

Een eigen-wijs verhaal; over rouwervaringen en 'libelle-psychologie'

Rouw verwerk je niet, rouw draag je. Soms een leven lang.

Zo bitter
dit verdriet:
Er stierf een kind.
Wie weet er
een verhaal?
Kan niet de wind
die God laat waaien,
iets aan mij vertellen:
Een weg,
een uitweg,
die ik zelf
niet vind?

Dit gedichtje van predikant/dichter Geert Boogaard¹ werd ons toegestuurd door andere ouders van een overleden kind, als antwoord op de rouwadvertentie die wij plaatsten in het landelijke dagblad dat wij lezen. “Wie weet er een verhaal? Kan niet de wind die God laat waaien, iets aan mij vertellen...?” schreef ik als motto boven het gedicht dat ik zelf schreef in een poging om woorden te geven aan mijn wanhoop en radeloosheid, om de chaos van mijn gedachten te bevechten door woorden in een schema te dwingen²:

Wind vertel

Wind vertel - ik wil niet schuilen -
Over 't kind dat is gegaan;
Uren zal ik blijven staan,
Telkens zal ik moeten huilen.
En kom wind huil met me mee,
Raas in woede over zee.

Waar m'n kind ben jij gebleven?
Op de grenslijn van het leven
Loop ik dwalend, schreeuw omhoog,
Zend je naam mee met de wind;
Ach, ik roep om jou, m'n kind.
Kleur voor mij de regenboog.

Ik heet u welkom bij mijn verhaal. Elke keer wanneer ik mijn verhaal onder woorden probeer te brengen onderneem ik een poging de chaos te overwinnen. De chaos waarin ik terecht kwam na de dood van mijn kind. Onbeschrijfelijk en dan toch poog ik het telkens weer te beschrijven. Schrijven betekent ordenen, letters en woorden in een bepaalde volgorde dwingen, tot de orde roepen.

Elie Wiesel, joods wijsgeer en schrijver, overlevende van de concentratiekampen, leidde een van zijn boeken over zijn ervaringen in met de overpeinzing: “Waarom schrijf ik? Misschien om niet

¹ Geert Boogaard, *Mijn eiken kansel*. Callenbach, Nijkerk 1980. Blz. 44.

² Ide Wolzak, *En huilen doe je maar in de pauze. Worstelen met de taal van rouw*. Ten Have, Kampen 2007². Blz. 9.

gek te worden. Of in tegendeel juist om de waanzin in heel zijn diepte te peilen.”³ Want, zoals Jan Wolkers het eens formuleerde, “Veel mensen denken dat je dingen van je af schrijft, maar je schrijft het juist naar je toe.”⁴ Daardoor verandert mijn verhaal elke keer, al is het vaak maar heel subtiel; de chaos bedwingen vraagt tijd, veel tijd.

Jeannette en ik kregen vier kinderen. Het noodlot trof ons in de vorm van een aneurysma. Onze jongste, Wouter, stierf twee dagen nadat een slagader in zijn hoofd knapte, ruim een maand voor zijn tiende verjaardag; zondagavond 30 januari 1994, tien voor zeven ’s avonds, staat voor altijd in ons geheugen gegrift. Twee dagen lang vochten de medici van het VUmc met de macht aan techniek die hun ter beschikking stond om zijn leven. Maar machteloos moesten zij en wij toezien hoe zijn leven uit hem wegvloede. En met zijn leven vloede het licht uit ons leven weg. Het werd aardedonker.

Mensen hebben woorden nodig om met elkaar te communiceren. Maar er zijn situaties waarin elk woord dat gesproken wordt teveel is en alle woorden van de wereld samen te weinig zijn om verdriet en pijn te kunnen vatten. En wanneer er dan niets meer valt te zeggen, en er geen enkele uitleg mogelijk is, dan is er altijd nog het verhaal, zo leerden ons de rabbijnen. En zij waren daar meesters in. Dus een verhaal:

Toen Rabbi Johanan, zoon van Zakkai, zijn zoon verloor, kwamen zijn leerlingen hem troosten.

Rabbi Eliëzer herinnerde hem eraan dat hetzelfde ongeluk Adam had getroffen en die had zijn smart weten te overwinnen.

Maar Rabbi Johannan, zoon van Zakkai, antwoordde: Is mijn eigen smart al niet voldoende? Waarom moet die van Adam er nog bijgehaald worden?

Rabbi Jehoshua herinnerde hem aan de beproevingen die Job had moeten doorstaan, en die had zich laten troosten.

Maar Rabbi Johannan, zoon van Zakkai, antwoordde: Is mijn eigen leed al niet voldoende? Waarom moet er zo nodig dat van Job nog bijgehaald worden?

Rabbi Josse herinnert hem aan de tragedie van de hogepriester Aäron die zijn beide zonen zag sterven en zijn smart wist te bedwingen, en zweeg.

En Rabbi Johannan, zoon van Zakkai, antwoordde: Is mijn eigen hartzeer al niet voldoende? Moet dat van Aäron er ook nog bij?⁵

Het troost niet wanneer iemand mijn verdriet probeert te relativeren door mij met het verdriet van anderen te confronteren, zo van: maar je bent niet de enige, en: er zijn mensen aan wie nog iets veel ergers is overkomen. Daar schiet ik niets mee op, want mijn verdriet is *mijn* verdriet; erken dat en blijf er verder vanaf. Mijn last is al zwaar genoeg, eigenlijk te zwaar, probeer hem niet te verlichten door er nog méér gewicht aan te hangen.

³ Elie Wiesel, *Woorden zonder weerwoord*. Gooi en Sticht, Hilversum 1983. Blz. 7

⁴ In: *Rails* februari 2000 (blad van de NS)

⁵ Elie Wiesel, *Bijbels eerbetoon. Portretten en legenden*. Gooi en Sticht, Hilversum 1976. Blz. 170.

