

De betekenis van afscheid nemen

Voordracht gehouden op de conferentie
'Het ondergedoken kind' in Amsterdam op
25 augustus 1992

Herman Musaph*

Beste lotgenoten,

Afscheid nemen is een heel gewone alledaagse gebeurtenis. Vanochtend heb ik afscheid genomen van mijn vrouw en straks zal ik afscheid nemen van u, als ik weer naar huis ga. Dit afscheid wordt bepaald door de tijdelijkheid, de wenselijkheid en de vanzelfsprekendheid. Wij zeggen dan tegen elkaar: 'Tot ziens!', 'So long!', 'Au revoir!', 'Auf Wiedersehen!' of 'Lehitra'ot!'

Baby's hebben soms moeite met die tijdelijkheid, vooral in de eerste levensmaanden. Hun separatieangsten zijn zo overweldigend, dat zij reageren met bijna ontroostbaar separatieverdriet. Begrijpelijk, want een mensenbaby is ten dode opgeschreven als hij aan zijn lot wordt overgelaten. De biologische afhankelijkheid is totaal. Daarin is homo sapiens uniek in het dierenrijk. Hierin ligt waarschijnlijk de verklaring voor het feit dat er geen enkel zoogdier bekend is met zoveel angsten als de mens.

De betekenis van afscheid nemen wordt bepaald door de fase waarin de mens in zijn emotionele en cognitieve ontwikkeling verkeert en door zijn toekomstperspectief. Straks zal ik weer thuis zijn. Ik ben in staat mijn eigen eten te verzorgen en te denken aan wat er verder vandaag te doen staat. Ik val bij het afscheid nemen niet in een leegte, in een zwart gat.

Als kinderen drie of vier jaar zijn, hebben zij een rijpheid bereikt waardoor zij enige tijd los kunnen komen van het vertrouwde, het eigene van het gezin. Zij kunnen afscheid nemen om uit logeren te gaan. Maar er zijn merkwaardigerwijs ook kinderen die dat niet kunnen. Zij krijgen bij ooms en tantes heimwee, kunnen niet eten, niet drinken, niet slapen, kunnen nergens blij om zijn. Zij vertonen soms een enorme lijdensdruk, die ogenblikkelijk verdwijnt wanneer zij thuis zijn. De vergelijking met zeeziekte dringt zich op. Zeeziekte is eveneens een afschuwelijk lijden, dat ogenblikkelijk verdwijnt wanneer men voet aan wal heeft gezet.

Wat is er aan de hand met het kind dat geen tijdelijk afscheid kan nemen van zijn ouderlijk gezin en zo pathologisch reageert met die afschuwelijke ziekte die heimwee heet? Wij menen te weten wat er aan de hand is. Onderzoek heeft uitgewezen dat deze kinderen lijden onder afschuwelijke fantasieën over wat er

* Prof.dr. H. Musaph was psychiater en hoogleraar medische seksuologie. Hij overleed op 18 november 1992.

met hun moeder of vader of beiden zou kunnen gebeuren tijdens hun afwezigheid. Zij beleven de verschrikkelijkste dingen, zien hun moeder van de trap vallen, zien vader hun broertjes afranselen en daarna door de politie in de gevangenis gestopt worden. Als deze kinderen thuiskomen, zien ze dat er van al die gruwelijke fantasieën niets gerealiseerd is. Het heimwee is dan op slag over. Zij kunnen pas weer normaal afscheid nemen als zij van deze angsten bevrijd zijn.

De keerzijde van de medaille kent u uit de verhalen van overbezorgde moeders en vaders, die in paniek raken als hun kind tien minuten te laat uit school of van een feestje komt. Zij zien in hun verbeelding de afschuwelijkste ongelukken met hun kind gebeuren en worden verteerd door schuldgevoel dat zij niet beter op hun kind gepast hebben.

Nu bestaan er geleidelijke overgangen van gewoon normaal gedrag naar pathologisch gedrag. Iedereen is wel eens ongerust en soms terecht. En eerlijkheidshalve moet ik vermelden dat er kinderen zijn, vooral in de nadagen van de puberteit, die het hun ouders heel moeilijk kunnen maken. Zij vinden het heerlijk om alleen te zijn, even helemaal weg van het ouderlijk huis, zij het voor niet al te lange tijd. Zij willen niets liever dan afscheid nemen. Als zij wat ouder zijn, wordt het heimwee veranderd in Hinausweh. Zij pakken de rugzak, nemen een Eurorailkaart en verlaten met een diepe zucht het ouderlijk huis. De vogel vliegt uit!

