



'DEZE REIS VERGEET IK NOOIT MEER'

Er zijn van die reizen die in je geheugen gegrift staan.
En niet per se omdat alles verliep zoals gepland...
Daar kunnen Mandy, Kim, Bodil, Dirkje en Mirthe
over meepraten. →

'IN MIJN HOOFD WAS IK DE BRUID VAN JEZUS'

Mandy Bijnen (31, woonbegeleider) ging twee jaar geleden in haar eentje op vakantie naar Gambia. Door de antimalariapillen die ze slikte, kreeg ze daar een ernstige psychose. "De doktersassistente had die malariapillen nooit mogen voorschrijven."



"Nadat ik mijn opleiding in de verslavingszorg had afgerond, ging ik in de zomer van 2019 op vakantie naar

Gambia. Alleen, want helaas kon er niemand met me mee. Ik was nog nooit in Gambia geweest en had ook niet eerder alleen gereisd, maar ik wilde gewoon heel graag naar Afrika. Ik weet niet waarom, maar ik heb me altijd erg aangetrokken gevoeld tot dat werelddeel. Bovendien zat ik in een toeristisch resort, dus wat kon er misgaan? Via Facebook kwam ik in contact met Paola, een Nederlandse vrouw die in dezelfde periode ook naar Gambia ging om haar zoon te bezoeken. Een aantal weken later vlogen we samen naar Banjul, de hoofdstad van Gambia. Voor de reis liet ik me vaccineren. Ook was ik de avond voor vertrek begonnen met het preventief slikken van Malarone, antimalariapillen. Ik had ze voorgeschreven gekregen van de doktersassistente die in medisch reisadvies gespecialiseerd was en moest ze elke dag nemen. Wat ik toen alleen niet wist, was dat deze antimalariapillen een psychose als bijwerking kunnen

hebben. Het gekke was dat er totaal niet naar mijn mentale gezondheid werd gevraagd. Het recept werd gewoon doorgestuurd naar een online apotheek, waarna ik de pillen na bestelling netjes thuisgestuurd kreeg – en mijn eigen apotheek niet op de hoogte was van het gebruik."

Onsamenhangende gedachten

"Hoewel ik me na het slikken van de eerste antimalariapillen meteen al niet zo lekker voelde – ik had veel buikpijn en moest overgeven, een van de meest voorkomende bijwerkingen van Malarone – was het in het begin best een leuke vakantie. Er was een mooi zwembad bij mijn accommodatie en er was ook een strand vlakbij. Toch kon ik mijn draai niet echt vinden. Ik voelde me onrustig, al kon ik dat niet verklaren. Op de derde dag bezocht ik Paola en haar

'PAS NA EEN JAAR WAS IK HELEMAAL HERSTELD. AL DIE TIJD STOND MIJN LEVEN STIL'

Gambiaanse familie. Ze woonden in het binnenland, ongeveer anderhalf uur rijden met de taxi. Ik vond het fijn om bij ze te zijn. Iedereen was erg aardig en ik voelde me welkom. Zes dagen later, 's avonds in mijn hotel, ging het mis. Omdat ik moe was en ik me niet lekker voelde, ging ik vroeg naar bed. 's Nachts begon ik opeens te hallucineren. Ik was half wakker en zag allemaal kleuren. Het is moeilijk uit te leggen, maar ik voelde me heel erg verbonden met mijn familie in Nederland, alsof ik bij hen was. Toevallig had ik op mijn nachtkastje een boek liggen over een witte en een zwarte wolf en die woorden sprak ik steeds hardop uit. Ondertussen maakte ik met mijn hand een soort wolf in de schaduw op de muur. Ik was compleet in de war. Ik was onrustig en ging uit ellende onder de douche staan. Mijn hersenen maakten overuren en mijn onsamenhangende gedachten gingen alle kanten op. Het voelde alsof ik opgesloten zat in mijn hoofd. Ik was heel erg bang en omdat ik me bij Paola zo vertrouwd had gevoeld, vluchtte ik naar haar toe. Onderweg moest ik veel aan de bijbel denken. Ik dacht dat ik de bruid van Jezus was. Ook hoorde ik steeds: 'De prijs is al

betaald.' Het was echt doodeng. Totaal onverwacht stond ik bij Paola op de stoep. Het moet ook heftig geweest zijn toen ze mij in zo'n verwarde toestand aantrof. Met haar Gambiaanse familie ving ze me op. Een van de oudere vrouwen, Aunty, nam me als een baby in haar armen en wiegde me totdat ik rustig werd. Paola lichtte ondertussen telefonisch mijn vriend en familie in: ze had hun nummers in mijn telefoon gevonden. Toen ik mijn moeder sprak, vertelde ik dat ik een psychose had. Dat had ik al eens eerder meegemaakt door wietgebruik en ik herkende de symptomen van de vorige keer. Ze probeerde me tot rust te brengen, maar het hielp niet echt. Uiteindelijk viel ik doodmoe in slaap. 's Nachts begon ik opnieuw te spoken en de volgende dag kon ik alleen maar voor me uit staren. Het was zo onwerkelijk. Ik kon helemaal niks meer en moest door Aunty en haar dochter Accoley worden opgefrist en aangekleed."

