

BJORN VISSER

**PAPPA'S
ROUWEN**

BOEK

12 VADERS OVER HET VERLIES
VAN HUN KIND(EREN)

ROUW
HET VERLIES

BJORN VISSER

**PAPPA'S
ROUWEN
BOEK**

**12 VADERS OVER HET VERLIES
VAN HUN KIND(EREN)**

Pappa's rouwen ook

© 2022, Bjorn Visser

Uitgave: juni 2022

Omslagontwerp en binnenwerk: Jore ontwerp

Fotografie: Reint Bergman, Droomgever

Redactie: Theo Veldhuis, Triple Boeken

In- en uitleiding: Jakob van Wielink

Uitgave: Stichting Rouwkost

www.rouwkost.nl

info@rouwkost.nl

ISBN: 9789090360027

Nur: 749 - rouwverwerking

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een databank, of doorgegeven in welke vorm of op welke wijze dan ook, behalve voor korte citaten in recensies of artikelen, zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No portion of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, except for brief quotations in critical reviews or articles, without the prior written permission of the publisher.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord 7

Inleiding door Jakob van Wielink 13

Het land waar niemand écht de weg weet



Freek van der Brugge 21

'Ik zorgde slecht voor mezelf'



Bram Slob 43

'Moet ik niet veel meer verdriet en pijn voelen?'



Tom Moesker 63

'In welke slechte film ben ik beland?'



Robbie van Veen - Van Tricht 85

'Mijn vadergevoel is in de kiem gesmoord'



Filemon Peroti 101

'Er is een stukje van mijn hart gestolen'



Aart de Harder 119

'Maartens levenskracht gaf mij kracht om door te gaan'



Bjorn Visser 139

'Ik ben ongeloofelijk trots op mijn meisjes'



Pieter Oosterloo 161

'Een achtbaan waar je niet uit kunt stappen'



Wesley de Bie 179

'Van de mooiste plek naar de mooiste plek'



Paul Blokhuis 199

'Er zit nog een oerhuil die eruit moet'



Pieter Cnossen 217

'Ik wil geen bittere, oude man worden'



Adriaan van der Hoeven 235

'Ik moet nu sterk zijn'

Uitleiding door Jakob van Wielink 249

Op zoek naar wegwijzers

Documentaire 'Pappa's rouwen ook' 255

Stichting Rouwkost 256

VOORWOORD

Onze zoon Daan was vijf toen we verhuisden naar onze huidige woning. We gingen op een dag even kennismaken bij de burens en Daan stelde zich keurig voor: 'Hallo, ik ben Daan en ik heb twee zusjes die dood zijn.' Daar stond ik dan met mijn goede gedrag, met mijn mond vol tanden, compleet overrompeld door zijn opmerking. Hoewel het al een aantal jaar geleden is dat onze meisjes zijn overleden, kan ik op zulke momenten ineens overweldigd worden door verdriet. Dat leert me opnieuw de les: je geeft een verlies geen plek, je verweeft het met je leven. Het was een van de momenten die me ertoe deden besluiten om dit boek te schrijven.

Het is mijn verlangen dat vaders door dit boek herkenning en erkenning vinden. Herkenning omdat ze denken: hé, dit heb ik ook meegemaakt. En erkenning: het is dus niet gek dat ik dit voel of op deze manier meemaak. Dat herkende ik zelf ook in het verwerken van mijn verlies. Ik wilde weten: hoe doe ik dit goed? Wat gebeurt er in mij als mijn zoon zich aan mijn burens voorstelt als de broer van twee overleden zusjes? Ik vond eigenlijk geen boek dat aansloot bij mijn behoefte als rouwende vader, een boek met verschillende ervaringen van vaders met hun eigen unieke persoonlijkheid. Introverte en extraverte mannen. Gevoelige en rationele mannen. Jongere en oudere mannen. Gelovige en niet-gelovige mannen. Nu is zo'n boek met ervaringsverhalen er wel.

Toen ik voor het eerst mijn verlangen bekendmaakte om dit boek te schrijven, werd ik overweldigd door de enorme hoeveelheid reacties. Reacties van vaders, moeders en zorgprofessionals die aangaven belangstelling te hebben voor dit boek. Vooral de berichten van rouwende vaders raakten me enorm. Er waren mannen bij die door een heftige periode gingen omdat ze een depressie hadden of midden in een scheiding zaten. Dit bevestigde mijn verlangen en liet zien dat er een enorme behoefte is aan een boek zoals dit.

Want laten we eerlijk zijn: een rouwproces is vaak ruw, pijnlijk en eenzaam. De ervaring leert dat veel ouders de verbinding met elkaar verliezen in een periode van rouw. Vaders en moeders rouwen allebei om hun overleden kind(eren). Dat doen ze samen, maar ook als individu en daarin is niet alleen ieder mens uniek, maar rouwen mannen op bepaalde manieren ook anders dan vrouwen. In 'Pappa's rouwen ook' vertellen twaalf vaders hun kwetsbare en moedige verhaal over hoe ze zijn omgegaan met het verlies van hun overleden kind(eren). Ook vertellen ze waar het verlies van hun kind allemaal invloed op heeft gehad. Je krijgt inzicht in het landschap van rouw en leest over de ervaringen die de mannen hierin hebben opgedaan. Ik ben zelf een van de vaders die zijn verhaal over rouw en verlies vertelt.

In dit boek ontmoet je twaalf heel verschillende mannen. De verhalen staan in willekeurige volgorde. Voor een aantal mannen is het rouwproces pas vrij recent begonnen, bij anderen begon het al vele jaren geleden. Er zijn mannen die één of meerdere kinderen hebben verloren door een miskraam of een stilgeboorte, maar ook mannen die hun kinderen enige minuten, uren of jaren in leven hebben meegeemaakt. Je zult je wellicht in het ene verhaal beter kunnen inleven dan in het andere en dat is prima. Maar ik ben ervan overtuigd dat in elke verhaal wel iets zit waar je als rouwende vader mee aan de slag kunt.

