

het is mis

Als journalist Sonja Alferink na jaren proberen eindelijk zwanger raakt, blijkt het vruchtje niet levensvatbaar. Wat weet ze eigenlijk weinig van een miskraam, realiseert ze zich als ze op de wc haar pijn probeert te verbijten.

HET IS EEN ZATERDAG IN DE VROEGE LENTE, HALF VIJF IN DE OCHTEND. IK WORD WAKKER MET STEKENDE PIJN IN MIJN

onderbuik. Ik weet direct wat dit betekent. De straten slapen nog, ik hoor alleen de vogels, fluitend, in de toppen van de bomen. Mijn vrouw Anna ligt nog te slapen. Uitgeteld, deze tijden vragen veel van ons. Ik voel dat ik moet plassen. Ik loop naar de wc en daar zijn ze: de eerste druppels bloed. Ze sijpelen de pot in, druppel voor druppel, tik, tik, tik.

Gelaten bezie ik wat er gebeurt, dit tafereel dat zo veel wegheeft van een gewone menstruatie: bloed, pijn en dan gaat het weer voorbij. Ik voel wel emoties maar ik slik ze weg, ik wil dit zien als een natuurlijk proces dat erbij hoort, niet te veel stilstaan bij wat het was. Want het is materie nu: een stil hulsel waaruit de ziel al is vertrokken. Mijn lichaam doet wat het moet doen: opruimen wat niet meer nodig is, schoonmaken, wegpoetsen. “Het bloeden is begonnen”, zeg ik tegen Anna, als ik terug kruip in bed. Het blijft stil en ik tik haar wakker, twee gesloten ogen schrikken op uit een diepe slaap. Haar stem kraakt. “Och moppie toch.” We delen een ogenblik verdriet, mijn buik troost zich aan haar zachte handen.

Ik probeer nog wat te slapen maar het lukt niet, want it giet oan: mijn baarmoeder is er klaar voor en trekt de teugels aan. In mijn gezicht vertrekken alle spieren. Ik probeer rustig te ademen, door mijn neus, door mijn lippen. Ik doe heel hard mijn best, maar een beetje stilte voor de storm is ijdele hoop, blijkbaar. Mijn hemel wat gaat dit snel, ik trek mijn knieën op tot mijn navel, houd mijn armen gekruist onder mijn hoofd en probeer de pijnen weg te bijten in mijn kussen.

“Vlees noch vis”, had de verpleegkundige gezegd toen die laatste bloedtest in het ziekenhuis een hCG-score gaf waar zij, zo veel was duidelijk, weinig mee kon. Misschien was het een kleine vrucht die

er bungelt iets daar beneden, dat moet de vruchtzak zijn

wat traag op gang kwam en de komende weken echt nog wel zou groeien. Maar als ik eerlijk ben, leek mij die optie meteen al weinig realistisch, omdat 'traag' en 'klein' niet bepaald matchen met het voorkomen en functioneren van mijn lichaam. Óf het was een vrucht die al geen vrucht meer was. Daar wilden wij natuurlijk niet aan, maar dat moest wel, van diezelfde verpleegkundige. En er was een derde optie. "Het kan ook een buitenbaarmoederlijke zwangerschap zijn", vertelde ze. "Daar hoeft je nu niet van in paniek te raken, maar als je hevige buikpijn krijgt moet je wel meteen bellen, want het kan heel erg gevaarlijk zijn." Dus ik ben een béétje zwanger, vroeg ik de verpleegkundige. "Zo zou je het kunnen zien, ja", antwoordde ze.

In mijn hoofd probeerde ik de losse eindjes aan elkaar te knopen, maar dat bleek een lastige opgave. Ik was niet zwanger maar ook niet niet-zwanger. De vrucht in mijn buik was vlees noch vis. Flabbergasted was ik. Ik kon Anna nauwelijks vertellen wat er precies was gezegd. "Iets met vlees noch vis, klein, traag, mogelijk miskraam." Bedremmeld zocht ik haar blik. "En als ik hevige buikpijn krijg, kan het buitenbaarmoederlijk zijn. Dan moeten we niet in paniek raken, maar bellen." Anna trok haar wenkbrauwen op, ik sloeg mijn ogen neer. "Wat zou hevige buikpijn zijn?", vroeg ik. Ik voelde niets anders dan verbazing. Tot er ineens tranen in mijn ogen sprongen en mijn buik een vallende beweging maakte, heel gek was dat. "Het zal toch niet," stamelde ik, "het zal toch niet: na al die tijd, en dan nu ..."

