

'IK SLAAP NOG STEEDS aan zijn kant VAN HET BED'

THESSA'S MAN OVERLEED
VLAK NA DE GEBORTE VAN HUN
TWEELING



Thessa (36) en haar man Johan waren vijf jaar geleden net weer trotse ouders geworden van een tweeling, toen Johan instortte. Hij kreeg een hartaanval en overleed. Thessa bleef achter met hun vijf kinderen: Emma (11), Matthijs (9), Thomas (9), Daniel (4) en Jonah (4).

'Laatst was ik met de kinderen een weekje naar Center Parcs. We waren nog geen vijf minuten in het vakantiehuisje of de oudste drie liepen al met stapeltjes kleding rond om de kasten te vullen, terwijl ze ondertussen hun twee jongere broertjes in de gaten hielden. Wat was het mooi geweest als hun vader dat had kunnen zien, dacht ik toen. Zo goed als we als team functioneren. Toen hij overleed, had ik niet kunnen bedenken dat we ooit weer een hecht gezin zouden vormen. Maar de kinderen en ik zijn zó naar elkaar toe gegroeid. Onze band is nu sterker dan ooit.'

EEN SLECHTE FILM

'Johan en ik hadden al een dochter en een tweeling, dus het was even schrikken toen we vijf jaar geleden weer twee vruchtjes op de echo zagen. Maar al snel verheugden we ons enorm op de gezinsuitbreiding. Toen de jongens werden geboren, konden we ons geluk niet op. Johan belde vanuit het ziekenhuis onze familie en vrienden om het goede nieuws te vertellen. Apetrots was hij op zijn zoons. Mijn beste vriendin kwam langs met onze drie andere kinderen, die bij haar logeerden. Zij knuffelden hun nieuwe broertjes meteen. Toen ze weer naar huis gingen, konden Johan en ik samen genieten van onze wondertjes. Ik zweefde op een roze wolk, maar nog geen kwartier later belandde ik in een nachtmerrie. Nog gedeeltelijk gevoelloos door de ruggenprik lukte het me niet om een van de baby's aan mijn borst te leggen. Johan kwam naar me toe om te helpen en greep zich plotseling vast aan het tafeltje naast mijn bed. Hij kon nog net zeggen dat hij zich niet goed voelde, zakte in elkaar en viel op de grond. Ik riep verbaasd zijn

naam, maar hij reageerde niet. Toen ik zijn lichaam zag schokken en hem naar adem zag happen, wist ik dat het goed mis was. Ik schreeuwde en drukte wel tien keer op het knopje naast mijn bed. Voor ik het wist, renden er artsen naar binnen die Johan reanimeerden. Het leek wel een slechte film. Johan werd naar de intensive care gebracht, ik bleef verbijsterd achter. Ik was compleet in paniek en dacht niet meer aan de baby's die naast me lagen. Wat was er aan de hand? Was Johan door alle emoties flauwgevallen? Een verpleegkundige probeerde me te kalmeren. Na twintig minuten verscheen een arts in de deuropening. In één adem zei hij: 'Mevrouw, ik heb heel slecht nieuws. Uw man heeft een hartaanval gehad en is overleden.'

KRAAMCADEAUS EN EEN BEGRAFENIS

'Mijn wereld stortte in. Johan was dood... Hoe was dat mogelijk? We waren net ouders geworden van twee prachtige zoontjes! Mijn ouders, die inmiddels waren gearriveerd, probeerden me te troosten. De uren daarna beleefde ik in een roes.

'WAT GEBEURDE ER? WAS JOHAN FLAUWGEVALLEN? IK WAS COMPLEET IN PANIEK'

Ik werd in mijn bed naar de intensive care gereden, zodat ik Johan nog even kon zien. De baby's nam ik mee, ik wilde dat zij nog één keer bij hem konden zijn. Johan lag met zijn mond open. Ik zag meteen dat het leven uit zijn lichaam was verdwenen. Zijn hand voelde slap en koud aan en op dat moment >



drong het tot me door: hij is er écht niet meer. Ik nam afscheid, terwijl ik de baby's naast me liet liggen in hun bedjes. Het gaf me troost dat zij er bij waren.

