

# De vlieg, de spin en het universum

Essays over vergeten getroffenen

Jackie June ter Heide

# De vlieg, de spin en het universum

Essays over vergeten getroffenen

Jackie June ter Heide

# I.

In de bibliotheek van ons Zweedse vakantiehuisje trof ik een oude liefde: *Shosha* van Isaac Bashevis Singer. Singer is een Nobelprijswinnaar die wellicht niet veel meer gelezen wordt, maar in mijn tienertijd verslond ik zijn boeken over het Asjke-nazische Jodendom van vóór de Tweede Wereldoorlog en over de nasleep van die oorlog voor de Joodse overlevenden en emigrés. *Shosha* gaat over de liefde tussen de beginnende schrijver Aaron Greidinger, een alter ego van Singer, en zijn kinderlijke buurmeisje Shosha dat de oorlog niet overleeft.

Bladerend door het boek belandde ik bij de epiloog, waarin Aaron en zijn vriend Haiml zich na de oorlog afvragen waar alles is gebeven: de jaren, de vrienden. Ze zijn hen ontglipt. Er moet een plaats zijn, zegt Haiml:

**There must be a place somewhere where everything is preserved, inscribed down to the smallest detail. Let us say that a fly has fallen into a spiderweb and the spider has sucked her dry. This is a fact of the universe and such a fact cannot be forgotten. If such a fact should be forgotten, it would create a blemish in the universe.**

Lijden mag niet vergeten worden, dat is wat Haiml zegt. Dat is ontoelaatbaar, ondenkbaar, wellicht onverdraaglijk.

Voor Singer moet dit een persoonlijk thema geweest zijn. Geëmigreerd vanuit Polen naar de Verenigde Staten in 1935, maakte hij de oorlog niet mee. De wereld die hij achterliet – van rabbi's en intellectuelen, jeugdliefdes en minnaressen – ging verloren en naar het lot van omgekomen familieleden en vrienden kon hij slechts gissen. Hoe kun je schrijven over hun lijden als je er geen getuige van bent geweest? Hoe kun je je er een voorstelling van maken? "The writers will write," schreef hij, "but they'll get everything topsy-turvy."

Het thema uit de epiloog van *Shosha* deed me denken aan een ander boek dat ik onlangs las: *Sonderbehandlung* van Filip Müller, dat in 2023 in een Nederlandse vertaling verscheen. Anders dan Singer was Müller een holocaustoverlevende en een belangrijke getuige van de gruwelen van Auschwitz, waar hij als jonge man deel uitmaakte van het Sonderkommando – de groep gevangenen die ingezet werd om de vermoorde slachtoffers te ontkleden, verslepen en verbranden. De leden van het Sonderkommando waren, zo beschrijft Müller, *Geheimnisträger*, oftewel dragers van het geheim van de uitroeiing van de Joden. Er was de nazi's dan ook veel aan gelegen om zo weinig mogelijk leden van het Kommando in leven te laten. In de jaren '70 stelde Müller met veel moeite zijn getuigenis op schrift.

In het relaas van Müller komen eindeloze rijen slachtoffers voorbij. Sommige met naam en toenaam, zoals de diepgelovige Fischl die bleef vertrouwen op de hulp van God; sommige naamloos maar in detail, zoals de vrouw die in het voorportaal van de gaskamer een wapen wist te bemachtigen en een SS'er doodschoot. Maar vele slachtoffers blijven zonder naam en details: 'de mensen', 'de kinderen'.

De opdracht die Singer en Müller zich stelden, dat het lijden niet vergeten mag worden maar bewaard moet blijven "down to the smallest detail" is per definitie onuitvoerbaar. Meteen na het aanhoren van de monoloog van Haiml geeft Aaron toe dat hij vergeten is dat ze het hier eerder over hebben gehad. Hij is gedoemd te falen in het onthouden van de dingen die ertoe doen. Müller gaf direct na de oorlog aan dat hij niet in staat was tot een gedetailleerde getuigenis: "Het is veel te veel, en zo gruwelijk dat de meesten het helemaal niet zouden geloven." Onthouden is moeilijk en als het lukt, zo ongelooflijk pijnlijk.

