

LOVECRAFT
EN HET COMPLEXE TRAUMA



Traumamaatje

trauma / ptss / cptss

Auteur: Ambrosius Duuk

LOVECRAFT
EN HET COMPLEXE TRAUMA

***Leven, angst en de literaire
transformatie van nachtmerries***

LOVECRAFT
EN HET COMPLEXE TRAUMA

***Voor iedereen die ooit
in de diepte van de nacht
het gevoel heeft gekend
dat de wereld te groot is
en te onverschillig.***

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA

Inhoud

1. Inleiding
2. Een kroniek van vroeg verlies
3. De moeder, de schaduw en de gehechtheid
4. Zenuwinstortingen, isolatie en de prijs van overleven
5. Parallellen met complex trauma (CPTSS)
6. Van nachtmerrie naar mythe: de literaire transformatie
7. Kosmische onverschilligheid als spiegel van de traumatische ervaring
8. De schaduwzijde: racisme, angst en de Ander
9. Lotgenoten in de afgrond: waarom zijn werk resoneert
10. Slot: de prijs van de blik in de afgrond

Nawoord

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA



Auteur: Ambrosius Duuk > www.traumamaatje.nl > traumamaatje@gmail.com ©2026

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

1. Inleiding

Howard Phillips Lovecraft (1890–1937) behoort tot de weinige schrijvers wier werk de grenzen van het genre heeft overschreden en een eigen wereld heeft geschapen. Zijn kosmische horror is geen pure fantasie, maar een literaire neerslag van een leven dat van jongs af aan werd getekend door verlies, isolatie en chronische angst. Wie de verhalen leest zonder kennis van de man erachter, kan de indruk krijgen van pure verbeelding. Wie zijn biografie kent, herkent al snel dat de afgrond die hij beschrijft niet alleen buiten de mens ligt, maar ook binnenin. In onze tijd, waarin complexe posttraumatische stressstoornis (CPTSS) steeds beter wordt herkend, valt het op hoezeer Lovecrafts biografie en thematiek resoneren met de ervaringen van mensen die langdurig trauma hebben meegemaakt. Dit essay onderzoekt die raakvlakken zonder de pretentie van een postume diagnose. Diagnoses achteraf zijn altijd riskant, en de psychiatrie van de vroege twintigste eeuw beschikte niet over de concepten die wij nu gebruiken. Lovecraft zelf sprak over “zenuwzwakte”, “neurasthenie” en “zenuwinstortingen”. Toch gaat het hier niet om labels, maar om herkenning: hoe een getraumatiseerde geest zijn angsten omzet in mythe, en hoe die mythe op haar beurt herkenning biedt aan latere generaties lotgenoten. Lovecraft stierf arm en relatief onbekend in Providence, Rhode Island. Pas na zijn dood groeide zijn invloed uit tot een van de meest bepalende in de moderne horrorliteratuur. Zijn Cthulhu Mythos, zijn idee van kosmische onverschilligheid en zijn vermogen om het onbeschrijflijke toch onder woorden te brengen, hebben generaties schrijvers, filmmakers en lezers beïnvloed. Misschien is dat geen toeval. Zijn werk spreekt tot wie weet wat het is om de grond onder de voeten te voelen wegzakken, tot wie ooit heeft ervaren dat de wereld fundamenteel onveilig, onvoorspelbaar of onverschillig kan zijn. Dit essay is geen biografie in de klassieke zin, en evenmin een klinische studie. Het is een poging om de lijnen te trekken tussen leven en werk, tussen trauma en literatuur, tussen de private nachtmerries van één man en de mythische vorm die hij eraan gaf. Het is geschreven vanuit de overtuiging dat literatuur soms dieper reikt dan diagnostische categorieën, en dat de herkenning die lezers vinden in Lovecrafts werk een vorm van betekenis kan hebben, niet als genezing, maar als gezelschap in de duisternis.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

2. Een kroniek van vroeg verlies

Howard Phillips Lovecraft werd geboren op 20 augustus 1890, om negen uur 's ochtends, in het familiehuis aan Angell Street in Providence, Rhode Island. Zijn moeder, Sarah Susan Phillips Lovecraft, stamde af van vroege Engelse kolonisten. Zijn vader, Winfield Scott Lovecraft, was handelsreiziger voor een zilvermederij. Het gezin leek aanvankelijk welgesteld en stabiel. Die schijnbare stabiliteit zou echter binnen enkele jaren volledig uiteenvallen.

