



Morgen
schijnt
de zon
3x rauw

Ans Steegh

Flaptekst

Morgen schijnt de zon is gebaseerd op het dagboek van Ans Steegh.

Als lezer word je deelgenoot van de intimiteit rondom het verlies van een dierbare.

De laatste test ... de spanning is te snijden.
Zonder woorden zitten we samen in de
familiekamer. Ieder in onze eigen onmogelijke
wereld in gevecht met de werkelijkheid.
Intens verbonden met elkaar en toch
helemaal alleen.

3x rouw. Het fenomeen rouw is vanuit de beleving beschreven. Driemaal rouw door één persoon, doorleefd in diverse fasen van haar leven met telkens een andere impact. Rouw na het verlies van haar broer, haar partner, haar dochter. De verschillen in rouw worden in dit boek zichtbaar.

Daarnaast heeft dit boek ook een professionele inslag. Ans Steegh heeft sociale psychologie gestudeerd en gewerkt als psycholoog met als specialisme verliesverwerking en zingevingproblematiek.

Het is een boek voor lotgenoten, hun omstanders en de professional.

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	5
Inleiding.....	9
De rouwprocessen.....	11
Sjaak.....	15
15 maart 1982.....	17
Het rouwproces.....	24
Ton.....	37
3 april 2009.....	59
Het rouwproces.....	61
Dagboek.....	62
Lisa.....	85
Herinneringen.....	87
17 december 2012.....	109
Het rouwproces.....	131
Dagboek.....	138
Handreikingen voor de rouwende.....	184
Handreikingen voor de omgeving.....	191
Handreikingen voor de professional.....	196

Voorwoord

Wat doe je als jou gevraagd wordt een voorwoord te schrijven?

Je voelt je vereerd en zegt onmiddellijk 'ja'.

Wat doe je als de inhoud van het boek jou zo raakt, dat je geen woorden vindt die een voorwoord rechtvaardigen?

Omdat het boek van een verpletterende inhoud is. Inhoud, die je stil maakt, die je ontregelt.

Klein maakt. Pijn doet voelen. Laat glimlachen. Laat huilen.

Dan lees je alles nog een keer. En nog eens.

Dan begin je ergens midden in het boek. Dan weer lees je terug.

Dit boek. Dit boek van Ans.

Over het leven. Haar leven.

Lees, herlees.

Leg het weg en pak het weer, zoals het mij gepakt heeft.

Inderdaad, liefde overwint alle pijn.

Leo Driessen

Morgen schijnt de zon

Rauw, grillig, liefdevol.

Met dit boek leef je mee door drie verschillende rouwprocessen. Rouw na het overlijden van een broer, een partner en een kind.

Wat het boek bijzonder maakt is dat het fenomeen rouw vanuit de beleving is beschreven. Je ervaart de verschillen van de impact bij de rouwprocessen.

Als eerste maak je kennis met de broer Sjaak en het jonge onbezorgde leven van twee schoolgaande jongvolwassenen. De nacht van het fatale ongeval volgt en je wordt meegenomen in de turbulentie van het moment. Een twintiger wordt plots geconfronteerd met de dood. De dood, die nog ver weg leek, waart nu als onheilspellende geest door haar leven. Ans moet zich in haar eentje hier doorheen worstelen. Haar eerste reactie op de dood van haar broer, is ontkenning, niet begrijpen en wegstoppen.

De omgeving ziet aan de buitenkant een vrolijke meid, maar de binnenkant vertelt een ander verhaal. Ze heeft hulp nodig maar niemand ziet het, ook zij zelf niet. Als vijf jaar na het overlijden van haar broer de hulp zich onverwacht aandient, wordt het inmiddels gestagneerde rouwproces op gang gebracht. De spirituele ervaring die volgt, helpt Ans om haar leven weer mooi en gelukkig te maken.

De tweede kennismaking is met haar man Ton. Ze vormen samen met de drie dochters van Ans een nieuw gezin. Het huis staat op zijn kop vanwege een grote verbouwing. Door de chaos is er minder aandacht voor de gezondheid van Ton. Totdat zijn huid geel ziet en er actie ondernomen wordt. Dan belanden Ton en Ans in een rollercoaster. Ziekenhuis, slechte uitslag, afscheid, sterven. Als lezer wordt je deelgenoot van de intimiteit in het afscheid. Het is een gepland afscheid, omdat Ton heeft gekozen voor euthanasie. Je leeft naar het sterven toe en toch word je overvallen door de dood.

De rouwperiode breekt aan. Delen uit het dagboek geven een indringend beeld van de grilligheid van rouw. Rouw die betrekking heeft op het verlies van je partner. Het leven staat op de kop, niets is meer zoals het was. De zoektocht naar 'wie ben ik zonder ...' begint. Hoe ga je met jezelf om, hoe ga je met de omgeving om? Wat doen de innerlijke ervaringen

met je? En dan al die gevoelens en gedachten die doorleeft moeten worden, om uiteindelijk weer een nieuw leven met jezelf op te bouwen.

Lisa (haar dochter) is de derde persoon in het boek. Haar leer je kennen via herinneringen en beschrijvingen.

Als Ans krijgt te horen dat Lisa een ongeluk heeft gehad en is overleden, stort haar wereld in. Elke minuut van die dag en nacht staan in haar geheugen gegrift. Weer thuis uit het ziekenhuis leef je mee tijdens de eerste week na het overlijden tot aan de crematie. Ans is compleet omvergeblazen. Er is niets meer waar ze zich aan kan vasthouden. Haar innerlijke waardensysteem wordt zwaar op de proef gesteld.

De delen uit het dagboek vertellen over een rouwperiode die geen einde kent. Rouw tot in het diepst van de ziel en die vol liefde en hoop uitreikt naar de toekomst.

Ans heeft geaccepteerd dat het verdriet om Lisa deel is van haar leven. Het mag er zijn. Ze laat het toe, maar verdrinkt er niet meer in. Af en toe huilt ze. Daarna veegt ze haar tranen en kijkt ze weer vooruit, want morgen schijnt de zon.

De handreikingen aan de rouwende, de omgeving en de professional zijn bruikbaar en praktisch vanuit de ervaring gegeven.

