

Viering 'Omgaan met kwetsbaarheid'

Getuigenissen van Kristin Vanschoubroek en van Ben Wuyts

12 maart 2006

Kwetsbaarheid in ons bestaan

In onze samenleving wordt kwetsbaarheid vaak weggestopt. De sterke mens, die weet wat hij wil, ambitieus is en goed presteert, staat hoog in het vaandel. Ziek zijn, moe zijn, verdriet hebben, twijfelen, in een impasse zitten, opnieuw je richting moeten zoeken, overmand worden door emoties, ... het klinkt allemaal wat zwak en het moet vooral niet te lang duren. Andere vormen van kwetsbaarheid, als armoede, ouderdom, aftakeling, handicap, onbekwaamheid om in deze complexe wereld mee te draaien, ... zien we meestal liever niet. We zijn blij dat er instellingen en gespecialiseerde mensen en zorgverstrekkers zijn die zich met deze problemen bezighouden. Het laat ons toe met een gerust geweten het hoofd af te wenden en ons aan te sluiten bij de veilige, gevestigde orde.

Ook de kwetsbaarheid die in een mens kan ontstaan wanneer hij liefde ontmoet, wordt vaak afgeweerd en als bedreigend of gevaarlijk gezien. Liefde kan diep aan ons schudden en het vanzelfsprekende overhoop gooien. Liefde geeft vreugde, maar evengoed pijn, heimwee, weemoed. Liefde raakt onze diepste kwetsbaarheid.

Kwetsbaarheid hoort bij het leven. Zoals de nacht volgt op de dag, zoals vermoeidheid komt na arbeid, zo ervaart iedere mens naast geluk ook ongeluk. Een leven is pas rijk en volledig wanneer kwetsbaarheid er echt mag zijn.

Het is een cadeau als iemand zich in zijn kwetsbaarheid aan je laat zien. Het in vertrouwen genomen worden doet goed. Het geeft verbinding en nabijheid. En is dat niet waar we uiteindelijk allemaal ten diepste naar verlangen?

De mens die zich toont met zijn kleine, kwetsbare kant heeft iets ontwapenends. Hij nodigt ons uit om zelf ook van achter onze verschansing tevoorschijn te komen, ons verdriet niet langer te verbijten, onze hardheid en onze trots te laten varen. Zo kunnen we 'ons diepere zelf' ontmoeten, zachter worden, dichterbij onze bron komen. In het beluisteren van en de zorg voor de kwetsbare mens worden wij in onze diepste menselijkheid aangesproken. De kwetsbare mens maakt ons hart open.

De kwetsbare mens kan echter ook bedreigend zijn voor iemand die zich voor zijn eigen kwetsbaarheid afsluit. Ik voel het vaak aan hoe openheid, je tonen met je zwakke kant, weerstand oproept bij wie liever dat potje gedekt houdt. Daarom is het wijs om behoedzaam te kiezen met wie je je kwetsbare binnenkant deelt.

Niet alleen het contact met de kwetsbaarheid van de ander, maar ook met die van onszelf maakt ons voller, maakt ons meer mens. Hoe meer ik voeling krijg met mijn kwetsbaarheid en die ook aanvaard, hoe meer ik opensta voor de gevoelens van de ander. Wanneer ik mijzelf ken, begrijp en aanvaard, dan is het zoveel gemakkelijker om ook de ander te begrijpen en te aanvaarden. Door deze stroom, door dit wederzijds begrijpen ontstaan mededogen, verdraagzaamheid en vrede.