In april 1893, toen Howard nog geen drie jaar oud was, stortte zijn vader psychotisch in tijdens een hotelverblijf in Chicago. Winfield werd overgebracht naar het Butler Hospital in Providence, een psychiatrische instelling, en zou daar vijf jaar blijven tot zijn dood op 19 juli 1898. De medische dossiers spreken van “algemene verlamming” of paresis, destijds een term die vaak verband hield met de late, neurologische fase van syfilis. De symptomen waren grimmig: periodes van agressie, grootheidswanen, achtervolgingsideeën, convulsies en progressieve dementie. Lovecraft kreeg later te horen dat zijn vader verlamd en comateus was geweest. De werkelijkheid was, voor zover we die kunnen reconstrueren, veel chaotischer en beangstigender.

Voor een kind van die leeftijd is het verdwijnen van een ouder, zeker wanneer dat verdwijnen gepaard gaat met geheimzinnigheid, schaamte en een langdurige opname, een diep ingrijpende ervaring. Zelfs als Lovecraft de details van de ziekte van zijn vader niet volledig kende, leefde hij in een gezin dat in de schaduw van die opname stond. De moeder, Susie, herstelde nooit volledig van de schok. Haar gedrag jegens haar zoon zou de rest van zijn jeugd kleuren.

Kort daarna, in 1896, stierf zijn grootmoeder Robie. Lovecraft beschreef later hoe de intensieve rouw van zijn moeder en tantes, in het zwart gekleed, met een zwaarte die het huis vulde, hem diep beangstigde. Rond die tijd, toen hij ongeveer vijftienhalf jaar oud was, begonnen de nachtmerries die hem zijn leven lang zouden achtervolgen.

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

Hij droomde van “night-gaunts”: zwarte, magere, rubberachtige wezens met horens, stekelige staarten, vleermuisvleugels en geen gezicht. Ze sleepten hem door de ruimte met een misselijkmakende snelheid, terwijl ze hem prikten met hun drietanden. Lovecraft schreef deze beelden later deels toe aan de illustraties van Gustave Doré, maar de emotionele lading ervan, de absolute hulpeloosheid, het gevoel van achtervolgd worden door iets onmenselijks, lijkt dieper te reiken dan louter artistieke invloed.

Na de dood van zijn grootvader Whipple Van Buren Phillips in 1904 stortte de financiële zekerheid van het gezin in. Whipple had het familievermogen grotendeels verspeeld door verkeerde investeringen. Het grote, Victoriaanse huis aan Angell Street, het “paradijs” van Lovecrafts kindertijd, moest worden verkocht. Lovecraft en zijn moeder verhuisden naar een veel bescheidener woning. Voor de dertienjarige Howard was dit een traumatisch verlies. Hij overwoog serieus zelfmoord; hij fietste langs de Barrington River en staarde naar het water. Alleen de fascinatie voor kennis, vooral astronomie en chemie, hield hem uiteindelijk overeind. “The thrill of learning,” schreef hij later, “banished those thoughts.”

Deze reeks van verliezen, vader, grootmoeder, grootvader, huis, financiële zekerheid, vormt de kern van wat we nu als vroeg relationeel en cumulatief trauma zouden herkennen. Niet één schokkende gebeurtenis, maar een aanhoudende ondermijning van veiligheid, voorspelbaarheid en gehechtheid. Lovecraft zou de rest van zijn leven in de schaduw van die vroege ineenstortingen blijven leven.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



Auteur: Ambrosius Duuk > www.traumamaatje.nl > traumamaatje@gmail.com ©2026

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

3. De moeder, de schaduw en de gehechtheid

De relatie tussen Lovecraft en zijn moeder is een van de meest beladen en complex onderzochte aspecten van zijn biografie. Sarah Susan Phillips Lovecraft, door intimi “Susie” genoemd, was zelf diep getekend door de ziekte en dood van haar man. Wat volgde was een pathologische mix van overbescherming en afwijzing die de jonge Howard in een onmogelijke positie plaatste.

