

Over
troosten
en Wim ter Horst
verdriet



WIM TER HORST

OVER TROOSTEN EN VERDRIET

*Iets dergelijks heb ik al vaak gehoord
Gij zijt allen jammerlijke vertroosters
Komt er geen einde aan ijdele woorden?
Wat prikkelt u toch dat gij weer het woord neemt?*
Job 16:1-3

uitgeverij



Twaalfde (geactualiseerde) druk, 2016

© 1984 Uitgeverij Kok – Kampen
Omslagontwerp Peter Slager
Typografie V3-Services
ISBN 978 90 435 2776 7
NUR 711/749

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

Overwegingen bij de twaalfde druk	9
1. <i>Gedachtegang</i>	13
2. <i>De eerste klacht: eenzaamheid</i>	19
3. <i>Wat is verdriet eigenlijk?</i>	31
Verdriet als antwoord op leed	32
De keuzevrijheid	34
De rangorde van de antwoorden	36
Leed	39
Teleurstelling	40
Ik-verlies	41
Onvervuldheid	44
De onderkant van het leed	47
Nood en schuld en menselijk falen	51
Het verwerken van leed	58
De erosie	59
De ramp	64
Verdriet als aandoening	67
Verdriet en vreugde	69
De doolhof van het leed	71
Medelijden	79

4. <i>Bezwaren tegen onze opvattingen</i>	83
De kalnte van de stoïcijnen	83
Over verdriet	87
Gij dwaalt, gij dwaalt!	88
Onleven	92
Lijdzaamheid	96
De priesters in het heiligdom	99
5. <i>Hoe kunnen we troosten?</i>	101
Grenzen van de troost	101
Het wonder	103
Overwegen en inschatten	105
Crises	105
Geborgenheid	107
Geen onomkeerbare beslissingen	108
Chemische troost	109
Surrogaatverbintenissen	110
Vergetelheid	112
Pseudo-crisis	113
Uitzicht	115
Eigenaardige behoeften	119
Het stank-voor-dank-effect	121
Gemeenschap als randvoorwaarde	124
Vergeving en verzoening	127
Duurzame gemeenschapsverbanden	128
Zelfhulpgroepen	130
Incidentele gemeenschap	133
Tijd en plaats	134
De nachten	137
Inslapen	138
Wakker worden	142
Dromen	146
Herdenkingsdagen	149
Het gevecht met de ruimte	151
Grondvormen van troost	154
Aanraken	155

Verzorgen	158
Hygiëne	160
Lichamelijk ongemak	160
De omgeving	162
Het geschenk	164
De maaltijd	164
Er op uit gaan	168
Op reis	168
Andere horizonnen overschrijden	173
Spelen	176
Werken	181
Praten	187
Kijken	
6. <i>Waarom? God, waarom?</i>	193
Geen antwoord	196
Denkbeelden als antwoord op de godsvraag	197
Marcion, Abelard en Leibniz	201
De troost van het christelijk geloven	203
De dood als laatste vijand	205
De hemel	206

Overwegingen bij de twaalfde druk

Nu de uitgever een herziene editie van dit boek op de markt gaat brengen, wordt het voor mij tijd om na te gaan of de tekst moet worden vertimmerd of bijgeschaafd.

Dus lees ik om te beginnen de recensies nog een keer door. Dat levert niets op, misschien ook doordat ik ze niet allemaal kan terugvinden na twee verhuizingen van groot naar kleiner. Of heb ik de recensies die me niet aanstonden onwillekeurig met het oud papier meegegeven?

Volgende poging: Welke reacties heb ik van lezers gekregen tijdens de talloze spreekbeurten, workshops en trainingen?

Ik hoorde vaak dat het boek *bruikbaar* bleek te zijn. Dat telt voor mij als orthopedagoog heel zwaar. Mensen die worden gesteerd door wat voor ellende dan ook willen er zelden alleen maar iets dierbaars, waars, vrooms of poëtisch over lezen. Wat ze nodig hebben zijn ideeën waarmee ze in hun situatie verder kunnen; geborgenheid en perspectief, daar is het om te doen! Wat dat betreft vind ik geen reden om mijn tekst te herzien, al besef ik wel dat lezers die er na tien bladzijden op afknaptten, niet naar zulke bijeenkomsten kwamen. Maar dat is onvermijdelijk. Iedere publicatie heeft een eigen doelgroep.

Kan ik misschien iets met verhalen over hen die wilden troosten? Grof gesteld zijn die ervaringen in tweeën te verdelen. De eerste soort gaat over mensen voor wie troosten identiek is met praten. Dat is een taai en soms fataal misverstand. In sommige situaties is elk woord namelijk teveel en wie dan toch het woord neemt in plaats van stil te zijn of iets te doen, maakt zich schuldig aan ontroost.

