

DIT IS HOE DE DOOD HET LEVEN DICHTERBIJ BRENGT.

Verlies is onlosmakelijk verbonden met ieders leven. Als je leeft, verlies je. Waar rouw is, is liefde. Verlies kantelt je vertrouwde wereldbeeld en je blik op het leven, voorgoed. Verlies van je gezondheid, baan, land, vriend, kind, geliefde. Verlies van een on vervulde kinderwens, verwachting of droom. Het gevoel van controle is weg. Niets past meer in zijn oude vorm. De wereld loopt onverschrokken door, terwijl de tijd voor jou stopt.

VERDER LEVEN ZONDER GELIEFDE EN ZONDER TOEKOMSTPLANNEN

Er is een ik vóór, en een ik ná het moment dat mijn geliefde verdronk en hij uit de tijd is gegaan. Wie ben ik zonder mijn geliefde en zonder de toekomstplannen die hij met zijn dood meenam? Hoe moet ik mij opnieuw verhouden tot het leven zonder hem? Hoe te bewegen in een lichaam dat verminkt aanvoelt? Hoe te bewegen in een wereld waar de taal ontoereikend is voor mijn verdriet? Is er een handleiding?

Om grip te krijgen op het ongrijpbare, mijn gedachten te ordenen en de pijn te verdoven, besloot ik elke dag te lopen. De Latijnse uitdrukking *Solvitur ambulando* zegt: “We lossen het op door te wandelen.” Hippocrates, de grondlegger van de moderne geneeskunde zei: “Wandelen is het beste medicijn.” Urenlang dwaalde ik door straten en parken en liep ik langs de zee. De verwondering om het alledaagse kwam terug. Alles verandert voortdurend, vertelt de natuur me. Niets is statisch. Terwijl je loopt, ontstaat je weg. Jij bepaalt op dat moment de loop. Door te wandelen veranderde mijn situatie

niet, maar mijn perspectief erop verschoof. Ik kreeg mijn geliefde niet terug, maar kon met tijd wel betekenis aan het verlies geven.

ERVARINGEN DIE ME OPTILDEN

Onderweg ontdekte ik nieuwe plekken en ontmoette ik mensen die met een glimlach of een praatje me voor even optilden. Sommige vreemden kwamen dichterbij dan mijn vrienden en familie. Ik voelde me door die toevallige ontmoetingen weer verbonden met de wereld, die zo weer een glans kreeg.

Ik had in de donkerte ook een honger naar licht en schoonheid. Kunstenaar Gerhard Richter zegt: "Kunst is de hoogste vorm van hoop." Kunst heeft waarde, biedt troost en geeft inzicht. Het laat je naar binnen en naar buiten kijken. Kunst gaat voor mij over het scheppen van iets nieuws. Het kijken naar kunst geeft uiting aan het onzegbare, waar woorden wegvallen. Kunst kan verscholen pijn openbreken en verzachten. Wanneer ik bijvoorbeeld naar de doeken van Mark Rothko kijk, krijg ik het idee dat hij ook in die donkerte moet hebben gezeten om deze werken te kunnen maken. Ik voel me dan niet meer alleen met mijn verdriet.

DOOD HAALT FILTER WEG

Verlies kan een nieuw blikveld aanreiken. Mijn vriend was fotograaf. Sinds zijn dood lijkt het alsof ik door zijn lens naar het leven kijk. Mijn blik is scherper. Alsof de dood de filter heeft weggehaald en de essentie van het leven overblijft: Liefde. Het leven gaat voor mij niet om een lange rit maar om de volheid ervan. Filosoof Simon Critchley zegt: "*It is only in grief that we become most truly ourselves.*" De dood brengt me dichterbij het leven dat ik wil leiden.

EEN ZEE VAN GLAS

Je rouwt omdat je hebt liefgehad, je je hebt verbonden aan een dierbaar iemand of iets. Die liefde sterft nooit, ze stroomt eindeloos net als de zee, maar ze verandert wel van vorm. We herschrijven ons levensverhaal met de ervaringen die we opdoen, onvoorspelbare golven die je overspoelen, terugtrekken en vooruit duwen. Je ervaring delen, iets creëren, hoe klein ook, kan betekenis geven aan het leven van anderen. Ontmoetingen in de vorm van kunst, muziek, natuur en verhalen laten je anders naar de wereld kijken en geven hoop en troost. Met mijn boek geef ik mijn kijk op het leven die door het verlies verschoven is naar een plek die donker én licht, scherp én mild, begrensd én oneindig is: een zee van glas.

Foto: Jörgen Caris



OVER DE SCHRIJFSTER:

Geerteke van Lierop (1980) studeerde af in Moderne Nederlandse Letterkunde aan de VU in Amsterdam en volgde theateropleidingen in Amsterdam en Londen. Ze is naast actrice in diverse films en tv-series een veelgevraagd spreker en coach.

Dit artikel schreef Geerteke voor Holistik Magazine.