

Quinta

GELOVEN GENIETEN GEVEN

Themanummer
rouw en verlieservaringen



Maaïke werd
mishandeld

Verrassend veelzijdig
die vertrouwde pieper

Wim ter Horst
over troosten:
'Heb maar verdriet'

Gezondheid
Krijg grip
op je dip!

Stervenskunst is
lévenskunst

Klassiek wonen
met een oosters tintje

Minke Weggemans

Rouw in de zijlijn

Een broer of zus verliezen

Rouw in de zijlijn



Je oudste broer overlijdt plotseling. Als zus ga je er natuurlijk direct heen. Je zorgt voor je ontredderde schoonzus en de lamgeslagen kinderen. Je neemt de telefoon aan, zorgt dat er eten in huis is. Elke dag bel je met je moeder, die tachtig kilometer verderop in het verzorgingstehuis woont. Hij was je lievelingsbroer, vroeger deden jullie veel samen. Toen je op jezelf ging wonen, timmerde hij een handige plank in de badkamer. Als je na de begrafenis weer thuis bent, reageert iedereen geschrokken. 'Wat erg voor z'n vrouw.'

TEKST: JEANET VAN DER LINDEN BEELD: ELISABETH ISMAIL

‘DAT IS NU precies wat er eigenlijk altijd gebeurt als een broer of zus overlijdt’, zegt pastoraal werker Minke Weggemans (61). ‘Niemand zegt gecondoleerd, haast niemand zegt: wat erg voor j ou. Dat is heel schrijnend.’

Weggemans merkt in haar dagelijks werk als counselor en pastoraal werker dat er veel verborgen rouw is bij mensen die een broer of zus hebben verloren. Een rouwproces heeft erkenning nodig om het goed door te kunnen komen. Ze illustreert dit met het voorbeeld van een vrouw die een miskraam heeft gehad. Als niemand dat weet, dan zet het verdriet, het lege, zich ergens vast. Zo gaat het ook met het verliezen van een broer of zus. Weggemans: ‘Dit is in onze cultuur erg onderbelicht geraakt. Je loopt rond in een kringetje. Niemand vraagt wat het verlies voor jou betekent. Je kijkt om je heen, maar iedereen kijkt naar de partner of naar de moeder. Dus ga je anderen helpen en iedereen denkt dat je er goed mee omgaat. Zo kom je op het idee dat je als broer of zus geen recht hebt om over jouw verlies te vertellen.’

Ze besloot over dit thema een boek te schrijven. Eind 2005 verscheen *Broederziel alleen?*, over wat het betekent een broer of zus te verliezen. Deze maand verscheen *Rouw in de zijlijn*, een boek met bijna veertig verhalen van zussen. Weggemans: ‘Het zijn kleine monumentjes geworden van vrouwen die benoemen wat ze verloren hebben in hun broer of zus. Af en toe gebruiken ze daarbij plastische taal, maar ik heb het laten staan. Prachtig is het, dat rauwe, dat felle, soms dat klagerige. De worsteling die je meemaakt als je een broer of zus verliest.’

Asgrauw

Over het verlies van een broer of zus weet Minke Weggemans mee te praten. Ze komt uit een gezin van tien kinderen, waarvan er inmiddels vijf zijn overleden. Op haar 21^e verloor ze haar broer Wim. ‘Ik kwam thuis om mijn verjaardag te vieren. Mijn vader deed de deur open met een asgrauw gezicht. Hij zei: ‘‘Het is een heel moeilijke dag voor ons.’’ Ik flapte eruit: Is Wim overleden? Hij stond als aan de grond genageld, want Wim was

helemaal niet ziek. Maar in het diepste van mijn wezen wist ik wat er gebeurd was. Hij lag dood in zijn bed. Het rouwproces draaide volledig om zijn vrouw, met wie Wim acht jaar getrouwd was geweest. Het draaide veel minder om zijn ouders en nog minder om zijn broers en zussen. En dat is eigenlijk heel raar. Toen vond ik het overigens heel normaal. Ik ging heel veel helpen, het graf uitzoeken, het huis opruimen. Dat is karakteristiek voor broers en zussen.’

