

Ingrid verloor haar dochter bij de tsunami bijna tien jaar geleden

TSUNAMI TIEN JAAR GELEDEN

Op 26 december 2014 is het precies tien jaar geleden dat Azië werd getroffen door een tsunami. Een zware zeebeving in de Indische Oceaan veroorzaakte een enorme vloedgolf die onder andere Thailand, Indonesië, India én Sri Lanka trof. Op sommige plaatsen was de golf tien meter hoog op het moment dat hij met een enorme kracht aan land kwam. Het was een van de grootste natuurrampen uit de geschiedenis, het aantal doden ligt tussen de 230.000 en 310.000 mensen. Veel slachtoffers zijn nooit gevonden. Bij de ramp kwamen ook veel toeristen om, onder wie 36 Nederlanders. Door de tsunami raakten ruim twee miljoen mensen dakloos en de materiële schade was immens. De internationale gemeenschap heeft ruim tien miljard euro aan noodhulp ingezameld. De wederopbouw heeft vele jaren geduurd en is op sommige plaatsen nog steeds bezig. Net als voorgaande jaren zal ook dit jaar de tsunami op diverse plaatsen worden herdacht.

'We waren een heel normaal gezin. Nu is alles anders'

Ingrid (51) was in 2004 met haar man en dochters Isabelle (destijds 12) en Dominique (destijds 17) in Thailand om Kerst te vieren, toen ze getroffen werden door de tsunami. Haar oudste dochter overleefde de ramp niet. "Ik hoop dat ze wist dat ik onvoorwaardelijk van haar hield."

Ingrid: "In de tien jaar die zijn verstreken sinds de golven mijn dochter wegnamen, is er zo veel gebeurd. Het verliezen van mijn kind is natuurlijk het ergste wat me is overkomen, maar ook daarna heb ik een roerige tijd gehad. Mijn moeder overleed, ik raakte bij een reorganisatie mijn baan kwijt en mijn man Robin ging in 2008 bij me weg. Van de ene op de andere dag vertrok hij naar een andere vrouw, na 21 jaar huwelijk. We hebben het nooit uitgepraat, dus ik kan niet voor hem spreken, maar ik denk dat het onder

andere te maken heeft met het verlies van Dominique. We hadden allebei onze eigen manier om met ons verdriet om te gaan. Ik denk dat dit zijn manier was om het verlies te verwerken. Op een gegeven moment dacht ik wel: houdt dit dan nooit een keer op? Is dit écht mijn leven?"

Voorgevoel

"We gingen vrijwel elk jaar naar Koh Samui, een eiland voor de kust van Thailand. Dominique en Isabelle vonden het daar altijd leuk. Ook in 2004 was Koh Samui onze eindbestemming, maar



Ingrid: 'Had ik niet meer moeten genieten van die laatste momenten met Dominique?'

eerst zouden we nog een paar dagen doorbrengen op Koh Phi Phi, een wat kleiner eiland. Op Eerste Kerstdag kwamen we in Bangkok aan, waar we 's avonds uit eten zijn geweest. Het was gezellig, maar ik voelde me niet lekker. Ik denk weleens: was dat een voorgevoel? Achteraf heb ik me daar nog lang schuldig over gevoeld: had ik niet meer moeten genieten van die

laatste momenten met Dominique? Ik heb niet eens meer gezegd dat ik van haar hield. Ze was een puber, we hadden weleens strijd. Over dat ze haar kamer niet opruimde of dat ze wegging met vriendinnen en niet vertelde waar ze was. Achteraf lijkt dat zo onbelangrijk. Ik hoop dat ze geweten heeft dat ik onvoorwaardelijk van haar hield. Op Tweede Kerstdag

werden we wakker op Koh Phi Phi. We hadden ons verslapen en waren nog net op tijd voor het ontbijt. Daarna installeerde ik me op een strandstoel vlak voor ons appartement op de begane grond. Robin was zich binnen aan het omkleeden, de meiden gingen pootjebaden in de branding. Opeens hoorde ik een vreemd geluid, een soort gedonder. Sommige mensen liepen weg, ik

vermoedde dat er storm kwam. Ik riep de meiden, maar ze hoorden me niet. Toen kwam er een enorme golf. Nog niet de echte vloedgolf die daarna zo veel verwoestte, maar wel een die ervoor zorgde dat ik plotseling tot aan mijn middel in het water stond. Toen kwam de tweede golf. Ik was net een zandkorreltje: binnen een seconde had het water me te pakken en gleed ik onder het appartementencomplex door. Toen ik mijn ogen weer opendeed, was het donker en kon ik bijna niet meer ademen. Ik zag beton, had geen idee waar ik was. Toch bleef ik rustig. Heel gek, maar ik dacht op dat moment aan de paragnosten die ik ooit had bezocht en die me allemaal hadden verteld dat ik heel oud zou worden. Ik was niet bang voor mijn eigen dood, niet bang om te vechten voor adem. De angst sloeg me om het hart toen ik dacht aan mijn dochters: waar waren zij? Leefden ze nog? Ik dacht: als zij dood zijn, wil ik ook niet meer leven. Toen raakte ik buiten bewustzijn."