Horrorvlucht

"Met Paola reisde ik die avond terug naar Nederland. Die vlucht stond al gepland, dus ergens was dat een geluk bij een ongeluk. Maar de vlucht van dik zes uur was een hel. Ik zat midden in een vol vliegtuig en was doodziek. Om de zoveel tijd moest ik overgeven; achteraf bleek ik een salmonellavergiftiging te hebben. Van de stewardessen kreeg ik steeds een zak om in te spugen. Omdat ik de prikkels om me heen niet kon verdragen, trok ik uiteindelijk een lege zak over mijn hoofd. In een rolstoel werd ik naar de aankomsthal gereden. Omdat mijn vriend in de file stond, had hij geregeld dat mijn vriendin en haar vriend me ophaalden. Ze schrokken zich kapot toen ze mij zo verward zagen. Met z'n drieën reden we direct door naar mijn

Mandy met Paola (links).



'IN NEDERLAND WILDE IK MIJN VRIEND NIET ZIEN, IK WAS ERVAN OVERTUIGD DAT HIJ VAN DE DUIVEL KWAM'

huisarts. Onderweg belde mijn vriend. Toen ik zijn naam zag staan, zei ik tegen mijn vriendin dat ze niet mocht opnemen, omdat hij van de duivel kwam. Ik wilde hem absoluut niet zien. De huisarts verwees me door naar de crisisdienst. Daar werd een psychose vastgesteld en kwam ik in een crisisopvang terecht. Ik kreeg antipsychotica, maar helaas had ik de pech dat ik daar zwaar depressief van werd, een bijwerking. Het was vreselijk. Ik was suïcidaal en wilde alleen nog maar dood. Uiteindelijk werd ik in een psychiatrische instelling opgenomen. Daar werd opnieuw onderzoek gedaan en het bleek dat mijn psychose veroorzaakt was door de antimalariapillen. Ik werd heel goed in de gaten gehouden en mocht na drieënhalve maand naar huis. Pas na een jaar was ik helemaal hersteld."

Levensgevaarlijk

"Al die tijd stond mijn leven stil. Ik kon niet werken, zat depressief thuis en had, op mijn verzoek, geen contact meer met mijn vriend. Ik wilde niet dat hij mij zo depressief zag en dat was echt heel erg moeilijk voor hem. Gelukkig vonden we elkaar later weer terug. Vijf maanden na mijn herstel belde ik hem en het voelde meteen als vanouds.

Sindsdien zijn we opnieuw bij elkaar. Momenteel gaat het goed met me. Ik kan soms alleen nog steeds niet geloven wat ik heb meegemaakt. Allemaal door een fout van de doktersassistente. Door de heftige bijwerkingen kunnen die pillen voor iedereen levensgevaarlijk zijn. Als de assistente beter in mijn dossier had gekeken, had ze mij met mijn medische achtergrond waarschijnlijk nooit die malariapillen voorgeschreven en was dit misschien allemaal niet gebeurd. Ik ben dan ook erg boos geweest, maar ik heb besloten om mijn energie en aandacht op positieve dingen te focussen. Toch zal ik de doktersassistente dit verhaal laten lezen, omdat ik wil dat ze zich bewust wordt van deze vreselijke bijwerking van antimalariapillen. Hopelijk vraagt ze vanaf nu bij iedereen naar zijn of haar psychische achtergrond, zodat deze fout niet nog een keer wordt gemaakt. Wel ben ik heel dankbaar voor Paola en 'mijn' Gambiaanse familie. Zij hebben zo goed voor me gezorgd tijdens de eerste dagen van mijn psychose. Ik heb nog steeds contact met hen en hoop in de toekomst als 'de echte Mandy' bij ze langs te gaan. De antimalariapillen laat ik dan wel achterwege. Geen idee wat het alternatief is, maar daar begin ik nooit meer aan." →

'IK KON ME NIET BEWEGEN, MAAR MIJN HERSENEN REGISTREERDEN ALLES'

Kim Huizinga (45, ondernemer) werd tijdens haar verblijf in 2006 op Sri Lanka verkracht. Met de twee daders was ze al een tijdje bevriend. "Ik smeekte een van hen om te stoppen en zag de spijt in zijn ogen. Daarna ging ik out."



"Het gebeurde in de laatste twee weken dat ik in Sri Lanka was. Ik werkte daar al een halfjaar als vrijwilliger in een weeshuis. Samen met een Nederlandse vrouw die ook vrijwilliger was, ging ik 's avonds vaak uit. Het was lang leve de lol. Helaas zat het werk van mijn vriendin er iets eerder op dan dat van mij. Terwijl zij alvast terugging naar Nederland, bleef ik nog twee weken. En toen ging het mis. Op de avond dat mijn vriendin wegging, besloot ik uit te gaan. Daar ontmoette ik locals die ik al langer kende. Het was een gezellige avond en toen de bar sloot, gingen we met z'n vieren, twee mannen, een vrouw en ik, naar het huis van iemand uit de groep. Tenminste, dat dacht ik, want toen we daar aankwamen bleek het een hotel te zijn, omdat ze niet in de stad woonden. Omdat ik ze al langer kende, zag ik geen gevaar, totdat de vrouw ineens verdween. Ik had een onderbuikgevoel dat het niet klopte,

