



‘Een fantastische jonge meid was ze’, mijmert Marc Vande Gucht. ‘Een droomdochter. Joke was erg gevoelig, ze werkte als een magneet op mensen die met problemen worstelden. Maar ze was ook een heel actieve, enthousiaste jonge dame. Ze had een hoop vrienden, engageerde zich in verschillende sportclubs en in de chiro. Ze amuseerde zich rot en er werd wat afgelachen, overal waar Joke kwam.’

‘Tijdens haar laatste jaar humaniora gaf ze te kennen dat ze als uitwisselingsstudente naar Australië wou. Down under. Wij waren daar meteen voor te vinden: ze kon er alleen maar rijker van terugkeren. Uit de eerste berichten die we kregen, was het daar ook echt ‘de max’. Ze genoot van het land en de oceaan, ze haalde meteen het brevet van ‘redder in zee’. Pas gaandeweg hoorden we via haar zus Ilke dat er iets mis was, dat Joke zich helemaal niet goed voelde in haar vel. We dachten dat het heimwee was, en ook haar gastfamilie miste het signaal. We beseften niet hoe groot haar mentale ‘dip’ wel was.’

‘We hebben ons toen suf gepiekerd wat het probleem kon zijn. Mijn vrouw was de eerste die vermoedde dat ze wel eens problemen met haar geaardheid kon hebben. Ze had nooit vriendjes gehad. Met vriendinnen kon ze wel heel close worden, tot het plots, van de ene dag op de andere, gedaan was. Toen ze haar dat rechtstreeks vroeg aan de telefoon, gaf Joke dat toe. Maar ze gaf ook te kennen dat ze zichzelf niet wilde en niet kon zien als lesbisch. We drukten haar nachts op het hart dat we er geen enkel probleem mee hadden. We hebben haar aangespoord contact op te nemen met holebiverenigingen. Maar ze heeft het voor zichzelf nooit aanvaard. De norm is man-vrouw. Wie niet tot die norm behoort,ervaart dat als een ramp. Je bent de eerste die over de tong gaat in grappen. Joke zag zo een leven voor zichzelf niet zitten.’

‘In Australië ondernam ze een eerste zelfmoordpoging. We zijn haar dan meteen gaan terughalen. We maakten een afspraak met een psychiater, maar dat klikte niet. Ook gesprekken met een psychologe leken geen zin te hebben, want over haar lesbische geaardheid wilde ze niet praten. Het weerzien met haar vrienden thuis deed blijkbaar wel deugd. Ze ging mee op chirokamp en na een paar weken was ze weer de oude onbezorgde Joke. Ze maakte plannen om biochemische wetenschappen te studeren en bij haar zus in Gent op kot te gaan. Maar halverwege het academiejaar kwam ze opnieuw in een depressie terecht, veel dieper deze keer. Op een dag belde ze midden in de week: ‘Het gaat echt niet meer. Kom me alsjeblief halen.’ Joke heeft zelf gevraagd opgenomen te worden. De put was zo diep, ze kon zo niet verder, zei ze. Dus gingen we op consultatie bij een gereputeerde psychiatrische instelling. De volgende dag kon ze al worden opgenomen.’

Groeps therapie

‘Ik wil niet natrappen, en ik zeg ook niet dat we Joke in andere omstandigheden nog bij ons zouden hebben. Maar één ding is duidel-

Leren proeven van het nu

(tijd) - ‘Een kind verliezen is het ergste wat een mens kan meemaken. Daar zijn geen woorden voor’, vertelt Marc Vande Gucht (48), wiens twintigjarige dochter Joke zich het leven benam. Vande Gucht, directielid bij De Tijd, schreef er toch een boek over. Daarin rekt hij af met de taboes rond depressie, homofilie en zelfdoding. Hij maakt een haarscherpe analyse van het gebrek aan empathie in onze samenleving, in de psychiatrie, in het onderwijs. Maar bovenal houdt hij een pleidooi voor het geluk. ‘Als we met z’n allen eens wat meer met de echte dingen des levens bezig waren, dan zouden er veel minder mensen ongelukkig zijn.’

lijk: ze hebben daar niet alles gedaan om haar te helpen. Ze konden in elk geval niet overweg met jongeren die een probleem hebben met hun geaardheid. Dat aspect was maar ‘van ondergeschikt belang’. Ze dachten: we zetten haar voor therapie in een groep ‘normaal geaarden’ en het komt wel voor elkaar. Maar voor Jo, die over alles behalve daarover kon praten, was een groepstherapie geen oplossing.’

