

‘Pas twee jaar na zijn dood besepte ik dat hij niet meer terugkwam’

Ze werd verliefd, trouwde, kreeg kinderen en moest haar man amper een jaar na de geboorte van de jongste afgeven. **Sofie Jans (39)**: ‘Ik moet opletten dat ik hem niet te veel op een piëdestal zet.’

Joke Van Caesbroeck

Maandag 31 mei 2021 om 3.25 uur



‘Als je voor jezelf uitvist hoe je herinnerd wil worden, kun je ernaar leven.’ Kaat Pype

‘In september word ik veertig. Ik kijk er niet tegenop: het is een leeftijd die ik associeer met volwassenheid, alsof alles dan op zijn plaats gaat vallen. Wellicht een illusie, maar dat houdt me niet tegen om ernaar uit te kijken. Sowieso vind ik ouder worden absoluut niet erg, een mens wordt rustiger, en wijzer. Waar ik wel vaak aan denk is dat ik al een jaar ouder ben dan de leeftijd waarop mijn man zes jaar geleden stierf. Hij werd net geen negenendertig. Dat maakt deze levensfase wel speciaal, het is een vreemde gedachte dat ik sinds kort ouder ben dan hij ooit geworden is.’

‘Weduwe worden op je vierendertigste is niet iets waar je voor tekent. Hadden ze me op voorhand gezegd: je zal trouwen, kinderen krijgen, en kort daarna zal je man sterven, dan had ik wellicht gedacht: laat het dan

maar. Maar het leven overkomt je en de dood dus ook. En ik ben heel blij dat ik JP gekend heb, en dat we samen twee kinderen kregen, al waren zij te klein om zich hun vader te kunnen herinneren.'

Twee procent

'JP was een rasechte Ier. Een gentleman met een hoog James Bond-gehalte. Hij was mijn lief, mijn man, maar ook mijn beste kameraad. We hebben samen eerst een tijdje in Ierland gewoond, waar ik me volledig liet onderdompelen in de cultuur. Toen JP een vaste job als arts kon krijgen hier in België, settelden we ons definitief.'

'We trouwden en kregen een zoon, John, en een dochter, Chloe. Ze zijn nu negen en zeven jaar oud. Op de eerste dag van januari in 2015 legde JP zich in het ziekenhuis waar hij als dokter werkte even in de scanner, tussen de soep en de patatten, omdat hij zich al enkele weken wat ziek voelde. Het verdict was bikkelhard: darmkanker, met uitzaaiingen in de lever. Diezelfde dag nog kreeg hij te horen dat hij hoogstens zes maanden te leven had, tenzij hij bij de 2 procent overlevers hoorde.'

'Het is gek, maar we hebben ons onmiddellijk vastgeklampt aan die 2 procent. We dachten dat het zou lukken, of dat we op zijn minst de tijd konden rekken. Ik ben heel trots op het feit dat JP niet heeft opgegeven. Hij onderging operaties en volgde nog twee chemokuren. Als arts wist hij - natuurlijk dat zijn kansen miniem waren, maar als man en als papa ging hij ervoor, volledig, en met veel ups en downs, maar zonder ook maar een moment de moed te verliezen.'

'Uiteindelijk heeft JP maar twee maanden meer geleefd. Ik zag het niet, hoe hard hij achteruitging. Mensen zeiden het wel, dat hij heel erg vermagerde, maar omdat ik hem elke dag zag, viel me dat niet op. En misschien hoopte ik ook dat alles nog goed zou komen. Pas toen hij thuis de trap niet meer op kon, was er het besef. Dit zou helemaal niet meer goed komen. Het officiële nieuws hadden we al gekregen: op genezing moesten we niet meer rekenen.'

'John en Chloe waren toen drie en één jaar. Zij hebben geen herinneringen meer aan hun vader. Hoewel John zich wel nog meent te herinneren hoe hij met een koffertje bij papa op bezoek ging in het ziekenhuis, in die laatste week van zijn leven.'

'Ik was jong, had twee kleine kindjes en werd totaal onverwacht weduwe. Was ik niet goed omringd geweest door vrienden en familie, ik weet niet hoe ik mezelf door die periode had gesleurd. Ik ben het verdriet nooit uit de weg gegaan, heb mezelf toegestaan om diep te gaan, maar ik hield me ook sterk voor de kinderen en probeerde de routines te behouden.'

Zonder man

‘Ik vind het erg belangrijk voor de kinderen om vaak over hun papa te vertellen, ze stellen veel vragen, maar het is ook een valkuil. Omdat ik hem zo’n fantastische man vond, heb ik de neiging om hem op een piëdestal te zetten en van hem een held te maken. De psychologe met wie ik nog steeds maandelijks praat, waarschuwde me al: ik moet uitkijken dat ik van JP niet een god maak, die John ook zal willen worden, waardoor hij zichzelf een druk oplegt, of een man naar wie Chloe zal blijven zoeken, terwijl die misschien niet bestaat.’

‘We doen het erg goed met ons drietjes. JP maakt deel uit van ons leven en dat zal hij altijd blijven doen, maar hij is er natuurlijk niet. Chloe zei me onlangs eens: mama, een man hebben, eigenlijk is dat toch totaal niet nodig? Ik begreep wat ze bedoelde, maar ik wil haar natuurlijk niet met dat idee opzadelen. Het is niet omdat we het redden zonder een man in ons gezin, dat we niet iets missen. Dat heb ik haar ook zo gezegd: ja, we kunnen de lampen zelf vervangen, maar we mogen in het leven ook hunkeren naar liefde.’

