

Voorwoord

Lieve allemaal,

Juni, een maand vol zomerlicht, bloemen en lange dagen.
Maar voor wie een kind heeft verloren, kan het leven soms stil blijven staan.

Vaak horen ouders de woorden: *“Het is al zo lang geleden...”*
Alsof verdriet een houdbaarheidsdatum heeft. Alsof rouw ooit een einde kent.

Wij geloven dat dat niet zo is. Verdriet verandert, het verschuift, het laat zich niet dwingen of afmeten. Een herinnering kan even fel zijn als op de eerste dag, ook jaren later.

In deze editie delen lotgenoten hun verhalen over het blijvende karakter van rouw.
Over hoe verlies altijd een plek heeft in je leven, ongeacht de tijd die verstrekt.

Rouw kent geen klok. Jouw verdriet is geldig, nu en altijd.

Een warme groet namens de redactie,
Inge, Ellen, Linda, Hetty, Monique, Bettie en Chantal



Woord van het bestuur.

Lieve lezers van dit mooie magazine,

We hebben de winter gehad en gaan ondertussen op weg naar zomervakantie. Momenten van wat meer rust, mogelijk meer tijd om het mooie magazine van lieve engeltjes te lezen.

De redactie is weer heel druk geweest met het samenstellen van dit magazine. Waarvoor wij hen dan ook heel dankbaar zijn.

Ondertussen wordt er druk overlegd over misschien een nieuwe website, een nieuwe omgeving om met lotgenoten in contact te komen. Heel veel om over na te denken.

Maar voor nu vooral veel leesplezier. We houden u over de website op de hoogte.

Lieve groet namens het bestuur
José, Ellen, Inge en Ellen



Even voorstellen

Hallo allemaal,



Graag stel ik mijzelf aan jullie voor. Mijn naam is Chantal, 40 jaar en dit jaar 16 jaar getrouwd met Martin. Samen hebben wij drie kinderen: onze dochter Elin*, onze zoon Sverre en onze dochter Loïs.

Ik ben al eerder betrokken geweest bij Lieve Engeltjes. Na het overlijden van Elin* heb ik mee gemaïld en ben ik een tijd hulpgans geweest. Het voelt bijzonder en waardevol om weer terug te zijn.

Elin* is na een intense zwangerschap met 24 weken geboren en op 8 december 2010 overleden. Lange tijd hebben wij niet geweten wat de oorzaak hiervan was. Pas jaren later, na de geboorte van onze dochter Loïs, kreeg ik zelf gezondheidsklachten en bleek dat ik een vitamine B12-tekort had.

Tijdens mijn zwangerschap van Elin* heb ik foliumzuur gebruikt. Achteraf is gebleken dat een combinatie van foliumzuurgebruik en een onbehandeld B12-tekort mogelijk heeft bijgedragen aan haar overlijden. Bij de zwangerschappen van Sverre en Loïs ben ik minder consequent geweest met foliumzuur, dit is hun redding min of meer geweest. Helaas heeft dat er bij hun voor gezorgd dat ze ook gezondheidsklachten hebben door ook een B12 tekort.

Naast mijn rol binnen het gezin volg ik de opleiding tot verzorgende-ig, waarin ik inmiddels in mijn derde leerjaar zit en druk bezig ben met mijn examens. Voorheen was ik voornamelijk thuis om voor de kinderen te zorgen. Daarom voelt het extra waardevol om nu iets te doen dat echt van mij is. Ik haal veel energie uit het contact met de bewoners.

Dank jullie wel dat ik mijn verhaal hier mocht delen. Ik vind het fijn om weer terug te zijn bij Lieve Engeltjes, zeker in deze rol binnen de redactie. Ik hoop dat ik met mijn ervaringen en inzet iets kan betekenen voor de stichting en voor de ouders die hier steun zoeken.