Existentieel

Gelukkig komt er volgens Weggemans de laatste jaren wel meer aandacht voor dit onderwerp, zeker als jonge kinderen een broertje of zusje verliezen. ‘Het is tegenwoordig onder therapeuten de normaalste zaak van de wereld om het verlies van een hond serieus te nemen, dus wat mij betreft is het de hoogste tijd dat hier ook aandacht voor komt.’ Bij het werken aan dit boek trof het Weggemans weer hoe existentieel het is om broer of zus te zijn, ze typeert het als een kernkwaliteit in het leven. Er zit heel veel kracht, liefde, zuiverheid en ook onmacht in die relatie. Vaak ontstaat er in het latere leven spanning in de relatie tussen broers en zussen. De oorzaak van die spanning ligt meestal in de positie die iemand binnen het gezin inneemt. ‘Een oudste zus neemt bijvoorbeeld graag de leiding. Ik merk dat bij mijn oudere zus ook en het irriteert me. Dat was vroeger al zo en dat is nog steeds zo. Ik merk dat ik niet tegen autoritaire systemen kan, vandaar dat ik ook bewust pastoraal werk doe b uiten de kerk. Mijn zus doet niets verkeerd, zij wil mij helpen met haar adviezen. Dat is h aar positie in het gezin. Mijn irritatie zit dus in mijzelf, ik moet ontdekken hoe ik een lieve zus voor haar kan zijn. Maar in de praktijk nemen we liever afstand en gaan we elkaar uit de weg omdat we die oude patronen niet meer willen. Of er is te veel pijn in een gezin en gaat men elkaar en dus de pijn mijden. Zo ontstaat vaak een bepaalde verwijdering.’

Breuk

Maar dan wordt er een broer of zus ziek en blijkt er zo’n kloof in het contact



Minke Weggemans is counselor en agogisch werker. Sinds 2003 specialiseert ze zich in het werken met mensen die een broer of zus verloren hebben. Ze zet zich in voor erkenning en herkenning van het onderbelichte en onderschatte rouwproces van volwassen broers en zussen door het geven van individuele begeleiding, lezingen en workshops en het organiseren van landelijke



themadagen en trainingen. Eind 2005 verscheen van haar hand het boek *Broederziel alleen? De dood van een broer of zus een plaats geven*. Op 31 oktober van dit jaar verscheen bij Uitgeverij Kok in Kampen *Rouw in de zijlijn* met 38 persoonlijke verhalen van zussen.

te zijn. Niet altijd is er nog tijd om breuken te helen. Daarom vindt Weggemans het zo belangrijk om stil te staan bij je rol als broer of zus. Vorig jaar heeft ze naar analogie van moeder- en vaderdag een broer-en-zussendag in het leven geroepen met als doel   en keer per jaar iets leuks te doen als broers en zussen. Dat zou een topmoment in de relatie kunnen zijn en een prachtige boodschap naar de kinderen. Helaas komt dit initiatief nog niet erg van de grond. Ze heeft diverse invloedrijke personen aangeschreven, maar zelfs minister Rouvoet van gezinszaken is er niet in ge nteresseerd!

Weggemans geeft met *Rouw in de zijlijn* mensen – zussen – een stem. Het is de bedoeling volgend jaar een boek uit te geven waarin broers aan het woord komen, want ook zij hebben een verhaal,

ook al denken veel zussen dat 'hij er geen last van heeft'. Weggemans: 'Ik hoop dat mensen de verhalen vanuit hun hart lezen, dat ze zich openstellen en eens bij zichzelf nagaan hoe het was om die zus of die broer te verliezen. Dan voel je zo veel lagen van mens-zijn, dat je gaat ontdekken hoe existentieel het is om broer of zus te zijn. Ik was verbouwereerd te merken hoeveel liefde er uit die verhalen spreekt. En tegelijk ook weer niet, want kijk eens hoe kleine kinderen in een gezin op en aan elkaar zitten! Als er later in het leven iets moeilijks gebeurt, is die liefde er gewoon weer. Het is een groot geschenk als je een broer of zus krijgt, als je niet alleen hoeft op te groeien. Wat betekent mijn broer of zus voor mij, hoe ben ik als broer of zus? Dat zijn prangende vragen, maar wel heel goede!' ■



