



ALS EEN MOEDERHART BREEKT...

De zoon van Marjolein stapte uit het leven

Elon leek alles te hebben: talent, vrienden, humor, een hechte familie. Toch voelde hij zich diep ongelukkig. In haar boek 'Pittig' vertelt zijn moeder Marjolein Voorberg (67) over haar zoon, hun band en rouw na zijn zelfgekozen dood.

Joe", zei Elon altijd als hij thuiskwam. Zijn blauwe Eastpak-tas plofte op tafel, de hond Noam sprong stevast tegen hem op. "Pittig", was stevast zijn antwoord wanneer zijn moeder Marjolein vroeg hoe het ging. "Goed hoor", kwam niet over zijn lippen. "Pittig" was zijn eigen codewoord. Het omvatte alles, zonder uitleg. Zeven jaar geleden, pas 22 jaar oud, koos Elon ervoor om uit het leven te stappen. Aan de buitenkant leek alles perfect: Elon was grappig, intelligent, sportief, muzikaal, had veel vrienden en een hechte familie. "Elon was een hele leuke jongen, maar ook bijzonder", zegt zijn moeder Marjolein.

NIET GELUKKIG

Zij ziet al vroeg dat hij anders is. "Als kind was hij rechtlijnig en scherp. Straf of beloning maakten geen indruk. Hij weigerde excuses te maken. Hij handelde naar zijn gevoel van rechtvaardigheid. Het was soms ook moeilijk om tot hem door te dringen." Marjolein nam hem zoals hij was, bleef betrokken. "Ik ging mee op schoolreisjes en excursies, gewoon om zicht te houden op zijn wereld. In zijn tienerjaren hadden we veel contact." Maar er is ook iets donkers dat als een schaduw over alles heen hangt. Op zijn 17de vraagt hij zijn moeder of dysthymie - een lichte chronische depressie - in de familie voorkomt. Hij voelde zich niet gelukkig. "Het was verschrikkelijk om te horen", zegt Marjolein. "Je wilt niets liever dan dat gevoel wegnemen." De huisarts wuifde het weg als iets tijdelijks, normaal voor een adolescent, maar bij Elon bleef

het donkere hangen. Hij zocht hulp bij een psychiater en hield zijn ouders zo veel mogelijk erbuiten om ze niet te belasten. "Een halfjaar voor zijn dood hoorden we dat hij suïcidale gedachten had", vertelt Marjolein.

NAAR ONDERBUIKGEVOEL

Vanaf dat moment was ze constant waakzaam. "s Nachts keek ik op mijn telefoon: is hij nog online geweest? 'Maak je niet zo'n zorgen', zei mijn man Mike. 'Je denkt hem nog eens dood.' Later schaamde hij zich voor die woorden, maar ik begreep het. Het enige dat wij konden doen, was accepteren. In gesprek blijven. Ik kon uitstekend met Elon praten. We wisselden artikelen en taalgrapjes uit. Over zijn gevoelens zweeg hij. Mijn emoties nam hij wel serieus. Soms stuurde hij later een artikel dat aansloot bij wat ik had gezegd." Haar verstand zei dat hij erdoorheen zou komen, maar ze hield een naar onderbuikgevoel. Op 20 december 2018 zaten ze opnieuw bij zijn behandelteam. Er was geen zicht op verbetering. Afsproken werd dat Elon weer thuis zou komen wonen. Marjolein schrijft in haar boek: "Je komt zaterdag naar huis, toch? Dan gaan we maar. Zonder knuffel, zonder zoen. We lopen naar de lift. Ik kijk nog één keer om. Daar staat hij, in de deuropening. Hij kijkt ons na." Thuis richt ze zich op het inpakken van de kerstcadeaus, maar ze stopt halverwege. Het voelt zinloos. Elon laat haar niet los. Ze belt, stuurt berichtjes, maar krijgt geen antwoord.

BEGRIJPEN BLIJFT MOEILIK

Op eerste kerstdag wordt haar angst werkelijkheid. Dan hoort ze dat Elon enkele dagen eerder een einde aan zijn leven heeft gemaakt. Zorgvuldig voorbereid, vertelt de politie. "De pijn was ondraaglijk, het gemis

'Het verdriet slijt nooit'



Elon

'Wat als ik bij hem was gebleven?'

gigantisch, de wanhoop groot, maar ik wist ook dat ik door moest. Voor mijn dochter, mijn bonusdochter, voor Mike, voor mezelf. Kort na zijn dood besloten Mike en ik dat we de jaren die ons nog restten vorm moesten geven. Wat mij hielp was lezen en schrijven. Alles over rouw en zelfdoding las ik, op zoek naar antwoorden. Maar begrijpen blijft moeilijk." Daarom besluit ze er zelf een boek over te schrijven. Al snel stromen de reacties binnen. Van ouders die hetzelfde meemaakten, van burens, collega's, andere lezers die willen begrijpen hoe rouw na zelfdoding voelt.

ROUW NA ZELFDODING

Sommigen schrikken van de laatste zin: "Ik had je niet alleen moeten laten na dat laatste gesprek." Ze willen weten of er schuldgevoel is bij Marjolein. "Nee", zegt zij. "Ik heb gedaan wat ik kon, ben de moeder geweest waar Elon blij mee was. Natuurlijk denk je: wat als ik bij hem was gebleven? Maar Elon was zo autonoom dat hij had geweigerd. Of hij was meegegaan en had later een ander moment gekozen." Met haar boek wil ze het gesprek openen. Want rouw na zelfdoding is eenzaam. Mensen deinzen terug, vrienden haken soms af. "Mike en ik beseften snel dat we zo'n gezin waren geworden waarvoor mensen weglopen. Daarom waren we des te dankbaarder voor vrienden die bleven vragen hoe het echt met ons ging, die Elons naam durfden te noemen, een herinnering deelden. Daardoor blijft hij bestaan." Het verdriet slijt nooit. Soms is het zacht aanwezig, soms slaat het onverwacht toe: bij muziek, een foto, een herinnering. "Ik ben melancholischer geworden, milder ook", zegt Marjolein. "Meer dan ooit besef ik hoe kwetsbaar het bestaan is. Voor mezelf, en voor ieder ander." ■

Praten over zelfdoding kan 24/7 anoniem en gratis via 0800-0113, de hulplijn van 113 Zelfmoordpreventie of via chat op 113.nl.

'Pittig - Een moeder over de zelfgekozen dood van haar zoon' Uitgever: MAS-Communicatie, € 22,95. Bestellen kan via mas-communicatie.nl/shop/boek/pittig.

