

# CONFRONTATIES MET COMPASSIE

---

*Meeleven vraagt moed*



PIETER GRIMBERGEN

**Boom**

PIETER GRIMBERGEN

CONFRONTATIES  
MET COMPASSIE

*Meeleven vraagt moed*

*Met gedichten van Benno de Graaf  
en schilderijen van Fred Couprie*

**Boom**

# Inhoud

<b>Voorwoord door Aart Mak, pastor, levensbegeleider, herder</b>	<b>7</b>
<b>Inleiding</b>	<b>15</b>
Voor wie is dit boek	15
Compassie en compassiewerk	16
Wenselijk en menselijk	17
Is dat waar?	18
Drie wijzen uit het westen	18
Een 'leefboek' met confrontaties	19
Compassie is actueler dan ooit!	20
Recht op de man af	20
<b>Handleiding bij dit boek</b>	<b>23</b>

## HOOFDSTUK 1

### Compassie vanbinnen

Kort inleidend woord	27
1.1 Drie wijzen uit het westen	30
1.2 Kan compassie universeel zijn?	53
1.3 Compassie in de kunst	61
1.4 Geluk, medelijden en meeleven, en grenzen	75
A. Geluk	75
B. Medelijden en meeleven, een klassieker in compassie	79
C. Grenzen, 'Bitter and Sweet'	82

**HOOFDSTUK 2**

**Compassie vanbuiten**

Kort inleidend woord	91
2.1 Compassie kan schuren	92
2.2 Compassie op haar edelst: Lizzie Velásquez	104
2.3 Compassie na verdreven wanhoop: Paul LaGreca	107
2.4 Casus ‘Wie coacht de coach?’	
Een gesprek met mijn arts Eric Gielisse	113
2.5 Casus uit mijn eigen praktijk: ‘Naakte compassie’	119

**HOOFDSTUK 3**

**Compassiewerkers aan het woord**

Een rondje voorstellen	134
A. Geluk	135
B. Medelijden en meeleven, de compassieklassieker	144
C. Grenzen	152
Compassiewerkers over compassie	167
<b>Tot slot</b>	<b>181</b>
Tussen een ja en een nee	181
Een uitnodiging aan jou	185
Nog een bemoedigend woord	191
<b>Bronnen</b>	<b>195</b>
<b>Dank</b>	<b>201</b>
<b>Over de auteur</b>	<b>205</b>

***Compassie houdt in: wees mens.***

Henri J.M. Nouwen

# Inleiding

## Voor wie is dit boek

Compassievraagstukken vormen een belangrijk deel van het aandachtsveld van alle mogelijke hulp- en dienstverleners: medisch, paramedisch, vrijwilligers, mantelzorgers, geestelijk verzorgers, families en vrienden, burens, en van de coach. Hulpverlenersvraagstukken zijn maar al te vaak compassievraagstukken. Daar kunnen confrontaties bij horen.

Compassiewerkers zijn mensen die dagelijks met compassie te maken hebben, vaak zonder dat ze het woord op dat moment noemen. Het zijn niet alleen de hulp- en dienstverleners, maar ook de hulpvragers. Mensen die vaak geen podium hebben in boeken over compassie, die het niet constant over 'positief zijn' en over geluk hebben, die balanceren met medelijden en meeleven, die zelf grenzen moeten stellen en tegelijk te maken hebben met de grenzen van degene die hulp vraagt. Compassiewerk is een wat geconstrueerd, niet-bestaand woord, maar het drukt precies uit waar dit boek over gaat: je leest over werk dat voluit met het oor en met het hart gedaan wordt.

Ik denk dat vele lezers herkenning ondervinden als ze dit boek lezen. Wat compassiewerkers over compassie vertellen, vind ik van ongelooflijk grote waarde. Ik hoop dat dit boek ook door leidinggevendens van hulp- en dienstverleners zal worden gelezen. Hulpverlenen is een kunst.

Compassie is geen theorie en je kan het ook niet alleen maar sublimeren met allerlei individuele oefeningen. Compassie gaat uiteraard over ‘ik’, maar beslist voor het overgrote deel over ‘wij’. Je komt dus ook geen individueel stappenplan tegen. Daarom heb ik dit boek over compassiewerk geschreven: compassie als een actie gepresenteerd, als iets wat je doet omdat je het belichaamt, beheert. Dat noem ik een *way of life*. Voor jezelf en voor elkaar. Compassie verbindt. En dat hebben we keihard nodig.

## Compassie en compassiewerk

In het woord compassie zit nogal wat besloten. Laten we even naar het woord zelf kijken. *Com* verwijst naar *cum*: samen met. *Patior*: lijden. Enigszins vrij geïnterpreteerd voeg ik toe: *passion*. *Passion* omvat niet alleen *patior*, maar ook het in de volksmond duidelijker *passie*: drang, hartstocht, vuur – om maar wat te noemen. Passie in de muziek gaat veelal over het lijdensverhaal van Jezus. Niet alleen Bachs *Matthäus Passion* en *Johannes Passion* zijn bekend, maar ook de jaarlijkse tv-uitzending *The Passion* die door miljoenen Nederlanders wordt bekeken. Passie is van iedereen. Een van mijn gasten in hoofdstuk 3 maakt het nog bonter: het woord kompas zou ook kunnen passen in een interpretatie van compassie.

Tijdens mijn opleidingen om coach te worden, verslond ik boeken over compassie. Bij het lezen van al die mooie werken kwamen er veel vragen bij me op, en soms ook twijfelpunten als ik stuitte op vanzelfsprekendheden en ideaalbeelden die niet altijd in mij resoneerden. Ik moest aan het werk.

Zelfcompassie komt uiteraard ook ter sprake. Zelfcompassie gaat over het herkennen van jouw lijden en jouw behoeften en hoe je daar liefdevol en zorgzaam mee kunt omgaan. Zelfcompassie gaat niet alleen maar over het zeggen van ‘ik hou van je’ wanneer je voor de spiegel staat. Bij zelfcompassie kan de stevige en confronterende vraag horen of je een daadwerkelijke verantwoordelijkheid bent aangegaan, en vooral of je

daarmee in vrede bent. Zelfcompassie vraagt mededogen, maar ook de grootst mogelijke eerlijkheid naar jezelf. Naar wat je wellicht liever niet wilt zien.

Een boek voor iedereen bestaat niet, een boek waarin een onderwerp volledig wordt behandeld ook niet. Ook in dit boek niet. Eén ding wil ik benadrukken: compassie dóé je, je lééft het, en het is te leren.