Susie hield haar zoon vaak thuis, weghield hem van andere kinderen, en behandelde hem alsof hij breekbaar en tegelijkertijd afstotelijk was. Er zijn getuigenissen dat zij zijn uiterlijk openlijk bekritiseerde en hem “hideous” noemde. Tegelijkertijd was de band tussen moeder en zoon intens en exclusief. Na de dood van de vader en later van de grootvader leefden ze in een soort gesloten wereld, waarin Lovecraft weinig oefening kreeg in gewone sociale omgang en waarin de moederfiguur zowel de enige bron van nabijheid als van kritiek was.

Vanuit het perspectief van gehechtheidstheorie zou men hier kunnen spreken van een gedesorganiseerde of ambivalent-vermijdende gehechtheidsstijl: de ouder is tegelijkertijd de bron van troost en van angst. Het kind leert dat nabijheid gevaarlijk is, maar dat afstand ook ondraaglijk is. Lovecrafts latere leven, zijn moeizame huwelijk met Sonia Greene, zijn intensieve maar grotendeels schriftelijke vriendschappen, zijn chronische isolatie, lijkt die vroege les te weerspiegelen.

In 1919, toen Lovecraft 28 was, stortte ook zijn moeder mentaal in. Zij werd opgenomen in hetzelfde Butler Hospital waar haar man was gestorven. Zij zou daar nooit meer uitkomen. Op 24 mei 1921 stierf zij aan de gevolgen van een mislukte galblaasoperatie. Lovecraft was verbijzeld. In brieven uit die periode beschrijft hij een diepe, bijna fysieke leegte. Tegelijkertijd, en dit is kenmerkend voor veel mensen die een conflictueuze gehechtheid hebben meegemaakt, lijkt de dood van de moeder ook een vorm van bevrijding te hebben gebracht. Binnen enkele weken was hij in staat een bijeenkomst van amateurjournalisten bij te wonen, en in de jaren daarna zou hij langzaam een netwerk van correspondentievrienden opbouwen dat hem tot aan zijn dood zou steunen.

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

De ambivalentie is treffend. Lovecraft hield van zijn moeder en was tegelijkertijd door haar gevormd op manieren die hem beperkt hielden. Haar dood opende de deur naar een zekere sociale en creatieve bloei, maar de diepere patronen van isolatie, angst voor afwijzing en wantrouwen jegens de wereld bleven. Dat is precies wat complexe trauma's zo hardnekkig maakt: ze worden deel van de persoonlijkheidsstructuur, niet slechts een herinnering aan één gebeurtenis.



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

4. Zenuwinstortingen, isolatie en de prijs van overleven

Lovecrafts schoolgang was van meet af aan problematisch. Hij was intellectueel vroegrijp, hij las op zijn derde, schreef verzen op zijn vierde, maar fysiek en mentaal fragiel. Hij leed aan hoofdpijn, buikklasten, blaasproblemen, gezichts-tics en periodes van extreme vermoeidheid. Classgenoten beschreven hoe hij soms plotseling opsprong of rare bewegingen maakte. Later is gespeculeerd over chorea minor (Sydenhams chorea), maar de precieze oorzaak is nooit vastgesteld. Wat wel duidelijk is, is dat zijn moeder hem vaak van school haalde “omdat hij ziek was”, en dat veel van die ziekten een sterke psychologische component leken te hebben. In 1908, vlak voor het behalen van zijn highschool-diploma, volgde wat Lovecraft zelf een “nervous collapse” noemde. Hij kon de school niet afmaken. Het feit dat hij nooit naar de Brown University ging – ondanks zijn immense intellect en zijn uitgesproken wens om astronomie te studeren – bleef een bron van diepe schaamte tot aan zijn dood. Van 1908 tot ongeveer 1913 leefde hij als een virtuele kluizenaar. Hij zat in zijn kamer, las, schreef poëzie, bestudeerde de sterren, en vermeed vrijwel alle sociaal contact. In een brief uit die periode beschrijft hij zichzelf als “slechts half levend”, met een zenuwstelsel dat “in totale staat van verval” verkeerde, en als iemand die “volledig afgestompt en apathisch” was, behalve wanneer hij iets tegenkwam dat hem intellectueel interesseerde. Deze jaren van isolatie zijn cruciaal. Ze laten zien hoe trauma niet alleen acute symptomen veroorzaakt, maar ook langdurige overlevingsstrategieën: terugtrekken, vermijden, de buitenwereld minimaliseren tot het strikt noodzakelijke. Lovecraft overleefde door zich terug te trekken in de wereld van boeken, wetenschap en verbeelding. Dat was tegelijk zijn redding en zijn gevangenis. De verbeelding zou later zijn grootste kracht worden; de isolatie zou hem tot aan zijn dood blijven achtervolgen. Pas toen hij via de amateurjournalistiek in contact kwam met anderen, eerst per brief, later ook in persoon, begon er iets te verschuiven. De correspondentie werd primaire sociale medium.