'Papa's hart is kapot gegaan en kon niet meer worden gerepareerd,' zei ik tegen de kinderen. Alle drie barstten ze in huilen uit. Terwijl ik ze probeerde te troosten, brulde ik met ze mee. 's Middags kwam familie langs om hun medeleven te betuigen en me tegelijkertijd te feliciteren. Zó

'ER KWAM FAMILIE LANGS OM TE CONDOLEREN EN TE FELICITEREN. ZÓ DUBBEL'

dubbel. Terwijl de tweeling werd vertroeteld en ik kraamcadeautjes uitpakte, probeerde ik te glimlachen, maar mijn moedergevoel was helemaal verdwenen. Ik kon alleen maar aan Johan denken. De volgende ochtend lag ik de tweeling te voeden toen de begrafenisondernemer naast mijn bed ging zitten. Moet je me nou zien zitten, dacht ik. Ik was uitgeput en gaf de baby's aan de verpleging,



zodat ik mijn laatste restje energie kon besteden aan het voorbereiden van de begrafenis.'

AFSCHEID NEMEN

'Drie dagen later zat ik naast mijn zwager in de auto op weg naar huis, met achterin de tweeling in hun maxicosi's. Met tranen in mijn ogen staarde ik voor me uit. Vijf dagen eerder was ik de andere kant op gereden en was mijn leven nog geweldig. Nu was ik ineens weduwe. Ik had me nog nooit zo afschuwelijk gevoeld. Toen ik thuiskwam en de geur opsnoof in de gang, moest ik heel hard huilen. Het hele huis ademde 'ons', terwijl 'ons' er niet meer was. Familie en vrienden hadden ondanks het verdriet ballonnen opgehangen en een slinger met de tekst: 'Hoera, een tweeling.' Ik voelde me ellendig, maar ik wilde de geboorte van Daniel en Jonah niet zomaar voorbij laten gaan. Het was afschuwelijk dat Johan was overleden, maar we hadden óók twee prachtige jongens op de wereld gezet. Toen we in een gelaten stemming beschuit met muisjes aten, lukte het me pas echt een beetje van ze te genieten. Ondanks het verdriet was ik ook trots. Drie dagen later was het tijd om echt afscheid te nemen van Johan. Toen de rouwwagen de straat kwam inrijden, had ik even behoefte aan een moment voor mezelf. Leunend tegen de auto fluisterde ik: 'Schat, nu ben je nog even thuis, waar het allemaal zo fijn was.' De kraamhulp nam de kleintjes mee naar de dienst, ik wilde graag dat ze er bij zouden zijn. Het was loodzwaar, maar ik kijk er wel met een goed gevoel op terug. Ik weet zeker dat we Johan het afscheid hebben gegeven dat hij wilde.'

DOOR VOOR DE KINDEREN

'De maanden daarna waren loodzwaar, maar ik voelde me ook sterk. Ik moest er zijn voor de kinderen, zij hadden me meer dan ooit nodig. Terwijl we samen het fotoboek van de begrafenis doorbladerden, stelden ze vragen: 'Is papa al botjes geworden?' En: 'Heeft hij geen dekenje nodig voor de kou?' Ik probeerde overal een antwoord op te geven en troostte ze als de tranen weer kwamen. Ik

zei dat het goed was om samen te huilen. Dat luchtte op en het hielp de kinderen met de verwerking. Gelukkig kreeg ik veel steun van familie en vrienden. Mijn vriendinnen hadden een rooster opgesteld, zodat er elke avond iemand bij me was. Het was fijn om mijn hart bij hen te luchten, zo kon ik proberen het een plekje te geven. Langzaam kwam er steeds meer rust terug in huis.

