

‘Mijn vader is overleden in eenzaamheid, terwijl ik hem bleef vertellen dat ik onderweg was’

Schrijfster Firoozeh Farjadnia (50) verloor afgelopen jaar haar vader in Iran. Ze kon niet naar hem toe, een ervaring die ze deelt met mensen die een geliefde kwijtraakten in coronatijd. Hoe kun je rouwen, als je geen afscheid kon nemen? In een persoonlijk essay deelt ze haar zoektocht.

Firoozeh Farjadnia

🕒 7 mei 2021, 20:05



Firoozeh Farjadnia met de Daaf, een Iraans instrument dat haar vader zo goed bespeelde.

(beeld Jeroen Jumelet)

In de leegte van deze tijden wandel ik door de straten van Rotterdam. Sinds het uitbreken van de pandemie voel ik mij meer verbonden met mijn buurt, met deze stad, met de Nederlandse samenleving. Iedereen weet nu, min of meer, wat het betekent om afgezonderd te zijn – zelfs van vrienden en verwanten die dichtbij wonen. Het denken in afstanden wordt absurd, als je mensen toch niet meer zomaar kunt opzoeken.

Ik kijk anders naar de mooie raamdecoraties. Achter deze ramen zou iemand kunnen wonen die zich net als ik, een vluchteling ver van haar land van herkomst, in een sociaal isolement bevindt. De voorbijganger die in gedachten verzonken voorbij loopt, zou, net als ikzelf, een dierbare verloren kunnen hebben zonder laatste uren samen, zonder de uitvaart fysiek bijgewoond te hebben. Hoe daarmee om te gaan?

Sinds ik uit Iran ben gevlucht, is het een terugkerende nachtmerrie dat mijn ouders ziek en zwak zijn en ik er niet voor ze kan zijn. Dat ze op hun sterfbed liggen en mij bij zich roepen en ik niet naar ze toe kan gaan. Een paar jaar geleden heeft mijn man dat al met zijn ouders meegemaakt.

'In zulke situaties is de cirkel nooit rond, afgerond, geheeld'

Toen mijn vader midden in de pandemie ziek werd en steeds verdrietiger, zwakker, wanhopiger om mij riep via de telefoon, dacht ik dat ik in zo'n nachtmerrie was gevangen. Ik probeerde van een afstand toch wat zorg voor hem te regelen. Ik vroeg anderen voor hem te doen wat ik zelf niet kon doen. Tevergeefs. Iedereen hield afstand van hem, uit angst voor het coronavirus.

Mijn vader is overleden in eenzaamheid, terwijl ik hem bleef vertellen dat ik onderweg was. Ik loog niet: sinds ik uit mijn land gevlucht ben, ben ik onderweg naar thuis. En als er geen corona was geweest, was ik, ondanks alle risico's, voor even teruggekeerd.

Hij overleed helemaal alleen. Dat doet mij het meeste pijn. Ik was zijn enige dochter en zijn enige hoop. Als ik bij hem was geweest, had hij niet zo snel opgegeven. Ik had zijn eigen muziek voor hem gedraaid. Hem laten stralen door te zeggen hoe prachtig zijn stem was. Dan was er ten minste één ander, één naast familielid bij hem geweest. En dan kende ik nu niet zo veel schuldgevoel.

Onderweg naar thuis heeft mijn vader mij ingehaald. Op die heldere nacht dat ik uit een kil berichtje opmaakte dat hij was gestorven. Ik stootte mezelf, als de klank van zijn vertrouwde

ringtone, tegen alle muren van de kamer. Ik vroeg hem luid om vergeving. Benauwd daalde ik af in een donkere woestijn en daar doemde hij jong en vrolijk voor mij op. Met tranen in mijn ogen keek ik naar hem, verlegen. Hij speelde fluit en zong een lied van de Perzische dichter Rumi:

‘Kom niet zonder Daaf (een Perzisch muziekinstrument, red.) bij mij op bezoek, want in het goddelijke feest is geen plek voor verdriet.’

Hier in Nederland kwamen maar weinig vrienden langs om me te condoleren. Deels door de coronamaatregelen, deels door mijzelf. Want ik geloof nog steeds niet dat hij weg is. Ik zie hem nog staan achter het raam, hij vraagt me: ‘Als het lente is, kom je dan weer thuis?’