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

Hij schreef tienduizenden brieven; sommige biografen noemen hem een van de grootste briefschrijvers van de twintigste eeuw. In die brieven kon hij warm, loyaal, grappig en diepgaand zijn. In het dagelijks leven bleef hij vaak gereserveerd, angstig en fysiek ongemakkelijk. Het verschil tussen de man op papier en de man in de kamer is opvallend en herkenbaar voor veel mensen die geleerd hebben dat echte nabijheid gevaarlijk is, maar dat afstandelijke, gecontroleerde contacten wel mogelijk zijn.



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

5. Parallellen met complex trauma (CPTSS)

Complexe posttraumatische stressstoornis (CPTSS) onderscheidt zich van “klassieke” PTSS doordat zij niet primair voortkomt uit één of enkele schokkende gebeurtenissen, maar uit langdurige, herhaalde traumatisering, vaak in de relationele sfeer, vaak in de kindertijd of adolescentie. De symptomen omvatten niet alleen herbelevingen, vermijding en hyperarousal, maar ook diepgaande stoornissen in emotieregulatie, zelfbeeld, gehechtheid en betekenisgeving. Mensen met CPTSS beschrijven vaak een chronisch gevoel van onveiligheid, een overtuiging dat zij fundamenteel anders of beschadigd zijn, moeite met vertrouwen, periodes van dissociatie of emotionele verdooving, en een wereldbeeld waarin veiligheid en voorspelbaarheid permanent onder druk staan. Wanneer we Lovecrafts leven naast deze kenmerken leggen, vallen de parallellen op, zonder dat we daarmee een formele diagnose claimen. Vroege ouderlijke “verdwijning” (vader), emotionele onvoorspelbaarheid en afwijzing (moeder), herhaalde verliezen, sociale isolatie, chronische angst, nachtmerries, periodes van apathie en het gevoel “half levend” te zijn: dit alles past in het beeld van cumulatief relationeel trauma. Zijn intense nachtmerries vanaf jonge leeftijd, zijn “zenuwinstortingen”, zijn vermijdingsgedrag en zijn diepe schaamte over het niet afronden van zijn opleiding zijn eveneens consistent met wat we bij complex trauma zien. Belangrijk is ook het thema van de verbrijzelde illusie. CPTSS gaat vaak gepaard met het verlies van fundamentele aannames over de wereld: dat ouders veilig zijn, dat de wereld voorspelbaar is, dat men ertoe doet. Lovecrafts hele oeuvre draait om precies dat verlies – maar dan op kosmische schaal. De personages in zijn verhalen ontdekken dat de menselijke waarden, de menselijke kennis en de menselijke plaats in het universum illusies zijn. De “most merciful thing in the world”, schreef hij in *The Call of Cthulhu*, “is the inability of the human mind to correlate all its contents.” We leven op een rustig eiland van onwetendheid te midden van zwarte zeeën van oneindigheid. Wie te ver vaart, wordt gek of vlucht terug in de duisternis.

LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

Voor iemand die complex trauma heeft meegemaakt, is die formulering geen abstracte filosofie. Het is een bijna letterlijke beschrijving van wat er gebeurt wanneer de geest te veel waarheid tegelijk moet verwerken: de illusie van veiligheid stort in, de correlatie van alle kennis wordt ondraaglijk, en de enige “genade” is soms de onwetendheid of de verdoving. Lovecraft gaf die ervaring een mythische vorm. Hij maakte van de private ineenstorting een kosmische.



