

GETUIGENIS



HANNE (LINKS) KAMPT NOG ALTIJD MET HERBELEVINGEN IN NACHTMERRIES. “Maar ik houd de moed erin”, glimlacht ze. “Ik ben wel sneller moe, emotioneel en prikkelbaar, maar gelukkig heeft mijn omgeving daar veel begrip voor.”

“IK LIEP WEER VOOR MIJN LEVEN”

Hanne Blockx beleefde afgelopen zomer een aardbeving in Indonesië. De overrompelende gebeurtenis blijft haar achtervolgen.

TEKST > AN SWERTS

Op 5 augustus 2018, omstreeks kwart voor acht, bestellen backpackers Hanne (29) en An (32) een dessertje in een bar op het paradijselijke Indonesische eiland Gili Air. Plots valt de verlichting uit en nadert vanuit de verte een vreemd geluid als van een achtbaan, waarop de aarde heftig begint te daveren.

De vriendinnen komen ongedeerd uit de aardbeving, maar worden verteerd door de ravage, de chaos en het menselijke leed rond hen. Niet veel later volgen nog een nabeving én een tsunami-alarm. In shock weten Hanne en An zich 's anderendaags op een van de overvolle boten naar Lombok te hijsen, terwijl ze getuige zijn van taferelen als in de film *Titanic*. Nog altijd zijn ze hyperalert. Eten ze niet. En slapen ze niet. Tot ze 3 dagen en talloze nabevingen later met een vliegtuig aan de plek des onheils kunnen ontsnappen. Fysiek dan toch. Want in de dagen en weken erna staan ze er geregeld weer met beide voeten in.

“Die herbelevingen zijn vreselijk”, getuigt Hanne. “Ik had mijn eerste bij een tussenstop in Singapore. Toen ik in Starbucks de dessertjes zag, werd ik teruggeworpen naar de bar waar alle leed begon. Ik ben ingestort en ben onbedaarlijk beginnen te huilen.” Maar er volgden nog gelijksoortige incidenten. “Zoals terug thuis, op een tuinfeestje bij familie. Een stevige rukwind onder een parasol was voor mij de trigger om het op een lopen te zetten. Mijn neef, die me achterna kwam, kon me niet inhalen, want ik liep weer voor mijn leven. Tot ik op een open vlakte kwam en me weer veilig waande. Pas dan beseftte ik dat ik weer een herbeleving had gehad.”

Hanne kampt nog altijd met herbelevingen in nachtmerries. “Maar ik houd de moed erin”, glimlacht ze. “Ik ben wel sneller moe, emotioneel en prikkelbaar, maar gelukkig heeft mijn omgeving daar veel begrip voor. Om te verwerken wat ik beleefd heb, probeer ik zo veel mogelijk weer voeling te krijgen met de natuur. Maar dat brengt me voortdurend in een tweestrijd. Spontaan ga ik de confrontatie liever uit de weg, terwijl ik mezelf voldoende moet uitdagen en moeilijke emoties moet toelaten, om uiteindelijk meer innerlijke rust te vinden. Het is dus nog wat zoeken naar een goed evenwicht. Maar ik wil er graag in geloven dat professionele hulp mee het verschil kan maken en dat ik hier sterker uit kom.” ■