maar ik luisterde er niet naar. Plotseling voelde ik me wazig worden. Voordat ik het wist, tilden de mannen me op en legden me op bed. Een van hen wilde me uitkleden, de andere man zat naast me. Ik smeekte hem om te stoppen en mij mee te nemen. Ik zag de spijt in zijn ogen. En toen ging ik knock-out. Ik heb geen idee hoelang het duurde, maar toen ik bijkwam, was de man die ik gesmeekt had om mij te helpen weg. De andere was bezig mij te verkrachten. Mijn lichaam werkte niet, want ik kon me niet bewegen, maar mijn hersenen registreerden alles. Het was heel gek om te voelen dat mijn lijf niet deed wat mijn hoofd zei. Ik schreeuwde het uit. Ik verzon dat ik een vriend had, geen pil gebruikte en zwanger was. Alles om hem te laten stoppen, maar tevergeefs. Hoewel ik het inmiddels verwerkt heb, word ik er zelfs nu, vijftien jaar later, nog misselijk van als ik aan bepaalde momenten terugdenk. Gelukkig voelde ik op een gegeven moment de kracht in mijn armen terugkomen. Met een oerdrift

duwde ik mijn verkrachter van me af en begon ik als een gek op hem in te slaan. Daarna zag ik kans de kamer uit te vluchten. Totaal van slag rende ik naar beneden, bij de receptie vertelde ik wat er gebeurd was. De hotelmedewerkers belden direct de politie en wat er daarna gebeurde, herinner ik me nog in flarden. Opeens zat ik op het politiebureau. Het erge was dat ik samen met mijn verkrachter in een kamertje werd gezet. Echt ongelooflijk. Gelukkig liet hij me met rust. Alsof het hem allemaal weinig interesseerde, staarde hij voor zich uit. Zelf durfde ik niet naar hem te kijken. Ik wilde zo snel mogelijk weg en uiteindelijk werd ik in een kamertje alleen gezet waar ik zelf mijn verhaal op papier moest zetten. Later hoorde

'ONGELOOFLIJK:
OP HET POLITIEBUREAU
WERD IK SAMEN MET
MIJN VERKRACHTER
IN EEN KAMERTJE GEZET'

ik van een Ierse vriend dat ze een zaak als die van mij toch niet serieus namen. Hij kende iemand bij de plaatselijke politie en wist daardoor dat westerse vrouwen vooral werden gezien als hoeren. Het was echt één corrupt zootje daar."

Omgekochte politie

"Een medisch onderzoek kwam er niet. Tijdens het verhoor werd ik bijgestaan door iemand van de Nederlandse ambassade. De politie gaf aan dat er geen mogelijkheden waren voor een zaak: pas als ik jaren op Sri Lanka zou wonen, zou een rechter zich over mijn zaak buigen, werd me verteld. Achteraf bleek dat helemaal niet waar te zijn. Woedend hoorde ik het aan, maar opeens voelde ik me rustig worden. Het klinkt misschien gek, maar het leek net of een engel zijn vleugels om me heen sloeg en ik niet meer alleen was. Kalm zei ik dat ik mijn verkrachter wilde spreken, en dat mocht. In het bijzijn van de politie liet ik hem toen bekennen. Ik vroeg hem of ik had ingestemd met de seks. Hij had mij toch nee horen zeggen? Schoorvoetend gaf hij toe dat hij dat inderdaad gehoord had. Ook de politie hoorde het, maar er werd niets mee gedaan. Ik vroeg of hij kinderen had. Hij bleek een dochter te hebben en ik vroeg hem toen mij aan te kijken. Vervolgens vroeg ik hoe hij het zou vinden als hij de pijn en het verdriet dat ik had, terug zou zien in zijn dochters ogen. Hij gaf geen antwoord en het laatste wat ik tegen hem zei, was dat ik voor zijn dochter zou bidden dat ze nooit hetzelfde zou meemaken als ik.

Nadat ik vervolgens bij de ambassade urenlang met familie en vrienden in Nederland had gebeld, ging ik naar mijn Ierse vriend. Hoewel het heftig was wat ik had meegemaakt en mijn familie en vrienden het liefst wilden dat ik direct naar huis kwam, besloot ik dat ik die laatste twee weken op Sri Lanka zou blijven. Ik wilde niet dat dit de laatste ervaring zou zijn van mijn tijd in het land. Gelukkig was de soatest die ik later deed, negatief. Omdat ik de pil slikte, was ik in elk geval beschermd tegen een ongewenste zwangerschap. Via de Ierse vriend ontmoette ik een vrouw die een aantal maanden eerder ook was verkracht. Ze had precies hetzelfde meegemaakt als ik, het bleek dat zij ook gedrogeerd was geweest. Ik vermoedde het al, maar dat was voor mij hét bewijs dat mijn verkrachters mij ook stiekem drugs hadden gegeven – het bleek ook dezelfde dader te zijn. Het plaatsje waar ik verbleef, was niet heel groot. Mijn Ierse vriend kende iemand bij de politie en wist daardoor dat de politie door de dader was omgekocht. Doordat ik had besloten om op Sri Lanka te blijven, voelde ik me zo krachtig dat ik nergens meer bang voor was. Niet meer voor mijn verkrachter, maar ook niet meer voor mijn ex, die mij jarenlang voor ik naar Sri Lanka was afgereisd had mishandeld en gestalkt, en voor wie ik heel lang bang was geweest. Ik heb toen besloten de dader te vergeven. Niet voor hem, maar voor mijzelf, zodat ik vrij was van wat ik had meegemaakt. Een jaar later reisde ik terug naar Sri Lanka. In de plaats waar het was gebeurd, voelde ik me niet veilig, dus ik verbleef in een nabijgelegen badplaats. Daar vroeg ik aan het universum of ik de dader mocht tegenkomen. Ik ben helemaal niet zweverig, maar ik geloof dat het universum je kan helpen bij grote dingen in je leven. En op een dag stond hij daar. Terwijl ik het bloed door mijn aderen voelde pompen, liep ik op

