

'Luisteren is verdraaid moeilijk'



foto's merlijn Doomernik



Merlijn Doomernik

De Vlaamse klinisch psycholoog Manu Keirse (71) is een veelgevraagd rouwspecialist. Hij gelooft niet meer in rouwverwerking. 'Je kunt hoogstens een verlies overleven.'

DANA PLOEGER

Les 1

Draag verlies samen

"Ieder mens krijgt te maken met verlies, en ieder mens wil er het liefst ver van blijven. Terwijl het onvermijdelijk is. Zelfs als het je nog niet is overkomen, ken je vast iemand met verlies of verdriet. Mensen hebben het er niet graag over, ze weten er niet mee om te gaan en ontwijken liever die buurvrouw die haar man verloor. Verdriet is in deze tijd sterk

teruggedrongen in de beschermde omgeving van het gezin. We dragen het minder met elkaar. In mijn jeugd, in mijn Vlaamse geboortedorp Dudzele, werden om het uur de klokken geluid als iemand stierf, naast de voordeur werd een kruis genageld, de gordijnen gingen dicht en burens droegen de overledene zelf naar de kerk. Dat zie je niet meer; nu schudden mensen wel duizend anderen de hand, maar voelen niet meer die diepe verbondenheid.

Kinderen zouden hier op school les in moeten krijgen. Vraag jezelf af: wat zou deze persoon vanuit zijn verdriet aan mij te zeggen hebben. Het gaat niet om wat jij te zeggen hebt. Mensen met verdriet hebben maar één behoefte: dat iemand naar ze luistert, luistert én luistert. Ik zeg niet dat het makkelijk is: luisteren is verdraaid moeilijk, je moet je echt inhouden. Maar als je waarachtig naar hun verhaal luistert, kom je bij mensen binnen."

Les 2

Verlies verwerken bestaat niet

"Iemand die een dierbare heeft verloren, krijgt vaak de vraag: 'Heb je het al verwerkt, ben je er al overheen?' In mijn eerste boek 'Helpen bij verlies en verdriet' beschrijf ik hoe mensen hun verdriet verwerken. In mijn heruitgave - die totaal anders is, maar dezelfde titel heeft - heb ik dat idee helemaal losgelaten. Want hoe kun je nu een groot verlies accepteren? Dat kan niet. Als je je kind verliest, raak je daar niet overheen. Je blijft altijd de ouders van dat gestorven kind. Je leert wel met het verlies te leven, maar dat is iets anders dan verwerken of aanvaarden. De meest gestelde vraag aan mij als rouwdeskundige, door de jaren heen, is: 'Kom ik ooit dit verdriet nog te boven? Kan ik ooit nog een dag gelukkig zijn?' En dan antwoord ik altijd: 'Ik geloof erin. Sterven is een moment. Het

verlies overleven duurt een hele tijd en het gemis zal nooit echt overgaan. Maar ooit zullen de herinneringen aan het leven van je geliefde dat moment van sterven en verdriet overstijgen."

Les 3

Verdriet geeft ook verbondenheid

"Dood en verlies zijn altijd in mijn leven geweest. Ik was het tweede kind in een rij van elf. We woonden in een boerendorp en mijn ouders hadden alleen lagere school, mijn vader was keurmeester van zaaigoed. Toen ik zeven was, lag mijn grootmoeder op sterven. Ik herinner me nog dat we als klas langs haar huisje liepen om voor haar te bidden. Zij lag in haar hoge bed en vroeg: 'Kunnen jullie voor mij bidden dat ik snel mag sterven? Ik heb een goed leven gehad.' Ik vond dat als kind heel vreemd, hoe kun dat je nu vragen? Later werd ik misdienaar en ging ik tientallen keren met de pastoor mee naar mensen die op sterven lagen. Dan liepen we door de velden, soms was het al donker. Ik droeg de bel en de lamp en hielp hem bij het laatste sacrament. In al die huizen zag ik zo veel verdriet, maar ook ontzaglijk veel verbondenheid. Daarna liepen we samen terug en vertelde hij wat hij had gezien en vroeg uitgebreid wat ik ervan vond, ik kreeg een glas water en ging naar huis. Door die ervaringen ben ik nooit bang geweest voor verdriet."

