

# Rouwen in de tijd

Door: Dr. Carlo Leget\*

*Carlo Leget las ‘Rouwen in de tijd’ van Marinus van de Berg. Het jongste boek van de verpleeghuispastor wil een ander perspectief op rouw bieden en afscheid nemen van clichés, schema’s en etiketten. Mensen die worstelen met rouw en verdriet zitten niet in een verwerkingsproces en hebben geen rouwtaken. Marinus van de Berg beschrijft ze als reizigers, dwalend door het land van rouw op zoek naar een thuis. ‘Een rijk boek, dat het verdient om de tijd voor te nemen’.*

Toen ik ongeveer een jaar geleden met Marinus van de Berg sprak, vertrouwde hij mij toe dat hij aan het nadenken was over een landkaart van de rouw. Het idee sprak mij direct aan. Niet alleen vanwege de creatieve gedachte, maar ook om de visuele kant van het idee. Ruimtelijke metaforen kunnen ongelooflijk behulpzaam zijn om de ongreepbare binnenkant van onze beleving in woorden uit te drukken. Het idee leek mij belangrijk en spannend. Dit najaar verscheen het boek met de landkaart: *Rouwen in de tijd. Een zoektocht in het landschap van afscheid en verlies*. Zoals de titel laat zien handelt het over tijd en ruimte. Voorop staat een slak. Als ik één conclusie na lezing vast mag verklappen: die slak staat niet alleen voor de belevingstijd die zich niet laat opjagen. Ik heb de slak ook leren waarderen als leesaanwijzing. Marinus van den Berg schrijft bedrieglijk eenvoudig. Als sneller lezer mis je dan ook veel wanneer je met de ogen van een arend scant. De tekst vraagt om contact en vertraging. Net als poëzie eigenlijk.

Voor wie is het boek geschreven? In de eerste plaats voor mensen die worstelen met verdriet en rouw. Maar niet alleen. Het is ook een boek voor vakgenoten. Een kijkje in de keuken van een gees-

telijk verzorger die voortdurend de eigenheid van zijn vak opnieuw wil uitvinden vanuit de dagelijkse ontmoeting. ‘Dit is het boek van iemand die het niet meer weet, die terugkeert tot een basisles: ‘De ander die het ondervindt is mijn leermeester.’

## Protest

Voordat ik zal weergeven wat het boek brengt, eerst wat het niet brengt. Van den Berg is hier zeer expliciet in. Het gaat niet om een weerslag van *evidence based* onderzoek. Het gaat evenmin om een nieuwe rouwtherapie. Het gaat niet om oplossingsgerichte antwoorden of tips. Het gaat niet om een instrument om te meten. En het gaat ook niet om lessen van een meester. *Rouwen in de tijd* is niets van dit alles, en zet zich hier zelfs tegen af. In zekere zin kan het gezien worden als een protestboek. Het boek verzet zich heel expliciet tegen bepaalde manieren van spreken. Rouw is een zoektocht, en geen proces. Het woord ‘proces’ hoort bij chemie en management. Rouw is niets van dit alles. Rouw is ook niet een kwestie van verwerken. ‘Afval kun je verwerken, verlies niet’, zo lezen we scherp. Er is dus een andere taal nodig. En taal komt heel precies. Want taal kan ‘verlichten en doodslaan, steunen en machteloos maken’.

Het boek verzet zich ook tegen bepaalde manieren van kijken. Van den Berg is geen man van schema's: 'Schema's komen voort uit de behoefte van hen die alles snel onder controle willen krijgen'. Hoewel uiteindelijk wellicht niet de schema's maar de gebruikers ervan de boosdoeners zijn, is de boodschap duidelijk. Schema's verleiden tot snelle etiketten. En die verhinderen ons om weer oog te krijgen voor het unieke, het onverwachte, het onvoorziene en het onbeheersbare.

Marinus van den Berg blijft echter niet hangen in protest. Integendeel. Hij gebruikt al zijn creatieve mogelijkheden om mensen die verlies ervaren hebben iets in handen te geven. Het boek geeft beeldende taal om in te wonen, verhalen om je in te spiegelen, gedichten om te gebruiken bij bijeenkomsten, troost, herkenning, erkenning van ieders eigenheid, hoop en perspectief, en misschien vooral: tijd en ruimte om je weg te vinden.

### **Terra Incognita**

De landkaart van de rouw die op de binnenkant van de kaft is afgedrukt heeft als titel: Terra Incognita. Een paradox natuurlijk, want hoe onbekend is het land nog als het eenmaal in kaart gebracht is? Wellicht moet het als waarschuwing gelezen worden: dit is een landkaart. Maar alleen wie het land echt binnen gaat leert het kennen. De kaart kan hoogstens helpen te zien dat er plekken zijn waar je beter wel en niet moet komen.

