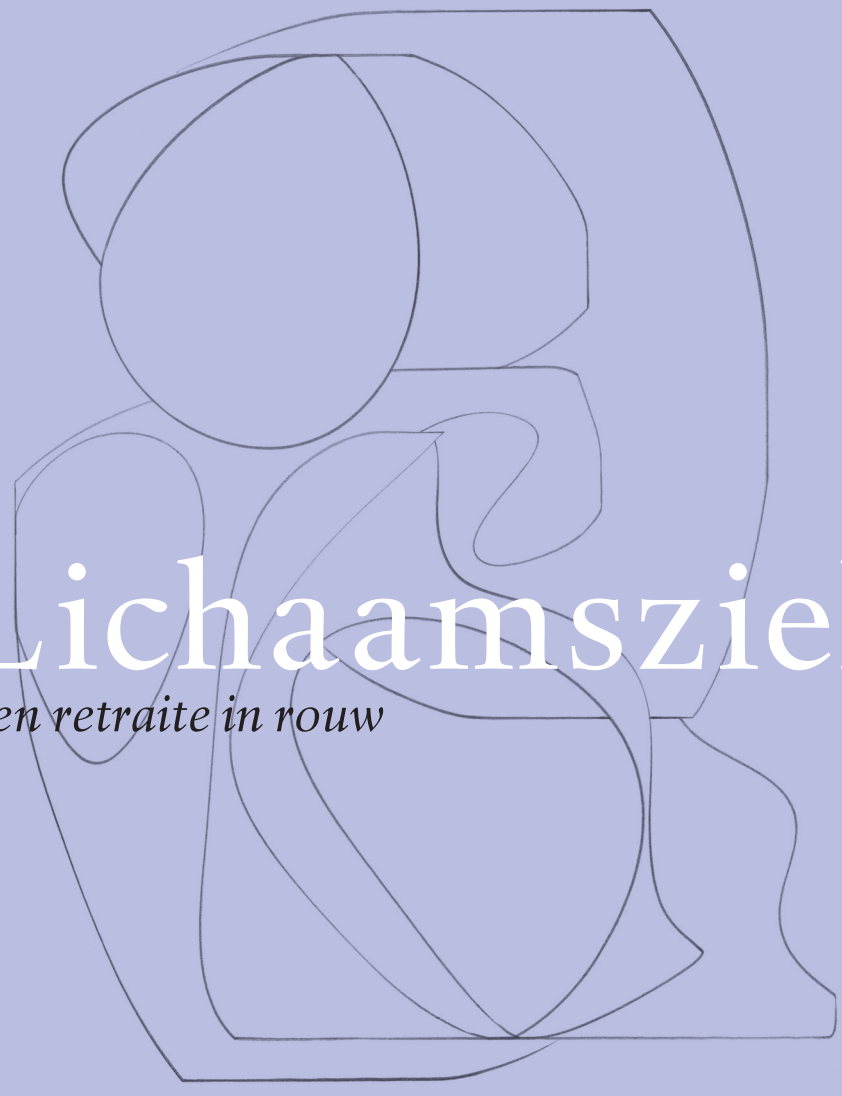


JAN OEGEMA



Lichaamsziel

Een retraite in rouw

Met tekeningen van Pieter Bijwaard

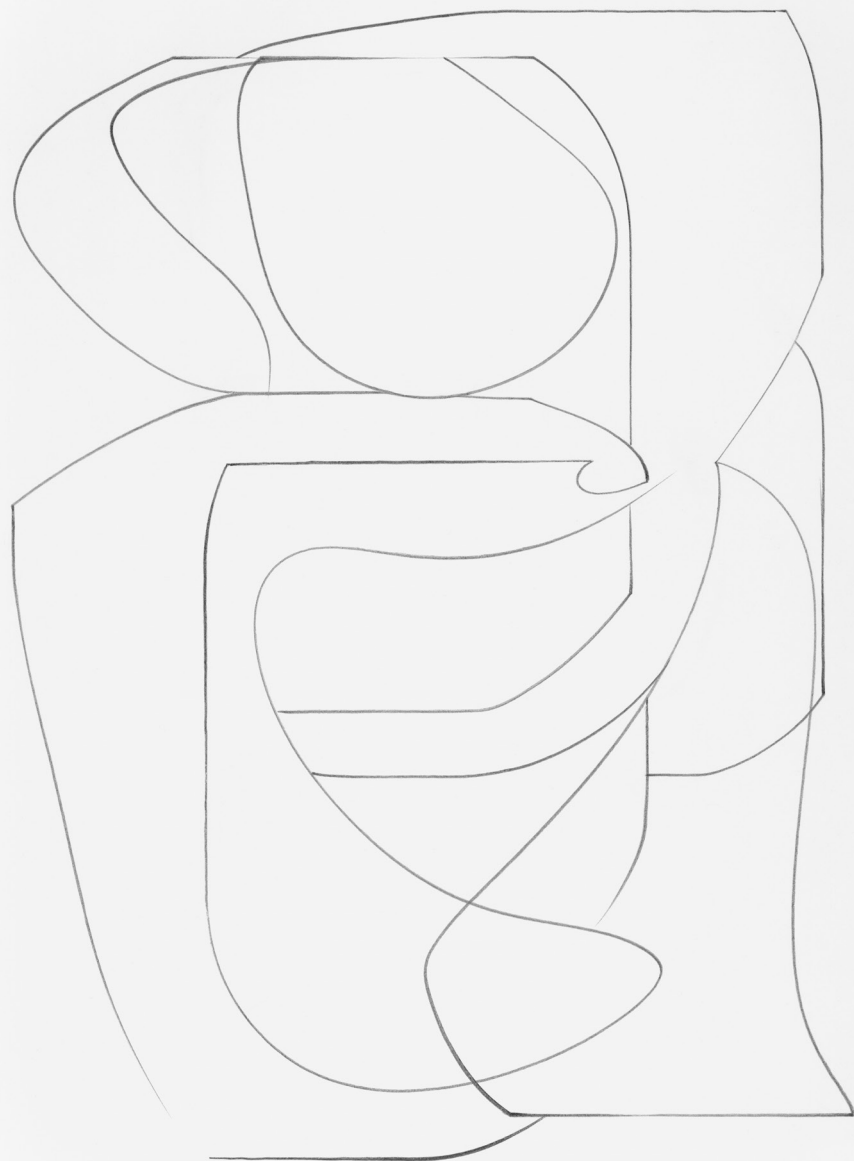
VANTILT

JAN OEGEMA

Lichaamsziel

Een retraite in rouw

Uitgeverij Vantilt



OP WEG

‘De ziel is onpersoonlijk’, zo vat een encyclopedie uit 1954 het vroegste denken over de menselijke ziel samen. ‘De ziel is onpersoonlijk, verdeeld over de gehele mens, zich hechtend aan verschillende lichaamsdelen, al naar hun macht. Daarom spreekt men ook wel van een *lichaamsziel*. Natuurlijk kan een mens verschillende van deze zielen bezitten, bijv. het bloed, de adem, het hoofd, de lever, de geslachtsdelen, etc. Deze ziele “macht” is niet beperkt tot de mens, maar wordt ook aan planten, dieren en zelfs voorwerpen toegekend.’¹

Het is een prille maar stralende voorjaarsdag. Voor het eerst dit jaar is de grond warm genoeg om er een half uur gedachteloos op te liggen, luisterend naar het verkeer in de verte, naar de weinige vogels en hun nog onwennige kelen. Een moeder is dood, haar zoon heeft zich op een verlaten landweggetje uitgestrekt in het gras, zo’n drie kilometer voordat het klooster in zicht zal komen. Het is het begin van een tweewekse retraite waarin de ziel zich zal blijven verbazen over haar onpersoonlijkheid.

Als *iets* rouwt, dan is het het lichaam. Het bloed, de organen,

de geslachtsdelen. Dit lichaam wil ruimte voor rouw. Het wil stilte, afzondering, sober eten, het wil zich lange uren blootstellen aan het eerste warme lentelicht.

Mama, waar ben je dan?

Er is een foto van Jane Goodall met daarop een jonge aap treurend om het verlies van zijn moeder. Flint, een mannetje, acht jaar oud, je ziet hem liggen op de plek waar moeder Flow is overleden. Uiteindelijk zal hij het niet redden, ondanks de zorg van een oudere zus. Ontroostbaar, volgens Goodall.