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

6. Van nachtmerrie naar mythe: de literaire transformatie

Wat Lovecraft onderscheidt van talloze andere mensen die trauma meemaakten, is niet het trauma zelf, maar de manier waarop hij het transformeerde. Zijn nachtmerries over de night-gaunts vonden hun weg naar de Dream Cycle, een reeks verhalen die zich afspelen in een droomwereld die zowel ontsnapping als bedreiging is. De angst voor verlies van controle, voor het onbekende, voor de ineenstorting van betekenis, werd omgezet in een filosofisch-literair systeem: het kosmicisme. Kosmische onverschilligheid, het idee dat het universum geen oog heeft voor de mens, dat oudere en machtigere wezens bestaan die onze waarden noch onze existentie erkennen, is de kern van Lovecrafts volwassen werk. In *The Call of Cthulhu* (1928), *At the Mountains of Madness* (1936), *The Shadow over Innsmouth* (1936) en *The Shadow Out of Time* (1936) zien we personages die geconfronteerd worden met kennis die hun wereldbeeld verbrijzelt. Ze worden niet zomaar “gek” in de stereotiepe zin. Ze ondergaan een fundamentele ontregeling van de realiteit. Hun trauma is epistemologisch: het is de ontdekking dat de grond onder hun voeten nooit stevig was. Die personages reageren vaak met vermijding, obsessieve zoektochten naar antwoorden, of een fatalistische berusting. Sommigen overwegen zelfmoord, zoals de verteller in *Dagon*, die het verhaal opent met de aankondiging dat hij zich uit het raam zal werpen. Anderen vluchten in de “vrede en veiligheid van een nieuwe middeleeuwen”: een bewuste keuze voor onwetendheid. Voor wie trauma kent, zijn dit geen abstracte literaire trucs. Het zijn herkenbare overlevingsstrategieën: de drang om te weten versus de drang om niet te weten; de obsessie met het trauma versus de vermijding ervan; de neiging tot isolatie versus de zoektocht naar lotgenoten. Lovecraft gebruikte zijn schrijverschap niet als therapie in de moderne zin. Hij had geen therapeut, geen diagnosestelling, geen taal voor wat hem mankeerde. Maar hij had wel de gave om zijn angsten vorm te geven, te structureren, te verheffen tot mythe. In die zin was het schrijven wel degelijk een vorm van ordening: een manier om de chaos van de innerlijke ervaring te vertalen naar een wereld die, hoe gruwelijk ook, tenminste coherent en deelbaar was. De Cthulhu Mythos is geen ontsnapping uit de angst; het is de angst zelf, maar dan in een vorm die anderen kunnen betreden.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