'IK HEB HET INMIDDELS VERWERKT, MAAR IK WORD NOG MISSELIJK ALS IK AAN BEPAALDE MOMENTEN TERUGDENK'

hem af. Ik was zenuwachtig, maar vastberaden hem te spreken. Ik vroeg of hij mij nog kende, maar hij reageerde amper. Ik zei dat ik degene was die hem het jaar ervoor naar het politiebureau had laten halen en dat ik hem vergaf. Het enige wat hij zei, was: 'Okay.' Ik had mezelf ook niet voorgehouden dat hij anders zou reageren. Meer had ik hem niet te zeggen, opgelucht liep ik weg. Ik was blij dat ik het had gedaan."

Levensles

"Inmiddels is het vijftien jaar geleden. Ik kan niet zeggen dat ik 'dankbaar' ben voor de verkrachting. Wél heb ik ervan geleerd dat je een keuze hebt in hoe je bepaalde ervaringen je leven laat beïnvloeden. Verkracht worden was afschuwelijk, maar ik koos ervoor om daarna de regie over mijn leven terug te pakken. Dat heeft mijn leven wel in positieve zin veranderd. Ik ben veel krachtiger dan ik dacht te zijn en vind wat ik ervan geleerd heb, een heel mooie levensles. Ik ben voor mezelf gaan staan en dat is waarom ik mijn verhaal wil delen. Ik wil andere vrouwen inspireren, want je hebt echt een keuze of je slachtoffer van iets wordt of niet. Als vrouw ben je vaak krachtiger dan je denkt en vooral de kracht van vergeving is heel belangrijk om een afschuwelijke ervaring niet de rest van je leven te laten bepalen." →

'INEENS WAS ER EEN HARDE RUK EN VOELDE IK EEN KNAK IN MIJN NEK'

Bodil Matheeuwsen (28, scenarioschrijver) ging tien jaar geleden met haar beste vriend naar het Sziget Festival in Boedapest. Tijdens het bungeejumpen maakte ze een verkeerde sprong. "Opeens kon ik mijn hoofd niet meer bewegen. Met een ambulance werd ik afgevoerd."



"Ik weet nog dat ik boven in die hijskraan twijfelend naar beneden keek. Hoe hoog het precies was wist ik niet, maar ik

kon een groot deel van het Sziget Festival overzien. Ik was er samen met mijn beste vriend. We kenden elkaar al jaren en waren sinds een tijdje ook aan het daten. Hoewel we het niet expliciet hadden uitgesproken, dacht ik dat we een stelletje waren. Helemaal omdat we met z'n tweeën acht dagen naar Europa's grootste festival afreisden. Al snel bleek dat een *recipe for disaster* te zijn. In de hijskraan bevond ik me vlak bij de *main stage*. De dreunende muziekboxen waren zelfs op die hoogte goed te voelen. Beneden stond mijn beste vriend samen met anderen te juichen. Hij had al eerder gebungeejumpte, maar ik niet. En eigenlijk wilde ik niet meer. Ongeïnteresseerd sprak de man die mij begeleidde me toe. 'Jump,' zei hij. Het liefst had ik nee gezegd, maar dat durfde ik niet. En dus sprong ik, kaarsrecht naar beneden.

Met heel veel adrenaline 'vloog' ik door de lucht. Het was magisch. De kick waar andere bungeejumpers het altijd over hadden, voelde ik meteen, maar plotseling was er een harde ruk. Met een gigantische vaart schoot ik terug en opeens hing ik ondersteboven. Ik voelde een knak in mijn nek, maar het deed geen pijn. Tenminste, toen nog niet. Terwijl ik door de hijskraanbestuurder aan het touw naar beneden werd geleid, dacht ik alleen maar: wauw, ik heb het gedaan! Voor mijn gevoel was ik onverwoestbaar. Dat mijn vriend met de vrienden die we daar hadden gemaakt een beetje bezorgd op me afkwam, kon ik dus niet meteen plaatsen.

'DE HULPVERLENERS HIELDEN MIJN HOOFD VAST EN ZEIDEN DAT IK WAARSCHIJNLIJK MIJN NEK HAD GEBROKEN'

Zelf dacht ik dat het wel meeviel, maar volgens hen had mijn sprong er heel gevaarlijk uitgezien, omdat ik halverwege heel hard aan het touw terugklapte. Plotseling voelde ik me duizelig en misselijk worden. Ik overtuigde mezelf ervan dat het door de adrenaline kwam en zei tegen mijn vriend dat ik even in onze tent moest gaan liggen. Onze tent was vlakbij, dus we spraken af dat we elkaar later weer ergens zouden zien. Dat hij niet met mij meeging, vond ik niet erg. Ik ging ervan uit dat ik me snel weer beter zou voelen. Dat gebeurde echter niet. Toen ik op mijn luchtbed in onze tent lag, kon ik ineens mijn hoofd niet meer optillen. Dat was zo'n raar gevoel. Ik was helemaal alleen, probeerde mensen te bellen maar kon niemand bereiken. In paniek riep ik daarom om hulp. Gelukkig hoorde Sophie me, zij was in de tent die naast de onze stond. Nadat ze me overreedde, liep ik met haar ondersteuning naar de EHBO-post aan de andere kant van het terrein. Het was al avond, dus tussen alle dansende en dronken mensen door baanden we ons een weg. Hoewel ik geen alcohol had gedronken, liep ik zwalkend.