Dit boek is geschreven door vaders voor vaders. Als je, net als ik, één of meerdere kinderen hebt verloren wil ik allereerst zeggen dat ik dit heel erg voor je vind. Omdat ik zelf weet wat het betekent om kinderen te verliezen, wil ik naast je staan en je vertellen hoe ik mijn rouwperiode heb ervaren. Dat geldt voor alle mannen in dit boek. We willen vanuit onze ervaring als het ware met je meelopen in je rouwproces. Tegelijk hoop ik dat ook moeders dit boek zullen lezen omdat het een uniek kijkje geeft in het vaderhart. Wellicht dat dat voor sommige stellen de relatie versterkt en de verbinding en toenadering tot elkaar weer groeit. Daarnaast hoop ik dat het boek ook helpend zal zijn voor professionals, zoals uitvaartondernemers, ziekenhuispersoneel, verloskundigen, psychologen, kraamhulpen en coaches.

In een aantal verhalen lees je over hoe vaders rouwen om een miskraam. Hierover is nauwelijks iets bekend, maar uit eigen ervaring en door de verhalen van andere mannen weet ik dat het verdriet om een miskraam voor veel vaders een verborgen verdriet is waar geen of weinig aandacht voor is.

In 'Pappa's rouwen ook' lees je diepe en kwetsbare verhalen van mannen met hun verlies en rouw. Maar deze mannen vertellen ook over hoe ze weer vreugde vonden en nieuwe hoop kregen in het leven. Sommige mannen kregen deze nieuwe vreugde en hoop door hun geloof in God, anderen door een sportieve uitdaging, een nieuwe levensinvulling of een volgend kindje om pappa voor te zijn. Voor al deze mannen geldt dat, ondanks het verlies van hun kind, vreugde ervaren weer mogelijk werd.

Ik heb mijn vriend en rouwdeskundige Jakob van Wielink bereid gevonden om de verhalen te omkaderen met een in- en uitleiding. We trekken al een tijd met elkaar op. Jakob heeft mij geholpen in mijn eigen reis van het doorleven van het verlies van mijn meisjes en de uitdagingen die ik daarbij tegenkwam. De twaalf verhalen zijn alle twaalf niet mooi afgerond. Dat kan ook niet, want een rouwproces is nooit af. Ik vind het een voorrecht dat Jakob de verhalen vanuit zijn ervaring als deskundige van context wil voorzien. En dat hij jou als lezer tips geeft voor als je zelf door rouw gaat of iemand kent die een verlies heeft geleden en je wilt weten hoe je die ander kunt steunen. Misschien herken je je niet in alle verhalen of in alle keuzes die de vaders maakten, maar ik hoop dat je onder de indruk zult zijn van de enorme vaderliefde die je in de verhalen zult proeven.

Door het enorme aantal reacties die ik op voorhand al kreeg, hebben we besloten een stichting op te richten waarmee we meer willen doen dan alleen een boek uitgeven. Met Stichting Rouwkost willen we graag samen optrekken met ouders die hun kind(eren) moeten missen. We willen verbinden en ondersteunen waar we kunnen. Je kunt achterin dit boek meer lezen over de stichting. Daarnaast hebben we ook een indrukwekkende documentaire gemaakt waarin een aantal van de

vaders uit het boek met elkaar in gesprek gaan over de rouw om hun overleden kind(eren). Ik ben ervan overtuigd dat deze documentaire je meer inzicht geeft in het rouwproces van de man. Het zal je helpen in het omgaan met je verlies. Via de QR-codes die op een aantal plekken in dit boek staan, kun je deze documentaire in zijn geheel bekijken of bonusmateriaal bekijken over een specifiek thema. Achterin het boek vind je een overzicht met alle QR-codes en de bijbehorende fragmenten.

Mijn dank en respect gaat uit naar de mannen die mij het vertrouwen hebben gegeven om hun verhaal met de lezers te delen. Ze kozen er bewust voor hun pijn op te zoeken en hun verhalen te vertellen om de lezer iets mee te geven. Daar is moed voor nodig, om de confrontatie aan te gaan met het diepe verdriet dat ze meedragen door het verlies van hun kind(eren) waar ze zoveel van houden. Ik dank deze moedige mannen, deze vrienden, uit het diepst van mijn hart.

Nijmegen, juni 2022
Bjorn Visser



INLEIDING

JAKOB VAN WIELINK

HET LAND WAAR NIEMAND ÉCHT DE WEG WEET

*Zusjes en broertjes, meisjelief
Met hoeveel woon je daar? [...]*

*Het antwoord dat het meisje gaf
Zeven kinderen zijn we rijk
Een tweetal ligt al in hun graf
Op 't kerkhof bij de eik [...]*

*Maar hoeveel kinderen zijn er dan?
Als John noch Jane meer leven
Daar wist ze wel het fijne van
We zijn nog steeds met zeven*

*Maar ze zijn dood, die twee zijn dood
Ze zijn niet meer in leven
Het maakte haar totaal niet uit
Ze hield het vol en riep toen luid
Nee, nee, we zijn met zeven*

Fragment uit: *We zijn met zeven* (*We are seven*) van William Wordsworth
(vertaling: Ans Bouter)

Het wonderschone gedicht van Wordsworth – een dialoog tussen een man en een meisje – treft als weinig ander proza het hart van de vraag die ook in dit boek dat voor je ligt wordt geraakt. Hoe spreek je over kinderen die niet meer hier op aarde zijn? Hoe spreek je over jezelf als vader? Hoeveel kinderen heb je? Hoe groot is je gezin? Hoe leer je taal te vinden die recht doet aan wat je voelt en denkt en wat anderen – je partner, je kinderen, vrienden, collega's – voelen en denken? Taal die écht is, van jou, en taal die ook verbinding mogelijk maakt met je omgeving. Dit boek gaat over mannen die deze taal moesten vinden, en nog steeds aan het vinden zijn: de taal van rouw.

