

# De eerste pijnlijke tijd van rouw

Inleiding ontmoetingsdag SNZG, 7 maart 2020

Als ik terugdenk aan die eerste pijnlijke tijd van rouw en verdriet zie ik drie soorten reacties uit mijn omgeving:

## *1. Mensen die tegenover je staan.*

De vragen die zij stellen, zijn geen echte belangstellende vragen maar eigenlijk indirecte beschuldigingen.

Ze roepen je ter verantwoording of komen met zelfbedachte verklaringen, waarin vaak beschuldigingen - ook zelfs naar de overledene - doorklinken.

Deze reacties zijn kwetsend.

## *2. Mensen die afwezig zijn.*

Sommigen reageren helemaal niet en negeren daarmee je verdriet.

Zij zijn er gewoon niet.

Soms al op de begrafenis of crematie, maar in elk geval daarna.

Deze reacties zijn pijnlijk.

## *3. Mensen die naast je staan.*

Gelukkig zijn er ook mensen die niet beschuldigen en niet proberen te verklaren.

Ze komen naar je toe, zeggen niet zoveel, slaan een arm om je heen ..... luisteren.

Deze reacties zijn genezend.

Het genezende en troostende zit hem in de aanwezigheid van iemand die luistert, luistert en .... luistert.

De zwijgende omhelzing.

Of ... het lieve fijngevoelige kaartje dat opeens in de brievenbus ligt.

Wat me is bijgebleven is de hunkering die je voelt om steeds weer je verhaal te vertellen aan iemand die begrijpt en voelt wat je bedoelt.

Wat is het kostbaar als mensen luisteren zonder met hun eigen verhaal te willen komen.

We hebben alleen iemand nodig die luistert en .... jou echt begrijpt.