Dat ik niet had gedronken of drugs had gebruikt, geloofde het medische team van de EHBO niet, ik moest ze echt overtuigen. Ze onderzochten me amper en gaven me een verwarmende zalf die ik op mijn nek moest smeren. Helaas hielp dit niet, want ik kon mijn hoofd amper omhooghouden en had heel veel pijn in mijn nek. Na een paar minuten werd ik daarom doorgestuurd naar een grotere EHBO-post."

Gebroken nek

"Opnieuw begaven Sophie en ik ons in de menigte. Ik voelde me steeds zwakker worden en had heel veel pijn in mijn nek. Achteraf is het een wonder dat ik op eigen kracht bij de tweede EHBO-post aankwam; ik kon amper meer lopen. Toch moest ik eerst nog een inschrijfformulier invullen – Sophie mocht dat niet voor mij doen – voordat iemand me kon helpen. Ik kon alleen niet goed meer schrijven. Pas nadat ik het formulier voor de tweede keer had ingevuld, was het enigszins leesbaar. Ik vertelde dat ik had gebungeejumpte en ik werd op een bed gelegd tussen andere gewonde festivalgangers. Voordat ik het wist, stonden er meerdere zorgmedewerkers om me heen. Ze hielden mijn hoofd vast en overlegden in een taal die ik niet verstond. Daarna zeiden ze dat ik waarschijnlijk mijn nek had gebroken. Ik schrok enorm. Een gebroken nek? Dan ga je toch dood? Volgens een van de hulpverleners was dat inderdaad mogelijk. Daarom moest ik mijn nek zo stil mogelijk houden. Totaal van slag begon ik te huilen en keek naar Sophie, terwijl ik dacht: arme jij, straks zie je mij doodgaan. Ondertussen was Sophie heel gestrest mensen aan het optrommelen om mijn vriend te vinden. Ik vroeg me af waar hij was, maar opeens ritste een verpleger de gulp van mijn broek open en stak hij, zonder overleg, een scherpe naald in mijn lies. Het was een rustgevend middel en het

'ACHTERAF IS HET EEN WONDER DAT IK OP EIGEN KRACHT BIJ DE EHBO AANKWAM: IK KON AMPER MEER LOPEN'



enige wat er werd gezegd, was dat ik moest gaan slapen. Hoewel ik me een beetje stoned begon te voelen, vocht ik tegen de vermoedheid. Ik was heel bang dat ik anders niet meer wakker zou worden."

Waar was mijn vriend?

"Uiteindelijk werd ik met nog drie patiënten afgevoerd in een ambulance. Jammer genoeg mocht Sophie niet mee. In het ziekenhuis bleek ik een whiplash te hebben. Mijn nekspieren waren helemaal verrekt door het bungeejumpen, maar mijn nek was gelukkig niet gebroken. Met een nekbrace mocht ik de volgende ochtend weer gaan. Mijn vriend haalde me op. Toen hij de volgende ochtend pas bij onze tent aankwam, stond Sophie hem al op te wachten. Ze vertelde hem wat er was gebeurd en hij sprong in een taxi naar het ziekenhuis. Net als ik was hij heel erg geschrokken, maar echt een steun was hij niet. We zouden de volgende dag weer naar huis gaan, dus ik moest nog één dag op het festival blijven met mijn nekbrace om. Mijn



vriend bracht me terug naar onze tent en zei dat ik lekker moest gaan slapen. Hij zou in de buurt blijven, maar toen ik 's middags wakker werd, was hij er niet. Opnieuw stond ik er alleen voor. Gelukkig kon ik opnieuw rekenen op de hulp van Sophie en andere festivalgangers die ik pas net kende. Pas aan het einde van de dag kwam mijn vriend terug. Hij vertelde dat hij de hele dag bezig was geweest om een eerdere terugreis voor mij te regelen. Jammer genoeg was dat een leugen: wat later hoorde ik van een meisje dat hij de hele dag met haar had gezwommen. Mijn hart was gebroken. Ik kon niet begrijpen dat hij mij zo had laten zitten. De terugreis was een hel, want ik had veel pijn en mijn vriend zat tegenover me met zijn arm om een ander meisje. We hebben niet veel tegen elkaar gezegd en terug in Nederland liet hij niks meer van zich horen. Het heeft echt lang geduurd voordat ik daar overheen was. Dat hij me niet zo leuk vond als ik hem, dat kan gebeuren. Maar hoe hij me na mijn ongeluk liet zitten, dat deed pijn. Het heeft lang geduurd voordat ik me weer goed voelde. De pijn in mijn nek straalde door naar mijn schouders en armen en ik was constant moe. Toch ben ik de jaren daarna wel een paar keer teruggegaan naar Sziget. Dat was heel bijzonder. Ik kon misschien niet meer meedoen in een moshpit, maar het festival is me dierbaar gebleven. Dat laat ik me, zelfs niet door mijn 'krakke-mikkige nek', door niemand afnemen." →

'NA ÉÉN DAG ECHT SAMEN TE ZIJN GEWEEST, VOLGDE HIJ MIJ NAAR NIEUW-ZEELAND'

Dirkje Vantourhout (42, online marketingmedewerker) was bepaald niet op zoek naar de liefde, want na haar vakantie in Griekenland zou ze een jaar gaan backpacken in Nieuw-Zeeland. Toen ontmoette ze de Belgische Igor (35). "Toen hij zei: 'ik zie je graag', had ik geen idee dat hij bedoelde dat hij verliefd op me was."