“Das Wandern ist des Müllers Lust, das Wandern!”

Ja, zo is het voor zeer velen, maar niet voor ons. Ieder van ons heeft een jeugdervaring die doorwerkt in al onze uitstapjes, reizen en afscheid nemen. Elk afscheid wordt gekleurd door de ervaring dat afscheid nemen de dood van jezelf of van de ander kan betekenen. Wij hebben afscheid genomen van honderden mensen van wie wij gehouden hebben, die wij lief hebben gehad en die na het afscheid vermoord zijn. In de realiteit is afscheid nemen in de negentiger jaren geen afscheid van mensen die vermoord zijn. Maar in ons gevoelsleven speelt de fantasie, gebaseerd op een veel vroegere ervaring, nog door.

Partir, c'est mourir un peu. En niet zo'n klein beetje.

Gelukkig is afscheid nemen lang niet altijd zo beladen met tragiek. Vorige maand waren er honderden afscheidsfeesten in ons land, georganiseerd door jonge mensen die zojuist geslaagd zijn voor het eindexamen middelbare school.

Zelf heb ik de dierbaarste herinneringen aan de afscheidsfeesten tijdens mijn opleiding tot psychiater in Amsterdam. Elke assistent die zijn zogenaamde briefje haalde, wat een inschrijving inhield in het specialistenregister, organiseerde een afscheidsfeest. De jonge zenuwarts verliet de kliniek, soms de stad of het land. De feestgangers gebruikten het afscheid om hun dankbaar-

heid voor de ondervonden vriendschap te tonen. Herinneringen aan die vriendschap draag ik, na ruim veertig jaar, nog steeds met mij mee. Zij hebben mijn leven verrijkt. Feestvieren, ook afscheid vieren, is een gave die vele vrienden uit die tijd in hoge mate bezaten.

In onze dagen wordt een ander soort afscheid nemen georganiseerd. Duidelijke voorbeelden hiervan zijn de reizen naar de voormalige Duitse concentratiekampen. Als ik mij niet vergis, is het initiatief hiertoe genomen door het Auschwitz-comité. Ik heb een aantal mensen gesproken die met de Auschwitz-reizen waren meegegaan, onder wie ook mensen die behoorden tot de weinigen die uit die kampen bevrijd zijn.

Zij hadden vaak hun gezins- en familieleden meegenomen om te laten zien waar zij de verschrikkingen van de kampen hebben doorgemaakt. Zij hadden kaddisj gezegd ter nagedachtenis aan de vele vermoorden, zoals ik dat ook met mijn vrouw heb gedaan in Bergen-Belsen. De meesten waren opgelucht en, hoe raar het ook klinkt, tevreden teruggekomen. Zij hadden, voor zover mogelijk, afscheid genomen van een stuk verleden en van de vele lotgenoten die de bevrijding niet hebben mogen beleven.

Daarnaast zijn er mensen die nog meer kapot terugkwamen dan ze al waren.

Afscheid nemen heeft zijn betekenis in de verbreking van een continuïteit. Na het afscheid nemen komt een nieuwe fase in iemands levensgeschiedenis. Er zijn heel wat onderzoeken gedaan die hebben aangetoond dat pensionering een periode kan inluiden waarin een sterk verhoogde kans op morbiditeit en mortaliteit bestaat. Dat heeft aanleiding gegeven tot het nemen van maatregelen vóór de pensionering die een dreigende leegte dienen te voorkomen. Grote bedrijven organiseren cursussen die anticiperen op de periode na het afscheid. Hierdoor wordt het risico van het krijgen van psychische en lichamelijke ziekten na het afscheid verminderd. Men capitonneert het gat waarin de gepensioneerde komt te vallen.

