

Gabriele von Arnim

**DE TROOST VAN
SCHOONHEID**

Vertaald uit het Duits door
Lotte Lentes

UITGEVERIJ BALANS

Oorspronkelijke titel *Der Trost der Schönheit*
Oorspronkelijke uitgever Rowohlt Verlag
Copyright © 2023 Gabriele von Arnim

Copyright Nederlandse vertaling © 2026 Lotte Lentjes/Uitgeverij Balans,
Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

Omslag Bloemendaal en Dekkers
Omslagbeeld Linnéa Andersson
Auteursfoto IAFI/Paulina Hildesheim
Boekverzorging Aard Bakker
Druk CPI Books

ISBN 978 94 638 2479 8
NUR 320

www.uitgeverijbalans.nl

📷 [instagram.com/uitgeverijbalans](https://www.instagram.com/uitgeverijbalans)

🌐 [linkedin.com/company/uitgeverij-balans](https://www.linkedin.com/company/uitgeverij-balans)

✉️ uitgeverijbalans.nl/nieuwsbrief

Ik heb gedachten die, als ik ze een lichaam zou kunnen geven en tot leven wekken, de sterren een nieuw schitterlicht geven, de wereld een nieuwe schoonheid en de harten van de mensen een grotere liefde.

FERNANDO PESSOA (1888-1935)

PROLOOG

Het regent en het stormt. Grimmig is het buiten, zei de buurvrouw die al met de hond was gaan wandelen. Ze liet het klinken alsof buiten een norse buur was. Het is november, de tijd van het vale licht, de twijfel, de mistroostigheid en het pandemische gehoest. Ik zit aan mijn kleine ontbijttafel en staar lusteloos uit het raam de tristesse in, kijk naar beneden, naar de straat waar mensen wegduiken onder hun paraplu, zich eraan vastklampen zodat de wind hem niet uit hun handen rukt. Ze slaan de kraag van hun jas op en haasten zich door de plassen op de stoep. Opeens zie ik iets aan de overkant van de straat, een prachtig bladertapijt dat zich uitstrekt langs het hek van de speeltuin, geel, bruin, roodachtig en groen, nat en glanzend van de regen. Geen drogbeeld, maar de mooiste werkelijkheid. Een veelkleurige, vochtig glinsterende, uitnodigende strook bladeren. Een teder geluksgevoel welt in me op en tevreden maak ik mijn ontbijt.

Ik heb schoonheid nodig. De troost van schoonheid. Wanneer ik schoonheid zie, hoor, lees of voel, ervaar ik ruimte, geloof ik in mogelijkheden, in onbewandelde paden, in buitelingen. Schoonheid kan gevoelens bevrij-

den, kan ons de moed geven iets nieuws te proberen of de kracht om te leven met wat we niet kunnen veranderen. Wat mooi is, brengt vreugde, aldus Euripides, maar zo eenvoudig is het niet. Schoonheid kan een vonkje zijn, een kleine tinteling, iets groots en meeslepends, maar net zo goed een steek in het hart. Keer op keer is schoonheid de toevlucht die ik nodig heb, een oogopslag, een steen, een roos, een wolkentuin. De tedere avondzon in mijn nek.

Ik heb de kleine gestes nodig, de glimlach van de jongen die de deur voor me openhoudt, het vrolijke knikje van de onbekende vrouw die me in de lente de Aziatische supermarkt uit ziet lopen met een enorme bos tulpen.

De troost van schoonheid gaat ook over het beschermen van onze eigen kleine werkelijkheid tegen de wereldwerkelijkheid. Tegen de nachtelijke aanvallen op mijn gemoedsrust, wanneer flarden van beelden, gefragmenteerde ideeën, fantasieën, onrust, afgrijzen en gejaagdheid als wervelende sneeuwvlokken over elkaar heen buitelen in mijn hoofd. Alles wat ik heb gelezen, gehoord en meegemaakt, elke angst, elke hoop, elke krantenkop. De onsamenhangendheid gaat wild tekeer en de tinnitus schreeuwt tevreden boven al dat tumult uit. Zelfs banaliteiten nemen in de stilte van de nacht enorme proporties aan. Overbodige opvulling voor het afgebeulde hoofd, dat niets meer wil opnemen en toch plichtsgetrouw opslaat wat het elke dag hoort, leest en denkt.

