dat in het vertellen van een verhaal 70 tot 90% van je verhaal en boodschap overgedragen wordt door het nonverbale deel. Denk aan het maken van oogcontact, het maken van ondersteunende gebaren, het inzetten van je lijf om ook de emoties van je verhaal uit te beelden en het gebruik van je stem. Dus niet de woorden zelf, maar de intonatie, volume, snelheid en klankleur van je stem. Even zo belangrijk in dat nonverbale deel is ook de rustmomenten die je inbouwt. Een heel verhaal op dezelfde snelheid vertellen boet in aan levendigheid.
4. Ook een belangrijk iets om rekening mee te houden is de tijd. Houdt er rekening mee dat een goed verhaal niet te lang gaat duren, simpelweg omdat je publiek maar een beperkte hoeveelheid aandacht te vergeven heeft. Dat is ook de reden dat een gemiddelde Ted talk niet langer dan 20 minuten duurt.
5. Bij het vertellen van je verhaal kan je nadenken over de omgeving waarin je dat vertelt. Natuurlijk is het de vraag of je daar invloed op hebt of een plek toebedeeld krijgt. Maar als een deel van je verhaal zich in een bos afspeelt, is niks mooier dan je verhaal ook buiten te vertellen. Om die reden kan het ook prettig werken om enkele attributen te hebben om je verhaal te ondersteunen. Let er wel op dat teveel toeters en bellen af gaan leiden van het verhaal dat je vertelt. In het verlengde daarvan; als je er invloed op hebt, zorg dan voor zo min mogelijk afleiding van buitenaf.
6. Zorg dat je passie hebt voor het verhaal dat je vertelt, dat je er van houdt om juist dit verhaal te vertellen en over te brengen. Dit 'lekt' onbewust door in je nonverbale gedrag en dit pikt het publiek doorgaans feilloos op.

## Een verhaal bouwen; waar let je op?

1. Geef je verhaal een duidelijke structuur met een begin, een kwestie, een hoogtepunt, een brug en een slot. Je kan dit grafisch zien als een driehoek, waarbij je begint in het dal, de kwestie op de linkerflank duidelijk wordt, de punt het hoogtepunt is en je na de brug over rechts eindigt in het dal rechts. Zelf heb ik iemand wel eens horen zeggen dat wanneer je een hoofdpersoon volgt die de weg van een mythe volgt; dat waar hij altijd was, de ontdekking dat er iets of meer aan de hand is en de gids die hem daar brengt, de dingen die er verder op het spoor komen, de dwaling of verleiding, het moment van doorzetten en de grote openbaring of clue.
2. Zoek de klik; het helpt als je zelf wat hebt met het verhaal en de personages. Vertel een verhaal wat je ligt. Dat komt tijdens het vertellen over. En in het verlengde daarvan; laat de karakters in je verhaal voor jezelf leven. Werk desnoods de karakters uit, zonder dat je over al die details vertelt.
3. Zorg dat het verhaal in je hoofd zit. Je hoeft niet alles letterlijk te weten, maar zorg dat de verhaallijn in je hoofd gebeiteld zit. Zorg dat je die goed af kan rollen.
4. Zorg dat het perspectief dat je kiest voor je verhaal vastgehouden wordt. Of je nou vanuit het ik-perspectief je verhaal vertelt, of als toeschouwer, of terugdenkt in de tijd, zorg dat je consistent bent.
5. Vindt een goede ijsbreker als je je publiek nog niet zo goed kent. Een verhaal vertellen kan spannend zijn en door een gerichte vraag of opmerking kan je al gelijk de toon zetten en je betrokkenheid bij het publiek tonen. Op een ledendag als dit kan de vraag 'hebben jullie er zin in?' al voldoende zijn, maar een aankondiging of verzoek als 'laat me jullie een verhaal vertellen' kan ook werken. Ga je een grappig verhaal vertellen, kijk dan of je met een leuke oneliner kan komen.