

‘MIJN LEVEN ALS ZUS STOPTE’

Na het overlijden van een jong persoon gaat de aandacht vaak naar ouders of partner. Maar hoe is het om een broer of zus te verliezen? Degene met wie je je hele leven hebt gedeeld en die jou door en door kent. Niet alleen je broer is weg, ook een deel van je eigen identiteit.

TEKST LIESBETH CHAMULEAU (CATHARINA) EN DORINE VAN DER WIND (FLEUR EN KIRA) FOTOGRAFIE BRENDA VAN LEEUWEN

Catharina's broer Kees overleed op 26 november 2019 na een auto-ongeluk tijdens een weekendje weg. Zijn vrouw en drie kinderen overleefden de botsing. Catharina (38) zag aan de appjes en de gemiste oproepen van vrienden van haar broer dat het mis was. Op internet zag ze de onheilspellende foto's van het ongeluk met traumahelikopters erbij.

‘In het ziekenhuis kon ik zijn hand nog vasthouden, maar eigenlijk voelde het al niet meer als Kees. Mijn geest sloot zich af. Het leek zo onwerkelijk. Hij was 38 en dat ben ik nu. Ik ben op dat punt waar hij toen was. Ons leven stopte met zijn overlijden. Ik noem het “ons leven”, want het was ook mijn leven als zus dat daar stopte. Onze basis was zo stevig. En juist dat maakt dat je zo gaat wankelen als de helft van die basis wegvalt. Wie was ik zonder hem?’

De eerste maanden na zijn dood herkende ik mezelf niet. Ik voelde niets, helemaal niets. Echt heel eng. Ik wist niet dat ik van “altijd open” ineens zo dicht kon gaan. Waar was mijn gevoel? Op een bepaald moment brak ik. Het verdriet dat toen binnenkwam was zo heftig. Ik voelde me verschrikkelijk maar was ook opgelucht dat ik dit verdriet kon voelen.

Ik werd geconfronteerd met vragen als: wat is de dood, wat is leven, leef ik eigenlijk wel? Wat is mijn leven? Ik realiseerde me dat ik mijn creativiteit kwijt was. Daarom ben ik ook dagboekstukjes gaan schrijven over Kees' dood. Dat was mijn manier om mijn gevoel weer terug te vinden. Rouwen kun je niet een beetje. Dat moet door alles heen.

Kees was drie jaar ouder en we waren echte maatjes. We luisterden samen muziek op zijn kamer. Namen bandjes op, verzamelden liedjes en we konden eindeloos lachen. En altijd gingen we samen naar concerten en festivals. Als ik nu een nummer hoor dat we vaak draaiden, zie ik mezelf meteen weer op zijn kamer zitten.

Maar dat stukje is gestopt, het zit alleen nog in mijn hoofd. Dat we geen herinneringen meer kunnen delen, is zo ontzettend pijnlijk. Ooit, toen we *Dust in the Wind* luisterden, zei Kees: “Draai die maar op mijn begrafenis.” Dus dat hebben we gedaan.

Hij was een hippie, een creatieveling en met zijn lange haar en open blik was hij een opvallende verschijning. Iedereen vond hem leuk. Dat was-ie ook. En hij was zo zichzelf. Hij stimuleerde mij om naar de popacademie te gaan. Ik moest mijn hart volgen, vond hij. Hij gaf me altijd vertrouwen. En toen ik inderdaad songwriting ging doen, was hij heel trots. Dat wilde ik ook, dat hij trots op me was.

Als landschapsarchitect heeft hij een gebied ontworpen rond station Driebergen-Zeist. Zijn levenswerk noemde hij het. Hij heeft het nooit af gezien. De opening was kort na zijn dood. Ik was erbij en zie hem in alles terug: de stenen, de dieren op het viaduct, de bomen en de rododendrons. Alles wat hij mooi vond, heeft hij daarin gestopt. De brug is naar hem vernoemd. Daar ben ik natuurlijk trots op. Maar ja, wat heb ik aan een heel gebied, ik heb Kees niet meer.

Het voelt onaf. We hadden nog zo veel te bespreken. Dus het zou wel helpen als hij terug zou komen en ik nog één keer even fijn en goed met hem zou kunnen praten. Wat ook zo gek voelt, is dat er verder niets is veranderd. Kees woonde met zijn gezin in Deventer en ik woon met mijn man in Capelle aan den IJssel. Hier werk ik ook. Mijn dagelijkse leven is nog precies hetzelfde. Maar voor mijzelf is alles veranderd; mijn hele wereld is ingestort.

