

# Een kindje verliezen: Mijn ervaring

Heel vaak hoor ik wat ben jij toch een sterke vrouw, nee hoor dat ben ik niet. Ja ik ben mijn kindje verloren en ja ik ga door, wat moet ik dan. Dat is het enige wat je kan doen. Het begin was echt heel zwaar voor mij. Ik durfde mijn verdriet niet te laten gaan. Dus zocht ik afleiding, ik ging maar door en door. Wilde niet thuis zijn want dat voelde niet goed. Daar miste ik mijn mannetje want daar hoorde hij te zijn. Maar ook slapen deed ik niet, ik kon gewoon niet slapen. Dus elke nacht belande ik op de bank. Ik dacht echt dat ik knettergek werd. Maar toch ging ik door en door. Tot ik mijn grens had bereikt. Mijn lichaam was zo op, dat ik ineens die klap kreeg. Wat doe je dan, ja eraan toe geven. Alleen ik was juist zo bang dat als ik op bed ging liggen en me verdriet toeliet ik nooit meer me bed uit zou komen. Ik weet hoe het is om depressief te zijn, daarom was ik zo bang ervoor. Ik weet waar ik toe in staat ben als ik me zo voel. Dat wilde ik voorkomen. Daarom was het heel hard nodig om hulp te krijgen, maar dat was nog niet zo makkelijk. Toch liet ik mijn verdriet op een dag toe. Ik ging op bed liggen, en huilde de ogen uit me kop. Uren heb ik daar gelegen liggen huilen, maar ook gewoon staren naar het plafond. Me niet meer bewegen, gewoon even helemaal niks. Toch was er een moment dat ik moest opstaan. Normaal trekt me man me wel uit bed, maar ik wilde dit zelf kunnen. Ik kan niet altijd op hem rekenen toch. Het was tijd om het eten klaar te maken, dus tijd om uit bed te stappen. Ik verbaasde mezelf dat ik ook gewoon echt me bed uit ging en weer verder ging met leven. Wat voelde dat goed, ik kan me verdriet laten gaan en er toch niet in blijven hangen. De dagen erna bleef ik dit keer op keer doen. Iedere keer als je huilt lucht er weer iets op. Maar de pijn blijft, die vreselijke pijn. Alsof je uit elkaar gerukt wordt zo pijn doet het om je kind te verliezen. Wanneer komt er een einde aan vroeg ik mezelf keer op keer.

Maar het antwoord is dat dit altijd bij je zult blijven. De rest van je leven is er een stukje weg uit je hart, wat ook nooit meer terug komt.

Bij het verlies van een kindje komt heel wat bij kijken. Intens verdriet, boosheid, jaloezie, schuldgevoel, angst. Ik ervaar dat praten en schrijven een stukje verwerken is. Wat voelt het fijn keer op keer je verhaal te doen, maar hoe doe je dat! Nee ik vind het niet fijn om steeds weer me omgeving erin te betrekken. Ik weet dat zij gewoon doorgaan met alles, en niet meer stil staan bij mijn intense verdriet om Daan. Voor mij onbegrijpelijk, maar o zo waar. De mensen om je heen weten niet wat je ervaart dus kunnen ze er ook niet bij stil blijven staan.

Waar vind je de hulp die je nodig hebt, die zoektocht is moeilijk. Online heb ik zo mijn contacten die weten hoe het is om een kindje te verliezen. Maar is dat genoeg om weer tot jezelf te komen. Op een harde manier ben ik erachter gekomen dat het niet genoeg is. Na mijn miskraam ging het weer flink mis. Dan ga je toch weer op zoektocht, maar dit keer werd de hulp me toegeworpen. Ik ben nu aan het ontdekken wat ik met deze hulp kan. Heb een fijne plek gevonden om me rust te krijgen. En het fijne ik kom ook weer tot schrijven aan me boek. En ben weer een beetje aan het dromen over mijn droom die ik hopelijk nog werkelijkheid wil gaan maken. Vrouwen zoals ik gaan helpen, de hulp die ik niet kon vinden toen Daan net overleden was.

Over deze plek waar ik terecht kwam ga ik jullie zeker nog vertellen. Ook ga ik jullie nog vertellen over mijn droom die ik werkelijkheid wil maken.