Maar hoe doe je dat, je eigen kwetsbaarheid aanvaarden? We kunnen dat immers niet alleen. In veel hedendaagse literatuur en in newagekringen wordt sterk de nadruk gelegd op eigenliefde, op het beminnen van jezelf. 'Ik hou van mijzelf' is één van de typische, gevleugelde uitspraken. Dat is inderdaad heel belangrijk, maar ik denk dat het niet gemakkelijk is om van jezelf te houden wanneer je niet tegelijk ervaart dat er ook een ander is die om jou geeft. Om mijn gevoelens van kwetsbaarheid echt te kunnen aanvaarden, heb ik iemand nodig bij wie ik kan thuiskomen. Daarom zijn er zoveel eenzamen onder ons, omdat het heel moeilijk is om jezelf te kennen en te aanvaarden als er niemand is die je met een open hart ontvangt en voor je zorgt. Het is pas *in relatie* dat

doorvoelde, doorleefde liefde en aanvaarding kan ontstaan. In verbinding zijn is de sleutel tot aanvaarding van je kwetsbaarheid.

Wanneer de Mensenzoon komt, omstraald door luister en in gezelschap van alle engelen, zal hij plaatsnemen op zijn glorieus troon. Dan zullen alle volken voor hem worden samengebracht en zal hij de mensen van elkaar scheiden zoals een herder de schapen van de bokken scheidt; de schapen zal hij rechts van zich plaatsen, de bokken links. Dan zal de koning tegen de groep rechts van zich zeggen: "Jullie zijn door mijn Vader gezegend, kom en neem deel aan het koninkrijk dat al sinds de grondvesting van de wereld voor jullie bestemd is. Want ik had honger en jullie gaven mij te eten, ik had dorst en jullie gaven mij te drinken. Ik was een vreemdeling en jullie namen mij op, ik was naakt en jullie kleedden mij. Ik was ziek en jullie bezochten mij, ik zat gevangen en jullie kwamen naar mij toe." Dan zullen de rechtvaardigen hem antwoorden: "Heer, wanneer hebben wij u hongerig gezien en te eten gegeven, of dorstig en u te drinken gegeven? Wanneer hebben wij u als vreemdeling gezien en opgenomen, u naakt gezien en gekleed? Wanneer hebben wij gezien dat u ziek was of in de gevangenis zat en zijn we naar u toe gekomen?" En de koning zal hun antwoorden: "Ik verzeker jullie: alles wat jullie gedaan hebben voor één van de onaanzienlijksten van mijn broeders of zusters, dat hebben jullie voor mij gedaan."

Het evangelie dat we voor vandaag kozen (Matteüs 25, 31-40) gaat over het laatste oordeel. Het is een hard en radicaal verhaal over omgaan met kwetsbaarheid. De mensen worden in twee groepen onderverdeeld: de goeden en de slechten. Dat maakt het eenvoudig om te begrijpen, maar het is wel polariserend.

In de realiteit is het zo dat wij allen twee kanten in ons dragen: een kant die oog heeft voor de kwetsbaarheid van de ander en een kant die daar liever de ogen voor sluit of onmacht voelt om ervoor open te staan en ermee om te gaan. We zijn allen beperkte mensen en we kunnen niet openstaan voor al het leed dat op ons afkomt.

Het is wel mijn overtuiging dat naarmate we innerlijk groeien, we ons meer kunnen openen voor elkaars kwetsbaarheid. Naarmate we onszelf met onze kleinheid en ons gekwetst-zijn accepteren, komen we dicht bij de bron en zullen we geneigd zijn om dienstbaar te zijn aan de ander. Dan wordt het waar wat de tekst zegt: wat jij voor de minsten van mijn broers en zusters hebt gedaan, heb je voor mij gedaan. Ik voeg er nog graag aan toe: dat heb je ook voor jezelf gedaan. Immers in de dienstbaarheid komen de ander, jezelf en God samen en worden ze één. Precies in deze mysterieuze driehoek komt het wezenlijke naar voren.

Bij de voorbereiding van deze viering kwam een fragment uit een muurschildering van Rafaël bij me op. Het is een tafereel uit de Griekse mythe over Aeneas, die met zijn vader, zijn vrouw en zijn zoon vlucht uit het brandende Troye. Zijn zieke, oude vader draagt hij op zijn rug. Volgens het verhaal werd die vader kreupel en blind als straf van de goden voor zijn slecht gedrag. Toch draagt de zoon zijn vader.

