

LEO BORMANS

De Vallei van Troost

illustraties Rosalien Helsen



Lannoo

*

Voor wie weet hoe stil en steil het pad
kan zijn tussen verdriet en troost,
en mag ervaren dat troost niet oordeelt,
maar meeloopt tot het landschap weer ademt.

*

Het begin

— 7 —

De waterval

— 21 —

De grot

— 35 —

De kloof

— 49 —

Het uitzicht

— 65 —

Het inzicht

— 81 —

De grot



Met een scherpe steen kraste de jongen ruwe lijnen in de wand van de grot. Wie goed keek, kon er een vos, een wolf of een hond in ontwaren. Hij voegde er streepjes aan toe, zoals Romeinse cijfers of de tralies van een gevangenis. Zijn vingers schetsten wat hij niet over zijn lippen kreeg.

Zo gaat het soms als je nog niet klaar bent om zelf je verhaal te delen, dacht de beer, terwijl elke klank in de grot een eigen echo kreeg. Woorden kunnen pijn doen en kwetsen. Tekeningen spreken de taal van de ziel, alsof ze betekenis toevoegen aan wat je ervaart. Ze kunnen het onzegbare tonen, het gebrokene helen en het mengen met verbeelding. Litteratuur zijn het, van wat je onder je huid meedraagt.

De jongen aarzelde, maar legde ten slotte de steen neer. Een zon had hij nog nooit getekend. Wat bij anderen een veilig nest kon zijn, hadden de honden bij hem opgeslokt.

In de grot had de beer een vuur ontstoken. Hij knikte naar de jongen, alsof hij wilde zeggen dat het goed was dat hij een taal zocht om zich te uiten. Hier, in het geborgene, was daar de beschermende ruimte voor. Een toevluchtsoord voor verdwaalde gedachten en verloren tijd, ook al brachten de geuren in de grot de zintuigen in verwarring.

‘Welke taal je kiest, doet er niet toe’, zei de beer. ‘Maar zwijgen bezwaart. Willen spreken is willen zijn. **Pas wanneer je woorden vindt voor je breekbaarheid, kan troost licht zien.**’

*

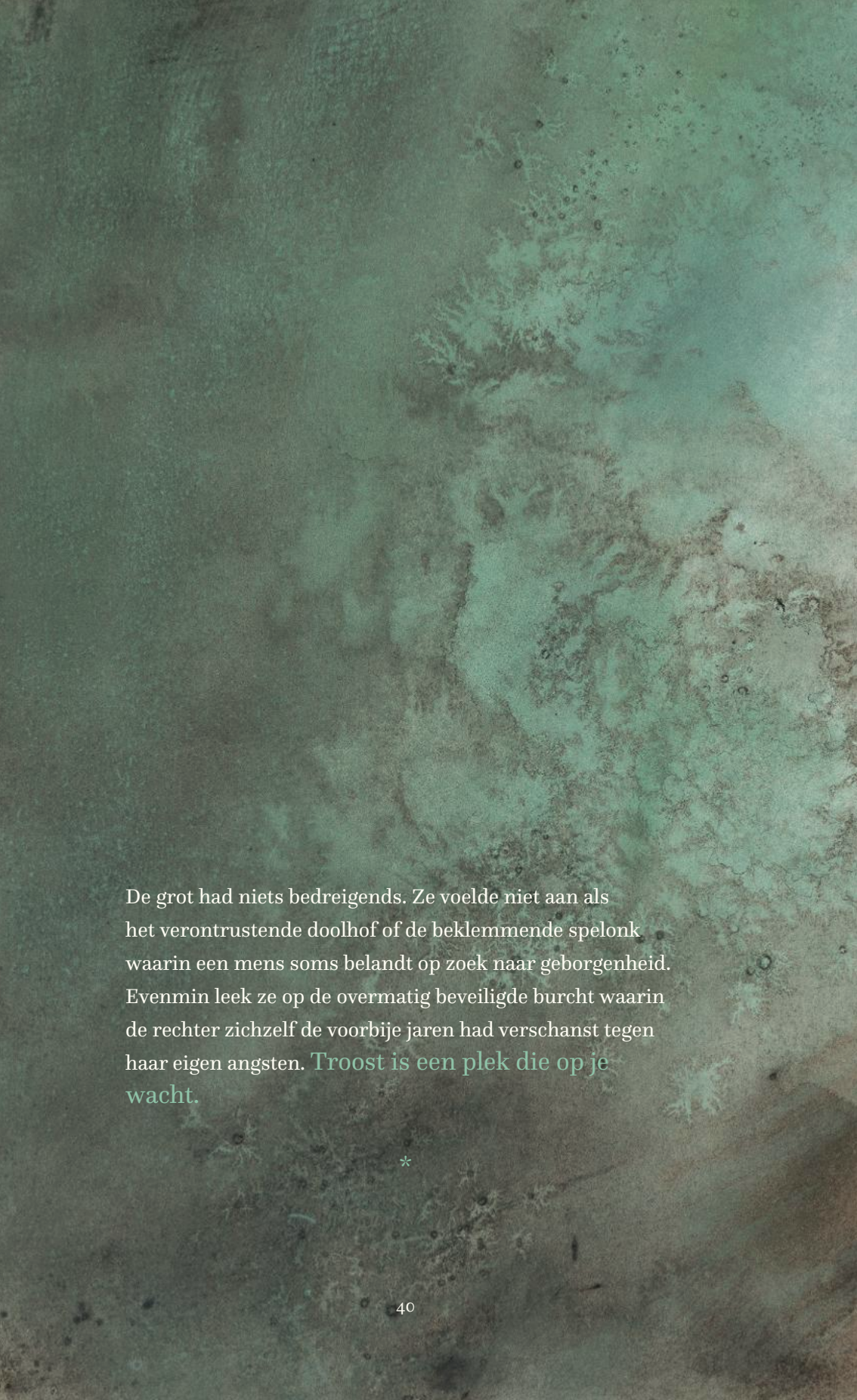
*Pas wanneer je
woorden vindt voor
je breekbaarheid,
kan troost licht zien*