Vandaar dat Singer uitwijkt naar een metafysische oplossing. Er moet een plaats zijn waar al het lijden, groot en klein, gezien of ongezien, wordt vastgelegd en nooit vergeten. Waar die plaats is blijft ongewis. Maar waar mensen – schrijvers, overlevenden, achterblijvers – falen, valt de verantwoordelijkheid hiervoor toe aan het universum zelf. Aan God zelf, zou je kunnen zeggen.

Er is in de holocaustliteratuur veel geschreven over de worsteling met God. Müller beschrijft de dagelijkse routine van zijn ploeggenoot Fischl, die 's ochtends als eerste opstond, de gebedsriem ombond en bad. Het *Sjachres* (ochtendgebed) moet dat zijn geweest: "Gezegend Gij, Heere onze God en God van Onze Vaderen, (...) grote, machtige en ontzagwekkende God..." Maar tegenover de gelovige Fischl stonden talloze gevangenen die in het licht van alle gruwelijkheden hun geloof in God verloren waren. Hoe konden ze vertrouwen op een God die dit alles liet gebeuren? "Er is geen God," citeert Müller een medegevangene, "en als die wel bestond, is het een rund en een gore schoft."

Singer lijkt zich daar niet bij neer te kunnen leggen. Hij zoekt een leven na Auschwitz, een leven waarin ruimte is voor God, waarin God een taak heeft waarin God niet verzaakt. In zijn epiloog gaat het niet om de vraag waarom dit alles heeft plaatsgevonden, waarom God niet ingegrepen heeft – het gaat om de vraag hoe dit alles onthouden kan worden, bewaard, beschreven tot in het kleinste detail. Het gaat Singer niet om de almachtige God die al dan niet gehandeld heeft, het gaat hem om de alwetende God die alles ziet en alles hoort.

Toen ik eens door de Sinai woestijn reisde waar 's nachts de sterren als kantwerk aan de hemel lagen, vertelden de bedoelenden het volgende verhaal. God heeft vele namen. Honderd,

om precies te zijn. Wij mensen kennen er negenennegentig. Die namen beschrijven Gods eigenschappen: de Barmhartige bijvoorbeeld, de Trooster, de Geduldige. Waarom glimlacht de kameel? Die kent de honderdste naam van God.

Misschien kende Singer, die het leven met mildheid bezag en de mensen met vriendelijkheid, net als de kameel de honderdste naam van God. Misschien is die naam 'de Nooit Vergetende'.

# II.

Wat mij altijd gefascineerd heeft is het verband tussen moraal en reinheid (*cleanliness* zeggen de Engelsen, wat zich slecht laat vertalen als schoonheid) in onze taal en in ons brein.

Onschuldigen, zoals kinderen, worden afgeschilderd als rein en puur. Hen treft geen blaam, wat zoveel wil zeggen als: zij zijn smetteloos. Schuldigen worden gezien als vies, er kleeft schuld aan hen.

Bij veel gewelddadige gebeurtenissen is er aanvankelijk inderdaad sprake van kleverige substanties: bloed, tranen, sperma. Er belandt iets op het lichaam dat daar niet hoort. Maar vervolgens, wanneer de wonden zijn verbonden, de tranen zijn gedroogd, het sperma weggespoeld, kan het gevoel vies te zijn blijven hangen, zowel bij de dader als het slachtoffer. Een famous voorbeeld is Shakespeares Lady MacBeth, die koortsachtig haar handen blijft wassen na de moord op koning Duncan. Maar ook slachtoffers van seksueel geweld kunnen zich eindeloos wassen vanuit het gevoel vies te zijn en schuldig te zijn aan een daad die ze niet hebben kunnen voorkomen.