Machteloos

"Wat er daarna is gebeurd, kan ik me niet herinneren. Blijkbaar ben ik onder het gebouw vandaan gedreven en heeft Robin me gered. We hebben samen nog aan een boom gehangen, daarna heeft hij me op het droge gelegd en is hij de

meisjes gaan zoeken. Waarschijnlijk ben ik later weer in het water terechtgekomen en daarna door iemand gereanimeerd. Ik werd brakend wakker op de grond van een hotelkamer en kon bijna niet ademen. Samen met andere mensen heeft Robin me op een matras gelegd en naar een helikopter gebracht. Die zat al vol met andere gewonden, maar hij legde mij erbij, op de grond tussen de stoelen.

Ik werd naar een klein staatsziekenhuis in Zuid-Thailand gebracht. Daar werd ik aan een roestige zuurstoffles gelegd. Eindelijk kon ik weer ademen! Waar Robin was, wist ik niet. En ook niet of mijn dochters nog leefden. Ik voelde me zo machteloos, kon alleen maar huilen. Ik was ervan overtuigd dat ze nog in leven waren. Welke God zou het immers in zijn hoofd halen mijn

op welke locaties hij kon kijken. Ook regelden ze dat er iemand naar mij toe kwam om te vertellen dat Robin in een ziekenhuis in Phuket lag. Hij had flinke wonden aan zijn benen. Twee dagen later hoorde ik dat ook Isabelle nog in leven was. Zij lag weer in een ander ziekenhuis met een ernstige verwonding aan haar arm. Ik was natuurlijk dolblij dat ze nog leefde, maar ik dacht tegelijkertijd: en Dominique? Waar is Dominique?"

Nog horen gillen

"Toen Isabelle en ik eindelijk werden herenigd, heb ik haar niet eens platgeknuffeld. Ik was eigenlijk alleen maar met Dominique bezig. 'Weet jij wat er is gebeurd?' was het eerste wat ik haar vroeg. Ze vertelde dat ze na de eerste, kleine golf naar een houten huisje waren gedreven. Omdat



'Met z'n drieën terug in het vliegtuig, de doodskist in het ruim. Het was een nachtmerrie'



Ingrid: 'Als ervaringsdeskundige wil ik andere mensen leren hoe ze met hun angsten en verdriet kunnen omgaan.'

Tot de dag voor haar identificatie heb ik geloofd dat Dominique nog in leven was. Ik weet nog dat toen ik net in het ziekenhuis lag, een andere toerist me wilde meenemen naar het mortuarium. Om te kijken of mijn dochter daar lag. Ben je gek geworden, dacht ik. Ik wilde er niets van weten, mijn kind was niet dood. Achteraf bleek dat ze daar toch heeft gelegen, een luguber idee. Soms vind ik mezelf laf. Als ik meteen was gaan kijken, had ik Dominique misschien nog kunnen zien. Dat is me na de identificatie namelijk afgeraden, omdat het er heel naar uitzag, werd er gezegd. Misschien is het ook wel beter zo. Ik denk dat ik het toen nog niet had aangekund: weten dat ze dood was. Nu heb ik de tijd gehad om langzaam aan het idee wennen.

Het duurde tot 5 januari voor Dominique werd geïdentificeerd. Elke dag liep ik een rondje door de hal van het ziekenhuis, waar een enorme wand vol hing met foto's van vermiste mensen. Ik zag foto's van baby's, kinderen en complete gezinnen. Ook Dominique hing ertussen, maar ik dacht steeds: mijn kind is niet dood!"

