

# INHOUD

- I. Overweldigende ervaringen: wat zijn dat? 9
  - 1. Vroege fascinatie: mos tussen de stenen 11
  - 2. Tien overweldigende ervaringen 16
  - 3. Even actueel als ongemakkelijk 27
  
- II. Zeven karakteristieken van overweldigende ervaringen 39
  - 4. Een oceanische beleving 41
  - 5. Dansen met de werkelijkheid 51
  - 6. Voorbij de tijd 67
  - 7. Het onbewuste spreekt zich uit 74
  - 8. 'Lijf ben ik geheel en al, en niets buiten dat!' 82
  - 9. Losbreken uit ego en andere overtuigingen 90
  - 10. Emoties als lichtspoor 101
  
- III. Andere ervaringen van bewustzijnsverruiming 113
  - 11. Religieus, mystiek en romantisch ervaren 115
  - 12. Ervaringen van pieken, plateaus en flow 124
  - 13. Bijna-doodervaringen, aha-erlebnissen en extase 136
  
- IV. Tot slot 149
  - 14. Een overweldigende uitnodiging 151

Bijlage: Ons onbewuste: slim, snel en oorspronkelijk 161

Noten 167

Geraadpleegde literatuur 173

# I

## OVERWELDIGENDE ERVARINGEN: WAT ZIJN DAT?

The more you talk and think about it  
the further astray you wonder from the truth.  
Stop talking and thinking,  
and there is nothing you will not be able to know.

Seng-ts'an  
(496?-606)

Experience is an arch where through gleams  
that untravelled world, whose margin fades  
forever and forever when I move.

John Dewey  
(1859-1952)



# 1 VROEGE FASCINATIE: MOS TUSSEN DE STENEN

In een van mijn vroegste jeugdherinneringen zit ik op een zomerochtend op de stoep voor onze deur. Overal in de straat is zon en vanuit huizen en werkplaatsen vult de lucht zich met vrouwenstemmen en geluid van zagen en timmeren. Het mos tussen de stenen is frisgroen en besprenkeld met glinsterende dauwdruppels. Met mijn blote benen voel ik hoe de klinkers geleidelijk warmer worden. Deze indrukken staan me vele decennia later nog helder voor de geest. Ook kan ik me herinneren wat ik voelde. Ik geloof niet dat ik daar toen woorden voor had, maar het kost me weinig moeite ze nu te vinden: ik verwonderde me over wat ik zag en hoorde. Hoe mooi dit alles was, hoe fascinerend ook dat het er gewoonweg wás. Ik voelde me deel van het grootse geheel van straat, huizen, mensen en de uitgestrekte blauwe koepel daarboven. Ik voelde me opgenomen en dat maakte me rustig. Ik had vertrouwen in het leven en in mijn plaats daarin.

Deze prille beleving heb ik altijd gekoesterd. De eerste twintig jaar zonder er ook maar iets over te zeggen. Ze voelde zo vanzelfsprekend dat ik dacht dat iedereen weleens zoiets mee maakte. Waarom er dan over te beginnen? Dat is toch zinloos, om niet te zeggen dom? Merkwaardigerwijs had ik tegelijkertijd het gevoel dat ik de enige was met een dergelijke ervaring, wat maakte dat ik me er ook voor schaamde. Pas heel veel later,

in de veiligheid van een liefdesrelatie, durfde ik er voor het eerst over te vertellen. Sindsdien noem ik deze herinnering mijn mos-tussen-de stenen ervaring. Die kleine groene sprietjes, een detail zou je zeggen, waren even veelzeggend als al het andere.

De mos-tussen-de stenen ervaring is in de loop der jaren belangrijker voor me geworden. Meer en meer begon ik het te zien als het zonnige startpunt van mijn leven. Het was een intense ervaring van schoonheid en geborgenheid die me een basis heeft gegeven die ik 'zijnsvertrouwen' ben gaan noemen. Liefdes, vriendschappen en werk konden me soms onzeker en ongelukkig maken, maar op een dieper niveau was er altijd vertrouwen. Het 'mos' beschouwde ik ook steeds meer als een raadselachtig doorkijkje naar een wijze van bewustzijn met ongewoon veel helderheid en gevoelens van verbinding. Steeds sterker raakte ik geboeid door de aard en de betekenis daarvan.