Een gedenkplekje voor haar vader, met stenen uit Iran - beeld Jeroen Jumelet

niet praten zonder tranen

Het is weer lente geworden en overall is bloesem te zien. De stem van mijn vader klinkt in mijn hart. Ik speel nu Daaf en ben nog steeds onderweg naar thuis. Op mijn reis kom ik Khaldeya Alshehadat (33) tegen, een Syrische vrouw. Aan het begin van de pandemie heeft ze haar moeder verloren en ze kan er nog steeds niet zonder tranen over spreken. ‘Ik heb haar bijna zes jaar niet gezien. We hadden dagelijks telefonisch contact, mijn moeder bad voor mijn geluk’, vertelt ze. ‘Ik voel mij hier in Nederland nu nog meer verlaten, alsof

ik niet dóór kan zonder haar. Mijn moeder was maar vier dagen ziek. Als er geen corona was geweest, had ik het eerste vliegtuig naar huis genomen.'

Khaldeya kon, net als ik, alleen van een afstand getuige zijn van haar snel aftakelende moeder en zag de beeltenis van de overledene op het scherm van haar mobiel. Zo heeft ze aan de begrafenis deelgenomen. 'Ik geloof nog steeds niet dat ze er niet meer is', zegt ze aangedaan. 'Ze leeft nog, maar wil niet met mij praten. Dat is het gevoel.'

'De stem van mijn vader klinkt in mijn hart'

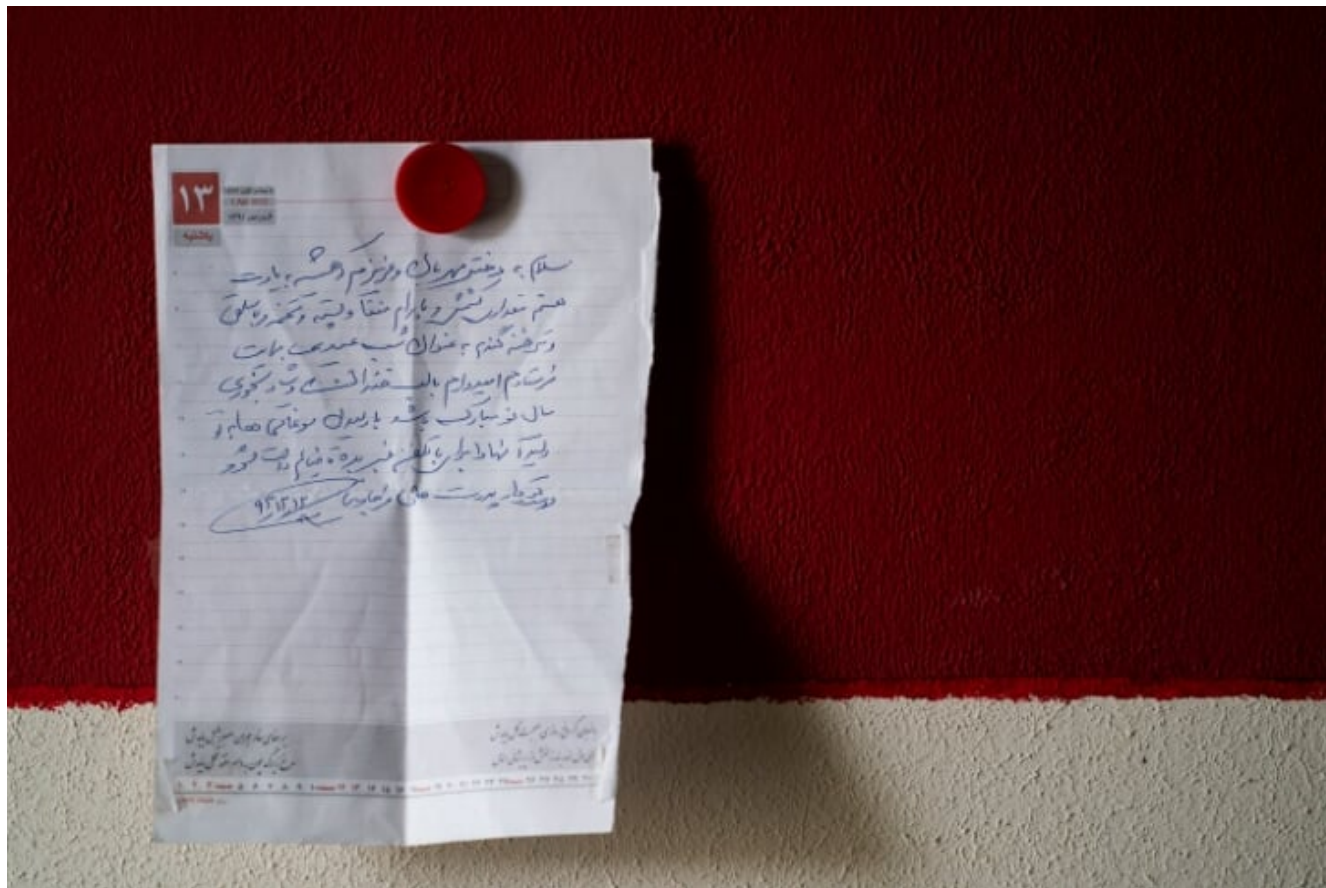
Haar laatste warme, liefdevolle contact: opeens is ze ook dat verloren. 'De enige troost is slapen, want mijn moeder verschijnt in mijn dromen en liefkoost me dan. Was ik in Syrië geweest, dan had ik naast haar bed gezeten, had eten klaargemaakt, haar haren gestreeld, dat deed ik als kind altijd al ... Het zou alles draaglijker hebben gemaakt.'