Wie de landkaart bestudeert ziet in het midden prominent een hart liggen. In het hart, als centrum van onze beleving en ons mens zijn, lopen vierbreuklijnen die evenzoveel zingebieden aanduiden. Van den Berg noemt ze vier vormen van 'thuis': het thuis van de intimiteit, de inspanning, de ontspanning en de levensbeschouwing. In deze vier zingebieden kan betekenis tot stand komen en liggen de bronnen van geluk. Het zijn deze vier zingebieden die gekoesterd moeten worden bij verdriet, verlies en rouw. Er zijn dan ook afzonderlijke hoofdstuk-

ken aan gewijd om te helpen ontdekken hoe het gesteld is met hun 'thuis'.

Het hart ligt omringd door water (tranen?) en er zijn roeibootjes naar andere plaatsen. Wie naar het Oosten trekt, heeft de vertraagde belevingstijd ('slakkentijd') mee, en kan schuilen bij hartverwarmende vuurplaatsen, of tot zijn innerlijke kern proberen te komen in het labyrint. Het troostende Oosten is uitgestrekt. Zo uitgestrekt dat we op de kaart alleen het begin zien van de domeinen van het lichaam, de geest, de ziel en de cultuur.

In het Westen moet je niet zijn (toevallig, voor een auteur uit Overijssel die in de Randstad werkzaam is?). Aan deze kant van het landschap van afscheid en verlies vinden we het 'land van men', waar iedereen het beter weet en je innerlijke stem overstemd wordt door anderen; het moeras van schuld en schuldgevoelens – het doolhof waarin je verdwaalt en jezelf verliest; en de orkaan van verdriet waardoor je meegesleurd kunt worden. Het Westen is ook het domein waar de haasttijd, de klokkentijd, of – zoals de verstokte treinreiziger Van den Berg het noemt – de high speed tijd.

Langs de landkaart lopen echter ook de lijnen van de tijd en de leeftijd. Ieder mens gaat een eigen weg, heeft een eigen zoektocht en wordt uitgenodigd om zich zelf te oriënteren (hier hebben we weer die positieve verwijzing naar de Oriënt) in de tijd en ruimte die de landkaart biedt.

### **Andere denkers**

Hoe verhoudt deze landkaart van de rouw zich nu tot andere denkers over afscheid en verlies? En in hoeverre is de benadering in dit boek nu anders dan meer psychologisch gefundeerde benaderingen?

Om te beginnen is er in de benadering van Van den Berg veel verwantschap met het werk van Jan van den Bout, hoogleraar klinische psychologie in

---

Utrecht. Hij introduceerde in de jaren 90 het begrip 'rouwsluiers' als term om wijdverbreide misverstanden rond rouw aan te duiden, die versluiëren wat er werkelijk gaande is. Vier van zulke rouwsluiers zijn: (1) rouw bestaat uit een aantal fasen, (2) bij rouw komen allerlei negatieve emoties los (3) je moet je verdriet bewust doorleven en afscheid nemen en (4) na een vaste tijd komt je leven weer in balans. Hoe vanzelfsprekend het ook klinken moge: het zijn clichés die niet op onderzoek gebaseerd zijn, en zeker niet voor iedereen gelden. Net als Van den Berg, benadrukt Jan van de Bout dan ook dat verlies vele vormen kent, en dat er even zovele unieke zoektochten zijn als er mensen zijn.

Een denker waar Van den Berg zich uiterst kritisch toe verhoudt, is William Worden, de Amerikaanse psychiater aan wie we het spreken in termen van 'rouwtaken' te danken hebben. Worden onderscheidt grofweg vier taken: realiseren, doorleven, hervinden en in- of aanpassen. Het zal duidelijk zijn dat *Rouwen in de tijd* hier niet mee wegloopt. Er is zeker overeenstemming rond het idee dat rouwen ook inspanning betekent (op weg gaan, een zoektocht ondernemen), maar in tegenstelling tot Worden is Van den Berg wars van iedere poging tot faserings of schematisering. Daarbij probeert hij tegenwicht te bieden aan het activistische karakter van de 'rouwtaken'. Misschien niet vreemd aan de Amerikaanse cultuur van waaruit Worden schrijft, maar zeker geen recht doend aan de kant van receptiviteit, ontvankelijkheid en passiviteit die ook bij afscheid en verdriet hoort.

En dan is er natuurlijk het werk van Riet Fiddelaers-Jaspers die veel werk verzet op dit terrein en wier pad regelmatig dat van Marinus van den Berg kruist. Ook zij spreekt van dwalen door een 'land van rouw' en ook zij gebuikt de metafoer van het landschap voor afscheid en verlies. Verschillen zijn er echter evenzeer. Waar Van den Berg zich beperkt tot het schetsen van de kaart en het uitnodigen zelf op weg te gaan, werkt Fiddelaers veel meer in

een richting om een proces op gang te brengen. Zij onderscheidt bijvoorbeeld zeven fasen (overeind blijven, aanschouwen, verduren, omkeren, funderen, opbouwen en integreren) waarin enerzijds in termen van passiviteit een correctie op Worden is te herkennen, maar anderzijds toch wel degelijk richting een oplossing gewerkt wordt. Anderzijds biedt zij weer geen landkaart, maar nodigt de mensen uit om hun eigen tocht in beeld te brengen.