Eén van de grootste kwetsuren die een mens in zich draagt en die vaak de basis is van veel pijn in het verdere leven is de onvolkomenheid in de relatie met de ouders. Daarom is deze mythe een oerverhaal dat verwijst naar onze oorsprong. De boodschap ervan is dat je maar echt vrij kan worden als je zorgt voor wie je het leven heeft geschonken, hoe kwetsend het gedrag van die ouder misschien ook is geweest.

Dit oerverhaal staat haaks op een andere Griekse mythe, namelijk die van Oedipus. Dit verhaal gaat over strijd. Het vertelt dat je in een soort concurrentie staat met de ouder en dat je maar innerlijk vrij kan worden door die te doden. De diepere betekenis van deze mythe is dat het belangrijk is je eigen ruimte in te nemen, je te ontdoen van de bezetting door je ouders. Op een bepaald moment moet je zelf je leven leiden en misschien breken met de waarden en patronen die je van thuis uit hebt

meegekregen. Dat is Oedipus. Heel belangrijk. Maar het is niet voor niets dat in de psychologie wordt gesproken over het oedipuscomplex. Het is nog complex, het is nog een verwikkeling, het verhaal is nog niet rond.

Om het verhaal rond te maken hebben we Aeneas nodig. Aeneas is een verhaal van verzoening. Als we onze ouders echt kunnen aanvaarden met wat ze verkeerd hebben gedaan – want ook zij zijn niet vlekkeloos – en als we hen kunnen dragen, als we hen met liefde en zorg kunnen omringen, dan worden we vrije mensen, dan worden we verzoende mensen. Pas dan zijn we echt volwassen. Oedipus en Aeneas, beide verhalen zijn belangrijk: Oedipus als verhaal van strijd en bevrijding, Aeneas als verhaal van aanvaarding, zorg en verzoening.

In het echte leven lopen deze verhalen door elkaar. De ene keer hebben we nood aan afscheiding ter bescherming van onze kwetsbaarheid, de andere keer vinden we juist in de zorg en de verantwoordelijkheid voor de ander zelf heil en genezing. Beide aspecten zijn heel belangrijk in het leven. Er goed mee leren omgaan is een appel voor ieder van ons.

Kristin Vanschoubroek

Ontmoetingen met mensen met een handicap

Lang voor ik kinderen en volwassenen met een handicap ontmoette, leefde in mij, zoals in zoveel andere mensen, een beeld van hen. Het was het beeld van zwakke, hulpeloze mensen die in instituten met een sterk ziekenhuisgehalte en in speciale scholen onderdak, verzorging en begeleiding kregen. De geringschattende namen die vaak voor hen gebruikt werden, bevestigden mijn beeld.

Toen ik ongeveer dertig jaar geleden tijdens mijn burgerdienst (alternatief voor militaire dienst) als leraar voor het eerst oog in oog stond met een groep jongens en meisjes met een fysieke handicap viel ik van de ene verrassing in de andere. Mijn beeld van hen klopte niet met de realiteit.

Aan de ene kant had ik hun beperkingen onderschat. Ze hadden het echt niet gemakkelijk om zich voor mij verstaanbaar te maken. Ze konden zich niet vlot verplaatsen en vroegen mijn praktische hulp voor de meest vanzelfsprekende zaken, zoals een zakdoek uit hun zak nemen en hun neus snuiten, een boek doorbladeren, hen begeleiden en helpen bij hun toiletgang, ...

Uit mijn beginjaren als leraar buitengewoon onderwijs zal ik nooit dat ene ongelukkige voorval vergeten. Ik was al meer dan een uur aan het lesgeven toen het tot mij en mijn leerlingen doordrong dat één van hun klasgenoten nog op het toilet zat. Hij was door mijn collega voor de speeltijd geholpen en zat al een hele tijd te wachten tot iemand hem eindelijk zou komen verlossen. Dan besef je even wat het moet betekenen om noodgedwongen afhankelijk van anderen te zijn.

