



Troost

Intens verlies kan je radeloos maken. Hoe ga je verder als een dierbare er niet meer is en je niets liever wil dan de tijd terugdraaien of tegenhouden? Hoe geef je dan weer vorm aan je leven, hoe pak je het op en ga je door?

In deze PS een bijzonder verhaal over rouw en veerkracht. Arjan Berkhuisen en Anemoon Elzinga verloren in 2021 hun zestienjarige zoon Mees door een ongeluk op Terschelling. Een onvoorstelbaar verlies. Ze begonnen te lopen. Door de duinen, langs de zee, over het eiland waar Mees van hield. De natuur werd hun gids en liet hen zien hoe dood en leven, verlies en groei met elkaar verweven zijn.

Uit die tocht ontstond de Walk of Grief – een pelgrimstocht voor iedereen die rouwt. Vijf routes, vijfenzeventig kilometer, een pad waarop je troost, stilte of misschien een nieuw perspectief ontdekt.

Hun verhaal gaat niet alleen over verlies. Het gaat ook over steun en houvast. Meteen na het ongeluk kregen Elzinga en Berkhuisen veel steun van de Terschellinger gemeenschap. “Iedereen leefde mee en stond voor ons klaar; mensen brachten eten, zetten koffie. We voelden ons omarmd. Dat was heel fijn.” Elzinga verwoordt het treffend: “Ze zeggen weleens: *It takes a village to raise a child* – maar óók *to bury one*.”

Een hoopgevend verhaal. Omdat rouw universeel is, maar ook zo persoonlijk. Omdat we allemaal verliezen, maar daar op onze eigen manier mee omgaan. En omdat troost soms onverwacht opduikt – in de natuur, in een wandeling, in de wetenschap dat je niet de enige bent.

Judith
Zilvermit
Chef PS



24

14



12

‘De Bijlmer maakt landelijk impact’

Met ZOJazz Stage brengt Graziëlla Hunsel Rivero (49) de jazz terug in Zuidoost. ‘Jazz zit in het dna van de Bijlmer, al weet niet iedereen dat’

24

Niemand laat zijn eigen plant alleen

Te droog, te nat, onverklaarbaar dor: een kamerplant brengt vreugde en verdriet. ‘Ik had een mooie, maar een diva, ze lustte geen kraanwater.’

Stappen n



Naar troost

Anemoon Elzinga (53) en Arjan Berkhuisen (55) verloren bij een verkeersongeval op Terschelling hun zestienjarige zoon Mees. Ze zochten troost in de natuur. Wandelen op Terschelling, waar ze sinds veertien jaar wonen, hielp hen omgaan met rouw. Zo ontstond het idee voor de Walk of Grief, een pelgrimstocht over het eiland die ook andere mensen begeleidt in hun verlies.

TEKST MARLOES DE MOOR
FOTO'S ISABELLE RENATE LA POUTRE



F

Felrood steekt het kopje van een strandpaal af tegen het witte strand van Terschelling. Stuifzand kleeft aan het hout, wier op de bovenkant. Aan de zijkant zijn koperen haakjes bevestigd, waar eilanders hun kleren aan hangen wanneer ze hun dagelijkse duik in zee maken. Op het rood van de paal is een porseleinen plaatje met een foto van Mees Berkhuisen bevestigd. Geboren in Amsterdam, opgegroeid op Terschelling, zestien jaar oud. Zwarte korte broek, ontbloot bovenlijf, een sterke rug, een springerige, door de zon gebleekte haarlok in de wind. Mees rent door de duinen de ondergaande zon tegemoet. Ergens in de verte wacht zijn toekomst: de halve marathon die hij wil lopen, een studie geneeskunde, de wijde wereld in. Nog zoveel meer.

Totdat op maandag 1 maart 2021 onverwacht een einde aan zijn leven komt. Mees heeft een leuk weekend met vrienden achter de rug en brengt een van hen na afloop naar de boot. Het is mistig die avond. De Waddenzee verbergt zich achter een witte waas. Mees moet ongeveer zes kilometer fietsen vanuit de veerhaven naar zijn ouderlijk huis in Midsland. Hij is nog maar enkele minuten onderweg als een auto hem aanrijdt.

