



Odette de Theije stopte met werken na de dood van haar man Roelof. „Ik kon me een tijd lang totaal niet meer openstellen voor anderen.“

INTERVIEW **ODETTE DE THEIJE** KINDER- EN JEUGDPYSYCHIATER

‘Rouw is de achterkant van liefde’

Ze verloor haar man Roelof plotseling, in 2014. In theatervoorstelling *De vrouw die alles had* verwerkte Odette de Theije haar rouw. ‘Vanmorgen heb ik Roelof nog geschreven dat ik vandaag dit interview heb.’

Tekst **Coen Verbraak** Foto **Roger Cremers**

De vrouw op het toneel ligt bovenop een stapel matrassen. Naast haar brandt een kaars op een standaard. De bovenste matras ligt duidelijk niet goed; ze staat op en trekt ‘m met een gepijnigd gezicht van de stapel. Maar ook de matras daaronder bevalt haar niet. Evenmin als de matras daaronder, en die daaronder. Uiteindelijk blijft er nog maar één over. Wanneer ook die weggehaald is, ligt er op de grond alleen nog maar een clownsneus.

Een prinses op de erwt, gepijnigd door verdrietige herinneringen. Ze verzamelt doden, zegt ze. „Want als ik ze me niet herinner, zijn ze er niet meer.“ Iedere dag opnieuw schrijft ze aan haar overleden man. Al sinds de dag van zijn dood. „Vandaag is het dag 1271. Ik kan niet niet schrijven, dan word ik onrustig.“ Soms leest hij even mee over haar schouder. „En als ik me dan maar niet omdraai, blijft-ie bij me.“ Om haar heen de stille getuigen van zijn leven: het doosje waar zijn laatste telefoon in zat, het kistje waarin hij zijn clownsneus bewaarde. Buitenlands geld dat overbleef na hun reizen uit de tijd dat alles nog goed en heel was, de ukelele waar ze samen op speelden, de ijslepels waarmee ze ‘s avonds samen ijs aten op de bank. Ze heeft alles van hem bewaard en verzameld. Maar hoe zal dat straks met haar gaan, vraagt ze zich af, aan het eind van de voorstelling.

Wie verzamelt mij, nu jij bent vertrokken? De stukken en de brokken.

De vrouw die alles had is gebaseerd op de werkelijkheid. Op 31 augustus 2014 zou Odette de Theije (55) samen met haar man Roelof naar een boekpresentatie gaan. Zij was al opgestaan, hij zat nog even in bed te schrijven. Toen ze hem riep dat het tijd was om te vertrekken, reageerde hij niet. Ze vond hem rechtop zittend in bed, dood, de pen nog in zijn hand. Totaal onverwacht overleden, op z’n 56ste.

Ze riep haar zoon Tomas (van toen zestien) erbij. Samen stonden ze in verbijstering naar hem te kijken. „Hij is gewoon zomaar doodgegaan.“ En dan te bedenken dat Roelof rouwclown was. Begonnen als muzikant was hij op een dag bij de Cliniclowns terechtgekomen. „Hij had daar een eigen methodiek ontwikkeld: *gentleclowning*, bedoeld om contact te maken met verstandelijk beperkte mensen.“ Vervolgens werd hij rouwclown, als eerste in Nederland. „Bij uitvaarten probeerde hij als clown de essentie van de overledene te laten zien.“

Hij is inmiddels al bijna vier jaar dood. En toch is hij er nog altijd. In de zilveren ring om haar rechter ringvinger, die ze na zijn dood zelf maakte, vlamt in een rubberen strookje nog steeds het blij rood van zijn clownsneus op. „En ik denk nog heel vaak: hij zou zo binnen kunnen lopen. Als ik hier de deur open hoor gaan, denk ik toch even: zou hij het zijn?“

Als kinder- en jeugdpsychiater dacht Odette de Theije best iets over rouw te weten. Maar de werkelijkheid bleek veel rauwer. „Ik had echt nooit gedacht dat het zo’n pijn zou doen. Het verdriet overweldigt je totaal.“ Ze moest stoppen met werken. „Ik vond het niet langer verantwoord, omdat ik me een tijd totaal niet meer open kon stellen voor anderen.“

Had u in die rouw iets aan uw vakkennis?