Nu, een paar jaar later, zie ik mezelf als een slak die na een lange winterslaap langzaam weer uit zijn huisje kruipt en zijn voel-sprieten uitsteekt. Ik wil meer leven dan ooit. Echt leven en niet meer overleven. Ik wil Kees voortleven maar ook vooral mezelf zijn. Ik kan zijn leven niet afmaken. Ik kan hem alleen een plezier doen door zelf tot bloei te komen. Daar zou hij heel gelukkig van worden.’

Je leest de dagboekstukjes van Catharina over de dood van Kees op ikmisje.tv/catharina ►

‘Dat we geen herinneringen meer kunnen delen, is zo ontzettend pijnlijk’

'IK STUUR NOG ELKE DAG APPJES NAAR HAAR OUDE TELEFOON'

Marit, de twee jaar oudere zus van Kira (28), overleed volkomen onverwacht op 19 november 2021. Haar vriend vond haar in de douche, waar ze een epileptische aanval had gehad. In het ziekenhuis bleek de oorzaak van die aanval een geknapte tumor in haar hersenen te zijn.

'Bij aankomst in het ziekenhuis zag ik dat het helemaal mis was. Marit lag aan de beademing, haar hoofd was deels kaalgeschoren vanwege een drain en ze had veel medicijnen nodig om stabiel te blijven. Nadat ik haar had gezien, ben ik meteen begonnen met het schrijven van mijn speech op mijn telefoon. Ik dacht meteen: waarom doe ik dit – nu is het net alsof ik haar opgeef. Maar de woorden bleven maar stromen. Ik schreef dat ze altijd mijn beschermengel is geweest en dat ik altijd haar kleine zusje zal blijven. Hoe irritant ik het soms ook vond dat ze het altijd over haar "zusje" had in onze gemeenschappelijke vriendengroep, in plaats van gewoon mijn naam te zeggen.

Van jongs af aan heeft ze me beschermd. Toen we heel jong waren, woonden we in Frankrijk. Mijn moeder vertelde dat Marit daar als vierjarige een jongetje een bloedneus sloeg omdat hij mij omver had geduwd op het springkussen. Zo zijn de verhoudingen altijd gebleven. Later kwam ons broertje erbij en gingen we samen hem beschermen. Marit had altijd de regie in handen. Toen we nog thuis woonden, gaf ze ons opdrachten wie de hond moest uitlaten of de keuken moest opruimen voordat mama thuiskwam. En als we vroegen wat zij dan deed, zei ze: "Ik controleer jullie." We deden het ook braaf omdat ze zo overtuigend was.

We konden ruziemaken om de stomste dingen, maar hadden ook de grootste lol waar anderen niks van begrepen. Ik droeg haar favoriete truitje, terwijl zij al maanden op mijn nieuwe dure schoenen liep. Al ruziënd liepen we een winkel in, om vervolgens

samen te gaan dansen als we daar ons liedje hoorden. Zo snel was het weer goed.

Marit was naast mijn zus ook mijn beste vriendin. Het zat in de kleine dingen die we samen deden. Van de dagelijkse dingen maakten we iets bijzonders, zoals naar de supermarkt gaan, dan nog even naar de markt en theedrinken bij elkaar. Daarna foute tv-programma's kijken, net als vroeger op een matras in de woonkamer met sushi en een wijntje.

Marit wilde het liefst zo veel mogelijk delen met haar dierbaren. Ze was een echte verbinder. Soms benauwde me dat ook wel en deed ik een stap terug. Daar heb ik nu onwijs veel spijt van. Ik nam te veel voor lief dat zij er altijd was. Dat wij elkaar altijd wel hadden, ondanks de ergste ruzies.

Marit was altijd de eerste die ik belde als ik advies nodig had op welk gebied dan ook: kleding, interieur, vriendschappen of op werkgebied. Dus toen ik een paar maanden geleden mijn eerste sollicitatie zonder Marit had, was dat heel moeilijk. Toen ik de baan kreeg, hoorde ik haar gewoon zeggen: "O Kier, ik ben zo trots op je!" Dat gaf me een beetje troost.

Ik praat nog elke dag tegen haar. Ik heb zelfs een prepaid simkaart gekocht voor haar oude telefoon, zodat ik haar nog elke dag kan appen. Misschien hou ik mezelf voor de gek, maar het helpt me. Ik deel alles wat ik altijd met haar deelde. Van een nieuwe jurk tot aan nieuwtjes van vrienden of familie. Zo voelt het alsof ze nog heel dichtbij is en alles nog meemaakt.

