

Lisette Beentjes & Josefien Niesten

ROUWKOST

Een inspirerend rouwkadoboek



Uitgeverij Akasha

Inhoud

Voorwoord 7

Het komt zoals het komt 11

Praat erover 20

Er kan weer gelachen worden 23

Schrijf het van je af 30

Ineens was mijn vader er niet meer 33

Maak een scrapbook 38

De begrafenisondernemer vond het te veel heisa 41

Maak en gedenkplek 46

Hier mam, jij mag mijn baby wel hebben 49

Spullen wegdoen 54

Ik zong voor mijn vader wat ik niet zeggen kon 57

Plant een boom 62

Liefde is loslaten 65

Maak een monument online 72

Ik koos ervoor niet naar de begrafenis te gaan 75

Zoek andere mensen op 86

Oh, ik heb vandaag nog niet aan je gedacht 89

Lachen mag 102

Ze speelden rond de kist en maakten tekeningen voor
hun papa 105

Geef het tijd 110

Verlies is niet het einde, het is een nieuw begin 115

Oordeel niet te hard 120

Ik wil genieten van iedere dag en er het beste
van maken 123

Doorbreek de stilte 130

Mijn zusje, Annemarie 133

Voorwoord

Wij kennen elkaar van de middelbare school. Het contact na die schooltijd verwaterde totdat we elkaar vorig jaar via Hyves weer tegenkwamen, ruim dertig jaar later. We wisselden eerst wat algemeenheden uit, maar raakten daarna al snel in gesprek over meer persoonlijke onderwerpen. We deelden onze ervaringen over de dood van onze vaders en Lisette luisterde met verbijstering naar het verhaal van Josefiën over het tragische overlijden van haar jongste zusje, Annemarie. Zij stierf tijdens de bevalling van haar eerste kindje.

Hoe verschillend onze ervaringen ook zijn, we herkenden toch veel in de manier waarop we het verlies van onze vaders en zusje verwerkten. Maar we zagen ook van nabij dat sommige mensen in onze omgeving het rouwproces juist op een geheel andere, eigen wijze beleefden. En dat mag. Iedereen heeft recht op zijn of haar eigen manier van rouwverwerking; goed of fout bestaat niet.

Nadat we elkaar vertelden dat we allebei bezig waren onze ervaringen op papier te zetten, besloten we onze krachten te bundelen. En zo kwamen we op het idee voor *Rouwkost*. Het moest een boek worden waarin we de vele facetten van verlies belichten en hoe mensen daarmee omgaan. Verlies van een dierbare is afschuwelijk, hoe je het ook wendt of keert, maar het is ook een ijkpunt in je bestaan. Het leven gaat door, hoe dan ook. Het is alleen anders dan voorheen. Naast de pijnlijke kant van het loslaten, gebeuren er tijdens het proces waar je in zit ook mooie dingen, hoe onwaarschijnlijk dat ook mag klinken. Althans, zo hebben wij het ieder op onze eigen manier ervaren. De intimiteit met degene die gaat sterven, de liefdevolle zorg, de intensiteit van gesprekken die je voert, de band met andere achterblijvers, het gezamenlijke afscheid: het zijn momenten die je liever niet wilt meemaken, maar die je koestert als ze dan toch gebeuren.

En dan overlijdt diegene van wie je zoveel houdt. Het verkeer is niet gestopt, het openbare leven niet lamgelegd en de krant van vandaag ligt weer in de bus alsof er niets is gebeurd. Een keiharde confrontatie met de werkelijkheid. Daarna begint het zoeken naar waardevolle dingen die je leven stukje bij beetje weer wat kleur geven, bakens in die beginperiode van rouw.

We willen met dit boek laten zien dat verlies niet het einde is, maar een nieuw begin. We hebben daarvoor niet alleen gebruik gemaakt van onze eigen ervaringen, maar ook van degenen die we hebben geïnterviewd voor dit boek. De geïnterviewden zijn mensen die hun leven na het overlijden van een dierbare weer nieuw elan hebben weten te geven, ook al kostte het bloed, zweet en tranen om zover te komen. *Rouwkost* is bedoeld als bron van inspiratie tijdens moeilijke momenten.

Rest ons alleen nog een aantal mensen te bedanken die een bijdrage hebben geleverd aan het tot stand komen van dit boek.

Wij bedanken allereerst Mary, Paul, Hans, Renate, Mariska (interviews Josefen), Susan, Patrick, Annamieke, Maria, Klaas en Rina, en Mariska (interviews Lisette) voor het vertellen van hun verhaal en voor hun openheid en vertrouwen en Maria voor haar kritische schrijversblik.

