

# „Rouw is de achterkant van de liefde”

Odette de Theije over verlies, rouw en haar toneelvoorstelling *De vrouw die alles had*



In het leven van Odette de Theije is de dood een terugkerend thema. Toen ze twee jaar oud was, verloor ze haar vader. Ook haar broer is haar ontvallen op jonge leeftijd. Als klap op de vuurpijl verloor ze vier jaar geleden plotseling haar man Roelof. Voor FM ga ik met haar in gesprek over de voorstelling die ze daarover maakte: *De vrouw die alles had*, en over de thema's dood en rouw, maar zeker ook over het leven.

#### TEKST:

Noortje Lodewijks

#### BEELD:

Aangeleverd

#### OP DE FOTO:

Odette de Theije

## Wat is rouw volgens jou?

„Voor mij is rouw onder andere een proces van fasen en rouwtaken die door elkaar heen lopen. We weten van tevoren niet hoe lang dat allemaal duurt. Rouw is verduren. Rouw is de achterkant van liefde. En dus het integreren van verlies en liefde. In het begin na het verlies van Roelof wist ik nog niet goed hoe dat moest, toen leek alles onmogelijk. Toen dacht ik alleen maar op de korte termijn, de volgende minuut, het volgende uur. Langzaam leer ik het verdriet te integreren in mijn leven. Zoals iemand onlangs tegen me zei: 'Ik kan wel gelukkig zijn, maar dat wil niet zeggen dat ik geen verdriet meer heb.' En zo is het. Verdriet en geluk kunnen ook naast elkaar bestaan. Ik ervaar steeds meer dat het een proces is van integreren in plaats van verwerken, omdat ik het nooit helemaal achter me laat, het proces is nooit af. Het blijft altijd bij me.”

## Geloof je in een leven na de dood?

„Dat weet ik niet. Ik denk wel dat er andere dimensies zijn, anders dan de dimensies die als 'normaal' worden gezien. Door de barrière van die dimensies heen ervaar ik Roelofs aanwezigheid bij me, zijn essentie. Die aanwezigheid brengt dubbele gevoelens met zich mee. Enerzijds kan zijn aanwezigheid heel troostend zijn. Anderzijds blijf ik steeds weer afscheid nemen. Gelukkig is het troostende aspect van zijn aanwezigheid in de loop van de tijd groter geworden.”

## Je verloor je vader toen je twee was en ook je broer is niet meer onder ons. Is de rouw hetzelfde als we kijken naar deze verschillende ervaringen van verlies?

„Deze verliezen zijn eigenlijk niet met elkaar te vergelijken. Mijn vader overleed toen ik nog heel jong was, dus de impact van zijn overlijden speelt mijn hele leven al een rol. Ik ben zonder aanwezige vader opgegroeid. Het verlies van Roelof was uiteraard

anders. Roelof was mijn levenspartner, daar wilde ik oud mee worden. Die keuze voor hem, het feit dat wij een zoon samen hebben én dat wij ons leven deelden zorgt ervoor dat het verdriet, het gemis en de rouw integraal aanwezig zijn. De toekomst die ik voor ons voor ogen zag, is weggefallen. Dat is anders dan met het verliezen van bijvoorbeeld een familielid.”

## Wat heeft je geholpen in het rouwproces?

„Vooropgesteld: de aanwezigheid en liefde voor en van onze zoon én de liefde en steun van alle dierbaren om ons heen. Daarnaast heb ik de ruimte genomen en gekregen, om erachter te komen wat ik nodig had op ieder moment. Van mijn familie en naastenkring kreeg ik de ruimte om datgene te doen wat voor mij helpend was. Dat is voor mij, denk ik, heel belangrijk geweest en is dat nog steeds. Dat is ook essentieel als we verlies bij een ander zien; alleen diegene weet ten diepste zelf wat voor hem of haar helpend of kloppend is, dus geef die ander de ruimte. Niemand kan dat voor een ander bepalen, iedereen is daarin anders. Wij kunnen eventueel wel een ander bijstaan in het dichter bij zichzelf komen.”