### **Wenselijk en menselijk**

We willen allemaal met compassie geassocieerd worden. Het is nobel, het siert je, je kan 'ermee thuiskomen', het is wenselijk en menselijk. Geluk wordt vaak in één adem genoemd wanneer er over compassie wordt gesproken. Je ziet het vaak in de titels van boeken, en in sommige beschrijvingen van healings en therapieën. Maar is dat terecht? Medelijden en meeleven is een compassieclassieker, waarbij het vooral de vermenging van deze twee begrippen betreft. Het valt mij in gesprekken vaak op dat medelijden meteen wordt genoemd wanneer het woord compassie valt. Waar ligt de scheidslijn tussen deze twee? En iets anders: spreken over grenzen in relatie met compassie wordt nogal eens vermeden, maar hoe belangrijk zijn grenzen? Is 'grenzeloos' het hoogste goed? Gaan grenzen bijna altijd over verdedigen, bewaken, zijn grenzen wel zo strikt? Of zijn er ook situaties denkbaar waar de gevoeligheid het stellen van grenzen ontzettend lastig maakt? En de voor mij heikele combinatie van grenzen en échte kwetsbaarheid, is kwetsbaarheid mogelijk met grenzen?



## Is dat waar?

In zijn boek *Compassion focused therapy* benoemt Paul Gilbert<sup>1</sup> compassie als het in staat zijn om lijden en behoeften van jezelf of van anderen te herkennen en om daar liefdevol, zorgzaam op te reageren. Mildheid en de erkenning van menselijkheid spelen er een grote rol in. Menselijkheid is een waarde, van het grootste belang. Een prachtige omschrijving van compassie.

Een andere definitie van compassie kom ik op het internet tegen: 'het emotioneel betrokken zijn bij de op dat moment aanwezige emoties van de ander'. Houdt deze definitie stand in het dagelijks leven? Is dat waar, vroeg ik mij af? Deze vraag stelde ik niet alleen aan mijzelf, maar ook aan vijftien compassiewerkers. Je gaat hierover lezen.

## Drie wijzen uit het westen

Ik ontmoet in de literatuur over compassie veel werk dat is gebaseerd op een denkwijze vanuit het oosten van de wereld, veelal met een boeddhistische inslag. Heeft het westerse denken dan helemaal niets te melden? Het tegendeel blijkt waar. Jij en ik wonen in het westelijk deel van de wereld. Ik ga drie 'wijzen uit het westen' aan je voorstellen: een Nederlander en twee Amerikanen. Het zijn mijn inspiratoren in hoe ik leef en hoe ik werk. Bij een van hen vond ik zelfs een mogelijke definitie van compassie waarmee ik kan leven.

Naast de klassieke oudheid en de verlichting is het christendom een van de belangrijkste pijlers van onze westerse cultuur. Het is dus niet verwonderlijk dat deze drie inspiratoren een christelijke achtergrond hebben. Ik hoop dat je deze achtergrond breed oppakt, met compassie.

---

1 Paul Gilbert (1951). Klinisch psycholoog, grondlegger van compassiegerichte therapie, compassievolle mentale training en auteur van onder andere *The compassionate mind*.

Want alle drie spreken zij graag met iedereen: gelovig, niet-gelovig, rijk of arm, 'succesvol', zoekend. Zij spreken vanuit mens-zijn met mensen op een volstrekt menselijke wijze. En wat mij zeer aanspreekt: recht op de man af, zonder verlies van diepgang en van spiritualiteit.

## Een 'leefboek' met confrontaties

Je hebt een heel persoonlijk geschreven boek in je handen, met een emotionele *flow* waarin confrontaties met compassie van hulpverleners beschreven staan, en ook de confrontaties van mijzelf. Waarin breekbaarheid versus maakbaarheid genoemd wordt, want je leven is geen afvinklijstje. Compassiewerkers vinken niet louter en alleen lijstjes af. Stappenplannen kunnen een uitstekend houvast geven, maar ze zijn er ook om flexibel te hanteren.

Je hebt ook geen les- of werkboek in je handen, je zult er dus geen oefeningen in aantreffen. Ik vertel je wat ik als coach en in mijn privé-leven ontmoet wanneer ik bezig ben met compassievraagstukken. Op vele plaatsen tref je ter inspiratie vragen aan, deze staan cursief en in een andere tint. Geen *must* om te beantwoorden, maar bedoeld als prikkeling.

Het doel van dit boek kan ik je niet duidelijk genoeg aangeven, en dat doe ik met de slotmededeling uit mijn boek *Zorg, zingeving en waardigheid* (LannooCampus, 2020): heb uw vragen lief. Vragen kunnen je in beweging brengen. Vragen nodigen uit. Compassie is proactief.

Het is geen technisch boek, geen zweverig boek, geen verklarend boek, maar eerder observerend. Toegankelijk en herkenbaar, geschreven in *no nonsense*-taal. Ik hoop dat je middels deze inspiraties compassie (her)weegt en herkenbaar gaat maken in je eigen leven. Mag ik het daarom een 'leefboek' noemen?

## Compassie is actueler dan ooit!

Omgaan met (zelf)compassie blijkt in de praktijk niet eenvoudig te zijn. Veel mensen worstelen in toenemende mate met de rol van compassie in hun eigen leven, in het leven van anderen, en in het leven van hulp- en dienstverleners. Ook de toestand in de wereld doet je de vraag stellen in welke mate je compassie kunt voelen (of niet ...) voor diegenen die in het nieuws zijn.

Verbinding en (on)voorwaardelijkheid zijn thema's die onlosmakelijk met compassie te maken hebben. De tijd rondom corona en vooral de tijd erna geven daar overduidelijk blijk van. Maar *zien* we het? Praten over verbinding leidt ook tot spreken over de schaduwzijde ervan: snel en snoeihard oordelen als tegenreactie is aan de orde van de dag. In het doorbreken van die tegenreactie kan misschien een positieve uitkomst zitten.

In dit boek stel ik drie pelgrimsvragen: waar kom je vandaan, waar ben je nu en waar ga je naartoe? Pelgrimsvragen kunnen helpen bij het vinden van je waarden. Zouden het deze pelgrimsvragen kunnen zijn die bewegingen bij elkaar brengen? Rust brengen in ongelijkheden, erkennen dat deze bestaan door het doorbreken van de aanname dat ongelijkheid per definitie negatief is, voorkomt dat niet heel veel verdriet? Erkennen van het feit dat niemand daadwerkelijk zonder oordelen en beoordelingen is, maar dat een bewustzijn daarvan tot een compassievoller leven kan leiden?

Ik nodig je uit om compassie breder te zien dan iets verhevens, iets gewensts, of anderzijds als iets *softs*, misschien zelfs als onbereikbaar, of als iets wat zich alleen tot ieders eigen leven zou beperken.

## Recht op de man af

We ontmoeten heel andere noden door de coronapandemie (ik schrijf dit boek in 2021). Niet verwonderlijk, want sinds de coronapandemie in 2020-2021 is de wereld economisch en sociaal-maatschappelijk niet meer

dezelfde als ervoor. De wereld is flink veranderd. Compassie is wat ons bindt. Geen *softe* woorden, compassie en verbinden, dat verzeker ik je.