"In mei 2009, vóór mijn grote reis naar Nieuw-Zeeland, ging ik met een vriendin een week naar Corfu. Daar

leerde ik Igor kennen, een Belg van 22 jaar. Hij was net begonnen als entertainer in ons hotel en 's avonds zagen we elkaar vaak op het terras. Op zich een leuke jongen, maar niet echt mijn type. Normaal viel ik op lange, gladgeschoren mannen, Igor was net zo groot als ik en had een sikje. Bovendien was ik acht jaar ouder dan hij. Ik zag hem niet als potentieel date-materiaal, maar daar was ik ook niet naar op zoek. Ik was al een tijdje happy single en zou drie maanden later voor een jaar naar Nieuw-Zeeland vertrekken om te gaan backpacken. Toch was het wel gezellig met Igor. Hij was altijd vrolijk en maakte er met het animatieteam elke avond een feestje van. Op onze laatste avond gingen mijn vriendin en ik naar de discotheek van het hotel. Omdat we de volgende ochtend al

vroeg naar Nederland zouden vliegen, besloten we het niet laat te maken. Igor moest die avond tot middernacht in de discotheek werken en vroeg of ik op hem wilde wachten. Ik had inmiddels gemerkt dat we best een goede klik hadden, dus dat wilde ik wel. Mijn vriendin ging naar onze kamer en toen ik Igor zag, maakten we nog even een praatje. Daarna liep hij mee naar de ingang van het hotel. Hij mocht niet mee naar binnen – er golden strikte regels voor het animatieteam – dus we stopten toen we er waren. Vervolgens zoende Igor mij. Het was een goede kus, maar ik was niet meteen verliefd. Ik weet nog dat ik voor de zoen aan hem vroeg of hij het wel zeker wist. Geen idee waarom, want we hadden volgens mij allebei geen verdere intenties, maar ik was toch acht jaar ouder en ergens voelde ik me daar bezwaard over. Igor zelf zag het probleem niet. Hij zei dat hij me 's morgens vroeg zou uitzwaaien en ik dacht alleen maar: shit, wat zal mijn vriendin wel niet denken? Maar alsof het zo moest zijn, versliep Igor zich de volgende ochtend.

Opgelucht zat ik met mijn vriendin in de bus. Ik vertelde haar niks over de zoen, want ik was bang dat ze me zou uitlachen."

Slechte timing

"Eenmaal in Nederland mailde ik wat vakantiefoto's naar Igor door waar hij ook op stond. Al snel stuurde hij me een mailtje terug, en zo kwamen we weer in contact. In die tijd had je nog MSN, dus zodra we online waren, chatten we. De gesprekken werden elke keer langer en ik begon hem steeds leuker te vinden. Na ongeveer vier weken zei Igor: 'Ik zie u graag.' Ja duh, dacht ik. Ik vond het ook leuk om hem te zien. Dat hij bedoelde dat hij verliefd op me

'IK VOND HEM
EEN LEUKE JONGEN,
MAAR HIJ WAS NIET
MIJN TYPE ÉN IK WAS
ACHT JAAR OUDER'

was, had ik niet direct door. Totdat hij het voor de duidelijkheid echt uitsprak. Mijn hart maakte een sprongetje. Door al het gechat was ik ook verliefd geworden op hem en ik wilde hem heel graag weer zien. De timing kon alleen niet slechter. Over twee maanden zou ik naar Nieuw-Zeeland vertrekken, dus ik zat eigenlijk niet op een nieuwe liefde te wachten. Maar het gebeurde gewoon. Igor zei dat hij graag met me mee wilde gaan naar Nieuw-Zeeland. Dat leek mij ook leuk, maar eerst spraken we nog een keer in Griekenland af, waar hij nog steeds aan het werk was. Eind augustus ging ik dus opnieuw naar Corfu, dit keer voor een weekend. Het was best spannend. Tijdens de vliegreis dacht ik wel: wat als het straks tegenvalt? Tijdens dat eerste weekje Corfu was ik amper alleen met Igor geweest. Stel dat de klik die we online voelden er in het echt helemaal niet was? Gelukkig voelde het direct goed toen we elkaar weer zagen. Tijdens die ene vrije dag die Igor had, genoten we enorm van elkaar. We waren heel erg verliefd en Igor besloot mee te gaan backpacken. Omdat hij nog tot half oktober op Corfu werkte, nam hij op 20 november het vliegtuig naar Nieuw-Zeeland. In de tussentijd ging hij nog een paar weken naar huis in België. Zelf was ik toen al een tijdje met mijn zus in Australië. Zij bleef daar en ik reisde in mijn eentje door naar Nieuw-Zeeland. Uiteindelijk ontmoetten Igor en ik elkaar in Auckland en dat was zo fijn. Ik vond het echt heerlijk om met hem samen te zijn. We trokken door Nieuw-Zeeland



met een tent en waren vooral op elkaar aangewezen. Alles ging heel relaxed tussen ons, alsof we elkaar al jaren kenden."

