

Lezing als ervaringsdeskundige over 'de doodswens'

Ik zat met een andere ervaringsdeskundige in een gastles voor verpleegkundigen in opleiding, die gaan werken in bijvoorbeeld de psychiatrie/ziekenhuizen etc. Mijn collega vertelde over haar maagspoeling en wat ze had gevoeld terwijl ze die onderging. Ze kon haar lichaam niet bewegen, maar toch kreeg ze alles mee. Er werd over gepraat hoe het zo ver had kunnen komen en dat het moeilijk is écht te begrijpen is waar zo'n doodswens vandaan komt.

Mijn hart bonkte in mijn keel, er ging van alles door mijn hoofd. Ik zag steeds voor me hoe de vrouw van de vodenboer ons lokte met snoepjes; we renden naar haar toe, immers wie het hardste liep, had gewonnen en kreeg het eerste snoepje! Ik wilde dat snoepje zo graag ... Ik rende het hardst, mijn buurmeisje verloor. Later werden we naar beneden gelokt en lag ze daar doodstil, onder een laken ... was ze dood? Waarom bewoog ze niet? Dit is mijn schuld, ik had nooit dat snoepje als eerste moeten willen hebben. Ik voel mijn hart in mijn keel.

Ik kijk rond, ik zit in een klas van de Da Vinci College. Dit gebeurt niet nu ... blijf erbij ... steeds weer ga ik terug naar die tijd. Ik bedenk me dat als ik hiervan af wil, ik erover moet praten, maar past dat wel in deze les? Dit is steeds weer mijn gevecht; kan dit wel? Is dit niet te heftig? Ik zeg: Lana, denk aan jezelf. Jij bent hier als ervaringsdeskundige en je mag zijn wie je bent. Als het jouw beurt is om te spreken, spreek je over jezelf. Daarom ben je hier en je mag alles zeggen. Dit is de allereerste keer dat ik hierover praat in een groep. Het kan helend en aanvullend werken, ook al is het niet goed. Voor mij is het goed en ik hoop zo meer begrip te kweken voor iemand die een zelfmoordpoging heeft gedaan. Ik begin te spreken en vertel de groep over mijn leven en mijn overlevingsdrang. Dat

wil echter niet zeggen dat ik het niet begrijp als iemand het echt niet meer ziet zitten. Soms lijkt de dood minder eng dan het leven, maar meestal zoekt men rust en vrede en dat is mogelijk bij leven; kijk maar naar mij. Ik heb nu rust en liefde en vertrouwen in de toekomst. Ik kijk zelfs uit naar de toekomst, ook al beangstigt die me soms ook. Wat helpt is om geen grote sprongen te nemen: ik zet kleine stapjes vooruit en maak soms zelfs even pas op de plaats. Even stilstaan en rusten tot ik weer de moed en kracht heb om verder te gaan.

In mijn eigen tempo, in mijn tijd en op zijn tijd, zodat ik weer helemaal bij mezelf ben en in het hier en nu. Ik hou van het leven, van mezelf, mijn man, ons kindje en van mijn vrienden en familie; ik ben gelukkig met mezelf en het leven en ik heb nog steeds vertrouwen in God. Een God die voor mij uit pure liefde bestaat en mij rust geeft, hier op aarde, in mijn hoofd en in mijn hart.