

Mijn vader en ik in Portugal

Bron <http://www.alegriahealth.com> februari 2019

Kijk ons staan, met zijn twee op het strand van Praia da Rocha in de jaren 70. Ik weet niet meer of ik toen al tegen hem gezegd heb dat ik later 'wanneer ik groot zou zijn' in Portugal zou gaan wonen. Het kan ook tijdens een van onze dagelijkse wandelingen over het strand van de vuurtoren naar de rotsen toe zijn geweest. Mijn vader was vanaf het eerste moment verknocht aan Portugal en ik eigenlijk ook. De rust, de weidsheid wanneer je staarde (en nog) over die oneindige Atlantische Oceaan, het licht, de lucht zo blauw. Eigenlijk de hele energie van het land zorgde ervoor dat mijn vader, continue gejaagd en gestrest in zijn dagelijks bestaan, tot absolute rust kwam. Bijna tot zijn einde aan toe...

Jaren later kreeg mijn vader last van burn-out verschijnselen, een term die in de jaren negentig nog helemaal niet zo werd gebezigd. Ja wat wil je, financieel directeur van een internationaal opererend bedrijf met een arbeidsethos zoals dat hoorde bij die Rotterdamse na-oorlogse generatie. Altijd je schouders eronder en ziek melden is er niet bij. Een adequaat acterende psycholoog concludeerde na een aantal onderzoeken dat er iets neurologisch ten grondslag lag aan mijn vaders vergeetachtigheid en emotionele buien.

Ik heb hem nog nooit zoveel zien huilen. Drie jaar lang van het kastje naar de neurologische muur. Mijn vader was 54 jaar, dus lag Alzheimer niet voor de hand. De onwetendheid, het onbegrip van de omgeving en het gevecht om erkenning van mijn moeder, ik heb het allemaal gezien.

Ik stond erbij en deed wat ik kon en natuurlijk wilde ik boven alles mijn vader redden.

We bleven op vakantie gaan, naar Portugal. Een paar keer per jaar als gezin, zodat mijn moeder bij kon komen en mijn vader ook. Terwijl jaren na de diagnose "met een aan zekerheid grenzende waarschijnlijkheid pre-seniele dementie, passend bij de ziekte Alzheimer" de beste stuurman aan wal schreeuwden dat we een man in zijn toestand niet moesten verplaatsen, heb ik met eigen ogen gezien en bovenal ervaren wat het verblijf in Portugal met hem deed. Ik zie hem nog zitten, op een strandbedje met een walkman met fado muziek op. Bij tijd en wijlen stond hij dan op en zong uit volle borst mee, hij was ooit immers misdienaar geweest en kon niet onverdienstelijk galmen. Natuurlijk leverde dat wel wat bijzondere blikken op, maar uiteindelijk ook applaus. Hij werd er met recht levendig van!

En kuierden wij met zijn twee langs dezelfde kust, waar hij ooit mijn zevenjarige hand vasthield. Nu hield ik zijn hand vast en in het midden van zijn betoog over zijn arbeidzame leven keek hij me indringend aan en vroeg: 'Maar wat doet nou eigenlijk jouw vader?'

Dierbare momenten, vader en moeder opgelapt en meende ik daar toch ook een verbetering in mijn vaders cognitieve capaciteiten te zien? Of was het wishful thinking.

Nee ik weet het zeker, beiden knapten aanzienlijk op en keken reikhalzend alweer uit

naar de volgende trip. Tot het laatste toe, voor mijn moeder dan. Zij overleed totaal onverwacht eerder dan mijn vader. Heden ten dage een klassiek verhaal...

Ik heb mijn droom waargemaakt en ben naar Portugal verhuisd. Hier ben ik meer thuis dan dat ik me ooit ergens gevoeld heb; misschien zijn mijn ouders hier ook wel een stukje dichterbij? Ze vertoeven immers beiden alweer enige tijd aan gene zijde.

Omdat ik put uit mijn rijke ervaring als mantelzorger, omdat ik mensen met dementie kan lezen zoals ik ook altijd nog contact heb gehouden met mijn vader, weet ik wat er nodig is om mensen datzelfde gevoel te bezorgen als wat wij jaren met elkaar hebben ervaren. En daarom vanuit die intrinsieke motivatie organiseren wij (groeps)reizen voor mensen met dementie en hun naasten. Het leven houdt immers niet op, wanneer je last van dementie hebt.