Praters zijn vaak slechte troosters, van zwijgers kan soms zóveel steun uitgaan, vooral wanneer zij ook nog goede luisteraars zijn, want:

Wijze woorden worden dwaasheid
wanneer ze niet gesproken zijn,
of juist gezegd op een moment
van onuitsprekelijke pijn.⁶

Wanneer mijn pijn onuitsprekelijk wordt ga ik op zoek naar nieuwe mogelijkheden, naar een andere mij nog onbekende taal, omdat ik niet kan zwijgen maar het wil uitschreeuwen, mijn pijn, mijn wanhoop, mijn angst. Het zijn de momenten dat ik niet uit de voeten kan met de zakelijke taal van alledag waarmee we boodschappen doen en technische problemen oplossen, discussiëren over politiek, en verzekeringspolissen en contracten opstellen, de taal waarmee we menen alles te kunnen beheersen en manipuleren. Het is de taal die we nodig hebben om in het dagelijks verkeer met elkaar te kunnen communiceren. Maar deze eerste taal, die iedereen min of meer spreekt en verstaat, voldoet niet meer wanneer we ons willen uiten over wat ons in het hart raakt, wat diep in ons verborgen ligt en haast onnoembaar is. Dan hebben we een andere taal nodig, stelt Huub Oosterhuis: “... een tweede taal, diep onder de eerste, als een veel oudere aardlaag, of wijd om de eerste heen. (...) De taal van wat eigenlijk niet te zeggen is. Die je spreekt om niet helemaal te hoeven zwijgen.”⁷ Dat is de taal van het verhaal, van beelden en metaforen, de taal van poëzie en muziek, maar ook de taal van het zwijgen, van de stilte tussen de woorden, van de traan, de oogopslag, het lichaam. Dat is de taal die ik nodig heb om telkens weer mijn verhaal te kunnen vertellen, het verhaal van mijn wanhoop en radeloosheid waarin ik ten onder dreig te gaan na de dood van mijn kind. En dan kom ik tot de verbijsterende ontdekking dat velen om mij heen mij niet meer verstaan. De eerste klacht van rouwenden gaat vaak over eenzaamheid en geïsoleerd zijn.⁸

Ik word totaal teruggeworpen op mijzelf en geen groter gevoel van eenzaamheid kan mij overvallen dan juist in gezelschap. Help me, wat doe ik hier? We zijn regelmatig weggevlucht van verjaardagen of van feestjes waar het zo verschrikkelijk – verschrikkelijk (!) – gezellig was.

Rouw verwerk je niet, rouw draag je. Vaak een leven lang.

‘Rouwverwerking’ is daarom een volkomen inadequaat begrip uit de eerste taal, een woord dat afgeschaft zou moeten worden, omdat het de werkelijkheid van mijn verdriet niet serieus neemt. Het suggereert namelijk iets dat niet waargemaakt kan worden. Wat ‘verwerkt’ is, is immers over, voorbij, geweest, weggewerkt.

⁶ Ide Wolzak, *En huilen doe je maar in de pauze*. Blz. 100.

⁷ Huub Oosterhuis, *In het voorbijgaan*. Ambo, Utrecht 1968. Blz. 237-238.

⁸ Wim ter Horst, *Over troosten en verdriet*. Kok, Kampen 2004¹⁰. Blz. 16.

“Rouwverwerking – we schraptten het begrip uit ons woordenboek,” schrijft A.F.Th. van der Heijden in *Tonio*, de requiemroman voor zijn vorig jaar verongelukte zoon, “Elk verwerken, zelfs maar de aanzet ertoe, verwijderde ons verder van Tonio, en dat was dus taboe.”⁹

In de vele literatuur die ik in de loop van de jaren heb doorgewerkt, zowel wetenschappelijke als die van ervaringsverhalen, komt één conclusie duidelijk naar voren – iets wat ik intuïtief vanaf het allereerste begin al wist –: het verdriet om de dood van iemand van wie ik zielsveel houd, om de dood van mijn kind, gaat niet ‘over’, je komt er nooit ‘overheen’, er overkomt je iets dat niet ‘verwerkt’ kan worden.¹⁰ Mijn verdriet is een vaste reisgenoot geworden op mijn verdere levenspad.

“Voorop staat dat een ernstig verlies nooit kan worden verwerkt”, stelt emeritus hoogleraar orthopedagogiek en lotgenoot Wim ter Horst¹¹. Ik vind dat een troostvolle zin. Ik vind er erkenning in voor de moeite die het mij kost, telkens weer, om te leven met het verdriet en de pijn om de dood van mijn kind. Want die raak je nooit meer kwijt, zoals de Engelse dichter W.H. Auden verwoordde in zijn gedicht:

Funeral blues

Stop elke klok, snij af de telefoon,
honden blaf niet, knaag stil je kluiven schoon,
zwijg nu piano's en met omfloerste trom,
draag uit de kist en wie verdriet heeft: kom.

Kreun vliegtuigen, draai rond en kalk heel groot
hoog in de lucht de boodschap Hij Is Dood.
Geef crêpепapieren kragen aan de duiven op het plein,
laat handen van agenten nu in zwart gestoken zijn.

Hij was mijn noord, mijn zuid, mijn oost en west.
Mijn werk en rust had ik op hem gevest,
mijn dag en nacht, mijn spreken en mijn lied.
Ik dacht: geluk duurt eeuwig; dus mooi niet.

Geen ster wil ik nu zien, ik wil dat je ze dooft;
dat maan en zon van licht worden beroofd.
Maai plat het woud en droog de grote vloed,
want wat er ook gebeurt, niets komt er ooit meer goed.

(Vertaling IW)¹²

De Belgische psycholoog Manu Keirse vergeleek verdriet met een schaduw.¹³ Aan mijn schaduw kan ik niet kan ontsnappen. Wanneer alles om mij heen donker is, is mijn schaduw onzichtbaar, hij

⁹ A.F.Th. van der Heijden, *Tonio. En requiemroman*. De Bezige Bij. Amsterdam 2011. Blz. 392.

¹⁰ Dr. W. ter Horst, *Nieuw licht. Over liefhebben, opvoeden en troosten*. Kok, Kampen 1997. Blz. 117
Paul C. Rosenblatt, *Parent Grief. Narratives of Loss and Relationship*. Brunner/Mazel, Philadelphia P.A. 2000. Blz. 116-118.

Dennis Klass, *The Spiritual Lives of Bereaved Parents*. Brunner/Mazel, Philadelphia P.A. 1999. Blz. 82.

¹¹ Dr. W. ter Horst, *Nieuw licht*. Kampen, 1997. Blz. 117.

¹² Ide Wolzak, *En huilen doe je maar in de pauze*. Blz. 109.