Moeten afscheid nemen van een levenspartner of van een eigen kind is misschien wel het ergste wat een mens kan overkomen. Dit kan gebeuren door een scheiding of door de dood. De ervaring leert dat scheiden op zich niet het ergste trauma is. Vaak is deze stap zelfs een enorme opluchting. Scheiding is meestal het eindstation van een lange, soms jaren durende periode van verdriet, spanning, ruzie en het steeds weer opnieuw proberen.

Dit geldt in bepaalde gevallen ook voor de scheiding door de dood. Wie kent niet het verdriet over het leed dat de geliefde die aan een bepaalde dodelijk verlopende ziekte lijdt, moet ondergaan? De anticiperende rouw is hiervan een voorbeeld. Hoe vaak is de dood niet een opluchting, een zegen voor de overledene, die letterlijk uit zijn lijden is! Het afscheid is dan verdriet en blijdschap tegelijk.

Daarnaast is er een afscheid moeten nemen van een geliefde

die menselijkerwijs gesproken nog lang had moeten leven. Ik denk aan een kind van goede vrienden dat op dertienjarige leeftijd op de fiets dodelijk verongelukte. Ik voel nog de pijn die met dat afscheid gepaard ging. Er heerst dan een opstand tegen een in onze ogen onnodige dood, wreed en meedogenloos, onzinnig en zonder enig nut. Op zo'n moment beleven wij hoe wreed het lot kan zijn.

Als ons zoiets overkomt, roept dat automatisch de herinnering op aan de miljoenen die even wreed, meedogenloos en onzinnig in de oorlog vermoord zijn, omdat zij jood waren. Misschien is daardoor de pijn nog sterker. Wie zal het zeggen? Emoties laten zich nu eenmaal niet in maat en getal uitdrukken.

Het is zeker dat de pijn erger is omdat dit kind, en de miljoenen anderen, geen natuurlijke dood zijn gestorven. Zij zijn door mensenhanden omgekomen. Een man-made disaster. En dat heeft een andere gevoelswaarde dan bij iemand die op tachtigjarige leeftijd na een rijk en voltooid leven sterft. In beide gevallen is er sprake van afscheid nemen. Maar wat een verschil in gevoelstonen en in verwerken van dit afscheid!

Het is wel zo dat in elk afscheid door de dood iets van het herinneren aan het afscheid van vorige doden meeklinkt. Dit herinneren is inherent aan het afscheid nemen. Want alle afscheid nemen in het hier en nu is verweven met het afscheid nemen van toen. Elk afscheid nemen is een korte en gewijzigde herhaling van wat geweest is en nooit voltooid verleden tijd is geworden. Het is een structureel gegeven in onze psyche, door Freud verwoord in zijn uitspraak: 'In het onbewuste bestaat geen tijd!'

Op een ander niveau, namelijk van het onbewuste en onderbewuste, bestaat er eigenlijk geen afscheid nemen.

Een duidelijk voorbeeld hiervan zijn de hypermnestische dromen, die wij allen kennen. Het overkomt mij vaak dat ik in een droom mijn vader of moeder, beiden in 1943 vermoord, vertel wat er in de afgelopen dagen gebeurd is. Ik zie hen dan in mijn droom voor mij met een helderheid en een gedetailleerdheid die mij innerlijk blij maakt. In wakende toestand ben ik absoluut niet in staat een dergelijk gedetailleerd beeld van mijn ouders op te roepen.

Ik denk dat velen van u dezelfde ervaring hebben. Door met onze geliefden die overleden zijn, zo intens te verkeren in onze dromen, wordt ook de dood ontkend.

J.H. Leopold (1865-1925) heeft de ontkenning van de dood in een prachtig gedicht verwoord:

*O, als ik dood zal, dood zal zijn,
kom dan en fluister, fluister iets liefs,
mijn bleke ogen zal ik opslaan
en ik zal niet verwonderd zijn.*

*En ik zal niet verwonderd zijn;
in deze liefde zal de dood
alleen een slapen, slapen gerust
een wachten op u, een wachten zijn.*

Iedereen die de dood van een geliefde ervaren heeft, weet dat deze in ons leeft, zolang wij leven. Werkelijk, er is in ons leven geen enkele dag waarin zij niet, al is het maar even, in onze gedachten zijn. Wij hebben alleen afscheid genomen in de realiteit, die kennelijk niet leefbaar, want niet te verdragen is. In de andere, leefbare wereld, die wij zelf scheppen, is er voor hen een vaste plaats.