In *Rouwen in de tijd* wordt rouw dus niet als een proces gezien, maar als een ingrijpende ervaring, verweven in de voortgang van iemands leven. Dit betekent dat het gaat om het hervinden van jezelf, het opnieuw ontdekken, uitvinden en ervaren wie je mag zijn. Verlies 'ontdekt', het legt bloot. Alle dimensies van het mens zijn worden geraakt en verhoudingen moeten herzien worden. Rouw is soms: de vier (t)huizen herbouwen of opnieuw leren bewonen. Ieder doet dat op de eigen unieke en onvoorspelbare wijze.

### Normatieve elementen

Ondanks de grenzeloze ruimte die Van den Berg lijkt te scheppen, heeft het boek wel degelijk een normatief karakter. Er zijn duidelijke verboden en geboden. Verboden is bijvoorbeeld: het snelle oordelen en etiketten plakken, te snel vergeven of iemand (casu quo jezelf) als slachtoffer betitelen, weten wat goed voor een ander is, denken dat het geheim ligt in kwantiteit van aandacht, en denken dat er één vorm is die op voorhand de goede is. Het gaat daarentegen om het blijven luisteren naar de rouwende: de kwaliteit van de aandacht telt; het gaat er steeds om welk antwoord en welke vorm bij die ene zoekende mens past. Maar ook degene die rouwt, krijgt wel degelijk een zoekrichting mee: je moet zelf ontdekken wat goed voor je is, naar jezelf luisteren is de weg om trouw te worden aan wie jij zelf bent, en de weg van het moeras voert door de pijn heen, door de leegte heen, en niet eromheen.

---

Onder deze normatieve elementen schuilt een mensbeeld dat niet alleen recht wil doen aan de mens als wonderbaarlijk en complex wezen met een lichaam, gevoel, verstand, en een spirituele kant. Hoog in het vaandel staat ook dat ieder mens ten diepte een vreemde voor de ander is. Maar misschien ook voor zichzelf, want: 'Je bent niet, maar je bent steeds aan het worden.

Van den Berg bespeelt op die manier verschillende registers die niet alle lezers allemaal zullen vatten. Onder dat alles meen ik een grondtoon te horen die accordeert met het beste van de katholieke traditie, waar diepe wortels van de auteur liggen. Ik denk dan aan de aandacht voor het ontvankelijke en passieve, en beamende uitspraken als: 'Alles mag er zijn: ook in boosheid zit kracht en die vraagt aandacht' Of: 'Er is verdriet dat niet verdwijnt omdat er liefde is die niet verdwijnt.' Maar ook de hoopvolle grondtoon van waaruit gezegd wordt dat rouwen kan betekenen dat je nieuwe dimensies, nieuwe krachten en mogelijkheden van jezelf gaat zien.

### **Om over door te denken**

*Rouwen in de tijd* is een rijk boek, dat het verdient om de tijd voor te nemen. Het reikt een taal aan die bij uitstek de taal van de geestelijk verzorging is, met aandacht voor de binnenkant van betekenis

en beleving. Het sluit aan op vigerende rouwtheorieën, maar zet daar ook een benadering met een hoogst eigen accent naast. Het sterke van het boek vind ik dat hier getoond wordt hoe geestelijk verzorging een eigen primaire focus en taal kan hebben die echt iets aan te vullen heeft op rouwtherapeutische benaderingen, zonder aan deze iets af te hoeven doen.

Toch schuilt hier ook voor mij de stof voor verdere reflectie. Dit geldt in de eerste plaats voor de rouwende lezer die zich inwoner van twee werelden zal weten: enerzijds de high speed of klokkentijd waarin de wereld doordraait; anderzijds de vertraagde of belevingstijd waarin het rouwen zijn eigen slakkengang gaat. De vraag is hoe de verhouding tussen deze twee gedacht moet worden: als tegenstelling, spanning of paradox? Maar het roept evenzeer stof tot reflectie op voor de professional die werkt in een gezondheidszorg die gedomineerd wordt door oplossingsgericht handelen en procesmanagement. Want wil geestelijk verzorging in deze wereld erkend blijven worden, dan zal ook zij antwoord moeten geven op deze vraag. En misschien is het model van de spanning dan vruchtbaarder dan dat van de tegenstelling.

---

\* Dr. Carlo Leget, UHD Zorgethiek, Universiteit van Tilburg.