¹³ De metafoor van de schaduw heb ik ontleend aan Manu Keirse, *Vingerafdruk van verdriet. Woorden van bemoediging*. Lannoo, Tiel 1999. Blz. 78.

maakt deel uit van het duister waarin ik mij bevind. Wanneer het geleidelijk aan weer licht wordt om mij heen wordt mijn schaduw zichtbaar. En hij is op zijn scherpst wanneer de zon fel schijnt. Mijn schaduw kan naast mij liggen, voor mij of achter mij. Hij verandert voortdurend van positie wanneer ik van richting verander. Soms ligt hij een hele tijd achter mij en ben ik mijzelf er nauwelijks van bewust dat hij er nog is. En dan opeens, doordat ik een andere weg insla, ligt hij weer in alle scherpste voor mij.

Bij alle hoogte en dieptepunten in ons leven waarbij ons gezin, de familie bij elkaar komt is het gemis het sterkst, wordt het verdriet weer geactiveerd; er moet opnieuw gerouwd worden.¹⁴ *Geen kind is zo aanwezig als het kind dat wordt gemist.* Wanneer de mensen om ons heen onze schaduw dan niet angstvallig ontkennen, ontstaat er weer ruimte om te vieren¹⁵; “want verdriet om het ene en vreugde om het andere, verdragen elkaar op den duur wel”.¹⁶

“Verdriet om het ene en vreugde om het andere, verdragen elkaar op den duur wel.” Maar dat ‘op den duur’, wat houdt dat in? Dat is een probleem, zowel voor rouwendenden, als voor de mensen om hen heen.

Rouwen kent geen van te voren vast te stellen tijdspad. Dat is ook het gevaar van het aanduiden van rouw als een proces. Dat suggereert beheersbaarheid, alsof we procesmanagers zijn. Maar rouw is het tegendeel van beheersbaarheid, het is chaos, wanhoop, niet weten waar je het zoeken moet. Rouwen is, zeker de eerste tijd, de eerste jaren, niet verdriet *hebben*, maar verdriet *zijn*, van top tot teen. Het is totale desoriëntatie van handelen, plaats en tijd.¹⁷

Wanneer je kind sterft, sterf je mee, het wordt aardedonker, er is geen licht meer zien.

Een vriend van ons dichtte na de dood van zijn dochter¹⁸:

Na de aardbeving

Die dag dat zij werd uitgedragen
het zonlicht door de bomen heen
en in de kist wat kleine gaven
wij samen en volstrekt alleen

Gevoel laat zich maar moeilijk delen
dagen voegen zich aan lege dagen
eenheid van toen is niet te helen
want wie jij was werd uitgedragen

Wat rest nog van ons vroeger leven
tot op het bot is het vergaan
en op de stormwind weggedreven

¹⁴ Paul C. Rosenblatt, *Grief That Does Not End*. In: Dennis Klass, Phyllis R. Silverman, and Steven L. Nickman (Ed.), *Continuing Bonds. New Understandings of Grief*. Talor & Francis, Philadelphia P.A. 1996. Blz. 45-58.

¹⁵ Ide Wolzak, *En huilen doe je maar in de pauze. Worstelen met de taal van rouw*. Ten Have, Kampen 2007². Blz. 162.

¹⁶ Dr. W. ter Horst, *Nieuw licht. Over liefhebben, opvoeden en troosten*. Kok Kampen, 1997. Blz. 66

¹⁷ Wim ter Horst, *Over troosten en verdriet*. Kok, Kampen 2004¹⁰. Blz. 148.

¹⁸ Sytze de Boer, *Na de aardbeving*. In: Ide Wolzak (red), *Waar gisteren nog toekomst was is nu herinnering*. Dichtbundel uitgegeven tgv het 20-jarig bestaan van de Vereniging Ouders van een Overleden Kind, 2001. Blz. 25.

Wat mag ik eigenlijk nog vragen
wanneer word ik opnieuw geboren
want wie ik was werd uitgedragen

“Wanneer word ik opnieuw geboren”? Hoe kan ik opnieuw leren leven? Wanneer verandert verdriet *zijn* in verdriet *hebben*? Hoelang duurt het voordat ik weer enige grip op mijn leven weet te krijgen? Niemand die daar een antwoord op kan geven, dat verschilt voor iedereen. De een hervat de routine van elke dag direct, omdat zij of hij niet zou weten hoe anders te overleven. Voor de ander is het een kwestie van jaren, voordat zij of hij weer enige orde weet aan te brengen in zijn of haar bestaan. Soms gebeurt dat in het geheel niet. Voor de meesten ligt het ergens tussen de twee uitersten in.

In hun gids voor hulpverleners *Helping Bereaved Parents* schrijven de klinisch psychologen Tadeschi en Calhoun: “Over het algemeen neemt de intensiteit van psychische ontredde en het aantal keren dat die optreedt in de loop van de tijd af. Echter, bij sommige mensen kan het vele jaren duren voordat de pijn duidelijk vermindert, en soms gebeurt dat in het geheel niet.”¹⁹

Ik vind het daarom nogal verontrustend wat er momenteel dreigt te gebeuren in de nieuw te verschijnen vijfde editie van het, ook in Nederland gebruikte handboek, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*²⁰, DSM-5, waarin een groot aantal psychologen en psychotherapeuten rouw als een psychische stoornis laten opnemen onder de afkorting PGD (Prolonged Grief Disorder), wanneer er langer dan zes maanden sprake is van intense rouw.²¹

Kay Talbot, psychotherapeute en moeder van een overleden kind, waarschuwde al in 2002 dat de voorgestelde criteria overstreden zijn en eigenlijk heel ‘normale’ uitingen van rouw zijn, zeker wanneer het ouders van overleden kinderen betreft.²² Zij haalt daarbij haar collega Therese A. Rando aan, die stelt dat men eigenlijk helemaal niet in staat is om vast te stellen wat normale en wat pathologische rouw is. Daardoor heeft men van rouwende ouders vaak zeer overtrokken en onrealistische verwachtingen waaraan zij in geen enkel opzicht kunnen voldoen.²³

En Rando verbreedt die kritiek door er op te wijzen, dat andere onderzoekers hebben vastgesteld, dat ook wanneer mensen bijvoorbeeld hun partner verliezen, er meestal veel langer wordt gerouwd dan over het algemeen wordt aangenomen, omdat er tussen hen vaak een levenslange relatie blijft bestaan, over de grens van de dood heen.²⁴ Wanneer een studiegroep van de Universiteit van Harvard al in de jaren '70 concludeert dat “de meeste weduwen geen twee of drie jaar over hun gestor-

¹⁹ Richard G. Tadeschi & Lawrence G. Calhoun, *Helping bereaved parents. A clinicians guide*. Brunner-Routledge, New York and Hove 2004. Blz. 33.