Nooit geweten

"Mijn broer heeft haar uiteindelijk gevonden. Hij herkende Dominique aan haar bikinitopje. Toch meenden de hulpverleners eerst dat ze het niet was. Ze dachten dat zij een Thaise vrouw was. Doordat ik half-Indisch en half-Moluks ben, was Dominique licht getint. Daardoor dachten ze dat ze niet-Europees was. Haar tongpiercing gaf de

geen schijn van kans gehad. Ik vind het nog steeds vreselijk dat ik haar hand niet heb kunnen vasthouden, dat ik haar pijn niet heb kunnen wegnemen. Hopen dat het snel voorbij was, dat is het enige wat ik kan doen. Het was alsof ik naar een film van mijn eigen leven keek. Met z'n drieën in het vliegtuig terug, terwijl Dominique in een kist in het ruim lag. Een nachtmerrie. Daarna de begrafenis, waarbij ik me een toeschouwer voelde.

Ik kon het gevoel en het verdriet nog niet toelaten. Uiteindelijk kwam dat pas een jaar later, toen we teruggingen naar Thailand. Er werd een herdenking georganiseerd, waar we graag bij wilden zijn. Op ons geliefde Koh Samui dacht ik: dit klopt niet, we horen hier met z'n vieren te zijn. Pas toen realiseerde ik me dat Dominique echt nóóit meer terugkwam. Toen ik weer thuis was, kreeg ik griep. Dacht ik. Het bleek het begin van de rouw te zijn. Ik was lamgeslagen, kon niets meer. Ik heb heel lang in bed gelegen en gedacht: dit gaat nooit meer over.

Maar gelukkig ging het over. Althans, ik heb het verdriet in mijn leven geïntegreerd. Maar soms slaat het toch nog

doorslag. Ze had 'm een paar maanden daarvoor stiekem laten zetten. Iets waarvan ik toen best was geschrokken. Maar als ze dat ding niet had gehad, hadden we nooit geweten dat zij het was. Nu konden we haar begraven en het afsluiten. Anders had ik me altijd afgevraagd of ze nog ergens rondliep."

Nachtmerrie

"De golf had een kracht van tweehonderd kilometer per uur, hoorde ik later. Waarschijnlijk heeft Dominique in het huisje

onverwachts toe. Als ik een bepaald liedje hoor. Of ik zie iets, of er gebeurt iets wat me aan Dominique doet denken. Soms neem ik ook bewust de tijd om in gedachten terug te gaan naar de jaren waarin ze er nog was. Samen Sinterklaas vieren bijvoorbeeld, of met mijn familie Indisch eten. Daar was ze gek op. De geweldige reizen die we met ons gezin hebben gemaakt, liggen nog vers in mijn geheugen. Ik herinner me dat we op Bonaire een pick-uptruck hadden gehuurd en dat de meisjes achterin samen liedjes zaten te zingen. We waren een heel normaal gezin, zoals er zo veel zijn. Nu is alles anders."

Herinneringen

"Mijn zogenaamde zekerheden zijn stuk voor stuk wegge gevallen. Ik dacht dat ik geen moeder was die haar kind zou verliezen, maar dat ben ik wel. En ik ben ook een vrouw die is verlaten door haar man. De wetenschap dat er geen zekerheden zijn, heeft het leven ook een stuk lichter gemaakt. Ik heb geen verwachtingen meer, dit is wat het is. Ik ben doorgegaan met leven en heb

geleerd de mooie dingen en de mensen om me heen te waarderen. De mensen die er nog wel zijn, zoals mijn dochter Isabelle. Het gaat nu goed met haar. Ze heeft aan haar verwondingen littekens overgehouden op haar armen en benen. Daar had ze het in het begin heel moeilijk mee. Nu koestert ze die juist. Ze herinneren haar aan Dominique, zegt ze. Ik geniet ook erg van mijn werk. Ik ben een coachingspraktijk gestart. Als ervaringsdeskundige wil ik mensen leren hoe ze met angsten en verdriet kunnen omgaan. Dat ze het niet moeten wegstoppen. Laat het maar komen, zeg ik altijd. Ik ben lang extreem streng voor mezelf geweest. Ik vond dat ik sterk moest zijn. Nu zie ik dat anders. Alles wat er op je pad komt, hoort bij het leven. Door wat ik heb meegemaakt, weet ik hoe sterk ik ben. Een kind verliezen is als moeder je grootste angst. Die angst is voor mij werkelijkheid geworden. Maar ik ben er doorheen gegaan en ik sta nog steeds."

Ingrids boek

Ingrid heeft een boek geschreven over het verlies van haar dochter Dominique. Eind januari 2015 komt dit boek, met de titel *Weer boven water*, uit. Kijk voor meer informatie op www.createyourlife.nl. Vriendin mag tien exemplaren van *Weer boven water* weggeven. Kans maken? Ga dan naar Vriendin.nl.

