

Een onsje dankbaarheid, alstublieft

Mijn echtgenote is Canadees. Naar Nederland gekomen voor de liefde. Voor mij. Haar familie woont nog in Canada en sinds de geboorte van onze dochter doen wij ons best om zowel Nederlandse als Canadese tradities te volgen.

Op 14 oktober wordt in Canada 'Thanksgiving' gevierd. Dit fenomeen is bij ons bekend geworden vanuit de Verenigde Staten, waar het eind november gevierd wordt. Hieraan is 'Black Friday' gekoppeld: winkels houden grote uitverkoop. Van oudsher is het echter een feest om het afronden van de oogst te vieren, en dankbaar te zijn voor ander (klein) geluk dat men in het afgelopen jaar ten deel is gevallen. In onze eigen Canadees-Nederlandse traditie koken we uitgebreid en staan we stil bij onze zegeningen.

Met Grietje kwam ik afgelopen week via dit onderwerp uit op 'dankbaarheid'. Grietje is 72 jaar en woont na het overlijden van haar echtgenoot, vijf jaar geleden, alleen. Haar dochter en haar gezin woonden tot voor kort om de hoek en ze genoot van de reuring die dat bracht. Zij zijn helaas twee jaar geleden verhuisd.

Grietje vindt het naar om van zichzelf toe te geven, maar ze verveelt zich. Waar ze eerder met plezier naar haar werk in de bibliotheek ging, en er daarna veel als vrijwilliger kwam, is dit sinds haar pensioen en de coronapandemie verminderd. Ze mist invulling van haar dagen, ziet weinig reden om uit bed te komen en haar dagen op een prettige manier in te vullen. Ze verveelt zich dus. Ze voelt zich eenzaam.

Grietje zou graag een voorbeeld nemen aan haar vader, die met zijn kwieke 99 jaar nog steeds zelfstandig woont. Hij richt zijn leven simpel in en bezit de grote kwaliteit om dankbaar te zijn. Voor een nieuwe dag. Voor de zon op zijn balkon. Voor het eten dat Grietje en haar broer hem soms brengen. Voor zijn scooter, die hem de vrijheid geeft om erop uit te trekken sinds hij niet meer kan fietsen. Voor mooie sportwedstrijden op de televisie.

Vorige maand is hij gevallen en heeft zijn heup gebroken. Ook hierbij komt de dankbaarheid en zijn opvallende aanpassingsvermogen weer van pas. „Het is niet anders”, zegt hij nuchter, „nu ben ik hier aan het revalideren, en daar moet ik maar het beste van maken, dan kan ik zo snel mogelijk weer naar huis. De mensen zijn aardig en er wordt hier goed voor mij gezorgd. Mij hoor je niet klagen”.

Grietje zucht diep. „Misschien kan een onsje van mijn vaders dankbaarheid mij leren dat er in elke situatie iets positiefs te ontdekken valt.”



Froukje Jackson en Irma van Steijn zijn beiden GZ-psycholoog bij Maarsingh & van Steijn. Froukje in Groningen en Irma in Leeuwarden. Zij schrijven om en om een wekelijkse geanonimiseerde column over wat zij meemaken in o.a. de spreekkamer. f.jackson@maarsinghenvansteijn.nl of i.vansteijn@maarsinghenvansteijn.nl.