

## De tijd is teder



De Standaard\* - 13 Mar. 2004  
Pagina 35

\* De Standaard/Antwerpen, De Standaard/Vlaams-Brabant/Brussel

*Zelfdoding is de tweede doodsoorzaak bij jongeren en vrouwen en de eerste doodsoorzaak bij jonge mannen. Elke dag plegen drie Vlamingen zelfmoord. Het aantal oproepen bij de Zelfmoordlijn blijft elk jaar stijgen: vorig jaar piekte het op 7.000. Steeds meer jonge mensen kiezen een definitieve oplossing voor een tijdelijk probleem. Maar hoe moeten de achterblijvers verder? De broer van StuBru-journaliste Sara Van Boxstael (28) koos nu bijna twee jaar geleden voor zo'n radicaal einde. „Op de meest onverwachte momenten slaat de pijn weer toe.”*

MIJN broer was de oudste, hij zou nu 36 worden. Mijn twee zussen trokken vrij snel het huis uit. Hij en ik waren maatjes, ondanks het leeftijdsverschil van zeven jaar. We hadden dezelfde vrienden en gingen vaak samen op stap. Hij werd makkelijk verliefd en vertelde mij dan op wie en waarom en vroeg dan wat hij daarmee moest. Pas op, we hebben ook veel ruzie gemaakt. Hij kon zijn zussen nogal goed pesten. Maar hij was ook een ambiancemaker, een sfeerbrenger. Hij mocht gezien worden en hij was populair. Eigenlijk was hij een enthousiaste en superblijje man. Helemaal niet neerslachtig van aard. Misschien hebben we al die jaren verkeerd ingeschat hoeveel verdriet er onder die vrolijkheid schuilging.

Wat er in de laatste maanden en laatste dagen van zijn leven is gebeurd, daarover moet ik vaag blijven. Ik kan het hem nooit meer vragen. Zijn huwelijk, dat nog maar enkele jaren eerder gesloten was, was voorbij, maar de scheiding was nog niet ingezet. Hij moet gedacht hebben dat hij van nul en generlei waarde meer was. Maar wij waren er toch nog? En zijn vrienden? Klink ik nu reactionair als ik zeg dat ik het een moreel verkeerde keuze vind? Maar ik meen het. Hij was zo'n mooie, krachtige mens. Hij zou door moeilijke tijden zijn gegaan, maar hij zou vast ook weer keigelukkig zijn geworden. Hij zou misschien ooit wel vader zijn geworden, een hele goede vader, denk ik zo.

Drie dagen voor het gebeurde, heb ik het hem op de man af gevraagd: of hij eraan dacht om er een eind aan te maken. Omdat ik wel wist hoe zijn hele leven aan het schuiven was. Maar hij ontkende met grote stelligheid. Dát nooit. Op dinsdagavond ben ik nog bij hem langs geweest omdat hij daarom vroeg. Ik belde hem elke dag. Ik wilde hem duidelijk maken dat er wél nog mensen om hem gaven. Vrijdagavond ben ik met mijn collega's op weekend vertrokken naar de Ardennen. Die avond klonk hij heel stilletjes aan de telefoon. Hij lag in bed en wilde slapen. Ik beloofde hem dat ik de volgende ochtend meteen terug zou bellen. Hij zei 'dag'.

Ik weet niet wat er die avond in hem is omgegaan. Ik denk dat hij door de nacht is beginnen te zwerven, wat hij wel vaker deed in die weken. Hij was geweldig rusteloos. We vermoeden dat hij in een maalstroom is terechtgekomen, die hem heeft meegesleept. Ten slotte is hij naar een spoorwegovergang gereden, waar hij is blijven wachten tot de eerste trein eraan kwam. Een buurvrouw heeft de klap gehoord en heeft de politie gewaarschuwd. Mijn vader is die ochtend met verse broodjes naar zijn huis gereden. De hond zat binnen, het huis was op slot en er kwam niemand opendoen.