Over rouw kunnen we niet uitgeschreven raken. De laatste jaren zien we een explosieve toename van het aantal boeken dat verschijnt over misschien wel de grootste vraag van het leven, namelijk over onze omgang met het lijden. Lijden is onvermijdelijk omdat verlies lijden onvermijdelijk is. Vanaf onze geboorte is het er al. Sterker nog, onze geboorte is meestal het eerste verlies waarmee we worden geconfronteerd. We worden vanuit de relatief beschutte omgeving van de baarmoeder in een wereld gebracht die nooit meer zo veilig zal zijn als daar, maar ons verlangen naar een dergelijke veiligheid zal nooit meer verdwijnen. En zelfs die baarmoeder – zo zullen we ook in dit boek lezen – is niet altijd de veilige plek die je verwachtte, droomde en hoopte dat het zou zijn. Want hoe verhoud je je ertoe als juist uit die plek van ultiem leven dood voortkwam?

Leven is verliezen. Want verliezen zijn het gevolg van dat waar we ons aan hechtten en mee verbonden of juist van dat waarmee we ons graag hadden willen verbinden. Elke hechttingsband zal ooit verloren gaan, al geloof ik zonder bewijs daarvoor dat dit niet geldt voor God. We zouden de conclusie kunnen trekken dat jezelf niet toevertrouwen aan anderen en het risico van verbinding – en daarmee kwetsing en teleurstelling – niet aangaan ons het beste tegen verlies kan beschermen. Maar dat is wat in het Engels een *catch-22* genoemd wordt, een dilemma. Want verbindingen in het leven vermijden is het leven zelf vermijden. Risico's nemen vermijden is de kans op een vreugdevol leven vermijden. En de dood niet onder ogen komen, is de volheid van de liefde niet ontmoeten.

Rouwen is de weg die we moeten gaan om weer, of opnieuw, of anders, te landen in het leven dat zich vóór ons uitstrekt. Het is in essentie een leerproces dat vol zit met paradoxen, kuilen, bergen en andere uitdagingen. De grootste van die uitdagingen is waarschijnlijk dat rouw zo uniek is als ieder mens. We hebben allemaal ons eigen antwoord te vinden op hoe verlies ons raakt en vormt op de laag van onze identiteit: de vraag naar wie je bent. De reis door het rouwlandschap kan voelen als een tocht door de woestijn: droog, gedesorienteerd, zonder wegwijzers waarheen je moet gaan of hoe je het moet zoeken.

De dood niet onder ogen komen, is de volheid van de liefde niet ontmoeten.

Ik ken mijn goede vriend Bjorn alweer een hele tijd. Hij klopte op mijn deur met een vraag over leiderschap en de uitdagingen waar hij tegenaan liep. Al snel kwamen we stil te staan bij zijn dochters Anna en Lynn die maar zo kort hier op aarde konden zijn. Wat anders konden we doen dan stil zijn, emoties opzoeken en toelaten én op zoek gaan naar iets van betekenis? Hoe had deze verlieservaring Bjorn gevormd in zijn leiderschap? In de begeleiding ontdekte hij dat de rouw als een soort drukmiddel werkte waardoor oude (ongezonde) patronen zichtbaarder werden. Patronen die hij lang had kunnen wegstoppen of negeren, maar die tal van relaties beïnvloedden, zoals zijn huwelijk en de manier waarop hij leiding gaf aan zijn team. Gaandeweg de sessies en het oefenen in de praktijk, werd voor Bjorn inzichtelijk hoe hij graag wilde verbinden, maar soms geen idee had hoe hij uit verbinding ging. 'Soms liep ik net te lang net iets te graag met mijn ziel onder de arm,' zei Bjorn, 'en moest ik ook leren over pro-actiever zelfleiderschap. Dingen aanpakken, zaken gaan delen.' Voor Bjorn was er een geschenk in het verlies uit te pakken: een uitnodiging om dieper in zichzelf af te dalen en meer te leren over verbinding. 'Ik heb ook veel geleerd over conflict,' zei Bjorn me later. 'Ik zei altijd dat ik daar niet van ben, maar dat bleek iets wat ik mezelf wijs was gaan maken.'

Bjorns zoektocht liet mij indringend zien wat een andere grote uitdaging is bij rouw: verlies komt nooit alleen. Elk verlies raakt aan andere verliezen,

haalt – meestal onbewust – herinneringen aan ouder verlies naar boven. Het confronteert ons met de vraag hoe we eerder met pijnlijke emoties om leerden gaan, hoe we steun leerden vragen en toelaten en hoe we onze veerkracht ontdekten. Dus als we rouwen worden we ook met onze geschiedenis geconfronteerd.

Verlies komt nooit alleen. Elk verlies raakt aan andere verliezen.

In onze gezamenlijke reis werd ook ik meerdere keren in mijn eigen rouw geraakt over het feit dat ik – hoewel ik een gelukkige stiefvader ben – met mijn vrouw géén kinderen kreeg. Een rouw die me vaak op heel onverwachte momenten kan overvallen. Bijvoorbeeld als een vader liefdevol over zijn kind vertelt of als ik kinderen in de kerk zie lopen. De rouw over mijn ongewenst niet biologisch vader zijn, heeft me diep doen twifelen over wie ik ben als man, als partner. In het aangaan van die reis mocht ik ontdekken dat ik mijn vaderschap op geheel andere wijze in mijn leven in mag vullen. De pijn blijft, maar houdt me niet op mijn plek. Het is een motor voor groei geworden. Mijn verlies is een bron van inspiratie geworden.

