Indische mannen – doen van zich – spreken

Door:Rick Shamier

‘Hoe komt het dat ik emoties wegdruk?’

Edwin is vijftig en kijkt me met grote ogen aan. Zijn stem klinkt zacht en hij struikelt vaak over zijn woorden. Hij vertelde me over zijn opa, die zwijgzaam was en beladen onderwerpen uit de weg ging. Die als beroepsmilitair terugging naar Indië ten tijde van de Bersiap. Daar verder nooit over gesproken heeft, maar de meest afgrijselijke dingen zal hebben gezien. En misschien zelf ook mensonterende daden heeft verricht. Edwin’s vader, die nooit iets heeft willen weten van zijn Indische achtergrond; ook weer een gesloten boek. Pas nu hij tweeëntachtig is, bezoekt hij af en toe een tentoonstelling of evenement met zijn zoon. Opgegroeid binnen een Indische familie met deze mannen als voorbeeld, heeft Edwin geleerd om geen vragen te stellen en zijn gevoelens te onderdrukken. Om zo ten alle tijden de harmonie te bewaren. De consequenties voor zichzelf op de lange termijn zijn groot. En knellen steeds meer en meer, voelen bijna ondragelijk nu. Want zijn hele leven vrijgezel geweest, maatschappelijk een goede positie maar een teruggetrokken leven. Is er nu meer en meer de behoefte naar een diepere verbintenis met een partner. Maar ook heel onbekend en spannend. Want hoe dan? Hoe ga je om met emoties als je geen mannelijke voorbeelden hebt gehad en niet geleerd hebt hoe dat werkt?

Edwin heeft uitgereikt en samen zullen we ontdekken hoe contact maken werkt voor hem. Het verschil tussen gevoelens en emoties, waar je invloed op hebt en welke niet. En waar hij als mens mee heeft te dealen.

Wat het hem kan brengen? Voor Edwin een ontdekkingstocht die net is gestart. Ik en vele andere Indische mannen zijn hem voorgegaan. Hebben geleerd ons te openen, doorvoelen, uiten en beleven. En ons persoonlijk te ontwikkelen binnen vriendschappen en relaties. Met vallen en opstaan, een levenslang avontuur. Met als resultaat iets meer ontspanning, verbondenheid en vreugde. Wanneer je weet waar je vandaan komt, wat je bijdrage en bestemming kan zijn.

Mijn naam is Rick Shamier (1963), beide ouders zijn geboren en getogen in Indië. Al decennia lang werk ik als trainer en teamcoach binnen verschillende zorginstellingen. Vanuit mijn praktijk aan huis in Heemstede verzorg ik individuele trajecten. Daarnaast verzorg ik iedere maand een Indische Stamtafel. Bijeenkomsten voor maximaal 7 deelnemers, waarin vragen en thema’s rondom onze Indische roots op tafel mogen komen. In de vooravond ronden we af in een restaurant bij een heerlijke Indische rijsttafel. En naar verwachting zal in voorjaar 2027 een 3-daagse training voor Indische mannen van start gaan.

Vanuit mijn ervaring als coach en gespreksleider creëren we samen een sfeer van oprechte betrokkenheid, veiligheid en respect. Wat ik persoonlijk bijdraag is een doorleefde kennis en expertise van thema’s als culturele identiteit, processen van vergeving en het helen van intergenerationeel trauma. Mijn opleidingen als Maatschappelijk Werker en Orthopedagoog dragen hierin natuurlijk bij. Ik beleef het als een voorrecht om dit te mogen en kunnen aanbieden.

Heb jij familiebanden met Indië, heb je daar vragen over en wil je verder ontwikkelen? Bijvoorbeeld meer kennis over het omgaan met emoties, stellen van grenzen of loyaliteit?

Individueel of in groepsverband? Dan ben je van harte welkom in Heemstede. De volgende data zijn zaterdag 28 november, 30 januari en 27 februari. Voor meer info en aanmelden: https://contacttrainingen.nl/training/indische-stamtafels/