Een voorbeeld dat ik maar niet kan vergeten, is dat van een goedwillende man die zijn buurvrouw verbijsterd aantrof bij haar plotseling overleden echtgenoot. ‘Ge moet mar zo denke Marietje: Hij hef het nou beter dan dat gij het hem ooit had kunne geve.’ Grrrrr!

Dit verhaal heeft allerlei varianten; goedwillende troosters die op het verkeerde moment iets verkeerd zeggen. Vaak beginnen ze maar gauw over zichzelf omdat hen, geconfronteerd met het lijden van de ander, de schrik om het hart slaat.

De tweede soort verhalen gaat over mensen die troosten heerlijk vinden omdat het een goed gevoel geeft. Kan ik daar iets mee voor deze geactualiseerde uitgave?

Meteen maar weer een exemplarisch verhaal. Een vriendelijke weduwe van middelbare leeftijd. Als het op woensdagochtend regent, krijgt ze vaak de behoefte om iemand te troosten. Daarvoor heeft ze een standaard werkwijze. Ze begint ermee de ander welgemeend te beklagen om het geleden verlies en gaat daarna allerlei afschuwelijke details weer in de herinnering brengen. Als er dan tranen komen, kan ze verder; ze slaat een arm om een schouder en maakt sussende geluiden.

De man die het me vertelde, werd daardoor juist teruggezet. Hij had weken gaten in de muur zitten staren op de bank en in zijn woning was het een enorme bende. Die woensdagochtend was hij net van plan zichzelf eens aan te pakken om wat orde te scheppen. Toen belde ze aan. Na vijf minuten was hij alweer helemaal van streek en nadat zij met een goed gevoel was verdwenen, zat hij opnieuw verslagen op de bank. Ze had verzuimd te peilen waar hij aan toe was en had hem moeten helpen met afwassen en stofzuigen.

Ook dit verhaal heeft allerlei varianten. Maar wat moet ik ermee voor deze twaalfde druk?

Hoewel ze als makkelijk leesbare illustraties de tekst waarschijnlijk verlevendigen, vraag ik me af of ze aan de bruikbaarheid iets zullen toevoegen. Bovendien ben ik al steeds zo dicht mogelijk bij de herkenbare alledaagse werkelijkheid gebleven, hoewel het soms nodig was daarvan enige afstand te nemen om de grote

lijnen te blijven zien. Na ‘ampele overwegingen’ heb ik daarom besloten de tekst onveranderd te laten.

Dat geldt overigens niet voor de literatuurverwijzingen. Die zijn weggelaten omdat er over dit onderwerp in hoog tempo van alles verschijnt dat gemakkelijk online te raadplegen is. Dat is ook het geval met de auteurs aan wie ik schatplichtig ben. Ze zijn met name in de tekst genoemd.

Echt schatplichtig ben ik trouwens aan de vele honderden die me in goed vertrouwen raadpleegden.

Wim ter Horst

Heino, 2016

1. Gedachtegang

Wie met hevig leed te kampen krijgt, ontkomt er niet aan de gedachten te laten gaan.

Het is immers een van de eigenschappen van de mens dat zij vragen stelt: de waardoor-, en de waartoe-vraag; de wat-is-vraag; de schuldvraag; doe-vraag. Ook: de godsvraag, die de waarom-vraag is.

Soms lijken een aantal van deze vragen een antwoord te vinden in godsdiensten, in religieuze verhalen of ze worden opnieuw gesteld, zeker in deze tijd, zeker in deze samenleving, zeker onder invloed van de joods-christelijke traditie waarin men nooit blijvend met het gevonden antwoord tevreden hoeft te zijn.

Vragen dus – algemene en vooral zeer persoonlijke. Als de vragen er zijn, komen de gedachten vanzelf. Vaak nemen ze de vorm aan van cirkels die ronddraaien, soms tot gek wordens of afstompens toe.

In dit boek wordt een poging gedaan om over troost en verdriet na te denken zonder in wanhopig makende gedachtecirkels te geraken of in de valkuil van de gemakkelijke dooddoeners terecht te komen.

Wat ons vooral interesseert is de doe-vraag. Wat kunnen we doen om vertroosting te vinden of te bieden? Die vraag zal onze richtsnoer zijn, maar ze is verweven met andere vragen.

Men wordt uitgenodigd de te ontwikkelen gedachten in overweging te nemen; meer kan niet. Ik hoop dat men er iets aan heeft in de strijd in de doolhof van het leed.

