

VOORBIJE TOEKOMST

**JE LEEFT NU
IN DE VOORBIJE TOEKOMST.**

**JE ZULT ALTIJD
ER NOG ZIJN.**

**JE BENT VOOR MIJ NOOIT
LANG GELEDEN.
JE HOORT
ER NOG ALTIJD BIJ.**

**JE BENT AANWEZIG
IN MIJN ONVERVULDE VERWACHTINGEN.
JE BENT AANWEZIG IN MIJN SLAPELOZE
DROMEN.**

**JE NAAM VERVAAGT NIET
IN MIJN HERINNERINGEN.**

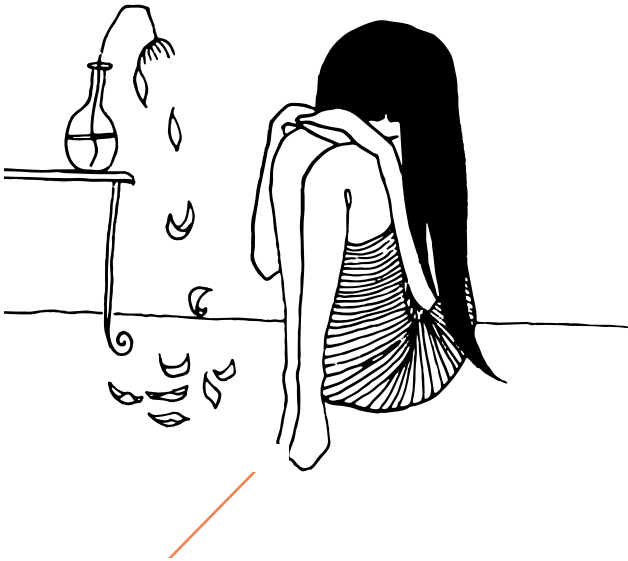
**JE BENT PRESENT
ALS JE ER NIET BENT.
JE BENT WAAR JE BIJ HAD KUNNEN ZIJN.**

**JE BENT NIET VAN VOORBIJ,
NIET VAN GISTEREN.**

**JE BENT VAN GISTEREN, VAN VANDAAG EN
MORGEN:
VOORBIJE TOEKOMST.**

MARINUS VAN DEN BERG

ZAL HET ROUWEN OOI^T OVERGAAN?



"Ik kan moeilijk beschrijven wat het met je doet, rouwen ... Ik kan alleen zeggen dat het heel veel pijn doet. Het is alsof er een kubus in mijn hart zit, die constant ronddraait. In het begin zijn de hoeken heel scherp en doet het ronddraaien verschrikkelijk veel pijn. Later slijten de hoeken wat af en wordt de pijn dus draaglijker. Maar de kubus blijft voor de rest van mijn leven in mijn hart zitten. Ik mis Geert bijna dagelijks ondanks dat ik nu toch terug gelukkig ben." (Laura, 17 jaar)

Het verwerken van verlies verloopt op ons eigen tempo. Er staat geen eindpunt op wanneer we 'klaar' moeten zijn met rouwen, ook al verwacht de omgeving misschien iets anders ('Het is al twee jaar geleden, ben je er nog niet over?').

Het ingrijpende verlies waarmee we zijn geconfronteerd, dragen we voor altijd mee en het maakt een deel uit van wie we zijn. De pijn en het gemis zullen geleidelijk aan minder intens worden, maar soms kan je overspoeld worden met intense gevoelens die worden uitgelokt door iets dat je meemaakt. Op deze momenten verwerk je opnieuw een deeltje van het verlies.

Kortom, rouwen is een andere vorm van liefhebben die zich voordoet wanneer we in ons leven een betekenisvol persoon verliezen. We gaan op zoek naar een nieuwe verbinding met de persoon die we moeten missen. We gaan op onze unieke wijze om met het verlies, op een manier die voor ons veilig en aangenaam aanvoelt op ons eigen tempo.

ROUWEN WIJ, JONGEREN, ANDERS DAN ANDEREN?

Jongeren hebben hetzelfde inzicht in de dood als volwassenen. Toch is ons rouwproces enigszins anders dan dat van volwassenen. Als we het durven, zullen we toegeven dat we in een levensperiode zitten waar we sowieso veel veranderingen ondergaan (zowel lichamelijk, seksueel, psychisch en sociaal). We zitten vaak al in de knoop met onszelf en onze omgeving en wanneer daar nog eens een rouwproces bijkomt, wordt het vaak teveel.

Verder kunnen we soms ook moeilijk ergens terecht met ons verdriet. Bij onze ouders kunnen we soms niet gaan uithuilen, omdat we nu net een leeftijd hebben bereikt waarop we onafhankelijk willen worden. Bij onze vrienden huilen we ook niet altijd graag uit, omdat we bang zijn om 'anders' te zijn dan hen.

*"Ik probeerde mijn pijn te verbergen om mijn ouders te beschermen. Ik vond dat ze het al zwaar genoeg hadden. Die eerste weken heb ik veel gehuild. Vooral 's avonds in bed, zodat ze het niet zouden zien."
(Lien, 21 jaar)*

Dit alles maakt het voor ons niet makkelijker. Maar het is belangrijk om niet alleen te blijven met onze pijn en ons verdriet. We kunnen het verlies immers niet ontlopen en zullen het moeten doormaken. Wanneer we onze pijn toch gaan negeren, stellen we die enkel uit. Vroeg of laat krijgen we er dan toch mee te maken.