We leven in tijden van extreme politieke, maatschappelijke, ecologische, economische en mentale uitdagingen.

gen. We verwoesten onze wereld in een adembenemend tempo. Groei – dat dubieuze, allang betwiste economische gebod – betekent consumptie, steeds meer consumptie. Terwijl we nu al zoveel onzinnige spullen kopen die we helemaal niet nodig hebben. Wat zou ik bij mij thuis kunnen uitmesten?

Sociaal psycholoog en klimaatactivist Harald Welzer schrijft dat er sinds 2020 meer dode massa dan biomassa op de wereld bestaat, dus meer geproduceerde spullen dan levende natuur. Sinds ik dat weet, kan ik me alleen nog een wereld voorstellen met meer plastic badeenden dan radijzen, meer speakers dan vogels, meer stoelen dan bomen. Als we zo doorgaan zijn er op een gegeven moment meer auto's dan mensen. In de Verenigde Staten zijn er al zeshonderdvijftig auto's per duizend inwoners. Wereldwijd worden er per seconde 3,1 auto's geproduceerd. De zoveelste voortuin in de buurt die wordt bestraat. Moet daar ook weer een parkeerplaats komen?

Ademen, diep ademen. Inademen, uitademen. Ademen.

‘Waarschijnlijk leren alle religies,’ schrijft Navid Kermani, ‘dat met de adem iets goddelijks in ons naar binnen stroomt, of dat met elke ademtocht de wereldziel – datgene wat alle schepselen met elkaar verbindt – zich met elke individuele ziel vermengt.’

Ademen, diep ademen. Inademen, uitademen. Ademen.

En wat doe ik in deze wereld? Wat verdring ik, wat zie ik over het hoofd, wat neem ik voor lief, waar doe ik aan mee? Ben ik wel kritisch genoeg? Doe ik wel genoeg? Wat is genoeg? Hoe gaat het eigenlijk met me?

Diep in mij zit de angst (daar waar angsten elkaar altijd verdringen) dat ik niet meer genoeg tijd heb om alles ten volle waar te nemen, zodat ik erover kan vertellen. Ik wil mezelf altijd alles vertellen. Alsof ik rustiger kan leven met alles wat verteld is dan met alles wat verzwegen blijft. Natuurlijk heeft dat met ouder worden te maken. Mijn gezicht is gerimpeld, mijn servies is gehavend, mijn aanrechtblad zit onder de vlekken. We zijn versleten, maar gaan moedig voorwaarts, afgemat en fragiel.

Je zou denken dat je harder wordt met de jaren, omdat je al zoveel hebt gezien. Maar hoe ouder ik word, hoe meer ik de wereld waarneem, hoe meer ik geplaagd word door alles wat ik zie, hoor, lees en denk. Het schild tussen de waanzin daar (wat heeft een waan eigenlijk voor zin?) en mijn bestaan hier wordt dunner en dunner. De oogkleppen waaien weg in de storm. Alles wat ik zie, hoor, lees en denk blijft me bij, niet als kille feiten, bevroren en ontdaan van enige emotie, maar als dingen die me raken, steken, doordringen en terneerdrukken.

Ik heb troost nodig. Een gevoel dat me verwarmt en beschermt, dat me verankert in mezelf. Wat me raakt, maakt me bang. Hoe ziet de wereld eruit waarin mijn kleinkinderen en hun generatiegenoten zullen leven? Hoe eigenzinnig zullen ze kunnen zijn? Zullen ze mogen zeggen en zingen wat ze willen? Zullen ze hun eigen kin-

deren nog kunnen laten zien dat rupsen vlinders worden?

Ik heb troost nodig, omdat ik moeite heb met de wereld zoals ze is.

