**Heb compassie, met jezelf en anderen**

**Column, Volkskrant 12-7-2018**

HARRIET DUURVOORT

'Zou je met iemand willen ruilen?', vraagt mijn moeder nadat ik ben volgeschoten. Ik had me nog zo voorgenomen zo opgewekt mogelijk verslag te doen van alweer een confronterende diagnose over de beperking van mijn zoontje. Ik wil haar niet verdrietig maken, ze is net 90 geworden. Maar ze prikt er natuurlijk snel doorheen. Dus geef ik toe: ik heb verdriet. En zorgen.

Ik denk na over haar vraag en loop in mijn hoofd vrienden en collega's langs. Sommigen bieden moedig uitdagingen het hoofd waarbij de mijne verbleken. Anderen hebben prachtige carrières en leuke, zorgeloze kinderen. Van buiten benijdenswaardig, hoewel er altijd een binnenkant is. Er zijn er ook die schijnbaar alles hebben en desondanks altijd ontevreden zijn.

Ik zou met niemand willen ruilen, concludeer ik. Ik geloof dat het mij gevonden heeft, dit leven met mijn bijzondere kind, deze intense moederliefde en alles wat ik van hem leer. Met alle tegenslagen die er soms mee gepaard gaan.

Maar weinig mensen hebben een solide fundament om de mokerslag die je incasseert als je kind een levenslange beperking blijkt te hebben evenwichtig te incasseren. Heb je een goed netwerk, ben je kapitaalkrachtig of heb je de mogelijkheid een tijd op je partner terug te vallen, dan heb je 'geluk'. Dan kan je je volkomen richten op de zorg, het tijdrovende gevecht om die zorg en het verwerken van je verdriet. Heb je dat alles niet, dan haalt die mokerslag ook de rest van je leven onderuit.

Ik was een van die vele ouders die niet goed was toegerust. Ik was alleen, zzp'er en had geen steungroep, vrienden noch familie in de buurt die een rol konden spelen in de loodzware zorg die nodig was. Toen in het begin de zorg nog op gang moest komen, leidde dat al snel tot allerhande andere problemen. Ik kon door de intensieve zorg niet genoeg werken, maakte een inkomensval tot op de armoedegrens en dat betekende voortdurende paniek, want ik kon nauwelijks mijn hypotheek nog betalen. Als ik op straat zou belanden, zou mijn kind helaas 'uit huis' (dat er dan dus niet meer was) geplaatst moeten worden, was mij te verstaan gegeven. Paniek is slecht voor je kwetsbare en zorgbehoevende kind. Intussen kom je in die overbelaste zorg-/overlevingsstand niet toe aan het verwerken van je verdriet.

Ik schaamde mij voor mijn gebrek aan zelfredzaamheid. Maar mezelf bevrijden van krampachtig de schijn ophouden geeft ruimte. Kwetsbaarheid en zelfs behoeftigheid tonen moet niet iets zijn waar je je voor schaamt.

We zijn gericht op succes en worden geacht verantwoordelijk te zijn voor het behalen daarvan. Wie achteropraakt in de ratrace is een minne, beklagenswaardige mislukkeling. Het fnuikende is natuurlijk dat de startblokken van die ratrace sowieso willekeurig op het parcours zijn neergezet. En zelfs als je het voorrecht van een oneerlijk goede start hebt, kan er plots een rotsblok uit de lucht vallen dat je zo zorgeloos begonnen race bruusk belemmert.

De oude dromen die ik voor mijn kindje had, zijn vervangen door nieuwe. Voor het verwezenlijken daarvan ben ik afhankelijk van de compassie van onze samenleving. Ik droom de allermooiste plek voor hem waar hij liefdevol van het leven kan genieten als hij groot is. Een idyllische zorgboerderij met een appelboomgaard en speeldieren en binnen een megagrote modelspoorbaan voor als het regent. Waar iedereen welkom is om zich te laven aan mensen zoals hij. Die groot zijn maar altijd kind blijven. Die volkomen afhankelijk zijn van dat waardevolle deel dat in ons allen zit, wij alledaagse mensen zonder beperking: compassie, die leidt tot onvoorwaardelijke zorgzaamheid.

Dat zorgzaamheid niet altijd een van de meest gewaardeerde eigenschappen is in onze snelle, ikgerichte, op succes en onafhankelijkheid gerichte participatiesamenleving, is iets wat ons schaadt. Succes biedt vooral een prettig verslavende, oppervlakkige zelfbevestiging, maar vaak nauwelijks werkelijke voldoening. Compassie biedt dat wel, dus heb mededogen, voor jezelf en voor anderen. Door solidair te zijn, te luisteren, je hulp aan te bieden en niet te oordelen.

In een wereld vol polariserende, boze kakofonie leert mijn zoontje mij nog harder te vechten voor een samenleving met compassie. Ook over culturele en politieke verschillen heen; zie de ander, hoor de ander, als mens. Ook al verschil je van elkaar, je lijkt ook op elkaar. In kwetsbaarheid en wederzijdse afhankelijkheid.

HARRIET DUURVOORT is publicist.