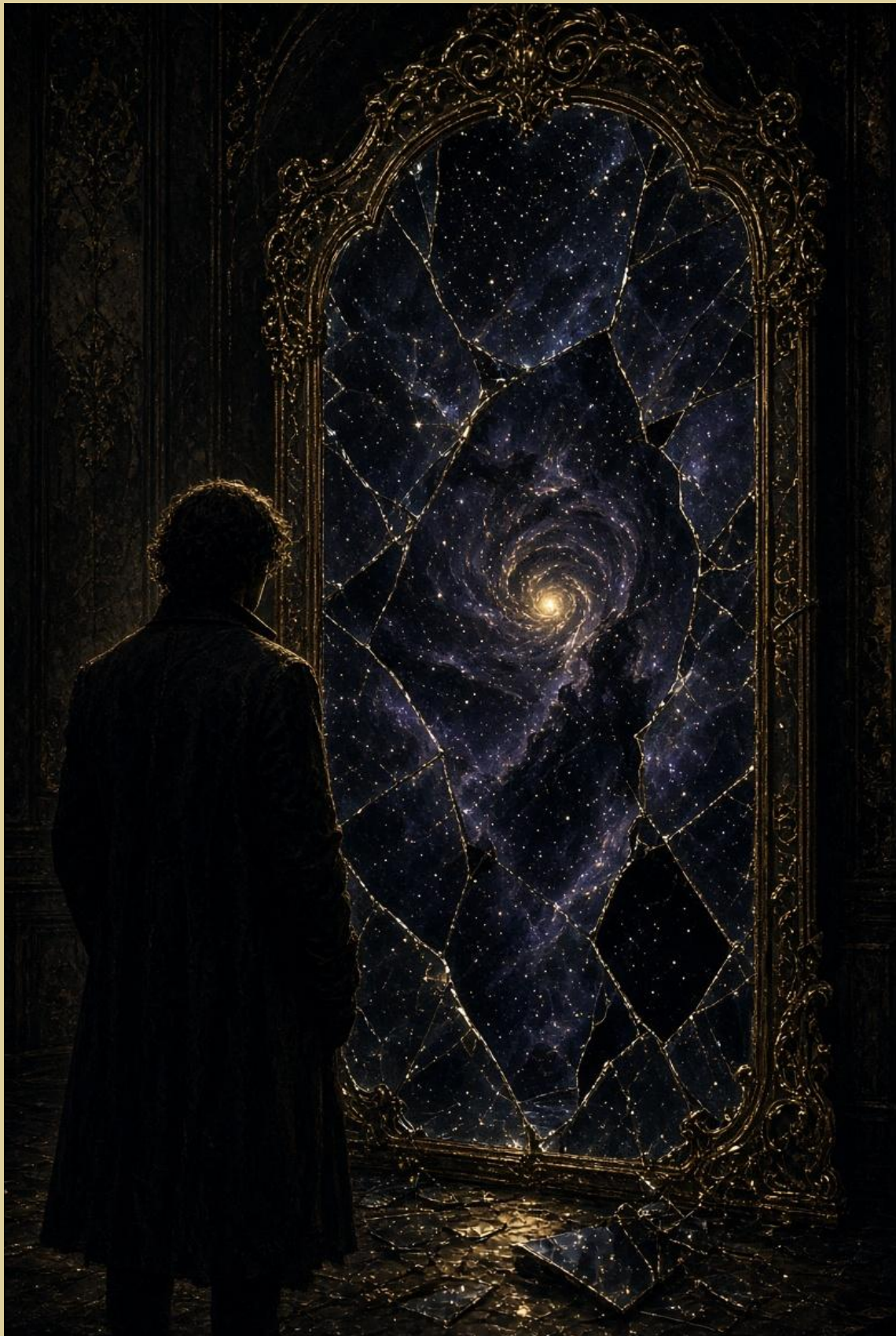
7. Kosmische onverschilligheid als spiegel van de traumatische ervaring

Een van de krachtigste aspecten van Lovecrafts werk is de consequentie waarmee hij de menselijke nietigheid uitwerkt. In een getraumatiseerd bewustzijn is het gevoel van nietigheid vaak al aanwezig: men voelt zich klein, onbelangrijk, of erger, men voelt zich alsof men niet echt bestaat, of alsof het bestaan zelf een vergissing is. Lovecraft neemt dat gevoel en projecteert het op de kosmos. Het universum is niet vijandig; het is onverschillig. En die onverschilligheid is, in zekere zin, erger dan vijandigheid. Vijandigheid impliceert tenminste aandacht. Onverschilligheid betekent dat men niet eens de moeite waard is om opgemerkt te worden.

Voor mensen met CPTSS is dit vaak een herkenbare innerlijke realiteit. De wereld voelde niet veilig; de ouders waren niet altijd beschikbaar of betrouwbaar; de eigen behoeften leken er niet toe te doen. Die vroege ervaring van onverschilligheid, of van actieve afwijzing vermomd als zorg, kan zich later vertalen in een wereldbeeld waarin men permanent op zijn hoede is, of waarin men zich terugtrekt omdat “het toch niet uitmaakt”. Lovecrafts kosmische horror geeft die ervaring een mythische, bijna religieuze dimensie. Het is niet alleen “mijn ouders waren onverschillig”; het is “het universum is onverschillig”. En in die radicalisering ligt zowel de kracht als het gevaar van zijn werk.

