

Filosofo Miriam Rasch wordt wees en vraagt zich af hoe je daarmee in het reine komt



Miriam Rasch — © Sebastian Steveniers

Het zegt iets over deze tijd dat er zoveel boeken verschijnen over rouw, stelt Miriam Rasch vast. Omgaan met verdriet is niet bepaald makkelijk. Is het mogelijk om dankbaar te zijn als iemand zomaar is verdwenen?

Miriam Rasch

Zaterdag 3 februari 2024 om 03:00

Twintig jaar geleden overleed mijn vader, veel te jong en dus totaal onrechtvaardig. Ik kon maar niet begrijpen wat ik had gezien en meegemaakt: het onmenselijke lijden, de laatste adem, zoveel onopgeloste vragen en gevoelens.

In de jaren die volgden las ik alles wat los en vast zat over de dood, liefst de dood van een ouder. Op zoek naar begrip en herkenning, zowel op persoonlijk niveau als om het intellectueel te kunnen duiden. Maar wat ik las bevredigde nooit, bijna elk boek vond ik sentimenteel of zelfs onwaarachtig, alsof men de dood niet echt in de ogen durfde te kijken. Het meeste had ik aan klassieke romans. Tolstojs *De dood van Ivan Iljitsj* uit 1886 is voor mij nog altijd het boek dat het nauwkeurigst de duisternis beschrijft waarin ik toen ronddoelde.

Uiteindelijk waren de boeken niet genoeg en belandde ik bij een therapeut. Ik herinner me dat ik met haar vooral sprak over schaamte. Rouw, daar had niemand het over, ikzelf zeker niet. Het begrip zei me niets. In mijn notitieboekje uit die tijd vind ik het woord één keer terug, in een lange opsomming over literaire thema's.

Een jaar geleden stierf mijn moeder. Een volkomen andere dood, een heel ander afscheid en een onvergelijkbaar rouwproces. Iedere dood is uniek, maar iedere rouw ook. Ik moet deze keer, naast het gemis, niet zozeer in het reine komen met het lijden, maar met het feit dat ik wees ben geworden. Het afscheid betreft niet alleen mijn moeder, maar ook een enorm deel van mijzelf. Welkom in de wereld van de wezen, waar niemand je nog kent als kind.

Wat intussen ook is veranderd, is dat het nu vanzelfsprekend is om te spreken over rouw. In de boekwinkel hoef je niet lang te zoeken. Er verschijnen stapels boeken die woorden geven aan verlies en de omgang daarmee. Journalistieke verhalen, psychologie, autobiografie, memoir, filosofie, kunst, bloemlezingen met wijze, troostende of poëtische woorden: er is in elk genre wat te vinden en iedere uitgever lijkt een rouwboek in het fonds te hebben.

Enkele van de mooiste rouwboeken die recent zijn verschenen, gaan over een verlies van decennia geleden. Eindelijk kan erover gepraat worden, is er ruimte voor. Bijvoorbeeld *Treurwil* van Rik Van Puymbroeck, een memoir waarin hij eer betoont aan zijn beste vriend Filip, die op een noodlottige avond in 1984 aan zijn zijde verongelukte. Van Puymbroeck was zeventien. Er werd nauwelijks over gesproken, gewoon doorgaan was het devies. Enkele decennia en andere doden later duikt hij toch nog in de rouw, zoekend naar woorden om de stilte te doorbreken die niet alleen zijn gezin maar een hele generatie kenmerkte. “Men zegt dat vooruitkijken een plicht is, niet blijven hangen in dat verleden, niet vasthouden aan de dood. Men weet veel niet”, merkt hij tegen het einde op. Hij heeft ontdekt dat het juist nodig is om de confrontatie met het verleden aan te gaan, wil je vooruit kunnen komen. Het levert een melancholisch getint levensverhaal op, waarin vele schrijvers en andere kunstenaars voorbijkomen die uitdrukking hebben gegeven aan hun verdriet.