Na haar overlijden trok ik me terug in een bubbel met mijn ouders, broertje, haar vriend en beste vriendinnen. Hoe fijn dat ook was in die tijd, ik moest na een tijdje afstand nemen. Ik was voornamelijk bezig met hen en hoe zij zich voelden. Ik had mezelf nog niet echt ruimte gegeven om te rouwen. Daarbij vroeg iedereen hoe het ging met mijn ouders en haar vriend. Maar mensen snaptten niet hoe erg is om je broer of zus te verliezen en te moeten missen. Je verliest een deel van jezelf.' ►

'We maakten ruzie om de stomste dingen en hadden de grootste lol waar anderen niks van begrepen'



‘Ruud was de
hoofdact die
iedereen met
elkaar verbond.
Als hij er was,
kwam alles goed’



‘IK ZIE ERTEGEN OP OM VERDER TE GAAN ZONDER HEM’

Fleur (26) verloor in oktober 2021 haar oudere broer Ruud, die uitgezaaide melanoomkanker had en zes jaar ziek is geweest. Ruud twitterde over zijn ziekte en had veel volgers. Zijn dood kwam uitgebreid in de publiciteit. In het Vondelpark in zijn geliefde Amsterdam staat een bankje met zijn naam.

‘Als mensen mij zien, vragen ze altijd hoe het met mijn ouders gaat. Het is ook het allerergste voor een ouder om een kind te verliezen. Maar mensen kunnen niet goed begrijpen hoe het is om je oudere broer te verliezen. Alle herinneringen heb ik met hem. Nu zijn de foto’s van onze weekendjes weg nog van kortgeleden, maar ik raak steeds verder weg van hem. Ik zie ertegen op om verder te gaan zonder hem. Mijn verjaardag heb ik dit jaar nauwelijks gevierd. Normaal gesproken was Ruud daar de hoofdact die iedereen met elkaar verbond. Als hij er was, kwam alles goed. Het was geen plotselinge dood, toch heb ik niet bewust afscheid genomen van Ruud. Hij was nog zo jong en stond volop in het leven. Tot op de laatste dag heb ik gehoopt op een wonder, daarin gingen we met hem mee. Opgeven was voor Ruud geen optie, hij was altijd bezig met de toekomst. Zelfs toen de arts zei: “Je hebt nog een paar dagen of hooguit weken te leven,” gingen we op zoek naar alternatieve geneesmiddelen, en op Funda bekeek hij een huis om buiten de stad te gaan wonen. Ruud wilde alleen maar leven, de dood kwam in zijn vocabulaire niet voor. Mijn oudere zus Sanne, Ruud en ik waren zo close. We masseerden hem tegen de pijn en lagen als hij ziek was samen met

hem op bed *Gooische vrouwen* te kijken. Of we lachten mijn vader uit om zijn boerse accent. Lekker gewoon broer en zus zijn. Hij zei: ‘San en Flip, door jullie voel ik me even niet ziek.’ Dat is het mooiste wat we hem hebben kunnen geven. Onze liefde was zo sterk, die hoefden we niet naar elkaar uit te spreken. Als kleine kinderen hadden we typische broer-zusruzies. Heel soms mocht ik met hem winkeltje spelen, maar dan wel met echt geld. Dan moest ik mijn eigen spullen van hem kopen. Dat deed ik dan ook nog, omdat ik zo blij was dat ik met hem mocht spelen. Vanaf mijn veertiende veranderde dat en werden we matties. Dat is altijd zo gebeven. We hadden een tijd geen contact met mijn moeder, vanwege de scheiding van mijn ouders. Toen Ruud kanker kreeg, kregen ze weer contact. Ik volgde hem daarin; hij nam me als grote broer bij de hand. Gelukkig is ons contact helemaal goedgekomen, we hebben nu veel steun aan elkaar. Ruud was heel wijs en de katalysator van ons gezin. In mijn afscheidsspeech zei ik dat hij de schop onder mijn kont was in de positieve zin. Ik ben nogal een piekeraar en hij sprak dan op me in: “Ga je hierover piekeren? Dat is zo niet nodig!” Ruud leerde me relativeren en hij gaf mij een gevoel van veiligheid. Ik ben altijd bang geweest voor de dood. Zelfs zo erg dat ik er jarenlang voor in therapie ben gegaan, niets hielp. Maar nu Ruud dood is, ben ik niet meer bang – omdat ik weet dat Ruud daar is en me weer de weg zal wijzen. Dat heeft hij hier ook altijd gedaan.’ Ruud schreef het boek *‘Ziek gelukkig’ dat net na zijn dood is uitgekomen, over hoe je positief kunt blijven ongeacht de omstandigheden. Zijn Stichting Ziek Gelukkig zet zich in voor mentale ondersteuning voor mensen met kanker, de stichting wordt voortgezet door zijn vriend Jeannot en familie en vrienden. Zie ruudtenwolve.nl.* ■