

J I J R E D T H E T W E L



# Jij redt het wel

*Over leven in het land van rouw*

---

MINE VAN WYCHEN

SCRIPTUM

*Voor Peter,  
Champagne, oesters of een shovel? Altijd!*

Copyright © 2014 Mine van Wychen  
Copyright foto cover © Shutterstock  
Copyright foto auteur © Jeroen Verreijt  
Grafische vormgeving binnenwerk en cover [www.igraph.be](http://www.igraph.be)

Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd in enige vorm of op enige wijze zonder schriftelijke toestemming, met uitzondering van korte citaten als onderdeel van kritieken en boekbesprekingen.

ISBN 978 90 5594 834 5 NUR 770

[www.minevanwychen.nl](http://www.minevanwychen.nl)  
[Twitter.com/MinevanWychen](https://twitter.com/MinevanWychen)  
[Facebook.com/MinevanWychen](https://facebook.com/MinevanWychen)

[info@scriptum.nl](mailto:info@scriptum.nl)  
[www.scriptum.nl](http://www.scriptum.nl)  
[Twitter.com/ScriptumNL](https://twitter.com/ScriptumNL)  
[Facebook.com/UitgeverijScriptum](https://facebook.com/UitgeverijScriptum)

# Inhoud



	<i>Weduwe worden</i>	7
1	Ik ben jarig vandaag	8
2	Een kreng van een kanker	11
3	Door mijn schuld, door mijn grote schuld	14
4	Verder alles goed?	18
5	Storm op zee	21
6	Aardbeienkwardaart en de dood op tafel	26
7	Bevrijdingsdag, de merels zingen...	32
8	Ruzie met God	38
	<i>Weduwe zijn</i>	43
9	Jij doet het niet meer...	44
10	Brullende leeuwen en meneer Tromp	48
11	Zachte pastelkleurige wattenbolletjes en Rambo's mes	53
12	Ach mama, ik kom wel bij jou	58
13	Wanneer komt papa thuis?	62
14	Mijn auto is dood	66
15	De rouwclub	70
16	Weet je wat jij eigenlijk eens zou moeten doen?	75
17	Een mevrouw met een goed adviesje	79

18	Ik heb wél een papa!	82
19	Onverwacht herenbezoek	86
20	Geldzaken en meneer D.	90
21	Gaat deze trein niet naar Marbella?	96
22	Koelingen, etalages en kledingrekken	99
23	Wij zullen er altijd voor je zijn	102
24	De drugsbaron en -barones	108
25	De Vesuvius en de gladiator	118
26	God komt op bezoek, we sluiten vrede	133
27	Als je het eerste jaar maar eens door bent	136
28	Jij redt het wel...	141
29	Hoe is het nou?	149
30	Tsunami	157
31	Als handen dragen	167
32	De engel Petrus	183
33	De herberg in Maastricht	188
34	Als handen niet dragen	193
35	Bekentenissen van een weduwe	205
	<i>Weduwe loslaten</i>	219
36	De Tweeling, de Boekhouder, de Generaal en de Boeman	220
37	Afscheid nemen bestaat wél!	232
38	Solo 13	236
39	Vrouw Holle	240
40	Met ingehouden adem	247
41	Oude beloftes ingelost	252
42	Mijn Poolster	257

Nawoord 260

*Weduwe worden*

## 1 | *Ik ben jarig vandaag*



**H**ALF MEI. Henk voelt zich niet zo lekker. Hij klaagt over pijntjes hier en daar, en zit niet goed in zijn vel. Ik ben bijna negen maanden zwanger. ‘Ga dan naar de dokter.’ ‘Nee, wat kan die nou doen? Het zal wel overgaan.’ Zijn antwoord maakt me chagrijnig. Ik zit bomvol hormonen en draag een baby in mijn buik, die op het punt staat geboren te worden. ‘Wat mankeer je dan?’ Hij heeft geen idee, het is wat vaag allemaal. Ik houd het op stress vanwege de geboorte. Henk heeft een aantal zaken die hij af had willen hebben nog niet op orde. Dat moet het zijn, zo stel ik mezelf gerust. Maar ergens in de verte hoor ik heel zacht alarmbelletjes rinkelen. Later ga ik me hier heel schuldig over voelen. Ik had beter moeten opletten, beter moeten doorvragen, alerter moeten zijn en daadkrachtiger. Ik had...

