



Hoe leven verdriet kan worden en verdriet leven kan zijn

Voorwoord bij het boek *In mijn hart woont een meeuw*
van Greta Vandeborne

Door Manu Keirse

De auteur illustreert op een sublieme manier hoe verlies en verdriet zijn verweven met leven en liefde. In een beeldrijke taal wandelt ze met haar lezers door het landschap van het leven en toont ze hoe gemis je anders naar alles doet kijken. Het gaat niet alleen om het verlies van iemand aan de dood, maar om verloren gegane liefde, ontluikende liefde, verlies van gezondheid en wegdeemsteren uit het leven in de nevel van de dementie. Je wordt meegenomen in een wereld van diepe zingeving: zingeving die groeit uit verbondenheid, maar ook uit gemis en verdwijnen.

Het boek nodigt uit om je eigen leven in diepte te bekijken, om je binnenkant te bevragen. Ongetwijfeld zul je bij de lectuur het gevoel krijgen dat de auteur je een scherpe lens en een vergrootglas heeft aangereikt om verleden, heden en toekomst door een vernieuwde blik te ontwaren.

Manu Keirse

Emeritus-hoogleraar verlies aan de faculteit Geneeskunde van
de KU Leuven. Bestsellerauteur over verlies en rouw.

Beste lezer,

Ik las een verhaal over rouw uit het boeddhisme dat vertelt over een vrouw die haar eerstgeboren kind verliest en ontroostbaar is. Ze raden haar aan een wijze man op te zoeken die het land rondtrekt en net nu in de stad is. Ze gaat naar hem in de hoop dat hij haar dode kind weer tot leven kan wekken. 'Zeker kan ik dat,' zegt hij, 'maar ik heb wel een paar ingrediënten nodig die jij me moet bezorgen.' Hij somt een aantal zaken op, eenvoudige dingen. Maar hij voegt eraan toe dat ze afkomstig moeten zijn van een familie in wiens huis nooit eerder iemand overleden is. Vol moed gaat de vrouw op stap. Ze klopt overal aan. Maar telkens krijgt ze verhalen te horen van dierbaren die eerder overleden zijn. Het verhaal zegt dat ze op deze wijze de verlichting bereikte.

Met dit verhaal wil ik illustreren dat ieder van ons al met rouw te maken heeft gehad, met diverse vormen van gemis. Mijn eigen ervaringen en die van lotgenoten vormen de basis voor deze bundel auto-fictieve verhalen die aaneengeregen worden tot een vlechtwerk van verlies en verlangen. Hoewel de verhalen elk afzonderlijk een afgerond geheel vormen over afscheid van een geliefde, een ouder, een broer, een hond, een vriend, een kind, een auto, een baan, vormen ze een mozaïek waaruit blijkt dat rouwen, vanuit welke hoek ook, rauw is.

Ook getuigen mijn verhalen van het feit dat onze samenleving liever niet stilstaat bij verdriet en rouw, wat soms bijdraagt tot de eenzaamheid van de rouwende. Persoonlijk heb ik ervaren dat het in stilte luisteren naar verhalen van lotgenoten een verbinding schept en ook duidelijk maakt dat elk rouwproces uniek is. Elke rouwende moet zelf de pijn van



zijn of haar verlies ervaren en de nieuwe realiteit onder ogen zien. Dat is best heftig. Uitwisseling met lotgenoten kan deugd doen, een eerste stap om herinneringen te bewaren en weer te leren genieten.

Je kunt er als lezer een willekeurig verhaal uit nemen en de verhalen door elkaar lezen. Of je kunt ze een eerste maal na elkaar lezen en de zeewind voelen, de schreeuwende meeuw horen, om achteraf naar een bepaald verhaal terug te grijpen. Net als het leven uit golven bestaat, heb ik door de symboliek van de zee met haar hoge en lage golven de verhalen met elkaar verbonden.

Mag ook jij troostdruppels vinden in deze verhalen, niet enkel door de diversiteit van de thema's, maar ook door de boodschap dat een rouwperiode geen einddatum kent en dat het helemaal oké is om ook na jaren een stem te geven aan gemis.

'Het is toch normaal dat je niet binnen een jaar tijd over zo'n verlies heen bent? Er is namelijk niet alleen het verdriet om de persoon die stierf, maar ook de rouw om wie je zelf was en om de plannen die nooit werkelijkheid zullen worden.' (Manu Keirse in 'Traumatische rouw is plots een diagnose', interview in *De Morgen* van 13 april 2022.)