²⁰ American Psychiatric Association, *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition (DSM-V)*. Oorspronkelijk gepland om in 2010 te verschijnen, staat het nu in de planning voor 2013. De omschrijving komt ook in de *International Classification of Diseases and Related Health Problems, Eleventh Revision (ICD-11)* van de World Health Organisation (WHO) oorspronkelijk gepland om in 2010 te verschijnen, staat het nu in de planning voor 2015.

²¹ Holly G. Prigerson, et al., *Prolonged Grief Disorder: Psychometric Validation of Criteria Proposed for DSM-V and ICD-11*. In: PLoS Medicine, www.plosmedicine.org, August 2009, Vol. 6, Issue 8, e1000121.

²² Kay Talbot, *What Forever Means After the Death of a Child*. Brunner-Routledge, New York 2002. Blz. 55.

²³ Therese A. Rando, *Treatment of Complicated Mourning*. Research Press, Champaign, Illinois 1993. Blz. 630.

²⁴ Therese A. Rando, *Treatment of Complicated Mourning*. Blz. 146.

ven echtgenoot treuren, maar hun hele leven,²⁵ dan doet een tijds criterium van een half jaar haast belachelijk aan.

Ik moet nu, na meer dan 17 jaar, dus concluderen dat ik aan ‘PGD’ heb geleden, dat ik kennelijk behoorlijk gestoord ben geweest en dat misschien nog wel ben, als ik bepaalde ‘deskundigen’ zou moeten geloven. Maar ik ben er dan toch aardig in geslaagd, mede dankzij de Vereniging, deze stoornis te overleven zonder in het medische circuit te belanden.

Ik voldoe aan hun criteria²⁶ wanneer ik hartstochtelijk blijf verlangen naar mijn overleden kind en dat doe ik nog steeds. Ook het ervaren van bitterheid van wat ons is overkomen hoort niet meer na zoveel tijd, maar dat is er wel: “Zo bitter dit verdriet: er stierf een kind”. Veel langer dan een half jaar is rouw en verdriet en alles wat daarmee in verband is te brengen ontregelend geweest voor mijn dagelijks leven. Zelfs in die mate dat ik gedeeltelijk arbeidsongeschikt werd verklaard en dat bleef tot mijn pensioen. Lamgeslagen, verbijsterd was ik en ben ik af en toe nog, ook nu nog na 17 jaar.

Ik zou zijn dood nu toch eindelijk hebben moeten aanvaarden. Maar dat heb ik niet, dat weiger ik zelfs, dat hoef ik ook niet, heb ik van Ter Horst geleerd, en bovendien dat kan ik niet. Het had gewoon niet mogen gebeuren. Dat heeft niets met ontkenning te maken, maar met opstandigheid tegen wat ons is overkomen. Opstandigheid, het beste antwoord dat een mens op het leed dat hem treft kan geven, schrijft Wim ter Horst in zijn prachtige boek *Over troosten en verdriet*.²⁷

Ik zal niet ontkennen dat mijn kind dood is, dat is een hard biologisch feit. Maar mijn opstandigheid en boosheid om zijn dood zijn een vorm van energie die mij er toe aanzetten er iets mee te doen, om betekenis te geven aan iets dat ik als de ultieme zinloosheid ervaar: de dood van een kind. Ik zal niet aanvaarden.

Ik voldoe dus geheel aan de criteria van het DSM-V, maar ik laat mij niet wijsmaken dat ik dus ernstig ziek ben. *Wie rouwt heeft troost nodig, geen therapie*.²⁸

Nog een verhaal:

[Rabbi Mosje-Leib van Sassov had burens bij wie de kinderen] de een na de ander op jonge leeftijd stierven. Op een keer vertrouwde de moeder haar verdriet toe aan de vrouw van de rabbi:

‘Wat is dat nu eigenlijk voor een God, die God van Israël? Hij is wreed, hij is niet liefdevol; wat hij heeft gegeven neemt hij weer af’.

‘Zo mag je niet spreken’, zei de vrouw van de rabbi. ‘De wegen van de hemel zijn ondoorgrondelijk. We moeten kunnen aanvaarden’.

²⁵ Dr. Arthur Freese, *Kom niet aan mijn verdriet*. Uitgeverij Helmond, Helmond 1977. Blz. 121.

²⁶ Simon Shimshon Rubin, Ruth Malkinson, and Eliezer Witztum, *Clinical Aspects of a DSM Complicated Grief Diagnosis: Challenges, Dilemmas, and Opportunities*. In: Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut, and Wolfgang Stroebe (Ed.), *Handbook of Bereavement Research and Practice. Advances in Theory and Intervention*. American Psychological Association, Washington DC 2008. Blz. 198.

²⁷ Wim ter Horst, *Over troosten en verdriet*. Kok, Kampen 2004¹⁰. Blz. 37.

²⁸ Wim ter Horst, *Over troosten en verdriet*. Blz. 27.

Op dat ogenblik verscheen rabbi Mosje-Leib op de drempel van de deur en zei tegen de ongelukkige moeder:

‘En ik zeg je, vrouw, dat je niet moet aanvaarden! Dat je je niet moet onderwerpen. Ik geef je de raad om te schreeuwen en te brullen, te protesteren, recht te eisen, begrijp je vrouw? Je moet niet aanvaarden!’²⁹

Een man naar mijn hart, die Rabbi Mosje-Leib van Sassov. Hij haalt alle rouwmodellen, geformuleerd in de eerste taal, onderuit. Modellen die mij er toe willen brengen te aanvaarden, te berusten, en mijn rouw af te sluiten.

Waar hebben ze het over? Welke taal spreken ze eigenlijk? Niet de mijne. Ik protesteer, want kinderen horen niet dood te gaan. Ik aanvaard niet, want dat kan ik niet; het had niet mogen gebeuren. In Nigeria bestaat de traditie dat ouders niet op de begrafenis van hun kinderen aanwezig zijn, want ouders behoren hun kinderen niet te begraven.³⁰ Zou het daarom zijn dat er in onze taal, in geen enkele westerse taal trouwens, voor zover ik weet, geen woord bestaat waarmee ouders van een overleden kind, zichzelf kunnen duiden? Sterven je ouders dan word je wees, sterft je man of vrouw dan word je weduwe of weduwnaar, maar sterft je kind dan wordt er in alle talen gezwegen, dan is er geen woord beschikbaar. Wil men ons niet zien? Is dat te bedreigend? Zijn wij onzichtbaar? Mogen wij geen naam hebben?