‘We hadden gehoopt dat Joke snel individuele gesprekken zou hebben met een psychiater. Maar zo gaat dat blijkbaar niet. Ze kreeg welgeteld één uur per week, en dan stond die man zijn telefoon ook niet stil. De rest van de tijd werd ze bezig gehouden. Met knutselen en muziek. Ik begrijp wel dat patiënten daar rustig van worden. Maar Joke was geen rustig type. En ze was al helemaal niet muzikaal aangelegd. Dus ging ze volleyballen en liep ze rond op andere afdelingen. Wat is dan de behandeling, vraag ik mij af. Pillen en bezigheidstherapie?’

‘Joke had zelf snel door dat het niets uitmaakte. We maakten samen een afspraak bij de psychiater om te ponsen naar een bijkomende alternatieve behandeling waarvan we wisten dat ze er een expert van in huis hadden. Maar dat werd snel weggewuifd. We kregen de boodschap dat zij wel goed wisten waarmee ze bezig waren. Dat maakt me nog steeds opstandig. Je geeft je af aan een instelling, en daarna word je helemaal buitenspel gezet. Zij nemen het van je over. Ik zeg natuurlijk niet dat wij het beter wisten, maar we waren er toch graag een beetje bij betrokken geweest. Als we niet zelf hard hadden

aangedrongen op een gesprek, zouden ze ons in die eerste week na de opname nooit gezien hebben. Terwijl je als ouders toch een schat van informatie kunt meegeven.’

‘Zou een andere aanpak haar wel geholpen hebben? En wilde ze wel echt geholpen worden? Misschien drong ze wel aan op een opname omdat ze een plan had dat ze niet thuis of bij haar zus op kot wilde uitvoeren. Dat zullen we natuurlijk nooit weten. Maar hoe dan ook, als haar geaardheid de grootste oorzaak van haar depressie was, had ze misschien niet in de psychiatrie moeten zitten. We hebben dat pas veel te laat ingezien. We hebben nog geprobeerd haar daar weg te halen, we waren als gekken op zoek naar alternatieven. Maar ze heeft ons die tijd niet gegeven.’

Kille aanpak

‘Op 27 mei 2003 is Joke gestorven. Van het telefoontje met de hoofdarts van de afdeling herinner ik me nog dat ik probeerde het bericht van haar overlijden niet te horen. Alsof mijn hersenen weigerden het te aanvaarden. Een ogenblik later zakte de grond onder mijn voeten weg. We waren haar kwijt. Mijn vrouw en ik zijn diezelfde avond nog naar de instelling gereden, om onze dochter te zien. Dat mocht eerst niet, omdat de wetsdokter en het parket ter plaatse waren. Na lang aandringen konden we toch tot bij haar gaan. Alweer een voorbeeld van die kille aanpak.’

‘We kregen ook twee versies van hoe het gebeurd was. Volgens de ene had Joke zich opgehangen aan de deurklink, volgens de andere

aan een badkamerrek. Geloof me, dat moet je echt niet hebben op zo’n moment dat je wereld in elkaar stort. Een ‘detail’ voor hen was ook het afscheidsbriefje dat ze had achtergelaten. Volgens hen slingerde het ergens rond in de kamer, terwijl uit het juridisch dossier achteraf bleek dat het duidelijk aan de badkamerspiegel was geplakt. Het waren wel degelijk haar laatste en dus erg belangrijke woorden voor ons.’

‘Een kennis die jarenlang in de psychiatrie werkt, geeft het ook toe: het inlevingsvermogen daar is nul. Ik heb het die mannen genoeg gezegd achteraf: ‘Jullie leven op een eiland. Jullie kunnen ongehinderd jullie gang gaan, zonder enige controle van buitenaf.’ Dat werd mij natuurlijk niet in dank afgenomen. Maar ik meen het: waarom laat men subsidies aan

de psychiatrie niet afhangen van kwaliteitscontroles door externen? Ik zeg dit nu misschien meer als manager dan als vader, maar het is echt hemeltergend hoe conservatief en gesloten die wereld is. Ze zijn tegelijk stroper en boswachter. Ze bepalen de therapie en ze bepalen het functioneren van het bedrijf. Overal zijn die dingen gescheiden. Maar daar is het potje dicht.’

Empathie

‘Pas op, ik steek de hand ook in eigen boezem. Achteraf gezien waren er misschien wel signalen. We hadden moeten weten wat ze van plan was. Enkele dagen voor haar overlijden ontdekten we een touw in de sporttas die ze had meegenomen naar de instelling. Toen we daar iets van zeiden, antwoordde ze dat het een tas van mij was en dat ik het touw er had ingestoken. Ik begon toen zelf ook te twijfelen, want ik was de week voordien hout gaan zagen met die tas. Maar ik had toen geen touw mee. Wist ik dat echt niet? Of wou ik twijfelen, uit lafheid, om het niet ter sprake te moeten brengen? Wilden we de indruk niet wekken dat we haar van zelfmoordideeën beschuldigen? Of negeerden we onbewust dit signaal dat het heel erg fout zat?’