Begonnen wordt met een onderwerp dat schijnbaar wat terzijde ligt van de kernvragen. Het gaat over de eenzaamheid die vrijwel altijd met leed samengaat. Dat is vaak de eerste klacht die naar voren wordt geschoven. Zowel zij die lijden als zij die (willen) troosten, geven aan dat het allemaal veel gemakkelijker zou gaan als ze maar niet zo op een afstand werden gehouden. Dat is op zichzelf toch wel heel merkwaardig!

Hoe erg het ook is, men noemt niet eerst het leedfeit, maar men klaagt erover dat men de ander niet kan bereiken.

Wat is dat? Is het eigenlijk van het leed dan een ‘verbroken of gestoorde communicatie’, zoals de gebroeders Verkuyl menen? Ik kom tot een andere omschrijving, maar deze ‘eerste klacht’ leek me toch belangrijk genoeg om mee te beginnen.

De ervaringen van onszelf en van anderen werden van bijkomstigheden ontdaan en gesorteerd. Zodoende ontstonden er een aantal schetsmatige beelden, waaraan men zich kan spiegelen om te kijken of men er soms op lijkt. In dat geval is het misschien mogelijk anders te gaan doen. Overigens zal nog blijken dat deze ‘eerste klacht’ van zeer groot belang is. Gemeenschap is namelijk voorwaarde voor verdriet; geen gemeenschap – geen verdriet!

In hoofdstuk 3 wordt verdriet beschouwd als een van de vele mogelijke, menselijke antwoorden op leed. Zo gezien is de mens verantwoordelijk voor haar verdriet. Maar in hoeverre is dat juist? En als er andere antwoorden mogelijk zijn, welke verdienen dan de voorkeur? Hoe moeten bijvoorbeeld berusting en opstandigheid worden gewaardeerd? Voorlopig wordt verdriet omschreven als een riskant, liefdevol antwoord op leed, van de mens die met dat leed geen genoegen kan nemen en ook geen mogelijkheden ziet het te bestrijden.

De is-vraag naar verdriet is hiermee omgezet in de is-vraag naar leed. Om daarop zicht te krijgen wordt nagegaan welke verbanden er kunnen bestaan tussen een feit en het daarmee samenhangende leed. Voor de één is het verlies van zijn baan een opluchting, voor de ander een teleurstelling, voor een derde verlies van een stuk van zichzelf en voor een vierde de oorzaak van een gebroken hart.

In dit hoofdstuk komt ook het zgn. verwerken van leed aan de orde (met verdriet als één van de mogelijke antwoorden). De bestaande ‘verwerkingsmodellen’ met hun ‘fasen’ die achtereenvolgens in een ‘proces’ moeten worden doorlopen, vind ik voor de meeste gevallen te rechtlijnig en te mechanisch. Daarom wordt een eerste schets van het zgn. *doolhofmodel* ontworpen, dat mijns inziens meer recht doet aan het enorme gevecht dat mensen moeten voeren die met diepgaand lijden te maken hebben.

Hoofdstuk 4 is vrij gehouden om in te gaan op bezwaren die er bestaan ten opzichte van een kerngedachte die in hoofdstuk 3 is ontwikkeld, nl. dat leed *niet* aanvaard behoort te worden. Met deze gedachte staat of valt een groot deel van onze opvattingen over troost zoeken en troost bieden. Vandaar dat we in dit hoofdstuk de doe-vraag even laten wachten. Misschien zullen er lezers zijn die deze beschouwingen wat overbodig vinden, maar daar staat tegenover dat het er in onze cultuur zo diep zit ingeheid dat we ons zonder morren moeten schikken in ons lot, dat we bijna zouden menen dat het niet anders kan en mag.

Voor de bezwaren tegen mijn opvattingen heb ik me gewend tot de *Stoa*, die zich wat de visie op het lijden betreft, voortzet in het patristieke en scholastieke denken en in de Reformatie. Dat is een enorme aantijging, want hiermee beschuldig ik de ‘klassieke’ dogmatiek van onbijbelse invloeden.

Aan andere bezwaren, zoals die in de mystiek, het heroïsme en de romantiek naar voren komen, moest ik voorbij gaan. Niet omdat ze onbelangrijk zijn, maar omdat ze te ver zouden afvoeren van de doe-vraag.

In hoofdstuk 5 kan nu eindelijk de doe-vraag als zodanig worden gesteld.

Wat kunnen we door dag en tijd doen om tijdens het gevecht in de doolhof van het leed niet te capituleren? Dat blijkt meer te zijn dan ‘erover praten’. Het blijkt ook dat elk eenzaam gevecht gedoemd is te mislukken. Geprobeerd wordt de lezers een samen-

hangend geheel van eenvoudige doe-mogelijkheden aan te reiken, waarvan er gewoonlijk vele over het hoofd worden gezien.

