

Rondzendbrief 2013-2



Als iemand te maken krijgt met verlies, geven mensen uit de omgeving vaak allerlei ongevraagde, maar goedbedoelde adviezen. Een van de tips die je dan te horen krijgt is: je moet het nu *loslaten*. Dit klinkt als een dooddoener, alsof degene die dit zegt het kan weten, alsof het beter is om er maar niet meer over te praten, alsof het rouwen al veel te lang duurt.

En hoe doe je dat loslaten dan? Is dat proces van loslaten dan opeens zó simpel als je te horen krijgt dat je 'gewoon' moet loslaten?

Een vriendin heeft mij een rijk geïllustreerd boek cadeau gegeven: **Vrijgeven**, met als ondertitel '*vieren van verbintenissen*' van Anneke Wittermans. Of dit boek je 'het ideale advies' zal brengen bij verlies, zal sterk afhangen van de fase van rouw waarin je zit. Troost kun je er vast wel uit putten; alleen al door de prachtige foto's die erin staan. Dit boek geeft een heel andere kijk op *loslaten*.



Klik [hier](#) voor mijn samenvatting en bespreking van het boek.

Ken je iemand waar deze boekbespreking belangrijk voor is?
Zoek je een cadeau voor iemand in rouw?

Tineke Engels

www.lemniscaatcounseling.nl