Wanneer er dus, zoals in de epiloog van *Shosha*, sprake is van een smet, kun je er vanuit gaan dat er een morele grens overschreden is. "If such a fact should be forgotten, it would create a blemish in the universe." Als lijden wordt vergeten, al is het maar dat van een vlieg, dan wordt het universum daar een beetje viezer van. Dan heeft het universum schuld. Voor mensen geldt dat net zo goed als voor het universum. Elkaars lijden onthouden is niet iets dat mooi meegenomen is, dat je een beetje erbij doet, het is een morele plicht.

Mijn patiënten ervaren het net zo. Ik werk met getraumatiseerde politiemensen die betrokken zijn geweest bij kwesties van leven en dood. Ze proberen een kind te redden uit het water of een chauffeur uit een brandende auto. Soms lukt het, soms

niet. Dan volgt er eindeloos zelfverwijt en een nooit aflatende morele plicht. Een patiënt van mij, oud-politieman, omschreef het als volgt:

**Ik kan op een of andere manier bijna geen afscheid nemen van die plaatjes, ik moet die voor mezelf onthouden. Het is bijna een dwangmatig iets dat zegt van: dat mag je nooit vergeten. Ik moet die pijn en die emoties gewoon binnenhouden, bewaren, die horen bij dat moment. Jij bent de laatste die die mensen in leven gezien heeft, jij bent erbij geweest, dat mag je nooit vergeten.**

Mijn patiënt is een plek geworden, "a place somewhere, where everything is preserved."

Wat is dat toch, die morele plicht om andermans lijden te onthouden, waarom voelen mensen dat zo sterk? Volgens de *Moral Foundations Theory* van de Amerikaanse psycholoog Jonathan Haidt rusten al onze morele overtuigingen op vijf pijlers: zorgzaamheid, eerlijkheid, trouw, autoriteit en heiligheid. Los van tijd en plaats geloven we allemaal, in meer of mindere mate, dat het goed is om voor elkaar te zorgen, om onze hulpbronnen eerlijk met elkaar te delen, om bij elkaar te blijven, om leiding te geven of te gehoorzamen, en om elkaars leven en lichaam te respecteren. Dat geldt vooral voor de mensen die bij ons horen, uiteraard, voor onze familieleden, groepsgegoten, soortgenoten. Voor de mensen buiten onze groep geldt in tijden van oorlog en conflict het tegenovergestelde: we willen hen schaden, onteigenen, uitstoten, vernederen en besmeuren. Zij hebben onze zorg en respect niet verdiend. Ook dat is een morele overtuiging, die we zoveel mogelijk proberen te betuigen met wetten en regels.

De morele plicht om andermans lijden te onthouden staat niet in het rijtje van Haidt. Toch lijkt die onderliggend aan de vijf pijlers. Als je een ander en diens behoeften niet in je hoofd kunt houden, hoe kun je dan moreel juist handelen? Dan word je een 'na mij de zondvloed' roepende egoïst die de behoeften van anderen negeert, zijn eigen gang gaat en anderen inwisselt en gebruikt. Of in ieder geval – minder extreem gedacht – maakt het je onbetrouwbaar en onvoorspelbaar.

Het vermogen om een ander in je hoofd te houden wordt door psychologen *objectconstantie* genoemd. Het is een vermogen waarmee we niet geboren worden, maar dat we verwerven door stabiel, voorspelbaar contact met hechtingsfiguren. Wanneer we als baby en peuter steeds maar weer, op vaste momenten, dat vriendelijke, geanimeerde gezicht voor ons zien, leren we dat gezicht te verwachten en leren we uiteindelijk dat dat gezicht wel weer zal verschijnen, ook wanneer het even afwezig is. Het vermogen om een ander in ons hoofd te houden houdt onze relaties stabiel.

Het ingewikkelde bij mijn patiënt is: hij spreekt dat vermogen als het ware té sterk aan. Het feit dat je anderen in je hoofd kunt houden, betekent niet dat je dat ook de hele tijd moet doen. Sterker nog, het is heel gezond om zo nu en dan de anderen te vergeten en alleen maar aan jezelf te denken. Een deel van mijn werk bestaat er dan ook uit met patiënten te verkennen hoe de boel in balans kan zijn. Er mag een plek in je hoofd zijn waar je bewaart wat je gezien hebt, maar daarnaast moet er een plek in je hoofd zijn waar het draait om jou. Je mag plek *hebben*, maar je moet geen plek *zijn*.