Zo heeft afscheid nemen in onze psyche op verschillende niveaus heel verschillende betekenissen en gevoelsinhouden.

Ik wil wijzen op een verschijnsel dat mij nog dagelijks boeit. Ik spreek hier voor onderduikkinderen en hun partners. Ieder onderduikkind heeft zijn eigen verhaal. In dat verhaal speelt het afscheid nemen van de biologische ouders een hoofdrol, evenals het afscheid nemen van de onderduikouders, als er nog familie over bleek te zijn die u heeft opgeëist.

En alle onderduikouders zijn gezegend tot in het derde en vierde geslacht. Elke teruggave aan de joodse gemeenschap is op zich een trauma geweest, ook al is de teruggave in vele gevallen gefractioneerd verlopen. U kunt dit alles nalezen in het boek van Elma Verhey (Om het Joodse kind, Amsterdam 1991).

Het boeiende verschijnsel dat ik bedoel, is het feit dat zoveel getraumatiseerde onderduikkinderen zo goed terecht zijn gekomen. Ik heb niet de indruk dat ik spreek voor een zaal vol psychisch of lichamelijk gestoorde veertigers, vijftigers en zestigers.

Ik weet dat er onderduikkinderen zijn bij wie de psychische beschadiging het karakter zo heeft vervormd dat men van een scheefgroei kan spreken. Zij zijn niet alleen oorlogsvervolgden, maar ook oorlogsslachtoffers. Maar hoe is het mogelijk dat zoveel na ernstige psychische beschadiging in een zo gevoelige periode in hun ontwikkeling, in staat bleken zich psychisch en sociaal zo goed te ontwikkelen? Dit boeiende verschijnsel heb ik elders het wonder der herrijzenis genoemd. (Zie H. Musaph, Het wonder der herrijzenis. In: Rijksinstituut voor Oorlogsdocumentatie, Onverwerkt verleden, Utrecht 1985.)

Zij die ontredderd uit de oorlog zijn gekomen, die uitgesproken slecht door de Nederlandse overheid zijn opgevangen, op wier terugkeer eigenlijk niet meer gerekend was, hebben kinderen opgevoed die in het Nederland van nu in het algemeen sociaal goed zijn aangepast, die een partner hebben kunnen vinden en kinderen hebben kunnen krijgen. Zij zijn als volwaardig in de Nederlandse samenleving opgenomen en functioneren ook als zodanig.

De brug tussen de interne wereld met al zijn onopgeloste emo-

tionele conflicten en de externe realiteit, die meestal niets begrijpt van de oorlogsproblematiek in het algemeen en joodse problematiek in het bijzonder, die brug is bij de meesten van u van ijzer en staal.

Wij beschikken over psychische afweermechanismen, over een overlevingsstrategie, waarover ik mij nog dagelijks met blijdschap verwonder. Ik weet dat velen een dergelijk gevoel religieus van aard noemen.

Bij deze overlevingsstrategie behoort de onverwoestbare verbondenheid tussen de levenden en de doden, zo prachtig verwoord in het volgende gedicht van A.E. van Collem (1858-1933):

Aan mijn kinderen

*Ik wil een lied zijn in uw ziel gezonken:
Waar gij ook toeft, of u moogt spoeden voort,
Zult gij den klank vernemen van mijn woord.*

*Maar als ik dood zal zijn, moet gij mij wekken,
Opdat, wanneer de Vrijheid zingt op aard,
Mijn oude stem zich bij de uwe paart.*

Maar als ik dood zal zijn, moet gij mij wekken.

De verbondenheid over de dood heen, heeft te maken met een soort biologische levensdrift, een 'élan vital'. Deze levensdrift is niet bestand tegen kogels en gaskamers. Daaraan zijn wij ontkomen, dank zij onze onderduikouders. Maar ook doordat onze biologische ouders in staat waren om van ons afscheid te nemen. Zij wisten niet dat het een afscheid voorgoed zou zijn. Wel wisten zij dat dit smartelijk afscheid moest worden genomen, opdat wij zouden leven.

Laat ik eindigen met het uiten van deze diepe verbondenheid, die alle afscheid te boven gaat.