Tegelijkertijd biedt diezelfde kosmische schaal een vorm van perspectief. Als de menselijke ellende wordt opgenomen in een oneindig groter geheel, kan dat, paradoxaal genoeg, een zekere distantiëring mogelijk maken. Sommige lezers met trauma-ervaring beschrijven dat Lovecrafts werk hen helpt om hun eigen angst te “plaatsen”: niet te bagatelliseren, maar te situeren in een groter kader van menselijke (en kosmische) kwetsbaarheid. De afgrond is niet alleen van hen; de afgrond is van iedereen die te ver kijkt.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

8. De schaduwzijde: racisme, angst en de Ander

Geen eerlijke beschouwing over Lovecraft kan voorbijgaan aan zijn racisme en xenofobie. Die waren intens, systematisch en diep verankerd in zijn wereldbeeld. In brieven en essays uitte hij zich op manieren die vandaag de dag en ook in zijn eigen tijd bij veel tijdgenoten, als weerzinwekkend worden ervaren. Hij vreesde “rassenvermenging”, sprak in denigrerende termen over immigranten, Afro-Amerikanen en Aziaten, en zag de “zuiverheid” van de Angelsaksische cultuur als iets dat verdedigd moest worden. Dit is niet te verontschuldigen, ook niet door trauma.

Toch is het relevant te zien dat angst voor “de Ander” bij hem samenhang met een algemene gevoeligheid voor het vreemde, het oncontroleerbare en het bedreigende. Trauma kan bestaande vooroordelen versterken en kanaliseren; het verklaart ze niet en maakt ze niet goed. Lovecrafts afkeer van het lichamelijke, van seksualiteit, van het “lager” geachte, of dat nu raciaal, klasse- of gendergerelateerd was, lijkt deels te wortelen in een diepere, bijna existentiële walging van alles wat de controle en de “zuiverheid” van zijn innerlijke wereld bedreigde. Dat maakt zijn racisme niet minder schadelijk; het maakt het wel complexer en, in zekere zin, tragischer.

Lovecraft was een man van tegenstellingen. Hij was in staat tot warme, loyale vriendschappen via correspondentie, terwijl hij in het dagelijks leven vaak geïsoleerd bleef. Hij kon meedogenloos zijn in zijn oordelen over mensen die hij als “lager” zag, en tegelijk diepgaand compassievol in zijn brieven aan vrienden die worstelden. Hij kon de menselijke nietigheid prediken en tegelijk een elitair, bijna aristocratisch zelfbeeld koesteren. Die spanningen maken hem menselijk en complex. Ze nodigen uit tot een lezing die noch verheerlijkt, noch reduceert tot één enkele eigenschap.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

9. Lotgenoten in de afgrond: waarom zijn werk resoneert

In 2022 schreef een overlevende van kindermisbruik en PTSS een essay getiteld “A Survivor Looks at Lovecraft”. De kern van dat stuk is herkenning. Lovecrafts personages zijn vaak slachtoffers van ernstig trauma met blijvende gevolgen voor hun mentale gezondheid. De vraag waarom zulke sombere en beangstigende scenario’s aantrekkelijk kunnen zijn voor mensen die zelf trauma hebben meegemaakt, beantwoordt de schrijver als volgt: het creëert een zeldzaam gevoel van kameraadschap om iemand te vinden die weet dat de grootste angsten degene zijn die je illusies verbrijzelen en die de taal zelf te boven gaan.

Dat is precies de kracht van Lovecrafts beste werk. Hij beschrijft niet alleen monsters; hij beschrijft de ineenstorting van betekenis. Hij beschrijft wat er gebeurt wanneer de geest te veel ziet, te veel weet, te veel voelt. Voor lezers die zelf die ineenstorting hebben meegemaakt, of die er voortdurend op beducht zijn, kan dat een vorm van gezelschap bieden. Niet als troost in de zin van “het komt goed”, maar als erkenning: “jij bent niet de enige die de afgrond heeft gezien.”

Tegelijkertijd is er een waarschuwing. Lovecrafts werk kan, juist door zijn intensiteit, te veel zijn voor sommige overlevenden. De metafoor van de kosmische horror kan helpen om trauma te “plaatsen”, maar kan ook de neiging versterken om zich volledig te verliezen in de ontsnapping of in de identificatie met de afgrond. De schrijver van het genoemde essay merkt op dat Lovecrafts verhalen ook waarschuwingen kunnen zijn: om jezelf niet volledig te verliezen in de poging te ontsnappen.