Dat weerhield me er echter niet van om een gewoon pad van school en studie te volgen en ruim vijftientig jaar in het grote bedrijfsleven te werken. Dat is een wereld met ogenschijnlijk weinig oog voor zoiets kleins en onbeduidends als mos tussen de stenen. Mijn fascinatie maakte echter dat ik er soms toch over begon en enkele jaren geleden ben ik dat zelfs systematisch gaan doen. Daarbij vertelde ik in eerste instantie niets over mijn eigen gewaarwordingen maar vroeg eenvoudigweg of men weleens een ervaring heeft gehad die je 'bewustzijnsverruimend' zou noemen. Met opzet liet ik in het midden wat je daaronder zou kunnen verstaan of wat daar zoal over gezegd en geschreven wordt. Dat ik er soms naar vroeg, gaf alleen aan dat het onderwerp me interesseerde.

Het resultaat van deze eenvoudige en open vraagstelling was elke keer verbluffend. Bijna iedereen wist onmiddellijk waar ik op doelde, een toelichting was zelden nodig en een korte overpeinzing was voldoende om te kunnen reageren. Daarbij leek men alerter te worden en vertelde men vervolgens le-

vendig en enthousiast over voorvallen van soms tientallen jaren geleden. Locatie, sfeer, geluiden en lichtinval werden en detail beschreven, evenals wat men daarbij voelde, beleefde en had ingezien. Wat men had meegemaakt was direct, veelomvattend en indringend, bovenal vanzelfsprekend en onontkoombaar en niet weg te duwen of te negeren. Deze intieme belevenissen had men zelden eerder gedeeld en de gesprekken waren dan ook openhartig en vol van emoties.

Het zal geen verbazing wekken dat deze ontmoetingen een schat aan verhalen opleverden, rijkgeschakeerd en betekenisvol. Ik legde ze in aantekeningen vast en koesterde ze. Tegelijkertijd riepen ze ook tal van vragen bij me op: wat zijn dit eigenlijk voor belevenissen? Wat is hun aard en betekenis, hoe zijn ze te begrijpen? Welk 'weten' schuilt erin en in hoeverre verschilt dat van onze gebruikelijke kijk op het leven? Waarom praten we er zelden over, maar vertellen we er wel geestdriftig over als ernaar wordt gevraagd? We noemen ze bewustzijnsverruimend, maar wat is dat welbeschouwd? En o ja, bewustzijn... wat verstaan we daaronder?

Gaandeweg ben ik me er meer in gaan verdiepen en gaan lezen over religieuze ervaringen, bekeringen en openbaringen, over mystieke belevenissen en ontmoetingen met het goddelijke. Ook stuitte ik op bijna-doodervaringen, 'aha-erlebnissen' en op Maslows piekervaringen. Daarnaast wilde ik ook in algemene zin begrijpen hoe we ons bewust zijn van het leven en wat overweldigende ervaringen ons daarover te zeggen hebben. Met dat in gedachten ging ik te rade bij auteurs op het gebied van neurologie, psychologie, filosofie, religie en spiritualiteit. Dat werd een wonderbaarlijke ontdekkingsreis: elke bril bleek een nieuw en uitzonderlijk aspect van een overweldigende ervaring zichtbaar te maken. Religie is bij uitstek geschikt om eenheidsbelevingen en hun betekenis te verwoorden. Filosofie beschrijft de vermeende vaste structuren van ons verstandelijk denken en laat zien wat we aan zuiverheid winnen als die worden doorbroken. Psychologie onderzoekt

onze bewuste en onbewuste geestprocessen en toont hoe waardevol het is als het onbewuste zich veel meer kan uitspreken. Neurowetenschap focust op de hardware, laat zien hoe het lichaam de geest heeft ontwikkeld en hoe een deel van onze geestprocessen bewust is geworden. Bovendien lees je daar hoe overweldigende ervaringen ons in evolutionair perspectief zowel terug als vooruit lijken te werpen. Spiritualiteit ten slotte toont hoe we de werkelijkheid op zulke momenten open beleven en ons niet langer op het verkeerde been laten zetten door illusies en ego.

