

De trauma's van

Nathan Durst werd in 1939 als kind van 8 samen met zijn zus Hanna door zijn Joodse ouders vanuit Berlijn naar Nederland gestuurd. Zo overleefde hij de gruwelen van de Tweede Wereldoorlog. Psycholoog Durst (79) werd in Israël een van de grondleggers van de vereniging Amcha, die zich toelegt op psychosociale hulp aan overlevenden van de Holocaust. Nog steeds melden zich 'nieuwe' overlevenden die hun hele leven gezweven hebben.

door Arjeh Kalmann

Nathan Durst hield een paar weken geleden een toespraak bij de begrafenis van de dochter van zijn zus. „Ik heb eraan herinnerd dat mijn zus Hanna en ik na de oorlog alleen met ons tweeën over waren. Ik heb met triestheid vastgesteld dat we nu, 71 jaar later, allebei al onze kinderen hebben verloren en dat we weer alleen met ons tweeën over zijn. Bij de begrafenis van mijn tweede zoon, in 1993, had ik al aan het graf gezegd dat God mij eerst mijn beide ouders heeft afgenomen en daarna mijn beide kinderen. En toch blijf ik vertrouwen houden en in God geloven.”

De twee zonen van de Israëlische traumapsycholoog Nathan Durst zijn in 1983 en in 1993 gestorven aan de gevolgen van *cystic fibrosis* (taaislijmziekte), dezelfde erfelijke ziekte waaraan ook de oudste zoon van zijn zus Hanna is overleden. Haar dochter die in december is overleden, had kanker. Nathan en Hanna zijn nu weer even alleen als ze in 1939 waren toen hun Joodse ouders hen vanuit Berlijn op de trein naar Nederland zetten, in de hoop dat ze vandaar met een kindertransport naar Engeland mee konden. Nathan was 8, Hanna 17. Ze hadden geen papieren bij zich, geen bagage en geen cent op zak. De ouders zouden snel met de twee andere dochters, Fanny van 15 en Jenny van 12, volgen. Dat is niet meer gelukt. Fanny en Jenny wisten Nederland nog wel te bereiken, maar werden door de eerste de beste Nederlander die ze tegenkwamen bij de politie aangegeven en linea recta terug naar Duitsland gestuurd. Samen met hun ouders kwamen zij in een van de gaskamers van de nazi's om het leven.

Hoewel hij al sinds 1971 in Israël woont, beschouwt traumapsycholoog Nathan Durst zichzelf nog steeds als Nederlander. „Ik denk in het Nederlands, ik leef in het Hebreeuws en ik lees in het Engels”, zegt hij als wij elkaar treffen in de Noordduitse havenstad Kiel, waar hij door de vereniging van Duitse Kriegskinder is uitgenodigd om te vertellen over de manier waarop de Israëlische vereniging Amcha met de trauma's van de Shoah-slachtoffers in Israël omgaat. Durst was directeur van Amcha. Na de oorlog, die voor de jonge Nathan



Nathan Durst
foto Gerda Kalmann

(of Nico, zoals hij zich moest noemen) een aaneenschakeling was van vluchten, onderduiken en ontsnappen, wist hij absoluut niet wat hij met zijn leven aan moest. „Ik was 14, iedereen was blij en voelde zich vrij, maar ik wist me geen raad met die vrijheid en had niets om blij om te zijn.”

Het is aan de joodse jeugdvereniging Tikwatenoe te danken dat hij het spoor niet bijster raakte. „Ik kon daar weer kind zijn met de andere kinderen. Ik heb daar het gevoel van liefde teruggevonden dat ik was kwijtgeraakt. Die kinderen hielden van me en ik hield van hen. Dat heeft me emotioneel gered.”

Het duurde tot zijn 30ste, toen hij al getrouwd was en kinderen had, voordat hij écht wist wat hij wilde: psychologie studeren. Ondanks het ontbreken van een adequate vooropleiding, werd hij toegelaten tot de studie, die onder meer vereiste dat hij zelf in psychoanalyse ging. „Let op, ik ben niet in analyse gegaan omdat ik dat zelf nodig vond, maar omdat het voor mijn studie nodig was”, zegt hij, daarmee precies het patroon aangevend van talrijke overlevenden van de Shoah. Ze zwegen over hun ervaringen, stopten die diep weg. Nee, hulp hadden zij niet nodig, dachten ze. Maar in de nadagen van hun leven (niet meer aan het werk, de kinderen de deur uit) spatten de al die jaren zo keurig binnengehouden trauma's plotseling naar buiten.