In Syrië komen families na een overlijden bij elkaar in het huis van de overledene, gedurende drie dagen. Ze bidden samen, bereiden maaltijden voor burens en voor arme mensen en vragen of ook zij willen bidden voor de overledene. 'Maar ik heb hier niemand om mijn pijn mee te delen. Niemand met wie ik erover kan praten. Sinds haar dood lijken mijn problemen en eenzaamheid nog groter dan eerst. Ik voel me ziek, denk dat mensen mij niet begrijpen, en trek me daarom terug.'

rituelen

Ik vraag advies bij Zohreh Salim (54). Zij is traumatherapeut en voorzitter van de stichting Didar, die zich richt op interculturele communicatie. Zij kent het probleem goed. 'Het is belangrijk om de tijd te nemen om vaarwel te kunnen zeggen', begint zij. 'De huidige coronapandemie en de maatregelen kunnen een enorme impact op de nabestaanden hebben. Dat mensen geen afscheid kunnen nemen, elkaar niet fysiek mogen vasthouden en troosten, maakt het verlies soms onverdraaglijk. Via het beeldscherm kunnen verdriet en pijn niet stromen. Mensen kunnen geen rituelen voltrekken die

hen helpen om de dood onder ogen te zien, waardoor ze er na de uitvaart van hun geliefde niet in slagen om het rouwproces op een natuurlijke manier te laten verlopen.'



Een gekoesterde korte brief van Firoozehs vader, aan de muur - beeld Jeroen Jumelet

We hebben elkaar nodig om het verlies van onze dierbaren te kunnen verwerken, zegt Salim. Zelf verloor zij haar vader in 2014. Dat was nog voor corona, maar zij kon toch niet naar hem toe.

‘Zijn sterfproces maakte ik telefonisch mee, zonder beeld. In zulke situaties is de cirkel nooit rond, afgerond, geheeld. Er hoeft maar iets te gebeuren en dan gaat de wond weer open. Mijn familie maakte met nieuwjaar een kort filmpje, van een halve minuut, van het familiegraf. Weet je, ik kan die dertig seconden niet eens zien.’

Door de coronacrisis voel je je van alle kanten nog beperkter dan anders, stelt zij. Er wordt weinig gedeeld. ‘Iedereen trekt zich terug. Juist in een tijd waarin er meer verbinding nodig is, ook in het delen van ervaringen van pijn, eenzaamheid. Maar er lijkt vooral leegte te zijn.’

