

Inhoud

Inleiding	9
1. HET ROUWPROCES	19
2. DE PRAKTISCHE KANTEN VAN HET VERLIES VAN EEN HUISDIER	83
3. NABESTAANDEN STEUNEN	116
4. HERSTEL EN DE ZOEKTOCHT NAAR GELUK	184
Bijlage 1 Tien vragen over rouw	200
Bijlage 2 Eenendertig dagen rouwondersteuning en schrijfdieën	211

The Power of the Dog

There is sorrow enough in the natural way
From men and women to fill our day;
And when we are certain of sorrow in store,
Why do we always arrange for more?
Brothers and Sisters, I bid you beware
Of giving your heart to a dog to tear.

Buy a pup and your money will buy
Love unflinching that cannot lie –
Perfect passion and worship fed
By a kick in the ribs or a pat on the head.
Nevertheless, it is hardly fair
To risk your heart for a dog to tear.

When the fourteen years which Nature permits
Are closing in asthma, or tumour, or fits,
And the vet's unspoken prescription runs
To lethal chambers or loaded guns,
Then you will find – it's your own affair –
But . . . you've given your heart to a dog to tear.

When the body that lived at your single will,
With its whimper of welcome, is stilled (how still!),
When the spirit that answered your every mood
Is gone – wherever it goes – for good,
You will discover how much you care,
And will give your heart to a dog to tear.

We've sorrow enough in the natural way,
When it comes to burying Christian clay.
Our loves are not given, but only lent,
At compound interest of cent per cent.
Though it is not always the case, I believe,
That the longer we've kept 'em, the more do we grieve:
For, when debts are payable, right or wrong,
A short-time loan is as bad as a long –
So why in – Heaven (before we are there)
Should we give our hearts to a dog to tear?

Rudyard Kipling

Inleiding



Ik stel me zo voor dat je dit boek hebt gekozen omdat je geliefde huisdier is overleden. Ik leef met je mee. Laat me beginnen met zeggen dat om een boek als dit te schrijven je zelf een huisdier moet hebben verloren en bekend moet zijn met die hartverscheurende rouw. Ik heb zelf in de loop der jaren vele huisdieren verloren en elke keer brak mijn hart opnieuw.

De liefde voor dieren begon bij mij als kind. Ik kan me niet herinneren dat we géén hond thuis hadden, en honden werden gezien als leden van het gezin. Ja, ze hadden vier poten, maar ze werden gewaardeerd, geliefd en gekoesterd.

De eerste hond die ik me kan herinneren heette Lassie. Mijn ouders hadden haar langs de kant van de weg gevonden, moederziel alleen. Daarna hadden we een hond genaamd Kerry-Gold. We kregen Kerry als puppy en namen pas afscheid toen ik al volwassen was. Naast Kerry kregen we toen nog een opvanghond, Ross, en hij en Kerry leefden meer dan tien jaar heel gelukkig samen.

Toen ik ging trouwen leek het nemen van een hond een

logische stap. Maar omdat we veel weg waren voor ons werk, wisten we dat het helemaal niet praktisch was, dus besloten we het niet te doen. Op een dag reden we ergens en zagen een compleet uitgehongerde zwerfhond. Het lukte hem in de auto te krijgen en we brachten hem naar de plaatselijke dierenopvang. De volgende dag sprak mijn moeder een dierenarts en vertelde haar dat we een hond hadden gevonden en waar we die naartoe hadden gebracht. De dierenarts zei dat dat soort kennels een heel slechte naam hadden en dat we de hond daar beter weg konden halen. Ik sprong meteen in de auto, reed naar de opvang en vroeg de hond terug. Ik zag het hok waar ze hem in hadden gestopt; dat was zo klein dat hij zich nauwelijks om kon draaien. Ik vulde alle papieren in en pakte zijn riem.

Binnen een paar dagen had Jake ons huis overgenomen. Hij negeerde elke regel die we hem probeerden op te leggen – niet op de bank en zo – en hoewel we wisten dat het hebben van een hond best intensief was, voelde het huis opeens als thuis.

Jake was een soort mens in een hondenlichaam: hij had gevoel voor humor, was wild en nam risico's (als hij bijvoorbeeld een open raam zag, sprong hij zo naar buiten, maar hij gaf ons ook heel veel liefde. We hebben Jake uiteindelijk twaalf jaar gehad en de dag dat hij stierf, achtervolgt me nog steeds. Hij had een paar beroertes gehad en had een chronische ontsteking aan de alvleesklier. Zijn kwalen maakten hem meer afhankelijk van ons, maar ons volgens mij ook van hem. We pasten onze werktijden aan en stopten zelfs met buitenlandse reizen, want we wilden niet bij hem vandaan. Ons leven draaide om Jakes behoeften. We hebben nooit spijt gehad van deze aanpassingen, want we hielden zo veel van hem dat we ons met liefde voegden naar wat hij nodig had. Maar doordat hij het middelpunt van ons bestaan was geworden, kwam zijn dood des te harder aan.