Het is J. William Worden, de man van de rouwtaken, die in de laatste editie van zijn standaardwerk *Grief Counseling and Grief Therapy* op een ander gevaar van deze DSM-classificatie wijst. “Ik maak mij zorgen,” schrijft hij, “dat we in ons streven naar het formuleren van een DSM-diagnose voor gecompliceerde of traumatische rouw, het unieke van ieders rouw uit het oog verliezen. Iedereen ervaart zijn of haar rouw op een unieke wijze en die ervaring behoort niet opgezaald te worden met de term ‘abnormale rouw’.”³¹

De uniciteit van elke rouwervaring behoort altijd de volle aandacht te krijgen en die moet niemand proberen te bagatelliseren of te modelleren naar de mal van een of ander rouwmodel dat de mensen om de rouwende heen een schijn van houvast geeft in een voor hen niet te hanteren situatie. Dat kan mensen in rouw tot diepe wanhoop drijven vanwege de ontkenning van hun verdriet en het totale onbegrip dat er uitblijkt.

Velen om mij heen lijken vaak koste wat kost te willen uitkomen bij de vele mythen die er in de loop van de jaren rond rouw zijn ontstaan; over hoe rouw *behoort* te verlopen, wat daarin goed en wat fout is. Dat je *moet* praten en niet opkroppen, dat je je verdriet ‘een plekje’ moet geven, zodat je

²⁹ Elie Wiesel, *De wanhoop verdreven. Eerbetoon aan negen chassidische meesters*. Gooi en Stich, Hilversum 1986. Blz. 105-106.

³⁰ Riet Fiddelaers-Jaspers, *Doodnormaal? Verdriet en rouw bij leerlingen*. Educatieve Partners Nederland, Houten 1996. Blz. 57.

³¹ J. William Worden, *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner. Fourth edition*. Springer Publishing company, New York 2009. Blz. 8.

je rouw daarna kunt afsluiten. Je moet je losmaken van je geliefde en het verleden achter je laten; de toekomst ligt immers voor je.

“Ik noem dat Libelle-psychologie, dat gedoe met al die rouwfases waar je doorheen zou moeten,” liet psychoanalytica Christa Widlund-Broer, bij de meesten beter bekend onder haar schrijversnaam Anna Enquist, in een interview noteren.³² “Kennelijk vinden mensen het te bedreigend om in te zien hoe verdriet echt werkt. Dus bedenken ze allerlei verhullende theorieën over rouwfases waar je op een gegeven moment mee klaar moet zijn. Hele bibliotheken zijn erover volgeschreven, maar er klopt niets van.”

Toen ik dat las was ik weer even terug op een van de bijeenkomsten van de rouwgroep die mijn vrouw en ik eind 1994 bezochten, waarin ons werd uitgelegd, met flap-over en viltstift, hoe rouw volgens de fasentheorie van Kübler-Ross behoort te verlopen. Ik werd boos, woedend. Want wat daar werd gezegd ervoer ik als klinkklare onzin, quatsch, bullshit, het sloeg werkelijk nergens op.

En hoewel er geen studies zijn die dit model onderbouwen, integendeel, de beschikbare onderzoeksgegevens het fasenmodel in feite onderuit halen, blijft er een hardnekkig geloof bestaan, zelfs onder professionele hulpverleners, dat er wel degelijk dergelijke fasen te onderscheiden zijn.³³

Maar wanneer je uitgaat van een aantal mechanisch verlopende fasen schep je verwachtingen waaraan rouwenden niet kunnen voldoen.³⁴ Het is een van de oorzaken dat rouwtherapieën vaak zo weinig effectief zijn, zoals in diverse onderzoeken is vastgesteld.³⁵ Je verliest dan uit het oog hoe uniek en complex de persoonlijke rouwervaringen zijn.³⁶ Inge Diepman en Sylia de Graaf beschrijven in hun boek *Diep*³⁷ hun ervaring met een rouwtherapeute, die zij op advies van hun huisarts bezochten: “Zij pakt een boek van haar bureau en begint er in te bladeren. Dan schudt ze misprijzend haar hoofd. ‘Als je nu [na een jaar] nog boos bent, loop je wel erg achter in het rouwproces.’”

Ik vind het een opluchting, of kan ik zeggen het troost mij, wanneer ik in de wetenschappelijke literatuur over rouw bevestigingen lees van wat ik persoonlijk ervaar en ervaren heb. Ik voel me het best thuis bij onderzoekers en hulpverleners die zelf door de diepte van het leed zijn gegaan en bij hen die zich als *leerling* van de ervaringsdeskundigen opstellen. Gelukkig kom ik die opstelling

³² Interview in *Psychologie Magazine* april 2010: *Mensen laten zich niet zomaar veranderen*

³³ Camille B. Wortman, Roxane Cohen Silver, and Ronald C. Kessler, *The meaning of loss and adjustment to bereavement*. In: Margaret S. Stroebe, Wolfgang Stroebe, Robert O. Hansson (Ed.), *Handbook of Bereavement. Theory, Research, and Intervention*. Cambridge University Press, Cambridge 2003. Blz. 351.

³⁴ Wim ter Horst, *Over troosten en verdriet*. Kok, Kampen 2004¹⁰. Blz. 77.

Robert S. Weiss, *The Nature and Causes of Grief*. In: Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut, and Wolfgang Stroebe (Ed.), *Handbook of Bereavement Research and Practice. Advances in Theory and Intervention*. American Psychological Association, Washington DC 2008. Blz. 33.

³⁵ Margaret S. Stroebe, *Beyond the Broken Heart: Mental and Physical Health Consequences of Losing a Loved One*. Universiteit Utrecht, Oratie 8 mei 2009. Blz. 13.

³⁶ George Hagmann, *Beyond Decathexis: Toward a New Psychoanalytic Understanding and Treatment of Mourning*. In: Robert A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss*. American Psychological Association, Washington D.C. 2003. Blz. 24.

