



Berg

AUTEUR: Irene Diepstraten

54

We hebben heel wat te verwerken in Nederland. De afvalberg bijvoorbeeld. Uit de serie *De vuilnisman* van Teun van der Keuken blijkt iets wonderlijks: die hele berg waar je van af wilt, omdat het oud is, op, kapot, versleten of overtollig, is toch nog te verwerken tot iets bruikbaar. En als het niet is om te zetten in een grondstof voor een nieuw product, dan kun je het altijd nog opstoken, dan levert het je uiteindelijk weer nieuwe energie.

Data verwerken we. We verzamelen, ordenen, leggen vast, we vragen weer op, we gebruiken, bewerken, delen, verspreiden en wijzigen. Gegevens van mensen, van dieren, van processen, artikelen, verschijnselen, gebeurtenissen, ervaringen en van al het andere wat meetbaar, telbaar of kenbaar is. Waar letters, codes en getallen aan te geven zijn. Waar een verhaal van te maken is, met verklaringen, chronologie en onderlinge verbanden. We rangschikken allerlei getallen en tekens tot een nieuwe combinatie, die op zichzelf weer een nieuwe bron van gegevens is.

In creatieve of kunstzinnige processen verwerken we. We verwerken persoonlijke souvenirs, lapjes, foto's, krabbels, ringetjes, knopen en stukjes veter in een quilt als memorialobject. Of in een collage of schilderij. We maken van snippers en fragmenten een betekenisvol en memorabel geheel.

“Verwerken is wat anders dan vergeten; het is je laten dragen”, stelt de Vlaamse filosoof Marc Van den Bosc. Wat zegt het over de manier waarop hij leerde omgaan met de dood van zijn vrouw? Je laten dragen. Door herinneringen. Beelden in je hoofd, steken in je hart, omzetten, verwerken tot een kracht waarop je kunt varen. *“Jij hebt mij hierheen gedragen, Hilde.”*

Verwerken is werken, is rouwarbeid, zoals Manu Keirse stelt. Verwerken begint altijd met erkennen dat er een berg ligt waar iets mee moet gebeuren. Waar, hoe dan ook, emotioneel iets mee moet: er dwars doorheen. Churchill indachtig: *“If you're going through hell, keep going.”* Verwerken is die berg omvormen, is van het één iets anders maken en zoeken naar een manier om het bruikbaar te laten zijn. Of betekenisvol. Hoe je het weer passend kunt krijgen in een verhaal. Afgerond of met losse eindjes, en hoe dat nieuwe energie kan geven.

Irene Diepstraten

Irene Diepstraten is psychosociaal therapeut, gespecialiseerd in hersenmetingen en de wetenschappelijk onderbouwde toepassing van neurofeedback. www.helmond-bmc.nl