Ik had al veel geduld moeten hebben. Moeten wachten en verdragen. Eerst mijn vrouw die zwanger was, en daarna de vriendin van onze donor. En toen de klokken eindelijk in hetzelfde ritme tikten, weigerde mijn lijf: het lukte niet, het lukte gewoon niet. Tot er nu, na vier jaar wachten, via een intens traject in het ziekenhuis en een rollercoaster van hormonen, een kindje groeide in mijn buik.

Wat was ik ongelooflijk blij geweest toen een week of zes geleden

dat streepje naast het streepje langzaam maar zeker van kleur veranderde, ik Anna belde en stamelde: "Volgens mij ben ik zwanger." 'De mooiste foto van het jaar', appte Anna toen ik haar een foto stuurde van de test.

Warmte helpt, weet ik, en ik dribbel richting keuken. Waterkoker, kruik, paracetamol, check. Ik strompel terug en werp een blik richting de kamer van onze zoon Rafa. Dat lieve mannetje, hij slaapt nog diep. Afleiding, denk ik. Ik leg de kruik op mijn buik en pak mijn telefoon, open de app van *Het Parool* en lees een artikel over de bekoelde relatie tussen Poetin en zijn legertop. Mijn vader heeft 'roest' gelegd bij Wordfeud. Aan Google vraag ik hoelang dit feest precies gaat duren maar 'het verloop is bij iedereen anders' – dat hadden ze in het ziekenhuis ook al gezegd.

Wat weet ik weinig over een miskraam, bedenk ik. Ik heb geen idee hoelang het gaat duren, hoeveel pijn het gaat doen, wat de emotionele impact is. Rafa wordt wakker en op mijn fitbit zie ik dat het tien voor zes is. Onze kleuterzoon trippelt de kamer binnen en klautert behendig in ons grote bed. Hij maakt een koprol tussen ons in en nestelt zijn billen tegen mijn buik. Dwars door de pijn heen vind ik dat fijn en lief, een onbewust gevoel van troost.

Mijn baarmoeder trekt zich samen. Een scherpe, simultane aanval uit verschillende hoeken, te overweldigend voor enig verweer. "Kut", vloek ik binnensmonds. Rafa trappelt de lakens los en ik bijt op mijn lip. Ik voel dat het los gaat komen. Anna neemt onze zoon mee en ik probeer op te staan, beweeg voorovergebogen naar de wc, mijn handen op mijn buik. Er stroomt bloed uit mijn vagina. "*It's coming*", zeg ik tegen Anna, die nu mijn onderrug streelt.

"*It's coming*" zei ik vier jaar geleden ook, met een grote grijns tegen Anna, toen niet ik maar zij op deze wc zat en er geen bloed maar vruchtwater stroomde. Nog geen drie uur duurde de bevalling, mijn vrouw was beresterk en ik had met eigen ogen gezien dat oerkracht inderdaad bestaat. Ik weet nog dat we niet sliepen die eerste dagen, alleen maar keken naar dat kleine kreunende wezentje tussen ons in, zo gaaf en zo mooi. Rafa vulde mijn hele lijf met trots, hoewel ik feitelijk toch weinig had bijgedragen aan zijn ontstaansgeschiedenis – behalve dat zijn vader mijn oudste jeugdviend was.

Maar nu is dat anders. Nu is alles anders. Ik zit nog steeds voorovergebogen op de wc. "Gaat het?" vraagt Anna. "Nee", zeg ik zonder

haar aan te kijken, ik heb alleen nog aandacht voor de pijn. En ik ben boos. Ondertussen probeer ik nuchter te blijven: dit is puur fysiek, het kindje is er al niet meer, het vruchtje was te klein om groot te kunnen groeien, precies zoals we dat aan Rafa hebben verteld. Tel maar gewoon: van een naar twee, van twee naar drie, tot er een minuut voorbij is en dan weer opnieuw. Verbijten, verdragen, verbijten.