³⁷ Inge Diepman & Sylia de Graaf, *Diep*. Archipel, Amsterdam 2007. Blz. 185.

steeds vaker in die literatuur tegen. “De ander tegenover mij, die zoekt naar taal om te kunnen vertellen wat het betekent, hoe het voelt als je in je hart bent getroffen, als je bloedt..., is mijn leermeester,” schrijft Mariunus van den Berg³⁸. “De resultaten van rouwonderzoek waar je het meeste aan hebt zijn de verslagen van onderzoekers die zorgvuldig weergeven wat zij van rouwende ouders geleerd hebben.” schrijven Tedeschi en Calhoun.³⁹ Hun uitgangspunt, schrijft Robert Neimeyer in het voorwoord van hun boek, is, dat we afmoeten van het idee dat de ‘deskundige het ’t beste weet’ en toemoeten naar een heel bescheiden vorm van ‘deskundig kameraadschap’.⁴⁰ En dan nog, schrijven zij, “zelfs als therapeuten zelf rouwende ouders zijn kan hun eigen ervaring en culturele context totaal verschillen van die van andere ouders,”⁴¹ waardoor zij de reacties van die ouders niet begrijpen omdat hun eigen manier van omgaan met het verdriet geheel anders was.⁴² “Er bestaan geen autoriteiten op het gebied van verdriet en rouw.” stelt Manu Keirse, en dan vervolgt hij met: “Kennis kan iemand de rust en het vertrouwen geven om in alle sereniteit te luisteren naar het verdriet, zo intens en meelevend dat *de andere wordt geholpen zijn eigen antwoord uit te spreken.*”⁴³

We zijn allen opgegroeid in een samenleving die veelvuldig met generalisaties en stereotypen werkt. Daardoor zullen we snel geneigd zijn om bijvoorbeeld de verschillen in rouw die wij constateren bij onze partners tot typische verschillen tussen mannen en vrouwen te reduceren. Opnieuw een voorbeeld van Libelle-psychologie?

Toen psycholoog Martin en pastor en gerontoloog Doka een onderzoek gingen opzetten over mannen en rouw, veranderde deze invalshoek al snel in een veel bredere opzet. Want toen ze poogden het begrip ‘mannelijke rouwpatronen’ te definiëren, merkte een vrouwelijke collega op dat ze daarmee precies haar manier van omgaan met verdriet beschreven.⁴⁴

Ze kwamen tot de conclusie dat termen als ‘mannelijk’ en ‘vrouwelijk’ in verband met rouw vermeden dienden te worden, met name ook omdat er in de populaire literatuur veel misverstanden door waren ontstaan. Een vrouwelijke rabbi, die moeite had haar plaats te veroveren tussen haar mannelijke collega’s, vertelde: “Mijn hele leven moet ik vechten om mij niet te hoeven aanpassen aan die ‘mannenwereld’. Jullie omschrijven hier mijn wijze van rouwen. Gebruik nu alsjeblieft taal

³⁸ Marinus van den Berg, *Rouwen in de tijd. Een zoektocht in het landschap van afscheid en verlies*. Ten Have, Kampen 2009. Blz. 13-14.

³⁹ Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun, *Helping bereaved parents. A clinicians guide*. Brunner-Routledge, New York and Hove 2004. Blz. 2.

⁴⁰ Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun, *Helping bereaved parents. A clinicians guide*. Blz. x.

⁴¹ Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun, *Helping bereaved parents. A clinicians guide*. Blz. 51

⁴² Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun, *Helping bereaved parents. A clinicians guide*. Blz. 2.

⁴³ Manu Keirse, *Helpen bij verlies en verdriet. Een gids voor het gezin en de hulpverlener*. Lannoo, Tiel 2009. Blz. 17.

⁴⁴ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do. Transcending Gender Stereotypes of Grief*. Brunner/Mazel, Philadelphia PA 2000. Blz. 4.

die mij niet opnieuw bij die mannenwereld inlijft.” Ook mannen gaven aan het niet prettig te vinden dat hun wijze van omgaan met verdriet als ‘vrouwelijk’ werd bestempeld.⁴⁵

Martin en Doka stellen dat gender (geslachtskenmerken) wel van invloed is op hoe men rouwt, maar niet *bepalend*.⁴⁶ Die invloed komt voornamelijk voort uit verschillen in de manier waarop jongens en meisjes in onze samenleving worden opgevoed. Het probleem van ‘nature or nurture’. De opvoeding is gericht op socialisatie, aanpassing aan de rollen die mannen en vrouwen geacht worden in de maatschappij te vervullen. Eén onderdeel daarvan is wat er van je verwacht wordt als vrouw en als man bij het omgaan met emoties.⁴⁷ Het kan dan veel extra tijd vergen voordat rouwenden kunnen en durven over te gaan op de overlevingsstrategie die het beste bij hen past.⁴⁸ Sommigen komen daar zelfs helemaal niet aan toe, omdat ze zo bezig zijn het beeld dat zij naar buiten uitstralen te beheren, dat ze het komen tot hun ware gevoelens daaraan totaal ondergeschikt maken, daaraan opofferen. Voor alle duidelijkheid: het kan hier zowel mannen als vrouwen betreffen.⁴⁹

De onderzoekers zijn toen op zoek gegaan naar een formulering die niet gebonden was aan geslachtskenmerken (gender) en kwamen uit bij de begrippen ‘instrumenteel’ en ‘intuïtief’. Rouwenden die voor een ‘instrumentele overlevingsstrategie’ kiezen hebben de neiging hun emoties te temperen door actief te worden, door van alles te gaan doen, zaken te gaan regelen, op onderzoek uit te gaan, problemen op te lossen. Zij die voor een ‘intuïtieve overlevingsstrategie’ kiezen rouwen door hun emoties direct te uiten, te huilen, te praten, ervaringen te delen en daarvoor steun bij anderen te zoeken.⁵⁰ Indachtig het feit dat ieders rouw uniek is, stellen Martin en Doka dat individuele rouwenden ergens op de vloeiende lijn, het continuüm, tussen die twee uitersten inzitten. Mannen bewegen zich wat vaker in de richting van de instrumentele rouw, vrouwen wat vaker in die van de intuïtieve. Maar een duidelijk kenmerkend patroon dat typisch voor mannen of typisch voor vrouwen is valt, in tegenstelling tot wat veelvuldig gedacht wordt, niet vast te stellen.

⁴⁵ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do*. Blz. 5.

⁴⁶ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do*. Blz. 99 e.v..

⁴⁷ Barbara D. Rosof, *The Worst Loss. How Families Heal from the Death of a Child*. Henry Holt and Company, New York 1994. Blz.59. (Vertaling: *Het zwaarste verlies. Over de verwerking van de dood van een kind*. Bert Bakker, Amsterdam 1998).

