

Tussen

rouw
liefde

Doorleven na een levensvervlechting

 MokumBooks

PROLOOG

Dit boek begint niet met een inzicht.
Het begint met een feit.
Irma is dood.

Ik kan daar niets omheen schrijven. Ik kan het niet zachter maken. Ik kan het niet uitleggen tot het draaglijk wordt. Ze is dood, en ik leef nog.
Dat is de situatie.
Alles wat hierna komt, komt daaruit voort.

Mensen denken vaak dat rouw een verhaal is met een verloop. Eerst verdriet, dan verwerking, dan een soort nieuw evenwicht. Maar zo voelt het niet. Voor mij is het geen fase geweest. Het is een werkelijkheid die elke dag opnieuw begint.

Ik word wakker en zij is er niet.

Ik loop met de honden en ik huil.
Ik zit aan tafel en ik hoor de stilte.

En de wereld doet alsof dit gewoon een dag is.

Ik schrijf dit niet om medelijden te krijgen.
Ik schrijf dit ook niet om een boodschap te brengen. Ik schrijf omdat ik niet weet wat ik anders moet doen met een leven dat zo lang samen was en nu alleen is.

Vijfendertig jaar is geen herinnering. Het is een structuur. Het zit in je dagen, in je lichaam, in je taal. Je kunt dat niet “loslaten” alsof het een voorwerp is.

Irma was mijn grote liefde.
Liefde op het eerste gezicht.
En daarna een heel leven.

Darmkanker heeft dat leven kapotgemaakt.
Niet alleen haar lichaam, maar alles wat vanzelfsprekend was. De ziekte was hard, de aftakeling was hard, en daarna kwam de leegte die nergens heen kan.

Ik heb hulp gehad. Ik heb therapie gehad. Ik heb geprobeerd het te begrijpen. Ik heb gepro-

beerd het kleiner te maken.
Het blijft.

Ik heb later Ellen ontmoet. Een tweede grote liefde. Dat is rijkdom, dat is geluk. Maar het wist Irma niet uit.
Het laat alleen zien dat een mens meer dan één waarheid kan leven.

Dit boek is geen genezing.
Het is geen handleiding.
Het is een verslag van binnenuit.
Van liefde.
Van verlies.
Van het dagelijkse doorgaan terwijl je eigenlijk niet weet hoe.

Als je dit leest omdat je iets soortgelijks hebt meegemaakt, dan hoef ik niets uit te leggen.
Dan weet je het al.

En als je het niet hebt meegemaakt, lees dan niet als toeschouwer, maar als iemand die even naast mij loopt.

Dat is alles.

DE LIEFDE

Je denkt altijd dat je voorbereid bent op het leven, tot het leven iets doet waarvoor je nergens een houding hebt.

Irma en ik zagen elkaar en wisten het meteen. Liefde op het eerste gezicht. Niet langzaam, niet voorzichtig, niet als een verhaal dat zich nog moest bewijzen. Het was er. Vanaf de eerste seconde.

We waren jong. Vierentwintig en eenentwintig. We hadden geen idee wat er later zou komen. We spraken niet over eindes. We spraken nauwelijks over later. We waren bezig met het begin.

Vanaf het begin was het groot. Niet luid, niet theatraal, maar groot in de eenvoud ervan. Het

hangen. Irma zei het terloops. Onderbuik. On-
gemak.

We dachten aan iets simpels. Een blaasontste-
king. Iets wat vanzelf weer verdwijnt.

Maar het ging niet weg. Er kwamen afspraken.
Er kwamen onderzoeken. Er kwam wachten. En
in dat wachten gebeurt iets raars: je probeert
door te leven, maar je voelt dat er iets niet
klopt, nog voordat iemand het hardop zegt.

Corona maakte alles trager. Ziekenhuizen zaten
vol. Onderzoeken konden niet meteen. Er wa-
ren redenen, altijd redenen.

Irma werd stiller. Ze was sneller moe.

Op een dag vroeg ze of ik mee wilde naar de
arts.