‘Het was ook voor ons een ontzettend moeilijke periode. Je bent niet gewapend tegen zo iets. We weten niet hoe we moeten omgaan met depressie, met ongelukkig zijn. We leren dat nergens. Ik vind dat een gebrek in de opvoeding, maar ook in het onderwijs en het bedrijfsleven. Waarom wordt nergens het vak empathie onderwezen? Het gaat alleen om ratio: sneller, efficiënter, slimmer. Terwijl we meer emotioneel zijn dan rationeel. We hebben de illusie dat we alles beheersen. Maar we beheersen bijna niets.’

‘En toch leggen we de lat steeds hoger voor onszelf en voor anderen. Ik geef het toe, ik doe daar als directielid flink aan mee. Ik ben daar zelfs een beetje bedreven in. Maar ik besef nu dat bedrijven beter wat meer oog zouden hebben voor het welbevinden van hun werknemers. Voordat je je medewerkers opleidt om nog sneller en efficiënter te werken, zou je hen beter vragen of ze zich goed voelen. Of ze eigenlijk wel gelukkig zijn met wat ze doen.’

‘Waarom besteden we zo weinig tijd aan het trainen van onze geestelijke conditie? Waarom trekken we zo weinig tijd uit om over de echte levensvragen na te denken? We hollen gewoon te veel, we vergeten te proeven van de smaak van het nu. Ook het onderwijs heeft hier een probleem, vind ik. Zeker in het katholieke onderwijs gaan ze ervan uit dat stilstaan bij die dingen thuis hoort in het vak religie, één uurje per week. Toen je emoties vooral niet, is daar de boodschap. Tot zover het filosofische hoofdstuk, en dan over naar de volgende les.’

Troost

‘Akkoord, ik heb dat ook pas echt ingezien na het verlies van mijn dochter. Lijden confronteert je met het diepste van jezelf. Na-

tuurlijk moet je daarom niet wensen dat iedereen snel klappen krijgt. Maar ik wil het wel meegeven aan anderen. Ik hoop vooral dat we ophouden met dat fakeleventje dat wordt voorgeschoteld in fastfoodtelevisie, dat we ophouden met aan voyeurisme te doen, met alles in competitie te sleuren. Laten we tegen jongeren zeggen: ‘Kijk, niemand blijft gespaard van moeilijkheden. Dit is de toptien van moeilijkheden die jullie gegarandeerd tegenkomen. We gaan het daar eens over hebben en elk segment uitrafelen.’ Confronteer hen ermee dat wat ze zien vaak niet is wat er is. Spiegel hen geen valse dingen voor. Iedereen heeft hier een verantwoordelijkheid. We verliezen te veel tijd.’

‘Is dat inzicht een troost voor mij? Misschien. Maar wat is troost? Wij, nabestaanden, zijn het slachtoffer van een ramp. Daar zijn geen woorden voor. Letterlijk. Er zijn weduwen, weduwnaars en wezen. Maar voor ouders die hun kind verliezen, bestaat geen term. Dat zegt al iets over de manier waarop we ermee omgaan. Er zijn mensen die je mijden, om er niet over te hoeven praten. Men gaat ervan uit dat je snel overgaat tot de orde van de dag. Maar dat gaat natuurlijk niet.’

‘Bij suïcide gaat dat nog een dimensie dieper. Je wordt verteerd door schuldgevoelens. Je had het anders moeten doen, beter moeten doen. De machteloosheid is overweldigend. Dat verscheurende gevoel komt en gaat als een slingerbeweging. Een beeld, een lied, en alles komt terug. Dan breekt alles plots. Dat is ook niet zo erg, want dan is ze weer even heel dichtbij. Daarna keert de slinger weer terug. Want je kunt niet permanent blijven draaien. Maar het mag ook niet verwateren. Want je wilt geen afscheid nemen. Je wilt het niet vergeten.’

‘De tijd heelt geen wonden. Wel kun je je verdriet na verloop van tijd een plaats geven in je leven. Wat niet wil zeggen dat alles nu koek en ei is. Die plaats is toch niet helemaal vast gebetonneerd, merk ik nu. Want het gaat niet voorbij. Nooit. Niets zal ooit nog hetzelfde zijn.’

