



## ESSAY

DOOR: JAKOB VAN WIELINK, ROUWDESKUNDIGE EN TRAINER, COACH

# In het hart van de rouw

### *Rouwen is een onmogelijke opgave.*

Rouwen is tegelijkertijd het ultieme protest tegen het nog hier zijn, zonder de beminde ander. Misschien minder het protest tegen het alleen zijn, als wel tegen het zonder de ander achtergebleven zijn. Het verlangen soms ook om bij die ander te zijn, over de grens van de scheiding en het eigen leven heen, om op die manier de geliefde gezamenlijkheid te herstellen. En tegelijkertijd, heel tegenstijdig, het volle besef dat met het zelf verdwijnen ook de herinneringen aan de ander zullen verdwijnen, waardoor de ander nogmaals en nog definitiever zal sterven. Die dubbelheid verscheurt en verteert. Rouwen is een onmogelijke opgave.

### *Rouwen is een onvermijdelijke opgave.*

Elke relatie, elke hechting die verbinding gaf, is eindig. Gezegend is ons vermogen om dat besef te negeren en te ontkennen tijdens ons leven, anders zouden we geen leven hebben. We leven en hebben lief alsof er geen morgen is, alsof er geen einde is. Of eigenlijk: alsof er altijd een morgen zal zijn. Een volgende dag samen. Met onze ontkenning, onze onwetendheid, betalen we de prijs voor een gelukkig leven. De rekening krijgen we echter gepresenteerd op het moment waarop we met de eindigheid van het leven, van onze relatie, zo oneindig hard

geconfronteerd worden. Rouwen is een onvermijdelijke opgave.

*Rouwen is onbegonnen werk.* Het is onbegonnen werk om de barsten en de scheuren in het levensverhaal te dichten. Het is onbegonnen werk om te voorkomen dat het levensverhaal na het onverwachte en onvoorziene einde toch verder gaat. Het is onbegonnen werk om de gruzelementen en de fragmenten van wat eens een gezamenlijk leven was, weer bij elkaar te brengen. Het is onbegonnen werk om te proberen de wereld te laten stoppen met draaien. Rouwen is onbegonnen werk.

*En toch heb ik te rouwen.* Ik heb geen idee wat me overkomt. De reactie van mijn lijf overweldigt me. Waar ik emoties had verwacht, ervaar ik een gevoelloosheid die mijn hele lijf in beslag neemt. Mijn gedachten razen, van herinneringen naar 'wat moet ik nou' en 'wat nou als'. Ik draai in mijn hoofd steeds kleiner wordende kringetjes en kom steeds in hetzelfde verlamdende midden uit: het is mijn schuld. Natuurlijk is het mijn schuld. Hoe kan het anders? Ik wil weg. Weg uit mijn gedachten, weg uit mijn lijf. En toch heb ik te rouwen.

*Ik rouw alleen.* Ik laat anderen niet toe en het lijkt alsof mijn naasten dat wel

fijn vinden. Na de verplichte condoleance en de zware plichtplegingen ben ik alleen. Ik kan niemand verdragen. Hoe zou ik ook kunnen, nu ik alleen ben? Ik heb mijn schuld in te lossen en dat kan niemand van me overnemen. Ik wil ook niet dat iemand het overneemt, helpt, troost. Wie zou ik zijn als ik niet in deze peilloze diepte zou verkeren? Hier wil ik zijn, hier wil ik blijven. Hier ben ik nog het meest verbonden, nog enigszins samen. Ik rouw alleen.

*Tijd bestaat niet meer.* Tijd heeft als afstand tussen gebeurtenissen elke betekenis verloren, nu alle gebeurtenissen per definitie in het verleden liggen. Het nu van mijn bestaan bestaat alleen maar uit herinneringen, herinneringen beslaan mijn hele dag. Een toekomst is letterlijk ondenkbaar. Tijd bestaat niet meer.

*Ik haat het om zo afhankelijk te zijn.* Overgeleverd aan een kracht die zich buiten mijn wil om aan mij voltrekt. In het diepst van mijn wezen ben ik het liefst alleen. Altijd al geweest, zolang als ik mij kan herinneren. Alleen met mezelf voel ik mij het vertrouwdst. Met mijn onvolkomenheden en mijn beperkingen. Alleen met haar kon ik volledig mezelf zijn in het samenzijn. Als zij naar mij keek, bestonden mijn beperkingen niet, want als zij naar mij keek, zag ze mijn beperkingen en onvolkomenheden niet. Ik kan niet met haar ogen naar mezelf kijken. Hoe graag zij dat ook voor me wilde. Wie doe ik een plezier door me zo te voelen? Stomme vraag! De rouw voltrekt zich aan me buiten mijn wil. Ik haat het om zo afhankelijk te zijn.