Nathan heeft in zijn analyse in een intense droom afscheid kunnen nemen van zijn ouders en zussen. Hij heeft het angstige, eenzame en verlaten kind in zichzelf leren accepteren en liefhebben. Op die wijze verlost van zijn eigen trauma's, emigreerde hij in 1971 met zijn gezin naar Israël, een paar jaar later gevolgd door zijn zus en het gezin dat ook zij toen nog had.

In Israël stond Durst aan de wieg van de traumabehandeling van Shoah-slachtoffers, die eigenlijk pas in de jaren tachtig op enigszins professionele wijze op gang kwam.

Hij heeft dat specialisme niet bewust nagestreefd, maar het viel hem als het ware in zijn schoot doordat in de psychiatrische kliniek waar hij werkte, Shoah-slachtoffers met zware psychische problemen op zijn spreekuur terecht kwamen. „Ik was kenne-

lijk als enige niet bang voor hen. De andere therapeuten schrokken terug voor de gruwelijkheid van hun verhalen, dat vonden ze te moeilijk en te bedreigend.”

Kon u het wél aan omdat u zelf overlevende was?

„Dat heeft zeker een rol gespeeld. Overigens heb ik mezelf in Nederland, en ook nog de eerste jaren in Israël, niet als oorlogsslachtoffer gezien. 'Hij was nog maar een kind', zeiden ze na de oorlog over mij. Wat ik had meegemaakt, viel in het niet bij wat overlevenden van Auschwitz en Bergen-Belsen hadden doorstaan. Het heeft heel wat tijd gekost voordat ik kon zeggen dat ik niet 'nog maar een kind' was geweest, maar dat ik toegaf een overlevende te zijn.”

Hoe zit dat dan met de jongere therapeuten?

„Van onze therapeuten bij Amcha is een groot percentage zelf tweedegeneratieslachtoffer. Veel van de overlevenden waren niet in staat over hun ervaringen met hun kinderen te praten. Veel van die kinderen hopen nu bij anderen goed te maken wat ze bij hun eigen ouders fout gedaan hebben.”

Bijna al die therapeuten worden zelf ook begeleid. Waarom is dat nodig?

„Therapeuten van getraumatiseerden kunnen niet zonder supervisie. Ze moeten een groot inlevingsvermogen hebben, sterk in hun schoenen staan. Ze moeten met hun cliënten kunnen lachen en huilen. Met een afstandelijke behandeling, zoals zo veel therapeuten die praktiseren, bereik je bij deze zwaar getraumatiseerde slachtoffers niets. Ze nemen de verhalen mee naar huis en dromen ervan. Dan is supervisie nodig om hen op de been te houden. Alleen een menselijke aanpak kan de slachtoffers helpen, maar therapeuten moeten ook leren hun verwachtingen laag te houden. Ze kunnen het aangedane leed niet repareren, hoogstens verlichten. De patiënten hebben vaak kinderen en kleinkinderen. Ze voelen zich toch alleen, hun hele leven al, want ze zijn alleen overgebleven na de oorlog. De therapeut kan dat gevoel van eenzaamheid doorbreken. In de therapie hebben de survivors even het gevoel

Nathan Durst

- Nathan Durst werd in 1930 geboren in Berlijn als vierde kind in een Joods gezin. In januari 1939 werd hij door zijn ouders, samen met zijn negen jaar oudere zus Hanna, op de trein naar Nederland gezet. Daar werden beiden in de oorlog diverse keren door de Duitsers opgepakt, maar steeds wisten ze te ontsnappen. Uiteindelijk dook Hanna in Amsterdam onder en Nathan in Huizen.
- Zijn ouders en zijn zussen Fanny en Jenny konden de nazi's niet meer ontvluchten en werden in Auschwitz vermoord.
- Na de oorlog werkte Nathan in Amsterdam in een textielbedrijf. In 1959 trouwde hij met Tusja, een Pools joods meisje dat ook haar hele familie had verloren.
- In 1960 werd zoon Moshe geboren en in 1963 zijn tweede zoon: Yasha.
- Een paar jaar later ging Durst psychologie studeren aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Na zijn doctoraal volgde hij de opleiding tot klinisch psycholoog in Groningen.
- In 1971 emigreerde het gezin naar Israël. Beide zonen bleken te lijden aan taaislijmziekte. Moshe stierf in 1983 en Yasha in 1993. Bovendien liep zijn huwelijk met Tusja stuk.
- Durst werkte als afdelingshoofd in een psychiatrisch ziekenhuis en had een eigen praktijk als psychotherapeut. In 1985 was hij mede-oprichter van een universitaire vak-