Ik maak me zorgen over het verlies van elk idee van collectief welzijn, over de minachting waarmee de *haves* neerkijken op de *havenots*, over de radicalisering van mensen die geen onzekerheid of vragen verdragen en enkel antwoorden willen. Maakt niet uit wat die antwoorden inhouden of hoe onjuist ze zijn, zolang ze maar antwoorden krijgen die ze de wereld in kunnen schreeuwen. Ik maak me zorgen over de verruwing van taal en gedrag. Ik maak me zorgen over de fixatie op wapens, de mensonterendheid, de terroristen, racisten, seksisten en misogynisten die op anderen moeten neerkijken om zichzelf sterk te voelen.

Ik maak me zorgen over de stoffige droogten, de allesverzwelgende overstromingen, de stervende bomen en de steden die op slot gaan, terwijl we met zijn allen gewoon doorgaan als voorheen. Ik ben bang voor de holle frasen, de cynische machtspelletjes en de roekeloze hebzucht. Het 'gewoon doorgaan' van de smalende en meedogenloze machthebbers die de aarde uitbuiten, vergiftigen en verwoesten.

En zij zijn niet als enige verantwoordelijk. Ik doe er zelf aan mee. Ook ik ben ongetwijfeld op de een of andere manier medeplichtig aan systemisch racisme, ook ik leun achterover in mijn behaaglijke bubbel, ook ik heb een auto en stap zo nu en dan in een vliegtuig. Mijn 'wereldverbruik', om met Harald Welzer te spreken, is veel te hoog. Ik heb een comfortabel leven, trakteer mezelf op

ontspanningsmomenten, maak deel uit van de gangbare graaicultuur.

‘Wandeling in de regen, zwemmen in een bergmeer in Tirol, naar de opera in München. Alles is heerlijk, zacht en haast verwerpelijk mooi. Alles wordt opgeslagen om bestand te kunnen zijn tegen het nieuws uit de buitenwereld.’ Aantekening uit mijn dagboek.

Dat zijn zinnen van iemand die een geprivilegieerd leven leidt. Maar mag ik, omdat ik het zo goed heb, de moed niet verliezen? Hoe verhoud ik me op de juiste manier tot de wereld? Wat is juist? Hoe betrouwbaar is mijn innerlijk kompas?

Hoe ongepast is het om mijn cappuccino te drinken onder het bladerdak van hoge bomen, terwijl mensen in Afghanistan, die ook door onze regering schandelijk in de steek zijn gelaten, moeten onderduiken, bang zijn, honger lijden, in permanente doodsangst leven – dingen die wij ons niet eens kunnen voorstellen. Hoe voelt het om thuis te zitten wachten op je moordenaar? Daar kun je niet zomaar even een duik nemen in een bergmeer om op krachten te komen.

En toch: verandering kunnen we alleen teweegbrengen door in actie te komen en dat vergt kracht. Het is de kracht van de hoop van minderheden die de wereld verandert, zei een van de Argentijnse *Madres de Plaza de Mayo*. De moeders hielden decennialang protestwaken voor hun verdwenen zoons en dochters die door de regering waren ontvoerd en vermoord.

Cultuurwetenschapper en auteur Silvia Bovenschen,

met haar onfeilbare neus voor alle narigheid in de wereld, schreef dat ze de huidige tijd de rug toekeert omdat ze er geen poëzie meer in kan vinden en al helemaal geen ‘troost voor het lijden van alles wat leeft’.

Het vergt moed om zoiets op te schrijven. Het betekent dat je emoties toelaat naast feiten en kennis, pijn binnenlaat in het domein van de fijngevoeligheid. Kijk hoe graag en hoe vaak we onszelf proberen te beschermen met niet-weten, met niet-willen-weten, zeker als het om maatschappelijke ontwikkelingen gaat. Weten doet pijn. En erkennen al helemaal, omdat je dan voelt wat je weet.

‘Vooral niets voelen,’ zei een vrouw jaren geleden tegen me, toen ik haar vroeg naar de stemming in naoorlogs Duitsland. ‘Vooral nooit meer iets voelen.’