*Ik veracht mijn lijf.* Het houdt me hier, het belet me te verdwijnen. Het laat me leven, een leven dat geen leven ge-



EDUARDO KINGMAN | TROOSTELOOS | 1981

noemd zou mogen worden. Het maakt het besef van het missen van de liefkozingsen tastbaar. Ik verlang naar rust. Rust die me niet gegund wordt door een lijf dat er een hels genoeg in lijkt te scheppen gevoelloosheid af te wisselen met verkrampende pijnen. Ik verwelkom inmiddels de scherpe pijnen als te verkiezen boven de doffe gevoelloosheid. Ik veracht mijn lijf.

*Ik volg mijn voeten.* Alleen in beweging is mijn lijf enigszins uit te houden. Omdat ik niet op het verkeer kan letten en geen motoriek tot mijn beschikking heb, volg ik mijn voeten. Ze brengen me door parken tot buiten de stad, de velden in. Ik voel geen vermoeidheid, maar uiteindelijk weigeren mijn benen dienst. Ik zijk neer tegen een boom, de scherpe bast prikt door mijn shirt. Ik verwelkom de pijn, die voor het eerst van buiten komt. Zit ik hier een dag of een week? Hoe kom ik weer thuis? Ik volg mijn voeten.

*Ik lig in het gras bij de rivier.* De traag stromende rivier past bij me. Ik herken me het meest in de draaikolkjes



EDUARDO KINGMAN | OMHELZING | 1981

bij de strekdammen. Ik laat me in gedachten mee naar beneden voeren, de diepte in. De bovenstroom kabbelt gestaag richting zee. Ik ben de onderstroom, ik stroom terug, uit protest, tegen de stroomrichting in. Ik zoek me een weg over de bodem, terug naar de bron, de berg op. Weg van de zee waar alles samenkomt. Ik lig in het gras bij de rivier.

*Een leegte in mijn lijf, een leegte in mijn leven.* “Pas op je donder”, zei een lieve vriendin die zich zorgen maakte, “want je ziel zit erin”. Mijn ziel zit echter niet meer in mijn eigen donder. Mijn ziel is mee, weg van hier. Die krijg ik niet meer terug, die wil ik ook niet terug. Die vormt de verbinding. Mijn ziel, daar. Toch voel ik de leegte als een gat in mijn lijf. Een gat waar de wind koud doorheen blaast. Een kilte die zich verspreidt via mijn botten. Een leegte in mijn lijf, een leegte in mijn leven.

*Herman van Veen begrijpt me.* In het lied ‘Iemand’ uit zijn album ‘Kersvers’ zingt hij: ‘Iemand zal begrijpen, dat wie overlijdt degene is die achterblijft’. Hij kent me niet. Maar hij begrijpt me. Zo hoor ik het. Hij zingt over mij. Herman van Veen begrijpt me.

*De lucht is blauw, voor het eerst.* Niet voor het eerst volgens het weerbericht. Wel volgens mijn ogen. Geschokt zie ik de lichtblauwe kleur boven me, de hemel omspannend. Het grijs is even weg. Het allesomvatende grijs, de grijze kleur, het grijze geluid, de grijze smaak. Ik verlang terug naar de verhullende nevel. Ik voel me een verrader. Het genieten van de helderblauwe kleur heeft zich buiten mijn wil om aan mij voltrokken. Het is gebeurd voor ik er erg in had. Mijn oorspronkelijke schuld maakt plaats voor nieuwe schuld. Tevergeefs. Ik kan niet terug. De lucht is blauw, voor het eerst.

*Een vriendelijk gezicht, voor het eerst.* Het lacht me vriendelijk toe. Onwillekeurig lach ik terug. Het gebeurt voor ik er erg in heb. Ontspanning is voelbaar in mijn lijf. Ik heb behoefte aan contact. Ik heb verbinding nodig. Ik wil het toelaten, ik kan het niet alleen. Voorzichtig, kwetsbaar nog. Een vriendelijk gezicht, voor het eerst.

**Jakob van Wielonk** begeleidt samen met Denise van Geelen weekenden **Verlies in perspectief**.  
Informatie en aanmelding:  
[www.kloosterhuissen.nl](http://www.kloosterhuissen.nl)



# Iemand

Iemand zal de hond uitlaten  
Iemand zal de planten water geven  
Iemand zal de tuin sproeien  
En de gordijnen sluiten  
Iemand zal de was ophangen  
Iemand zal de sokken rollen  
Iemand zal de stoepen dweilen  
Iemand zal de vaat in de machine doen

De hemel zal gloren  
De zee zal deinen  
De wind zal draaien  
De zon zal schijnen  
De trein zal treinen  
De auto's rijden  
Wolken overdrijven  
Iemand zal gedichtjes schrijven

Iemand zal God roepen  
Iemand zal opsporing verzoeken  
Iemand zal excuses, bedankjes en facturen versturen  
Om een beetje aandacht zal iemand van een dakgoot duiken  
Het spoor oplopen, of sterven om de tijd te doden

De hemel zal gloren  
De zee zal deinen  
De wind zal draaien  
De zon zal schijnen  
De trein zal treinen..  
De auto's rijden  
Wolken overdrijven  
Iemand zal gedichtjes schrijven

Iemand zal begrijpen  
Dat wie overlijdt degene is die achterblijft

HERMAN VAN VEEN