Dat moment vergeet ik niet.

Goed nieuws vraagt niemand om erbij te zijn.
Ik zag het scherm. Ik hoorde het woord “ver-
dacht”. Ik hoorde “biopt”. Ik hoorde “uitslag”.
En ineens is je leven een reeks woorden die je
nooit wilde leren.

Een week later kwam het woord kanker.

De arts zei “vroege fase” alsof dat iets afrond-
de. Alsof het een kader gaf.

Ik klampte me eraan vast, zoals je je vastklampt
aan elk woord dat nog niet het einde is.

Er kwam een plan. Operatie. Vervolg.

Mensen om ons heen deden wat mensen doen:
ze zeiden dat het goed zou komen. Ze zeiden
dat ze er waren. Ze bedoelden het goed.

Maar jij weet op zo’n moment al: dit is een
grens. Hierna wordt niets meer vanzelf.

Irma kreeg hevige pijnen. Ze werd apathisch.
We gingen naar de huisartsenpost.

Een gynocoloog moest worden opgeroepen.

Een echo lukte niet.

Er werd gesproken met een zekerheid die later
bijna surrealistisch voelt.

Maandag zouden we gebeld worden.

Maar haar lichaam wachtte niet tot maandag.

De tumor drukte op haar nieren. De pijn was
enorm. Er werd in het AVL een drain geplaatst.

Ik zag hoe snel een lichaam kan veranderen
wanneer het in de knel komt.

De operatie duurde zes en een half uur. Twee chirurgen verwijderden een tumor van vijf kilo. Haar buik werd gespoeld met verwarmde chemotherapie.

Daar lig je dan. In het AVL. Met woorden die technisch klinken en toch alleen maar betekenen: we proberen haar hier te houden.

Na de operatie lag Irma op de intensive care. Ik zat daar en luisterde naar machines. Ik luisterde naar ademhaling. Ik wachtte.

De chirurg zei dat de tumor volledig was verwijderd.
Dat klonk als goed nieuws.

Irma herstelde langzaam. Ze mocht naar huis. De controles waren goed. Scans lieten niets zien.
We deden weer gewone dingen.

Aan de buitenkant leek het leven weer op een leven.

En toch wist ik al: de vanzelfsprekendheid was weg.

WACHTEN

Er is een moment waarop je beseft dat ziekte niet alleen bestaat uit tumoren en behandelingen, maar ook uit tijd. Uit wachten. Uit dagen die zich uitstrekken terwijl er in een lichaam iets doorgaat zonder toestemming.

Na de operatie dachten we even dat we terug mochten. Dat is het woord dat het beste past: terug. Niet naar vroeger, want vroeger bestaat niet meer, maar terug naar iets wat lijkt op normaal.

Irma kwam thuis. Ze liep voorzichtig door het huis. Ze ging zitten, stond weer op, deed kleine dingen alsof ze haar plaats opnieuw moest innemen.

Ik keek naar haar zonder het te willen. Niet uit wantrouwen, maar omdat je ogen niet meer neutraal zijn wanneer je iemand bijna kwijt

bent geweest.

De eerste weken waren gevuld met praktische dingen. Medicatie. Rust. Voorzichtig bewegen. Eten dat weer moest lukken. Bezoeken die kort bleven omdat ze snel moe werd. We leefden in een tempo dat lager lag dan vroeger, alsof het leven zichzelf had teruggeschroefd.

Soms zaten we samen aan tafel zonder veel te zeggen. Niet omdat er niets was, maar omdat we allebei bezig waren met hetzelfde: kijken of het kon, of het lichaam zich weer zou voegen in het gewone.

De controles waren goed. Er werd gezegd dat het er rustig uitzag. Dat zijn woorden die je aanneemt zoals een drenkeling lucht aanneemt. Niet omdat je alles gelooft, maar omdat je anders nergens kunt staan.