„Dat weet ik eerlijk gezegd niet. Hooguit dat je als psychiater weet dat niets te gek is. En ook dat je niet voor je verdriet moet weglopen. Ik heb heel lang iedere ochtend zitten schrijven aan Roelof. Alles wat ik meemaakte, alles wat ik voelde schreef ik op. Dat doe ik nog steeds. Ik had een apart schrift voor alle negatieve momenten en een schrift voor de positieve ervaringen. Ik dacht in het begin dat dat negatieve schrift wel heel snel vol zou komen. Toch was dat niet zo. Doordat ik mijn schuldgevoelens iedere keer uitvoerig beschreef, verbleekten ze.“ Want schuldgevoelens waren er aanvankelijk volop. „Als iemand die je zo na staat ineens doodgaat, vraag je je heel veel af. Had ik iets moeten zien? Had ik het kunnen voorkomen? Dat is zo ondermijnend. Het blijft maar malen in je hoofd: ik had je meer aandacht moeten geven, ik had minder hard moeten werken. Hadden we onze vakantie maar niet uitgesteld. Dat

is het verschil met iemand die een ziekbed heeft gehad. Wij hebben nooit de behoefte gevoeld om alle dingen uit te spreken.

„De wanhoop is in het begin immens. Het is zo’n diep-existentiële crisis. Ik heb een aantal keer gedacht: Roelof, steek je hand maar uit, en trek me alsjeblieft naar je toe. Tomas was nog de enige reden om ‘s ochtends op te staan. Zonder hem had ik het vermoedelijk niet echt gered. Ik kan mij zo goed voorstellen dat mensen eraan doodgaan. Dat is ook onderzocht. Bij mensen die een geliefde hebben verloren, is de hartspier soms zichtbaar aangetast door stress en verdriet. Ze noemen het het ‘gebroken-hart-syndroom’. Je kunt dus letterlijk sterven van verdriet. Tomas en ik hebben er samen heel veel over gepraat. Dat hielp echt. Ik huilde heel veel. Nog steeds. Verdriet bouwt zich op, alsof je een container bent. Als ik een tijdje niet gehuld heb, voel ik de spanning oplopen. Dan breekt de dam vanzelf door. Op een keer vroeg Tomas: ‘Mam, wat moet ik nou doen als je zo verdrietig bent?’ Ik zei: ‘Geef me dan gewoon even een knuffel.’ Kort daarna zaten we samen naar een film te kijken. Toen ik begon te huilen pakte hij heel lief mijn hand. Dat geeft dan zo’n kracht.“

Slijt verdriet in de loop van de tijd?

„Het raakt verweven met je leven. Maar je moet wel echt rouwarbeid verrichten en het verlies niet uit de weg gaan. Ik zeg in de voorstelling: vertrouw erop dat je zelf het best weet wat goed voor je is. Je weet zelf of je wel of niet wilt dat er iemand langskomt. Twee vriendinnen hebben me een jaar lang iedere avond welterusten gewenst via de app. Het fijne was dat ik niet hoefde te reageren. Zo iets helpt enorm.“

Het idee om haar rouw te verwerken tot een theatervoorstelling ontstond al een jaar na de dood van Roelof. Tijdens haar opleiding voor arts speelde De Theije al toneel en volgde ze een regieopleiding. Ze sprak erover met vriend en theatermaker Kees van der Zwaard. „Kees is mij vervolgens gaan interviewen. Op basis van die gesprekken is de voorstelling tot stand gekomen.“

‘Theatervoorstelling over rouw’, staat op de flyer die bij de voorstelling hoort. Goedbeschouwd is die aanduiding niet compleet, zegt De Theije. „Eigenlijk moet erbij staan: ‘dus over liefde’. Want dáár gaat het stuk voor mij over: de liefde voor de doden in mijn leven.“ Het gaat niet alleen over Roelof, maar ook over haar vader, die overleed toen ze twee was. En het gaat over haar nachte, dat nog maar 27 was toen ze overleed aan een hersentumor. En over haar

broer, die in haar armen overleed aan slokdarmkanker. „Het is ook een ode aan hen. Die matrassen staan stuk voor stuk voor een dode in mijn leven. Op een gegeven moment zijn er zoveel doden dat ik matrassen tekort kom. Onder het laatste matras komt uiteindelijk een clownsneus vandaan. Een van de neuzen van Roelof.“

Ze speelt in de voorstelling haar eigen rouwproces. Of nee, eigenlijk is dat toch niet helemaal waar, zegt De Theije. „Ik speel het *naar aanleiding* van mijn rouwproces. Het is theateraal gemaakt.“

Of het spelen helpt bij de verwerking? Het is in elk geval fijn, zegt De Theije, om pijn en verdriet om te kunnen zetten in iets anders. „Het wordt steeds meer een autonoom kunstwerk. Het lukt me steeds beter om het als actrice te spelen. De reacties zijn indrukwekkend; ik merk dat het iets opent bij mensen, waardoor ze bij hun eigen verdriet kunnen komen. Ik blijf na afloop natuurlijk iedere keer opnieuw achter met mijn gemis, maar het is helend om iets te maken waar anderen ook iets aan hebben.“

Bent u door die rouw ook een andere psychiater geworden?

