

Interview LIDDIE AUSTIN. Fotografie ROBERT ALEXANDER

“Na zijn dood was ik bang dat die zwaarte ook in mij zat”

Resi's vader maakte een eind aan zijn leven

“Door mijn zoektocht heb ik hem beter leren kennen”

Journaliste Resi Lankester (44) is halverwege de twintig wanneer haar vader een einde aan zijn leven maakt. Als ze voor haar werk kinderen interviewt van wie de ouders uit het leven zijn gestapt, besluit ze haar verhaal - en dat van haar vader - te reconstrueren.

“Was hij depressief? Dat is bijna altijd de eerste vraag die mij wordt gesteld als ik vertel dat mijn vader een eind aan zijn leven heeft gemaakt. Lang heb ik niet goed geweten wat ik daarop moest antwoorden. Als iemand overlijdt aan een ernstige ziekte, heb je een duidelijk verhaal: diegene werd ziek en stierf. Dat is heel erg, maar bij zelfdoding komen nog allerlei andere aspecten kijken. Ja, waarschijnlijk was mijn vader wel depressief. Maar niet iedereen die dat is, springt driehoog uit het raam. Zeker niet tot tweemaal aan toe. Na de eerste keer moest hij revalideren en kreeg hij psychische hulp. Toch deed hij het ruim een jaar later nog een keer, dit keer wel met een fatale afloop.”

Kiezen voor de dood

“Als je zegt: mijn vader heeft een eind aan zijn leven gemaakt, en iemand reageert met: o, wat erg, wat eng, dan is de boodschap eigenlijk: het is verschrikkelijk wat hij heeft gedaan. Ook dat maakte het voor mij pijnlijk om erover te vertellen. Ik ervoer zo'n reactie als afwerend. Mensen willen zelfdoding snel terugbrengen tot iets behapbaars: o wat erg, heb je er al vrede mee? Niet alleen omdat het zo'n complex onderwerp is, misschien ook omdat ze een bepaalde

angst bij zichzelf voelen. Door erover te praten, gaat een luikje open bij de toehoorder. Die beseft dan dat hij of zij ook een bepaalde grens over zou kunnen gaan, in principe ook zou kunnen kiezen voor de dood op een moment dat het heel slecht gaat. Dat maakt het onderwerp waarschijnlijk zo bedreigend. Bij kanker kun je altijd de ziekte de schuld geven. Bij zelfdoding is degene die doodgaat ook degene die het heeft gedaan.

“Door het heftige verhaal rond zijn einde, komen zijn mooie kanten zelden ter sprake”

Het zou fijn zijn als mensen minder angstig en afwerend op zo'n verhaal zouden reageren, met meer openheid. Wat zou het geweest kunnen zijn? Heb je het met hem daarover kunnen hebben? Want in Nederland maken gemiddeld vijf mensen per dag een eind aan hun leven. Er overlijden meer mensen door zelfdoding dan door verkeersongelukken. Iedereen kent wel iemand die een einde aan zijn leven heeft gemaakt, al is het maar de buurman van de vriend van je tante. De kans is >



STYLING: INGE HOLKENBORG. HAAR & MAKE UP: ASTRID TIMMER. M.M.V.: ZARA (JUMPSUIT), H&M (RIEM), TOPSHOP (PUMPS)

duus groot dat je ermee te maken hebt gehad. Daarom zou het logisch zijn als het beter bespreekbaar zou zijn. Niet alleen voor degene die depressief is, maar ook voor zijn of haar naasten, zodat zij niet het idee krijgen dat het iets donkers is dat verborgen moet blijven, maar iets wat blijktbaar in sommige mensen zit en misschien wel bij het leven hoort.”

Mix van emoties

“Niet alleen het verhaal van mijn vader was verwarrend, mijn eigen verhaal was dat ook. Na zijn dood bleef ik achter met een complexe mix van emoties die ik met weinig mensen kon delen. Ook niet echt met mijn moeder, omdat mijn ouders al lang gescheiden waren. Broers en zussen heb ik niet. Ik voelde verdriet, woede die ik mezelf niet toestond, want was het niet vooral heel zielig voor hem? Ook had ik een schuldgevoel over mijn woede, en ik was bang dat de drang tot zelfmoord genetisch bepaald was en ook in mij zou kunnen zitten. Daarnaast was er schaamte, want het is niet leuk om met zoiets naar buiten te komen. Je wilt dat je leuke dingen over je vader kunt vertellen, en dat is dit gewoon niet. Zeker omdat er vaak geen

tijd is om het hele verhaal te doen. Mijn vader was een bijzondere man, alleen komen zijn mooie kanten door het heftige verhaal rondom zijn zelfgekozen einde zelden ter sprake. Ja, zijn leven liep droevig af. Maar er was ook het aanvankelijke geluk met mijn moeder, de vrolijke jaren in mijn vroege jeugd. Langzaam, sluipenderwijs, nam de zwaarte het over. Na de scheiding van mijn ouders toen ik zeven was, bleef ik bij mijn moeder wonen. Ik zag mijn vader nog regelmatig, maar ons contact verliep niet altijd makkelijk.

“Het zou fijn zijn als mensen minder afwerend zouden reageren op zelfdoding”

Toen ik voor mijn werk als freelance journalist met anderen ging praten die de zelfdoding van een ouder hadden meegemaakt, vroeg ik me af: wat is mijn eigen verhaal eigenlijk? Dat lag opgeslagen in een aantal dozen in mijn berging, waarin ik dingen had bewaard die ik niet wilde weggoeien toen ik na mijn vaders dood in 2001 zijn huis leeghaalde. Die paperassen en spullen vormen samen zijn verhaal, en daardoor deels ook het mijne. Ik besloot ze uit de kelder te halen om te kijken of ik er iets mee kon.”