Greta Vandeborne, 27 augustus 2022

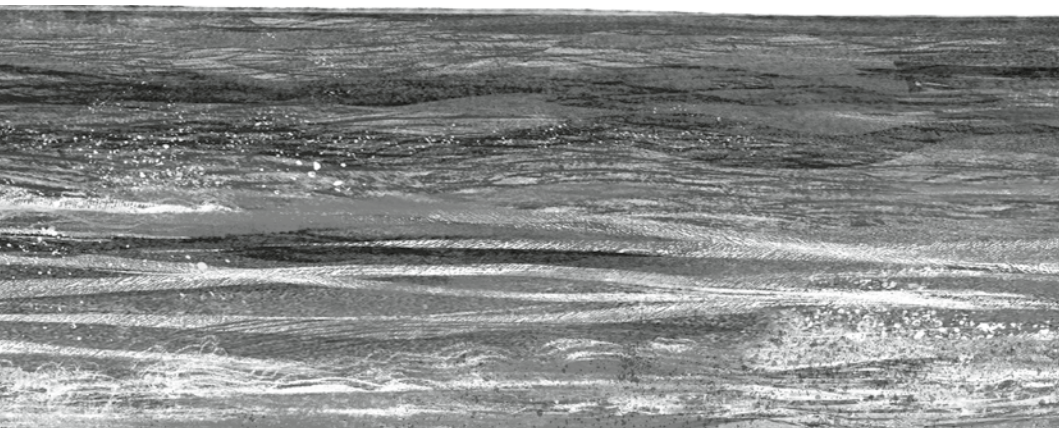
Aan Zee

1

ik keek naar jou
en jij naar niets
je had iets met de zee
haar ruisen
nam je weg van mij

ik zei je ogen
zijn zo blauw
je deed ze dicht
ik vroeg mij af
waaraan je dacht
je lag zo stil ik kon
je ademen niet horen

ik zei dat ik
een boek zou schrijven
over ons of een gedicht
zo, zei je lachend en
deed het haar uit mijn gezicht

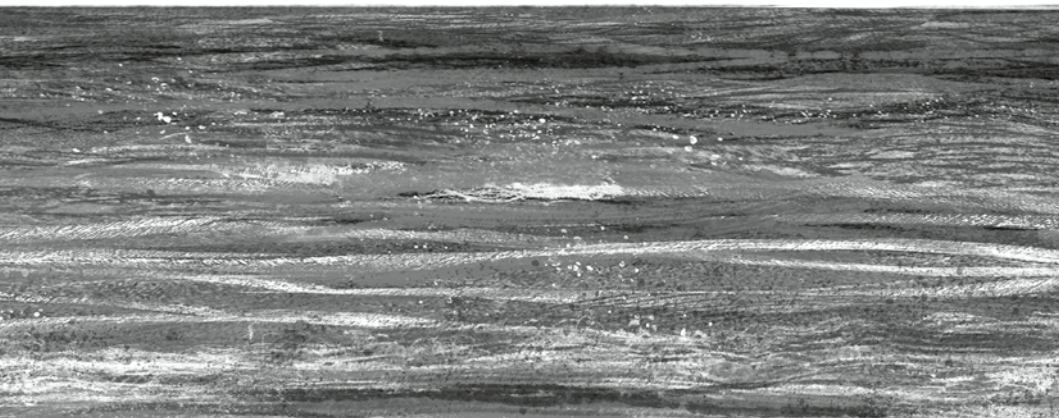


als ik zo dicht bij jou ben
wil ik altijd nog dichter
zo samen als de woorden
wind en water staan
in een gedicht over de zee

dat komt omdat het
groeit of wegebt
wat wij zijn en voelen
wat overblijft zijn
beelden en gedichten
waarin water wind en zee

Miriam Van hee

Uit: *Het verband tussen de dagen* (1998)
Gedichten 1978-1996 — Uitgever: De Bezige Bij



Zomerwind over zee

Witte muren. Wit dekbed. Wit gelakt metalen bed. Het lijkt wel een ziekenhuiskamer. Een smoorhete kamer. Met een schok valt mijn geest uit zijn slaap. Koortsachtig glijden mijn handen langs mijn borsten naar beneden. Ik tast en tast. Geen golving. Het koude zweet breekt me uit. Een kolkende stroom sleurt me mee naar de zwachtel rond mijn buik. Ik werp het laken van me af en schreeuw. Ik jank en krijs als een gewonde meeuw wanneer ik het witte verband eraf trek. De grote rode strepen op mijn blote vel maken me duidelijk dat dit geen nachtmerrie is. Tegen beter weten in blijf ik me fixeren op mijn buik, wrijf erover, heen en weer, heen en weer, heen en weer. Wanhopig wacht ik op een schop. Mijn lichaam is schrijnend leeg.