Het is nu maart 2015, een maandagmiddag en een ander continent. Dit lichaam is een van de vele honderden die in dit onwaarschijnlijk gefortuneerde deel van de wereld op weg is naar een retraiteoord. In dit geval een trappistenklooster in het zuiden van Nederland, onbereikbaar met het openbaar vervoer, vandaar deze wandeling door de bossen en velden. Straks zal het uit de weilanden oprijzen als een kleine middeleeuwse nederzetting, de deur van het poortgebouw zal opengaan en de portier zal vriendelijk informeren naar de reis. Even later zal de volgende deur opengaan en toegang geven tot het pad naar het gastenverblijf en de achteringang van de kerk, waar de monniken vanaf 's ochtends half vijf hun getijden hebben, vijfmaal per dag. De laatste daarvan, de completen, is de indrukwekkendste, de geheimzinnigste. Op één spotlight na gaan alle lichten uit, de broeders staan op, keren zich om en wenden het gezicht naar het beeld halverwege de kopse kant van het kerkgebouw, oplichtend in het donker. Een moeder met kind in wit zandsteen, toegezongen met het *Salve Regina* (Latijn voor 'Gegroet Koningin'), een lied uit de twaalfde eeuw dat elke dag overal ter wereld wordt gezongen ter besluit van de kloosterdag. Nu, in de veertigdagentijd, zingen de mannen in plaats van het *Salve* een ander Marialied.

Rituelen van geboorte, dood, verrijzenis. De betekenis van de begeleidende teksten zal de komende weken vaak niet tot me doordringen, ik lijk er immuun voor zoals Flint voor het geroep en getrek van zijn zus. Toch wil ik hier zijn, hier en nergens anders.

GEWIEGD

Diezelfde dag. Hartelijk verwelkomd, kamer betrokken, spullen uitgepakt. Een uur lang met jas aan in de zon gezeten, de moeheid prikkend achter de ogen. Bij de eerste vesper beginnen de tranen te vloeien, onaangekondigd maar niet onverwacht. Na het overlijden en de begrafenis wachtte meteen het werk, veel werk. Het verzet daartegen werd met de week groter, het verdriet verdween ongemerkt naar de achtergrond en dat klopte niet, dat mocht niet. Het lichaam wilde verdriet zijn, rouw is trouw, het wilde alsmaar terug naar het sterfbed, naar de wonderlijke intimiteit daarvan.

En daarom zit het nu hier, op een kerkbank dichtbij de monniken. Zojuist kwamen ze een voor een binnen, via hun eigen ingang bij het altaar. Nadat de klok is geluid begint het reciteren van de psalmen, monniken moeten ze elke twee weken alle honderdvijftig doorwerken, wat betekent dat elke psalm per jaar zesen-twintig keer langskomt. Als gewoonlijk zitten de broeders in twee rijen tegenover elkaar, ogen en boeken geopend, de ene helft zingt twee regels, de andere helft zingt twee regels, en zo heen en weer tot het einde van de tekst. Tussen de eerste regel en de tweede regel is er een lange tel rust, een voorgeschreven pauze zo lang als een ademteug. Ik zit in het linkergedeelte van de kerk, doe dus mee met de linkergroep, reciteer een regel, dan die tel rust, vervolgens de volgende regel, waarna de rechtergroep onmiddellijk en trefzeker aansluit met zijn eerste regel. Distichon na distichon,

met steeds die tel rust én het snelle overnemen: een weldadig ritme, als van een schip deinend op de golven. Daarvoor ben ik hier, ik wil gewiegd worden, het lichaam wil gewiegd worden, het wil in de armen genomen worden, gekoesterd worden.

Het lijf van Flint wilde het niet, dit lijf wil het wel.

Onder het reciteren door blader ik vooruit naar psalm 131, vandaag niet op het programma, hopelijk een van de komende dagen wel. Ik zoek mijn lievelingsregels, om het thema ervan, de schoonheid van taal:

Neen, bedaren liet ik, verstillen
bedaren verstillen mijn ziel,
als een kind bij zijn moeder geborgen
als een kind zo voel ik mijn ziel.²

Ik heb een herinnering bij die regels, een leesherinnering (die soms even levendig en privé kan zijn als een persoonlijke herinnering). In *A Book of Silence* beschrijft Sara Maitland hoe ze als jonge moeder ooit de stilte ontdekte, midden in de nacht met haar baby aan de borst, twee menselijke individuen in de cirkel van een enkel bedlampje, de een met melk, de ander zonder. Voeden en gevoed worden, deze oerscène, en dat in een vergelijking in een poëtisch fragment over de ziel.