De dag van het afscheid

Toen we bij mijn ouders in het zuidwesten logeerden, kreeg Jake weer een beroerte. We konden terecht bij een dierenarts bij hen in de buurt en die zei dat Jake volledig kon herstellen. Een week later ging het zo veel beter met hem dat we het gevoel hadden dat hij er klaar voor was om met ons naar huis te reizen. Thuis maakten we een afspraak met onze eigen dierenarts, omdat we daar een heel goede band mee hadden en hij Jake al kende sinds hij bij ons was. De dierenarts onderzocht hem en nam wat bloed af; hij zei dat Jake er op het eerste gezicht goed uitzag en dat het bloedonderzoek hopelijk zou bevestigen dat alles weer in orde was. We gingen opgelucht naar huis. Een paar uur later gingen we echter met Jake de tuin in en was er duidelijk iets niet goed met hem. Hij zakte gedeeltelijk in elkaar en kon alleen met hulp weer binnenkomen. We belden de dierenarts en smeekten hem om bij ons langs te komen, maar hij zei dat we echt naar de praktijk moesten komen voor het geval Jake geopereerd moest worden, en wel zo snel mogelijk. We droegen Jake in de auto en ik ging bij hem op de achterbank zitten. Hij legde zijn kop op mijn knie. Ik kon de pijn in zijn ogen zien. Die twintig minuten rijden voelden als uren.

Mijn man droeg hem naar de praktijk en de dierenarts

leidde ons naar een spreekkamer. Hij luisterde naar Jakes borst en zei toen: ‘Het einde is gekomen. We moeten hem onmiddellijk laten inslapen. Als we dat niet doen, krijgt hij voor jullie ogen een hartaanval.’ We wilden niet dat Jake nog een minuut langer zou lijden, dus zeiden we dat hij hem de injectie maar moest geven. We lagen bij hem toen de injectie werd toegediend en voelden hoe zijn hart stopte met kloppen. De dierenarts vroeg of we wilden dat hij Jakes crematie zou regelen en daar gingen we mee akkoord.

De uren daarna zijn een vage en kwellende herinnering. We liepen lamgeslagen, verdoofd en in shock de praktijk uit. We wilden niet meteen naar huis, dus gingen we eerst naar mijn grootouders om te vertellen wat er was gebeurd... maar we wisten dat het moment ging komen dat we weer naar huis moesten. Toen we binnenkwamen, zagen we Jakes mand en sloeg het verdriet genadeloos toe.

We gingen snikkend naar bed en de volgende dag besloten we dat we niet langer in dat huis konden blijven. We pakten een tas in, stapten in de auto en begonnen te rijden. We reden uiteindelijk van Engeland helemaal tot aan de top van Schotland... de hele weg huilend.

Tot op de dag van vandaag weet ik niet of de dood van Jake de druppel was die de emmer deed overlopen of dat ik ook zo had gereageerd als ik niet eerder al zo’n groot verlies had meegemaakt, van zowel mensen als huisdieren, maar ik was helemaal gebroken. Mijn leven voelde zinloos, hopeloos en zonder enig lichtpuntje.

Nadat we dagen hadden gereden besloten we dat we maar eens terug moesten. Ook om Jakes as op te halen bij de dierenarts. Het huis weer binnenlopen was een verschrikkelijk gevoel. Zijn mand was er nog, zijn speeltjes, maar het huis was stil. Geen tikkende hondenpootjes. Geen geblaf. Ons

huis voelde niet langer als thuis, maar als niets meer dan een huis, en we vonden het vreselijk om er te zijn.

Dat rauwe donkere verdriet duurde een paar maanden. Toen besloten we dat de enige manier om alleen al ons huis weer een beetje prettig te gaan vinden was op zoek gaan naar een nieuwe hond die opvang nodig had. Geen vervanging van Jake, dat was onmogelijk. Maar een andere hond waar we van konden houden en voor konden zorgen. We vonden uiteindelijk een prachtige spaniël in een pleeggezin, die was gered van een broedfokker. Het kostte me een paar weken om van haar te gaan houden, omdat ik zo bang was dat mensen zouden denken dat we Jake aan het ‘vervangen’ waren. Maar na een tijdje besepte ik dat ik van beide honden kon houden. En door dit kleine hondje te redden hadden we ook het gevoel dat we iets konden doen ter nagedachtenis aan Jake.