De pijn is gebleven

Ook Hanne Hagens reflecteert met haar kunstboek *Missen als een ronde vorm* op een dood van decennia geleden, waarover niet getreurd mocht worden. Haar moeder overleed in 1974, waarna haar vader direct trouwde met een ander. De kunstwerken van Hagens en de anderen die zij in het boek opneemt, zijn een soort rituelen voor het missen – het missen van iemand die er niet meer is, maar ook het missen van het kunnen of mogen rouwen. De tientallen kunstenaars en hun werken laten zien dat elke dood op zichzelf staat en tegelijk een gedeelde ervaring is. Uit het verlies van elk van hen is iets nieuws ontstaan. Het is buitengewoon troostrijk, die transformatie van pijn – die altijd ongewenst is – in iets anders, iets wat schoonheid en aandacht uitstraalt.

Het creëren van rituelen is een terugkerend thema in boeken over rouw. Het probleem is dat we geen vaststaande rituelen meer hebben om betekenisvol met de leegte van de dood om te gaan. Een ritueel plaatst de rouwende in een geheel, vertelt een verhaal zodat hij of zij dat zelf niet hoeft te doen. Het geeft betekenis. Met de secularisatie is dat allemaal verdwenen. Maar de pijn is gebleven. In die context zijn lezen en schrijven over rouw zelf rituelen geworden – dat is voor mij ook nog altijd zo.

Het zegt iets over deze tijd dat er zoveel boeken verschijnen over ervaringen met verlies. De opkomst van het persoonlijke essay en de memoir heeft ruimte gecreëerd voor zulke reflectie. Maar ook de tijdgeest lijkt te veranderen. Aan het begin van de eeuw gold de hardcore neoliberale regel dat je je eigen boontjes moest doppen nog sterker dan nu, terwijl tegelijkertijd geluk een maatschappelijk imperatief was. Nu wijzen we die doorgeschoten verantwoordelijkheid voor het eigen welzijn steeds meer af. Ik ben niet gelukkig, zeggen

deze auteurs, en niemand heeft me verteld hoe ik daarmee moet dealen. Door zich uit te spreken, willen ze zichzelf en de lezer helpen omgaan met tegenslag.

Dat is bijvoorbeeld duidelijk bij de journaliste Lianne van Sadelhoff, zij schreef in 2020 haar eerste *Je bent jong en je rouwt wat*. Haar nieuwe boek *We zullen doorgaan* is een verzameling interviews over veerkracht. Haar gesprekspartners hebben de meest uiteenlopende tragedies meegemaakt of onderzocht, niet alleen de dood van naasten, maar ook het verlies van gezondheid, seksueel misbruik, pijnlijke relatiebreuken. Wat houdt veerkracht in en zou je deze kunnen trainen? De belangrijkste les van de ervaringsdeskundigen is om te durven voelen en dat ook te delen met anderen – precies wat Van Puymbroeck en Hagenaars decennia geleden na hun verlies werd ontzegd.

De wereld van de wees

Het is opvallend hoe wars de meeste geïnterviewden zijn van zelfmedelijden. Een onhebbelijkheid van veel rouwboeken is dat ze iets vertonen wat ik niet anders kan noemen dan egocentrisme. Misschien is dat ook wel een goede afspiegeling van rouw. De dood is immers niet alleen universeel, maar ook hoogst particulier. Hij drukt de achterblijver met zijn neus op zijn persoonlijke relatie tot deze ene persoon, die nu voor altijd weg is. Het kan niet anders of zelfmedelijden gaat een rol spelen.

De wereld van de wezen waar ik hardhandig in ben geduwd, bijvoorbeeld, mist een land van herkomst, de plek waar ik opgroeide staat er niet op de kaart, en het is er eenzaam. Ik treur niet alleen over mijn moeder, en hernieuwd over mijn vader (want de andere doden komen altijd terug), maar ook over mijn eigen lot.

Het particuliere dat rouwboeken kan aankleven ligt in de nadruk op het absoluut unieke van de situatie die iemand doormaakt. Dat is natuurlijk zo voor de auteur, maar niet gezien vanuit de rouwende lezer. De gevoelens die de schrijver doormaakt worden beschreven als buitengewoon – en zijn juist daarom, vrees ik, vaak banaal.

De verlorene is altijd iemand van wie ‘zielsveel’ gehouden is, maar die verder niet heel scherp in beeld komt. Het gevaar is dat de tekening van de rouw daardoor ook aan de oppervlakte blijft.

