

Je leven kan maar zo voorbij zijn

Op donderdagmiddag 1 juni 2023 stond ik thuis in de keuken en ben ik onverwacht rond 16.00 uur in elkaar gezakt om even later met de ambulance naar Rijnstate vervoerd te worden. Tegen twaalf uur 's nachts mocht ik onder voorwaarden naar huis. Dit voorval wil ik niet dramatiseren of ergens aan ophangen, maar het heeft me wel aan het denken gezet en daarin spelen de reacties van mijn kinderen en vrouw, die het hebben zien gebeuren ook een rol.

Je gaat er zagezegd vanuit, dat je de volgende dag weer meemaakt, maar dat is geen vanzelfsprekendheid. Je leven kan totaal onverwacht eindigen en het is goed je dat af en toe te realiseren. Als ik nu in de schaduw zit, de wind in mijn gezicht voel en de geur van net gezette koffie opsnuif dan sta ik daar even bij stil en geniet er meer van. Dit soort momenten koesteren geeft een goed gevoel. Iedere dag echt opgaan in iets kleins maakt alles doorleefder. Bewust gedag zwaaien naar iemand, een glimlach ontvangen en geven, een praatje maken met een voorbijganger, een toetje langzamer opeten en echt proeven, aan iemand denken en daar in gedachten ook de tijd voor nemen. Dat alles maakt het leven waardevoller.

Mijn jongste zoon van 10 zegt wel eens, dat hij het jammer vindt, dat ik zo oud ben. Als ik doorvraag zegt hij, dat hij mij dan eerder moet missen en dat hij graag wil, dat ik nog meemaak, dat ik zijn kindje zal zien. Tegen hem zeg ik dat ik 95 jaar wil worden en aan die gedachte houd ik me vast. Je moet toch ergens op gericht willen zijn?

Ook al werd bij mij een te lage hartslag gemeten, qua gezondheid voel ik me eigenlijk best wel goed en ga er vanuit tijdelijk een dipje te hebben gehad. Het voorval zelf staat me helder voor de geest: ik zag ineens delen van de keuken in elkaar en over elkaar schuiven en wilde met mijn hand aan de smalle keukentafel houvast vinden. Ik voelde, dat het voor mij beter was om op de grond te gaan zitten. Met dat ik dat wilde doen verloor ik alle controle en zakte in elkaar. Toen ik op de grond lag hoorde ik Sylvia achter me praten en Menno vanuit de hal, maar ik had niet de kracht daarop te reageren. Ineens zag ik mijn vader naar me kijken (hij is in 1979 overleden) en voelde de neiging naar hem toe te gaan. Heel merkwaardig! Ik kroop wat later over de vloer naar de bank in de woonkamer, het zweet brak me uit en stroomde over mijn gezicht.

Toen de mensen van de ambulance kwamen moest ik rechtop zitten. Dat leidde tot heftig overgeven..... In het ziekenhuis ontdekte ze geen bijzonderheden, in medische bestanden kwam mijn naam niet voor, dus waren er geen referentiegegevens. Voor het laatst heb ik in 1990 na een zwaar ongeval met parachutespringen in een ziekenhuis gelegen. De komende dagen wordt alles nog even nagekeken. Dat is niet verkeerd, maar ik verwacht geen opvallende uitslagen.

Mijn werktempo verlaag ik wel wat, een lichaam is kwetsbaar, kan tegelijkertijd ook sterk zijn. Het leven is in ieder geval de moeite waard om mee te mogen maken. Nu even genieten van Matthijs, die vandaag slaagde voor zijn MAVO diploma. De vlag hangt uit!