Op 26 mei wordt onze Emma geboren. Een wonderlijk meisje is in ons leven gekomen. We zijn op-en-top gelukkig. Henk straalt van liefde en geluk. Hij is zo waanzinnig trots. Even lijken zijn vage klachten verdwenen. Zie je wel, zeg ik tegen mezelf, het was gewoon de stress. Gelukkig, niets aan de hand. Ik haal opgelucht adem.

Helaas blijkt de blijdschap van korte duur. Niet veel later komen Henks klachten terug. Hij heeft weer pijn, met name op zijn blaas en in zijn onder-rug maar eigenlijk in zijn hele lichaam. Bij mij rinkelen de alarmbellen nu echt, ik vertrouw het niet. Ik dring erop aan dat hij naar de dokter gaat. Henk gaat niet. In plaats daarvan neemt hij wat pijnstillers. Dat helpt tegen de pijn, maar zijn gezicht verraadt dat het niet goed met hem gaat.

Wanneer ik eind juni een afspraak heb bij de huisarts, vraag ik Henk om mee te gaan. Als ik aan de beurt ben, zeg ik: ‘Jij gaat nu naar binnen.’ De huisarts weet ook niet wat wijsheid is. Ze verwijst ons door naar het



ziekenhuis. We krijgen op mijn aandringen een spoedverwijzing. Maar Henk – voorvoelt hij al wat? – mist die afspraak. Er komt een nieuwe afspraak, bij de uroloog. Die weet ook niet wat er precies met mijn man aan de hand is. Hoewel er geen sporen zijn van een infectie, krijgt Henk toch een antibioticakuur mee naar huis. Ik begrijp er niets van. Word boos. Ik voel dat er iets niet in orde is. Henk haalt zijn schouders op. Hij is toch onderzocht? Er is toch niets gevonden? Het gaat vast wel over.

Het is 21 juli als we op verjaardagsbezoek zijn bij vriendin Rachel. Henk zit naast haar. Ineens valt me op dat Henk heel bleek ziet. Ik schrik me rot. Voorheen zag hij nooit bleek, zelfs niet in de winter. Henk was altijd jaloesmakend bruin. Rachel en Henk houden ieder jaar een wedstrijd ‘wie is als eerste het diepste bruin.’ Nog dezelfde avond hoor ik Henk kreunen op de wc. Ik leg Emma in de box en ga kijken. Ik weet niet wat ik zie. Bloed, heel veel bloed, mijn Henk met tranen in zijn ogen en een van pijn vertrokken gezicht. ‘Hoe lang is dit al?’ ‘Al een poosje, ik dacht dat het wel over zou gaan.’ Ik geef hem een kus, ga naar boven en pak een weekendtas in terwijl ik probeer om rustig te blijven. Mijn tranen geef ik opdracht binnen te blijven. *Niet nu, Henk heeft me nodig.*

Beneden aangekomen zie ik dat Henk wat door het huis scharrelt. Hij heeft duidelijk veel pijn. ‘Voor wie is die tas?’ ‘Voor jou schat, ik breng je naar het ziekenhuis. Nu is het afgelopen met antibiotica, pijnstillers, “we weten het ook niet” en “het zal wel overgaan”. Ik grijp nu in, iets klopt hier heel erg niet.’ Ik pak Emma in. Henk protesteert: ‘Ja maar, het is al avond. We kunnen toch nog wel een paar dagen wachten. Moeten we geen verwijzing hebben van de huisarts? Dit kun je toch niet zomaar doen.’ ‘Liefje, het is tijd. We moeten ingrijpen, niet morgen maar nu.’ Onder protest gaat Henk mee. Hij vindt het totale onzin, het is avond en zonder verwijzing sturen ze ons toch weg.