Al pratend, studerend en schrijvend werd me echter ook duidelijk dat enige terughoudendheid was geboden met dit soort theoretische, algemene en wetenschappelijke inzichten. Voor je het weet, gaat het specifieke en subjectieve karakter van overweldigende ervaringen verloren, terwijl dat juist hun wezen en zeggingskracht uitmaakt. Het zijn intense zintuiglijke en fysieke sensaties die gepaard gaan met sterke emoties en gevoelens en die tot inzichten leiden die zich tot ver buiten het verstandelijke domein uitstrekken. Er toont zich een ruimer, intuïtief 'weten' dat de gebruikelijke rationele vormen en grenzen overstijgt. Met een eenzijdige analytische en conceptuele benadering ben je al snel hun essentie kwijt.

De uitdaging is dan ook om een balans te vinden. Een zekere ordening en typering zijn nodig voor een beter zicht op de aard en betekenis van deze ervaringen, maar die mogen niet de overhand krijgen en moeten ten dienste blijven staan van het verhelderen van de belevingen. In dit boek draait dan ook alles om de persoonlijke ervaringen als zodanig. Zij vormen het startpunt én het doel van elke beschouwing. In lijn daarmee omvat het volgende hoofdstuk als introductie een tiental van deze verhalen en beginnen alle hoofdstukken in deel II met zo'n uitzonderlijke beleving. Daarin komt steeds een uniek facet naar voren dat vervolgens nader wordt uitgediept.

In deel III wordt de overweldigende ervaring vergeleken met diverse andere vormen van bewustzijnsverruiming. Zij



blijkt significant te verschillen van bijvoorbeeld mystieke ervaringen, piekervaringen, bijna-doodervaringen, flow of extase, maar vertoont ook overeenkomsten. Voor wie wil, is dit deel ook vóór deel II te lezen.

Het afsluitende deel IV verwoordt de strekking van dit boek: een uitnodiging en zo mogelijk ook een inspiratiebron en steun in de rug om op een zelfbewuste wijze met een overwelddigende ervaring om te gaan. Hoe bijzonder ook, beschouw haar als een natuurlijk fenomeen dat je kijk op de wereld, het leven en jezelf verrijkt en je denken en handelen verbindend maakt.

# 2 TIEN OVERWELDIGENDE ERVARINGEN

Suzan trekt rond over Kreta en het eiland maakt diepe indruk op haar. Het is bergachtig, droog en schaars begroeid, waardoor de brandende zon en de zeewind vrij spel hebben. Veel streken ademen ruige levenskracht, maar er zijn ook groene oases met lieflijke ruïnes. De paleizen van ooit hebben open vormen, dieprode kleuren en stralen harmonie uit. Na een lange nacht met muziek en drank zit zij vroeg in de ochtend op een rotsblok, niet ver van het strand. Ze is omgeven door lage, zoet geurende begroeiing. Tussen twee gekronkelde bomen verschijnt de zon. Het doet haar de voortgaande kringloop van de natuur beseffen, van talloze zonsopkomsten, dag na dag, jaar na jaar, eeuw na eeuw. En hoe de oude bomen daarvan getuigen, vanaf lang voor tot waarschijnlijk ver na haar eigen bestaan. Ze voelt hoe klein ze is, maar ook hoe ze zich geborgen weet in de wijze waarop de natuur haar leven ruimschoots omvat.

Wat in deze belevenis opvalt, is dat er sprake is van open, intens zintuigelijk ervaren. Dat is kenmerkend voor veel overweldigende ervaringen. Je ziet, hoort, ruikt, voelt of proeft met een ongekende levendigheid. Dat gebeurt op een dusdanig indringende wijze dat geuren en kleuren, vormen en beelden je helder voor de geest blijven. Dertig, veertig jaar later kun je je de inval van het zonlicht of de druilende regen nog scherp herinneren.

Deze zintuiglijke sensaties gaan bijna altijd gepaard met lichamelijke gewaarwordingen. Je voelt je lichaam reageren in ademhaling, hartslag en temperatuur. Je hebt besef van honger, dorst, pijn, vermoeidheid, opwinding, spanning, ontspanning, verlangen, bevrediging enzovoort.

