

Tijdens mijn stageperiode –  
 en een dorpje ergens in Overijssel –  
 kwam ik in aanraking met een vrouw van rond de 85 jaar.  
 Na een inleidend gesprek vertelde ze mij haar levensverhaal waarbij het accent kwam te  
 liggen op de laatste jaren.

Haar man was overleden, ze voelde zich eenzaam en alleen gelaten. Wekelijks bezocht zij het  
 graf van haar man. Daar vond ze rust en energie om - ondanks het verlies - verder te gaan in  
 het leven. Daar kwamen ook de positieve herinneringen bij haar naar boven zodat ze het  
 gemis - zij het met vallen en opstaan – een plaatsje kon geven.

De mensen om haar heen vonden het maar vreemd dat zij wekelijks naar de begraafplaats  
 ging. “Je moet flink zijn, werken en bidden”.

Die opmerking deed haar vreselijk veel pijn tot diep in haar hart.

Ik voelde met haar mee - want het is een klacht van veel mensen - dat alles al weer zo snel  
 normaal moet zijn. Dat al na korte tijd niemand de naam nog noemt. Dat versterkt de  
 gevoelens van verlatenheid en leidt tot geestelijk en sociaal isolement.

Veel meer dan wij vaak zien, dragen mensen die wij kennen uit de buurt, van het werk, de  
 sport, de vereniging waar wij lid van zijn, rouw met zich mee.

Zij worden er beter van als ze dat niet hoeven te verbergen, maar kunnen delen. Want rouw is  
 meer dan - alleen verdriet.

Het gaat om het geheel van gevoelsbeleving, gedachten en ander gedrag waarmee mensen  
 reageren op een belangrijk verlies in hun leven. Zij zijn mensen vol verdriet, zij ondervinden  
 een breuk in hun levensloop en zien niet hoe het verder moet. Zij zijn hun ideaal en hun  
 perspectief kwijt en lopen in een soort verdoving.

Een luisterend oor, erover praten met de mensen in je omgeving - of zoals in mijn voorbeeld  
 van vanavond – een regelmatig bezoek aan de begraafplaats - kan helpen om de chaos en  
 ontredning van het leven te ordenen.

De plaats waar de man van de vrouw begraven was – je zou kunnen zeggen een “stilte ruimte”  
 was een plek om te bidden en herdenken, een plaats die haar rust gaf om het leven weer aan te  
 kunnen. Geïnspireerd en verfrist - letterlijk en figuurlijk – kon ze weer terug naar huis gaan.

Bij dit levensverhaal van deze vrouw moet ik altijd denken aan Jezus. Ook Hij rouwde met de  
 mensen mee, ook Hij had tranen en was met ontferming bewogen over de mensen die een  
 geliefde moesten missen in hun leven. Jezus kwam met alle facetten die het leven van de  
 mensen kennen in aanraking. Daardoor had Hij de behoefte om zich regelmatig terug te  
 trekken uit de drukte - alleen of met Zijn discipelen. En daarom zocht Hij een plaats om in  
 alle stilte te bidden, tot rust te komen en te overdenken. Zo verzamelde Jezus weer energie om  
 Zijn werk onder de mensen voort te kunnen zetten. Ook voor de Zoon van God is op “adem”  
 komen, om bij te tanken een belangrijk gegeven in zijn leven.

De laatste jaren is er een groeiend besef dat de dood, dat rouw niet alleen in de privé sfeer thuis hoort, maar ook een sociale dimensie heeft. Vandaar dat ik het een belangrijk gegeven vindt dat er een plek blijft om je verdriet kwijt te kunnen. Intens verdriet kun je delen met je familie, je vrienden, de stille momenten thuis. Maar in de verwarring, het verdriet, de chaos van het leven kan de plaats waar een geliefde begraven is helpen om het proces van rouwverwerking te bevorderen.

De mensen zoeken steeds meer een plek om te bidden, te rouwen en te herdenken. Je ziet tegenwoordig steeds meer rituelen plaatsvinden op de begraafplaatsen. Er worden bloemen op de graven gelegd, een lichtje aangestoken, de graven worden met veel liefde onderhouden, er worden persoonlijke bezittingen bij gelegd.

Rouwen is een geleidelijk proces, waarin de rouwenden bewust en onbewust emotionele afstand probeert te nemen van het verlorene.

Zij die rouwen, proberen zich in te stellen op het leven in een situatie waarin het verlorenen niet meer reëel aanwezig is.

Dat proces mag niet verstoord worden, maar zal zowel door de kerken alsook door de overheid ruimte voor gegeven moeten worden.

Ds.H.Scholing