Compassie floreert door de uitdrukking ‘recht op de man af’ tot bloei te brengen. Dat hebben de vijftien geïnterviewden, mijn gasten, mij geleerd. Compassie zal als onderwerp actueler worden dan ooit. Het kan het enige zijn wat ons verbindt. Compassie is niet alleen een intieme affaire, compassie betreft ons allemaal, als onderdeel van het dagelijks leven.

De kern van dit boek wil als volgt samenvatten: compassiewerk, dus het omzetten van compassie in actie, vraagt moed. Het gaat over jou en over mij. Meeleven vraagt moed.

Leeuwenmoed.

### Henri Nouwen

Henri Nouwen (Nederland) werkte als priester en studeerde psychologie en theologie aan de Radboud Universiteit in Nijmegen. Nouwen zou later als hoogleraar theologie verbonden zijn aan Yale en Harvard University in de Verenigde Staten. Hij verruilde het professorenleven voor een bestaan als pastor in een van de Arkgemeenschappen<sup>17</sup>, Daybreak in Richmond Hill nabij Toronto in Canada. Henri Nouwen kreeg daar veertien maanden lang de zorg over Adam Arnett, een zwaar gehandicapte jongeman, iets waar Nouwen tot die tijd geen enkele ervaring in had. Hij schreef daarover in zijn laatste boek *Adam, Gods beloved* uit 1996, menselijk, eerlijk, en buitengewoon ontroerend. Nouwen benadrukt de grote betekenis van kwetsbare mensen in de samenleving.

Graag wil ik een kanttekening maken bij mijn keuze om Henri Nouwen ook in dit boek een prominente plek te geven. Ik weet het, Nouwen werkte zijn leven lang als geestelijke. Noem je Henri Nouwen, dan mag je daar nooit aan voorbijgaan. Nouwen beleefde spiritualiteit vanuit zijn relatie met de levende Christus die ervaren wordt in de eucharistie<sup>18</sup>. Nouwen hechtte enorm aan de eucharistie. Ik ben in een katholiek gezin grootgebracht, religieus betrokken en bekend met deze viering. In mijn huis hangt Het Laatste Avondmaal<sup>19</sup> boven de schouw. Maar wat ik graag – júst in deze tijd – wil aangeven, is dat Henri Nouwen niet alleen een ambtsdrager was, maar een echte herder in de meest letterlijke zin. Echte herders maken

- 
- 17 Arkgemeenschap. Internationale organisatie van leefgemeenschappen waar mensen met en zonder verstandelijke beperking elkaars leven delen. Opgericht in 1964, nu meer dan honderddertig vestigingen over de hele wereld.
- 18 Eucharistie. Het belangrijkste sacrament van de rooms-katholieke kerk en van de Byzantijns-orthodoxe kerk. 'Eucharistein' (Grieks) betekent danken. 'Eu' betekent goed. 'Charis' betekent geschenk. De eucharistie gaat over verbonden zijn op de wijze zoals Jezus zijn vriendschap deelde met zijn vrienden. Over dank: na de dood ga je niet verloren, alle mensen hebben een naam, niemand wordt vergeten.
- 19 Het Laatste Avondmaal. Maaltijd op de avond voor de dood van Jezus waarop Jezus zijn twaalf discipelen aankondigt dat hij door een van hen verraden zal worden en door de apostel Petrus verloochend zal worden.

geen onderscheid in gelovig, niet-gelovig, ras, geaardheid en ga zo maar door. Daarom tref je op de cover een herder aan. In mijn vriendenkring spreek ik mensen van niet-religieuze huize die zeer goed bekend zijn met het werk van Nouwen en die, net als ik, daar de grote menselijkheid van inzien.

Als coach werk ik met mensen in kwetsbare levensstadia. Ik voel mij ontzettend gesteund door het werk van Henri Nouwen. Daarom tref je veel gedachten van hem in dit boek, omdat ik Nouwen een echte herder vind. Een man die ik helaas nooit persoonlijk ontmoet heb. Nouwen heeft meer dan veertig boeken geschreven. Zijn boeken *De gewonde heler*, *Eindelijk thuis* en *Adam* staan ongelooflijk dicht bij me, zowel in mijn privé- als in mijn professionele leven.

### Het hart van compassie geraakt

‘Hoe durf je nog een boek te schrijven over compassie?’, was mijn eerste gedachte bij het herlezen van *Compassie is complex* van Henri Nouwen midden in het schrijfproces van dit boek. Nouwen raakt daar het hart van compassie. Hij vraagt met deze tekst een écht *mens-zijn* van je. Dat gaat verder dan dat je met compassie geassocieerd wil worden. En het gaat al helemaal verder dan de veelgehoorde zoektocht naar geluk in verband met compassie. Compassie moet je ook nog eens waarmaken, naar jezelf en naar anderen. Een kwestie van daadwerkelijk meeleven.

Nouwen maakt razendsnel de link naar het woord ‘lijden’. Daarom voeg ik meteen toe in welke context Nouwen ‘lijden’ plaatst: lijden is niet iets wat je moet vermijden en wat slecht is, of per definitie negatief. Lijden is een belangrijk aspect van ieder leven dat je hart kan openen om sterk genoeg te zijn om hoop en overzicht te behouden en tevens de veerkracht op te brengen zonder een krampachtige vuist. Als Acceptance

& Commitment-therapeut (ACT)<sup>20</sup> spreekt mij dit aan: ACT zet vooral in op ‘niet vermijden’.

## Compassie gaat over breekbaarheid, niet over maakbaarheid

*Is breekbaarheid de hoofdprijs voor zingeving?*

### **‘Het leven is niet voor de volle honderd procent te managen.’**

Deze zin las ik in een magazine. Ik weet niet wanneer en in welk magazine ik dit tegenkwam, maar het liet mij niet los. Compassie gaat niet over managen, en mijn verdieping in het werk van Henri Nouwen zette deze overtuiging kracht bij. Nouwen verbindt compassie aan gemeenschapszin. Hij geeft aan dat spiritualiteit, die gericht is op *samen*, de verbinding kan zijn.

In zijn boek *Compassion* schrijft Nouwen dat het woord compassie in het algemeen positieve gevoelens oproept. Hij vervolgt direct met de vraag waarom er dan zoveel ruzies, oorlogen, pesterijen en kritiek op levenskeuzes zijn. In hoofdstuk 2 kom ik daarop terug. Anderzijds, wanneer we worden aangesproken op een gebrek aan compassie, dan zitten we in de hoogste boom. Is dat omdat we ons dan aangevallen voelen op ons tekortschieten in het mens-zijn? Treft het ons ideaalbeeld van menselijkheid in het hart? Nouwen pakt door en stelt een kritische vraag: behoort compassie tot onze vanzelfsprekende gewoontes en reacties? Ik denk dan direct: is de mens misschien meer competitief dan compassievol? Ik geef je een voorbeeld: hoe vaak hoor je niet ‘we maken er het beste van’ met soms zelfs een wat sceptische ondertoon ...