We deden weer gewone dingen. We werkten. We liepen met de honden. We zagen mensen die hun best deden om normaal te praten. Ze vroegen hoe het ging en wij zeiden: het gaat. Dat was niet gelogen. Het ging, op een manier.

Maar onder dat “het gaat” zat iets anders. Een oplettendheid die niet meer verdwijnt. Alsof je huis ooit heeft gebrand en je daarna bij elke

geur even denkt: klopt dit wel?

Irma was sneller moe. Soms zei ze dat ze zich niet helemaal goed voelde, zonder dat het scherp werd. Je kunt niet elke dag in alarm leven, dus je probeert het klein te houden. Je zegt: het hoort bij herstel. Je zegt: we moeten geduld hebben.

En toch merkte ik dat ik steeds vaker keek naar kleine dingen. Hoe ze opstond. Hoe ze liep. Of ze at. Of ze stil werd midden in een gesprek. Niet omdat ik haar wilde controleren, maar omdat ik niet meer wist wat normaal was.

Er waren dagen waarop het bijna gewoon voelde. We deden boodschappen. We maakten plannen voor iets kleins. We spraken over werk. Het leven schoof zichzelf weer in een vorm. En dan, ineens, is er weer een afspraak. Een scan. Een gesprek.

Het slechte nieuws komt niet met lawaai. Het komt met een stem die te rustig is.

We zaten tegenover de arts. Hij keek naar beelden, naar uitslagen, naar iets wat voor hem een patroon is en voor jou een ramp. Hij zei dat hij iets zag. Hij zei dat het terug was. Uitgezaaid.

ven. In niet weggaan.
Maar aanwezigheid is ook machteloosheid.
Je bent er.
En toch kun je niets terugdraaien.

DE LAATSTE MAANDEN

Er is een fase waarin je niet meer doet alsof.
Niet omdat je opgeeft, maar omdat het niet
meer kan.

De behandelingen werden minder. De gesprekken veranderden. Het woord “mogelijkheden” verdween langzaam uit de kamer. Wat overbleef was tijd. Tijd die je niet kunt plannen en die toch elke dag opraakt.

Irma was thuis. Dat was wat ze wilde. Niet omdat thuis romantisch is, maar omdat thuis tenminste van jezelf is. In het ziekenhuis ben je altijd te gast in andermans systeem. Thuis ben je gewoon in je eigen leven, ook als dat leven uit elkaar valt.

Ik werd mantelzorger zonder dat ik ooit had bedacht dat ik dat nu zou worden. Het gebeurde

handen. Die handen die zo lang vanzelfsprekend waren geweest. Die handen die dingen hadden gedaan, geschreven, vastgehouden, gezorgd. Nu lagen ze stil.

Mensen kwamen langs. Familie. Vrienden. Ze deden hun best. Ze zeiden wat mensen zeggen wanneer ze niet weten wat ze moeten zeggen. Ze brachten bloemen. Ze vroegen hoe het ging. Ik antwoordde. Ik bleef functioneren omdat je moet blijven functioneren.

Maar er was niets normaal meer.

Soms vertrokken mensen weer na een uur.

Ze liepen de straat in, terug naar hun leven.

Ik bleef achter in het huis waar de tijd anders liep.

Op een dag zei Irma dat ze de volgende lente niet zou meemaken.

Ze zei het niet om mij te breken. Ze zei het alsof ze mij alvast wilde laten wennen aan de zin die zij zelf al had moeten toelaten.

Ik liep naast haar tijdens een korte wandeling. Overall slangen. Ze was langzaam.

Ik hield me in om niet te helpen op een manier die haar het gevoel zou geven dat ze al weg was. We liepen gewoon, stap voor stap, alsof

het nog een gewone wandeling kon zijn.

Thuis gingen we weer zitten.

De tijd werd een reeks avonden.

De huisarts kwam.

Er werd gesproken over comfort. Over pijn. Over wat er nog nodig was. Irma wilde geen strijd meer die alleen maar uitstel was. Ze wilde rust.

