

## Blog 164 De gedachtentrein

Lente 2015 – Ik lees een bericht op mijn website en citeer daaruit nu een deel:

**“Beste Roel, Vorig jaar, het noodlottige jaar 2014, ben ik per toeval op je prachtige site gekomen. Toen heb ik je gemaïld hoeveel herkenning ik daar las, hoe inspirerend en troostend de woorden voor mij waren toen ook onze zoon is overleden [...] Allerhartelijkste groeten, van Greetje ..., de moeder van Remco.”**

Het was een jaar na het sterven van onze Martijn, het was weken na mijn hartoperatie en de complicaties die vervolgens ontstonden. Er waren – toen ik de woorden van Greetje las – sinds begin 2015 zes blogs door mij geschreven. Daarmee gaf ik mijn invulling aan de wijze raad van Willem. Hij had mij op 18 mei 2014, een dag voor ons afscheid van Martijn, onder meer geschreven: **“Roel, uit je in poëzie en proza...Het geeft ruimte aan je rouwen. Tot morgen!”** Niet veel later stierf deze onvergetelijke vriend zelf.

De hiervoor aangehaalde woorden van Greetje raakten me diep in mijn kwetsbare hart en werkten helend. Maar de woorden waarmee ze haar bericht afsloot raakten me in alle vezels van mijn lichaam: **“Greetje ..., de moeder van Remco.”** Het was voor mij een hartverscheurende boodschap over mijn Louise, over Greetje, over alle moeders die een gestorven kind hebben overleefd. Ik kon niet anders dan daarover schrijven. Zo lazen mijn toen al honderden lezers in het voorjaar 2015 in **blog 7 ‘De moeder van’** de volgende woorden:

**“Die laatste zin...! Vaders en moeders verliezen kinderen. Ik probeer als vader te voelen hoe het moet zijn om als moeder een kind te verliezen... In jou als vrouw is een kind verwekt en gegroeid. Uit jou is een kind geboren. Je hebt het kind verloren. Hoeveel moeders hebben een in hun lichaam gegroeid en uit hun lichaam geboren kind verloren? Louise, de moeder van Martijn – Tine, de moeder van Jan – Beatrix, de moeder van Friso – Greetje, de moeder van Remco.”**

Sinds deze blog zijn al weer – of: nog maar – zes jaren voorbijgegaan en eerdaags is er voor Greetje en Bob en hun geliefden die onvermijdelijke dag vol herinneringen aan het leven en sterven van Remco. Het is een dag zoals die elk jaar terugkeert voor de talloze ouders die hun kind hebben verloren, ook voor ons. En vandaag – al weer 157 blogs verder – wil ik graag enkele gedachten met jou delen over wat wij in ons rijke leven ervaren – een leven waarin elke dag zónder Martijn een dag is mét Martijn. Mogelijk leiden mijn woorden tot herkenning bij jou, bij achterblijvers van hen die stierven.

◆ **Over licht en donker – een lach en een traan.** In het Rijksmuseum hangt het immense schilderij van Rembrandt, *de Nachtwacht* – ongeëvenaarde schilderkunst. We zien op het doek de *claire obscure*, dat fantastische spel van licht en donker, waarvan Rembrandt weliswaar niet de uitvinder, maar wel de grootste meester is. In het leven – zo laat Rembrandt ons zien – is er altijd sprake van licht en donker. De diepgang ontstaat als het licht het duister niet geheel verdrijft, maar beiden hun goede plaats hebben gekregen, zich met elkaar verzoenen. Dát is leven. Ik denk: die Rembrandt en



zijn Friese vrouw Saskia, die kenden gedurende hun negenjarig huwelijk een leven van licht en donker, van een lach en een traan – hun eerste drie kinderen stierven vlak na de geboorte. Daarna werd Titus geboren en die bleef leven. Maar Saskia stierf twee jaar later, dertig jaar oud.

Rembrandt kreeg niet genoeg van het portretteren van Titus en altijd was er het spel van licht en donker. Tot de pest genadeloos toesloeg. Titus stierf, net getrouwd, 27 jaar jong. Een jaar later stierf Rembrandt. Is dát het leven?