Of misschien moet ik het anders zeggen, Rutger Kopland indachtig. De dichter Kopland was ook kinderpsychiater dus objectconstantie was, naast taal, zeg maar echt zijn ding.

Ga nu maar liggen liefste in de tuin,  
de lege plekken in het hoge gras, ik heb  
altijd gewild dat ik dat was, een lege  
plek voor iemand, om te blijven.

Je mag wel een plek *zijn*, maar dan met name voor je geliefden.  
Je houdt het een beetje exclusief. Voor al die anderen wier  
lijden je hebt gezien, mag je plek *hebben*. Maar een beperkte  
plek, want anders krijg je het zo druk als oud-politieagent,  
dan wordt het allemaal zo veel.



# III.

ARQ Centrum'45 bestond in 2023 vijftig jaar. Sommige van onze patiënten zijn erg gehecht aan de instelling en komen er al een hele tijd. Patiënten van wat wij noemen 'de eerste generatie' – verzetsmensen, kampoverlevenden – hebben recht op levenslange zorg zonder ooit uitgeschreven te worden. Op vrijdag komen ze naar de Rijnzichtweg in Oegstgeest met hun taxi en rollator. Vrijdag is de enige dag dat er in Oegstgeest koekjes staan bij de koffieautomaat.

Mijn collega, die met patiënten van de eerste generatie werkt, plaatste een post op intranet:

**Afgelopen vrijdag nam een mevrouw in de contactgroep al deze boeken mee en doneerde dit aan de leeskast die in de wachtkamer op de Rijnzichtweg staat. "Zodat het niet vergeten wordt," was haar tekst. Ze heeft zelf, als klein meisje, de oorlog meegemaakt in voormalig Nederlands-Indië.**

Op de bijgevoegde foto stond een tiental boeken: over het leven in Nederlands-Indië, over de wonden die de oorlog had achtergelaten bij getroffenen en hun nakomelingen, over het lijden van vrouwen en kinderen door onderduik, onderdrukking en slavernij.

Die post zette me aan het denken. Nou heb ik zoveel ooggetuigenverslagen gelezen, van schrijvers als Anne Frank, Aharon Appelfeld, Marga Minco, Eli Wiesel, Etty Hillesum, Viktor Frankl – maar ik zou niet één vergelijkbare schrijver uit Nederlands-Indië kunnen noemen. Mijn vader is nota bene geboren in Batavia (nu Jakarta). Terwijl mijn oudtante en haar dochters in een Japans interneringskamp hebben gezeten, heb ik geen enkel boek gelezen over de oorlog in Nederlands-Indië.

Door alle nadruk op nooit mogen vergeten, vergeten we weleens dat onze kennis over het verleden beperkt is en selectief. Som-

mige verhalen worden verteld en gehoord, opgeschreven en gelezen. Zij bepalen ons beeld van de werkelijkheid. Maar sommige verhalen worden het liefst vergeten. Niet alleen door het publiek, dat er geen oren naar heeft, maar ook door overlevenden zelf.

Misschien heeft dit te maken met *mattering*, een mooie sociaal-psychologische term die ik onlangs tegenkwam in de New York Times. *Mattering*, of in het Nederlands 'ertoe doen', is een medaille met twee kanten: aan de ene kant iets bijdragen, waarde inbrengen, en aan de andere kant het gevoel krijgen dat je bijdrage – en daarmee jijzelf – door anderen op waarde geschat wordt. Gewicht in de schaal leggen, zo zou je het ook kunnen vertalen. Ook daar heb je zowel een gewicht voor nodig als een schaal.