"We waren al begonnen met eten. Zijn lege bord stond op tafel. Mees zou nog even een vriend naar de boot brengen en dan thuiskomen," vertelt zijn moeder Anemoon Elzinga (53) vier jaar later aan

de eettafel van hun huis in Midsland. "Maar hij kwam niet. Ik werd ongerust en belde hem. Hij nam niet op. Dit klopt niet, dacht ik. Via de app Find My iPhone probeerden we te kijken waar hij kon zijn. Toen ging de telefoon. Een ambulancebroeder, die ook een vriend van ons was, vertelde dat Mees een ongeluk had gehad. Het zag er niet goed uit. Niet veel later stonden de politie en de huisarts voor de deur."

Overlevingsstand

Mees wordt met een reddingboot van de KNRM naar het Universitair Medisch Centrum in Groningen gebracht, want de traumahelikopter kan vanwege de mist niet vliegen. "We pakten onze spullen en voeren er met een andere boot achteraan. Op de intensive care van het ziekenhuis zagen we Mees, maar hij was er al niet meer: hersendood. De hele nacht zijn we met Lente, onze dochter van dertien, bij hem gebleven en hebben we afscheid van hem genomen."

"Ik heb letterlijk gebruld van verdriet," zegt Arjan Berkhuisen, vader van Mees.

Elzinga blijft aanvankelijk rustig en kan nog bedenken welke praktische dingen er moeten gebeuren. "Dat was slechts een overlevingsstand. Later volgde de ontlasting, het immense verdriet."

Meteen na het ongeluk krijgen Elzinga en Berkhuisen veel steun van de Terschellinger gemeenschap. "Iedereen leefde mee en stond voor ons klaar; mensen brachten eten, zetten koffie. We voelden ons omarmd. Dat was heel fijn."

Elzinga knikt. "Ze zeggen weleens: *It takes a village to raise a child* – maar óók *to bury one*. Op Terschelling bestaat nog steeds de burenplicht, waarbij je voor elkaar zorgt als iemand overlijdt. De burenspreiden huis aan huis rouwkaartjes. Bij ons ging dat niet anders." >>

‘Het is lastig om bijna elke dag langs de plek te rijden waar je kind is aangereden’





Mees Berkhuysen in 2020.



Arjan Berkhuisen
en Anemoon
Elzinga op hun
wandelpad.

Elzinga werkt al enige jaren als uitvaartbegeleidster op Terschelling en staat op dat moment voor een haast onmogelijke taak. "Het is natuurlijk bizar om plotseling de uitvaart van je eigen kind te moeten regelen. Hoe zou ik dat willen? Daar had ik weleens over nagedacht, maar nooit in detail, want je gaat er toch een beetje van uit dat het je niet overkomt. Toch wilde ik het wel zelf doen, maar niet helemaal alleen. Ik vroeg een vriendin me te helpen met organiseren en regelen, zodat alles goed zou gaan."

"Op de dag van de uitvaart wandelden we met Mees in de kist langs een erehaag van vijftienhonderd mensen vanuit ons huis in Midsland naar West aan Zee. Daar vond het afscheid plaats, met een vuur op het strand. Iedereen legde een bloem op de kist. Zwermen vogels deden mee en vlogen op. Het voelde alsof alles mee bewoog in het ritme van ons verdriet."

Elzinga en Berkhuisen wonen tien jaar op Terschelling als Mees verongelukt. Hun twee kinderen zijn geboren in Bos en Lommer in Amsterdam. "Van Bos en Lommer naar het échte Bos en Lommer, zeg ik wel eens," zegt Elzinga lachend.

"Ik werkte voor Oerol en woonde voor de productie van het festival een aantal maanden op Terschelling. Arjan en ik vonden het er zo leuk dat we overwogen er te gaan wonen. Toen Arjan een baan vond als directeur van de Waddenvereniging zijn we dat daadwerkelijk gaan doen. Eerst een jaar op proef, want het voelt toch een beetje als emigreren in je eigen land."

**'We hebben
geschreeuwd,
gehuild, gelachen;
dat is zo prettig aan
de natuur, dat kan
daar ongestoord'**

Maar het beviel zo goed dat we zijn gebleven. Arjan vond zijn baan hier, ik kon opnieuw aan de slag voor Oerol en later dus ook als uitvaartbegeleidster."