De fysieke beleving staat centraal in de ervaring van Jeanet, die als jonge twintigster een depressieve periode doormaakt. Ze is net afgewezen voor een baan als stewardess vanwege haar lichaamshouding. Eerder al zag ze haar ambitie om piloot te worden gedwarsboomd door haar slechte ogen. Terneergeslagen gaat ze bij haar buurvrouw langs, die als therapeute is gespecialiseerd in lichaamshouding. Dat bezoek herinnert ze zich dertig jaar later nog levendig. De vrouw legde een hand op haar achterhoofd waarna er een golf van warmte en ontspanning door haar heen ging. Het was alsof het licht aanging. Ze besefte eensklaps dat haar lichaamsstand geen blijvend gegeven hoefde te zijn. Dat ze zelf aan haar houding kon werken, dat er daarbij veel mogelijk was als ze dat zelf ook wilde. Als bij klokslag begon ze alles in een positief perspectief te zien.

Maar een jaar of twintig later is ze opnieuw vol fundamentele twijfels. Ze is inmiddels zelf geschoold en ervaren in lichaamstherapie. Ze voelt zich echter niet serieus genomen in de medische wereld waarin ze werkzaam is. Het is een sector waarin diploma's, titels en wetenschappelijk onderzoek de toon zetten. Een aanpak of behandeling kan alleen werken als deze ook wetenschappelijk wordt begrepen en bewezen. Vertwijfeld vraagt ze zich af of ze in haar lange opleiding eigenlijk wel wat heeft geleerd. Ze heeft het gevoel dat ze vastloopt. Maar dan gebeurt er iets bijzonders. Inmiddels heeft ze haar praktijk verbreed en ze behandelt nu ook paarden. Dit zijn namelijk gevoelige vluchtdieren voor wie een goede houding cruciaal is. Op een dag wordt ze gevraagd om een buitengewoon lastig en agressief paard te onderzoeken. Als ze de stal binnenloopt en het dier haar ziet, reageert het volstrekt anders dan de eigenaar gewend is. In plaats van driftig op te vliegen

blijft het staan, zakt wat door zijn voorbenen en legt zich in een volmaakt ontspannen houding op zijn zij. Jeanet realiseert zich onmiddellijk dat ze de afgelopen jaren wel degelijk veel waardevols heeft geleerd. Haar houding, haar uitstraling en haar energie worden blijkbaar onmiddellijk door het paard verstaan.

Behalve dat je op intense wijze de buitenwereld en je eigen lichaam kunt ervaren, kun je je dus ook in sterke mate bewust zijn van je innerlijk. Je bent dan ten volle je gevoelens, gedachten en stemmingen gewaar. Maar je bent je dan ook bewust van deze innerlijke ondervindingen. Ik noem dit meditatieve beleving. Die komt in bijna alle overweldigende ervaringen nadrukkelijk naar voren.

Zo ook in wat Jaap vertelde over een keerpunt in zijn huwelijk. Een aantal jaren geleden bereikte de relatie met zijn vrouw Eline een dieptepunt. Hoe goed ze ook bij elkaar passen, hoeveel ze ook om elkaar geven en van elkaar houden, in het dagelijks leven lukt het niet de gezamenlijke toon te vinden. Ze lijken op een doodlopende weg te verkeren en verstrikt te zijn geraakt in een web van teleurstellingen, verwijten en onrealistische verwachtingen.

Op een herfstachtige avond, met veel regen en wind, loopt Jaap wezenloos door het park. Hij is diep verdrietig en ziet geen enkele uitkomst meer. Het leven voelt als enorm benauwend, bijna verstikkend. Maar dan kijkt hij zonder directe aanleiding en met ogen vol tranen omhoog. De aanblik van de toppen van de bomen en de nachtelijke hemel raakt hem op een ongewone manier. Hij haalt een paar keer diep adem en voelt hoe een nieuw besef ontluikt. Hij realiseert zich hoe zijn verdriet en zijn gevoel van uitzichtloosheid aanwezig zijn, en ook dat ze er mógen zijn. Hij voelt zich dan ook in staat om deze gevoelens te omarmen, wat een weldadig gevoel van bevrijding geeft. Hij ervaart verruiming en daarmee ook inspiratie en kracht om andere vormen te vinden voor hun liefde.

Op een overweldigende manier ontdekt Jaap een funda-

mentele vrijheid. Hij beseft dat je innerlijk altijd de keuze hebt om je wel of niet neer te leggen bij hoe de buitenwereld zich aandient. Je doorziet dan de aard van je eigen overtuigingen en gevoelens. Het werkt bevrijdend als je beseft dat het jouw reacties op de werkelijkheid zijn en niet de werkelijkheid zelf is. En daarin heb je gelukkig altijd een keuze.