Grote omschakeling

"Hoewel ik eigenlijk een jaar wilde gaan reizen, gooide ik na een aantal maanden mijn plannen om. Igor kreeg de kans om opnieuw als entertainer in een warm vakantieland te gaan werken en dit keer mocht hij als chef aan de slag. Waar hij precies geplaatst zou worden, was nog niet zeker, maar hij wilde het aanbod graag aannemen. Ook mij leek het wel iets. Ik had totaal geen ervaring in de entertainmentbranche, maar wilde het wel graag proberen. Ik meldde me dus aan en kwam in Igors team terecht. Tot mijn grote vreugde mochten we in hetzelfde hotel aan de slag als waar ik het jaar daarvoor nog te gast was. We hadden een geweldige tijd. Overdag begeleidten we sportactiviteiten voor de gasten en 's avonds gaven we met het hele team dans- en musicalshows. Aan het einde van het seizoen verhuisden we samen naar Nederland, waar we eerst bij mijn ouders woonden en na twee maanden een eigen



'CORFU BLIJFT VOOR
ONS EEN MAGISCHE
PLEK, HET IS ECHT
EEN TWEEDE HUIS'

huis vonden. Na onze terugkeer was het wel even schakelen. We hadden meer dan een jaar in warme landen uit onze koffers geleefd en opeens zaten we in het koude Nederland. Ook was het wennen dat we zelf weer moesten koken en wassen. In het hotel werd dat allemaal voor ons geregeld, maar daar werkten we zes lange dagen per week. In Nederland hadden we een veel minder volle agenda en moesten we allebei op zoek naar een nieuwe baan. Uiteindelijk vonden we die. Igor ging werken bij een bank en ik werd marketingmanager bij een webshop. Nu, acht jaar later, kijk ik nog steeds met een warm gevoel op onze ontmoeting op Corfu terug. Ik had nooit verwacht dat mijn leven zo zou veranderen, maar ik ben nog steeds heel erg gelukkig met Igor. We zijn acht jaar geleden getrouwd en hebben twee zoons: Joshua (6) en Jonas (4). Met z'n vieren zijn we al een keer terug geweest op Corfu. Het eiland blijft voor ons een magische plek waar we later aan onze kleinkinderen vast ook nog vaak over vertellen. Griekenland is echt ons tweede thuis." →

"DIT IS HET,' ZEI IK TEGEN MEZELF. 'DIT GA IK NIET OVERLEVEN'"

Mirthe van der Berk (30, fotograaf) was zes jaar geleden met haar vriend in Nepal toen ze werden verrast door een verwoestende aardbeving. "Even dacht ik dat het een bom was. Ik zag de enorme kroonluchters heen en weer zwaaien."



"We waren in Kathmandu, de hoofdstad van Nepal. Mijn vriend Daan is tatoeëerder en samen bezochten we

voor de tweede keer de International Nepal Tattoo Convention. De conventie duurde drie dagen en ervoor hadden Daan en ik al door het hele land gereisd. Het waren prachtige weken waarin we heel veel mooie dingen hadden gezien. Op de beurs ging Daan aan het werk. We bevonden ons, net als het jaar ervoor, in een groot, oud gebouw en ik kende de weg. Omdat Daan ging tatoeëren, besloot ik een rondje te lopen.

Ik was net in een andere zaal toen opeens alle lichten uitgingen. Dat gebeurde wel vaker, de stroomvoorziening in Nepal was niet al te best. Meestal knipperden de lampen vanzelf weer aan, dus ik schrok er niet van op. Wel merkte ik dat de sfeer veranderde. Ik zag mensen in paniek raken en opeens begon alles te trillen. Zachtjes, maar binnen een paar seconden werden de

schokken steeds heftiger. Plotseling was het chaos. Iedereen in de zaal begon te gillen en schreeuwen. Mensen renden door elkaar heen of gingen ergens onder liggen. Ondertussen zag ik allerlei dingen kapotvallen. Even dacht ik dat het een bom was. Vol ongeloof keek ik naar de enorme kroonluchters die heel hard heen en weer zwaaiden. Pas toen besepte ik dat het een aardbeving was. Meerdere onderdelen vielen naar beneden. In een reflex dook ik onder een tafel. Dat was maar goed ook, want al snel viel er van alles. Op de grond beschermde ik mijn hoofd. Het klinkt misschien gek, maar op dat moment was ik heel kalm. Dit is het, zei ik tegen mezelf.

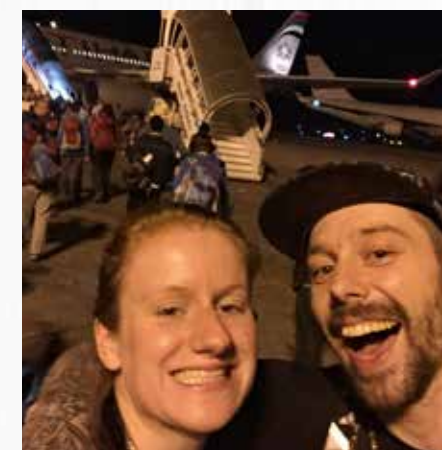
'IN EEN REFLEX DOOK IK ONDER EEN TAFEL. DAT WAS MAAR GOED OOK, WANT AL SNEL VIEL ER VAN ALLES'