Salims advies is: neem rustig de tijd voor de eerste rouwperiode. ‘Forceer niets, wees zacht voor jezelf. Je hebt goede en mindere dagen. En op de dagen waarop je je minder goed voelt, doe je een ritueel – iets wat je ook in je land van herkomst zou hebben gedaan. Maak bijvoorbeeld Halwa (een Perzische zoetigheid bij een uitvaart, red.). Zing liedjes die je

kunnen kalmeren, troosten. Of vind troost in het lezen van een gedicht, het luisteren naar muziek. Dingen die een gevoel van verbondenheid creëren of herstellen. Misschien is dit ook een les die je zal verrijken: hoe de pijn te verdragen, die in het begin zo onverdraaglijk lijkt? Het vinden van vrede is een levenslang proces.'

het belang van samen zijn

Milena (45) verloor haar oom in Slovenië in de periode dat ernaartoe reizen door corona onmogelijk was. 'Hij was een belangrijk persoon voor mij. Twee jaar geleden zag ik hem voor het laatst. Het was heel emotioneel om daar te zijn. Hij was kampioen gewichtheffen en daarnaast ook schoonspringer, top-skiër en turner. Zo herinner ik hem ook: als een heel sterke, knappe man. Dat hij op het laatst zo was afgetakeld, vond ik heel erg. Net op het moment dat het hier met mijn vader heel slecht ging, kregen we vrij plotseling het bericht dat mijn oom was overleden. Ik zou ernaartoe zijn gegaan als dat gekund. Maar dat was geen optie, voor niemand. Hij kreeg een heel kleine uitvaart, en ze hadden daar geen livestream.



Het doosje en de korenaren op de tafel zijn symbolen voor thuis; een herinnering aan de warme gele akkers van Iran - beeld Jeroen Jumelet

Op het moment van de uitvaart stond ze erbij stil, stak een kaars aan en probeerde ze met hem in herinneringen samen te zijn. En toch ... 'Alles is zo in de verte gebeurd. Had ik mijn familie weer gezien, dan hadden we deze momenten kunnen beleven met elkaar: ik realiseerde me hoe belangrijk het samenzijn is. Later hebben zijn kinderen herinneringen op Facebook geplaatst, en ik ook: als turner, sporter, daagde hij me uit om dingen te doen die ik eigenlijk niet durfde. Ik heb warme herinneringen aan hem en aan het land van mijn moeder. Met zijn dood verdwijnt er ook een stuk van mijn leven.'

Een maand later overleed Milena's eigen vader. 'De kinderen van mijn oom hebben wel live kunnen meekijken naar de uitvaart van mijn vader. Wij hadden dezelfde muziek gekozen als voor de uitvaart van hun vader. Dat was heel aangrijpend. Bij de uitvaart was ik met mijn gedachten bij allebei, alsof ik tegelijkertijd, alsnog, de uitvaart van mijn oom beleefde.'

delen maakt draaglijk

Lopend door nog steeds lege straten, klinken de stemmen van Khaldeya, Milena en Zohreh in mijn hoofd na. Ik zie ons zitten in een kring, geleund tegen elkaar, luisterend. Ik heb mijn pijn met ze gedeeld, ik heb de pijn van de anderen een beetje mogen meedragen. Ik heb gehuild, de anderen ruimte gegeven om te huilen. De pijn is er nog en het zal er ook blijven, maar delen maakt het draaglijker dan ooit. Wij kunnen de pijn aanvaarden zonder de wens om ervan af te hoeven komen. Wij hebben met aandacht bij onze verliezen stil gestaan, en dat heeft het begrip 'wij' betekenis gegeven. Mensen kunnen elkaar en het leven betekenis geven.

Om mij heen zijn veel mensen met verhalen die nog beluisterd willen worden. Mensen die in tijden van corona de ruwheid van afstanden hebben ervaren. Of van anderen die al voor die tijd dit leed trof. Misschien kunnen onze verliezen ramen vormen in de muur die ons nog altijd scheidt. Dat de pijn een sterke gouden draad vormt die ons kan verbinden.

Corona zal ooit geschiedenis worden, maar afstanden zullen blijven. Als we geen 'wij' vormen, zullen ze onder andere namen of in pijnlijke vormen terugkeren. Ik blijf daarom luisteren naar de verhalen die voor mij een monument vormen voor rouwen op afstand. Met mijn gedachten bij iedereen die een dierbare heeft verloren, iedereen met gemis. Ik zie voor me hoe we collectief, en niet ieder alleen, stilstaan bij verlies. Laten we samen rouwen, zingen, kaarsen aansteken, eten delen, huilen, en onderweg naar thuis geloven in de bloesem van het nieuwe leven.

javascript