Stuwdam

‘En dan is er die vreselijke vraag: ‘Hoe gaat het met je?’ In het begin stoorde mij dat grondig. Je hebt zin om wie dat vraagt een klap om zijn oren te geven en te zeggen: ‘Vind je dit niet de meest ongepaste vraag om te stellen? Hoe denk je nu dat het gaat? Niet goed natuurlijk.’ Maar ach, die vraag is natuurlijk routine, het is een beleefdheidsvorm. Eigenlijk zijn we niet echt geïnteresseerd in het antwoord. Bij een eerlijk antwoord zouden we misschien ongemakkelijk worden.’

‘Geloof me, hoe innig sommigen ook meevoelen met je verdriet, je moet er toch alleen door. Ook al ben je niet de enige die rouwt. In het begin kon ik er met mijn vrouw en dochter zelfs niet over praten. We hebben er maanden over gedaan voor we een zinnig woord konden zeggen over Joke. Nu gaat dat wel, elk op onze eigen manier. De een praat erover, de andere schrijft erover. Zo is ook het boek ontstaan. Als vorm van therapie, ja. Maar naderhand ook met als doel om iets op de rails te krijgen. Ik wil eens fors aan die boom schudden. Ik hoop ook dat het mensen aan het nadenken zet. Al is het maar één strohal, voor één iemand die daarmee gered wordt. Dan is het al de moeite waard geweest om het te schrijven.’

‘En ja, hoe gaat het nu met me? Anders. Is dat een goed antwoord? We leggen in ons gezin andere accenten nu. We proberen bewuster te leven. Meer oog te hebben voor wat er rond ons gebeurt. Volgende week vertrekt mijn vrouw met Artsen Zonder Vakantie. Zelf heb ik het platform Kom op voor Geluk opgericht, waarin ik ijver voor de rechten van patiënten en nabestaanden. We willen meer investeren in geluk. We weten ook nog niet helemaal hoe we dat gaan aanpakken, maar het wordt wel het doel voor de rest van onze dagen.’

‘Eén ding weet ik zeker: als we allemaal wat meer met het essentiële bezig waren, dan zouden er minder mensen ongelukkig zijn. En uiteindelijk is dat toch het enige dat we zoeken in ons leven: een portie geluk. Ik denk dat er voor iedereen een portie beschikbaar is, maar dat het voor de ene makkelijker toegankelijk is dan voor de andere. Ik haal dat uit ‘Plaidoyer pour le bonheur’, een prachtig boekje uit de boeddhistische godsdienst. Het gaat over de echte dingen des levens. Eigenlijk zou het gewoon verplichte lectuur moeten zijn.’

‘Ik weet het, het lijkt snel om nog geen anderhalf jaar na het verlies van mijn dochter die positieve boodschap uit te spreken. Maar ik doe dat met haar. Zij verschaft mij die energie. Zelf zat ze in een kolkende rivier, waar ze verschillende keren uit trachtte te komen. Het is haar niet gelukt. Haar rivier sloeg te pletter op een stuwdam en de centrale achter de stuwdam werd volgepompt met gezonde energie van Joke. Het is energie waarmee we ons kunnen opladen. Ik tap aan dat vaatje. En ik ga dat blijven doen.’

Ine RENSON

Marc Vande Gucht - Down Under. Toen Joke uit het leven stapte - 2004, Uitgeverij Lannoo, 245 blz.

Veilinghuis Beaux-Arts
Art&Antiques Auctioneer

Dinsdag 5/10/2004: juwelen, zilverwerk, porselein, vitrinevoorwerpen.

Woensdag 6/10/2004: beeldhouwwerk, gravuren, schilderijen.

Donderdag 7/10/2004: glaswerk, siervoorwerpen, meubelen.

Veiling van Kunst en Antiek 5,6,7 oktober om 14 uur.

L. Spilliaert.
De Keignaertkreek te Zandvoorde, Aquarel.

Servarts Beaux-Arts
Grote Zavel 40
1000 Brussel
Tel: +32 2.504.80.30
Fax: +32 2.513.21.65
www.servarts.be
auctions@servarts.be

U wil **extra bezoekers** op uw website? De TIJD en Tijdnet geven u een duwtje in de rug

Vraag vandaag nog naar onze uitzonderlijke voorwaarden!
E-mail: rubrieken@trustmedia.ws • Tel.: 03/286 0 294

De TIJD | de essentie **TIJDnet**

VERLEIDEN OP DE LEIEN

Verleidelijke herenmode bij Paul Dierckx

Frankrijklei 108 - BE-2000 Antwerpen
Parking drive-in: Tabakvest 33

Since 1896