

Inleiding

Worsteling

In *Ik wist niet hoe moeilijk dit was* wil ik met u/jou delen welke worstelingen ik doormaak(te) in de reis die ik samen met mijn eerste vrouw Melanie - en later zonder haar - gemaakt heb.

In december 1993 bleek dat zij een hersentumor had. Na ongeveer twee jaar en twee maanden is zij op 29-jarige leeftijd door de Heere thuisgehaald en bleef ik achter met vijf jonge kinderen. Als predikant wist ik heus wel welke Bijbelteksten gepast en vertroostend zijn voor deze intens verdrietige situatie. Bijna wekelijks preekte ik over God, Die goed en genadig is en ook zo wijs en soeverein! Maar soms was het voor mij een geweldige worsteling om dat zelf ook echt te geloven. En zeker om rust in Hem te vinden. Regelmatig stormde het vanbinnen. 'Bestaat God echt? Is het allemaal wel waar? God is goed maar ... waarom doet Hij ons zoveel pijn? Waarom neemt Hij een moeder weg uit een jong gezin en laat Hij een vader alleen achter? Is het eigenlijk wel echt waar wat ik zondag aan zondag preek?'

De Heere liet me op zulke momenten niet alleen worstelen. Talloos vele keren tilde Hij me er weer bovenuit. Soms door een regenboog die juist op dat moment aan de hemel stond. Dan weer door het machtige schouwspel van de zonnestrallen die door de wolken schenen. Of ik werd juist op zulke momenten gebeld

door iemand die me wees op de zorg en goedheid van de Heere. Maar het meest werd ik vertroost door wat ik las in de Bijbel.

Over deze worstelingen wil ik met u nadenken.

Helpende hand

Verwacht in dit boekje geen wetenschappelijke verhandeling over het rouwproces. Daarvoor verwijs ik naar andere auteurs die daar uitgebreid onderzoek naar hebben gedaan. Verwacht in dit boekje ook geen Bijbelstudie over of een Bijbelse visie op de dood, het verdriet, de beloften van God en hoe belangrijk het anker van het geloof is. Ook daar zijn al heel veel goede boeken over verschenen. Ik heb slechts mijn gedachten en worsteling rondom het verlies van mijn lieve vrouw Melanie aan het papier toevertrouwd in de hoop andere 'rouwenden' een helpende hand te kunnen bieden.

Onze kinderen waren onlangs in een klas die 'Shoes' genoemd werd. Elke week moesten ze in de 'schoenen' lopen van een persoon die in een bepaalde situatie verkeert. Het was voor hen best ingrijpend om eens van dichtbij te ervaren wat het bijvoorbeeld betekent om met racisme geconfronteerd te worden, om ongeneeslijk ziek of permanent gehandicapt te moeten zijn. In mijn ontboezemingen over 'rouwen' probeer ik de lezer ook een moment mee te laten lopen in schoenen van een rouwdragende. Het kan verhelderend zijn voor jezelf óf het kan behulpzaam zijn in gesprekken met collega's of vrienden.

Het kan ook helpen als we een rouwbezoek moeten afleggen als predikant of ambtsdrager. En niet te vergeten, het kan verhelderend zijn voor iemand die een huwelijk aangaat/aanging met een weduwe of weduenaar.

Eerste hulp

Eerste hulp is vaak van levensbelang. Ik denk in dit verband aan onze (pleeg)dochter Kim. Op het moment dat haar een zeer ernstig ongeluk overkwam, zat ongeveer honderd meter achter haar een brandweerman in zijn auto te bellen. In minder dan één minuut was hij bij Kim en mede door zijn deskundige optreden mag zij nog bij ons zijn. Natuurlijk zien we achter al het menselijk ingrijpen Gods genadige hand. Hij plaatste in Zijn voorzienigheid niet iemand vlak achter Kim die geen verstand had van de ernst van haar situatie toen zij daar in de totaal verwrongen auto lag. Zelf had ik niet geweten wat ik op dat moment had moeten doen. Maar deze brandweerman wist dankzij zijn opleiding en training juist dát te doen wat voor haar zo nodig was.

Beschouw dit boekje als een soort 'Eerste hulp cursus in rouwverwerking.'

Spreken of zwijgen

Als je persoonlijk geen rouw hebt ervaren, denk je misschien dat het beter is om het verdriet maar dood te zwijgen. Want het is toch pijnlijk om er weer iets over te zeggen of ernaar te vragen. Maar dat is het

juist niet. Het is pijnlijker als we doen alsof er geen wolkje aan de lucht is. Vergelijk het eens met een grote wond. Die laat je toch ook niet zomaar bloeden? Dan zeg je toch ook niet: 'Raak de wond maar niet aan, want stel dat hij nog erger gaat bloeden!' Zo'n reactie zou dodelijk kunnen zijn! Door het lezen van dit boekje hoop ik de 'niet-rouwenden' wat meer vaardigheid te geven in 'First-Aid/Eerste Hulp' ten opzichte van hen die in rouw zijn. Het kan de verlegenheid wat wegnemen als we opeens oog in oog staan met een rouwende. Hopelijk biedt het boekje antwoorden op vragen als: 'Wat moet ik zeggen? Hoe begin ik een gesprek? Zou ik op dit moment beter kunnen zwijgen? Hoe beantwoord ik hen als ze vragen stellen of als ze hun verhaal vertellen?' Ten slotte hoop ik dat dit boekje ook een stukje erkenning en hulp geven zal aan hen die worstelen met rouw. Het kan soms zo'n opluchting zijn te weten dat je niet de enige bent die worstelt om verder te gaan!