Toch blijft de resonantie. In een cultuur die trauma vaak reduceert tot individuele “stoornissen” of tot verhalen van herstel en veerkracht, biedt Lovecraft iets anders: de erkenning dat sommige ervaringen te groot zijn voor gewone taal, dat sommige waarheden de geest kunnen verbrijzelen, en dat de wereld inderdaad soms onverschillig en overweldigend is. Niet als definitieve waarheid, maar als een van de mogelijke gezichten van de realiteit. Voor wie dat gezicht al heeft gezien, is Lovecraft geen pure horror, hij is een getuige.

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

10. Slot: de prijs van de blik in de afgrond

Lovecraft stierf op 15 maart 1937 in het Jane Brown Memorial Hospital in Providence. Hij was 46 jaar oud. De diagnose was kanker van de dunne darm, te ver gevorderd voor behandeling. Uit angst voor dokters had hij lang gewacht met hulp zoeken. In de laatste maanden hield hij, in overeenstemming met zijn levenslange wetenschappelijke nieuwsgierigheid, een soort dagboek bij van zijn eigen aftakeling – totdat hij de pen niet meer kon vasthouden. Hij stierf arm, relatief onbekend, en waarschijnlijk in de overtuiging dat zijn werk zou verdwijnen.

Dat is niet gebeurd. August Derleth en Donald Wandrei richtten Arkham House op om zijn verhalen in boekvorm te publiceren. *The Outsider and Others* verscheen in 1939. Daarna volgden talloze edities, vertalingen, bewerkingen, films, games en een hele traditie van “Lovecraftiaanse” horror. Zijn invloed is vandaag de dag groter dan ooit. Stephen King, Guillermo del Toro, Neil Gaiman, en talloze anderen hebben hun schuld erkend. De Cthulhu Mythos is een van de meest productieve en herkenbare mythen van de twintigste en eenentwintigste eeuw geworden.

Voor velen die CPTSS of andere vormen van complex trauma dragen, biedt zijn werk iets zeldzaams: de erkenning dat sommige angsten te groot zijn voor gewone taal, en dat de wereld inderdaad soms onverschillig en overweldigend is. Niet als troost, maar als waarheid. Lovecraft transformeerde zijn nachtmerries niet in genezing. Hij transformeerde ze in mythe. En in die mythe vinden lotgenoten – decennia later – nog altijd een echo van hun eigen ervaring: de wetenschap dat de grootste verschrikking niet altijd van buiten komt, maar van binnenuit, wanneer de geest de volledige omvang van de afgrond even aanschouwt.

*“Unhappy is he to whom the memories of childhood
bring only fear and sadness.”*

— H.P. Lovecraft, *The Outsider*

LOVECRAFT EN HET COMPLEXE TRAUMA



LOVECRAFT

EN HET COMPLEXE TRAUMA

Nawoord

Dit essay is tot stand gekomen uit een gesprek over Lovecraft, trauma en herkenning. Het pretendeert geen klinische diagnose, geen definitieve biografie, en geen ultieme interpretatie van zijn werk. Het is een poging om de raakvlakken zichtbaar te maken tussen een leven dat getekend werd door vroeg en cumulatief verlies, en een oeuvre dat de ineenstorting van betekenis tot zijn centrale thema maakte.

Lovecraft was geen heilige en geen monster. Hij was een man die zijn angsten tot kunst wist te verheffen, terwijl hij tegelijkertijd gevangen bleef in de beperkingen van zijn tijd, zijn vooroordelen en zijn eigen psychische structuur. Wie hem leest met kennis van zijn leven, leest niet alleen over Cthulhu en de Ouden. Men leest ook over de prijs van de blik in de afgrond en over de vreemde, hardnekkige menselijke neiging om die blik toch te werpen, en er vervolgens woorden van te maken.

Moge dit essay een bijdrage zijn aan dat gesprek: tussen lezers en tekst, tussen trauma en literatuur, tussen de private nacht en de gedeelde mythe.



Ca. 1930