J. William Worden, *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner. Fourth edition*. Springer Publishing company, New York 2009. Blz. 64, 220-221, 226

Dennis Klass, *The Spiritual Lives of Bereaved Parents*. Brunner/Mazel, Philadelphia P.A. 1999. Blz. 179-180

William H. Schatz, *Grief of Fathers*. In: Therese A. Rando (Ed.), *Parental Loss of a Child*. Research Press, Champaign, Illinois 1986. Blz. 295.

Ann K. Finkbeiner, *After the Death of a Child. Living with Loss Through the Years*. Johns Hopkins, Baltimore 1996. Blz. 40 e.v..

⁴⁸ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do*. Blz. 56 e.v..

⁴⁹ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do*. Blz. 62. e.v..

⁵⁰ Terry L. Martin, Kenneth J. Doka, *Men Don't Cry... Women do*. Blz. 5-7.

“Nu moeten we elkaar vasthouden”, zei ik toen het duidelijk werd dat onze Wouter was overleden en de beademing werd stopgezet, de monitor werd afgekoppeld en het donker werd om ons heen, zo onvoorstelbaar donker. Waarom zei ik dat? Op een of andere manier had zich kennelijk in mijn onderbewustzijn de gedachte genesteld, dat wanneer je kind sterft ook je huwelijk in levensgevaar komt en dus op de intensive care moet worden ondergebracht. Ik weet niet hoe ik aan die wijsheid kwam. Intuïtie? Had ik er ooit iets over gehoord en het ergens in mijn geheugen opgeslagen?

Op je huwelijksdag beloof je elkaar trouw te blijven, in goede en kwade dagen. In goede dagen lijkt dat soms al moeilijk vol te houden, laat staan in kwade dagen, wanneer het er *echt* op aankomt.

“Weet je, 70 procent van de huwelijken loopt stuk na de dood van een kind,” verzuchtte een moeder tegen psychologe Judith Bernstein. Zij sprak de moeder niet tegen, want ze was daar zelf ook van overtuigd.⁵¹ Maar Judith Bernstein is zelf moeder van een overleden kind. En nadat haar zoon was overleden ontdekte zij dat wat zij ooit geleerd had over rouw en wat binnen haar beroepsgroep voor waar gold, niet klopte. Samen met haar man, ook psycholoog, is zij daarna een onderzoek begonnen onder ouders van overleden kinderen bij wie het sterven van hun kind vijf tot zevenendertig jaar geleden had plaatsgevonden. Zeldzaam en daarom zeer waardevol zijn onderzoeken die zich over zo’n lange rouwperiode uitstrekken.

Tijdens het onderzoek bleek dat het scheidingspercentage onder de geïnterviewde ouders bijzonder laag was. De schrijfster vroeg zich af of zij en haar man toevallig een groep hadden getroffen waarin dit het geval was en ging op zoek naar cijfers over scheidingspercentages onder rouwende ouders. Ze kon zulke cijfers niet vinden. Andere onderzoekers bevestigen haar bevindingen. Reiko Schwab⁵² publiceert in 1998 een uitgebreid literatuuronderzoek en trekt de conclusie dat er geen wetenschappelijk bewijs is voor het hoge echtscheidingspercentage; het is niet waar, het blijkt een mythe te zijn.

Patricia Loder, de voorzitter van de Amerikaanse Vereniging van Ouders van een Overleden Kind, *The Compassionate Friends*, kreeg de waarschuwing voor het grote risico dat haar huwelijk liep van een verpleegster in het ziekenhuis, waarin zij terecht kwam na het auto-ongeluk waarbij zij haar kinderen verloor: “Eerst wordt me verteld dat m’n kinderen dood zijn. Dan wordt me verteld dat mijn huwelijk het ook niet zal overleven. Ik heb geen woorden om te beschrijven hoe door die waarschuwing mijn verdriet nog zwaarder te dragen voelde dan het al deed.”⁵³

In juni 1999 werd de uitkomst van een in opdracht van *The Compassionate Friends* uitgevoerd onderzoek gepubliceerd, waaruit bleek dat slechts 12% van de huwelijken van de ondervraagde ouders

⁵¹ Judith R. Bernstein, Ph.D., *When the Bough Breaks. Forever after the death of a son or daughter*. Andrews McMeel Publishing, Kansas City 1998. Blz. 101. Nederlandse vertaling: *Als verdriet blijft. Overleven na het verlies van een zoon of dochter*. Omega Boek, Diemen/Amsterdam 2000.

⁵² Reiko Schwab, *A Child’s Death and Divorce: dispelling the myth*. *Death Studies*, 22, 1998. Blz. 445-468.

⁵³ Press Release Survey Divorce, 12-10-2006, www.compassionatefriends.org.

was geëindigd in een scheiding.⁵⁴ Een omstreeks dezelfde tijd uitgevoerd onderzoek aan de Universiteit van Montana komt tot soortgelijke, zelfs nog iets gunstigere conclusies: een 9% scheidingspercentage.⁵⁵ In 2006 heeft *The Compassionate Friends* haar onderzoek laten herhalen. Opnieuw werd de mythe over het hoge scheidingspercentage gelogenstraft: 16% van de ouders was gescheiden na de dood van hun kind; iets minder dan de helft van hen zei dat de dood van hun kind daarop van invloed was geweest.⁵⁶ Deze 16% ligt beduidend lager dan het landelijk percentage van 50% (!) in de VS en ook van dat in Nederland waar dat percentage rond de 33% ligt.⁵⁷ Deze cijfers wijzen erop dat rouwen om de dood van een kind de band tussen ouders eerder versterkt dan verbreekt.⁵⁸ En daarmee kunnen de verhalen over scheidingspercentages van 70 tot 90 % voor goed, als ‘libelle psychologie’, naar het rijk der fabelen worden verwezen.

Die versterkte band tussen ouders is er ook op gericht de band met het overleden kind in stand te houden, te intensiveren en daar vormen voor te vinden. Zij gunnen de dood van hun kind niet het laatste woord.

De Duitse theoloog en psychotherapeut Eugen Drewermann betoogt dat het geloof in een leven na dit leven, waarin je je geliefden ooit weer zult ontmoeten, voortkomt uit het feit dat liefde geen scheiding toelaat, we kunnen hen van wie we zielsveel houden onmogelijk loslaten.⁵⁹ En wanneer het onze kinderen betreft dan beleven we dat sterker dan bij welke andere geliefde ook. Het is toch onvoorstelbaar dat ze *nergens* meer zouden zijn,⁶⁰ verdwenen in de grote, van mensen en God verlaten leegte, de kosmische eenzaamheid van het absolute niets?

