



Berthold Gersons

Berthold Gersons is emeritus hoogleraar psychiatrie aan het Academisch Medisch Centrum (AMC) van de Universiteit van Amsterdam. Hij was tot 1 juni 2017 senior wetenschappelijk adviseur van Arq Psychotrauma Expert Groep.

Hij sprak niet meer

In ons veilige Nederland zien we trauma's als een soort meteorieten die onze beschermde dampkring binnendringen. Trauma's komen wel voor, maar zijn gelukkig uitzonderlijk. En mocht het noodlot toeslaan dan kunnen we door een goede behandeling meestal weer terugkeren in een vertrouwd en grotendeels veilig bestaan.

Hoe anders is dat in Litouwen. Onlangs sprak ik daar een collega van 53 jaar. Ze vertelde over haar grootvader die naar de goelag werd verbannen, omdat hij te veel land bezat. Toen hij na 15 jaar terugkeerde was hij broodmager en sprak niet over zijn ervaringen. Hij keek met schuwe ogen naar zijn kleindochter. Mijn collega vertelde ook dat ze geleerd had nooit te zeggen wat ze dacht of voelde. Altijd dacht ze eerst na of dat wel kon. Zelfs in je familie konden immers verklikkers zitten. Tijdens haar studietijd moest ze ook extra op haar hoede zijn. Bij tentamens moest je niet het juiste antwoord opschrijven, maar het antwoord dat de examinatoren wilden horen. 'Je leefde eigenlijk in een mentale gevangenis', zei ik tegen haar. Ze werd verdrietig door mijn opmerking, maar was blij dat die 'gevangenis' nu lang achter haar lag. In Litouwen wordt de enorme impact van dit verleden een 'cultureel trauma' genoemd. Het is een collectief trauma van alle Litouwers: permanent aanwezig en meerdere generaties omvattend. Dit culturele trauma is in Litouwen bovendien zeer gelaagd. De geschiedenis van het land is getekend door verscheurdheid tussen Polen, Duitsland en Rusland. De hulp van de Litouwers bij het vermoorden van de Joden tijdens de Tweede Wereldoorlog wordt ook liever vergeten. Litouwen was het eerste land waar de nazi's erin slaagden de bevolking op te ruïen om de Joden te vermoorden. Dit had verstrekkende gevolgen: 200.000 Litouwse Joden zouden de oorlog niet overleven.

Persoonlijke trauma's zijn in Litouwen vaak verbonden met dit collectieve trauma. Met name bij de oudere generaties is de impact van de oorlog duidelijk zichtbaar. Op straat zag ik bijvoorbeeld oudere vrouwen die de Sovjettijd hadden meegemaakt, herkenbaar aan hun oude kleren, de winterjas hooggesloten en een doek om het hoofd gebonden. Ze keken niemand aan. Altijd op je hoede, nooit iemand vertrouwen, een verinnerlijkte overlevingstactiek. Raakt Litouwen ooit van dit culturele trauma verlost? Hoopgevend is het om de vele jonge Litouwers te zien. Ze kunnen zich vrij bewegen, lachen op straat en in cafés achter hun laptop werken. Die vrijheid voel je daar des te meer, omdat de dreiging vanuit Poetins Rusland de dagelijkse realiteit vormt. In Litouwen bestaat er veel interesse in trauma en de gevolgen daarvan. Het tekent de collectieve veerkracht die ik ook ken uit vergelijkbare landen met collectieve trauma's zoals Georgië, Chili en Zuid-Afrika. Voor ons in Nederland is dit allemaal moeilijk na te voelen. En dat is een geluk dat we nauwelijks kunnen bevatten.