In Nouwens werk tref ik continu drie pelgrimsvragen aan: waar kom je vandaan, waar ben je nu, en waar ga je naartoe. Ik ben ervan overtuigd dat Henri Nouwen zijn leven lang met compassie bezig is geweest, anders

20 Acceptance & Commitment Therapie (ACT). Een vorm van gedragstherapie die erop gericht is om het zinloze gevecht met vervelende gedachtes, emoties en lichamelijke sensaties te staken. Grondlegger is Steven Hayes.

schrijf je zo'n tekst niet, zo kernachtig en zo herkenbaar. Veel literatuur over compassie gaat over transformatie. Anderen zoals Nouwen hebben het over een *way of life*, ik pas daarin. De pelgrimsvragen helpen mij bij zelfonderzoek, bij zelfcompassie, bij compassie en bij 'het zijn' (de omschrijving van Henri Nouwen van spiritualiteit).

Nouwen gaat bij het compassievol denken en doen, bij het begeleiden (hulpverleners) van mensen, uit van drie pijlers:

- in balans zijn met jezelf;
- in balans zijn met anderen;
- en een weg vinden die alles overstijgt.

Deze wijze van begeleiden ziet hij als coachen met compassie: iemand helpen naar voluit leven met aandacht voor emotie, gedrevenheid, het kennen van je eigen geschiedenis, je wensen en verlangens, je behoeftes en verzoeken, en het kennen van je ziel.

Ziel is een woord waarbij ik even wil stilstaan. In het mooie werk van Gerald May<sup>21</sup> lees je zijn visie op de ziel. May, een goede bekende en bewonderaar van Henri Nouwen, beschrijft de ziel als het diepste van de mens, als de daadwerkelijke spirituele natuur van het mens-zijn, als gedachten, gevoelens, emotie, en *drive*. In feite koppelt May je innerlijke leven aan de ziel. Gerald Mays werk lees ik erg graag. Uniek zoals May de ziel ziet als de uiting van energie die *het leven* en *leven* aanmoedigt, die je bij jezelf brengt (zelfcompassie) en die ons bij elkaar brengt (compassie). De uiting van energie die ons verenigt, beter gezegd: verbindt. Compassie heeft sterk te maken met ziel.

### **Gewenste vragen en voorspelbare antwoorden**

Compassie koppelt Henri Nouwen verder aan 'een gids zijn, waarin de rechtvaardiging van iedere vraag niet zozeer zit in de gewenste en verwachte antwoorden en oplossingen, maar veeleer in de vragen zelf'. Als

---

21 Gerald May (1940-2005). Psychiater, theoloog, auteur. Gaf vele workshops over contemplatie en psychologie. Hechtte groot belang aan spiritualiteit en psychologie.



coach resoneert dit direct in mij: een coach adviseert niet, stippelt geen paden uit, maar probeert zijn gesprekspartner in beweging te krijgen door het stellen van vragen. Vragen kunnen je dicht bij jezelf brengen. ‘Heb uw vragen lief’ is mijn kerndoel. Luisteren is zoveel belangrijker dan pasklare antwoorden geven. De volgende vraag loopt als een rode draad door Nouwens opvatting over het begeleiden van mensen: ‘Hoe kan ik je helpen in jouw zoektocht naar waar je naartoe wilt gaan?’. Ik vind dit prachtig gezegd. Dit noem ik compassievol coachen.

Ik stel dan ook vast dat ‘vragen stellen’ een grondhouding is van iedere hulpverlener. Het bestaansrecht toekennen aan een vraag is misschien wel de meest compassievolle houding. Het stellen van harde vragen kan soms deel uitmaken van hulpverlening. Ik zeg je dit om iedere zweem van *soft* meteen weg te vagen. Harde vragen stellen vraagt moed van de vraagsteller, en erop antwoorden vraagt moed van degene aan wie de vraag wordt gesteld.

En mag ik ook stellen dat een hulpverlener zélf geraakt mag worden? Carl Rogers<sup>22</sup> noemt dit *accurate empathie*: hoe diep doorvoeld kan iemand zijn in de gedachten en gevoelens van de ander, ben je in staat om die gedachten en gevoelens ook te begrijpen, en hoe belangrijk is dit alles voor de sociale interactie? Rogers’ gedachtegoed werd in de jaren 80 ingehaald door nieuwe stromingen. Maar nu ziet men terecht geleidelijk aan opnieuw het tijdloze karakter van zijn werk in.

In mijn eigen werk als coach heb ik iets geleerd waarvan je misschien zegt ‘maar dat wist je toch al?’, namelijk dat hulp- en dienstverleners de durf moeten hebben om vragen die tijd kosten ook tijd te geven. Tijd is een vorm van persoonlijk leiderschap. Gaat een hulp- of dienstverlener vragen uit de weg, of zelfs angst en schaamte als onderwerpen uit de weg, dan bedenken cliënten zich wel drie keer of ze er in het vervolg over

---

22 Carl Rogers (1902-1987). Psycholoog, psychotherapeut. Grondlegger van de humanistische psychologie. Auteur van o.a. *Mens worden* waarin hij zijn tijd vooruit was in onderwerpen als zelfbeschikking en empathie.

gaan praten. Een vanzelfsprekendheid, zeg je nu? Tijdsdruk, een intimiderende omgeving, conflicten en ga zo maar door kunnen tijd *an sich* aardig onder druk zetten. In diverse gesprekken met compassiewerkers kwam dit ook sterk naar voren, met name van de werkvloer. Tijd nemen is een vorm van erkenning, en erkenning is een waarde die belangrijk is voor compassievol hulpverleners. Ik moest glimlachen toen ik las dat Henri Nouwen tijd als pure noodzaak ziet om ervaringen en belevingen opnieuw tot je te nemen. Nouwen vergelijkt tijd nemen daarom met het herkauwen bij een koe. Een treffend beeld.

### Het cement van verbinding

Iets wat ik ongelooflijk belangrijk vind, is de stelling van Henri Nouwen dat vragen verbinden. Vragen zijn het cement van verbinding. Het kwam in mij op dat je als coach ook altijd bezig moet blijven met jezelf te bevragen. Dat helpt je in je menselijke nabijheid als hulpverlener. De moeilijkheid is altijd weer: wat laat je wel zien en wat laat je niet zien, hebben jouw eigen vragen bestaansrecht tijdens de momenten van jouw hulpverlening, waar is je eigen kwetsbaarheid en wanneer laat je daar dan iets van zien? Vragen als ‘waarom raakt mij dit’, of ‘waarom maakt mij dit boos’ en ook ‘waarom ril ik hiervan’ zijn een absolute must om aan jezelf als hulpverlener te stellen. Sterker nog: dit zijn gezonde vragen. Ze helpen je om jouw wereld te scheiden van die van degene die hulp ontvangt. Kortom: hoe bewaak je de balans vaardigheid-menselijkheid?