Les 4

Vergeet nooit waar je vandaan komt

"De dag dat ik naar de universiteit vertrok, is bepalend geweest voor mijn hele leven. Ik ging naar Leuven, zo'n 130 kilometer van ons dorp en mijn moeder bracht me naar de bus. Daar drukte ze me op het hart: 'Zo ver als naar Leuven ben ik in mijn leven nog nooit

geweest. Doe goed uw best, jongen. Vooruitkomen in het leven zal niet het moeilijkste zijn, maar vergeet nooit waar je vandaan komt. Alles wat je op de universiteit leert, kun je later toepassen voor mensen die nooit die kans kregen.' Dat maakte diepe indruk. En zo heb ik altijd gehandeld. Geen enkel boek heb ik voor mezelf geschreven; altijd voor de ander - in begrijpelijke taal. Als ik weer een boek uitbracht, gaf ik het altijd aan mijn moeder. Dan haalde ze uit haar schort de sleutel van de kast, legde daar mijn boek in en sloot de kast weer af. Ze zei er nooit iets over: wij kinderen moesten nederig zijn.

Tijdens de laatste maanden van haar leven heb ik veel naast haar gezeten. Ze was 62 en kreeg kanker; ondanks dat de artsen positieve prognoses gaven, had ik zo mijn twijfels. Ik had een drukke baan, maar ging zo vaak als ik kon. Zo zat ik uren bij haar en luisterde. In die maanden kwam ik erachter wat haar haar hele leven bezielde had. Prachtige dingen vertrouwde ze me toe. Na haar overlijden ontdekte ik dat ze al mijn boeken grondig had gelezen en er briefjes in had gestopt bij voor haar belangrijke passages. Dat deed me heel veel plezier."

Les 5

Kaart onrecht aan

"De eerste keer dat ik mijn vrouw zag, was ik gelijk verkocht. Zij was verpleegkundige in het ziekenhuis waar ik werkte: liefde op het eerste gezicht. Binnen een paar weken vroeg ik haar te trouwen. De geboorte van onze oudste in 1973 ging niet gemakkelijk. Alles liep fout. De navelstreng zat drie keer om zijn nek, maar dat wisten we toen nog niet. Als vader werd je toen in de kraamkamer niet gezien, dus liep ik even de gang op. Daar zag ik een oude studievriend. Even een normaal mens om mee te praten, dacht ik. Ik klampte hem aan en hij begon meteen te huilen. Zijn dochttertje was zojuist gestorven. Het was toen de gewoonte om ouders van een dood

kindje meteen naar huis te sturen. Ook konden ze beter niet naar hun baby kijken.

Diezelfde avond, nadat mijn zoon Wouter uiteindelijk gezond ter wereld was gekomen, reed ik naar hun huis. Ik trof daar de jonge ouders, huilend naast een lege wieg. Ik heb dat direct aangekaart in mijn eigen ziekenhuis, maar niemand pikte het op. Daarop begon ik een onderzoek naar wat deze ouders wensten en dat resulteerde in mijn promotie over perinatale sterfte. Ik heb ook een handleiding geschreven en die naar alle gynaecologen in Nederland en België gestuurd. Dat was de eerste aanzet voor een ander, menselijker beleid voor ouders die hun baby hadden verloren."

Les 6

Geef zonder iets terug te verlangen

"Onze twee kinderen waren twee en vier toen er twee pleegkinderen bij ons kwamen wonen. Iemand zocht een pleeggezin voor een meisje van achttien, maar niemand durfde het aan. Ik besprak het met mijn vrouw en drie dagen later kwam Anne definitief bij ons wonen. Ze had een ellendige jeugd achter de rug en was flink rebels. Maar wij waren nog jong en konden daar prima mee omgaan.

Later kwam haar zusje ook bij ons wonen. Het was een mooie en boeiende ervaring: dit was geven zonder dankbaarheid terug te verwachten. Op mijn 60ste verjaardag sprak Anne ons toe en zei: 'Jullie zijn mijn ouders én mijn beste vrienden.' Dat raakte mij diep, een groot geschenk. Tegenwoordig is Anne vaak op tv als belangrijke modeondernemer: ze is directeur bij het modehuis van Ann Demeulemeester. Mijn andere twee kinderen zijn psychiater geworden: heel geëngageerde artsen. Voorheen vroegen mensen vaak of zij familie waren van Manu Keirse. Nu vragen ze mij of ik familie ben van Wouter of Lien Keirse. Geweldig vind ik dat."