Meer dan vijf maanden ver ben ik, tweeëntwintig weken. Zijn hartje klopt met een welkom tiktok. Na twee eerdere zwangerschappen wil ik het allemaal nog een laatste keer beleven, veel bewuster nu, het bollen van mijn buik zowel als het bevallen. Eerst heb ik drie maanden van misselijkheid moeten doorstaan. Vier weken later was er op de echo duidelijk een jongetje te zien. Na twintig weken voelde ik hem subtiel bewegen en nu, twee weken later, laat zich een kleine voetballer gelden. Ik leg mijn hand op mijn buik en hij schopt er lustig op los. Alsof mijn hand de bal is. Toen mijn man en ik het onze achtjarige zoon en tienjarige dochter vertelden, juichten ze dolblij, maar gelukzaliger dan ik kunnen ze onmogelijk zijn.

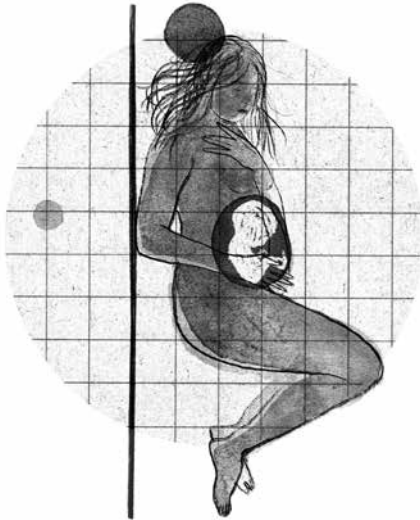
Deze keer ben ik vast van plan mijn volledige zwangerschapsverlof op te nemen. Ik fantaseer over het streelklare lijfje dat op mijn buik zal liggen. Hoe ik hem zal knuffelen en verwennen. Hoe ik liedjes zal zingen en hem verhaaltjes zal voorlezen. Hoe ik hem

overal op zijn tere hoofdje zal zoenen. Ik vertel hem hoe welkom hij is, hoe hij elke dag groter en mooier wordt, hoe ik overloop van geluk om zijn bestaan. Ik speel *Jouw liedje* van Claudia de Breij vlak bij mijn buik af. Dat doe ik dagelijks omdat hij beweegt en schopt telkens als hij het hoort. Onder mijn vingertoppen voel ik zijn ongebooren hartje kloppen en zijn stuwende bewegingen vormen een harmonische dans met mijn hele zijn.



Drieëntwintig weken en twee dagen. Twee uur in de namiddag. Krampen, bloedverlies, paniek. Ik weet niet eens meer hoe ik op de verlostafel ben beland. Dat is toch niet mijn plaats? Nu nog niet. Ik roep en roep en houd mijn buik vast alsof ik mijn zoon zo kan verhinderen van mij weg te drijven. En dan wordt het stil in de verloskamer. Het is alsof alle zuurstof uit het lokaal wordt weggezogen. In die leegte houdt de arts een minuscuul bundeltje in zijn handen. Ik bevries, kan niets meer uitbrengen.

Een seconde mag ik hem vasthouden. Hij lijkt precies een babydiertje. Hij heeft het zo koud, zo onwezenlijk koud. Mijn handen en



tranen pompen geen warmte in hem en toch wil ik dat purperen minilijfe op mijn buik vertroetelen. Die armpjes, beentjes, handjes, voetjes, vingertjes, teentjes, en het mooiste ronde hoofdje ter wereld. Alles zo volmaakt in elkaar gezet, maar nooit volgroeid. Mijn hele lichaam rilt en ik tuimel in een ijzige koude bij het zien van de kleine zwarte vlekjes in de plooi van zijn hals. Dan wordt mijn zoon van mij weggenomen. Om nog een glimp van hem op te vangen, richt ik me half op, genoeg om zijn transformatie naar vuilnisbakdiertje mee te maken. Ik ben de enige die hem zo ziet, ooit zo zal zien. Een gestolen moment, buitgemaakt op de dood. Daarna wordt alles zwart. De curettage gebeurt onder volledige narcose.

Hoelang ik in die donkerte heb gezweefd weet ik niet. Wat ik wel weet, is dat de zon nu veel te fel op deze witte muren schijnt en dat mijn herinneringen niet als zand door mijn hand mogen glippen. Ik moet ze verbeteren vastklemmen, want nieuwe herinneringen en momenten met mijn zoon zullen me niet gegund worden. Het is maar even geleden dat hij er was. Het is een leven geleden.