## Heb je bepaalde rituelen die je helpen bij het rouwproces?

„Ja, schrijven. Ik schrijf iedere dag, aan Roelof. Het is een soort van me afschrijven. De behoefte om te schrijven is de ene dag groter dan de andere. In het begin maalden mijn gedachten door elkaar. Ik schreef zodat ik meer vat kon krijgen op de gedachten die ik had. Wat ik op papier zette kon eigenlijk van alles zijn. Van dingen die ik nog had moeten of willen zeggen, tot mooie dingen die we samen hebben meegeemaakt. Het opschrijven van deze gedachten zorgt er voor dat gedachten vervagen of uit mijn hoofd weggaan. Naast het schrijven zijn voor mij, mijn familie en vrienden en de verjaardagen en sterfdagen van de geliefden die niet meer lijfelijk bij ons zijn belangrijk. Het zijn dagen waarop we samen stil staan bij wie ze waren en nog steeds voor ons zijn.”

## Kunnen we onszelf behoeden voor bepaalde kanten van de rouw?

„Het antwoord daarop is niet zo makkelijk te geven. Ik denk ook niet dat daar een vast antwoord op bestaat. Rouw is in ieder geval geen rechtomlijnd proces. Voor mij is openstaan voor wat er op me afkomt wellicht het belangrijkste. En zoals ik al eerder zei, is rouw voor iedereen anders. Wat het moeilijk maakt, is dat we van tevoren geen idee hebben hoe we met verlies omgaan, dat is afhankelijk van heel veel verschillende factoren. We kunnen dat van tevoren niet inschatten en dus kunnen we onszelf er moeilijk tegen verweren.”

## Je bent psychiater van beroep. Hoe heeft dit verlies je in je werk doen veranderen?

„Ik ben bescheidener, milder en sensitiever gewor-

Op uitnodiging van de Franciscaanse Beweging speelt Odette de voorstelling *De vrouw die alles had* op vrijdagavond 2 november in het theater van Bij Katrien in 's-Hertogenbosch. Kaarten daarvoor zijn te koop via [shop.franciscaansebeweging.nl](http://shop.franciscaansebeweging.nl). Meer informatie over *De vrouw die alles had*: [www.devrouwdiealleshad.nl](http://www.devrouwdiealleshad.nl).

den in mijn werk. De gedachte 'Wie ben ik om te bepalen wat goed is voor een ander?' speelt vaker. Ik heb makkelijker en sneller door wat de behoefte is van mensen. Ik kan beter invoegen bij of afstemmen op de mensen met wie ik werk. Daarnaast is mijn werk ook ingewikkelder geworden, omdat alles me nog meer raakt dan het me voor de dood van Roelof raakte. Wat mogelijk wel geholpen heeft, is dat ik als psychiater én als mens veel zelfonderzoek gedaan heb en mezelf in de loop van mijn leven steeds beter heb leren kennen. Dat heeft wel geschied, denk ik. Tegelijkertijd zijn we nooit uitgeleerd. Dat ik mezelf ken heeft het wellicht makkelijker gemaakt, maar rouw blijft een bijzonder, bizar en onvoorspelbaar proces.”

## Hoe zie je de toekomst op dit moment?

„Naarmate het rouwproces vordert kan ik steeds verder vooruit plannen en nieuwe plannen maken. En ingaan op wat er op mijn pad komt. De toekomst en het leven dienen zich daarbij aan. Hoe ik me daartoe verhoud, dat zien we wel.”

## Je hebt een voorstelling gemaakt over rouw en wat je hebt meegemaakt. Heb je daar een bepaald doel mee voor ogen?

„Ik ben met mijn dierbare vriend Kees van der Zwaard in gesprek gegaan over het verlies van Roelof. Hij kende Roelof zelf ook. Op basis van die gesprekken heeft Kees een script geschreven voor de voorstelling *De vrouw die alles had*. Het verhaal wil verteld worden en de voorstelling blijkt enorm veel impact te hebben. Ook door de kwetsbaarheid die ik laat zien, die tegelijkertijd een kracht is. Mensen worden door de voorstelling geraakt, voelen zich verbonden en er opent zich iets bij hen. Er blijkt veel verborgen rouw te zijn in onze maatschappij. Het is een helend verhaal geworden en ik ben dankbaar dat ik dat mag vertellen. En zolang er behoefte aan is, zal ik de voorstelling blijven spelen.”