Chantal, mama van Elin*

Tijd vervaagt, maar rouw volgt een eigen ritme

*Door Linda, mama van Sven**

Tijd is een bijzonder iets. Soms vliegt het voorbij en soms lijkt het stil te staan. Wanneer het gaat over rouw en tijd, wordt dit nog extra benadrukt. Het leven en de tijd denderen door, maar de rouw volgt in de tijd. Het voelt als gisteren dat het gebeurde en tegelijkertijd voelt het als een leven geleden. Ook in verschillende liedjes komt dit terug. Hieronder zullen een aantal songteksten volgen waarbij dit thema meespeelt. Zij gaan niet expliciet over het verlies van een kind, maar kunnen misschien toch iets van troost of herkenning geven.

Dani and Lizzy - "Dancing In The Sky"

Tell me, what does it look like in heaven?

Is it peaceful? Is it free like they say?

Does the sun shine bright forever?

Have your fears and your pain gone away?

'Cause here on earth it feels like everything good is missing since you left

And here on earth everything's different

There's an emptiness

Oh-oh, I

I hope you're dancing in the sky

And I hope you're singing in the angels' choir

And I hope the angels know what they have

I'll bet it's so nice up in heaven since you've arrived

So tell me, what do you do up in heaven?

Are your days filled with love and light?

Is there music? Is there art and invention?

Tell me are you happy? Are you more alive?

'Cause here on earth it feels like everything good is missing since you left

And here on earth everything's different, there's an emptiness

Oh-oh, I

I hope you're dancing in the sky

And I hope you're singing in the angels' choir

And I hope the angels know what they have

I'll bet it's so nice up in heaven since you've arrived

Since you've arrived

I hope you're dancing in the sky

And I hope you're singing in the angels' choir

And I hope the angels know what they have

I'll bet it's so nice up in heaven since you've arrived

Since you've arrived

Tell me what does it look like in heaven

Is it peaceful? Is it free like they say?

Evanescence - "My Immortal"

*I'm so tired of being here
Suppressed by all my childish fears
And if you have to leave
I wish that you would just leave
'Cause your presence still lingers here
And it won't leave me alone*

*These wounds won't seem to heal
This pain is just too real
There's just too much that time cannot erase*

*When you cried, I'd wipe away all of your tears
When you'd scream, I'd fight away all of your fears
And I held your hand through all of these years
But you still have all of me*

*You used to captivate me by your resonating light
Now I'm bound by the life you left behind
Your face it haunts my once pleasant dreams
Your voice it chased away all the sanity in me*

*These wounds won't seem to heal
This pain is just too real
There's just too much that time cannot erase*

*When you cried, I'd wipe away all of your tears
When you'd scream, I'd fight away all of your fears
And I held your hand through all of these years
But you still have all of me*

*I've tried so hard to tell myself that you're gone
But though you're still with me
I've been alone all along*

*When you cried, I'd wipe away all of your tears
When you'd scream, I'd fight away all of your fears
I held your hand through all of these years
But you still have all of me*

Frank Boeijen - "Zeg me dat het niet zo is"

*Zeg me dat het niet zo is
Zeg me dat het niet zo is
Zeg me dat het niet waar is*

*Ga je mee vanavond naar ons lievelingsrestaurant
Een tafel voor twee
Ik heb gebeld, ze weten er al van
En we drinken totdat de zon opkomt
En we vergeten
De oneerlijkheid van het lot*

*Zeg me dat het niet zo is
Zeg me dat het niet zo is
Zeg me dat het niet waar is Kom we gaan trek je jas aan
Anders wordt het te laat
Kom eens hier
Ik houd je vast en ik laat je nooit meer gaan
En ik vertel je een grap die je laat huilen van de lach*

*En we vergeten
De blikken van de mensen in de stad*

*We doen net alsof het niet zo is
Alsof het niet zo is
Alsof het niet waar is*

*We doen net alsof ze gewoon verder leeft
alsof ze gewoon verder leeft*

Zelfs als het niet zo is

Ed Sheeran - "Supermarket Flowers"

*I took the supermarket flowers from the windowsill
Threw the day old tea from the cup
Packed up the photo album Matthew had made
Memories of a life that's been loved*

*Took the get well soon cards and stuffed animals
Poured the old ginger beer down the sink
Dad always told me don't you cry when you're down
But mum there's a tear every time that I blink*