Psalmen zijn gedichten, eigenlijk liedteksten, met als poëzie-technische bijzonderheid de herhalingen per regelpaar. Dikwijls komt een betekenselement van regel 1 met een variant terug in regel 2; een element van regel 3 in regel 4; enzovoort.

Stilte als *lijfelijk* verlangen. Hier zit een lichaam dat stilte wil, waarbij het denkbaar is dat het zich op een manier die voor mijn bewustzijn onnaspeurlijk blijft een zeer bepaalde stilte herinnert.

Moederstilte, babystilte. Sara Maitland vermoedt in elk geval dat haar intellectuele en spirituele project rond stilte daar moet zijn begonnen, in die intieme momenten met haar eerste kindje, veilig omsloten door de nacht.³

De vesper is ten einde, de monniken staan op en vertrekken na het luiden van de klok door dezelfde deur als waardoor ze zijn binnengekomen. De komende twee weken zullen ze blijven binnenkomen en vertrekken, viermaal per dag. Alleen het ochtendofficie moet ik laten gaan, ik ben nog te moe. Het ochtendofficie is vroeg, van half vijf tot kwart over vijf.

BUITEN

De omgeving is prachtig, een coulisselandschap afgewisseld met stukken bos en hei. Bospaden, zandweggetjes, glooiingen, een enkele tractor in het veld. Hier en daar paarden, de koeien staan nog binnen, in de lucht buitelen de eerste kieviten. Een provinciale weg doorkruist het gebied maar de overlast is beperkt, de begroeiing dempt het geluid. Er zijn nauwelijks andere wandelaars, de bospaden en zandweggetjes zijn verlaten, de hei is nog wintergrauw. Het gebied leent zich om erin rond te dwalen, er is een wirwar aan wandelroutes, maar ik sla nauwelijks acht op kleurtjes en pijltjes, ook daarzonder vind ik de weg.

Het is niet ondenkbaar dat ik gelukkig ben. Zittend aan de rand van de hei, turend over de boomtoppen weet ik me een mens op zijn plaats. Rouw is een staat van waarheid, ik leef in die waarheid. Opgelucht daarvan niet langer te worden weggehouden door werk en verplichtingen.

Een ding blijft ondertussen hetzelfde: het effect van buiten zijn, buiten komen. In de eerste tien minuten van het wandelen

gebeurt er hier hetzelfde als de eerste tien minuten op de fiets, thuis, in de stad, op weg naar het werk. Lucht en wind werken onmiddellijk in op de ogen, ze roepen windtranen tevoorschijn en met dat die komen is er de sensatie van een aanwezigheid, een existentie rondom mij. Natuurlijk verbind ik die sensatie met mijn moeder, hoe kan het anders; maar áls zij het al is die deze aanwezigheid vult, dan niet met een gestalte of een psyche. Ik zie haar niet en hoor haar niet, bespeur niets van enige stemming, ik kom niet verder dan het neutrale woord aanwezigheid. Er is een aanwezigheid en die dringt zich in me, kalm, rustig, vastbesloten, naar het lijkt net zo lang tot ze elke cel in dit lichaam heeft bereikt en gevuld. Dat alles in een proces dat maanden bestrijkt, dat voelbaar verder gaat elke keer dat het lichaam in aanraking komt met buitenlucht en wind. Eerst in de stad, op de fiets, nu hier, wandelend in de omgeving van het klooster.

Nooit gehoord of gelezen dat zoiets bestond. Een besef van tweevoudigheid dat, eenmaal opgemerkt, langere tijd aanhoudt en de indruk oproept van hereniging of versmelting.

Het psychologisch onderzoek naar rouwverschijnselen kwam relatief laat op gang. De eerste studie dateert van 1944 en vond plaats na de brand in The Coconut Grove, een drukke dansgelegenheid in Boston; een enorme tragedie, 492 mensen lieten er het leven bij. Een onderzoeker ondervroeg de nabestaanden en beschreef de rouw als een voorspelbaar proces met enkele karakteristieke symptomen, waaronder lichamelijke klachten, preoccupatie met de beeltenis van de overledene, schuldgevoelens, gevoelens van vijandigheid, verlies van routines en toename van nieuw dan wel afwijkend gedrag. Dit alles bij een min of meer normale rouwverwerking, want de onderzoeker constateerde tevens gedrag dat hij als mogelijk abnormaal of pathologisch bestempelde. Dit laat-