Menselijkheid verbindt Henri Nouwen direct aan compassie. Ik zal het toelichten. Nouwen ziet in het woord *care*, zorg, de ultieme weergave van compassie. Zorgen voor anderen en voor jezelf, maar ook zorg ontvangen. Over *care* zegt Henri Nouwen: ‘*Care* is de warmhartige en oprechte aandacht die je geeft aan jezelf en aan anderen. In toegankelijke termen kunnen we dan uitkomen bij: zijn met, lachen met, huilen met, voelen met, lijden met. *To care is to be human.*’

*To be human* gaat over menselijkheid. Menselijkheid is een waarde.

### 1.3 Compassie in de kunst

#### Gruwelijk boeiend

Bij kunst en compassie kunnen we niet om het christendom heen. Ik wil je een voorbeeld geven: de kruisiging. Die is talloze malen afgebeeld en beschreven. Onze samenleving is gebaseerd op een cultuur met een christelijke grondslag. Dat is een gegeven, of je gelovig bent of niet.

Je kan het verhaal van de kruisiging als metafoor zien. Iedere religie bedient zich van *storytelling*. Of het letterlijk allemaal waargebeurd is of niet, ik beken je dat mij dat totaal niet interesseert. De boodschap boeit me wel degelijk. De kruisiging vertelt iets belangrijks: het gaat niet om het einde van het leven, in dit geval is de kruisiging het einde van het leven van Jezus. Maar de wederopstanding, die daarop volgt en waarom we het Paasfeest vieren, nodigt uit om verder te leven, om leed en kwaad recht in de ogen te zien. Ook gaat dat *verder leven* over liefde en trouw.

Ik vind de kruisiging met name gaan over de erkenning *dát* je leeft. De wonden op een afbeelding van de kruisiging doen mij heel erg veel: de onmenselijkheid om iemand met grote spijkers op een kruishout te spannen. Gruwelijk. Het knarst. Die wonden probeer ik te vertalen naar een teken van dienstbaarheid in de zin van: sluit je ogen niet, het gebeurt namelijk nog steeds. Blijf het daarmee oneens zijn, aanvaard dat nooit.

Wie kruisiging zegt, zegt piëta. Een Ecce Homo leidde mij naar de piëta. Met een stukje biografie uit mijn kinderjaren leg ik het je uit.

#### A. Opmaat naar de piëta<sup>33</sup>

*Kunst laat ons stilstaan, we gaan zien, luisteren, ruiken en voelen. We zetten onze zintuigen in. Dat op zich zie ik als een mooie geste van zelfcompassie. Ik ga je vertellen waarom je de piëta als kunstuiting in dit boek tegenkomt. Want daar kom ik niet zomaar op uit ...*

33 Piëta. Piëta betekent compassie, piëteit. Afbeelding of uitbeelding van de dode Christus vergezeld door Maria of door engelen, in de vorm van een beeld of schilderij.

## Een jeugdherinnering

Als vijfjarige lag ik in 1964 met een langdurige ziekte maandenlang op bed. Met mijn ouders en mijn broer woonde ik in een kleine flat in Haarlem-Noord. Een archetypische woning van de jaren vijftig: sober, eenvoudig, functioneel, geen enkele luxe, kleine en licht uitgevoerde meubelen – waarvoor in de 21e eeuw als ‘vintage’ fikse bedragen betaald worden als camp of cult –, een woonkamer met een kolenkachel, een glazen wand met daarachter het slaapgedeelte voor mijn ouders, een piepkleine aparte kamer voor mijn broer, en ik sliep in een zijkamer van de woonkamer met openslaande glazen deuren. Vanaf mijn bed keek ik recht op de schouw uit. Boven de zwarte geëmailleerde kolenkachel hing een schilderij met een Christushoofd. Grijsblauwe achtergrond, ijskoud van kleur boven die gloeiende kachel, en het hoofd was er eentje waar het lijden van afspiong: hangend, opengevallen mond, wijd opengesperde ogen, lijkbleke gelaatskleur, en de plooiën in het gezicht waren als ingesleten rivierbeddingen vol bloed afkomstig uit de verwondingen van de doornenkroon op het voorhoofd.

Ik kon vaak de slaap niet vatten. Medelijden werd echt mee lijden als ik naar dit schilderij keek. Deze dagelijkse aanblik bezorgde mij angst, huilbuien, en omdat het schilderij door mijn ouders werd gekoesterd durfde ik daar helemaal niets van te zeggen. Schaamte. Angst. Als kleine jongen wist ik natuurlijk helemaal niets van schaamte en angst op de manier zoals we dat als volwassenen benoemen. Ik vond het schilderij gewoonweg verschrikkelijk angstaanjagend en spuuglelijk. Dat dit beeld mij zou brengen tot het benoemen van de kunstvorm waarin compassie verankerd is, kon ik toen niet vermoeden. Het schilderij bij mijn ouders, dat geen piëta was, maar een ‘ecce homo’<sup>34</sup>, leidde mij bijna twintig jaar daarna tot mijn liefde voor de piëta.

34 Ecce homo (Latijn); vertaling: ‘Zie de mens’. Uitspraak van Pontius Pilatus toen hij Jezus toonde aan het volk na de geseling en het plaatsen van de doornenkroon, uitgedost met spotmantel en koninklijke attributen.



Alfred Seidel 'Ecce Homo'.

De ecce homo is misschien wel een pure esthetisering van lijden, zoals de piëta dat is voor verdriet. Beide zijn representaties van de mens in ultieme zwakte, verlatenheid, gekwetstheid, in pijn en onmacht. Maak dat een vijfjarige maar duidelijk. Toch hielp juist deze herinnering om de piëta nu als kunstuiting van compassie aan jou te presenteren.

## B. De piëta als bron

*Angst en schaamte spelen ook na mijn kinderjaren een grote rol in mijn leven en in mijn onderzoek naar zelfcompassie en compassie. Niet verwonderlijk nadat je het vorige verhaal hebt gelezen. Toen het mij duidelijk werd dat ik homoseksueel was, herleefden deze twee begrippen na mijn kinderjaren weer ten volle. Weer ietsje later begreep ik waarom ik in een piëta compassie zo herkenbaar vind. Door een eigen ervaring als jongeman in mijn twintiger jaren.*

## De piëta voorgeleefd – of is het nageleefd?

Na de middelbare school ging ik als hoofdvak piano studeren aan het conservatorium in Amsterdam. In de beginperiode van deze studie, ik was toen bijna twintig jaar, ontmoette ik mijn geliefde. We scheelden tien jaar in leeftijd en wij kwamen met liefde vanaf moment één in elkaars leven. De optelsom van waar wij vandaan kwamen was niet roos-

kleurig voor een rijk sociaal leven en voor erkenning. De een uit een zeer streng gereformeerd gezin, de ander katholiek. De een verloofd geweest, de ander openlijk *gay*. De een dertiger met een goede baan en de ander student én dik tien jaar jonger.