Aanvankelijk lijkt het daar ook op. Bij de balie gaan de wenkbrauwen omhoog. ‘Mevrouw, dit kan zomaar niet, zo werkt het niet.’ Vanuit mijn ooghoeken zie ik een arts lopen. Die moet je hebben, gaat het door mijn hoofd. Ik ga achter de man aan. Een verpleegster komt mij weer achterna

en probeert me tegen te houden. Maar ik heb een missie en laat me niet weerhouden. Ik houd de arts staande. Leg hem in het kort de situatie uit. Er verschijnt een diepe frons op zijn gezicht: 'Dit is hoogst ongebruikelijk, mevrouw.' Ik ben het met hem eens. De arts dringt erop aan dat we morgen via de huisarts een spoedafpraak maken. Nu ben ik het niet met hem eens. 'Niks morgen, nu. U bent arts, de behandelkamer op de spoedeisende hulp is leeg. Nu.' Ik kijk hem indringend aan, mijn tranen laten zich niet langer bedwingen... 'Kijk naar mij, hoor mij, ik weet niet wat hij heeft, ik weet wel dat het ernstig is. Ik zou hier niet staan met een baby van twee maanden in mijn arm als ik het niet zeker wist. Alstublieft, onderzoek hem, stuur ons niet weg, houd hem hier.' De gezichtsuitdrukking van de arts verandert. Hij draait zich naar de verpleegkundige. 'Breng hem toch maar bij me, ik ga hem onderzoeken.'

's Nachts om een uur ga ik alleen met Emma naar huis. Het huis ziet er nog precies zo uit als toen we weggingen. Koffiekopjes op het aanrecht. Babykleertjes, klaar om gevouwen te worden, op de keukentafel. De achterdeur staat nog open. Het beeld is hetzelfde... Ik niet meer. In de nachtelijke stilte sta ik met Emma op mijn arm in de keuken. Ik probeer de grote, angstige golf die ik in de verte op me af voel komen, van me vandaan te houden. Later lig ik alleen met Emma in bed. Ik heb het koud en ben bang. Om mezelf te kalmeren snuif ik Emma's geur op.

24 juli. Als Henk en ik de familiekamer binnenkomen om de resultaten van de onderzoeken te bespreken, zitten daar al vier artsen. Niet goed, gaat het door mijn hoofd, dit is niet goed. Henk is ondanks de pijn steeds hoopvol gebleven. Artsen en arts-assistenten zitten met dikke dossiers aan tafel. Henk probeert manmoedig het noodlot af te wenden. Hij opent het gesprek.

'Ik ben jarig vandaag, hebt u een cadeautje voor me?'

## 2 | Een kreng van een kanker



‘HEBT U EEN CADEAUTJE VOOR ME?’ De openingszin van Henk kan het noodlot niet afwenden. Brengt niet waar hij op hoopt. De artsen en arts-assistenten schrikken zichtbaar van de vraag. De oncoloog bladert in het dossier. ‘U hoeft het niet te controleren,’ zeg ik, ‘Henk is echt jarig vandaag.’ Hij is duidelijk uit zijn evenwicht gebracht. Hier heeft hij niet op gerekend. De arme man weet het nu ook niet meer zo goed. Hij schraapt zijn keel: ‘Tja, eh, proficiat met uw verjaardag. Ik heb geen cadeautje voor u. Ook geen goed nieuws. U hebt kanker. Een kreng van een kanker zelfs. De prognose is niet goed.’

Zijn boodschap zuigt alle lucht uit de kamer weg. Wat zich dan in een mens afspeelt, kan ik nauwelijks beschrijven.

Ogen kijken elkaar aan, andere ogen wenden zich af. Er ontstaat een intens diepe stilte. De tijd staat even stil. In dat moment kijkt de arts mij indringend aan. Mij, niet Henk maar mij. Ineens zit ik in een Matrix-film. Alles en iedereen staat stil behalve de arts en ik. Zelfs Emma, die ik in mijn armen heb, beweegt niet. Het is alsof we tussen twee beeldfragmenten door een blik van verstandhouding wisselen. Wij, de oncoloog en ik, zijn wakker. Verder beweegt er niemand en niets. *Ik vraag me af of ik hier ter plekke gek zit te worden. En mijn tweede vraag is: Zou dat kunnen? Kan een mens in een fractie van een seconde gek worden? De ogen van de oncoloog laten mij niet los. Ik zie wat hij me te vertellen heeft. Ik hoor zijn gedachten... Onzichtbaar voor Henk knik ik naar hem. Laat hem weten dat ik zijn bericht aan mij heb gehoord. Hij knikt met een droevige blik naar mij terug. Alsof hij zeggen wil: het spijt me.*