Nu nam ook de rechter een steen. Ze wilde iets toevoegen aan de tekening. Iets over haar eigen pijn, de striemen of het touw dat ze niet had opgemerkt. Maar ze bedacht zich. Het was het verhaal van de jongen, niet het hare. Dus tekende ze niets. Maar door het vuur, de krassen op de rotswand en de blikken in het donker voelde ze zich wel verbonden met haar reisgenoten, in een taal die woorden missen kon – al ging het om geheimen die alleen de moedigsten durven te ontcijferen.

Ze keek rond in de grote holte, waarvan de ingang verscholen lag achter geknakte, met mos begroeide bomen. Ze begreep waarom de beer hen hier had gebracht. Naast voedsel, water en slaap heeft elke mens behoefte aan een veilige schuilplaats voor de nacht van het bestaan, dacht ze.



De grot had niets bedreigends. Ze voelde niet aan als het verontrustende doolhof of de beklemmende spelonk waarin een mens soms belandt op zoek naar geborgenheid. Evenmin leek ze op de overmatig beveiligde burcht waarin de rechter zichzelf de voorbije jaren had verschanst tegen haar eigen angsten. Troost is een plek die op je wacht.

*



‘Wat een warm nest’, zuchtte de rechter.

De jongen rilde bij die woorden. De grot leek in niets op het nest dat hij had bewoond en hij begreep het verband met warmte niet. Hij had in de kooi weleens vogels een nest zien maken, terwijl niemand zich om hem bekommerde. Duiven waren het. Hun nest was zodanig rommelig dat zelfs hun eieren door de schichtig aangebrachte takken op de grond vielen. En zelfs al werden de duivenjongen blind geboren, toch schonk niemand er na enkele weken nog aandacht aan. Dat was zijn beeld van een nest. Een wankel constructie, een duister hol waar je niet wilde zijn.

‘Dit is geen hol’, sprak de beer met een stem die iets van trots verborg. ‘Het is een grot.’



‘Een beetje zoals het verschil tussen een huis en een thuis’, opperde de rechter. Ook daar kon de jongen zich niets bij voorstellen.

‘Een huis is van het hoofd’, zei de beer. ‘En een thuis is van het hart. Je kunt in een stenen huis wonen, maar een thuis is nooit van steen. Huizen kun je tellen. Thuis kent geen meervoud. **Troost slaapt in dons van rust.**’



De jongen snapte het niet, maar hij voelde het wel. ‘Kunnen we hier niet voor altijd blijven?’ vroeg hij, terwijl in zijn hoofd grommende geluiden kwamen aanrollen.

De beer begreep de vraag. ‘Iedereen heeft een warme plek nodig’, zei hij, ‘een plek waar je met je schaduw kunt praten en naar je hart kunt luisteren. Waar je kunt zijn wie je bent en waar niemand een oordeel over je heeft.’

‘Moet ik weg?’ lachte de rechter. ‘Een rechter kan niet anders dan oordelen.’

‘Jij bent geen gewone rechter’, zei de beer. ‘Anders was ik niet bij jou beland en was jij nooit met ons meegegaan.’

‘Het is goed in de grot’, zei de jongen. Het gegrom was gestopt.

‘En toch moeten we verder’, zei de beer. ‘Vanuit de warmte van de onderbuik moet je de wereld in, alsof je telkens opnieuw wordt geboren. Sommige vogels willen niet vliegen als je hun kooi opent. Verlamd door angst voor wat hen te wachten staat, kiezen ze voor de veiligheid achter het slot. Vrijheid vraagt verantwoordelijkheid.’

De beer sprak niet met woorden maar met akkoorden, niet met klanken maar met beelden. Hij zinderde. Zo kwam

het dat zij naar hem luisterden, zelfs op de wankelende rand van het onbekende dat hen te wachten stond.