Mijn vader en schoonbroer zijn mij komen halen. We hebben zijn lichaam niet meer mogen zien. Het was te zwaar gehavend.

WE hebben onmiddellijk tegen elkaar gezegd dat we geen schuldgevoelens mogen hebben. Gelukkig heeft hij een briefje achtergelaten voor mijn ouders. Twee, drie zinnestukjes maar, die toch troost brachten. Dat de pijn vanbinnen hem veel te zwaar viel. Ik begrijp het wel. Bart is misschien nooit een vechter geweest. Als hij vroeger ziek was, was hij wel écht ziek. Dat is nogal mannelijk zeker? Ik heb hem vaak genoeg gezegd: jij zou eens moeten voelen wat ik voel als ik mijn maandstonden heb. (lacht)

Maar ik wil zijn keuze zeker niet romantiseren. Er is niets romantisch aan zelfdoding. Het is een harde en gewelddadige keuze. En het gebeurt helaas steeds vaker. Almaar meer jonge mensen die een definitieve oplossing kiezen voor een tijdelijk probleem.

Er zijn natuurlijk mensen die denken dat zoiets in de genen zit. Dat hij het hoe dan ook zou hebben gedaan, indien niet nu, dan op een ander moment. Ik weet het niet. Ik geloof dat er nu meer jonge mensen depressies doormaken en aan het leven twifelen dan je normaal zou mogen verwachten. Jonge mensen verwachten ook zo vreselijk veel van het leven. Zelfs als ze een fijne relatie hebben, vragen ze zich af of het wel verstandig is om zich nu al te binden, want wie weet worden ze nog eens op een ander verliefd of een ander op hen. We hebben geen referentiekaders meer. We laten alle mogelijkheden open, om toch maar niets te hoeven missen. Maar het leven is in wezen heel eenvoudig. Als het klikt met iemand, kun je daar dan niet gewoon van genieten? Elkaar gewoon graag durven te zien, zonder altijd maar te denken dat je iets mist of dat het zal mislukken?

Ikzelf vertrouw erop dat de tijd teder zal zijn en dat ik heel traag mag leven. Vroeger heb ik dat ook gehad, dat ik piekerde en vertwijfeld aan mijn moeder vroeg of er dan echt niets anders was in het leven. Ik weet nu dat dit het is. Ik heb een grote drive voor mijn werk, maar ik vertrouw er ook op dat het leven eenvoudig en klein mag zijn. Dat je daarvan mag genieten. Had mijn broer ook maar even dat vertrouwen gehad...

En dat we mogen mislukken hé, mogen we alsjeblief mislukken? Bart tilde heel zwaar aan het stuklopen van zijn huwelijk. Maar het is toch geen schande als twee mensen vaststellen dat het niet meer lukt? Ik blijf erbij dat hij wat meer had moeten vechten voor zichzelf.

Ik weet hoe het voelt, al aarzel ik om dit te zeggen. Ik weet dat er in een depressie een moment komt waarop je moet kiezen tussen doorgaan of opgeven. Is het wel verstandig om dit te vertellen? Dan zeggen uw lezers: ach, het zit daar in de familie. Dan hebben ze een uitleg en zijn ze er proper van af. Maar ik heb mij daar doorheen geslagen en ik weet dat hij dat ook zou hebben gekund.

Bart heeft de vrijheid benut om over zijn eigen leven te beslissen, de vrijheid om te sterven. Zo beperk je tegelijk de vrijheid van de anderen, want je legt een enorme hypotheek op het leven van de achterblijvers. Is dat ook een vrijheid die je hebt? Hij heeft ons met een enorme erfenis opgezadeld. Voor Bart is het nu voorbij, maar voor ons is het met zijn wanhoopsdaad pas echt begonnen.