*Oh I'm in pieces it's tearing me up but I know
A heart that's broke is a heart that's been loved So I'll sing Hallelujah, you were an angel in the shape
of my mum
When I fell down you'd be there holding me up
Spread your wings as you go
And when God takes you back
He'll say Hallelujah, you're home*

*I fluffed the pillows, made the beds, stacked the chairs up
Folded your nightgowns neatly in a case
John said he'd drive, then put his hand on my cheek
And wiped a tear from the side of my face*

*I hope that I see the world as you did cause I know
A life with love is a life that's been lived
So I'll sing Hallelujah, you were an angel in the shape of my mum
When I fell down you'd be there holding me up
Spread your wings as you go, when God takes you back
He'll say Hallelujah, you're home*

*Hallelujah, you were an angel in the shape of my mum
You got to see the person that I have become
Spread your wings and I know
That when God took you back, he said Hallelujah you're home*

Rouw kent geen houdbaarheidsdatum

*Door Inge, mama van Kevin**

Hoe vaak hoor je het niet: "Het is al zo lang geleden, je moet wel weer verder hoor."

Of: "Die gaat nu alweer werken? Het is nog maar zo kortgeleden."

Waar komt dat toch vandaan? Waarom plakken mensen een label op verdriet, met een begin- en einddatum? Alsof er ergens een handboek bestaat waarin staat hoe je moet rouwen, hoe je je verdriet verwerkt en vooral: hoelang dat mag duren.

Dat handboek bestaat niet.

Als je het verdriet zelf niet draagt, is het makkelijk om te zeggen wat een ander moet doen. Wat zou helpen. Wat 'goed' zou zijn. Maar wat het vaak doet, is het tegenovergestelde. Het oordeel, het onbegrip, de goedbedoelde adviezen maken het verdriet soms alleen maar zwaarder. De onmacht die rouw met zich meebrengt is al groot genoeg. Daar hoeft geen extra last bij.

Kevin overleed op 5 december 2003. Hij was pas twee dagen oud. Die ochtend kwam Sinterklaas op de afdeling in het ziekenhuis. Ook Kevin kreeg een cadeautje. Diezelfde middag is hij overleden. Twee momenten die niet verder uit elkaar hadden kunnen liggen.

Wat vaak vergeten wordt, is dat mijn rouw begon terwijl mijn lichaam zelf ook nog in overlevingsstand stond. De bevalling was allesbehalve eenvoudig. Eerst een 'gewone' bevalling, drie keer een zuignap, en uiteindelijk een keizersnede omdat het niet lukte. Ik heb vier zakken bloed gekregen en mijn darmen hebben dagenlang stilgelegen.

Alsof dat nog niet genoeg was, kreeg ik na de crematie ook nog een nierbekkenontsteking. Terwijl de wereld om mij heen langzaam weer doorging, probeerde mijn lichaam überhaupt weer op te krabbelen. Rouw en herstel liepen volledig door elkaar heen.

Twee en een halve maand later was het carnaval. Ik was daar eigenlijk helemaal niet aan toe. Maar omdat wij destijds een café hadden, ben ik toch even gegaan. Ik was niet verkleed. Toen ik binnenkwam vroeg een vaste klant waarom niet. Nog voordat ik kon antwoorden, zei hij:

"Zit je nu nóg met die baby? Doe normaal. Je kan toch gewoon een nieuwe maken." Die woorden maakten me met de grond gelijk. Ik ben huilend naar huis gelopen. Een tijdje later zei een vriendin: "Het wordt tijd dat je er weer eens uit gaat. Zullen we ergens naartoe, even plezier maken?" Maar ik was daar simpelweg nog niet aan toe. Dat zorgde voor onbegrip. Voor afstand.



Ze zeggen weleens dat je na een ingrijpende gebeurtenis ontdekt wie je echte vrienden zijn. Wat mij betreft klopt dat. Mensen denken vaak dat zij weten wat voor jou het beste is. Maar dat kan juist wrijving veroorzaken. De vraag waar ik behoefte aan had, is mij nooit gesteld. En dat had ik zó fijn gevonden: “Wat heb jij nodig?”