Om te zorgen dat jouw lijden niet vergeten wordt, heb je het gevoel nodig dat je *matters*, dat jouw verhaal het verdient om gehoord te worden en serieus genomen te worden. En je hebt anderen nodig die dat daadwerkelijk doen – dat horen en serieus nemen. Niet altijd is dat het geval. Sommige mensen staan lager in de pikorde en doen er minder toe, in de ogen van henzelf en van anderen. Dat maakt hen kwetsbaar voor trauma. Trauma kan de waarde van een persoon nog verder doen kelderen en het nog moeilijker en riskanter maken om verhalen te delen. Dan is de cirkel rond.

Mijn nalatigheid indachtig toog ik naar de ARQ bibliotheek en leende een boek over de Japanse interneringskampen: *50 Years of Silence* van Jan Ruff-O'Herne. Ruff-O'Herne groeide op in voormalig Nederlands-Indië en werd als jong volwassene met haar moeder en zusjes tijdens de oorlog geïnterneerd. Na een selectie belandde zij met zes andere Nederlandse meisjes in een huis waar zij drie maanden werd misbruikt als 'troostmeisje',

een term waar zij zich tegen verzet:

**We were never 'comfort women'. Comfort means something warm and soft, safe and friendly. It means tenderness. We were war-rape victims, enslaved and conscripted by the Japanese Imperial Army.**

Weinig ervaringen zijn zo beschadigend voor het gevoel dat je *matters* als seksueel geweld. Seksueel misbruik, waarbij het lichaam wordt gebruikt zonder oog voor de grenzen, wensen of integriteit van het slachtoffer, leidt vaak tot een diep gevoel van waardeloosheid. Maar ook buitenstaanders kunnen slachtoffers afwaarderen en wegzetten als slecht, schuldig of vies. In tegenstelling tot het adagium 'dit mag nooit vergeten worden', leefde Ruff-O'Herne dan ook 50 jaar lang volgens het motto 'nobody must know'. Dat werd afgedwongen door de Japanners, die de meisjes het zwijgen oplegden op straffe des doods, maar ook door haar eigen gevoel van schaamte.

**Nobody can imagine what it means to have something within yourself so terrible that you'd love to talk about it to other people, but you cannot, because you feel this terrible shame. Nobody must know, and you carry the burden all your life and you're always afraid that somehow, sometime, it's going to come out.**

Seksueel geweld kan iedereen overkomen, maar komt in het algemeen meer voor bij vrouwen en kinderen en mensen met een psychische, sociale of lichamelijke kwetsbaarheid. Ze hebben minder macht en minder bescherming en dus wordt er minder goed naar hen geluisterd. Veel slachtoffers van seksueel geweld zitten daardoor in de spreekwoordelijke kast. Dat is zwaar voor de slachtoffers, die hun ervaringen in hun eentje moeten dragen, maar het leidt ook tot een incompleet beeld van trauma, oorlog en geweld.

Zo is verkrachting van Joodse vrouwen tijdens de Tweede Wereldoorlog bijvoorbeeld een vrijwel onontgonnen gebied van onderzoek. De aanname dat verkrachting regelmatig voorkwam wordt door sommige onderzoekers gezien als een smet op het blazoen van de overlevenden. Om vergelijkbare redenen lopen schattingen van de aantallen vrouwen die in Nederlands-Indië gedwongen werden tot prostitutie uiteen van 300 tot 70.000. En pas in 2008, na de oorlogen in Voormalig Joegoslavië en Rwanda, werd verkrachting officieel erkend als oorlogsmisdaad door de Veiligheidsraad van de Verenigde Naties.

Zo komt het dat er lege plekken zijn in de leeskast in Oegstgeest en in mijn eigen boekenkast, waar boeken staan die nooit zijn geschreven, door slachtoffers die zijn vergeten.

Er moet een plek zijn ergens, waar ook hun herinneringen bewaard worden tot in het kleinste detail.

Ga nu maar staan liefste op de plank,  
de lege plekken in de boekenkast, ik heb  
altijd gewild dat ik dat was, een lege  
plek voor iemand, om te blijven.