Leiderschap is het vermogen invloed uit te oefenen in de verschillende rollen van het leven, bijvoorbeeld als ouder. Elk leiderschap begint bij zelfleiderschap. Het begint met invloed uit te kunnen oefenen op jezelf. Verlies daagt die invloed uit omdat het de mens voor de vraag stelt hoe hij weer geïnspireerd in het leven kan staan nadat verlies hard aan de deur klopte. Wat kan mijn aandeel erin zijn dat er iets vruchtbaars overblijft van de wond die werd geslagen? Hoe kan ik een liefdevolle partner blijven, een zorgzame en beschikbare vader, een collega met wie het goed samenwerken is, een vriend met wie het fijn is een biertje te drinken?

Leiderschap en betekenisgeving gaan hand in hand omdat leiderschap en inspiratie hand in hand gaan. Wie niet geïnspireerd is, kan niet inspireren en wie niet inspireert, kan niet leiden. Betekenisgeving is de reis die je met vallen en opstaan maakt, waardoor je leert zeggen: hier ben ik, niet ondanks wat me is overkomen, maar dankzij. De metgezel op die reis is de rouw.

Die is als een slingerbeweging tussen twee ogenschijnlijk tegengestelde bewegingen: het verleden en de toekomst. Twee bewegingen die soms als magneten naar elkaar toe trekken en soms als polen elkaar wegduwen. Er zijn momenten, minuten, dagen dat je je in het verleden waant, teruggetrokken wordt, je bekneld weet. En er zijn momenten dat je weer iets van plannen maakt, dat zich een droom aandient, dat je een onverwacht geluksmoment ervaart. Soms lijkt het alsof het allemaal op hetzelfde moment plaatsvindt. Dat is de verwarring van de woestijn.

Is heling na het verlies van een kind of het verlies van de kans om ze te krijgen mogelijk? Ja, dat is het zeker. Het betekent geenszins dat het gemis of het verdriet verdwijnt. Het betekent niet dat rond wordt wat niet rond kan zijn. Maar het betekent wel dat de rouw niet meer zo overspoelend is dat je geen schoonheid meer kunt zien, of je werkzaamheden niet kunt oppakken, of niet fijn kunt vrijen met je partner, of niet meer van een vakantie kunt genieten, of.... Je hebt nog wel rouw, maar de rouw heeft jou niet meer in zijn greep. Er is vreugde mogelijk in je leven. Vreugde die richting geeft en koers houdt.

Dit boek getuigt van de weg door de woestijn van moedige mannen. Ik zeg dat woord 'moedig' met nadruk. Want mannen die leren rouwen leven langer en leven gezonder. De invloed van verlies waarover niet gerouwd is, laat zich bij mannen indringender zien dan bij vrouwen. Tal van gevaren liggen op de loer als mannen niet rouwen. Denk maar aan verslavingen van velerlei aard. Een van de belangrijkste redenen waarom mannen korter leven dan vrouwen, is hun moeizamere omgang met pijnlijke emoties.

Een van de belangrijkste redenen waarom mannen korter leven dan vrouwen, is hun moeizamere omgang met pijnlijke emoties.

Mannen hebben andere mannen nodig. De mannen die hun verhaal delen in dit boek, ontmoetten elkaar op verschillende momenten, in wisselende samenstellingen. Sommigen deelden ook openhartig hun verhaal in de documentaire *Pappa's rouwen ook*. Ik was diep geraakt op de zaterdagmiddag

dat wij elkaar mochten zien en horen. Ik zag een groep mannen die elkaars hart deelden. Die samen lachten, zongen, huilden, stotterden, spraken en elkaar vasthielden. Ja, dat is wat échte mannen doen: ze delen hun kwetsbaarheid. De helende kracht die van dat delen uitgaat, is zo machtig dat er slechts liefde uit voort kan komen.

Dit boek is een boek over rouw, en het is een boek over leiderschap. Over mannen die weer, of opnieuw, of anders invloed hebben. Het is een uniek boek, omdat Freek, Bram, Tom, Robbie, Filemon, Aart, Bjorn, Pieter, Wesley, Paul, Pieter en Adriaan dat zijn. En omdat al hun kinderen dat zijn. Dit boek laat zien dat een betekenisvol leven na het verlies van een kind pas mogelijk wordt als we dat kind blijven eren. En misschien blijken precies zij die we moesten verliezen dan wel onze wegwijzers in de woestijn te zijn!

Alverna, juni 2022,
Jakob van Wielink

*Leiderschapscoach en rouwcounselor
De School voor Transitie & Portland Institute for Loss and Transition*



FREEK VAN DER BRUGGE (1987)

WOONT IN HOUTEN - GETROUWD MET LIESBETH - VADER VAN SAAR (2012),
NINE (3-1-2012 + 10-11-2011), NOVA (2014) - MUZIKANT, TRAINER,
INTERIM-MANAGER - HOBBY'S: SPORT, REIZEN EN MUZIEK

'IK ZORGDE SLECHT VOOR MEZELF'

Freek is muzikant en ondernemer. Hij is getrouwd met Liesbeth en vader van drie meisjes: Saar, Nine en Nova. In zijn leven ging alles voor de wind. Het leven was mooi. Hij had de illusie dat hij het stuur van zijn leven zelf in handen had: hij was getrouwd met een prachtige vrouw, had een goede baan en als muzikant bij de band LEV was hij succesvol. Als klap op de vuurpijl zou hij pappa gaan worden van een tweeling. Toen verloor hij de macht over dat stuur.