*Ik kijk naar Henk, naar mijn lief. Ik kijk naar Emma, die in mijn armen ligt. Ik zie mezelf zitten in de kerk, hoor mezelf zeggen: 'Lieve Heer, laat mij dit kindje houden alstublieft. Ik heb er alles voor over.' Was dit het antwoord van God? Dat is goed. Hier is je kindje... In ruil daarvoor neem ik je man.*

Hoe lang zal dat moment geduurd hebben? Geen idee, vast slechts een paar seconden. Of misschien nog niet eens. Na ons knikken gaat de film verder. Beginnen mensen weer te praten. Verlaat een arts-assistent huilend de kamer. Ze kan het beeld van mij met Emma op mijn arm, de hand van Henk die hij op haar hart legt, niet langer verdragen. Henk is die dag 41 geworden, Emma is amper twee maanden.

De oncoloog licht ons voor over de stappen die volgen. 'We hebben geen dag te verliezen,' zegt hij. 'Het spijt me, we kunnen jullie niet de tijd gunnen om aan dit bericht te wennen. We moeten afwijken van de gangbare procedure. Als het aan mij ligt, beginnen we vandaag nog met chemotherapie. Ik moet het nu van jullie horen, ik moet de chemo bestellen bij de apotheek.'

Mijn hersenen koken. Ik realiseer me dat we de ouders van Henk moeten bellen met deze verschrikkelijke boodschap. Terwijl papa dezelfde dag een zware operatie moet ondergaan. Ik kijk naar buiten. Christus, wat een situatie. Zal papa nog levend uit zijn operatie komen? Zullen we eerst papa en daarna Henk moeten begraven? Voor papa is dat misschien nog wel het beste. Zo hoeft hij de pijn niet te voelen zijn enige zoon te moeten begraven. O God, en mama dan?

*Er is geen woord voor ouders die hun kind verliezen. Er is een woord voor weduwe, voor weduwnaar, voor weeskinderen en zelfs de term 'halfwees' bestaat. Maar er is geen woord voor ouders die hun kind moeten begraven. Vast omdat het zo gruwelijk is dat er geen woord voor te vinden is.*

Ik druk Emma dichter tegen me aan. Ze ligt lekker te slapen en ik vraag me af: hoeveel weten heb jij? Dat je een baby bent, een mens in miniformaat, zegt niets over hoe groot het weten is dat je in je draagt. Ik streel haar rug, wieg haar. 'Ons leven gaat heel erg veranderen, liefke. Ik heb geen idee wat en hoe. Ik weet wel dat we heel zwaar weer gaan krijgen. Ik houd vol. Doe jij dat ook? En ik beloof je dat ik alles zal doen wat in mijn macht en

vermogen ligt. Ik zal alles doen wat het van me vraagt om het schip in het water te houden. Ik weet dat we desondanks op een dag zullen stranden. Ik weet niet hoe, niet wanneer, maar dat het gaat gebeuren staat vast. Ik beloof je dat ik niet zal verdrinken, dat ik jou niet laat verdrinken. Dat ik een veilige haven of grond vind. Al moet ik die helemaal alleen zelf maken. Ik beloof het je.' Emma begint zacht te snurken. Haar neus is weer eens verstopt.

Ik kijk naar buiten. We moeten Henks ouders bellen... Niet veel later hoor ik mezelf voor het eerst die vreselijke woorden uitspreken: 'De resultaten zijn bekend. Henk heeft kanker. Hij heeft kanker en de prognose is heel slecht.'

