

Wat maakt afscheid nemen toch zo moeilijk?

We missen uiteraard eenieder van wie we weten dat hij of zij nimmer naast ons zal zitten, nooit meer met ons over straat zal lopen, geen lach meer te schenken heeft en geen verhaal meer kan delen. Maar zou het ook kunnen zijn dat met dat afscheid nemen van iemand die je graag ziet, je ook afscheid neemt van een stukje van jezelf? Nooit nog ben je op dezelfde manier partner, kind, ouder, broer, zus of vriend. Slechts met één iemand, op die ene bijzondere manier deelde je een stukje van jezelf. Dus als iemand sterft, neem je ook afscheid van een stukje van jezelf.

Zou het dat kunnen zijn wat afscheid nemen zo moeilijk maakt?

© *Wouter Fimmers*

Een overlijden van iemand die je lief is, is altijd hard. Of we het dan willen of niet, aan dat verlies moet dan iedereen een plaats geven. En afscheid nemen dat is voor iedereen anders. De één zegt: 'loslaten is een andere manier van vasthouden'. De ander vertelt het hele verhaal van wie zo graag gezien was. En nog een ander maakt het stil in zichzelf, kijkt even achterom en richt dan weer de blik vooruit. Want afscheid nemen is voor iedereen anders. Maar wat volgens mij gelijk is, is dat het voor niemand gemakkelijk is. Want ondanks welke overtuiging ook, roept de dood ook altijd vele vragen op. En daar zekere antwoorden op vinden, is een onhaalbare klus. Vertrouwen is dan een sleutelwoord. Vertrouwen dat het goed komt. Vertrouwen dat het leven dat geleefd is.

© *Wouter Fimmers*

Aan iedereen die iemand mist: vandaag is een prima dag om aan hem of haar te denken. Zoals het dat gisteren ook was en morgen nog steeds zal zijn. Want op missen staat geen tijd en op houden van geldt geen houdbaarheidsdatum. Terugdenken aan is met een zachte traan even stilstaan om met een vernieuwde glimlach weer door te gaan. En vandaag is een prima dag om dat te doen. Zoals het dat gisteren ook was en morgen nog steeds zal zijn.

© *Wouter Fimmers*

## Afscheid nemen is als een veel te grote fiets

© Wouter Fimmers

Afscheid nemen is als een nieuwe fiets krijgen. Als je opgroeit krijg je op verschillende momenten een nieuwe fiets. En wat opvalt aan zo'n nieuwe fiets is dat hij in het begin altijd te groot is. Dat schrikt dan vaak af. Want je voeten komen nauwelijks aan de grond. De trappers glippen meer dan eens onverwacht onder je voeten vandaan, waardoor je letterlijk de pedalen verliest. Het houden van evenwicht is al helemaal moeilijk in het onzekere begin op een nieuwe, veel te grote fiets.

Zo is het ook met afscheid nemen: afscheid nemen is een nieuwe fiets aanvaarden, ook al wil je hem in dit geval niet. Afscheid nemen is tegen wil en dank op die veel te grote fiets plaatsnemen en opnieuw van start gaan. In het begin ben je bang. Want hoewel je weet wat je moet doen, voelt niets nog vertrouwd aan. De pedalen verlies je meer dan eens. En van het vele wankelen val je sneller dan je denkt.

Het klinkt allerm minst bemoedigend dat nieuwe begin op een veel te grote fiets, dat nieuwe begin na het afscheid nemen van iemand die je graag zag. Maar toch, met de juiste steun, met het toelaten van de vele helpende handen die klaarstaan, ga je beetje bij beetje vooruit. Je voeten vinden weer stevige houvast op de trappers. En al raak je in het begin slechts met je tenen aan de grond, het schrikt je steeds minder af. Zo oefen je in dezelfde wereld op een andere manier vooruit te komen. Soms zal de snelheid die je hervindt je nog wel eens de adem afsnijden om al datgene dat je op je tocht herkent. En vaak zal je nog huilen omdat je die vertrouwde handen mist om je op te vangen als je dreigt te vallen. Maar rit na rit gaat het beter. Die vele helpende handen heb je steeds minder nodig en uit de bocht ga je op de duur nog zelden.

En dan besef je: het is gelukt. Ook op die nieuwe fiets, die te groot leek in het begin, kan ik toch ook vooruit komen. Daarom is het goed om na het verlies van iemand die je lief is, een punt in de verte te kiezen en ernaar te streven daar te geraken. Want alleen zo kan je uiteindelijk met zekere tred weer op tocht gaan. Eerst ga je met een lach en een traan voorbij alle mooie herinneringen van de persoon die je mist. Die neem je dan ook mee op pad langsheen de nieuwe momenten die je leven zin en betekenis geven.

Daarom, ook al is het tegen je zin, neem die nieuwe fiets aan en oefen. Laat het in het begin maar een te grote fiets zijn. Maar geef niet op. Wees bereid om te vallen, want

alleen zo kan je weer opstaan. Laat je helpen door die vele handen, niemand hoeft tenslotte alles alleen te doen.

Je neemt vandaag afscheid van iemand van wie je houdt. Maar weet dat op je bagagedrager van die veel te grote fiets plaats genoeg is om die vele mooie momenten van jullie samen overal mee naar toe te nemen.

Wees verdrietig, maar weet dat je weer vooruit zult kunnen gaan.

© *Wouter Fimmers*