De kinderen waren erbij. Dat is iets wat je nooit vergeet: dat je samen in een kamer zit en weet dat dit het gesprek is dat niemand wil voeren en dat toch gevoerd moet worden.

Er werd besloten tot sedatie.

Dat woord klinkt technisch. In werkelijkheid betekent het: we laten haar wegdrijven omdat blijven te zwaar wordt.

De laatste uren waren klein. Een kamer. Een bed. Een aanwezigheid die langzaam stiller werd.

Ik zat erbij. De kinderen zaten erbij.

Je denkt altijd dat je iets zult zeggen. Dat er een laatste zin moet zijn. Maar de waarheid is dat het leven meestal niet eindigt met een mooie afronding. Het eindigt gewoon. Ik fluisterde in Irma's oor: ik hou van je. Zij antwoordde: ik

hou van jou.
Irma overleed in de nacht na onze trouwdag.

Daarna is er een moment dat niet te beschrijven is en toch moet je het dragen: het moment waarop iemand dood is en de wereld niet stopt.

De ochtend komt.
Het licht valt naar binnen.
En zij is er niet.
Irma is dood.
En ik bleef achter.

DAARNA

De dood is niet alleen het moment waarop iemand sterft.
De dood is ook alles wat erna komt.

De eerste ochtend na Irma's overlijden was er licht. Er was gewoon licht, alsof de dag niet wist wat er gebeurd was. Ik stond op omdat het ochtend was. Niet omdat ik ergens heen moest. Niet omdat er iets begon. Alleen omdat liggen ook niet meer hielp.

Het huis was hetzelfde.
De meubels stonden op hun plek.
De keuken rook zoals altijd.
De honden liepen rond zoals ze altijd deden.
Maar zij was weg.
Dat is het onverdraaglijke: dat de wereld hetzelfde blijft terwijl alles anders is.

het alsof ik haar op de hoogte moest houden
van de wereld zonder haar.
En de wereld ging door.

Dat is misschien het meest confronterende: dat
niets stopt.
Dat er geen pauze is.
Dat je verdriet geen macht heeft over de agen-
da van de dag.
Je wordt wakker.
Je loopt.
Je eet iets.
Je gaat weer naar bed.
En alles is zonder haar.

ELKE DAG OPNIEUW

Na de eerste weken kwam er geen nieuwe fase.
Er kwam alleen herhaling.

Mensen denken dat rouw een proces is met
stappen, met vooruitgang, met een soort bewe-
ging. Maar voor mij was het vooral een dag die
zich steeds opnieuw afspeelde. Ik werd wakker.
Ik stond op. Ik liep door het huis. En telkens
was het hetzelfde: Irma was er niet.

Het begon elke ochtend opnieuw met dat besef.
Niet als gedachte, maar als feit. Ik opende mijn
ogen en voor een seconde was er nog niets. En
dan kwam het. Zij is weg. Het bed is leeg. Het
huis is stil.

Ik stond op omdat ik moest opstaan. Niet omdat
ik ergens heen wilde. Niet omdat er iets begon.

dom en kwelling. Liefde naast verlies.
Aanwezigheid naast leegte.
Geluk naast pijn.
En elke dag moet ik opnieuw beginnen.
Niet omdat ik wil.
Maar omdat de ochtend toch weer komt.

OPNIEUW LIEFDE

In 2024 ontmoette ik Ellen.
Ik schrijf die zin op en ik merk hoe vreemd het
is dat zo iets nog kan gebeuren.
Alsof het leven, na alles, toch nog een deur
openzet.

Ellen kwam niet als oplossing. Ze kwam niet
als therapie. Ze kwam niet als “nieuw begin”.
Ze kwam als mens.
En we houden van elkaar.
Dat is eenvoudig om te zeggen en moeilijk om
uit te leggen, omdat mensen meteen denken in
volgorde, in vervanging, in verdergaan.
Alsof liefde een plaats is die maar één keer be-
zet kan worden.
Maar zo werkt het niet.

Irma was mijn grote liefde. Vijfendertig jaar.