Tijd is een vreemd begrip. Hoe ouder je wordt, hoe sneller die lijkt te gaan. Dat herken ik nu, als 52-jarige. Maar 22 jaar geleden, toen Kevin werd geboren, kroop de tijd. Twee dagen leefden we tussen hoop en vrees. Die periode voelde eindeloos. Na zijn overlijden leek de tijd juist te versnellen. Alsof ik het afscheid zo lang mogelijk wilde uitstellen.

Ik ben een nuchter en realistisch persoon. Maar de eerste maanden na zijn overlijden voelde alles alsof het gisteren was gebeurd. Ik ging op mijn manier door: ik bleef niet in bed liggen, maar ondernemen deed ik ook niet. Ik zat veel achter de computer, in contact met lotgenoten. Dat heeft mij meer geholpen dan wat dan ook.

Hoe lang ik in rouw ben geweest? Eerlijk gezegd durf ik daar geen antwoord op te geven. Na een maand of 7 ben ik weer gaan werken en pakte ik langzaam mijn leven weer op. Toch was ik ook toen nog steeds in rouw.

Er is een rechtszaak geweest, omdat het overlijden het gevolg was van een medische fout. Die heeft bijna twee jaar geduurd. Pas daarna kon ik écht beginnen met rouwen. Toen Jason werd geboren, heb ik heel bewust besloten dat hij niet de dupe mocht worden van het verlies van Kevin. Dus Sinterklaas werd ‘gewoon’ gevierd. Dat betekende niet dat het verdriet weg was. Het betekende alleen dat het een plek kreeg naast het leven.

De mensen die stilstaan bij de twee meest vreselijke dagen van mijn leven worden steeds minder. Voor hen is het al lang geleden. Voor mij aan de ene kant ook en aan de andere kant helemaal niet. Het gemis blijft. Het verdriet blijft. En het blijft fijn als iemand vraagt hoe het gaat.

Afgelopen november ben ik verhuisd. Voor het eerst beleefde ik 3 en 5 december vanuit mijn nieuwe huis. Die dagen waren dit jaar zwaarder dan andere jaren. Waarom? Geen idee. Normaal gesproken kom ik de dagen van Kevin eigenlijk heel goed door. Zijn verlies beheerst mijn leven al jaren niet meer, al is hij altijd in mijn gedachten aanwezig. Zelfs ik vroeg me af: het is al 22 jaar geleden, waarom voel ik dit nu zo sterk? Het laat maar weer zien dat tijd niets zegt over verdriet of gemis.

Rouw laat zich niet sturen door een kalender. Als je rouwt, neem de tijd die jij nodig hebt. Laat niemand je vertellen hoelang het mag duren of hoe jij je zou moeten voelen. Zoek mensen om je heen die je écht begrijpen. Mensen die luisteren zonder oordeel. Dan komt het leven uiteindelijk weer in kleur terug. Misschien anders dan eerst, maar niet minder waardevol.

Voor rouw staat geen tijd

*Door Bettie, mama van sterretje**

Een stukje schrijven voor Lieve Engeltjes over: 'is er een tijd voor rouw?'
Als ik het dan in mijn eigen woorden mag zeggen: nee daar staat geen tijd voor.

De een kan het eerder een plekje geven dan de ander en is dat erg? Nee dit is zeker niet erg.
Rouwen doet iedereen op zijn eigen manier en op zijn eigen tempo. Ook als het al lang geleden is.

Ons eerste kindje is stil geboren op 26 november 1971.
Het was de eerste zwangerschap en hoe verdrietig is dit dan, het kindje zou nu volwassen zijn.
Maar in mijn gedachten zie ik steeds het kindje wat de verpleegster bij de bevalling in haar handpalm liet zien. Vijf dagen later mocht ik naar huis, maar het kindje heb ik niet meer gezien. Volgens mijn berekening was het kindje rond de 16 weken.

Het allerergste vond ik nog dat de omgeving om ons heen het gewoon doodzweeg, er werd niet meer over gepraat en ook niet gevraagd hoe het voor mij en ons was. Of je kreeg een reactie van: "ach het was toch nog niets, of je hebt het niet goed gezien, of je raakt wel weer zwanger". Misschien goed bedoeld, maar er was niets wat op dat moment troost kon bieden.