Deze geestelijke vrijheid en de ervaring dat je altijd een keuze hebt, speelt ook een sleutelrol in het volgende relaas. Eind jaren tachtig moet Lex, een getalenteerde en net afgestudeerde econoom op het gebied van internationale samenwerking, veertien maanden zijn dienstplicht vervullen. Dat valt hem buitengewoon zwaar door de eentonige routine en het veelvuldige nietsdoen. Ook het ontbreken van privacy en de dagelijkse omgang met mannen met andere interesses, waarden en levensstijlen maakt het moeilijk. Op die leeftijd en onder die omstandigheden is een jaar een oneindigheid. Op een donkere, regenachtige avond zit hij tijdens een oefening in een schuttersput en voelt hij zich neerslachtiger dan ooit. Zoals wel vaker komt de gedachte op met een oefenpatroon in zijn voet te schieten. Met een dergelijke verwonding zal hij voorgoed ongeschikt zijn. De troosteloosheid is zo groot dat hij besluit tot actie over te gaan. Hij pakt zijn geweer en richt zijn wapen op zijn linkervoet. Hij is vol angst. Maar als hij zijn vinger om de trekker spant en zijn blik scherp omlaag richt, gebeurt er iets onverwachts. Het is alsof zijn bewustzijn zich plotseling verruimt. Hij beseft ineens hoe de uitzichtloosheid en het idee dat er nog maar één oplossing is niet in de werkelijkheid besloten liggen. Het is zijn beleving van de situatie, het zijn eigen aannames. Als nooit tevoren is hij zich ervan bewust dat er altijd een keuze is. Dat geeft een geweldige opluchting. Het relateert het gevoel van willoze gevangenschap en van een *displaced person* te zijn. Met een merkwaardige ontspanning en zelfbewustheid bergt hij zijn revolver op. Een halfuur later loopt hij terug naar zijn barak. Hij snuift de geur van dennenbomen en zandgrond diep open en weet dat hij zijn diensttijd aankan.

### Deelgenoot zijn

‘Racefietsen is voor mij veel meer dan zomaar sporten of bewegen,’ vertelt Maarten, een sportieve en succesvolle jonge vijftiger. ‘Daarvan werd ik me helder bewust toen ik met vrienden door het Centraal Massief fietste. Dit oude, afgevlakte Franse gebergte kent routes waarbij je veertig kilometer lang gestaag omhoog fietst. De inspanning die je moet leveren is niet extreem zwaar, maar wel net wat groter dan je als gemakkelijk zou bestempelen. Je komt daardoor geleidelijk in een toestand van lichte trance, van milde extase.’ Hij beschrijft hoe het besef van een ‘ik’ die aan het fietsen is en daarbij zijn best doet geleidelijk verdamppt. Het gevoel van ‘ik fiets’ verandert in ‘het fietst’. En geleidelijk verwordt dat tot ‘er is fietsen’, of beter nog, ‘er is bewegen’. Dat bewegen voltrekt zich in een uitgestrekte natuur waarin alles opgenomen is in een groots geheel.

Terugkijkend op deze milde extase ziet hij een paar cruciale aspecten. In de eerste plaats zijn dat de zintuiglijke sensaties: alles wat je ziet, hoort, ruikt, voelt en proeft, al fietsende door dat uitgestrekte, bijna ongerepte landschap, maakt indruk. Daarnaast is er de verstilling die je voelt als je je ontspant en rustig en diep ademt. Dan wordt het ook mogelijk gedachten en gevoelens gewaar te zijn zonder je er mee te vereenzelvigen. ‘De ruimte die ontstaat, maakt je nog ontvankelijker voor zintuiglijke indrukken en lichamelijke gewaarwordingen. Je beleeft een lijf dat zich inspannt, dat zich omhoog beweegt, tegen de zwaartekracht in. Je voelt hoe klein en nietig het is, maar ook hoe verwonderlijk hoog en ver het in dat grootse landschap komt. Die gelijktijdige nietigheid en grootsheid voedt het besef deel te zijn van iets allesomvattends.’

In dit relaas over de betekenis van sport zien we opnieuw een intens ervaren van de wereld, lichamen en mentaal. Maar we zien ook een ander kenmerk van veel overweldigende ervaringen. Je beseft deelgenoot te zijn van een groots geheel. De scheiding tussen jou en de wereld buiten je vervaagt. Je gaat op

in een totaliteit. Dat kan de natuur zijn of een gemeenschap van naasten of geliefden, maar ook de mensheid of de gehele kosmos.