Dit ga ik niet overleven. Bang was ik niet, mijn overlevingsinstinct nam het over. Echt bizar hoe zoiets werkt. Voor mijn gevoel duurde het trillen oneindig lang, maar in werkelijkheid was het maar een paar minuten. Nadat ik voorzichtig was opgestaan, rende ik zo snel mogelijk naar de zaal waar mijn vriend was. Onderweg zag ik dat heel veel stands waren ingestort. Iedereen in de zaal was er zonder kleerscheuren van afgekomen, maar in de gang zag ik gewonden op de grond liggen. Ik was heel bezorgd om mijn vriend, ik hoopte dat hij ook dekking had gevonden. Tot mijn grote opluchting vond ik hem bij de ingang van zijn zaal. Hij was ongedeerd, maar mocht niet de ruimte in waar ik was. Blijkbaar was de schade daar het grootst. Huilend vloog ik Daan in zijn armen. Ik was zo blij dat ik bij hem was."

Hevige naschokken

"Toen we buiten stonden, wisten we niet wat we zagen. In het gebouw waar de conventie was, zaten allemaal grote, brede scheuren.

We beseften dat we echt mazzel hadden gehad. De meeste gebouwen in Nepal zijn niet zo stevig gebouwd, dus als we ergens anders waren geweest, hadden we het misschien niet overleefd. Omdat de taxi's niet meer reden, liepen we met een groep via de sloppenwijken terug naar de stad. Ook daar was van alles ingestort en er waren veel gewonden. Het was naar om te zien. Sommige mensen staarden apathisch voor zich uit, anderen ontfermden zich over degenen die schreeuwden van de pijn. Het liefst wilde ik iedereen helpen, maar ik had geen idee wat ik moest doen. Ondertussen waren er ook hevige naschokken. De eerste was ongeveer een halfuur na de aardbeving. Vlak daarvoor vlogen er al veel vogels voorbij en ook zwerfhonden begonnen te blaffen. Voordat ik het wist, begon de grond weer hard te schudden. Geschrokken keek ik of we ergens konden schuilen, maar helaas was dat niet mogelijk. Daarom zei Daan dat we met onze ruggen tegen elkaar moesten gaan staan. Zo konden we allebei goed om ons heen kijken. Met onze handen hielden we elkaar vast. Gelukkig konden we ook deze naschok veilig uitzitten. Daarna volgden er nog meer naschokken. Terug bij ons hotel – dat stond er nog wel – bleek er geen stromend water en elektriciteit meer te zijn. Hierdoor konden we niet bellen of online komen. Die nacht sliepen we met alle gasten in een slaapzak op de begane grond. Door de naschokken was het niet veilig om naar de hotelkamers te gaan. Ondanks de ravage was het hotelpersoneel vooral bezig met ons. Ze probeerden ons zo goed mogelijk te bedienen, maar ik voelde me ontzettend bezwaard. Helemaal toen ik later hoorde dat er bij de aardbeving wel ongeveer negenduizend mensen waren omgekomen."



Terug in Kathmandu

"Vijf dagen later vlogen mijn vriend en ik terug naar Nederland. Het vliegverkeer had door de aardbeving een tijdje platgelegen en het was een van de eerste vluchten die weer ging. Voor mij voelde het heel dubbel. Aan de ene kant was ik natuurlijk blij dat ik weer veilig naar huis ging, maar aan de andere kant voelde ik me erg schuldig. Ik dacht aan alle mensen die alles verloren hadden. Hun geliefden, hun bezittingen; het was allemaal weg en ze moesten hun leven vanaf nul weer opbouwen. Daarom zette ik in Nederland met mijn vriend een fundraising op. Hiermee zamelden we drieduizend euro in die we via een contact in Nepal aan mensen gaven die het heel hard nodig hadden. Het was fijn dat we op deze manier alsnog iets konden doen, maar ik heb na de aardbeving nog lang een onrustig gevoel gehad. In mijn hoofd beleefde ik die steeds opnieuw en het voelde alsof mijn basis weg was. De grond onder mijn voeten was niet meer te vertrouwen. Natuurlijk wist ik wel dat zulke enorme aardbevingen in Nederland niet voorkomen, maar de angst regeerde. Ik was voortdurend op mijn hoede. Door middel van EMDR-therapie kon ik het verwerken. Hierbij ga je onder begeleiding van een psycholoog terug naar een heftige gebeurtenis in je leven, waardoor je die herbeleefd en beter kunt



'SOMMIGE MENSEN STAARDEN APATHISCH VOOR ZICH UIT, ANDEREN ONTFERMDEN ZICH OVER DEGENEN DIE SCHREEUWDE VAN DE PIJN'

archiveren in je hoofd. Erg intensief, maar het werkte wel. De angst en paniek die ik steeds voelde, verdwenen naar de achtergrond. Hierdoor was ik in staat om een jaar later terug te gaan naar Kathmandu. Het was heel spannend om er weer te zijn, want ergens was ik toch bang voor een nieuwe aardbeving, maar ik vond het vooral erg fijn. Zo zag ik dat men het leven in het getroffen gebied weer had opgepakt. Dat gaf mij de kracht om de gebeurtenis ook voor mezelf af te sluiten. Eerst zag ik de aardbeving als het ergste wat ik ooit heb meegemaakt, nu zie ik die vooral als het bijzonderste. Ik heb de natuur aan het werk gezien en dat maak je niet vaak mee." ■