

Liesbeth GIJSBERS

Taalkundige en auteur

Waarom? Na de zelfdoding van haar zus bleef Liesbeth GIJSBERS achter met veel vragen. „In haar dood kan ik geen zin ontdekken, wel in mijn antwoord daarop.” Vandaag begeleidt ze nabestaanden na zelfdoding. Op 21 november, Dag van de Nabestaanden na Zelfdoding, is ze te gast in ons land bij Werkgroep Verder.

‘Ik wil een doorbestaande zijn’

Ilse VAN HALST

Zelfdoding is als een immens appel om hulp, maar een onmogelijk appel, omdat de dood jou van je geliefde afsnijdt en je geen antwoord meer kunt geven. Daarom geraken nabestaanden soms verlamd en draaien ze rondjes in het schuldgevoel. De Nederlandse Liesbeth GIJSBERS ondervond dat ook. Ze vond troost bij de joodse filosoof LEVINAS. Hij hielp haar de verbroken band met de verloren ander te herstellen.

–Vormt de dood van uw zus Judith in 2009 een breuklijn in uw leven?

Toch wel. Ook al leed Judith aan depressies en ondernam ze eerder zelfmoordpogingen, toch was ik er niet op voorbereid toen ik het bericht van haar zelfdoding kreeg. Waarom deed ze dat? Allerlei gevoelens buitelden door elkaar. Opluchting, omdat er nu eindelijk een eind aan de ongerustheid kwam. Onbegrip, omdat ik bereid was geweest naast haar te staan. Boosheid, omdat het zo’n onbegrijpelijke manier van heengaan is, zo anders dan die van mijn ouders, die ik verloor aan ouderdom en ziekte. Woede ook op een samenleving die niet in staat is kwetsbare mensen een leefbare plek te geven. En vooral schuld, omdat ik het gevoel had gefaald te hebben en iets niet gehoord te hebben. Rationeel weet je dat je niet schuldig bent, maar zo voelt het niet.

„Onze doden verplaatsen zich van buiten naar binnen”

–Hoe kwam u in het reine met uzelf?

Ik besloot weer te gaan studeren, en wel theologie. Ik zocht een manier om Judiths dood zo te begrijpen dat ik ermee kon leren leven. Aanvankelijk bekeek ik alles vanuit mijn persoonlijke verlies, maar gaandeweg groeide ik daar bovenuit. Ik pende heel wat gedachten neer. Al doende besepte ik dat daarin elementen zitten die iets kunnen betekenen voor anderen. Van het een kwam het ander: ik schreef een boek, *Ik en de verloren ander*, en begeleid nu ook nabestaanden van zelfdoding. Daarmee ging ik weer in de wereld staan, terwijl ik eerst enkel aan het terugblikken was. Er ontstond plotseling nieuwe zin en betekenis. In de dood van mijn zus kon ik geen enkele zin ontdekken, maar in mijn antwoord

daarop krijgt ons gezamenlijke verhaal toch een zin.

–Wie of wat gaf uw leven opnieuw perspectief?

Ik bestudeerde vele filosofen en theologen. Ze hadden het over de vraag of je het recht hebt om jezelf te doden. Volgens de enen is dat zondig. Moet ik mijn zus dan een slecht mens vinden? Voor anderen is het een teken van onze vrijheid. Ook dat klopt niet, want mijn zus koos niet vrij en bewust voor de dood. Ze vluchtte voor een leven vol lijden. Kortom, zij konden mijn gebrokenheid niet helen.

Uiteindelijk vond ik troost bij de Frans-joodse filosoof Levinas. Hij heeft het over het appel dat uitgaat van de ander en diens dood, waardoor je je ethisch verantwoordelijk voelt. Bij Levinas staat de relatie centraal. Daarin herkende ik me, omdat ik me zo rot voelde, net omdat ik zo’n hechte relatie had met mijn zus. Dat ik me zo grondeloos voelde, kun je beschouwen als een echo van hoe grondeloos zij zich voelde. Daarin was ik weer verbonden met mijn zus.

–U pleit voor meer mededogen voor wie een einde aan zijn leven maakt. Is dat nodig?

Jazeker. Er wordt te makkelijk geoordeeld over wie psychisch aan het leven lijdt. Om die reden maak ik me vandaag ook minder hard voor euthanasie als ‘nette dood’ voor die kwetsbare groep. Liever stel ik de vraag wat hen zo wanhopig en eenzaam maakt. Waarom ze onvoldoende ruimte ervaren in onze samenleving. Die vragen stellen, vind ik essentiëler dan hen een pilletje toe te stoppen om er snel en netjes uit te stappen.

–U begeleidt nabestaanden na zelfdoding door hun rouw naar nieuw leven. Zingeving vindt u daarbij belangrijk. Waarom?

Rouwen moet je deels alleen doen, deels heb je anderen nodig. Alleen hebben die daar vandaag amper tijd voor. Op zelfdo-



Liesbeth Gijsbers: „Troost vond ik bij de filosoof Levinas.” © Dolph Cantrijn

ding rust bovendien een taboe. Daarom zoeken nabestaanden vaak lotgenoten op. Met het gevaar dat ze het gesprek met hun omgeving op den duur niet meer aangaan. Zo krijgen ze steeds meer de identiteit van nabestaande. Ik wil niet louter een nabestaande zijn, ik wil ook een doorbestaande zijn. Daarom net wil ik anderen helpen de draad weer op te nemen en daarbij ook die verloren ander recht te doen.

Zelf geloof ik niet in een persoonlijke God. Ik geloof wel in iets dat mij overstijgt, maar ik kan niet definiëren wat. Dat is lastig, want ik kon mijn woede niet uitschreeuwen tegen iemand. Hoe schreeuw je tegen een mysterie? Hoe put je troost uit een mysterie? Waar vind je troost in een seculiere samenleving? Daarom moet er in rouwbegeleiding meer oog zijn voor zingeving, ook voor wie niet gelooft.

–Wordt de pijn om het afscheid ooit omgebo- gen naar een mooie herinnering?

De Nederlandse predikant Carel ter Linden zei ooit dat onze doden zich verplaatsen. Ze gaan van buiten naar binnen. Dat ervaar ik werkelijk. In het concrete leven is Judith niet meer. Dat blijft pijnlijk. Als ik tachtig ben, zal ik haar nog missen. Maar op een andere manier heeft ze een plek ingenomen in mijn hart en ben ik dankbaar om wat wij samen hebben beleefd.

Info en inschrijven voor de Dag van de Nabestaanden via 03 361 21 28 of op <https://www.zelfmoord1813.be> (doorklikken naar Nabestaanden) • Liesbeth Gijsbers, *Ik en de verloren ander. Kleine filosofie van rouw en verlangen*, Meinema, Zoetermeer, 2014, 125 blz. Meer over het boek op www.liesbethgijsbers.nl • Met vragen over zelfdoding kunt u gratis en anoniem terecht op de Zelfmoordlijn 1813.

Reageren op dit artikel? Dat kan op lezersbrieven@kerknet.be