Dit laatste ervaart Maria tijdens een verblijf aan de westkant van Ibiza. Aan het eind van een zomerse dag gaat ze naar een klif vlak bij het beroemde Sunset Ashram. Ze ziet hoe tientallen mensen op stoeltjes langs de rand van het plateau gaan zitten of het zich gemakkelijk maken op enkele verspreide rotsblokken. De lucht is volmaakt helder en wolkeloos en de zon daalt tegen een orangerode achtergrond. Wanneer de zon de verre einder raakt, verstomt al het geluid en wordt er alleen nog maar stil gekeken. De scherpomlijnde vuurbal verdwijnt meer en meer. Op het laatst is er nog heel even een scherp lichtpuntje te zien, tot ook dat eensklaps weg is. Een rozerode hemel blijft achter.

Het natuurlijke schouwspel is adembenemend. Maar de meeste rillingen voelt Maria als na het verdwijnen van de laatste zonnestralen een ingetogen applaus klinkt van nagenoeg alle toeschouwers. Het is geen gebruikelijk handgeklap als dank voor bijvoorbeeld een artiest die iets bijzonders heeft gedaan, want een dergelijke ovatie kan als een soort tegenprestatie worden beschouwd. Dit applaus is een uiting van dankbaarheid, niet omdat we wat terug willen doen, maar omdat we ons deel voelen van een groots geheel. Een dankbaarheid die inherent is aan de geborgenheid die we ervaren in iets wat vertrouwd is.

### *Nieuwe fundamentele inzichten*

Tijdens een bezoek aan Parijs loopt Marleen het Centre Pompidou binnen. Bij een van de eerste kunstwerken stopt haar adem. Ze ziet twee grote naast elkaar staande rechthoekige vlakken. Beide zijn beschreven met korte tekstregels, te lezen vanaf boven aan het linkervlak tot onder aan het rechtervlak.

De eerste regel luidt in vertaling: 'Zij wordt geboren'. Deze wordt gevolgd door 'Zij doet haar eerste stapjes', 'Haar eerste dag op school', 'De eerste zoen', 'Zij gaat werken', 'Zij trouwt' enzovoort. Rechts onderaan eindigt het met 'Zij sterft' en 'Zij wordt begraven'. Zowel de tekstregels als de tussenliggende regels wit raken haar diep. Zij leest in de tekstregels het leven in zijn meest algemene vorm. De open regels laten ruimte voor onze specifieke beleving daarvan. Wat haar ontstelt, is de inherente vraag die het kunstwerk lijkt uit te schreeuwen: wat is ons leven? Het algemene verhaal dat voor iedereen geldt of de specifieke invulling en beleving daarvan? Voor beide is zoveel te zeggen! Hoe verhoud je je tot deze twee polen van ons bestaan? Is dat niet de vraag waar we voortdurend mee bezig zijn?

Een overweldigende ervaring kan zich ook kenmerken door een diep inzicht of een fundamenteel andere kijk op de wereld en ons bestaan. Het leven en zijn aard en betekenis kunnen zich van een verrassende kant laten zien. Je kunt zicht krijgen op wat een mens tot mens maakt en wat de mogelijkheden en beperkingen daarvan zijn. Je uitdagingen kunnen zich helder aandienen, al dan niet met een perspectief van hoe daarmee om te gaan. Net als bij Marleen is deze nieuwe zienswijze vaak verre van vrijblijvend of toevallig. Je ervaart haar als waar en betekenisvol. Natuurlijk, je zou kunnen proberen je eraan te onttrekken. Maar je kunt haar niet ontkennen of ontcrachten. Dat komt omdat het nieuwe besef betrekking heeft op het geheel waarvan je deel bent. Dat maakt het uiterst relevant voor je. Je bent geen toeschouwer of buitenstaander maar direct betrokkene. De nieuwe invalshoek verandert je houding ten opzichte van het leven op een fundamenteel niveau.

Een vergelijkbare ervaring had Mark toen hij dertig jaar geleden voor zijn studie en een nieuwe liefde een jaar in het zuiden van Spanje was. Op een dag zwerft hij door de bergachtige wildernis van Andalusië. Onder de hete zon strekt zich het verdroogde landschap uit. De natuur biedt water noch schaduw