Maar het leven gaat verder en het verdriet werd ook anders, in mijn hart was er een kamertje waar het kindje lag en beschermd was tegen alle uitspraken. Een jaar later, op 26 november, werd onze zoon geboren. Op bijna hetzelfde tijdstip als waarop ons eerste kindje een jaar eerder in de nacht was geboren.

De zwangerschap van Michel was best angstig, want stel dat het weer verkeerd zou gaan, dus iedere week was er weer een. Toen hij geboren was, een prachtig kind, dacht ik gelijk: zou ons eerste kind er zo uit gezien hebben?

Na Michel zijn er nog twee dochters geboren, maar een onbezorgde zwangerschap heb ik niet gehad. Ik was veel ziek en er waren ziekenhuisopnames. Dan kwam het weer voorbij van: wat is de reden dat het fout is gegaan bij onze eerste? Jaren later werd na veel onderzoeken bevestigd dat er bij mij een stofwisselingsprobleem was. Toen voelde ik toch weer het verdriet.

Toen in 2016 of 2017 bekend werd dat stil geboren kindjes vanaf 16 weken en ouder in het gemeenteregister bijgeschreven mochten worden, voelde ik mij teruggeworpen naar 1971. Dan blijkt ook weer dat zo'n geboorte van een stil geboren kindje als een rode draad met je meeloopt in je leven.

Is dit erg? Nee zeker niet, het mag er gewoon zijn. Voor mij voelt dat heel fijn. Ik heb in 2018 van het Academisch ziekenhuis het dossier toegestuurd gekregen, waar alles instond. Voor mij heel waardevol omdat ik het toen echt een plek kon geven en het voor mij toen afgerond kon worden. Het veilig in het kamertje van mijn hart kon blijven, samen met onze andere drie kinderen.

Een mooi gedicht en een foto van een kindje in een handpalm heeft al jarenlang een mooi plekje op de slaapkamer. Niet vergeten, maar er gewoon bij horen.

Tijd speelt geen rol

*Door Hetty, mama van Iris Louise**

Toen Iris Louise* overleed in 1993, hadden we geen idee waar we voor stonden. We waren er snel over uit dat er een crematie moest komen. Op het kerkhof, tegenover de opa van mijn man, lag een jong meisje van 18 jaar, overleden door een verkeersongeval. Zomers staat het onkruid wel een meter hoog, er komt nooit iemand.... Dat vooruitzicht, dat was en is wat we beiden niet willen!!! Vandaar een crematie. Ze is wel bijgezet, in de urnenmuur op datzelfde kerkhof.

Als we toen hadden geweten hoe vaak we ernaar toe zouden gaan, hadden we ook voor een begrafenis kunnen kiezen....

Tijd speelt voor ons geen rol, er is geen tijd verbonden aan rouw, er is een begin, geen "eindtijd". Voor mijn gevoel, wordt het dragelijker, maar het gemis wordt meer. Gemis van hoe het had kunnen zijn.... Hoe zou het zijn, moeder van 2 dochters?

Of ligt het eraan dat je zelf ouder wordt en meer naar je eigen "eindtijd" toe gaat? Zou dat het gevoel van meer missen oproepen? Ik weet het niet, ik weet wel dat er geen tijdsbesef is in rouw. Natuurlijk wordt het anders, de scherpe randjes worden minder, maar het kan zo, door een opmerking, muziek die opeens voorbijkomt, een datum op de kalender, zo omslaan..... Zeker wanneer "haar" datum eraan komt, zeker de 5 dagen tussen haar geboorte en overlijdens dag, die dagen leef ik terug in 1993.

Tot op de minuut weet ik alles nog, wie er was, wie wat zei.... Die 5 dagen is er absoluut geen tijdsbesef..... Zelfs niet na 32 jaar....

Oktober 1993							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
39					1	2	3
40	4	5	6	7	8	9	10
41	11	12	13	14	15	16	17
42	18	19	20	21	22	23	24
43	25	26	27	28	29	30	31

Sponsors

Dit magazine is mede mogelijk gemaakt door:

