

Als je je hart opent...

Iedereen heeft zijn eigen reactie in tijden van stress. Stress die we maar al te goed kennen als ouders van een zorgintensief kind. Mijn eerste beweging is al mijn gevoelens wegduwen en aan de slag! Handelen. Reuzehandig: als je op een dag neervalt heb je wat aan mij. Mijn gezin heeft de afgelopen jaren flink geprofiteerd van al die handelingsenergie. We hebben daarmee veel voor elkaar gekregen en we staan er nog als gezin.

Zo'n handelingsmodus heeft ook flinke nadelen. Die nadelen ondervind ik vooral zelf. Al mijn gevoelens houd ik eronder en daar houden gevoelens niet van: die willen eruit. Als dat niet via de normale route van praten en huilen kan, vinden ze wel een andere weg. Dus kreeg ik veel hoofdpijn, stijve nek, lag nachten wakker en als ik geraakt dreigde te worden gooide ik met verbale bijlen. Van buiten leek ik heel sterk en hoe vaker mensen dat tegen me zeiden, hoe eenzamer ik me voelde. Want van binnen voelde ik steeds meer leegte.

Sinds ons vlindertje op school zit, is er echter een kentering gaande. Zeker sinds wij dit jaar ook een geweldige begeleidster in huis hebben, ontstaat er ruimte om stil te staan bij wat er eigenlijk allemaal gebeurd is in mijn leven. Ineens is er ruimte om weer een beetje te gaan voelen. Dan komen natuurlijk meteen de tranen. Elke dag huil ik wel een keer, of schiet vol van het minste geringste. Wat hebben we een weg afgelegd en wat moeten we nog voor onzekere donkere weg af. Ineens lijkt al het verdriet los te komen. Verdriet wat niet lichter wordt als ik me realiseer dat de komende jaren alleen maar zwaarder zullen worden.

Toch klinkt dat opmerkelijk genoeg vervelender dan het is. Want door mijn hart meer te openen is er ook meer ruimte om ten diepste te genieten van ons vlindertje. Sterker nog, om eerlijk te zijn voel ik mijn liefde voor haar nu ook veel dieper. Het is een taboe onder ouders, maar ik denk echt dat als je in een overlevingsstand staat - zoals ik jaren deed - en daarin al je gevoelens wegdrukt, je op een bepaalde manier ook je gevoelens van liefde een beetje onderdrukt. Ik ging toch een beetje op de automatische gevoelspilot.

Dat voelt nu zo anders. Ik stroom over van liefde, ben meer dan ooit geroerd door haar charmante zwaai naar wildvreemde mensen, geniet intens van haar vrolijkheid en smelt volledig als ze mijn vader begroet met haar nasale “dag opa”.

Rouwen is de achterkant van liefde zeggen ze in de rouw theorieën. Voor mij maakt dat de pijn gek genoeg ergens ook lichter. Want het is een uiting van mijn intense liefde voor haar.

© Leontien Sauerwein