Waupun, zomer 2017

Ds. A.T. Vergunst



1. Rouw ...

Scheiding of breuk

Een geliefde door de dood verliezen is bijzonder ingrijpend. Het is alsof iemand van je wordt losgescheurd. Je gevoelsleven is totaal in de war. Het lijkt wel een chaos vanbinnen. Soms voel je helemaal niets meer en ben je totaal leeg.

Altijd wanneer er 'iets' sterft, brengt dat rouw met zich mee. De definitie van de dood is immers 'scheiding of breuk'. De geestelijke dood is de 'scheiding van God en ons.' Daarmee stierf een relatie die oneindig mooi, rijk, dierbaar en volmaakt was. De diepte van onze val komt het meest openbaar in het feit dat we van nature niet eens rouwen om deze breuk met God!

Oorzaken van rouw

Wanneer wij aan rouw denken plaats en we dat vaak in de context van een lichamelijke dood. Bijvoorbeeld wanneer een lieve man, vrouw of een kind uit ons leven wordt weggerukt. Of wanneer iemand sterft na een slopende ziekte. Ook zelfmoord of de dood als gevolg van geweld zijn ingrijpende gebeurtenissen. Allemaal hebben ze een onherstelbare scheiding tot gevolg. We worden daardoor overspoeld met diepe gevoelens van verdriet.

Toch zijn er ook andere omstandigheden die diepe rouw kunnen veroorzaken. Denk aan een huwelijk

dat door een scheiding verbroken wordt. Dan is er ook sprake van een 'sterfgeval'. Dan wordt ook rouw ervaren, zelfs al betekent de scheiding het eind van een relatie die al jaren niet goed meer was. Helaas zijn de kinderen in zulke gevallen – evenals bij het sterven van een vader of moeder – meestal de vergeten rouwenden!

Wanneer iemand zijn gezondheid permanent verliest gaat er in principe ook iets 'dood', dus daar zal eveneens rouw gevonden worden. Zelfs het met pensioen gaan brengt voor velen een rouwfase met zich mee. Of de ontdekking dat je huwelijk menselijkerwijs gesproken kinderloos zal blijven. Denk ook aan de ontdekking dat je een homofiele geaardheid hebt. Dat brengt een stuk rouw met zich mee dat vaak in eenzaamheid uitgehuild wordt. Evenals de wetenschap dat je seksueel mishandeld bent. Wat kan dat in een diepe vallei van rouw brengen!

Zelfs het verhuizen naar een ander land betekent voor sommigen een stuk rouw. Inmiddels heb ik drie keer een internationale verhuizing meegemaakt. Eerst kon ik maar niet begrijpen waarom ik me ongeveer een jaar na de verhuizing zo depressief, ongemotiveerd en ook verdrietig voelde, terwijl ik toch een heel fijne gemeente had. Pas later begreep ik dat ik door een rouwproces heen ging. De derde keer (na de verhuizing van Nieuw Zeeland naar de staat Wisconsin in de V.S.) had ik er rekening mee gehouden en tóch overviel het me weer. Om eerlijk te zijn, in zo'n periode van 'rouw' heb je de neiging om maar

weer snel een nieuw beroep aan te nemen of terug te verlangen naar je vorige gemeente. Eenzelfde soort verleiding (om snel te hertrouwen) zal iemand (misschien eerder de man dan een vrouw) ervaren na het overlijden van een geliefde ega. In beide gevallen is dat natuurlijk geen wijze beslissing.

Ouders die een gehandicapt kind krijgen, zullen eveneens rouw ervaren. Ook het verlies van een ongeboren kindje gaat gepaard met rouw, vooral voor de moeder. Kinderen die hun vader de gevangenis zien ingaan, rouwen diep over dat verlies. Degenen die hun huis en inboedel door brand verliezen, kunnen intensief rouwen over het verlies van alle persoonlijke dingen.

Intensiteit van rouw

Er zijn dus veel meer omstandigheden waarin rouw wordt ervaren. En hoe dieper en intiemer de relatie was met de persoon of datgene wat we verliezen, hoe intenser de rouw zal zijn. Ondanks het feit dat rouw verschillende oorzaken kan hebben, is rouw er eigenlijk maar in één maat: *groot!* We moeten de ene oorzaak of vorm van rouw niet met de andere vergelijken maar onderkennen dat rouw *rouw* is en dat elk geval van rouw verwerkt moet worden.

Samenvattend kunnen we stellen: Rouw is altijd de prijs die we betalen voor dat wat we liefhebben en ons ontvalt.

Blijvend verlies

Het verlies van mijn eerste vrouw – nu meer dan twintig jaar geleden – is er nog en zal er ook altijd blijven. Nooit zal dat verlies opgevuld worden. Dat is onmogelijk. Ik kan ook nu nog uren over haar praten! Bij een tweede huwelijk is het zeker niet zo dat de nieuwe partner in de plaats komt van degene die weggenomen is. Het is meer een toevoeging in de hof van de liefde. Daarin blijft de eerste boom levenloos staan terwijl er een nieuwe boom geplant wordt die daarna welig tiert en vrucht draagt. Zo mag ik ook mijn tweede huwelijk ervaren. Het is een verrijking van de tuin van het leven waarin God ontworteld én geplant heeft, met het doel dat Zijn Naam in alles verheerlijkt mag worden.