Ze behoorde tot de generatie die gevoelens sowieso verwerpelijk vond en bang voor ze was, omdat ze zich zo ongecontroleerd door de ether verspreiden. Afweer kent een lange traditie in Duitsland. Fontane liet Effi Briests moeder al zeggen: ‘Men leeft toch niet alleen in de wereld om zwak en teder te zijn en alles met begrip te behandelen wat tegen wet en gebod is.’

Uitgerekend in het nationaalsocialisme lieten velen hun emoties de vrije loop, ze gaven zich volledig over aan hun extatische verering van Hitler. De gevluchte schrijver Hans Sahl noemde deze gevoelsuitbarstingen ooit ‘het collectieve orgasme’ van de Duitsers.

Het liet een leegte achter, en dat ogenschijnlijk ongevaarlijke vacuüm werd in stand gehouden.

Vooral niets voelen.

Als het woord 'voelen' al opdook, dan alleen in de dooddoener: 'Wie niet horen wil, moet voelen.' Voelen betekende lichamelijke pijn ondergaan als straf. Wie niet gehoorzaamde, kreeg 'een tik met de hamer', 'een liniaal op de vingers', 'een pak slaag met de riem'.

Wie niet horen wil, moet voelen.

Als woorden deuren kunnen dichtslaan, kunnen woorden ze ook weer openduwen. Ik steek mijn hoofd in de wind en laat alle woorden die erin zitten verwaaien. Zodat het een tijdje stil is in mij. Leeg als een blad papier zonder letters. Maar elk blad wil beschreven worden. Het wacht. Soms houd ik een spiegel voor de letters, zodat ik de woorden niet kan lezen.

Wat gebeurt er als je een spiegel voor je eigen jeugd houdt? Raakt het beeld vertekend of zie je dan juist meer? Misschien heb ik troost nodig, omdat ik zo lang ongetroost door het leven ben gestruikeld. Wie troost nodig heeft, moet immers zwakte toegeven en waar ik vandaan kom, was niemand zwak. Daar hield men de schijn op en werd alles wat ons menselijk maakt gemeden.

Vooral niets voelen.

'Kind,' zei de vader, 'wees eens flink. Discipline is het allerbelangrijkste in het leven.'

'En gezondheid,' zei de moeder die altijd vrolijk moest

zijn. ‘En gezondheid,’ zei ze nog een keer, wat ik onaardig vond, want ik was ziek – een kreupel, neerslachtig, te dik kind.

Het kostte veel moeite om me te ontdoen van het adagium ‘vooral niets voelen’. Vanuit het pantser via de koppigheid – wat een krachtverspilling! – naar inzicht in je eigen zwakte is een lange weg. Een bevrijding en een beproeving tegelijk. Wie zijn zwakte toegeeft wordt weliswaar innerlijk sterker, maar zwakte daadwerkelijk doorvoelen betekent ook ontvankelijker worden voor tekortkomingen, in jezelf en om je heen. Lijden onder het gemis, zoals Silvia Bovenschen deed toen ze in het heden geen troost meer vond voor het lijden van alles wat leeft.

Waarschijnlijk lijden we allemaal. De meeste mensen weigeren dat alleen te geloven, ze verzetten zich tegen de naakte waarheid en pantsersen hun gevoel. Ze raken vreemd van zichzelf, ontwikkelen zich niet tot wie ze zouden kunnen zijn.

Ik ben gewond en bang, ongerust en opgewekt, ik hou van het leven. Allemaal tegelijk. Allemaal door elkaar. Ik zoek troost in woorden, beelden, klanken, in het bos. Ik wil warmte, nabijheid, schoonheid, kwikzilverachtige gevoelens. Soms volstaat het om mijn tanden in een reep chocola met zeezout te zetten. Meestal is er meer nodig dan zo’n klein genotsmoment. Troost baant zich een weg naar binnen en dringt door tot in onze stilste kern, de diepte waarin we ademen tot we vleugels krijgen.

De troost van schoonheid is misschien escapisme,