Zijn extreme kant

“Door mijn zoektocht heb ik mijn vader beter leren kennen. Deels ben ik gesterkt in de ideeën die ik over hem had. Hij was inderdaad origineel, slim, grappig en autonoom. Ik vond briefjes vol liefde voor mij en ook voor mijn moeder, voordat het misging tussen hen. Maar hij had ook een extreme andere kant. Hij kon heel afstandelijk zijn, zich verheven voelen boven de wereld. Dan liet hij mij bijvoorbeeld per brief weten dat hij schoon genoeg van mij had. Daarna legde hij op mijn aandringen uit dat hij moest schrijven, scheppen, dat mijn aanwezigheid hem daarbij te veel was. Ik besef nu dat er toch wel echt iets mis was met hem. Hij was meer dan een excentrieke man met een bijzonder en soms moeilijk karakter, zoals ik hem lang heb gezien. Aan het einde van zijn leven vond mijn vader het moeilijk om aan zichzelf toe te geven dat hij misschien depressief was. Hij hing zijn donkere stemming op aan de ziekte van Alzheimer, waaraan hij dacht te lijden. Hij had geen toekomst meer, dacht

“Door dit verhaal naar buiten te brengen, heb ik mezelf bevrijd”

hij, het zou alleen maar erger worden. Tot aan het einde wilde hij niet of nauwelijks onderzoeken of er misschien iets anders speelde.”

Opgenomen gesprek

“In die dozen die ik uit de kelder haalde, vond ik niet alleen papieren maar ook bandjes waarop ik twee gesprekken had opgenomen die ik op het laatst met mijn vader had gevoerd. Ik was destijds student journalistiek en liep stage bij een radiozender; het was voor mij normaal om gesprekken op te nemen. Ik vond het spannend om ze terug te luisteren. Fijn omdat ik zijn stem weer zou horen, maar ik was ook zenuwachtig: had ik dingen gezegd waarvan ik nu spijt zou hebben? Ik besloot dat ik mezelf niks ging verwijten, wat ik ook hoorde. Dit was gewoon zoals het toen was gegaan, punt. Bij het terugluisteren van die tapes was ik eigenlijk wel trots op mezelf. Ik was op mijn zesentwintigste mooi wél het gesprek met hem aangegaan. ‘Als jij echt niet meer wilt leven’, heb ik gezegd, ‘dan moeten we het daarover hebben.’ Natuurlijk was ik vreselijk bang dat hij echt dood zou gaan, al wist ik niet wat dood, laat staan zijn dood, zou betekenen. Toch heb ik nooit gedacht: jij mag niet sterven. Ik vind niet dat leven ‘moet’ en dood niet mag. Voor mensen die uitzichtloos lijden of dement zijn, is er de mogelijkheid van euthanasie. Maar je hoort zelden over mensen bij wie het leven niet lijkt te passen. Mensen zoals mijn vader.”

Verhaal op orde

“Doordat mijn vader uit het leven is gestapt, heb ik een andere kijk op het ouderschap gekregen. Na zijn dood realiseerde ik me dat ouderliefde niet zo onvoorwaardelijk is als wel wordt gezegd. Mijn vader hield echt van mij, die liefde voel ik nog steeds, maar hij maakte toch een eind aan zijn leven. Hoe onvoorwaardelijk was zijn liefde dan? Daaraan ben ik gaan twijfelen. Net na zijn dood was ik een tijdlang bang

dat de zwaarte ook in mij zou zitten. Die angst heb ik niet meer. Na zijn dood heb ik gepraat met vrienden en therapeuten en zij zeggen allemaal hetzelfde: als het genetisch bepaald zou zijn, was dat allang boven tafel gekomen. Ik herken mezelf wel in mijn vaders drang naar vrijheid. Ik wil altijd weg kunnen. Ik woon pas sinds een aantal jaren samen, eerder had ik daaraan geen behoefte. Freelance werken vind ik heerlijk. Misschien ben ik mede door die vrijheidsdrang niet aan kinderen begonnen. Ik kan nu zien dat ook zijn dood me een bepaalde vrijheid heeft gegeven, en vertrouwen in mezelf. Het ergste is gebeurd en ik kon het aan. Daar hoef ik niet meer bang voor te zijn. Ik kan nu gewoon leven en genieten.

Door *Na de val* te schrijven, een boek waarin ook andere kinderen van ouders die uit het leven zijn gestapt aan het woord komen, heb ik mijn verhaal op orde gekregen. Ik zal het altijd bij me dragen, maar de scherpe kantjes zijn ervanaf. Het is zach-

“Het ergste is gebeurd, en ik kon het aan”

ter, warmer en ronder geworden; een litteken dat weliswaar zichtbaar is, maar niet meer de hele tijd verzorgd hoeft te worden om te voorkomen dat de wond weer opengaat en pijn gaat doen. Door het verhaal naar buiten te brengen en met anderen te delen, heb ik mezelf van ballast bevrijd. Daardoor raken heftige reacties op mijn vaders daad me minder. Ik voel inmiddels heel sterk dat het zijn keuze is geweest en dat ik de zwaarte die zijn dood veroorzaakte, niet meer met me mee hoeft te dragen.”

Na de val. Zoektocht van een achterblijver € 21,99 (Nijgh & Van Ditmar) verschijnt 21 januari.



1. 1997 Resi en haar vader op het dakterras. 2. 1978 samen in de dierentuin. 3. 1998 in zijn winkel.