‘De dood is een groot taboe, maar vooral onder
volwassenen. Kinderen gaan daar vrolijker mee om,
luchtiger’

‘Ik sta er zelf wel opnieuw voor open, ik zou geen schuldgevoel hebben tegenover JP wanneer ik iemand nieuw zou leren kennen. Ik sta mezelf toe om gelukkig te zijn. Ik werk deeltijds, heb ook een sociaal leven, en ik ben niet zo te vinden voor het online daten. Dus hoe kom je dan een fijne man tegen? Het is niet evident, maar ik wijs het idee van iemand nieuw zeker niet af. Want, geloof me, waar JP ook is, als hij überhaupt nog ergens is, ik weet zeker dat hij daar al aan elke vinger een paar vrouwen heeft hangen (lacht).’

‘Ik heb het ook lang moeilijk gehad met mijn positie: wat was ik nu? Gescheiden? Nee. Single? Ja. En nee. Ben ik nu eigenlijk nog getrouwd? Of niet? Weduwe zijn is een heel onduidelijke positie. En toch verlang ik ergens weer naar datgene waar ik ook bang voor ben: dat eerste verliefde gevoel, de grond die onder je voeten wordt weggevaagd. Verliefd zijn is jezelf een beetje verliezen, controle afgeven.’

Prentenboek

‘Ik herinner me nog goed die eerste weken na JP’s dood. Toen de kinderen ’s avonds in bed lagen, liet ik me gaan, huilde tot ik niet meer kon. Dat was toen dagelijkse kost, intussen gebeurt het een paar keer per jaar, vooral de verjaardagen van de kinderen vind ik moeilijke dagen. Het is waar: verdriet slijt. Het is nog steeds intens, maar niet meer zo frequent als toen. De overlevingsmodus is weg, ik leef weer gewoon. Ik denk ook vaak: iederéén

heeft zo wel eens een dag, waarop je gewoon keihard weent, en iederéén heeft wel zijn redenen.'

'Ik heb wel nog heel lang gedacht, buiten het rationele om, dat JP nog terug zou komen. Dat is een heel raar gevoel, je wéét dat hij dood is, maar er is altijd dat gevoel van verwachting: straks komt hij hier binnengelopen, of morgen zal hij wel bellen. Alsof het toch nog goed komt. Pas twee jaar na zijn dood, was het échte besef er. Toen heb ik een zware klopp gekregen.'

'Ik heb ook ingezien dat ik fouten heb gemaakt. Zo koos ik ervoor om de kinderen niet mee te nemen naar de begrafenis. Ik dacht dat het een last zou zijn, en dat zij daar zelf niks aan zouden hebben. Ik vind het jammer dat ik toen niemand uit de professionele sfeer had die tegen me zei: neem ze mee, dat is voor hen heel belangrijk. Nu weet ik dat wel, door erover te lezen in boeken van Manu Keirse onder meer. Door mijn fouten in te zien kwam ik op het idee om zelf een prentenboek te maken, voor kinderen, over "dood zijn".'

'Het stoort me dat alle boeken die over dat onderwerp bestaan vol donkere tekeningen staan. Of het verhaal wordt verteld vanuit een dier. Ik denk, en ik wéét ook uit ervaring, dat kinderen veel waarheden aankunnen, ook rechtstreeks. De dood is een groot taboe, maar vooral onder volwassenen. Kinderen gaan daar vrolijker mee om, luchtiger. We kunnen veel van hen leren op dat vlak. Het boek dat ik maakte, gaat over sterven, maar is heel kleurrijk en to the point. Ik heb het gemaakt samen met John en Chloe. Zij hebben letterlijk meegeschreven.'

'Daarnaast werk ik ook aan een boekje met weetjes over de dood. Want ook dat missen kinderen vaak: pure feiten. Ze zitten met vragen als: wat gebeurt er bij een crematie eigenlijk met die kist? Heel praktische zaken. Zulke dingen kan je perfect aan een kind uitleggen, ook als ze nog erg jong zijn. Alleen durven we het als volwassenen niet zo goed.'

'Een boek waar ik zelf veel aan gehad heb, is er één van Stephen Covey. Het heet De zeven eigenschappen voor succes in je leven en het gaat over persoonlijk leiderschap en hoe je het beste uit jezelf kunt halen. Een van die eigenschappen is me bijgebleven, en ik probeer er ook echt naar te leven. Begin met "het einde" in gedachten. Dat heb ik voor mezelf gedaan. Wat is het einde? Je begrafenis. Hoe wil je daar herinnerd worden? Daar zit de kern, want als je dat voor jezelf uitvist, kun je ernaar leven.'

'Ik heb een plan en doel voor ogen, een duidelijk beeld van hoe ik herinnerd wil worden in mijn verschillende rollen: als mama, dochter, zus, collega en vriendin. En ik wil een maatschappelijke bijdrage leveren. Ik hoop mijn steentje te kunnen bijdragen met de kinderboeken die ik wil laten publiceren, om zo het taboe rond "dood zijn" bespreekbaar te maken, en het als deel van het leven te beschouwen.'

Verschenen op maandag 31 mei 2021