Het deed me de stoïcijnse benadering waarderen, zoals in *Troost bij rouw* van Pseudo-Cicero, een geschrift uit de zestiende eeuw, geschreven in de geest van Cicero, dat nu opnieuw is uitgegeven. De extreme zelfbeheersing die hij prijst staat pal tegenover de gevoeligheid van de hedendaagse schrijvers. Voor de stoïcijnen is de mens beter af in de dood en is rouw dus eigenlijk onnodig. Dat laatste zal niemand onderschrijven, zeker niet wie net afscheid neemt. Toch gaf die rationele benadering me ook een waardevolle les: dat rouw inderdaad voor een groot deel draait om jezelf en dat je uit het zelfbeklag kunt komen door steeds weer de blik te verleggen naar het leven van degene die er niet meer is en wat die voor jou betekend heeft. In alle details en complexiteit. Hoe rouw je om een ‘hele’ mens? Ook daarom spreekt *De dood van Ivan Iljitsj* zo tot me, omdat de stervende er ook in al zijn minder fraaie momenten wordt getoond.

De doden tekenen je, hoeveel decennia er ook mogen verstrijken. Misschien is een rouwproces niet zozeer bedoeld om terug te keren naar hoe het was, maar juist om ergens anders uit te komen. De overledene is en blijft immers weg. De wereld is onherroepelijk een

andere plek geworden. Maar dat is iets anders dan de plicht vooruit te kijken, zoals Van Puymbroeck die ervoer. Zijn duik in het verleden toont hem juist wie hij nu is en hoe dat zo gekomen is.

Over dankbaarheid

Een intrigerende metafoor voor de manier waarop het verleden licht werpt op het heden, komt van Massimo Recalcati, die met *Het licht van de dode sterren* een psychoanalytisch exposé aan de rouwstapel toevoegt. Zoals sterren na hun uitdoven nog steeds licht naar ons zenden, zo doen de doden dat ook. Het rouwproces zou ertoe moeten leiden dat we dat licht in al zijn pracht laten binnenvallen en het niet meer alleen zien als pijnlijk gebrek. Uiteindelijk komen we dan in een staat van “nostalgie-dankbaarheid”, aldus Recalcati, een warm gevoel dat gericht is op de toekomst. Je verlangt niet meer terug naar het verleden, maar neemt dat verleden mee, vooruit. De herinnering aan de dode wordt niet meer overschaduwed door verdriet, maar kenmerkt zich door dankbaarheid, “een krachtige, psychische bron voor een hernieuwd bestaan.”

Het lijkt moeilijk om dankbaar te zijn als iemand zomaar is verdwenen en je bent opgezadeld met verdriet (en heel veel spullen en administratie). En hoe zit het als de relatie tot de dode niet alleen maar pais en vree is geweest, kun je dan ook dankbaarheid voelen?

Ik vermoed van wel. Ook zij die menselijk, al te menselijk waren maakten je tot wie je bent en hebben je daarmee jezelf cadeau gedaan. Tegelijkertijd kan deze voorwaarts gerichte rouw een overwinning op het oude zelf betekenen. De dode ster is letterlijk en figuurlijk een lichtpunt, iets om naartoe te werken. Het licht van de nostalgie-dankbaarheid maakt betekenis mogelijk, schoonheid misschien wel. Het is het licht dat terugkomt bij Rik Van Puymbroeck en bij Hanne Hagens, die door de rouw om haar moeder ook haar vader opnieuw leerde begrijpen. En bij de overlevenden in *We zullen doorgaan*, die hun lot niet eens zo bijzonder vinden.

Recalcati schrijft: “Ik ben mijn talloze doden dankbaar voor wat ze me hebben nagelaten. Ik draag het met me mee, niet als een te koesteren relikwie, maar als iets wat nog wacht op verwezenlijking, als een lentewind, een dooiwind vanuit het zuiden.” Om vooruit te komen moet je niet de ander laten gaan, maar jezelf. Dat kost tijd. Dat is misschien wel het belangrijkste dat deze boeken laten zien: na één jaar, zelfs na twintig jaar, hoef je dat nog niet te hebben geklaard. Ik ben ze er dankbaar voor.

Miriam Rasch (1978) is filosoof, schrijver en essayist. © NRC