‘Hoe het kan dat dieren dingen begrijpen, weet ik niet, maar het is zeker dat ze dat doen. Misschien is er wel een taal die niet uit woorden bestaat en die alles en iedereen op aarde begrijpt. Misschien gaat er in alles wel een ziel verborgen die altijd, ook zonder een geluid te maken, tot een andere ziel kan spreken.’

Frances Hodgson Burnett

Dit boek bestaat uit vier hoofdstukken: het rouwproces; advies over de praktische kanten; advies voor het steunen van iemand die een dier heeft verloren; en dan nog een kort laatste hoofdstuk over heling en geluk. Achter in het boek vind je verder nog twee bijlagen. De eerste bevat vragen die mij vaak gesteld worden en de tweede gaat over hoe je de eerste

maand na het overlijden doorkomt. Er is daar ruimte gelaten om je gevoelens op te schrijven, maar je kunt ook een dagboek bijhouden waarin je dagelijks schrijft hoe je je voelt. Dat is een heel goede manier om met rouw om te gaan die ik je van harte kan aanbevelen.

Wie rouwt kan zich heel eenzaam voelen, maar er zijn zoveel andere mensen die door hetzelfde heen gaan of zijn gegaan. Ik vroeg mensen hun verhalen over het verlies van een huisdier met me te delen, zodat ik ze in dit boek op kon nemen. Ik hoop dat de verhalen je laten zien dat rouw om een overleden huisdier net zo echt en diep kan zijn als om een mens, en dat je je nooit hoeft te schamen voor je gevoelens wanneer je worstelt met het verdriet om je geliefde maatje.

Tinker



Het is denk ik niet ongewoon dat je als jongvolwassene gevraagd wordt naar je ouderlijk huis te komen om afscheid te nemen van een huisdier dat je als kind al had, voor euthanasie, begraven in de achtertuin, of om verhalen te delen en een traan te laten. Het is een ontvullende ervaring, maar ook een die een soort overgangsritueel kan worden. Los van hun duur, die soms wel drie decennia beslaat, zijn de meeste relaties tussen paard en mens complex en ingewikkeld. Het zijn dieren van 500 kilo en we vertrouwen erop dat ze ons veilig dragen, presteren wanneer we het van ze vragen en in beweging komen na slechts lichte aanraking. Zij vertrouwen er op hun beurt op dat we ze voeden en verzorgen. Dat we ze berijden. Het zijn meestal volgzaam, gehoorzame dieren. Ze zijn onze vrienden, partners.

Dus, toen ikzelf zo'n vreselijk telefoontje kreeg – 'Tinker krijgt morgen euthanasie' – verwachtte ik niet dat er zo'n enorme vloed aan emoties en herinneringen zou komen. Ik was per slot van rekening al in de dertig, was getrouwd, had kinderen, en Tinker was de tweede helft van haar leven eigenlijk het paard van mijn ouders geweest. Ze was al een tijd ziek en het nieuws kwam dus niet helemaal uit de lucht vallen. 'Natuurlijk,' zei ik. 'Ik zal er zijn.'

Als dierenartsassistente en als meisje dat op een paardenboerderij was opgegroeid, was euthanasie niet nieuw voor me. Ik zag het als iets vriendelijks, een manier om een einde aan lijden te brengen voordat de waardigheid van het dier werd aangetast. Ik zette de volgende dag mijn driejarige dochter in de auto, in de veronderstelling dat ze geen idee zou hebben van wat er ging gebeuren, en reed naar huis.

Pas toen ik aankwam, drong het echt tot me door. Mijn vader had gezegd dat 'iedereen' er zou zijn, maar ik was niet voorbereid op de kleine menigte op de oprit, die ondanks de stemmige sfeer lachte en kletste. Onze 'schuurvrienden', zoals we ze noemden, de vrouwen die ons hadden leren rijden en de mannen die pick-uptrucks en trailers voor hun vrouwen kochten om ons naar paardenshows te rijden. De dierenarts was er al en in de verte zag ik de gele glimp van de graafmachine die een graf had voorbereid. Dit was echt.

Iemand ontfermde zich over mijn dochter en ik ging naar de paddock om afscheid te nemen. Mijn moeder was daar ook, en ze zag er precies zo van slag en bleek uit als je zou verwachten... het was tenslotte haar eerste paard. Tinker was het paard dat haar meisjesdroom om eigen paarden te hebben in vervulling had doen gaan. Dit was het paard waar onze boerderij naar was vernoemd, en het paard waar ik op moest rijden omdat het nu eenmaal het paard was dat we hadden. Het paard waar ik het op had geleerd, het paard dat waar we ook maar kwamen te horen kreeg hoe mooi ze was. Het paard dat al mijn flauwekul als jonge, onervaren ruiter maar moest verdragen en dat een onbetwist onderdeel van mijn leven was geweest zolang ik me kon herinneren. Tinker stond gelijk aan thuis.