Afhankelijkheid is een sleutelwoord in het leven van mensen met een handicap. Hoe kun je als opgroeiende adolescent met een complexe zorgnood evolueren tot een autonoom denkende volwassene? Hoe kun je je bewegen in onze maatschappij met haar vele materiële obstakels? De confrontatie daarmee doet je zelfbeeld geen deugd en werpt je soms volledig op jezelf terug. Hoe bekijk je jezelf? Bepaalde uitspraken van mijn begaafde jonge leerlingen met een fysieke handicap ten gevolge van een hersenletsel staan in mijn geheugen gebeiteld. "Mijn lichaam is afval. Ik ben lelijk. Als ik strelen wil, dan sla ik. Als ik veel pijn en ongemakken heb, zou ik dat lijf, dat onding uit willen doen. Ik wens dit lichaam niet meer. Ik ben 'no-body'. Niemand wenst mij."

Aan de andere kant ontdekte ik stap voor stap, naarmate het vertrouwen tussen ons groeide, hun wensen, hun mogelijkheden en hun verborgen talenten.

Toen ik mij van mijn stereotiepe beelden bevrijd had, met een open geest naar hen keek en luisterde, leerde ik hen kennen als jonge mensen met een eigen identiteit, die weliswaar kwetsbaar zijn, maar ook een sluimerende levenskracht in zich voelen. Samen hebben we vormingsprojecten uitgewerkt

en een tijdschrift en filmclub uit de grond gestampt. We organiseerden een tentoonstelling met eigen gedichten, tekeningen en schilderijen. We hebben jarenlang actie gevoerd voor een toegankelijker samenleving. In onze klas hingen we een bord met ons motto in regenboogkleuren: "Waar een wil is, is een weg. Onze weg is de creativiteit."

In de loop der jaren heb ik nog met heel wat jongeren en volwassenen met een handicap samengewerkt. Door deze intense interacties hebben we veel van elkaar geleerd.

Ik heb mensen leren kennen die ondanks hun handicap vreugde aan hun bestaan konden beleven en zin aan hun leven gaven, soms meer dan andere mensen die door de natuur zogenaamd rijker begiftigd waren. Hoe zou dat toch komen?

Laat ons duidelijk zijn: niemand wenst een handicap of een chronische ziekte. Een weerbarstig of gekwetst lichaam, een verstandelijke beperking, een zintuiglijk defect of een emotionele stoornis is geen godsgeschenk. Een handicap op zichzelf heeft geen enkele zin. Integendeel! Het is een toevallige schade die een mens kan treffen vanaf het prille begin van zijn leven of na een ziekte, een trauma, een operatie of een ongeval. Het is een gegeven waarmee je zonder berusting, met vallen en opstaan, moet leren leven. En dat is gemakkelijker gezegd, dan gedaan! Het is voor mensen met een handicap een dagelijkse uitdaging, die een beroep doet op hun levenswil. Blijkbaar zijn er velen die daar in slagen en ons daardoor veel kunnen leren.

Ik heb dankzij mensen met een handicap geleerd om in een ontmoeting met anderen verder te kijken dan het uiterlijk en het gedrag. Een mens met een handicap is zoveel meer dan zijn handicap.

Als ik me de dagelijkse leefsituatie van gehandicapte mensen voor ogen houd, als ik hun beperkingen ook eens aan den lijve probeer te beleven en tegelijkertijd zicht krijg op hun onmiskenbare mogelijkheden en hun onvermoede talenten, dan ontstaat er langs de weg van betrokkenheid en vertrouwen een verbondenheid met hen.

Zo kan ik ervaren dat een meervoudig gehandicapt meisje dat niet kan spreken toch veel te zeggen heeft, als ik maar tijd en geduld in haar wil investeren.

Zo merk ik dat een verstandelijk gehandicapte jongen heel gevoelig en attent kan reageren als ik daarvoor opensta.

Zo ontdek ik dat ik soms blind ben voor de kwetsbaarheid van een kind met een lichte verstandelijke of motorische handicap. Een dergelijk kind beweegt zich immers in de schemerzone tussen twee werelden en dat is beslist geen comfortabele situatie.