Het gezin betreft een tot woning omgebouwde reddingsbootschuur. Mees en Lente zijn dan zes en vier jaar. Ze groeien op in de natuur. Mees heeft veel vrienden, kent elk pad, elke hoek van het eiland. Hij wordt wakker met de toeter van de ochtendboot, valt in slaap bij het schijnsel van vuurtoren De Brandaris. De zeewind helpt als hij strandzeilt, de golven dragen hem als hij surft, de duinen vergezellen hem als hij rent.

Berkhuisen laat een foto van zijn zoon zien. "Een leuke, grappige en slimme jongen, zoals elke ouder dat van zijn kind vindt. Hij was sociaal, bereid om mensen te helpen of een luisterend oor te bieden. Meisjes stortten graag hun hart bij hem uit, hoorden we later. Als ik naar hem kijk, denk ik: Wat was hij eigenlijk oud en wijs voor zijn leeftijd."

Elzinga beaamt: "Mees was krachtig en koos voor zichzelf zonder egocentrisch te zijn. Zijn houding was: Dit is wie ik ben en zo wil ik leven."

Zandkorrels

Er gaat geen dag voorbij dat ze niet aan hem herinnerd worden. Veel plekken op het eiland zijn aan Mees verbonden en het is vaak onontkoombaar die te passeren. "Dat geeft ook niet," zegt Berkhuisen, "want ik wil hem absoluut niet vergeten. Tegelijkertijd is het soms ook wel lastig om bijna elke dag langs de plek te rijden waar je kind is aangereden."

Om het draaglijker te maken, hebben Berkhuisen en Elzinga op de fatale plek een natuurlijk monument gecreëerd. "Geen steen of ander gedenkteken, maar bloemen die elk jaar weer opkomen. Samen met vrienden hebben we de bolletjes geplant. Het was fijn de plek met onze handen te doorvoelen. Hij kreeg daardoor een andere lading. Elk voorjaar komen er bloemen op; dat geeft troost. De bloemen die mensen op zijn kist legden, verwerkten we tot compost en brachten we hiernaartoe. Ze symboliseren de liefde voor Mees."

Na het verlies van hun zoon zoeken Elzinga en Berkhuisen steeds vaker troost in de natuur. Ze trekken eropuit om samen of alleen te gaan wandelen. "Achteraf bezien was de uitvaart, waarbij we van ons huis naar West aan Zee liepen, de eerste wandeling, maar dat wisten we toen nog niet. We wilden iets doen met ons verdriet."

Wandelen is fijn omdat het niet zo ingewikkeld is. Je zet je ene voet voor de andere en als je eenmaal in beweging bent, ga je uit je hoofd."

Elzinga: "Wat je buiten ziet, kun je naar binnen toe vertalen en andersom. Onderweg praatten we veel, maar we hebben ook geschreeuwd, gehuild, gelachen. Dat is zo prettig aan de natuur; dat kan daar ongestoord. Je kunt je ook zo nietig voelen als je naar de sterrenhemel kijkt en beseft dat wij met onze eigen microkosmos maar kleine mieren, zandkorrels zijn in het grotere geheel. Dat heeft mij ontzettend geholpen in mijn verdriet. Natuurlijk was het intens, overweldigend en groot en dat is het nog steeds, maar de natuur hielp me om uit te zoomen. Iedereen verliest, beseft ik. Ook in de natuur zag ik dieren sterven, jonge bomen omvallen. Dan dacht ik: Die zijn ook jong."

"Het doet niets af aan de pijn die je voelt," vult Berkhuisen aan, "maar het maakt het dragelijker. Diepe, échte rouw kan je vastgrijpen en soms zo zeer dat je je afvraagt of je er ooit nog wel uit komt, of je niet doordraait. Zulke dagen hebben wij ook gekend. Naar buiten gaan en lopen hielp ons om niet vast te draaien."

Pelgrimstocht

Tweeënhalf jaar geleden ontstond het idee om een rouwpad op Terschelling te ontwikkelen. "We wilden zelf graag een pelgrimstocht lopen waarbij rouw centraal staat, maar we konden, afgezien van losse wandelingen, niets vinden. Toen besloten wij hem zelf te gaan maken."

Berkhuisen spreidt op tafel een kaart van Terschelling uit. Bij verschillende plekken zijn pijlen en aantekeningen >>



geplaatst: 'drie eiken bij de kooi', 'natuur-begraafplaats drenkelingen', 'huilkuil', 'Cupido's plak', 'mystieke mossenhoek'. "We vroegen eilanders en eilandliefhebbers naar een plek die dierbaar of betekenisvol voor hen was. Die hebben zij aangegeven op deze plattegrond."