Je hebt gelukkig nog twee kinderen.' 'Je hebt je kindje toch niet gekend?' 'Probeer je zinnen te verzetten en leuke dingen te doen.' Mensen verkondigen het met de beste intenties, maar mag ik geen verdriet hebben om de zoon die ik nooit zal kennen? In gedachten had ik al een heel leven met hem opgebouwd. Er bestaat zoiets als een vanzelfsprekende acceptatie van miskramen. Tot ontploffens toe moet ik slikken dat het erbij hoort. Rouw en gemis laten zich niet meten aan de duur van een zwangerschap.

Ook mijn man moffelt dit weg als een *accident de parcours*. Hij ijs, ik vuur. Ik vloek en spuw op zijn woorden wanneer hij naar boven wijst en zegt dat mijn zoon nu een sterretje aan de hemel is. Elk woord barst open als een etterende wonde. Ik rol in een dubbele rouw. Hartzeer om het verlies van mijn derde kind, onmacht bij het afbrokkelen van mijn huwelijk.

Ik woon aan zee, een jaar al. Tegen het vallen van de avond ga ik luisteren met welke stem ze tot me spreekt. Ze heeft er veel. Soms dreunt en dondert ze, soms galmt en ruist ze. Vanavond zucht en zingt ze. Door de zoemende avondwind zwelt de zee, met haar wiegende stem wil ze me troosten. Al beseft ze dat haar golven mijn pijn niet kunnen, niet zullen wegstrelen, ze wil me omarmen.

De zoon die ik nooit heb gekend zou vandaag tien jaar zijn. Golven dansen tot ze breken op het strand. Ook ik ben blijven dansen, bijna tien jaar lang, tot ik duizelde, struikelde en kletterend op de grond donderde. Soms keek ik mijn man onderzoekend aan. Ik wilde weten wat hij dacht of voelde. Maar hij scheen niet te denken, hij scheen niet te voelen. Onze manier van verwerken lag mijlenver uit mekaar.

Te lang heb ik gewikt en gewogen en ben ik meegegaan in de emoties van anderen. Tot ik in splinters uiteensprong. Tot ik besepte dat ik met hem en met mijn hypocriete leven van *keeping up appearances* moest breken, wilde ik ooit weer recht krabbelen. De zoon die niet mocht leven nam ik bij de hand en samen liepen we weg. Mijn dochter van twintig noch mijn zoon van achttien konden val en verval verhinderen. Wel ben ik diep dankbaar dat ze er zijn, die prachtige jonge mensen die hun eigen leven op de rails hebben gezet, weg van hun ouders wier sporen na jaren nog altijd ver uiteenlopen.

Maar ik heb mijn plek gevonden, de plek waar de zon in de zee zakt en blijft zakken. Twee kleuren grijs met eindeloze schakeringen blauw mengen zee en lucht tot het prachtigste palet. Er heerst een rust die mijn lijf binnendringt. Het ontroert me wanneer ik een zwerm meeuwen aan de vloedlijn ontwaar. Ze rusten allemaal op één poot, dromend in hun veren.

Het is moeilijk uit te leggen waarom ik meer van meeuwen dan van kauwen hou. Op een houten paal bij de golfbreker zit elke dag dezelfde zwarte kauw. Als ik nader, vliegt hij niet weg en wordt hij niet eens luidruchtig, omdat hij vol overgave zijn toilet

maakt. Met zijn snavel kamt en schikt hij alle veertjes. Aan zijn zilvergrijze kopzijden besteedt hij speciale zorg. Onlangs ontdekte ik dat een kauw een witte iris heeft. Witter dan wit in contrast met zwart. Het fascineert me. In mijn hoofd komt weer ruimte en krijg ik oog voor schoonheid binnen verdriet.

Ik rouw minder om mijn zoon, maar het verlies van mijn dromen voor hem blijft reëel. Hoe het had kunnen zijn. Officieel kreeg hij geen naam, noch kreeg hij een graf of een plek waar ik zijn as kon uitstrooien. De naam die ik voor hem koos, draag alleen ik met me mee. Stilzwijgend. Ik hou niet van het woord sterrenkindje. Voor mij is hij een zachte zomerwind over zee. Hij waait soms bij mij naar binnen. Ongrijpbaar, maar overduidelijk aanwezig. Zo wil ik hem koesteren. Een blijvende tattoo op mijn gehavende vel.