“Is dit nu het weefsel?”, vraag ik aan Anna, die dat ook niet zeker weet. Golven van pijn gijzelen mijn buik. Wanneer is het genoeg? “Ik trek dit niet meer!”, schreeuw ik naar Anna. Ik voel dat ik moet loslaten en dat is precies wat ik niet wil. Ik wil de hoop niet opgeven. Ik wil het verlangen niet verliezen. Ik wil dit kindje niet kwijt. Maar er is ook een confronterend besef: hoelang kan ik nog leven met deze onzekerheid? Hoelang verdraag ik het nog om niet te weten? Wie ben ik nog zónder dit verlangen? Waar ben ik zelf gebleven; waar staan Anna en ik samen nog? Ook daarom durf ik niet los te laten.

Er bungelt iets daar beneden en dat moet dan de vruchtzak zijn. Ik sla mijn handen voor mijn ogen. Voor het eerst en voor het laatst zie ik het vruchtje dat in mijn buik zat. Het is nu geen abstract idee meer of een fijn gevoel: het is echt en dichtbij. En ook het verlies wordt nu tastbaar. Door alle ellende heen voel ik hoe dichtbij dit kindje was, hoe verbonden we waren, hoeveel ik al van dit ieniemieniezieltje hield. Nu ik dat voel, kan ik het laten gaan. “Het is goed zo”, zeg ik. “Kom maar. Ga maar.” Ik laat het komen en stromen, uit mijn buik en over mijn wangen. Dit is precies wat rouw is, besef ik. Die tegenstrijdige beweging van moeten loslaten maar willen vasthouden. Het verzet en de paniek, en de liefde die er nog is.

Ik open het raam op onze slaapkamer en trek het gordijn een beetje open. Er is lucht, licht, zon. Ik lig. Ik luister. Ik hoor kinderen spelen. Een fietsbel, een tram in de verte. In mijn buik slijpen zich nog steeds messen, maar de thee smaakt lekker. Rafa gaat spelen bij een vriendje. “Geef je mama nog een kus?” Hij ziet er anders uit, hij voelt anders. Het is mijn blik die is veranderd: ik ben niet meer zwanger. Ik voel nog wel een nabijheid die ik koester, maar mijn buik is leeg. Het is nu al meer een herinnering dan een ervaring.

“Je hoeft daarin niets te forceren”, zegt Anna als ik me daar vreemd genoeg schuldig over voel. We zitten in de auto, onderweg naar de echo die moet checken of de miskraam is ‘geslaagd’. “Als je het

loslaat, komt het ook weer dichtbij.” Het is precies zoals ik het voel. Ik zie dat Anna tranen in haar ogen heeft. Ik zie ook dat ze niet wil praten. En dus pak ik haar hand. “Dank je wel dat je er al die tijd in bent blijven geloven”, zeg ik.

Een paar weken later zit ik met mijn zoon op een bankje in het park. Op sommige dagen zijn de wolken donker, vandaag is de lucht strakblauw. Rafa slurpt smakkend van zijn vanille-ijsje.

“Zeg, mama”, vraagt hij bijdehand. “Wonen wij in Amsterdam?”

“Jazeker”, zeg ik. “Jij bent geboren in Amsterdam.”

“Ow”, knikt Rafa, terwijl het ijs van zijn kin druppelt. “Uit de buik?”

Ja, knik ik. “Uit de buik van mama Anna.”

“Jij had óók een baby in de buik”, zegt Rafa. “Maar die zit nu dus niet meer in je buik.”

“Dat klopt”, antwoord ik, en ik geef hem een aai over zijn bol.

“Maar waaróm dan?”, vraagt hij.

“Nou, omdat de baby eigenlijk te klein was om groot te kunnen groeien”, leg ik hem nog eens uit. “Soms gebeurt dat.”

“En waren daarom de mama’s verdrietig?”, vraagt Rafa.

“Ja.” Ik voel mijn ogen vochtig worden.

“Ben jij ook een beetje verdrietig, jochie?”

Rafa knikt. Hij kijkt me aan en snikt een paar keer zonder te huilen.

Ik neem hem op schoot en sla mijn armen om hem heen. Ik veeg een paar witte druppels ijs van zijn kin.

“Kom maar, schatje. Het komt wel goed.” ●

ik voel
dat ik moet
loslaten,
maar dat
is precies
wat ik
niet wil