Vaak genoemd wordt het hoge duin bij de Koegelwieck, waar je zowel de Waddenzee als de Noordzee kunt zien. Ook de eenzame boom van Hee keert meermaals terug als geliefde plek. "Mensen gaan daar graag naar toe om hun hart uit te storten of om een bloemetje neer te leggen. De eenzame boom werd ook ons logo. We vinden het mooi dat het een overlever is. Al zijn soortgenoten zijn al omgezaagd, maar hij staat er nog met zijn gehavende takken."

Na eindeloos veel wandelen en gesprekken met eilanders, lotgenoten, kunste-

naars, theatermakers, rouwtherapeuten, wandelexperts, filosofen en wetenschappers krijgt de route uiteindelijk vorm. Het wordt een meerdaagse, 75 kilometer lange pelgrimstocht, verdeeld in vijf etappes: de Walk of Grief.

"We vroegen Babet te Winkel, oprichter van Verlieskunst, om vijftien teksten voor de bijbehorende wandelgids te schrijven. Daarin koppelt zij rouw aan het landschap van Terschelling. Er staan suggesties in voor rituelen die je kunt uitvoeren voor vertrek, onderweg, of na afloop van je tocht, maar die zijn uiteraard geen verplichting. De tekst licht uit wat er al is en geeft een voorzetje: zo kun je er ook naar kijken," legt Elzinga uit.

Bij wijze van stempels, die gebruikelijk zijn op een pelgrimspaspoort, zijn langs de route dichtregels te vinden. Tijdens elke etappe kan de wandelaar die op een aan-

'Mensen gaan graag naar die eenzame boom, leggen bloemen of storten hun hart uit'



Mees in de eenzame boom van Hee, 2020.

gegeven plek tevoorschijn krassen. Na vijf dagen ontstaat een gedicht.

Altaartje

Deelnemers ontvangen voor 49 euro een Walk of Grief Wandelbox met daarin de wandelgids, een handgemaakt insigne van waddenklei die je aan je jas of rugzak kunt knopen, een verlieskaart waarop je kunt schrijven met welk verlies je op pad gaat en een struinkistje voor bijzondere strand- en natuurschatten die je tijdens de wandeling vindt.

“Dat kan bijvoorbeeld een steentje, een schelp of veertje zijn. Het is een uitnodiging om iets mee te nemen als herinnering, iets wat troost biedt of kracht geeft. Thuis kun je dat neerzetten als rariteitenkabinetje of altaartje,” vertelt Elzinga.

Een paar keer is Mees voor de goede verstaander terug te vinden op de route.

Zoals in het straatnaambordje Meeslander Longway of op de houten wand van het Drenkelingenhuisje, waar zijn naam met viltstift tussen die van honderden anderen te vinden is. De route komt ook langs West aan Zee, de plek waar hij zich fijn voelde, waar hij strandzeilde, zwom of samenkwam met vrienden.

“Voor ons is die van betekenis, maar de Walk of Grief is nadrukkelijk geen bedevaartstocht voor Mees. Het is een pad voor iedereen die rouwt in de breedste zin van het woord. Het kan gaan om allerlei vormen van verlies: een overleden vader of moeder, een verbroken relatie, een gestorven huisdier, een verloren toekomstdroom.”

Vandaag, op 1 maart, wordt de route officieel geopend. Een symbolische datum, want het is de sterfdag van Mees en het begin van de meteorologische lente.

“Ieder jaar wandelen wij van ons huis in Midsland naar West aan Zee om Mees te herdenken. Deze keer staan we 's morgens stil bij wat we hebben verloren. In de middag vierten we wat we hebben gevonden, wat we hebben opgehaald in de rouw: de Walk of Grief. Het maken van de route was een intens proces. Maar het hielp om op het kale fundament toch weer iets te bouwen,” zegt Elzinga.

Mees zou de tocht beslist gelopen hebben, denkt ze. “Toen hij jonger was, wilde hij graag samen met mij een week weg om honderd kilometer te wandelen. Het is er nooit van gekomen. Nu loopt hij in gedachten met ons mee.” <<

Meer informatie is te vinden op walkofgrief.nl