Liesbeth en ik houden wel van een uitdaging. We zijn allebei vrij impulsief en vinden het leuk om dingen af en toe net iets anders dan anders te doen. We zijn getrouwd in een klein kapelletje in de buurt van Las Vegas. Gewoon, omdat ons dat leuk leek. We vertelden onze ouders dat we dit van plan waren en dat we een paar maanden later thuis het bruiloftsfeest zouden vieren. Onze beste vrienden Reinder en Kinga waren mee naar Amerika. Kinga zong een liedje bij de piano, een dominee sloot het huwelijk en zo zijn we getrouwd.

Liesbeth raakte al vrij snel in verwachting. We wisten dat het kon. Liesbeth hield haar cyclus wel in de gaten, maar we waren er niet constant mee bezig. Het was in ieder geval welkom. Zo leven wij ook wel een beetje: wat komt, dat komt. Toen we vermoedden dat we zwanger waren, gingen we natuurlijk zo'n test halen, maar niet in Houten. Dat was te spannend, want daar kenden

zoveel mensen ons. Dus maakten we er een dagje uit van. We gingen naar Amersfoort en kochten daar bij de Kruidvat zo'n test. We gingen een broodje eten, maar we konden eigenlijk niet wachten tot we weer thuis waren om die test te doen. Die bleek positief.

Na negen weken zwangerschap gingen we naar de verloskundige voor een echo. Ze keek en ineens was ze even stil. Liesbeth vroeg of alles wel goed was. 'Ja, het gaat wel goed, maar volgens mij zie ik er twee.' Toen dacht ik wel even: wat gebeurt hier? Maar ik ben dan ook wel weer zo dat ik daarna meteen denk: o, gaaf! Ik zag meteen een goede reden om een nieuwe, grotere auto aan te schaffen en twee Feyenoordshirtjes voor als het jongens zouden zijn.

Bij zestien weken dacht de verloskundige dat het inderdaad twee jongens waren, ook al was het eigenlijk nog te vroeg om dat al zeker te weten. Bij de echo in week twintig werd ons gevraagd of we het geslacht van de baby's al wisten. 'Ja, jongens.' De gynaecoloog keek ons even raar aan en zei: 'Nou, ik kan met zekerheid zeggen dat dit geen jongens zijn.' We wisten al dat het een eeneiige tweeling was en dat er een groter risico was dat er iets mis zou gaan dan bij een twee-eiige tweeling. De meisjes deelden namelijk dezelfde placenta, ook al zaten ze in een aparte vruchtzak. We begrepen de risico's, maar we raakten daar niet extra gespannen door. De volgende controle zou over twee weken zijn.

We trokken een fles champagne open bij mijn ouders en we zijn het een en ander gaan regelen: een tweelingbuggy, dingen voor de kinderkamer, twee bedjes, dat soort zaken.

Met 22 weken kreeg Liesbeth last van harde buiken. Ze had er geen goed gevoel over, maar ja, hoe weet je wat je moet voelen? Het was haar eerste zwangerschap. In haar omgeving werd gezegd: 'Het is een tweeling, dus dat is logisch. Het zal vast wel goed zijn. No worries!' Dat zei ik ook tegen Liesbeth. Ik stelde haar gerust. Ik denk al snel dat het wel goed komt. We zouden over vijf dagen weer een controle hebben, dus ik stuurde er een beetje op aan om af te wachten tot dat moment. Het was niet zo dat ik haar keihard ompraatte, maar ik stelde haar wel gerust en relativeerde het. Daardoor trokken we dus niet meteen aan de bel.

Toen we vijf dagen later weer bij de verloskundige waren, bleek meteen dat het niet goed was. Dat merkten we aan de verloskundige. De sfeer werd ineens anders. Het grootste kindje bleek veel te veel vruchtwater te hebben en het kleinste kindje veel te weinig. Er moest direct worden ingegrepen. We werden naar een ander kamertje gebracht, waar de gynaecoloog het TTS-syndroom vaststelde [tweelingtransfusiesyndroom]. De grootste baby lag als het ware te zwemmen in een rivier vol vruchtwater en de kleinste was in die twee weken niet of nauwelijks gegroeid en had bijna geen vruchtwater meer. Dat was heel erg gevaarlijk.

We schrokken natuurlijk enorm. Vanuit ons ziekenhuis in Nieuwegein moesten we meteen naar het LUMC in Leiden voor een operatie. Ik weet nog dat ik mijn ouders belde, maar ik kon totaal niet uit mijn woorden komen. Ik was volledig overmand door emoties. Toen we later in de auto naar Leiden zaten en ik weer wat rustiger was heb ik ze nog een keer gebeld om het wat beter uit te leggen. Reinder en Kinga kwamen ook meteen naar Leiden.

Vanaf het moment dat ik hoorde dat het niet goed ging, stortte mijn wereld in. Het was meteen een achtbaan in mijn hoofd. Ik kon mijn gedachten en gevoelens niet meer sorteren, het was één grote chaos. Natuurlijk dacht ik: fuck, had ik maar eerder... dan was het misschien anders geweest. Maar dat weten we eigenlijk niet. Ik weet ook niet of ik dat zou willen weten. Wat schiet je daarmee op? Het is best mogelijk dat het dan anders zou zijn gegaan. Dat bagatelliseren, nuanceren, relativëren en geruststellen... dat deed ik teveel en in dit geval had dat wellicht wel erge consequenties. Ik stop dat niet weg. Ik accepteer het zoals het is, maar voel me daar wel schuldig over.

**Het was meteen een achtbaan in mijn hoofd.
Ik kon mijn gedachten en gevoelens niet meer
sorteren, het was één grote chaos.**

Liesbeth voelde zich ook schuldig omdat ze niet had doorgezet en niet naar haar eigen gevoel had geluisterd. Het is niet zo dat zij per se naar het ziekenhuis wilde en dat ik haar heb tegengehouden. We zijn allebei mensen

die makkelijk relativëren, misschien wel te veel. Geruststellen is ook wel een beetje mijn rol in onze relatie. Dat weten we van elkaar en dat accepteren we. Ik heb in elk geval niet ervaren dat Liesbeth hierdoor heel erg boos op me was, maar misschien moet ik dat nog eens aan haar vragen.