Meer en meer besef ik ook dat bepaald irritant machogedrag van een aantal pubers met voortdurende kortsluitingen in hun karakter en hun verstand niet meer is dan een wanhopige poging om als 'vol' beschouwd te worden. Het komt er dan op aan niet te reageren op hun stoerheid, maar op hun kwetsbaarheid.

Wellicht heb jij ook net als ik al in bewondering gestaan voor de vindingrijkheid en het geduld waarmee slechtziende en blinde mensen huishoudelijk werk verrichten. Wellicht merk jij ook hoe mannen en vrouwen in een rolwagen zich niet laten ontmoedigen door de vele hindernissen die ze op hun weg tegenkomen. En zag je al eens werken van kunstenaars, van wie je later vernam dat ze een fysieke, zintuiglijke of verstandelijke beperking hebben? Heb je al eens geluisterd naar blinde zangers en pianisten?

Ik sta soms versteld van het doorzettingsvermogen van leerlingen met leerstoornissen in scholen waar niet iedereen begrip heeft voor hun ondersteuningsnoden.

Onlangs was ik ook geraakt door het verhaal van een meisje met mucoviscidose, dat ondanks haar chronische ademhalingsproblemen dag in dag uit van haar leven geniet.

Zo kan ik nog veel voorbeelden aanhalen. Mensen die hun handicap, hun beperking en hun kwetsbaarheid als onvervreembare eigenschappen van hun bestaan kunnen beschouwen, maken ruimte vrij voor een diepere levensenergie en een creatievere ontplooiing van de talenten die zij, zoals iedereen, in zich dragen.

Ontmoetingen en interacties met gehandicapte mensen hebben voor mij en voor veel mensen een vormend karakter. Ik leer meer leven op de kracht van mijn eigen levensadem. Ik besef beter mijn eigen grenzen en mijn eigen kwetsbaarheid. Vreemd genoeg doet me dat deugd. In mijn kwetsbaarheid ervaar ik mijn diepere menselijkheid. De drang om mij telkens opnieuw te bewijzen vermindert. Ik herken dat ook bij de keiharde zakenman Harry in de film 'Le huitième jour' (1996). In deze film ontbolstert Harry door de botsing van zijn wereld met de schijnbaar totaal vreemde wereld van Georges, een verstandelijk gehandicapte man met een stevige dosis humor en een groot arsenaal sociale vaardigheden.

Dergelijke ontmoetingen zijn heilzaam. Je relativeert de idealen die ons door de media en de reclame worden voorgehouden. Je hecht steeds meer belang aan zachte waarden, zoals eenvoud en stilte, eerlijkheid en respect, vriendschap, liefde en solidariteit in woord en daad. En al klinkt het misschien voor sommigen wat oubollig, leven vanuit die waarden wordt tegenwoordig onder de loep van humane en medische wetenschappen meer en meer bevestigd als een heilzame weg naar geestelijke gezondheid voor elke mens.

Je zou met een parafrase op de bekende versregel van Lucebert kunnen zeggen: "Alles van waarde is kwetsbaar."

Ben Wuyts

Ben Wuyts, echtgenoot van Annemie De Paepe en vader van drie kinderen, is historicus van opleiding. Hij werkte meer dan dertig jaar in organisaties voor mensen met een handicap in Landegem. Over zijn ervaringen met hen en over zijn visie op handicap schreef hij al heel wat teksten, o.a. de boeken 'Anders, maar niet minder. Leven met een handicap' (1996) en 'Gewenst, ongewenst: filosoferen over handicap' (1998).

Zijn recentste boek is door het Davidsfonds uitgegeven onder de titel 'Over narren, kreupelen, doven en blinden. Leven met een handicap, van de Oudheid tot nu' (Leuven, oktober 2005). Nu is Ben actief in de Arteveldehogeschool te Gent. Hij coördineert hier de opleiding van leraren in het buitengewoon onderwijs en van zorgcoördinatoren in het gewoon onderwijs.
