

Alweer zeven jaar zonder jouw

Wat was het een zware week, ik weet niet zo goed wat me overkwam deze week. Het is lang geleden dat ik me zo heftig voelde over het overlijden van Daan. Ik ben wat meer naar binnen gegaan, en meer open gaan staan voor mijn gevoel. En dat heb ik gemerkt.

Vreselijke buien

Sinds Daan er niet meer is heb ik enorme boze buien, en die zijn soms echt heftig. Soms is alles teveel, omdat mijn hoofd overstroomt en ik die niet leeg krijg met alle chaos van het leven. En dan de week van het overlijden van Daan wordt het alleen maar erger. Ik weet dat achter al die boosheid juist verdriet zit, maar het verdriet te laten stromen vind ik oprecht nog altijd heel moeilijk. Ik gun mijzelf daar nooit de tijd voor, en daarom komt het naar buiten in boze buien. Toch deze week had ik naast de boze buien ook wat huilbuien, vaak nadat ik een boze bui had. Ik was dan moe van het vechten, en liet het dan toe. En huilde dan op bed even het verdriet weg. Weer wat tranen die niet meer terug komen, maar ik voel dat er nog wel meer zitten. Maar ik heb niet alleen boze buien en huil buien. Ik ben ook niet vooruit te branden, ik wil me het liefst de hele dag verstoppen in bed. Er niet meer uit hoeven komen, en ik weet dat dit niet goed is. Dat ik de cirkel in stand hou zo. Maar even ontsnappen aan alles en iedereen is weleens even lekker. Dit is dan ook wat ik doe, niet hele dagen want ik heb ook mijn verplichtingen naar Max. In de middag herpak ik me vaak, en Max zorgt er dan voor dat we naar buiten gaan. Naar de speeltuin, waar ik soms uren zit. Hij aan het spelen, en ik vaak aan het kletsen met een andere moeder. Maar wat ben ik enorm moe, zelfs uitgeput na een week met deze buien.

De sterfdag

En dan is het 12 september voor de zevende keer komt deze dag voorbij. Zeven jaar is Daan niet meer bij ons hier op aarde. Ik sta op alsof het een gewone dag is. En dat is het eigenlijk ook. Ik voel me minder down dan de afgelopen week, ik ben niet alleen. Max is om mij heen, die vast weer naar buiten wilt. En daar is mijn partner, de nuchterheid die hij uitstraalt. We steken samen met Max de kaarsjes aan voor Daan, even wat echte licht voor ons kleine jongen, en broer van Max. En eigenlijk heb ik een hele fijne dag, de ochtend is rustig. Max speelt lekker met zijn treinbaan, en ik zit nog lekker in mijn pyjama. De deurbel gaat, daar staat een klein lief vriendinnetje van Max en mij op de stoep met haar mama. Ze komen iets moois brengen, ze heeft een regenboog geverfd. Ze voelde het, ze had gezegd dat ze die voor mij wilde maken. En ook zelf wilde brengen, hij was nog nat toen ze voor de deur stond. En dit alles voordat haar moeder mijn berichtje op facebook las, dat het de sterfdag was van Daan. Hoe mooi dat kinderen dit onbewust aanvoelen.



We spreken af dat we elkaar die middag wel in de speeltuin zouden zien, en dat deden we ook. De hele middag zitten we buiten. Max is heerlijk met vele kinderen aan het spelen. En wij moeders zitten daar te kletsen, het perfect. Na een tijdje nemen we de picknick tafel in beslag en haalt de moeder van het kleine vriendinnetje van Max een dienblad met limonade, thee en lekkers. Na drie uur, wordt het tijd om de kinderen voor te bereiden dat we naar huis gaan. Met tegenzin gaan haar kinderen mee naar de supermarkt, en de mijne met tegenzin mee naar huis. Thuis zijn we moe, maar voldaan van de fijne middag.

En weer door

We hebben het weer gehad, en ik besluit weer door te gaan. Maar ook weer iets meer te veranderen in mijn leven. Ik wil, zoals ik al een hele tijd probeer maar zelfliefde te krijgen. Ik wil dus beter voor mijzelf te gaan zorgen, niet er alleen voor Max zijn. Maar ook voor mijzelf. De eerste stap is om na

deze week weer meer in beweging te komen. Want het heeft me niet heel goed gedaan dat stilstaan, het letterlijk stilstaan. Gelijk de maandagochtend nadat ik Max op school heb gebracht en ik even bij de winkel ben geweest voor een paar boodschappen, ga ik weer terug naar buiten. Ik maak een ochtend wandeling. Ik kom weer even in beweging. Mijn voornemen, om dit toch echt elke dag te gaan proberen te doen. Want bewegen hoort je goed te doen, al vind ik tot nu toe het alleen nog maar heel moeilijk. Er zijn zeker momenten dat ik het voel dat het goed doet, en daar hou ik mij aan vast. Daarnaast is het plan toch weer op te pakken meer water te gaan drinken, want ook hier ben ik heel slecht in. Ik vergeet mijzelf, als ik voor Max iets te drinken en lekkers geef. En dat mag zeker gaan veranderen. We gaan dus weer door, maar wel met wat meer zelfliefde.