*Wat de oncoloog me met zijn ogen heeft verteld, daar zwijg ik over...*

### 3 | *Door mijn schuld, door mijn grote schuld*



**D**E ELLENDE DIE JE OVERVALT als je man ongeneeslijk ziek is, overlijdt en je ook de zorg voor je baby hebt, is al meer dan genoeg om je diep eenzaam te voelen. Maar er zijn nog meer dingen die mijn eenzaamheid zo groot maken. Het trio: geheimen, schaamte en schuldgevoel. Iedere mens en dus ook de ‘weduwens’ kent namelijk geheimen en – ook altijd leuk – schuldgevoelens en schaamte. Ze vormen een soort heilige drie-eenheid, in ieder geval een cocktail van drie krenge van ingrediënten waar je een enorme kater van krijgt. De meeste geheimen zijn niet zo deftig en vrijwel altijd hebben ze iets van schaamte en schuldgevoel in zich. Zo ook die van mij.

Mijn diepste geheim, dat ik lang en met groot schuldgevoel heb meegezeuld, is de overtuiging dat ik Henks dood over hem, Emma en mezelf heb afgeroepen. Dat verdient uitleg.

Voor de komst van Emma heb ik aantal miskramen gehad. Ik raak altijd heel makkelijk zwanger. Alleen, ik krijg ook altijd een miskraam. Mijn doel is dus: niet meer zwanger raken. Als ik toch weer zwanger blijf te zijn, ga ik – ooit een zeer gelovig en devoot meisje – naar de kerk. Ik smeed God deze zwangerschap te mogen behouden. Ik zeg letterlijk: ‘Laat me alsjeblieft dit kindje houden, alsjeblieft, ik heb er alles voor over.’ Ik blijf zwanger en de hemel lijkt open te barsten. Henk en ik zijn heel gelukkig samen. Het gaat goed met de bedrijven van ons beiden (Henk is meubelmaker, ik ben communicatieadviseur). Er komt een kindje. Het lijkt of er geen einde kan komen aan ons geluk. Vol vertrouwen zie ik de toekomst tegemoet. Voor het eerst in tig jaar ben ik zonder angst, vol vertrouwen. Voor mij is dat ongekend levensgeluk.

Maar dan barst niet de hemel, maar de hel open. En dat door mijn toedoen! Het is mijn schuld. Alles. Mijn lief, mijn kind, alles wat ze mee moeten maken heb ik veroorzaakt. Als ik moe en uitgeput ben, is het mijn eigen schuld. Had ik maar niet... Als ik daardoor niet geduldig of liefdevol genoeg ben, is het mijn eigen schuld. Had ik maar niet... Heb ik geen zin om iets te doen wat nodig is? Mijn eigen schuld. Had ik maar niet... Als ik al durf te denken: *o nee, nu even niet, ik ben kapot, ik kan niet meer*, voel ik me schuldig. Ik mag deze gedachten niet hebben van mezelf. Het is tenslotte mijn eigen schuld. Lukt het me niet Henk of Emma te troosten als ze verdrietig zijn? Dan schiet ik tekort. Schuldig! Ik heb er tenslotte zelf om gevraagd. Ik heb gebeden. Ik heb gezegd: 'Ik heb er alles voor over.' Dus vind ik dat ik niet mag klagen. Doe ik dat toch, dan ben ik een slechte vrouw, een slechte partner en een slechte moeder.

Schuld en schaamte... Ik zwijg erover. Ik word erdoor verteerd. Als een dodelijke sluipmoordenaar vreet het zich in mij. Ik houd het voor me. Ik houd het geheim.

De lange reeks van gedachten en gevoelens leidt tot een grote berg schuld. Als ik me even niet schuldig voel, dan schaam ik me wel. Henk wordt zieker en zieker. Chemokuren volgen, bestralingen. En overal sleep ik mijn kindje mee naartoe. Ik voel me zo verantwoordelijk. Later zal dit schuldgevoel, samen met mijn intense verantwoordelijkheidsgevoel, leiden tot nachtmerries die maanden aanhouden.

