

## ROUWPROCES

Verlies van partner hoeft niet het einde van een liefdesleven te betekenen

# Er is liefde na de dood

**Ja, er is liefde na de dood. Dat bewijzen acteur Stefaan Degand (39) en weervrouw Sabine Hagedoren (50). Allebei verloren ze hun partner, de ene plots na een hersenvliesontsteking, de andere na een slepende kanker. Allebei vonden ze het nieuwe geluk. "Liefde vindt altijd een klein gaatje", zegt relatie-deskundige Tim Verleyzen. "Zelfs te midden van de donkerste gedachten."**

"Gaan we een andere mama zoeken?" De kinderlijke onschuld van dochtertje Mila (3) op de begrafenis van Julie. Dat het nog een beetje te vroeg was daarvoor, antwoordde Stefaan Degand. De acteur was zopas zijn vriendin verloren aan een dodelijke bacterie in de hersenen. Maar hij vond het wel de juiste manier van leven, zo liet hij optekenen door *Humo*. Vooruit met de geit. Ondanks de hel waar hij doorheen moest.

Eén jaar later heeft Degand een nieuw lief. "We zijn een weekje naar Lissabon geweest", zegt hij. "We hebben bijna niets van de stad gezien, omdat we de hele tijd hebben gebabbeld, gegeten, gedronken en gevreeën. Heerlijk." Ook weervrouw Sabine Hagedoren kondigde aan dat ze een nieuwe vriend heeft, meer dan twee jaar nadat ze haar man verloor aan kanker.

Het lijkt wel het moeilijkste dat bestaat.

Liefde toelaten in je hart, waar tot voor kort enkel plaats was voor pijn. Toch is het volgens relatien en rouwexperts de normaalste zaak van de wereld.

### Niet te kiezen

"Niet dat je daar bewust voor kiest: nu ga ik eens een nieuwe relatie beginnen, want ik ben klaar met rouwen", zegt relatie-deskundige Tim Verleyzen. "Dat is iets wat je overkomt. Je kan perfect al na enkele maanden verliefd worden, want de liefde vindt altijd een klein gaatje. Zelfs te midden van de donkerste gedachten."

Toch gaan sommige mensen die gevoelens proberen te negeren, omdat het aanvoelt als bedrog tegenover hun overleden partner, zegt hij. "Alsof ze overspel plegen. En dan heeft iedereen in je omgeving daar nog eens een mening over ook. Ze denken dat je je overleden partner al vergeten bent.

Terwijl dat onzin is. Je

**Tim Verleyzen**  
Relatiedeskundige

*"De liefde vindt altijd wel een klein gaatje. Zelfs te midden van de donkerste gedachten."*

rouwproces en de liefde die je voelde, neem je net mee in je nieuwe relatie."

### Toestemming

Om die gevoelens van ontrouw te counteren, helpt het om op voorhand te praten over wat erna komt. Uiteraard kan dat alleen als je de dood ziet aankomen, bij agressieve kankers bijvoorbeeld. De man van Sabine Hagedoren had het ook zo voor haar gewild. "Je mag niet alleen blijven", zei Jurgen op zijn sterfbed. "Ik wil dat je nog gelukkig wordt. Je bent veel te mooi om alleen te blijven. Maak er nog iets moois van."

Bij Stefaan Degand voltrok het drama zich in enkele uren. Plots was Julie er niet meer. Het zijn allemaal factoren die de kans op een nieuwe relatie beïnvloeden. Hoelang dat duurt, verschilt daarom van persoon tot persoon. Bij de ene kan dat al na enkele maanden, bij sommigen pas na vijftien jaar, bij nog anderen nooit.

"Sommige mensen kunnen volledig klem zitten in hun rouwproces", zegt Evamaria Jansen, psychotherapeute gespecialiseerd in rouw. "Het klinkt misschien vreemd, maar dat gebeurt va-

ker bij mensen die niet zo'n goede relatie hadden. Ze worden verteerd door gevoelens van schuld en gemiste kansen."

Het verhaal van Stefaan Degand lijkt de wetenschap gelijk te geven. Hij beschrijft de relatie die hij met Julie had als een *match made in heaven*. "Dat helpt om ermee om te gaan. Je hebt de liefde gekend: ze zit nog in je, om ze nog te geven", zei hij in *Humo*.

### Jaloers

Maar ook al heb je liefde te geven, die voor je overleden partner verdwijnt nooit. "Daarom is het belangrijk dat je nieuwe lief daar ruimte voor geeft", zegt Jansen. "Ik ben toevallig getrouwd met een weduwnaar. Bij ons thuis hangt een grote foto van zijn overleden partner van op hun trouwdag. Hij was veertig jaar met haar samen. Ik heb helemaal geen zin om dat uit zijn leven te weren of uit het mijne. Die relatie maakt

deel uit van wie hij vandaag is. 's Avonds in bed praat mijn man over zijn vroegere leven. Ik geniet daarvan. Mocht ik jaloers reageren en hem het zwijgen opleggen, dan zou dat een negatieve factor worden in onze relatie. Door erover te praten wordt het net een meerwaarde. Bovendien helpt dat het rouwproces."

**JENS VANCAENEGHEM**



FOTO JEROEN HANSELAER



FOTO IMAGEGLOBE



Jurgen, de man van weervrouw Sabine Hagedoren, stierf twee jaar geleden aan longkanker. FOTO PHOTO NEWS

Een jaar geleden verloor acteur Stefan Degand zijn vrouw Julie onverwacht aan een bacterie in de hersenen. FOTO ISOPIX