Les 7

Erken je fouten

"In al mijn functies heb ik altijd het belang van patiënten vooropgesteld. Of ik nu directeur patiëntenzorg was van het ziekenhuis in Leuven of kabinetschef (staatssecretaris, red.) van het ministerie van gezondheidszorg. Dat leerde ik in 1983 in het ziekenhuis in Leuven, waar een verpleegkundige een vreselijke fout maakte waardoor een jonge vrouw overleed. Ik raadde mijn directeur aan zich vrij te maken om haar ouders te bezoeken; zij waren alles kwijt waarvoor ze geleefd hadden. Maar hij antwoordde: 'Niemand van ons mag naar ze toe gaan, want elk woord kan tegen ons worden gebruikt.'

Die avond ging ik stiekem zelf naar die ouders. Ik vergeet nooit meer die sfeer, het verdriet was om te snijden. Ik luisterde naar

hun verhaal. Om twaalf uur 's nachts wilde ik opstaan. Toen zei de vader: 'We appreciëren het dat iemand van het ziekenhuis is gekomen, maar als u verantwoordelijk bent voor die verpleegster, dan bent u eigenlijk de aanvoerder van de moordenaarsbende die ons enige kind heeft vermoord.' Toen antwoordde ik: 'Zo zou u me kunnen noemen: de aanvoerder van de moordenaarsbende'. In de auto heb ik zo zitten huilen. Een jaar daarna vertelde die vader me dat die zin hem het meeste had geholpen, omdat ik al zijn boosheid op mijn schouders had genomen.

Dit verhaal vertelde ik jaren later aan de Belgische bisschoppen, die mijn advies wilden over hoe zij moesten reageren op alle ontuchtzaken. Aanvankelijk wilden zij geen verantwoordelijkheid nemen voor wat er in het verleden was gebeurd. Maar juist die erkenning is zo belangrijk. Toen ze het eindelijk begrepen, boden ze meerdere keren uit naam van de kerk hun verontschuldiging aan en riepen alle slachtoffers op zich alsnog te melden. Je kunt door erkenning, excuses en hulp het

onrecht keren."

Les 8

Los je belofte in

"Ik ben nu 71 en kijk terug op een mooi en boeiend leven. Ik ben 47 jaar getrouwd met mijn vrouw, die me altijd heeft gesteund in wat ik deed - en ik haar. Tien jaar geleden kreeg ik een zeer agressieve vorm van prostaatkanker, maar na behandeling was het jarenlang weg.

Nu is het terug. Ik ben acht weken bestraald en krijg nu chemo. Normaal zou ik daar doodmoe van moeten zijn, maar ik heb gewoon al die tijd doorgewerkt; ik heb geen lezing hoeven afzeggen. Na de zomer krijg ik mijn prognose. Ik verwacht dat die goed is, omdat ik zo vitaal ben. Als het anders is, dan zou ik dat accepteren. Wel ontzaglijk jammer voor mijn vrouw, mijn vier kinderen en negen kleinkinderen, maar niet voor mezelf. Ik heb met mijn leven gedaan wat ik moest doen. Ik heb waargemaakt wat ik mijn moeder beloofde toen ze mij als jonge student naar de bus bracht."

Manu Keirse

Prof.dr. Manu Keirse (1946, Dudzele, België) is klinisch psycholoog en specialist in het omgaan met verlies en verdriet. Hij is emeritus hoogleraar aan de faculteit geneeskunde van de Katholieke Universiteit Leuven. Van 1999 tot 2003 was hij kabinetschef op het Belgische ministerie van volksgezondheid. Zijn eerste boek 'Helpen bij verlies en verdriet. Een gids voor het gezin en de hulpverlener' (1995) werd een bestseller. Daarna volgden nog diverse boeken als 'Afscheid van moeder', 'Van het leven geleerd' en 'Zie de mens'. In totaal verkocht Keirse 300.000 boeken. Hij is getrouwd, heeft vier kinderen en negen kleinkinderen. Deze maand verscheen een volledig nieuwe versie van zijn eerste boek 'Helpen bij verlies en verdriet'.