de Holocaust



De enige foto die Nathan Durst heeft van zijn ouders en zussen in Berlijn. Links zijn moeder Esther, daarnaast zijn zussen Hanna, Fanny en Jenny, dan vader Moshe en rechts Nathan. Alleen Nathan en Hanna hebben de oorlog overleefd. foto Familie Durst

niet alleen te zijn, vijf minuten maar. Of hooguit een uurtje.”

Er melden zich bij de vele kantoren van Amcha in Israël nog steeds ‘nieuwe’ overlevenden die hun hele leven gezweven hebben. „Iemand had jarenlang het telefoonnummer van Amcha in zijn portemonnee zitten, maar hij belde pas vlak voordat hij een zware hartoperatie moest ondergaan. Hij kon de gedachte niet verdragen te sterven zonder minstens één keer zijn verhaal aan iemand verteld te hebben.”

Amcha biedt meer dan alleen therapeutische hulp. Amcha-vestigingen zijn een soort clubhuizen waar tal van cursussen kunnen worden gevolgd, maar waar mensen ook heen komen om samen te zijn, te bridgen en te kletsen met mensen die dezelfde vreselijke dingen hebben ondergaan als zijzelf. Durst: „Bijna allemaal zeggen ze dat Amcha hun tweede huis is. Als ik dan vraag wat hun eerste huis is, bedoelen ze

het huis uit hun jeugd. Maar waar hebben ze dan al die tussenliggende tientallen jaren gewoond, de jaren waarin ze een eigen gezin hebben gehad?”

Het heeft Durst na het einde van de oorlog dertig jaar gekost om weer met Duitsers te communiceren en daarna nog enkele jaren om weer voet op Duitse bodem te zetten. Zijn verzoening met het volk dat zijn familie (en nog zes miljoen Joden) heeft omgebracht, ging uiteindelijk zo ver, dat hij de laatste tien jaar heeft samengeleefd met een niet-Joodse Duitse vrouw die voor hem naar Israël is geëmigreerd (en die na het recente einde van de relatie weer terugkeerde naar Duitsland).

Hij is 79, maar die jaren en de ellende die hij doorstaan heeft, zijn hem niet aan te zien. Hij ziet er vitaal en krachtig uit voor zijn leeftijd. Hij spreekt bedachtzaam en indringend. Durst heeft charisma. De Duitse Kriegskinder in Kiel en een aantal thera-

peuten hangen urenlang aan zijn lippen en zijn na afloop zichtbaar onder de indruk van de levenswijsheid en het vakmanschap van hun gast uit Israël. Durst geeft nog steeds les aan de Universiteit van Haifa en heeft zelf ook nog een therapeutische praktijk. Ongeveer eenderde van zijn cliënten is Shoah-slachtoffer. „Meer is niet te verdragen”, zegt hij. Hij reist de wereld over om te vertellen over de Shoah en over professionele hulp aan getraumatiseerden.


Hoe houdt u dat vol?

„Ik denk dat het mij niet zo moeilijk valt over de Shoah te spreken en voordrachten te houden, omdat de dood van mijn kinderen een veel diepere pijn heeft veroorzaakt dan het verlies van mijn ouders en mijn zussen. Wat ik als volwassen man heb meegemaakt, heeft mijn oorlogservaringen als kind in de schaduw geplaatst.