Tijdens de autorit naar het LUMC in Leiden kwam alles als een golf over me heen. Dat was zo bizar. We waren natuurlijk enorm emotioneel en daar zaten alle emoties bij: angst, schuldgevoel, hoop.... Je weet dat je een hele moeilijke tijd tegemoet gaat.

In het LUMC werd ons meteen duidelijk gemaakt dat niets doen geen optie was, anders zou geen van de meisjes het overleven. Liesbeth moest onmiddellijk worden geopereerd en ik moest mee, 'want als het niet goed gaat, moeten we de mogelijkheid hebben om één navelstreng door te knippen en jij moet dan kiezen welke van de beide meisjes mag blijven leven.' Hoe dan?! Hoe kon ik als vader kiezen welke van mijn dochters mocht blijven leven en welke niet? Dat is het verschrikkelijkste dilemma waar ik ooit mee ben geconfronteerd. Er werd uitgelegd dat je je moet voorstellen dat beide kinderen dreigen te verdrinken en dat je de keuze hebt: red je er eentje of laat je ze allebei gaan. Het is een absurde achtbaan zonder dat je weet waar het heen zal gaan.

Hoe dan?! Hoe kon ik als vader kiezen welke van mijn dochters mocht blijven leven en welke niet? Dat is het verschrikkelijkste dilemma waar ik ooit mee ben geconfronteerd.

De operatie lukte niet. De kleinste baby, die we later Saar zouden noemen, lag vacuüm op de placenta, dus die kon niet worden gelaserd. Ze hebben toen een gaatje in Liesbeths vlies geprikt om bijna drie liter vruchtwater af te tappen en te zorgen dat Saar wat vruchtwater van Nine – het grootste meisje – zou krijgen. Als dit niet lukte, moest er een navelstreng worden doorgeknipt. Waarschijnlijk die van Saar, want die liep ver achter in haar ontwikkeling. Zij werd een aantal keer gemeten en was echt veel te klein. Dat was keer op keer bevestigd in de beide ziekenhuizen.

De volgende morgen werd gekeken hoe het er nu uitzag. De buikspanning was wel een stuk minder geworden. Toen ze weer gingen kijken, bleek opeens dat Saar groter was dan ze aanvankelijk dachten. Ze was twee weken verder in haar ontwikkeling en dat veranderde de zaak een beetje, zei de gynaecoloog. Blijkbaar hadden ze een meetfout gemaakt. We mochten naar huis, maar bleven onder controle. Net die morgen hadden we van collega-muzikanten een appje gekregen dat ze aan het oefenen en bidden waren en dat ze heel sterk aan ons moesten denken. Ze hoopten dat alles goed ging en zouden voor de kindjes bidden. Wij vonden dit zo bijzonder want zij wisten niets van wat we meemaakten. Zeker toen daarna dus bleek dat Saar twee weken verder was dan de vier of vijf metingen die eerder waren gedaan.

Toen we weer thuiskwamen, was er vijftig procent kans dat de meisjes het niet zouden redden. De medici konden er verder niet veel over zeggen. Ze hadden hier nog niet veel ervaring mee. Het was simpelweg een kwestie van rekken: de zwangerschap zolang mogelijk te laten duren. Liesbeth moest zoveel mogelijk platliggen en mocht eigenlijk niets doen. Ze durfde bijna niet naar de wc te gaan uit angst voor complicaties. Door de operatie zat er een gaatje in haar baarmoeder. Dat voelde best eng.

Natuurlijk probeerde ik Liesbeth gerust te stellen, maar ik had mijn lesje wel geleerd en was daardoor voorzichtiger geworden. Ik nam haar gevoel nu veel serieuzer, maar tegelijkertijd wist ik ook dat het geen zin had om bij elk klein gevoel in paniek naar het ziekenhuis te scheuren. Ik was ook realistisch. Toen Liesbeth twee weken later weer harde buiken had, gingen we wel onmiddellijk naar het LUMC. Althans, Liesbeth met haar moeder. Ik was niet thuis, maar met LEV ergens in het land aan het zingen. Ik weet niet meer precies waar, maar wel weet ik dat we 's avonds nog een concert in Dordrecht zouden geven. Het duurde even voordat Liesbeth me wist te bereiken en me vertelde dat ze met haar moeder op weg was naar het LUMC. Ze zouden niet meer opereren die dag, dus ging ik toch maar naar dat concert. Achteraf is dat wel gek. Liesbeth en ik kijken elkaar wel eens aan en vragen ons af of we wel helemaal normaal zijn. We relativeren zo veel dat het bijna eng wordt. Mijn schoonmoeder was bij Liesbeth. Ik kon daar eigenlijk weinig doen. Het concert begon al bijna, dus ik zette mijn verstand op nul, deed dat concert en reed vervolgens als een gek naar Leiden.

In het ziekenhuis wachtten de artsen die nacht nog met ingrijpen om te zien hoe het zich zou ontwikkelen. Al snel kwamen ze erachter dat Liesbeth echt nog een keer moest worden geopereerd. Omdat het vlies was doorgesprongen, zaten de baby's samen in het vruchtwater. Liesbeths buik stond op knappen. Nine kreeg veel te veel voeding en bloed te verwerken. Met Saar ging het ook niet goed. Ze groeide bijna niet meer. De artsen vertelden ons dus dat ze nog een operatie moesten doen, maar wij waren pas het derde stel in Nederland bij wie dat zou worden gedaan, dus ze wisten echt niet of het zou lukken. De kans dat de vliezen nu helemaal zouden breken, was veel groter en met 26 weken was het echt nog te vroeg om de meisjes te halen. Ook nu moest ik mee om eventueel te kiezen welke navelstreng doorgesneden zou worden. Op dat moment hebben we de meisjes hun namen gegeven. We noemden het grootste kindje Nine Julie en het kleinste kindje Saar Olivia. Daarmee werd het ook meteen veel persoonlijker. We hadden het niet meer over het grootste of het kleinste meisje, maar over Nine en Saar.