“Waar mijn kind ben jij gebleven?” Een niet te beantwoorden vraag. Ik weet dat. Maar toch. Vrijwel alle ouders laten hun kind op een of andere wijze voortleven, want de band van hun liefde blijft bestaan over de grens van de dood heen. Daarom rouw ik levenslang, niet meer met dezelfde intensiteit als in die eerste jaren, gelukkig niet. Maar vader en moeder word je voor eens en voor altijd en dat blijf je dus ook ná de dood van je kind. Door steeds weer te rouwen om je kind zet je je ouder-schap voort. Wie dat rouwen probeert te beëindigen, kan door de ouders ervaren worden als iemand die de band met hun overleden kind wil doorsnijden.⁶¹ Het beëindigen van de relatie met de dode is

⁵⁴ *When a Child Dies*. A Survey of Bereaved Parents Conducted by NFO Research, Inc. on Behalf of The Compassionate Friends, Inc. June 1999. www.compassionatefriends.org.

⁵⁵ *Bereaved Parents and Divorce*. Living with Loss Magazine, September/October 1999. www.bereavementmag.com

⁵⁶ *When a Child Dies*. A Survey of Bereaved Parents Conducted by Directions Research, Inc. for The Compassionate Friends, Inc. October 2006. www.compassionatefriends.org. Blz. 5-6.

⁵⁷ Centraal Bureau voor de Statistiek, *Statistisch Jaarboek 2005*. www.cbs.nl.

⁵⁸ Therese A. Rando, *The Unique Issues and Impact of the Death of a Child*. In: Therese A. Rando (Ed.), *Parental Loss of a Child*. Research Press, Champaign, Illinois 1986. Blz. 30.

⁵⁹ Eugen Drewermann, *Tiefenpsychologie und Exegese. Band II*. Walter-Verlag, Olten und Freiburg 1990⁶. Blz. 429.

⁶⁰ Ellen Mitchel, et al., *Beyond tears. Living after losing a child*. St Martin's Griffin, New York 2004. Blz. 136-147: Hoofdstuk 8: *Until we meet again*.

⁶¹ Paul C. Rosenblatt, *Parent Grief*. Blz. 134

wat Freud beoogde als eindresultaat van rouwarbeid in zijn essay *Trauer und Melancholie*⁶² uit 1917 en waar vrijwel alle latere rouwmodellen op gebaseerd zijn. Maar hijzelf bleek daartoe niet in staat toen zijn eigen dochter en later zijn kleinzoon overleed.⁶³

J. William Worden schrijft in de vierde editie van zijn handboek voor de geestelijke gezondheidszorger dat hij de formulering van zijn vierde rouwtaak op die opvatting van Freud had gebaseerd: “Rouw heeft een duidelijke en precies omschreven functie: de hoop en herinneringen van nabestaanden los te maken van de dode.” Op basis van de nieuwe inzichten dat relaties met overledenen blijven bestaan heeft hij de vierde rouwtaak nu omschreven als: “het vinden van een blijvende band met de overledene tijdens het opbouwen van een nieuw leven.”⁶⁴

Onze overledenen leven voort in onze verhalen. We halen herinneringen op en we laten in onze gedachten hun levenslijn doorlopen die we zien bij leeftijdgenoten die verkering krijgen, studeren gaan, rijlessen nemen, kinderen krijgen. Telkens weer doen zich daardoor voor de ouders nieuwe verliezen voor: voor ons kind is dit niet weggelegd. Wanneer er zich belangrijke ontwikkelingen in ons eigen leven voordoen, worden zij gemist. Er wordt opnieuw gerouwd.

Ze blijven voortbestaan in herinnering en verhalen, die telkens herhaald worden, eigenwijs op eigen wijze. Verhalen die zowel tranen als een lach voortbrengen, zodat er leven kan zijn na hun dood. “Zoals met elk goed verhaal, maar vooral wanneer het gecompliceerde biografische verhalen betreft, missen we de rijkdom en de volheid ervan wanneer we het maar één keer horen of lezen. Wanneer we verhalen telkens weer opnieuw vertellen, verrijken zij ons steeds met nieuwe en onverwachte aspecten.”⁶⁵

Rouw heeft een open einde.⁶⁶ “Closure is for bank accounts, not for love accounts.”⁶⁷ Want, zoals Bram Vermeulen zong: “Dood ben ik pas als jij mij bent vergeten.”⁶⁸

⁶² Sigmund Freud, *Trauer und Melancholie*. (1917). In: Sigmund Freud, *Das Lesebuch*. S.Fischer, Frankfurt am Main 2006.

⁶³ Therese A. Rando, *Treatment of Complicated Mourning*. Blz. 81.

Phyllis R. Silverman and Dennis Klass, *Introduction: What's the Problem?* In: Dennis Klass, Phyllis R. Silverman, Steven L. Nickman (ed.), *Continuing Bonds. New Understandings of Grief*. Taylor & Francis, Philadelphia 1996. Blz. . 5-7.

⁶⁴ J. William Worden, *Grief Counseling and Grief Therapy. A Handbook for the Mental Health Practitioner. Fourth edition*. Springer Publishing company, New York 2009. Blz. 50.

⁶⁵ Thomas Attig, *How We Grieve. Relearning the World*. Oxford University Press, New York 1996. Blz. 179-180.

⁶⁶ George Hagmann, *Beyond Decathexis: Toward a New Psychoanalytic Understanding and Treatment of Mourning*. In: Robert A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss*. American Psychological Association, Washington D.C. 2003. Blz. 24.

⁶⁷ Dr. Robert A. Neimeyer. Ergens van internet geplukt.

⁶⁸ Bram Vermeulen, *Testament*. CD *Tijdloos*.

Je naam

Je naam,
je naam,
ik noem je naam,
alles spant samen
om 'm uit te wissen.
Je naam,
je naam,
ik roep je naam
zo luid dat niemand
'm kan missen.

De wind die suist
fluistert je naam,
in 't loof dat ruist
dwarrelt je naam,
de storm die woedt
buldert je naam,
de avondgloed
verguldt je naam,
als blijdschap klinkt
leef ik je naam,
een kind dat zingt
liefkoost je naam.

Ik proef je naam,
ik ruik je naam,
om heel mijn wezen
hangt jouw naam,
en op mijn adem
drijft jouw naam,
zolang ik leef
blijven wij saam,
zolang blijf jij
voor mij bestaan;
m'n laatste adem
zucht jouw naam.

't Zand, 10 september 2011

Ide Wolzak