Oproep

Minke Weggemans werkt aan een tegenhanger van *Rouw in de zijlijn*, een boek met de verhalen van broers. Daarvoor is ze op zoek naar broers die kort, langer of lang geleden het verlies van een broer of zus hebben ervaren en verwerkt. Het schrijven van het verhaal zal meer inzicht geven in uw eigen rouwproces en ook anderen inspireren om over hun verlies te praten. Aanmelden kan via minkeweggemans@chello.nl, waarna u een uitgebreide vragenlijst ontvangt die u kan helpen bij het verzamelen van achtergrondgegevens voor uw verhaal. Meer info: www.broederzielalleen.nl en www.rouwindezijlijn.nl.

Nette mensen

Argeloos kijkt ze ons aan. En langs haar neus weg, leunend tegen de toog met een klein wit schortje gediensig voor, zegt ze: 'Het lijken nette mensen, zei ik tegen mijn man.' Ze bedoelde Auke en mij. Wij waren eerder in dit restaurant geweest om te informeren naar mogelijkheden voor een familiefeest.

Er ronduit naar vragen doe je niet zo gauw, maar wie heeft het zich nog nooit afgevraagd? Hoe kijkt de buitenwacht tegen ons aan? Wat zouden ze van ons vinden? Soms denk je dat je het weet, maar een halve dag later kan het alweer anders zijn. Tenminste, dat is mijn ervaring. Zoals toen in Colombia.

Wij waren daar om twee van onze kinderen op te halen. Nou is adoptie niet niks en al helemaal niet als de kinderen al vijf en zes zijn. Maar jong als wij waren, zagen we vooral mogelijkheden. We werkten in die tijd bij een zendingsorganisatie met een basis midden in de jungle van dat immense land. Waarom zouden wij, nu we er toch waren, de gelegenheid niet aangrijpen en een bezoek aan de basis brengen? Dus stapten we met onze 'nieuwe' jongetjes in een piepklein vliegtuigje op weg naar hartje jungle. Daar bleken we niet de enige bezoekers te zijn en het werd ons al gauw duidelijk dat wij 'nummer zoveel en zoveel' waren. Routineus, bijna verveeld werden we rondgeleid. Ach, wie zou het de mensen kwalijk nemen? Je zult maar rijke blanken moeten rondleiden terwijl je eigenlijke werk bijbelvertaalwerk is...

Toen begon het te regenen. Wat zeg ik, het stortte zoals het alleen in de tropen kan storten. Geen denken aan dat het kleine vliegtuigje kon opstijgen. Wij bleven een nachtje over en werden bij een stel gastvrije Amerikanen te eten genodigd. Toen ik druipend van de regen de keuken binnenstapte, was het eerste wat ik zag het boekje dat op de keukentafel lag. 'Hey, that's my book!' Ik was stomverbaasd en onze gastvrouw niet minder. Samen met een aantal vrouwen van de basis deed zij bijbelstudie uit het boekje dat ik ooit samen met een vriendin schreef. Dat vertaald werd en – hoe bestaat het – hier in het oerwoud is terechtgekomen. Het werd een heel geanimeerde maaltijd, zeker toen onze gastheer en gastvrouw in de gaten kregen dat mijn man *director* was van de Nederlandse tak van dezelfde organisatie waarvoor zij werken.

Het leven zit vol verrassingen. De volgende ochtend werden wij uitgezwaaid door wat op een kleine commissie van uitgeleide leek. Plotseling waren we iemand geworden en werden we links en rechts voorgesteld als *the author* en *the director*. Vooruit, 't kan verk-eren.

Maar daarna weten we zelf niet meer wat we van onszelf moeten denken. De jonge vrouw bij wie wij naar catering hadden geïnformeerd en die ons nu vertelt wat het gaat kosten, helpt ons uit de droom: 'Nette mensen, zei ik tegen mijn man. Het lijken nette mensen.'



TJITSKE LEMSTRA – VAN DER KOOI
IS QUINTA-REDACTEUR