Ik zag als een berg op tegen de eerste verjaardag van de kleintjes: het was immers óók Johans sterfdag. Ik was niet in de stemming om feest te vieren en omdat de jongens zich toch niet bewust waren van hun verjaardag, stelde ik die uit. Met familie en vrienden bezochten we Johans graf, daarna dronken we thuis koffie. Ik had foto's opgehangen waarop Johan lekker gek deed en iedereen moest daar door de tranen heen om lachen. Het zorgde voor een warme, vertrouwde sfeer en het maakte de dag wat luchtiger. Een paar dagen later hielpen vriendinnen mij om slingers op te hangen. Ik miste Johan, maar vond het toch belangrijk om de verjaardag van de tweeling te vieren. Inmiddels zijn ze bijna vijf en vieren we hun verjaardag wel weer op de dag zelf. Johan herdenken we op andere momenten. Op zijn verjaardag, dan eten we een gebakje. En vorig jaar hebben de kinderen met Vaderdag glazen potjes versierd, die we daarna met een waxinelichtje bij het graf hebben gezet. Nu de twee jongsten ouder worden, beseffen ze steeds meer dat ze geen vader hebben. Laatst was Daniel verdrietig toen ik hem in bed stopte. 'Als je dood bent, kom je dan echt niet meer terug?' vroeg hij. Ik vertelde hem dat papa in de hemel is en op ons neerkijkt. Soms kijken we naar oude vakantie filmpjes, omdat de kinderen het fijn vinden om hun vader te zien. In de woonkamer staat een grote foto van Johan en ik heb een aantal persoonlijke spullen van hem bewaard. In het begin vond ik het moeilijk om afstand te doen van zijn kleding. Het voelde alsof ik Johan zelf weggooid. Regelmatig snoof ik de geur op van zijn jas, die na zijn dood nog maandenlang in de gang hing. Pas na een jaar heb ik zijn kleding aan het goede doel gegeven. Zijn horloge heeft een vaste plek in mijn

handtas en ik slaap nog steeds op zijn kussen, aan zijn kant van het bed. Dat geeft me een fijn gevoel, alsof ik dicht bij hem ben.'

OP NAAR DE TOEKOMST

'De kinderen zullen hun vader blijven missen, maar hij is voor altijd in hun gedachten. Na het afzwemmen van Thomas en Matthijs reden we op weg naar huis langs de begraafplaats. De jongens plakten hun diploma's tegen de binnenkant van het autoraam en riepen in koor: 'Kijk pap, we hebben onze zwemdiploma gehaald!' De tranen prikten achter mijn ogen en ik moest vier keer slikken. Ik vond het een prachtig gebaar, maar ik vond het ook vreselijk dat ik die mijlpaal niet met Johan kan delen. Het gevoel: je bent er niet meer bij, zal nooit slijten. Soms kijk ik naar de kinderen en vraag ik me af of hij ze nog wel zou herkennen. Emma wordt een echte puber en gaat binnenkort naar de middelbare school. Vaak denk ik: hoe zou hij daarmee zijn omgegaan? Ze is een strebertje, dat heeft ze echt van haar vader. Het is mooi om Johan terug te zien in de kinderen. Als hij enthousiast was, ging hij steeds harder praten. Matthijs doet dat

'VIJF DAGEN EERDER WAS MIJN LEVEN GEWELDIG. NU WAS IK WEDUWE'

precies zo. Johan was heel open naar iedereen en had een sprankelende persoonlijkheid. Dat probeer ik de kinderen mee te geven: ondanks het gemis en verdriet mag je best plezier hebben en genieten. Soms regel ik een oppas en ga dan sporten of een dagje naar de sauna met vriendinnen. Ik sta er alleen voor met vijf kinderen en dat gaat me goed af, maar ik neem ook bewust tijd voor mezelf. Dat geeft me energie en zorgt ervoor dat ik lekker in mijn vel zit. Ik denk niet dat ik ooit nog zo gelukkig zal worden als met Johan, maar ik zie de toekomst positief in. Ik ben sterk en weet dat ik het red samen met mijn kinderen.' 