We hadden het niet meer over het grootste of het kleinste meisje, maar over Nine en Saar.

De operatie ging gelukkig goed. Het was bizar om mee te kijken op een scherm en te zien hoe een laserstraal door Liesbeths baarmoeder ging waarmee letterlijk de placenta werd doorgebrand. Bepaalde bloedvaten probeerden ze dicht te schroeien zodat de meisjes allebei hun eigen helft zouden krijgen. Dat leek te lukken. De artsen waren tevreden en zeiden dat de operatie was geslaagd. We kregen een kamer voor ons samen zodat ik kon blijven slapen. Natuurlijk informeerden we eerst familie en vrienden dat de operatie was gelukt.

De volgende morgen zei Liesbeth dat het niet levendig voelde in haar buik. Het voelde niet goed. Ze werd meteen onderzocht en toen bleek dat Nine was overleden. Het deed zo'n pijn. Het was echt hartverscheurend om mee te maken. Ook sloeg meteen de paniek om Saar toe. Steeds was ons verteld dat zij de kleinste kans had om te overleven, dus wat zou er nu met haar gaan gebeuren? Dat was een heel vreemd gevoel, want we hadden ons er toch heel erg op ingesteld dat vooral Saar gevaar liep en nu had het kindje met de meeste overlevingskansen het niet gered.

Ik voelde me helemaal verdoofd en extreem moe. Ik weet nog dat we huilden, maar ik ervaarde het niet zo hartverscheurend als bij de eerste keer dat we hoorden dat het niet goed zat. Er waren veel tranen, maar de eerste keer was ik echt gebroken en kon ik geen woord meer uitbrengen. Dat was nu anders. Misschien had ik me onbewust toch voorbereid op de mogelijkheid dat een of beide meisjes het niet zouden redden.

Tegenwoordig weten de medici dat bij TTS juist het grotere kindje het meeste risico loopt. Dit kindje krijgt zoveel voeding en bloed dat het hartje een beetje lui wordt en het dan niet goed meer kan verwerken als de verdeling wat gelijkmatiger wordt. De kleinste moet juist harder vechten om te leven en krijgt daardoor een sterker hart. Saar was dus keihard aan het vechten, maar Nine was daar niet op getraind.

Ik vind dat we wel heel makkelijk dingen aan God toedichten als iets goed lijkt te gaan, maar als het niet goed gaat, weten we het niet meer en zijn we in de war.

Toen de tweede operatie was gelukt, reageerde onze omgeving heel blij. Sommigen zeiden ook dat ze hiervoor hadden gebeden en zagen het slagen van de operatie als een verhoring van hun gebed. Maar de volgende morgen bleek dat Nine was overleden. Dat vind ik wel lastig. Ik vind dat we wel heel makkelijk dingen aan God toedichten als iets goed lijkt te gaan, maar als het niet goed gaat, weten we het niet meer en zijn we in de war. Ik heb een soort allergie gekregen voor uitspraken waarin dingen snel worden geduid als iets van God of niet. Hoe weten we dat eigenlijk? Natuurlijk baden wij ook en waren we dankbaar toen we hoorden dat de operatie was gelukt, maar het was ook opeens heel ingewikkeld toen Nine de volgende morgen niet meer leefde. Dat waren misschien wel de heftigste momenten: ik had hoop en het gevoel dat het was gelukt, ook al was het nog spannend. En de volgende dag stortte mijn hele wereld in.

Vervolgens werden we weer naar huis gestuurd. Liesbeth had nog steeds twee kinderen in haar buik: een levend kindje dat vocht voor haar leven en

een overleden kindje. De weken gingen langzaam voorbij en ik ben iemand die graag bezig is. Stilzitten is niet echt iets voor mij. Ik zorgde in die periode erg slecht voor mezelf. Ik was altijd heel sportief en lette op mijn voeding, maar nu deed ik dat niet meer. Ik trok nu 's avonds een zak chips open en tikte gerust twee, drie Tripel biertjes naar binnen. Ik zorgde voor Liesbeth, ik deed wat gedaan moest worden, maar ik vergat voor mezelf te zorgen. Ik cijferde mezelf teveel weg.

In die tijd kwam ik zeker tien kilo aan. Ik ben best wel een emo-eter en -drinker. Ik vond mezelf zielig en dacht: wat kan mij het ook schelen. Waarom zou ik gaan sporten? Ik ben ook wel gevoelig voor alcohol. Ik bezatte me niet, maar nam wel elke avond een wijntje en een biertje. Misschien om een beetje troost te vinden en een soort verdoving. Aan de ene kant zorgde ik heel praktisch voor Liesbeth, aan de andere kant zat ik ook met mijn eigen emoties. Borrelnootjes en bier zijn dan wel verleidelijk. Als je dat elke dag doet, gaat het snel bergafwaarts. Het was een soort uitvlucht, denk ik, of misschien was ik op zoek naar een toevlucht waar ik kon schuilen.