Twee totaal verschillende uniciteiten verenigd? Werkt dat? Waren wij in feite getuige van een *clash* tussen universeel en uniek, of juist niet? Liefde is de meest indrukwekkende kracht, dus wij waren ondanks de keiharde tegenwind heel erg gelukkig. We waren jong, we wilden trotseren, en dat lukte toen ook nog eens. Vechten vóór onze liefde. Vragen om erkenning ván onze liefde.

In 1982 kreeg mijn vriend de diagnose leukemie.<sup>35</sup> De omgeving hield het op: 'Het zal wel aids<sup>36</sup> zijn.' Wat zat in die opmerking een afschuwelijke onterechte schuldvraag verscholen. Hij was inmiddels door kerk en familie verbannen, ik verzweeg het voor mijn familie. Slechts enkele studievrienden van mij wisten het, maar bij mijn vriend waren bijna al zijn collega's op de hoogte. Toch, we waren alleen. Zo stierf hij ook in 1983, bij mij, in mijn armen, samen alleen. Wachtend op een arts hield ik hem over mijn benen heen, een naakt en gestorven lichaam. De piëta zit in zo'n situatie als gebakken.

Mijn geliefde had geen contact met zijn ouders. Zij veroordeelden onze liefde. Op de crematie waren zij aanwezig. 'Dit is de straf Gods voor jullie relatie', zeiden ze me na afloop van de bijeenkomst. Ik was lange tijd verdoofd. Uitgedoofd. Verpletterd.

Compassie heeft een aantal vijanden. '*Autopiloot*' is een grote vijand van zelfcompassie, zo heb ik na deze periode ervaren. Een automatische piloot wordt technisch beschreven als een stuurautomaat, een mechanisme waarmee een voertuig wordt bestuurd zonder hulp van de mens. Bij computers zegt men over een autopiloot: rechtstreeks uit de doos klaar

35 Leukemie: bloedkanker waarbij bepaalde witte bloedcellen zich oncontroleerbaar delen.

36 Aids: ziekte veroorzaakt door het retrovirus hiv, waaraan in de jaren zeventig en tachtig vele mensen stierven.

voor gebruik. Voor mij betekende het ‘en doooooooooor’. *Mindlessness*, zou je kunnen zeggen. Niet bepaald *mindfulness*. *Mindlessness* is een staat van onbewustzijn van je gedachten waarbij je handelt op je autopiloot. Compassie en zelfcompassie scheurden uit elkaar. Anderen ging ik meer dan ooit tevoren helpen. Mijn eigen rouw sloeg ik over. De autopiloot houdt je niet alleen weg van compassie, maar ook van de erkenning van je eigen kwetsbaarheid.

Ik weet zeker dat er lezers zijn die dit herkennen, vanuit het werk als hulp- of dienstverlener of vanuit het eigen leven. Daarom deel ik dit. Tegenslagen benoemen en erover spreken vragen ruimte, moed en eerlijkheid. Zelfcompassie gaat over eerlijkheid. Mijn *voice of truth* liet me uiteindelijk niet in de steek: de aansporing ‘zoek hulp en vertel hierover’ klonk na enige tijd luid en duidelijk.

Toen ik vele jaren later *Adam, Gods beloved* van Henri Nouwen las, realiseerde ik mij dat ik iets heel belangrijks leerde van het begeleiden en van het nabij zijn bij mijn stervende geliefde: die periode kan zomaar gaan over diepe compassie voor een ziek en later dood lichaam. De liefde houdt niet op bij de laatste adem. Wat ik geleerd heb door Nouwen vat ik als volgt samen:

### **In de piëta zijn dood en leven nog een moment intiem samen.**

Een unieke ervaring. Maar compassie heeft mij tot op de dag van vandaag nog nooit zo veel energie gekost als in deze periode van mijn leven. Dit beeld, deze uitbeelding van compassie, kom ik tegen in de vele piëta's van onder andere Michelangelo, Ossip Zadkine, maar ook van Käthe Kollwitz en vooral in die van Martin Glick. Van religieuze afbeeldingen tot wereldlijke piëta's.

In dit boek kom je werk tegen van de Hilversumse kunstenaar Fred Couprie. Zijn schilderijen treffen me diep in het hart. Ik heb er bewust voor gekozen om 21e-eeuwse wereldlijke piëta's te tonen van deze Nederlandse kunstenaar. De piëta's lijken op elkaar, maar verschillen in details

als achtergrond, zittend of hurkend, beschermend, gelatenheid, en piëteit in de afbeelding verwerkt. Christine Keemink, zijn echtgenote, en ik maakten heel bewust de selectie voor dit boek. Over het werk van haar in 2017 overleden man zegt zij het volgende: 'Beweging, spel, en een scherp oog voor de mens en zijn emoties, kenmerken het werk van Fred. Maar ook begrip en mededogen, waarin hij de mens van nu plaatst in een lange schilderkunstige traditie.'



## HOOFDSTUK 2

# Compassie vanbuiten

Een van de dagelijkse momenten waarop ik met compassie worstel, is wanneer ik het nieuws lees in de krant of op het internet. Of het nieuws beluister, vooral in de auto wanneer ik alleen ben want dan schetter ik wat af. En ook wanneer ik mij verdiep in gebeurtenissen in het verleden. Het maakt compassie niet meer louter en alleen tot iets wat intiem is. Het gaat over iedereen. Je zal het herkennen: je ontkomt er niet aan om compassie ook tegen het licht te houden van de actualiteit en van oudere wereldvraagstukken. Ik geef van beide een paar stevige voorbeelden.

*Het nieuws van iedere dag laat compassievragen schuren. Eens nagaan?*

Juist weer in het micro wil ik jullie twee verhalen vertellen van mensen die compassie op een edele en nobele manier hebben verwezenlijkt: Lizzie Velásquez<sup>1</sup> en Paul LaGreca<sup>2</sup>. Zij besloten allebei om hun wond in dienst te stellen van iedereen die het maar wil horen: compassie door te dóén, te handelen. De al eerdergenoemde way of life.

De ouderen onder jullie kennen misschien de tv-serie *Knight Rider*<sup>3</sup>. De bijrijder van David Hasselhoff herinner ik me goed. Later zou deze

---

1 Lizzie Velásquez (1989). Motiverend spreker, activist, auteur en youtuber (VS).

2 Paul LaGreca (1956). Acteur, danser, coach, schrijver (VS).

3 *Knight Rider*. Amerikaanse tv-serie van 1982-1986 waarin Michael Knight (David Hasselhoff) en zijn bijrijder (Paul LaGreca) in een kunstmatig intelligente auto, KITT, de misdaad bestrijden.

man, Paul LaGreca, een goede vriend van mij worden door onze gedeelde interesse in het werk van Henri Nouwen en Brené Brown. Door een wanhoopsdaad, uit pure onmacht, kwam hij uiteindelijk bij een compassievolle houding terecht.