Liefde op het eerste gezicht.
Een leven samen.
Dat is niet iets wat verdwijnt.
En toch is Ellen er.
Met haar eigen stem. Haar eigen warmte. Haar
eigen manier van aanwezig zijn.

Ik merkte dat ik opnieuw kon praten zonder dat
het alleen maar verslag was. Dat ik weer ie-
mand had om tegen te zeggen: kijk eens.
Dat er weer een gesprek kon ontstaan in de
keuken over iets kleins, zonder dat het meteen
terugviel in stilte.

Het is geen vervanging.
Het is toevoeging.
En dat woord klinkt bijna te netjes, maar het is
het enige dat klopt: er kwam iets bij, terwijl er
ook iets weg bleef.

Ellen wist van Irma. Ze wist dat dit geen lege
geschiedenis was. Ze wist dat ze niet in een
leeg huis kwam, maar in een huis waar iemand
ontbreekt.

Er waren momenten waarop ik merkte dat ik
mezelf inhield. Niet omdat Ellen iets verkeerd
deed, maar omdat ik wist dat ik twee werkelijk-

heden tegelijk leefde.

Ik kon met Ellen aan tafel zitten en tegelijk
voelen hoe Irma daar niet meer zat.
Ik kon gelukkig zijn en tegelijk verdrietig.
Dat klinkt tegenstrijdig, maar het is gewoon
hoe het is.

Wanneer Ellen bij mij is er geluk, is het leven
draaglijker. Niet omdat Irma verdween, maar
omdat er gesprek is. Er is aanraking. Er is ie-
mand die zegt: ik ben er. Ik hou van je.

We eten samen. We drinken wijn. We spreken
over boeken, over de wereld, over gewone din-
gen. We wandelen, gaan naar de bioscoop. Het
huis voelde al snel minder leeg.

Maar wanneer ze weg was, kwam het gemis
sneller terug.
De stilte is anders wanneer je weet hoe het
voelt als er iemand is.

Dan merk je pas hoe hard afwezigheid kan zijn.
En dan begon Irma weer harder te spreken in
mijn hoofd. Niet als stem, maar als aanwezig-
heid. Als iemand die zo lang alles was geweest.
Ik praatte tegen haar, zoals ik altijd doe. Niet

omdat ik dacht dat ze zou antwoorden, maar
omdat zwijgen te leeg was. Ik zei dingen als:
zo is het nu.

Ik zei het alsof ik verslag deed van een leven
dat zonder haar doorgaat terwijl het niet klopt.
Ellen kon dat niet oplossen.
En dat hoefde ook niet.

NIEMAND BEGRIJPT HET

Er is nog een laag bovenop het verdriet.
Niet alleen dat Irma dood is.
Maar dat niemand begrijpt wat dat betekent.

Mensen zeggen: ik leef met je mee.
Ze zeggen: wat verschrikkelijk.
Ze zeggen: het wordt met de tijd beter.
Ze bedoelen het goed.

Maar ik hoor ook wat er niet in zit.
Zij hebben niet geleefd in wat ik heb geleefd.
Vijfendertig jaar samen is geen hoofdstuk.
Het is een bestaan.
Het is een manier van ademen.
Het is een gedeelde wereld die zo vanzelfsprekend wordt dat je niet meer weet dat je erin zit.
En dan valt die wereld weg.

Er komt geen antwoord.
Dat is misschien het hardste.
Niet alleen dat iemand dood is, maar dat het
gesprek stopt.
Dat de wederkerigheid stopt.
Dat je woorden nergens meer landen.

Ik hoop soms dat ze er is. Niet als geloofsarti-
kel, niet als theorie, maar als verlangen.
De wens dat er nog ergens een vorm van con-
tact bestaat, al is het maar in de marge van de
werkelijkheid.

Maar ik weet ook dat dit verlangen juist pijn
doet, omdat het niets teruggeeft.
Het blijft een monoloog.