Vol overtuiging: „Absoluut. Ik ben veel milder, gevoeliger. Wij leren dat rouw een afgebakende periode beslaat van een jaar of twee. Ik heb ontdekt dat er geen termijn voor is. Daar gaat de voorstelling ook over. Als iemand na dertig jaar nog steeds in de pyjama van zijn overleden partner slaapt, is dat oké. De uitwerking van rouw is sterk afhankelijk van hoeveel matrassen je al onder je hebt. In dat opzicht ben ik in mijn vak veel sensitiever en intuïtiever geworden. Ik snap bij een cliënt veel sneller waar het om gaat, zonder dat het uitvoerig benoemd wordt. Wij leren als psychiater om te oordelen en te beoordelen, om etiketten op te plakken: *zó* zit het bij deze patiënt; hij heeft dit, en daar helpt dat tegen. Daar ben ik veel bescheidener in geworden.“

Gaat rouw op een dag over?

„Rouw is de achterkant van liefde. Je kunt pas loslaten als je eerst hebt vastgehouden. Het verdriet verandert langzaam van vorm. De eerste dagen, weken, maanden dacht ik onafgebroken aan hem. En toen kwam er een dag waarop ik besefte: hé, ik heb nu al twintig seconden niet aan hem gedacht. Langzaam aan bouwt dat zich op. Heel geleidelijk is Roelof minder in alles aanwezig. In het begin was hij er bijna méér dan toen hij nog leefde. Dat wordt stilaan anders. In de volksmond wordt gezegd

”
Er ontstaat een nieuw normaal, een hervonden evenwicht

dat ‘eerst de seizoenen erover heen moeten’. Mijn ervaring is dat het na het eerste jaar juist erger wordt. Dan gaat de rest van de wereld al lang weer verder, terwijl voor jou het beseft dat het echt definitief voorbij is alleen maar dieper wordt. Hij is er dan al een heel jaar niet geweest, en je beseft nadrukkelijk dat dat de rest van je leven zo zal blijven. Dat knijpt je keel volledig dicht. Naarmate de tijd verstrijkt wordt het rustiger in mijn hoofd. Lichter. De dagelijkse dingen zijn er weer. Er ontstaat een nieuw normaal, een hervonden evenwicht. Tegelijkertijd voel ik voortdurend hoe wankel dat is. Als ik eraan denk dat Tomas geen vader meer heeft, breekt mijn hart. Elke keer opnieuw. Iemand die onvoorwaardelijk van hem houdt en voor hem zorgt. Zo iemand komt er nooit meer.“

Doet hij nog steeds mee in uw leven?

„O, zeker. Vanmorgen heb ik hem nog geschreven dat ik vandaag dit interview heb. Alsof hij dat ook daadwerkelijk leest. Af en toe denk ik: tot wanneer blijf ik dit doen? Tegelijk geloof ik dat er nog steeds een essentie van hem in mij zit, en in Tomas. Soms zit ik in de auto en denk ik, terwijl de wanhoop toeslaat: laat nou even iets van je horen. En prompt rijdt er dan net een vrachtwagen voorbij met ‘Roelofs’ erop. Dat is troostend. Betekenisvol toeval, noem ik dat.“

En toch levert rouw ook iets op, heeft ze gemerkt. „Ik ben niet alleen maar dingen kwijtgeraakt. Ik zeg weleens: de periode voordat ik Roelof kende, was ik Odette 1.0. Mét Roelof werd ik Odette 2.0. En inmiddels ben ik Odette 3.0. Ik ben nu een completer mens, heler dan ik vroeger was. Door die intense rouw heb ik gebieden in mijn ziel betreden waar ik nooit eerder geweest was. Ik zei laatst tegen mijn collega-psychiater: als je dit niet zelf hebt meegemaakt, weet je echt niet wat het is. In die zin is het ook verrijkend. Het heeft mij noodgedwongen dichter bij mezelf gebracht. Ik laat mij minder opjagen door wat er allemaal nog moet. Het is alleen zo zonde dat dat blijkbaar op deze manier moest. De prijs is wel heel hoog geweest. Ik denk regelmatig: wat zou het leuk zijn als Roelof terug zou komen en mij nu zou zien. Dat zou hij vast prachtig vinden. De titel van het stuk is *De vrouw die alles had*. Maar uiteindelijk kan ik er misschien ook uitkomen als de vrouw die weer alles heeft. Die vrouw ben ik weer heel langzaam aan het worden.“

‘De vrouw die alles had’ is vanaf 6 mei in het theater te zien. www.devrouwdiealleshad.nl