

# Kennelijk kunnen we alleen leven met zelfmoord alleen als het je 'overkomt'

*Simone van Saarloos 13 april 2016*

Is zelfdoding behalve vreselijk ontwrichtend voor de nabestaanden niet ook iets van de maatschappij?

Ergens las ik (ik ben oprecht vergeten waar) dat er goed te leven valt met alzheimer, zolang we het falend geheugen niet alleen als ziekte beschouwen. Je kunt beter iemand zijn die met de effecten van alzheimer leeft, dan te moeten leven als patiënt.

Ooit hebben we besloten: als homoseksualiteit geen ziekte wordt genoemd, is er ineens best goed mee te leven. Toch floreerde de emancipatie van homo's in Nederland pas welig nadat hersenonderzoeker Dick Swaab seksuele gerichtheid in het brein wist te lokaliseren. Iets is dus pas echt oké als het je overkomt en je er niets aan kunt doen – als een ongeneeslijke ziekte.

Zelfdoding wordt steeds meer als een uiterst symptoom van de ziekte depressie beschouwd. Het is een knik of mutatie in het brein die ervoor zorgt dat iemand de hand aan zichzelf slaat. Er zit iets geruststellends én iets beangstigend in die conclusie, die, nu met het vreselijk trieste overlijden van Wim Brands, in waarschuwend opiniestukken klinkt. Het geruststellende eraan is: zelfdoding overkomt je. Het beangstigende eraan is: het kan iedereen overkomen. Maar is dat wel zo? Waarom slagen mannen bijvoorbeeld vaker in hun poging dan vrouwen, waarom zijn er vaak meer gevallen in één familie? Genetisch! roepen de psychiaters. Maar denk ook aan Sylvia Plath en Assia Wevill, de twee genetisch onverbonden echtgenotes van dichter en dubbelwedenaar Ted Hughes. Beide vrouwen beroofden zich van het leven.

Is zelfdoding behalve vreselijk ontwrichtend voor de nabestaanden niet ook iets van de maatschappij? Zo kan zelfdoding wel degelijk een middelvinger zijn, een kritiek op het bestaan, in plaats van alleen een ongecontroleerde, ziekelijke uiting. Zelfmoord is bijvoorbeeld een daad die het onzegbare vormgeeft, juist in een benoem- en commercie-maatschappij waarin voor elk gevoel een product of emoji beschikbaar is.

Wanneer ik over een goede vriendin vertel die ernstig depressief is, word ik meestal onmiddellijk gerustgesteld: jij kunt haar niet helpen. Pillen, professionele instanties, die moeten het doen.

Als ze belt, neem ik op. Je weet nooit – ja, die gedachte zit erachter. En nee, mocht het ooit echt zover komen, dan zal ik me niet verantwoordelijk voelen voor haar dood. Maar voor haar leven moet ik toch ten dele verantwoordelijk te noemen zijn. Als onze vrienden geen invloed erkennen, wie dan? Dan dragen we alles alleen.

Een week voor Wim overleed, zag ik hem twee keer in onze buurt. De eerste keer was hij met de hond en liep ik hard in een glimmend spandexpak. Ik zwaaide gedag. Ik kijk niet regelmatig genoeg naar zijn Brands met boeken om te weten dat hij een tijdje was gestopt. Had ik dat geweten, had ik dan iets gezegd? Publiek werk heeft openlijke bevestiging nodig om de gêne over dat publieke op te lossen. De tweede keer droeg ik mijn racefiets over de schouder richting fietsenmaker. Het voorwiel was gejat. Ik voelde me naakt, met een gehandicapt voertuig in mijn armen, en keek de andere kant uit. Imperfectie is bedoeld voor wat levend is, niet voor het dode. Dingen kunnen vaak beter in hun geheel ontbreken dan kapot of disfunctioneel aanwezig te zijn. Voor mensen geldt dat niet.

# **Kennelijk kunnen we alleen leven met zelfmoord alleen als het je 'overkomt'**

Op donkere momenten kan andermans voortbewegen een sneer zijn naar jouw ploegende stilstand. Toch zou het van betrekkingswaan getuigen om aan dit voorbijgaan aan Wim schuldgevoelens over te houden. Maar het andere uiterste – steunen op het verhaal waarin geen redder bestaat, tenzij één die tot de kern dringt: een chemisch geluk dat de hersenen geneest – verpulvert het geloof in de macht van kleine beetjes.

De opvatting dat zelfdoding slechts het resultaat is van een falend brein en van ziekte, creëert het beeld van een kern. Dat komt onhandig goed uit: mensen zijn altijd slecht geweest in eerlijk delen en een kernprobleem is mooi te klein om op te breken en verspreid te dragen.

© Vrij Nederland