Irma was niet iemand die ik af en toe sprak. Ze
was de stem in mijn leven. De persoon die wist
hoe mijn dag was zonder dat ik het hoefde uit
te leggen. De persoon bij wie ik niet hoefde te
doen alsof.

Nu praat ik en ik hoor alleen mezelf.
Soms probeer ik me voor te stellen wat ze zou
zeggen. Niet omdat ik denk dat ze echt spreekt,
maar omdat ik haar zo goed kende dat ik haar
toon nog hoor. Haar nuchterheid. Haar zacht-

heid. Haar manier van relativeren zonder het
weg te maken.
Maar ook dat is dubbel.
Want het is tegelijk nabij en ondraaglijk ver
weg.

Ik heb mensen horen zeggen dat je iemand “lo-
slaat”.
Ik weet niet wat dat betekent.
Ik laat Irma niet los.
Ik kan haar niet loslaten.
Ze zit in mijn leven zoals een taal in je hoofd
zit. Zoals een huis dat je hebt bewoond altijd
in je lichaam blijft, zelfs als je er niet meer
woont.

Ik ben niet iemand die Irma verloren heeft en
daarna verder is gegaan.
Ik ben iemand die verder leeft terwijl zij ont-
breekt.
Dat is iets anders.

Ellen is er nu. Ellen is liefde, echt, aanwezig.
Maar zelfs bij Ellen is Irma er, niet als concur-
rentie, maar als werkelijkheid. Als geschiede-
nis. Als iets wat niet verdwijnt omdat er iets
nieuws is.

beurd. Dit was liefde. Dit was verlies. Dit is
wat er overblijft.

En als iemand dit leest en zichzelf herkent, al
is het maar in één zin, dan is er misschien iets
minder eenzaamheid.

Niet minder pijn.

Maar iets minder alleen.

EPILOOG

Ik schrijf dit niet omdat ik iets heb opgelost.

Ik schrijf dit omdat het er is.

Irma is dood. Dat blijft de kernzin.

Alles wat ik daarna doe, alles wat ik daarna
leef, beweegt om die zin heen. Soms dicht er-
langs, soms ver weg, maar nooit buiten bereik.

Er zijn dagen waarop ik functioneer.

Dagen waarop ik afspraken heb, schrijf, met
Ellen ben, met de honden loop.

Dagen waarop het leven even niet alleen maar
pijn is.

En er zijn dagen waarop het weer begint alsof
het nooit anders is geweest.

Ik huil tijdens het uitlaten. Ik huil thuis. Ik sta

in de keuken en voel ineens dat zij weg is, alsof
ik het opnieuw hoor.

Mensen vragen soms hoe het gaat. Ik zeg meestal
dat het goed gaat. Dat is niet gelogen, maar
het is ook niet waar. Het is een zin die past in
een gesprek. Niet in een werkelijkheid.

Irma blijft.

Niet als spook, niet als mystiek, maar als feit
van mijn leven. Als iemand die er geweest is en
die alles heeft bepaald.

Vijfendertig jaar is geen herinnering, het is een
vorm.

Ellen is er nu. Ellen is liefde. Dat is geen voet-
noot. Dat is een tweede waarheid.

Zij brengt liefde, warmte, aanwezigheid, ge-
sprek. Zij maakt de dagen menselijker.

Maar zij wist vanaf het begin dat ze Irma niet
uitwist.

Niemand wist dat.

En dat hoeft ook niet.

Ik leef met wat er is.

Een grote liefde die gestorven is.

Een tweede grote liefde die er nu is.

Een wereld die doorgaat.

Een lichaam dat huilt.

Een uur dat elke dag terugkomt.

Ik weet niet hoe dit eindigt.

Ik weet niet of het ooit lichter wordt.

Ik weet alleen dat dit het leven is dat overbleef.

En misschien is dat het enige wat ik kan zeg-
gen, zonder het mooier te maken:

Ik was geliefd.

Ik heb liefgehad.

Ik ben achtergebleven.

En ik ben er nog.

Ik kan nog steeds liefhebben.