Anselm Grün denkt het antwoord op die vraag te weten. Grün is een nu 76-jarige Duitse Benedictijnerpater die zijn honderdduizenden, ook talloze Nederlanders, verslaat met meer dan 200 boeken met beloftevolle titels als 'Het grote boek van Levenskunst'. (Hoe doet die man dat – in 40 jaar? Oeps, 10 weken verder, weer een boek klaar!?).

'Eén enkele vreugde verdrijft honderd droefheden', zegt een Chinees spreekwoord. Grün beaamt dat, want – zo schrijft hij – blijdschap is een wig die verdriet verdrijft.

Onze levenservaring is geheel anders. Want juist in de momenten waarop we geluk ervaren, blij zijn, geraakt worden door de schoonheid van cultuur en natuur, vreugde vinden in een liefdevolle ontmoeting – juist dán, als we het ontvankelijkst zijn voor het goede van het leven, is er de herinnering aan Martijn én is hij erbij. Dán is het leven goed en zo is onze wonderlijke levenservaring dat blijdschap en plezier om het goede leven en verdriet om verlies náást elkaar kunnen en mogen bestaan. Aards leven is leven met vreugde én verdriet. Ik houd het daarom liever bij Ramses Shaffy. Hij had geen 200 boeken maar slechts één liedregel nodig om ons te vertellen wat ware, álles omvattende levenskunst is: **'Zing, vecht, huil, bid, lach, werk en bewonder – niet zonder ons.'** Streep daaruit geen woord weg, want alleen zo is het leven echt léven.

◆ **Over verleden en toekomst – de gedachtenrein.** Ik weet niet wie dit woord heeft gemunt, maar het is een geweldig woord: de gedachtenrein. Onze gedachten kunnen blijven voortrollen, ze komen op een ander spoor; ze stoppen even, vervolgen hun weg. We kijken uit het raam en onze gedachten zoeken houvast, we zien vooruit en achterom, zien toekomst en verleden. Als je in de gedachtenrein je ogen afwendt van wat voorbij is gegaan om je te richten op wat in de toekomst wacht, is er het onvermijdelijke moment dat je jezelf ziet – je spiegelbeeld. Dit heb ik geleerd: **hoe wij nú naar onszelf kijken, bepaalt hoe wij onze gevoelens over ons verleden kunnen verbinden met onze verwachtingen over onze toekomst.**



Toekomst<sup>2</sup>

Waardevol en liefdevol levend, vreugde en verdriet delend, met verhalen van vroeger.

Zo treden wij de toekomst tegemoet, gaan wij verder op weg naar ons einddoel – de weg waarop de te vroeg gestorvenen, zij die *na* ons kwamen ons al zijn *voorge*gaan.

---

1. Ramses Shaffy (1933–2009): schreef dit lied in 1971. Het werd in 1999 uitgeroepen tot het mooiste Nederlandstalige lied van de 20ste eeuw. Lees [hier](#) meer over dit lied.

2. Onze schoondochter Jente Hof maakt meestal de mooiste foto's, maar zoon Robert maakte déze foto (maart 2021) op de Archemerberg. Lees [hier](#) meer over dit mooie gebied.



Muziek 1. "Zing, vecht, huil, bid, lach en bewonder... niet zonder ons". [Hier de meest gepolijste versie](#). Maar de authentiekste en nogal van elkaar verschillende versies zijn [versie 1 uit 1973](#) en [versie 2, rond 2000](#). Twee keer Ramses, maar ergaar zelf wat het leven met hem heeft gedaan.

2. De Duitse componist Johannes Brahms schreef een werk dat weliswaar *Ein Deutsches Requiem* heet, maar geen traditioneel requiem is. Zo begint dit requiem heel anders dan het originele requiem, met de tekst "Selig sind, die da Leid tragen, denn sie sollen getröstet werden". Het is – zo sprak Brahms er zelf over – vooral troostmuziek voor hen die om een verlies treuren. [Deze prachtige opname](#) roept bij een aantal van mijn lezers ook herinneringen op aan die bijzondere dirigent Valeri Gergiev in zijn Rotterdamse tijd.