Gisteren zag ik de ex-rijkswachter Michaux op tv, de man die de kelder van Dutroux doorzocht zonder Julie en Mélissa te vinden. Hij zei dat hij aan zelfdoding had gedacht, maar het niet heeft gedaan vanwege „ses proches”. Dat ráákte me zo. Waarom heeft Bart niet aan ons gedacht? Misschien heeft hij gedacht dat het snel zou slijten, maar dat is niet zo. De pijn is verschrikkelijk, het verlies blijft allesoverheersend. En ik ben natuurlijk ook kwaad geweest op hem. Dat mijn maatje er niet meer is. Als mijn tank bijna leeg is en ik denk dat ik nog net tot bij mijn ouders in Aalst raak, als ik dan stilval in Affligem, kan hij mij niet meer tegemoetkomen met een vaatje benzine. Hij, die er altijd voor mij was.

SOMS, op café, doet iemand een gratis uitspraak over het leven na de dood. Ik moet mij dan inhouden, want het zou mij veel te ver leiden. Ik ben daar erg mee bezig. Ik zie Bart soms samen met mijn opa die een pijp rookt, zij aan zij. Opa is een paar dagen voor Bart gestorven, na een lang en mooi leven. Ik zie ze daar dan samen zitten in een andere wereld, een parallelle wereld. Maar zo is het natuurlijk niet. Ik moet hem leren loslaten. Vreemd genoeg is het tweede jaar mij veel zwaarder gevallen dan het eerste. Over een paar dagen is het precies twee jaar geleden. In dat eerste jaar voelde ik hem nog veel meer nabij. Meer zelfs dan tijdens zijn leven. Hij zat altijd op mijn schouder. Als ik ging skiën, skiede ik ook voor hem. Lachen deed ik voor twee.

Met Kerstmis heb ik scherp aangevoeld dat ik een stap verder moet doen. Een stap die mijn ouders en zussen misschien al eerder hebben gezet. Ik moet zelf weer verder. Ik was daar bang voor, want ik dacht dat loslaten gelijkstond aan hem achterlaten, hem alleen laten. Ik weet nu dat dat moet, dat ik moet leven en blij zijn. Dat zou hij ook hebben gewild. Ik durf al eens zomaar voorbij zijn foto te lopen, ik durf hem zelfs weleens even te vergeten.

En toch wil ik dat eigenlijk helemaal niet. Ik wil niet ouder worden dan hij ooit is geweest. Ik wil niet dat ik alleen nog herinneringen heb, ook al zijn het er dan vele en supergoeie. Er wordt nooit meer een vervolg aan gebreid. Nooit meer samen gaan fietsen of een lange wandeling maken. Nooit meer met hem babbelen en hij mij nooit meer pesten. Nooit meer samen lachen.

Ik moet ervoor waken om alles met zijn dood in verband te brengen. Als ik liefdesverdriet heb, is dat echt wel liefdesverdriet. Als ik lach, dan mag dat. Er is een tijd geweest dat ik dacht: onmogelijk om liefdesverdriet te voelen, want ik heb toch een broer verloren, en dat is zoveel erger.

Op de meest onverwachte momenten slaat het opnieuw toe. Laatst op skivakantie. Dan wil ik alleen maar blij zijn. Ineens op de piste zie ik hem voor mij: hoe hij altijd te hard ging en over de schans sprong om meisjes te imponeren. De mensen met wie ik dan ben, begrijpen niet altijd hoe ik ineens heel verdrietig word en waarom het verdriet dan weer zo hevig is. De mensen rondom mij zijn lief en begrijpend, maar soms staan ze machteloos. Ze kunnen niet altijd alles begrijpen en dat neem ik niemand kwalijk. Ze kunnen mij gemis niet voor honderd procent aanvoelen en ik kan het ook niet altijd zo goed uitleggen. Dat bedoel ik met die ongevraagde erfenis.

Ach, verdriet. Er rust zo'n taboe op. Gisteren op de radio gehoord: een presentator die aan zanger Joost Zweegers vraagt of hij misschien ongelukkig is? Mannekes toch, dat is niet erg, hoor. Ja, het is wel erg om verdrietig te zijn, maar mag het alsjeblief? Verdriet hoeft niet het absolute einde te betekenen.