Mijn afscheid was onwerkelijk, in een paar tellen voorbij... iedereen stond te wachten. Het was niet even simpel

een middel in een ader spuiten, zoals ik dacht, dwaas als ik was. Het was het wegleiden van Tinker bij ons andere paard, haar dochter Annie, die in vijftien jaar nog nooit van haar gescheiden was geweest. Het was de dodenmars, het laatste loopje, de laatste opkomst toen mijn moeder haar naar het enorme gat in de grond bracht. Het waren de mensen om haar heen, klaar om haar val zo zacht mogelijk te maken. Het was het eind van de weg, en toen het verdovende middel haar raakte en ze in elkaar zakte, zakte een deel van ons met haar mee.

Ik barstte in tranen uit, draaide mijn dochters buggy weg van het veld om haar te beschermen, en de vrouw die me voor het eerst op een pony had gezet toen ik zeven jaar was, hield me vast. Ik wilde kijken, mijn moeder in de gaten houden, maar ik kon het niet. Ik werd overweldigd door snikken, het gênante, verpletterende soort, totaal verbijsterd over hoe dit deel van mijn jeugd – van mijn hele leven – al voorbij was. Ik wierp stiekem een blik op mijn dochter, die vrolijk met haar speelgoed aan het spelen was, en voelde het droevige gegeven dat ze Tinker nooit echt zou kennen.

Als dit al hartverscheurend klinkt... het werd nog erger. De soundtrack van dit moment, van deze kolossale dood, was het uitzinnige gehinnik van Annie, Tinkers dochter. Er was besloten om, zodra de dierenarts had bevestigd dat Tinker was overleden, Annie naar buiten te laten zodat ze haar kon zien voordat het beangstigende werk van de begrafenis begon.

Annie, die een kopie van haar moeder was, een stralende bay met een grote witte ster, galoppeerde het veld in. Ze rende verschillende rondjes om het lichaam, de graafmachine, het gat en de mensen die haar weiland binnen waren gedrongen. Uiteindelijk stopte ze met rondjes rennen, bleef even aan Tinker snuffelen en toen – ineens – was ze klaar. Zoals dieren

dat doen, een manier die wij mensen nooit helemaal voor elkaar krijgen, accepteerde Annie de dood voor wat hij was.

Uiteindelijk gingen we terug naar de keuken, behalve degenen die achterbleven om de laatste klus te klaren. Het vertrouwde en heldere gelach van de vrouwen begon de lucht te vullen; we praatten, kletsten bij, braken brood en deelden verhalen en herinneringen. Er rees een zware nostalgie op die dag, als rook die lang na het uitbranden van het vuur bleef hangen. Een paard is een vriend die jou meer vertrouwt dan goed voor hem is. Een gewillige dienaar, vaak een vriendelijke reus en net zo enorm aanwezig in het leven als in de dood. De immense rouw en de daaropvolgende stille aanvaarding leren ons dat er zelfs in de droevigste tijden schoonheid zit.

En mijn dochter? De driejarige die ik niet mee had moeten nemen omdat ik de zwaarte van de situatie niet goed had ingeschat? Dat meisje dat Tinker nooit zou kennen? Ze herinnert zich verbazingwekkend genoeg die hele dag. Maar haar beschrijving is anders dan die van ons. Ik denk aan doodsangst, aan hoe ik moest huilen, aan hoe gebroken mijn ouders waren. Mijn dochter?

‘Het is de dag waarop Tinker naar de hemel is gegaan,’ zei ze graag, ‘in de wei, zodat ze altijd bij Annie is.’

1

Het rouwproces



De dieren waar we ons leven mee delen, zijn niet slechts ‘huisdieren’. Het zijn maatjes, levensgezellen, soulmates soms zelfs. Het voelt alsof ze dingen van je ‘weten’, ze voelen je stemming aan, ze lijken zonder woorden te weten wat je nodig hebt. Je bouwt je routines, je werk en je leven om ze heen. Ze geven je vreugde, liefde, vaak ook iets om voor te leven. Ze laten je zien wat trouw en toewijding zijn. Deze prachtige zielen geven je zoveel en wanneer ze overlijden kan het voelen alsof er ook een stukje van jezelf sterft.

Wat ik zou willen dat dit boek voor je kan betekenen is dat het je helpt de waarde van rouw in je leven te zien, waar die rouw ook uit voortkomt. En dat wat ik schrijf je leert rouw een plek in je leven te geven in plaats van je ertegen te verzetten. Als we rouw een plek aan tafel geven, zal die niet meer continu onuitgenodigd op de deur kloppen. We moeten gaan inzien dat rouw geen monster is dat onder het bed leeft; rouw kan een vriend zijn waar we niet voor weg hoeven te lopen. Wanneer we verdriet en rouw op die manier kunnen