# IV.

Ik kreeg een mailtje van Jos, een oud-politieman die ik jaren geleden in behandeling had gehad voor een posttraumatische stressstoornis. Het ging niet goed met hem, dus maakten we een belafsprak. Aan de telefoon vertelde hij dat hij nog steeds veel last had van zijn geheugen. De melk laten aanbranden; de trap oplopen om iets te pakken en bovenaan vergeten zijn wat dat ook alweer was.

"Ik kan er wel mee omgaan," zei hij. "Ik denk dan altijd maar aan die tekst van Daniël Lohues die jij indertijd noemde. *Ik ben vergeten wat ik vergeten ben. Weet je nog?*"

"Uh ja...," zei ik weifelend. Intussen zocht ik koortsig mijn geheugen af. Zo'n grote fan van de Drentse zanger Lohues, en dan dat nummer vergeten. Toen ik had neergelegd begon ik onmiddellijk te zoeken op Google, de zoekmachine die nooit iets vergeet tenzij de rechter sommeert om het te verwijderen. Daar popte de tekst al op. *Ik weet da'k wat vergeten ben, maar ben vergeten wat.*

Het was grappig dat juist Jos mij mailde, want ik had onlangs nog aan hem gedacht. Voor EMDR Magazine had ik een column geschreven over een anekdote die ik Jos had verteld tijdens zijn behandeling. Even overwoog ik om op mijn beurt aan Jos te vragen: "Weet je nog, dat verhaal ik je toen verteld heb? Daar heb ik laatst een stukje over geschreven." Maar ik was bang dat hij die anekdote was vergeten en dat hij zich dan bezwaard zou voelen.

We sparen elkaar graag, Jos en ik, we zijn hoffelijk naar elkaar. Hij wijst mij erop dat hij echt wel onthouden heeft wat ik hem heb verteld, ook al heeft hij weer opnieuw klachten. Ik verbloem wat ik wel en niet onthouden heb uit de therapie met hem, om zijn herinnering geen geweld aan te doen. Al is zijn behandeling afgelopen, de band tussen Jos en mij blijft bewaard

in die kleine herinneringen aan een liedtekst van Daniël Lohues en aan een anekdote tijdens de EMDR.

Vergeten en onthouden – het gebeurt zo automatisch als ademen of kijken. Maar desondanks zijn het acties, werkwoorden, taken met een zeker gewicht. Het onthouden van patiënten en hun verhalen is een belangrijke taak van een therapeut. De patiënt krijgt een plekje in het hoofd van de therapeut, een eigen kastje om spullen in te bewaren: anekdotes, beelden, herinneringen. Dat kastje gaat open tijdens de therapie. "Vorige keer zei je dat...", zegt de therapeut dan. Of: "Dat moet moeilijk voor je zijn omdat je vroeger al..."

Bij patiënten die vaak vergeten zijn – als kind in een huis vol oorlogsherinneringen, als vluchteling weggestopt in een asielzoekerscentrum – is dit gezamenlijke herinneren misschien wel de belangrijkste taak van de therapeut. Dat herinneren bewijst: ik kan jou onderscheiden van andere patiënten, ik hecht waarde aan jou en ik doe moeite voor jou. Met andere woorden: jij *mattered*. Op de lange duur gaan patiënten daardoor hopelijk voelen dat ze eigen zijn en waardevol, en dat anderen betrouwbaar zijn.

In drukke tijden droom ik weleens dat ik dat kastje heb kwijt gemaakt. Tot ver in mijn volwassenheid droomde ik, als ik onder stress stond, dat ik eindexamen wiskunde moest doen terwijl ik het hele jaar geen les had gevolgd. De laatste jaren droom ik dat ik een patiënt na de intake ben vergeten. Kennelijk is dat mijn grootste nachtmerrie, als van een ouder die de krant haalt omdat ze per ongeluk haar kind heeft achtergelaten bij een tankstation langs de Duitse Autobahn – hoewel ik met het vergeten van een patiënt nooit de krant zou halen.