„Maar ik heb in de manier waarop ik over mijn verleden praat, ook een hele ontwikkeling doorgemaakt. Ik kreeg in 1946 van een familielid uit Zuid-Amerika een foto van ons gezin toegestuurd. Mijn moeder, de drie meisjes, mijn vader en ik. Ik had helemaal geen visuele herinnering meer aan ons gezin. Pas door die foto wist ik weer hoe ze eruit zagen. Ik heb in mijn voordrachten over die foto verteld en langzamerhand ben ik ook de namen gaan gebruiken. Vorige maand heb ik tijdens een lezing in Frankfurt voor het eerst via Powerpoint de foto laten zien. Links mijn moeder Esther, daarnaast mijn zussen Hanna, Fanny en Jenny, dan mijn vader Moshe en helemaal rechts, dat kleine jongetje, dat ben ik. Ik ging naast het scherm staan, naast dat jongetje. Ik voelde een schok door de zaal gaan. Het maakt echt veel meer indruk op de toehoorders als ze de mensen zien en hun namen horen. En mijzelf geeft het veel voldoening dat ik op deze manier de herinnering aan mijn vader, moeder en zussen levend houd. Maar het heeft wel zeventig jaar geduurd voordat ik dat op deze manier kon.”

Wat voelt u zich: Duitser, Nederlander of Israëli?

„Als ik hier door Kiel over straat loop, versta ik elk woord dat de mensen met elkaar spreken. Dat heb ik in Israël niet. Daar hoor ik Russisch op straat en Arabisch en Hebreeuws in alle mogelijke accenten. Betekent dat dat ik me in Duitsland thuis voel? Nou nee, want als ik met de trein door dit land reis en die prachtige landschappen zie, dan denk ik: die schoonheid komt de Duitsers niet toe, die verdienen ze niet. Haat ik ze dan? Nee, maar thuis voel ik me er ook niet. En in Nederland? Een Nederlandse kruidenier heeft mijn zusjes naar de politie gebracht en Nederlandse agenten hebben mijn zusjes naar Duitsland gebracht. Haat ik Nederland dan? Nee, maar thuis voel ik me er niet. Ik ben niet orthodox, maar kom graag in de synagoge. Ik heb een sterke behoefte daar bij te horen.”

 reageren?
spectrum@wegener.nl

groep die de psychologische gevolgen van het overleven van de Shoah (de massamoord op de Joden in de Tweede Wereldoorlog) bestudeerde.

- In 1987 werd hij supervisor bij het in dat jaar opgerichte Amcha en een paar jaar later klinisch directeur.
- Daarnaast was hij tot 2005 leraar aan de Universiteit van Tel Aviv en van 2003 tot nu in Haifa.
- Bij Amcha is hij in 2008 gestopt. Hij heeft nog steeds

een eigen praktijk.

- Durst heeft in Frankrijk en Zuid-Afrika geholpen met het opzetten van hulpcentra voor overlevenden van de Shoah.
- In zijn leven en in zijn werk heeft hij een uitspraak van de Joodse psycholoog Herman Musaph tot zijn motto gemaakt. Musaph zei over Shoah-overlevenden: ‘Wie niet een beetje mesjogge is, is niet normaal’. Durst: „Die uitspraak is altijd heel troostrijk voor mij geweest.”

Amcha: Jouw Volk

- Op dit moment wonen in Israël nog ongeveer 220.000 overlevenden van de Holocaust, in de leeftijd van 65 tot 100 jaar.
- Amcha (Hebreeuws voor ‘Jouw Volk’) is een non-profitorganisatie in Israël, die in 1987 werd opgericht voor psychosociale hulp aan overlevenden van de Holocaust.
- Vanuit 15 behandelcentra ontvangen ruim 11.000 getraumatiseerden deze hulp.
- Bij Amcha werken 275 professionele hulpverleners, zo-

als psychiaters, psychologen en maatschappelijk werkers.

- Tevens kan de organisatie een beroep doen op 700 getrainde vrijwilligers. In 2009 werden 20.000 huisbezoeken afgelegd bij 1.000 cliënten die niet meer naar een behandelcentrum kunnen komen.
- Vrijwel ieder behandelcentrum heeft een inloophuis, waar cliënten dagelijks terecht kunnen om elkaar te ontmoeten of een medewer-

ker of vrijwilliger te spreken.

- Samen met de Israëlische overheid en ziektekostenverzekeraars brengen cliënten een groot deel van het budget op. Een toenemend aantal cliënten kan de eigen bijdrage niet langer betalen. Vrienden van Amcha in Europa en de VS dragen aanzienlijke bedragen bij. De stichting ‘Vrienden van Amcha in Nederland’ heeft de steun van 5.000 donateurs.

 www.amcha.nl