Mensen hebben het niet zo graag als je hen met je verdriet confronteert. Ze hebben immers hun eigen verdriet al. Joost Zweegers heeft een plaat gemaakt over het afscheid van zijn ex-lief. Ik hoorde sommigen zeggen dat ze vinden dat hij wel érg te koop loopt met zijn verdriet. Dan word ik bang. Gaan ze dat nu ook van mij zeggen? Iemand heeft me onlangs voor de voeten geworpen dat ik mij 'emotioneel superieur' opstel. Dat claim ik helemaal niet. Anderen zeggen dat het me sterker zal maken. Wat koop ik daarvoor? Ik heb niet om al die emoties gevraagd. Sterker, ik vervloek ze soms.

Ik hoop alleen dat ik, door dit te vertellen, kan voorkomen dat anderen hetzelfde moeten doormaken. We missen Bart zo enorm, soms woordeloos. Ik lees het nieuws, en ik lees te veel nieuws parallel met ons verhaal. Ik wil hen die aan zelfdoding denken, een reden geven om een andere keuze te maken. Een keuze voor het leven, voor het gevecht van elke dag dat we allemaal moeten leveren, in de zoektocht naar rust en geluk.

Ik hoop dat men abstractie zal kunnen maken van ons persoonlijk verhaal. We hebben als maatschappij een zwaar probleem als we niet meer ongelukkig mogen zijn en niet meer inzien dat er aan ongeluk iets gedaan kan worden, We moeten inzien dat we elkaar moeten helpen om het ongeluk te overwinnen, en dat we dat kunnen, als we er de kracht maar voor vinden.

Ik ben wel een beetje bang voor de reacties van uw lezers. Voor ongevraagde nieuwsgierigheid. Ik wil zelf bepalen wanneer ik erover praat en tegen wie, omdat ik mijn verdriet onder controle wil houden. Als men mij straks op de radio zal horen, zullen de mensen dan zeggen: ha, dat meisje dat haar broer is verloren? Is dat een epitheton waar ik nooit meer van af raak? Ik wil Sara zijn. Niet Sara die haar broer is verloren. Wel nog Sara, de zus van Bart. Dat blijft, voor altijd. Ondanks alles draag ik hem een hele warme plek toe in mijn hart.

Gelukkig heb ik een hechte en sterke familie. Mijn ouders hebben besloten het hoofd niet te laten hangen en niet bitter te worden, hoewel er reden toe is. Maar wat zouden ze daarmee opschieten? Het was verschrikkelijk om hen te zien lijden. Mama die huilde zoals ze nog nooit had gehuild. Papa die fysiek instortte. Dat klopte gewoon niet. Rouwen is hard werken, keihard. Stap voor stap. Niets gaat vanzelf. Ieder doet het op zijn manier. Mijn zussen zijn sociaal geëngageerd. Ik, ik vind dat het belangrijk is om erover te vertellen. Want er moet meer over gepraat worden. Het taboe moet weg. We zitten met een geweldig maatschappelijk probleem en dat moeten we dringend onder ogen zien. Te veel mensen kiezen voor zelfdoding.

Ik wil dat zij die eraan denken het te doen, weten welke onmetelijke poel van verdriet ze opentrekken. Afscheid moeten nemen zonder dat je dat wilt of er klaar voor bent, is te hard. Ook al lijkt het dat niemand van je houdt als je diep ongelukkig bent, toch is dat wél zo. Er is altijd iemand die van je houdt, ook al zegt die dat niet expliciet. Geef niet op. Denk aan die beminden. Het leven is wél de moeite waard.

Bart heeft de vrijheid benut om te sterven. Zo beperk je tegelijk de vrijheid van de anderen, want je legt een enorme hypotheek op het leven van de achterblijvers

Over een paar dagen is het precies twee jaar geleden. Vreemd genoeg is het tweede jaar mij veel zwaarder gevallen dan het eerste

**Veerle Beel**

Copyright © 2014 Corelio. Alle rechten voorbehouden