

# TROOST, ALS JE IEMAND MIST

10 november 2019

## Stilteviering

voorbereid door Bert Dijkman en Marijke Blaauw

### Troost

In deze gedenkviering willen wij straks licht ontsteken en de namen noemen van degenen, die ons ontvallen zijn, de mensen, die er zo vanzelfsprekend waren en die wij missen op onze levensweg.

Het oude vertrouwde leven is voorbij. Dat komt nooit meer terug....

Tijd van rouw, leven in tussentijd, bij het uur, bij de dag

Op weg naar het onbekende, naar iets nieuws....????

Tijd van blijven gaan, van gemis, onzeker, ook jezelf kwijtgeraakt..

Stap voor stap vooruit en weer terugvallen.

Tijd van heimwee naar wat er was.

Tijd van bezinning, tijd van luisteren naar mensen, die deze pijn ook kennen.

Tijd voor troost....

Jolanda Kolsteren, de moeder van Tijn, het 6 jarige jongetje dat stierf aan hersenstamkanker, schreef het voorwoord van het boek over **Troost, als je iemand mist**, samengesteld door Hella van der Wijst. Tijn inspireerde miljoenen Nederlanders met zijn nagellakactie, waarbij hij tweeënhalf miljoen euro ophaalde voor andere doodzieke kinderen.

Toen Tijn niet lang meer te leven had, gaf deze actie hem troost...

En het gaf zijn familie troost voor later.

Troost, als vorm van moed, om ondanks het gemis door te gaan.

Zijn moeder schrijft: "Wij lieten het toe, om getroost te worden en dat heeft ons veel gebracht : Het goede gesprek, of juist zwijgend bij elkaar zijn, een arm om je schouder..

Of heel praktisch..de bel ging en iemand die ons eten bracht, als ons hoofd niet naar koken stond.

Mensen in je omgeving, die helpen te leven met vragen, waarop geen antwoorden zijn...."

Ook ik heb na het overlijden van Frans, troost mogen ervaren van mensen in mijn omgeving.

Zomaar even iemand, die aan kwam en met wie ik samen een kopje koffie kon drinken en kon praten....letterlijk een bakkie troost!!

Met mensen samen eten, een glas wijn drinken, een goed gesprek ook al waren er nog tranen...ervoer ik als weldadig!!

Zwijgend een arm om mijn schouder, als er weer tranen waren bij het horen van een lied tijdens een viering.

Mensen, die er waren en zomaar letterlijk een eindje met me mee wandelden, zodat ik de buitenlucht weer ervoer, de warmte van de zon kon voelen..

Het gaf me de moed, om te blijven gaan.

Ook het geven van Nederlandse les aan een Jemenitische vluchteling en een Turkse buurvrouw gaven me troost en nieuwe zingeving.

Troost is ook iets, dat je uit jezelf kunt halen....weer leren om alleen te zijn, Het voor jezelf gezellig maken, oude foto's kijken, muziek luisteren, "oude plaatsen" bezoeken, voorwerpen koesteren....

Vorm geven aan gedenkdagen, een verjaardag, de trouwdag...

Te kijken naar wat er was...in dankbaarheid leren omzien...

Troost van het grondwoord trust, vertrouwen, moeilijk te bieden, maar zo fijn, om te mogen ontvangen....

Niet met de dooddoeners die zo vaak worden aangedragen :

- je mag me altijd bellen...

- tijd heelt alle wonden....

- als je het eerste jaar maar door bent....

Maar in nabijheid van een ander je kwetsbaarheid, je verdriet mogen delen, zonder dat er oplossingen aangedragen worden....

Aangerakt worden, met aandacht voor de leegte die er is...

Met aandacht voor je eigen onvermogen om te gaan met het gemis....in de voorzichtige pogingen weer vorm te geven aan je leven...

Samen mooie herinneringen delen,

door je tranen heen te lachen om hilarische situaties uit het verleden....

Te mogen praten over het verleden, de naam van de overledene te blijven noemen, die altijd deel van je leven zal blijven.....

Troost is samen verdriet, dat te groot is voor een mens alleen, te delen en te dragen

Er zijn....

Liefdevolle troost : het enige antwoord op de dood

Als we woorden en gebaren van troost kunnen vinden, wordt het duistere land van verdriet enigszins verlicht,

en kunnen we de ander bereiken en laten voelen

er niet alleen voor te staan....

Dat wij mogen zien en horen waar pijn en verdriet is...

Dat wij gezegend mogen zijn met de gave van de troost: getroost mogen worden en troost mogen bieden...

Marijke Blaauw-van Dongen

**Lezingen:** Psalm 88 vrij (1e deel) en Psalm 30 vrij (Oosterhuis)

**Slotgedicht** (Uit Troostboek woorden van kracht, moed en inspiratie van Hans Stolp)

In de nacht

Het wonder van het licht?

Je moet er hard voor werken

om weer een weg vooruit te vinden

en niet alleen maar om te zien.

Maar wie die weg durft gaan,

de eenzaamheid, de pijn doorstaat

wie in de nacht blijft hopen op een wonder,

zal mogen ervaren hoe het eerste morgenlicht

het duister van de nacht verdrijft.

Het licht wordt uit de nacht geboren