Daarnaast zijn we heel erg blij met de enthousiaste manier waarmee Carmijn, Harry, Mariët en Marion van Uitgeverij Akasha *Rouwkost* hebben omarmd, zodat we de gelegenheid hebben gekregen veel mensen te bereiken met ons boek.

Speciale dank aan iedereen om ons heen die in dit boek geloofde. In het bijzonder bedanken we Agnes en Marc voor hun toewijding en onvoorwaardelijke steun en voor hun geduld tijdens het schrijven.

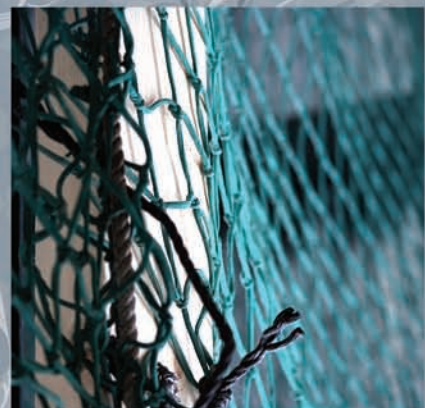
We dragen het boek in liefdevolle herinnering op aan Annemarie, Arie en Wim.

April 2011
Lisette Beentjes en Josefen Niesten



*Wanneer je verdrietig bent,
kijk dan weer in je hart
en je zult zien dat je in werkelijkheid huilt
om datgene waar je altijd blij van werd.*

Khalil Gibran



Het komt zoals het komt

Susan is 39 jaar en getrouwd met Freek. Samen hebben ze twee kinderen. Susan werkt in de IT-sector als zelfstandig communicatiespecialist. Tien jaar geleden overleed Susans twee jaar jongere broer Ernstjan na een auto-ongeluk.

“Ik was alleen thuis die avond. Mijn man Freek, toen nog mijn vriend, zat voor zijn werk in het buitenland. Ik kreeg midden in de nacht een telefoontje. Het was mijn moeder. Ze zei: ‘De politie is net langs geweest. Er is iets heel ergs gebeurd. Ernstjan heeft een auto ongeluk gehad en hij heeft het niet overleefd.’ Ik weet niet meer wat ze verder heeft gezegd. Dat is het enige wat ik me nog kan herinneren.

Het was een heel mooie voorjaarsdag. Ernstjan wilde ’s avonds gaan tennissen. Hij ging naar buiten om zijn auto te pakken en kwam toen toch nog even terug naar binnen.

‘Ik wilde nog even zeggen dat het buiten zo heerlijk naar bos ruikt’, zei hij tegen mijn moeder. Daarna reed hij weg. Na het tennissen is hij de stad ingegaan. Op de terugweg is hij uit de bocht gevlogen en frontaal tegen een

boom gebotst. Hij moet op slag dood zijn geweest. De auto is via de boom in het daarnaast gelegen weiland gevlogen. Een of twee dagen na zijn overlijden stond ik op de plek van het ongeluk. Het was een enorm dikke boom en op de plek waar zijn auto de boom had geraakt, ontbrak een groot stuk boomschors. Nu, tien jaar later, heeft die boom nog steeds dat litteken. Een soort herdenkingsteken van de natuur.

Toen we op de plek stonden waar Ernstjan was overleden, keek mijn vader naar het weiland waar de auto in terecht was gekomen en hij zei: 'Ik heb de nacht dat Ernstjan overleed gedroomd over een weiland met klaprozen, precies zo'n weiland als dit.' Ik denk zelf dat hij op dat moment een soort hemel met klaprozen heeft gezien. Dat vind ik nog steeds een heel mooie gedachte. Ik heb ook altijd het idee gehad dat Ernstjan bij die boom is uitgetreden en via die wei de andere bloemenwei is ingegaan.

Het duurde lang voordat het lichaam van Ernstjan werd vrijgegeven. Te lang. Pas na een halve dag mochten we naar hem toe. Mijn moeder wilde hem zo graag nog zien terwijl hij nog warm was, maar de regels werden strak gehanteerd waardoor die mogelijkheid haar is afgenomen. Dat heeft haar heel veel verdriet gedaan. Toen we daar stonden greep mijn moeder zijn hand en ze zei: 'Goh, wat ben je koud, jongen.' Dat vond ik hartverscheurend. Haar moment van afscheid nemen terwijl hij nog warm was, is haar afgenomen door bureaucratische regeltjes, zo voel ik dat.

Ik was van tevoren bang om Ernstjan te zien; ik was er nog niet uit of ik dat wel wilde. Maar op het moment dat in het mortuarium de deur openging, liep ik als vanzelf achter mijn moeder en mijn zus aan.