► *Ben je benieuwd hoe andere vaders voor zichzelf zorgden tijdens hun rouwproces? Scan dan de qr-code*



Het was voor mij de eerste keer dat ik zoiets heftigs meemaakte. In mijn leven ging eigenlijk alles voor de wind. Ik deed een opleiding en slaagde zonder me er echt voor in te zetten. Ik solliciteerde ergens en werd meteen aangenomen. Het leven verliep gemakkelijk en ik had het allemaal prima onder controle. Ik neem graag de regie en regel dingen goed voor mezelf. Dit was de eerste keer dat dit ineens niet meer kon. Dat heeft me veel gedaan: het besef dat me dit overkwam en ik er geen enkele controle over had. Het is niet dat ik een controlfreak ben of een perfectionist, maar ik houd er wel van om de touwtjes in handen te hebben. Niet alles hoeft van tevoren per se duidelijk te zijn. Ik ben ook flexibel en impulsief. Maar nu we steeds moesten wachten tot de volgende controleafspraak voor Saar, zocht ik naar houvast. Ik leefde toe naar de echo's, naar informatie. Je leert ze ook zelf te lezen en je tuurt naar het echoscherm om iets te zien waar

je je aan vast kunt klampen. Dat was ook heel moeilijk, want elke keer zag ik ook Nine bewegingsloos in haar gedeelte van de baarmoeder liggen.

Op oudejaarsdag waren we met de band bij elkaar om liederen te schrijven. Liesbeth was er ook even, maar die ging al snel weer naar huis om te liggen. We hoorden al een tijdje niets van haar, dus een van de bandleden stelde voor dat ik even naar haar toe zou gaan. Dan kon ik even bij haar zijn en dan zouden we daarna met elkaar gaan eten.

Thuis ging het met Liesbeth wel redelijk. Ze was niet helemaal lekker, maar het ging wel. Letterlijk tien minuten nadat ik thuiskwam, braken haar vliezen. We raakten even in paniek want ze was nog maar dertig weken zwanger. We wisten dat Saar nog geen kilo woog, dus het was superspannend. Meteen belden we het St. Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein. 'Onze vliezen zijn gebroken!' riep ik paniekerig door de telefoon. Liesbeth moest keihard lachen.

We reden naar het ziekenhuis in Nieuwegein waar ze constateerden dat Liesbeth nog dezelfde dag zou bevallen. Vanwege onze situatie moest dat in een academisch ziekenhuis gebeuren. Liesbeth werd met de ambulance vervoerd en ik reed er met de auto achteraan. Vervolgens werden we in het UMC in Utrecht geïnstalleerd. Iemand kwam even kijken en deed een CTG-scan (cardiotocogram) om de hartslag van Saar te meten. Die was prima, dus er was geen haast geboden. We kregen een kleffe oliebol en vervolgens lieten ze ons een beetje aan ons lot over. Liesbeth kreeg nog een spuitje om de longrijping van Saar een boost te geven. Verder gebeurde er eigenlijk niets. Liesbeth kon blijven. Ik moest naar huis. Toen ging ik maar weer terug naar de band. Daar zaten ze ook op nieuws te wachten. In het ziekenhuis werd Saars hartslag in de gaten gehouden en vervolgens wachtten ze zo lang mogelijk.

Op 2 januari kreeg Liesbeth last van krampen. Ik vond dat daar wat laconiek over gedaan werd. Rond een uur of twee werd het wat heftiger en zag je op de CTG-scan ook steeds een dipje in Saars hartslag komen. Toch zeiden ze nog altijd dat ze haar zo laat mogelijk zouden halen, dat was beter voor de longrijping. Vervolgens ging de arts naar huis en mocht ik ook weer vertrekken. Liesbeth had er geen goed gevoel over. Toen de avondzuster

bij haar kwam om te vragen hoe het ermee ging, zag ze meteen dat het niet zo goed ging met Liesbeth. Er werd opnieuw een scan gedaan en nu bleek het inderdaad kritiek te worden. Door de weeën ging Saars hartslag veel te snel op en neer. Ze werd meteen klaargemaakt voor een spoedkeizersnee. Ik had thuis een tijdje op de Playstation gespeeld en lag net in bed toen ik werd gebeld. 'Ze gaan de baby's halen, kom zo snel mogelijk hierheen.' En daar ging ik weer...

Ze hadden even op me gewacht, maar toen ik binnenkwam werd Liesbeth meteen de OK ingereden. Saar werd heel snel gehaald en begon onmiddellijk te huilen. Dat was een enorme opluchting. Ze was met 31 weken heel klein: 37 centimeter en nog geen kilo zwaar. Ze paste zo op mijn hand.

Er werden wat testjes gedaan en daarna ging Saar meteen de couveuse in. Ik mocht meelopen naar de NICU (Neonatale Intensive Care Unit), waar ze voor Saar zouden gaan zorgen. Ondertussen werd Nine gehaald, maar dat heb ik dus niet meer gezien. Liesbeth had ondanks de ruggenprik veel pijn en werd alsnog in narcose gebracht. Saar was een heel klein, superdun mensje. Ik vond het heel moeilijk om me aan haar te hechten, want ik dacht: ze redt het niet. Ze werd meteen aan allerlei draadjes gelegd, werd beademd en kreeg een slangetje in haar neus. Ze wisten niet zeker of ze het zou overleven. Ineens moest ik weer weg en stond ik op de gang.

Liesbeth lag op een uitslaapkamer, maar niemand vertelde me waar dat was en wat ik moest doen of waar ik heen moest. Daar stond ik dan: midden in de nacht, ergens op een ziekenhuisgang, te wachten op... ja, op wat eigenlijk? Ik had geen idee. Als je het hebt over controle of regie... nou, die was ik finaal kwijt. Ik wist niet of Saar het zou overleven, ik had geen idee waar Liesbeth was en of het goed met haar ging en ik had Nine nog helemaal niet gezien. Op dat moment zag ik alles uit mijn handen glippen. Het was alsof ik het allemaal niet echt meemaakte, alsof in het in een andere dimensie gebeurde en ik er in een hoekje naar stond te kijken.

Daar stond ik dan: midden in de nacht, ergens op een ziekenhuisgang, te wachten op... ja, op wat eigenlijk?