In dit hoofdstuk kom je vervolgens een casus tegen, onder de titel 'Wie coacht de coach'. Eric Gielisse, mijn mdl-arts, vertelt openhartig over waarom hij vond dat hij dat tegen mij moest zeggen op een consult in mei 2019. Ik maak je deelgenoot van een herkenbaar, confronterend, kwetsbaar, menselijk, warm en buitengewoon compassievol gesprek.

Daarna lees je een casus uit mijn praktijk als coach, gepubliceerd in de nieuwsbrief van PsychoSociaalDigitaal.nl van 10 november 2020. De coach werd gecoacht. De casus gaat over een sessie uit mijn eigen coachingspraktijk met Jet, waarin een bizarre, bijna machteloze compassie volslagen onverwachts op mijn weg kwam. Het is niet bepaald een successtory. Het betreft een gesprek dat diepe indruk op mij maakte. Concrete oplossingen waren niet in de aanbieding. Gehoord worden, en vooral serieus genomen worden, daar bleek het om te gaan, dat was alles. Ik noem dat 'naakte compassie'.

## 2.1 Compassie kan schuren

*'Compassie is soft. Zelf overeind blijven is waar het nú om gaat. Dat geneuzel over medelijden. Zelfcompassie is egoïstisch en vooral narcistisch. Daar heb je weer zo'n Guttmensch, ik ben er helemaal klaar mee. Niemand komt aan mijn eigen vrijheid, ik laat me niks zeggen. Ach jee, weer van die dobbernegers op een vlot. Hèhè, die zegt tenminste wat hij denkt. Dat gezeur over liefde, kijk eens hoe de wereld in brand staat.'*

Stuitende zinnen, vind je? Confronterend? Zinnen waarmee je absoluut niet geassocieerd wilt worden? Wanneer je een of meerdere van deze uitlatingen bezigt, heb je wel wat uit te leggen. Je komt ze helaas echter

meer en meer tegen op de social media, op verjaardagpraat, en helaas ook in de politiek.

### Compassie onder vuur

In tijden van tegenslagen in de samenleving, zoals de coronapandemie in 2020-2021, herleven dit soort uitlatingen. Zo schokte het mij ook diep toen ik uitspraken vernam van een bekende Nederlander die stelde dat alle ouderen verplicht in quarantaine zouden moeten om jongeren ‘de kans te geven’. ‘We zijn een kleine, zeer kwetsbare groep nu aan het beschermen ten koste van al het andere’, vertelde deze bekende Nederlander met zelfverzekerde spierballentaal.

Ik ben ervan overtuigd dat een goede samenleving het van het grootste belang vindt dat je met de meest kwetsbaren onder ons goed omgaat, dat er voor hen aandacht is, dat je je bekommert om hun verhaal. Dát is nu beschaving, zo las ik in een commentaar op Facebook (9 januari 2021) op een fraai artikel van Stine Jensen.<sup>4</sup> Dát is nu compassie. Het kan gaan om jongeren, om ouderen, of (nu of ooit) om jezelf. Kwetsbare situaties komen in alle leeftijden, rangen en standen voor. Ik hoop dat deze bekende Nederlander daar nog over gaat nadenken voordat hij zelf in een kwetsbare situatie belandt.

Maatschappelijke kwetsbaarheid kán uitlopen op het aanwijzen van ‘de schuldigen’. Dat zien we door de geschiedenis heen gebeuren. Daarmee ligt compassie direct onder vuur. Verharding, tweespalt, conflict, geweld – het kan er allemaal op volgen.

Enige jaren geleden las ik op aanraden van een vriendin het boek *Terror and liberalism* van Paul Berman.<sup>5</sup> Ik werd stil toen ik las dat Berman stelde dat bij conflicten, oplopend tot oorlog aan toe, het aanwijzen van ‘schuldigen’ altijd deel zal uitmaken van alles wat leeft, in het dierenrijk

4 Stine Jensen (1972). Deens-Nederlands filosoof en publiciste. Programmamaker bij HUMAN.

5 Paul Berman (1949). Journalist, columnist *New York Times*, auteur met als onderwerpen politiek en literatuur.

en bij mensen. Is dat zo? Dit wil je niet denken, ik bespeurde fors verzet in mijzelf. Vrede moet immers altijd worden nagestreefd. Maar compassie is beslist niet altijd intiem. Je reageert op van alles om je heen, ook op het nieuws van de wereld. Compassie heeft soms een ruwe en harde confrontatie met jezelf in zich. De definitie van compassie die ik las op het internet, zoals je die aantrof in het begin van dit boek, wankelt fors.

Ik vroeg mij na het lezen van Bermans boek vol afschuw af hoe het zit met compassie naar mensen die de wereld in lichterlaaie zetten. Zou men enige compassie moeten hebben gehad voor mensen als bijvoorbeeld Adolf Hitler<sup>6</sup>, Idi Amin<sup>7</sup>, en voor de vele militaire bewinden in bijvoorbeeld Zuid-Amerika? Compassie voor mensen die moorden omdat iemand van een ander ras is, of een andere geloofsovertuiging heeft, mensen die pesten om de geaardheid van de ander, of omdat zij een 'afwijkend' uiterlijk hebben? Blijven agressie, cynisme, geweld, maar ook wanhoop en starre strengheid dé publiek zichtbare opponenten van compassie? 'In gesprek blijven' is een motto waar ik vierkant achter sta, misschien wel een mooi teken van compassie. Maar grenzen, daar gaan we weer, hoe zit het daarmee? Wat nu wanneer je vertrouwen stiekem wordt geschonden, achter je rug om, terwijl je in gesprek blijft? Heeft Berman gelijk en moeten we zijn uitkomst aanvaarden? Maakt het gegeven van de continue aanwezigheid van onrecht, de toenemende onverschilligheid, en de opruiende acties ons murw om te komen tot de wat flauwe uitspraak 'we zijn allemaal maar mensen'?

### **Compassie overschrijdt jouw eigen omgeving**

Compassie is dus niet alleen maar van jou en van mij. Daarin heeft de boeddhistische benadering groot gelijk: deze beschouwt individualisme

---

6 Adolf Hitler (1889-1945). Duits politicus en leider Nationaalsocialistische Duitse Arbeiderspartij, rijkskanselier en staatshoofd, verantwoordelijk voor de verschrikkingen van WO II.

7 Idi Amin (1925-2003). Van 1971-1979 dictator in Oeganda, bijnaam 'Slachter van Afrika' vanwege een van de bloedigste regimes in Afrika ooit.

als de vijand van compassie. À propos, de westerse denker Henri Nouwen zegt niet anders in zijn werk, in zijn speeches en in zijn preken. Compassie is niet voorbehouden aan kerken of welke organisatie ook. Het is iets van ons allemaal, in jouw eigen leven en in hoe de wereld draait. Hoe wereldnieuws, actueel of vanuit de geschiedenis, bij ons binnenkomt, zegt ook iets over hoe jij en ik individueel vaak als eerste reactie met compassie omgaan.