Ik zwijg, want ik schaam me dood. Later leer ik zwijgen over hoe het echt met me gaat. Leer ik zwijgen over 'Jullie willen allemaal zo graag dat ik het red – ik ook – maar ik red het niet'. Leer ik zwijgen over de boosheid die ik naar Henk krijg, want boos zijn op je overleden man is niet deftig, niet oké, dat mag niet, kan niet. Ik evalueer onze relatie, spoor alles op waar ik steken heb laten vallen. Waar ik niet goed, niet wijs, niet liefdevol, niet juist heb gehandeld. Ik krijg spijt van en schaamte over alles wat ik Henk wel eens onterecht voor de voeten heb geworpen.

Door mijn zwijgen kan ik ook niet geholpen worden. Misschien wil ik in het begin ook geen hulp. Het gaat zelfs zo ver dat ik denk: had ik nou maar genoeg van Henk gehouden, dan had hij nooit kanker gekregen. Of

had hij in ieder geval kunnen genezen. Schuldgevoelens en schaamte vinden moeiteloos een weg in de kronkels van mijn hoofd. Ze verleiden me eraan vast te houden alsof ze een reddingsboei zijn. Terwijl het een blok beton is dat me de diepte intrekt en zorgt dat ik daar blijf.

Het trio geheimen, schaamte en schuldgevoel houdt me in bedwang. Het lijkt een manier om trouw te blijven aan Henk. Maar dat is het niet. Het is eerder verraad aan mezelf.

Het zal ongeveer drie jaar duren voordat het me lukt om mezelf van alle schuldgevoelens te bevrijden. Pas dan zie ik in dat mijn gebed om Emma te mogen houden, niets te maken heeft met: 'Dat is goed, maar in ruil daarvoor neem ik je lief.' Het is gewoon een vorm van uiting geven aan de liefde die ik voel voor mijn ongeboren kindje. Een uiting van ons verlangen naar een kindje. Mensen worden ziek en gaan dood. Dat is nu eenmaal zo. Mijn gebed heeft daar niets mee te maken.

Eenmaal bevrijd van mijn schuldgevoelens leer ik ook dat ik van Henk hield. Met heel mijn hart en ziel. Niet mijn gebrek aan liefde is de oorzaak van de kanker. Het is juist de liefde die maakt dat ik het volhoud voor hem te zorgen. Met hem zijn in iedere stap, schouder aan schouder. Zelfs als het Henk niet meer lukt om nog met iets anders bezig te zijn dan zijn behandelingen. Als hij emotioneel afstand neemt voordat hij overlijdt. Ook dan blijf ik naast hem staan. Niet uit schuld, maar uit liefde.

Het is eerder een gebrek aan eigenliefde waardoor ik mezelf heel lang geen 'fouten' kan vergeven. Met fouten bedoel ik alle menselijke emoties en gedachten die een situatie als deze oproept. Zo veel verdriet en pijn, vermoeidheid, uitputting, geen zin of kracht meer hebben, zelf zo bang zijn, zo eenzaam...

Eenmaal bevrijd zie ik hoe ik steeds heb geroeid met de riemen die ik had. Vaak roeide ik met mijn handen omdat er niet eens riemen waren. Dat is geen gebrek aan liefde voor man en kind. Het is juist de enorme hoeveelheid liefde die me steeds opnieuw de kracht gaf niet op te geven. Om door te zetten, om vol te houden... De liefde maakt dat ik woord houd. Ik heb het ze beiden beloofd, Henk en Emma: ik houd vol. Ik zal doen wat nodig is, zal doen wat wordt gevraagd, *whatever it takes*.



Maar dat leer ik veel later pas. Wanneer het me lukt om achter het zware gordijn van schuldgevoel te kijken... *Dat gaf me een heel andere kijk op mijn leven en keuzes.* Nu? Nu is het mijn overtuiging dat schuldgevoelens en schaamte naar het land van onzin verbannen moeten worden. Nu? Als ik nu een geheim heb, neem ik snel iemand in vertrouwen voordat het zich kan vastzetten en gaat etteren. Tenzij... ik anderhalf miljoen win. Dan is het misschien wel zinnig om dat geheim te houden. Hoewel? Mezelf ken-nende? Ik denk dat ik vrienden bel. Zeg: 'Alleen je paspoort meenemen, de rest hebben we niet nodig of kopen we onderweg wel. Ik zie je op Schiphol.'