Hoofdstuk 6 is gewijd aan de godsvraag. In meerdere opzichten is het niet juist om in een boek over verdriet in het laatste hoofdstuk God ook nog maar even aan de orde te stellen. Sinds mensen geteisterd worden door leed hebben ze de waarom-vraag gesteld. Waarom, waarom? Waarom wij?

Op de een of andere manier vermoedt men dat het leed niet zo maar is. Als men zelf de zin er niet van kan ontdekken, wordt deze gezocht in de wraak of de luimen van de godheid of van iets anders dat de mens te machtig is.

De waarom-vraag is daarmee een religieuze vraag. 'Als we maar wisten waarom ons dit is overkomen, zouden we het wel kunnen dragen'. Vandaar dat allerlei religies, godsdiensten en religieachtige filosofische stelsels zich hebben laten verleiden om op de wáárom-vraag een dáárom-antwoord te geven.

In het Westen wordt de godsvraag in verband met het leed steeds dringender gesteld; vooral sinds 1755 (Lissabon) en daarna weer sinds 1945 (Auschwitz!). Waarom dan deze vraag niet in het eerste hoofdstuk?

Omdat we met elke doordenking ervan onmiddellijk aan de grenzen zitten van wat we met ons verstand nog kunnen bevatten. Omdat gebleken is dat bij het doordenken van deze vraag onmiddellijk de emoties hoog oplaaien. Omdat gebleken is dat de vraag naar de hemel de aandacht vaak afleidt van het leven op aarde.

Maar – afgezien daarvan – is het een kernvraag: Waar was U God, toen de aarde schudde? Waar was U, toen Uw kinderen de gasovens werden ingestuurd?

Eigenlijk is de loskoppeling van de doe-vraag en de godsvraag onjuist. Het is zelfs mijn bezwaar tegen de mystiek dat ze zo vurig verlangt naar Het Verhevene en De Verhevene, dat de geringe en de nederige de kans lopen uit het gezicht te verdwijnen. God is zeker in de hemel, maar Hij ligt ook op straat. Daarom zijn we maar met de straat begonnen, want die ligt het meest voor de hand.

Ik durfde en kon dit boek alleen maar *beginnen* vanuit het hui-
veringwekkende antwoord dat in het visioen werd geopenbaard:
*Toen zag ik een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. De hemel en de
aarde van vroeger waren verdwenen; ook de zee bestond niet meer.
Ik zag dat God de heilige stad, een nieuw Jeruzalem uit de hemel
liet neerdalen. Ze was getooid als een bruid die zich voor haar man
heeft mooi gemaakt. Uit de richting van de troon hoorde ik iemand
luid zeggen: Nu heeft God zijn tent onder de mensen opgeslagen!
Hij zal bij hen wonen en zij zullen zijn volk zijn. God zelf zal met
hen zijn. Elke traan in hun ogen zal Hij drogen. De dood zal er niet
meer zijn; rouw, jammer en pijn zullen niet langer voorkomen. De
dingen van vroeger zijn voorbij. Hij die op de troon was gezeten, zei:
Ik maak alles nieuw ... Openb. 21:1-5.*

Maar zover zijn we nog niet. Het eschaton maakt het heden niet
overbodig, maar mogelijk. De vragen blijven. Wij laten er onze
gedachten over gaan.

Wie door leed wordt getroffen, komt terecht in een doolhof. De goede weg is er onbekend, de uitgang moeilijk te vinden. Vaak komt men terug op plaatsen waar men al eerder is geweest.

In tijden van diepgaand leed zijn er geen pasklare antwoorden op de vraag hoe het nu verder moet. De lijdende bevindt zich in een doolhof waarin zoekend een weg moet worden gevonden. Vaak gaat dat samen met belevingen van eenzaamheid. Hoe kunnen we daarmee omgaan? En welke rol speelt God en de waarom-vraag?

In dit eerlijke boek heeft Wim ter Horst ervaringen met lijden van zichzelf en anderen verwoord en geordend. Praktisch en invoelend beschrijft hij hoe we kunnen proberen troost te vinden en te bieden in de doolhof van het leed.

'Een ongehoord waarachtig boek over troosten en verdriet.'

– Trouw

Dr. Wim ter Horst is orthopedagoog en maakt in zijn publicaties gebruik van een paradigma ontleend aan het christelijk geloof. Na zijn vervroegde emeritaat als hoogleraar in Leiden heeft hij zich, naast het thema van troost en verdriet, vooral bezig gehouden met de christelijke opvoeding. Daarover schreef hij onder andere *Wijs me de weg!* en *Christelijke pedagogiek als handelingswetenschap*. *Over troosten en verdriet* verscheen voor het eerst in 1984 en beleefde herdruk op herdruk. Deze twaalfde druk werd door hem voorzien van een aantal actuele overwegingen.



www.kok.nl

uitgeverij