Na het lezen van het boek van Berman las ik een uitspraak van Vaclav Havel<sup>8</sup>: 'Laten we onszelf en anderen leren dat politiek niet alleen de weg naar het mogelijke kan zijn, zeker al niet wanneer speculatie, intriges, geheime deals en manipuleren daar deel van uitmaken, maar dat het de weg kan zijn van het onmogelijke, namelijk het streven om het beter te doen in de wereld.' Actueel. Een uitnodiging tot compassievol denken? Bij de stevige voorbeelden, met name wanneer ik het nieuws beluister, komt deze quote regelmatig in mij op.

### Stevige voorbeelden

Dit ga je herkennen: reacties op het nieuws via internet, radio, tv of op straat in gesprek over de toestand in de wereld. Ik wil enkele voorbeelden noemen vanuit gebeurtenissen uit de actualiteit en de geschiedenis die mij met compassievragen confronteren. Daar ging mijn ideaalbeeld van compassie. Niets menselijks is ons vreemd.

### Nazi! Gevangenisbewaarder! Crimineel!

Van 2020 en 2021 is het mij bijgebleven hoe de reacties waren op minister-president Mark Rutte<sup>9</sup> en de minister van Volksgezondheid Hugo de Jonge<sup>10</sup> naar aanleiding van hun aanpak van de coronapandemie. Op

8 Vaclav Havel (1936-2011). Tsjechisch schrijver, dissident en politicus. Laatste president van Tsjecho-Slowakije en eerste president van Tsjechië. Auteur van toneelstukken.

9 Mark Rutte (1967). Politicus. Ten tijde van het schrijven van dit boek driemaal minister-president van Nederland. Leider van de VVD.

10 Hugo de Jonge (1977). Politicus. Ten tijde van het schrijven van dit boek vicepremier en minister van Volksgezondheid (CDA).

de social media stond ik soms geheel perplex van de bewoordingen aan de adressen van deze twee politici: het zouden nazi's zijn, het zijn onze gevangenisbewaarders, het beleid is een complot om ons eronder te houden, het zijn criminelen en ga zo maar door. Ten tijde van de verkiezingen in maart 2021 werden de bewoordingen over alle politici van kwaad tot erger op de socials. Be- en veroordelingen werden vaak tenenkrommend, moesten de politici niet van de signatuur van de berichtenplaatser zijn.

Haat is een groot woord. Maar haat krijgt 'nieuw elan' op de social media, lijkt het wel. Het maakt in ieder geval, diplomatiek gezegd, een tegenpool van compassie zo zichtbaar: rigiditeit, en dan nog blind en doorgeslagen ook. Overigens, rigiditeit – beter gezegd: stugge starheid – is ook een tegenpool van imperfectie, en dús van compassie. Het gebrek aan ook maar enige herkenning van dilemma's bij besluitvorming stuitte mij in de uitlatingen sterk tegen de borst, los van of je het eens bent met hun beleid (daar gaat het hier niet om!), van welke partij dan ook. Ik benadruk dat er geen politieke voorkeur spreekt uit mijn verbazing. Begrip voor het gebrek aan compassie kon ik niet opbrengen: woorden zijn snel gezegd, nazi en gevangenisbewaarder. Of het vaak gehoorde woord *bitch*. Vrouwelijke politici moesten daaraan geloven, bijvoorbeeld Sigrid Kaag<sup>11</sup>, die over grof verbaal geweld en pesten op de social media in het Jeugdjournaal in maart 2021 aan kinderen een oproep deed: laat pesten nooit, maar dan ook nooit verhinderen te zijn wie je bent. Iets verderop tref je een voorbeeld aan van pesten op de socials bij jongeren.

En wat te denken van politici als Geert Wilders<sup>12</sup> die permanente bescherming nodig hebben omdat zij met de dood bedreigd worden. Of je het met politici eens bent of niet, dit vind ik schokkend. Net zo schokkend vond ik het bericht op 7 mei 2021 in *Nieuwsuur*, dat de Vereniging van Universiteiten (VSNU) een plan gaat opstellen om geïntimideerde en bedreigde wetenschappers beter te ondersteunen. Deze wetenschappers

11 Sigrid Kaag (1961). Politica. Lijsttrekker D66 in 2021. Minister Buitenlandse Handel 2017-2021.

12 Geert Wilders (1963). Politicus, partijleider van de PVV, vanaf 1998 lid Tweede Kamer.

hebben tijdens de coronapandemie te maken met online haatcampagnes, doodsbedreigingen en intimidatie aan huis. Je zou kunnen zeggen dat het van grote doorvoelde compassie getuigt dat deze wetenschappers toch doorgaan met onderzoek naar corona...

### Nieuwsgierigheid en respect

Een tweede voorbeeld is een gesprek uit 2005 met een Marokkaanse student dat mij steeds bijblijft. Hafit was toen 25 jaar en werkte als elektricien in Waterland. Hij had pianoles bij mij, je weet: van huis uit ben ik pianist. We spraken over de gebruiken van Nederland, met name van de muziektraditie. Het was toen de Lijdenstijd, dus ook in het Noord-Hollandse kon je in ieder dorp of stadje de *Matthäus Passion*<sup>13</sup> van Bach<sup>14</sup> bezoeken. Ik vroeg hem naar muziek en naar gebruiken uit zijn land. Daarna vertelde ik hem dat de directeur van mijn school heeft overwogen om geen kerstfeest<sup>15</sup> meer te vieren, maar het Suikerfeest<sup>16</sup> in te voeren. Zelf vond ik dit pure onzin: het riekt een beetje naar koketteren met zaken die de directeur niet eigen waren, zeg maar gewoon: praatspiritualiteit.

Hafit knikte instemmend: 'Piet, ik leef, woon en werk hier. Maar hoe kan ik jullie nu respecteren wanneer jullie jezelf niet respecteren?'

Zelfcompassie? Respect? Je afkomst weten en die vervolgens in de uitverkoop zetten? Een pelgrimsvraag niet alleen niet beantwoorden, maar wegzetten? Ik gaf hem direct vijf tickets voor de *Matthäus Passion* in Edam cadeau, om met vier vrienden naartoe te gaan en vertelde hem over deze Nederlandse traditie. We hebben er daarna een prachtig gesprek over gehad. Vol compassie wederzijds. We waren nieuwsgierig naar elkaar, we respecteerden elkaar. In de verbinding van nieuwsgierigheid en respect zie ik weer een krachtige invulling van compassie.

13 *Matthäus Passion*. Groot oratorium van Johann Sebastiaan Bach naar het evangelie van Matthäus.

14 Johann Sebastiaan Bach (1685-1750). Componist, organist, dirigent.

15 Kerstfeest. Viering van de geboorte van Jezus door christenen en ook door niet-christenen, op 25 en 26 december.

16 Suikerfeest. Islamitische feestdag waarop het einde van de vastenmaand ramadan gevierd wordt.