‘De reis is de moeite waard’, zei de beer, stilliger dan hij zelf geloofde. **‘Troost is de ervaring dat het leven hard is, maar niet meedogenloos.’**

*

De galm van een vallende steen klonk als een gong door de grot.

‘We zullen het beste in ons naar boven moeten halen’, zei de beer. ‘Een vogel haalt zijn kracht niet uit de tak waarop hij zit, maar uit de vleugels waarmee hij vliegt.’

De jongen kon alleen denken aan de talmende duiven boven de kooi.

‘Wat zijn jouw goede eigenschappen?’ vroeg de beer.

‘Ik heb er geen’, zei de jongen.

‘Je hebt ze wel, maar je ziet ze niet’, zei de beer.

‘Wat zijn dan jouw goede eigenschappen?’ vroeg de jongen.

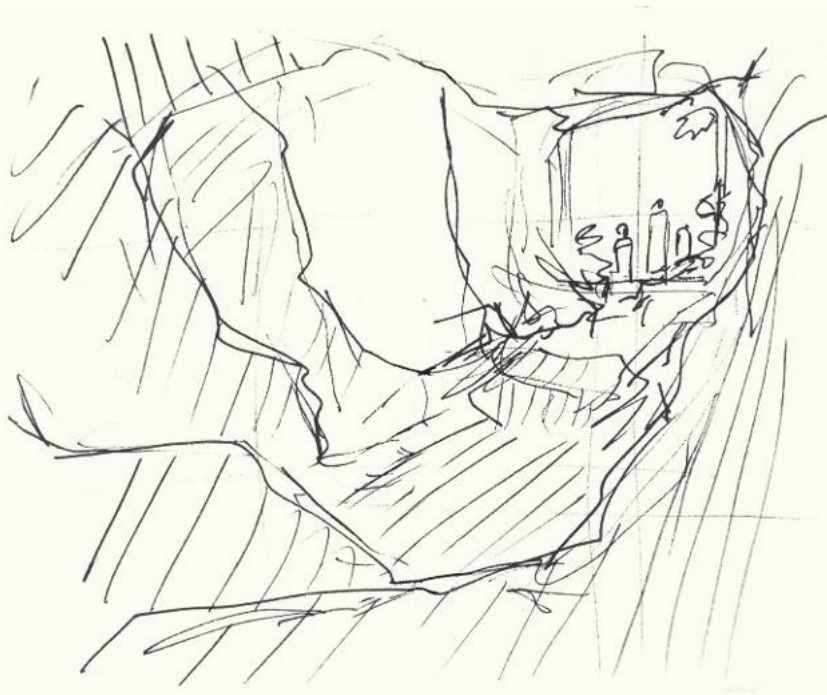
‘Ik heb er drie’, zei de beer, gedreven door een zweem van zelfverzekerdheid en overmoed. ‘Drie is genoeg voor goede eigenschappen.’

‘Jij bent slim en lief’, zei de jongen.

‘Dat zijn eigenschappen die jij in mij ziet’, zei de beer, ‘omdat ze bij jou in goede aarde vallen. Goede eigenschappen heb je ook zonder dat de ander die ziet. Ik ben een beer. En beren zijn sterk, speels en zorgzaam. Die eigenschappen komen overal van pas.’

‘Je vergeet iets’, zei de jongen. ‘Jij kunt ook heel goed luisteren.’

*Troost volgt het
eigenzinnige pad
naast de rivier,
in de richting
van haar bron*



Meer op www.devalleivantroost.com. Met een filmpje, achtergrond, troostkaarten, reacties, agenda enzovoort.

Vlaanderen telt dankzij Ferm meer dan 365 officiële ‘Troost-plekken’ waar mens en natuur elkaar in stilte ontmoeten. Vind ze op www.samenferm.be/netwerk/planttroost/troostplekken, zoek ze op en organiseer misschien zelf zo’n verbindende plek in jouw buurt.

Leo Bormans (Master in Talen en Wijsbegeerte, KU Leuven) is o.a. Distinguished Lecturer in Happiness Economics Research aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam en gaf de jongste jaren meer dan 750 lezingen voor zo’n 150.000 mensen in 25 landen. Hij is auteur van meer dan twintig succesvolle boeken over geluk, hoop en liefde (incl. spellen en kinderboeken) en van de gelauwerde roman *De Knickers van Qadir. Het waargebeurd verhaal van een vader op de vlucht*. Ontdek zijn werk op www.lannoo.com, www.theworldbookofhappiness.com, www.degeluksvogels.com, www.deknickersvanqadir.com en www.leobormans.be

www.lannoo.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Omslagontwerp en vormgeving: Studio Lannoo (Mieke Verloigne)

Illustraties: © Rosalien Helsen

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2025 en Leo Bormans

D/2025/45/223 – ISBN 978 90 209 6107 2 – NUR 770

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleenvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.