Iemand onthouden is je verbinden. Temmen wordt dat

genoemd in *De kleine prins* van Antoine de Saint-Exupéry, tam maken. In dat boekje figureert een vos die schichtig is, zoals mijn patiënten. Hij is bang voor mensen met geweren. Maar doordat de kleine prins hem onthoudt en iedere dag op hetzelfde tijdstip naar zijn hol komt, wordt hij getemd. Dan voelt de vos hoe uniek hij is voor de kleine prins, enig op de wereld. Bij het afscheid moet de vos huilen. "Je blijft altijd verantwoordelijk voor wat je tam hebt gemaakt," zegt hij tegen de kleine prins – je blijft altijd verantwoordelijk voor degene met wie je een verbinding bent aangegaan. Misschien is dat waarom ik droom over het vergeten van mijn patiënten: omdat ik me niet met hen kan verbinden als ik hen vergeet, en omdat ik verantwoordelijk voor hen ben als ik me met hen heb verbonden.

Andersom is het ook waar natuurlijk. Als je je eenmaal verbonden hebt is het moeilijk iemand te vergeten. Dat is eigenlijk waar het nummer van Daniël Lohues over gaat. De eerste strofes vraagt hij zich af wat hij nou precies vergeten is. Een afspraak misschien? Het buitenzetten van de container? Het betalen van een bekeuring, of boodschappen doen? Hij lijkt wel een patiënt met een posttraumatische stressstoornis, die kunnen dat ook allemaal niet onthouden. Maar in de laatste strofe komt de aap uit de mouw.

**Ien ding wat het niet weden kan**

**Ik denk de hiele dag an heur**

**Heur kan ik mar niet vergeten**

**Al weud 't daor misschien wel tied veur**

Herinneren vormt de lijm van onze relaties, of het nou een liefdesrelatie is tussen een zanger en zijn geliefde of een werkrelatie tussen behandelaar en patiënt. Mensen met wie we de relatie willen behouden, onthouden we; als de relatie voorbij is, gaan we over tot vergeten. Als dat lukt tenminste. Elkaar ont-

houden is elkaar een beetje koesteren. Dat is mogelijk voorbij een relatiebreuk, voorbij de afronding van de therapie, voorbij de dood.

Wij mensen kunnen dat het beste zelf. Het ligt niet voor de hand om die taak aan het universum over te laten, vind ik, daar komt zo weinig koestering bij kijken. Tenzij we geloven dat het universum liefde is, dan weer wel.

## Referenties

- Cornwall, G. (2023, September 27). Want to believe in yourself? 'Mattering' is key. *New York Times*. <https://www.nytimes.com/2023/09/27/well/mind/mental-health-mattering-self-esteem.html>
- De Saint-Exupéry, A. (1943/2003). *De kleine prins*. Ad. Donker.
- Graham, J., Haidt, J., Koleva, S., Motyl, M., Iyer, R., Wojcik, S. P., & Ditto, P. H. (2013). Chapter two – Moral Foundations Theory: The pragmatic validity of moral pluralism. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 55-130. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407236-7.00002-4>
- Hedgepeth, S. M., & Saidel, R. G. (2010). *Sexual violence against Jewish women during the Holocaust*. Brandeis University.
- Kopland, R. (1975). *Een lege plek om te blijven*. Van Oorschot.
- Molemans, G. (2020). *Levenslang oorlog: De verzwegen slachtoffers van het Japanse Keizerlijk systeem van verkrachting en dwangprostitutie tussen 1932 en 1945*. Quasar Books.
- Müller, F. (2023). *Sonderbehandlung: Mijn jaren in de crematoria en gaskamers van Auschwitz*. Querido.
- Ruff-O'Herne, J. (1994). *50 years of silence*. Editions Tom Thompson.
- Singer, I. B. (1978). *Shosha*. Farrar, Straus and Giroux.

Jackie June ter Heide is klinisch psycholoog en senior onderzoeker bij ARQ Centrum'45, en student aan de Schrijversvakschool.

