**Leven is verlies ervaren, overleven is leren hoe ermee om te gaan.**

*Manu Keirse is een expert op het gebied van verliesverwerking en palliatieve zorg en een veelgevraagd spreker. Op woensdag 16 oktober 19.30 uur geeft hij in de Leidse Marekerk een lezing.*

**Verlies overleven is rouwarbeid verrichten.** Manu Keirse spreekt tegenwoordig niet meer over rouw verwerken maar over verlies overleven. Bij verwerken ga je ervan uit, dat het verlies ooit over is. Mensen die een dierbare hebben verloren, of ander verlies hebben geleden, weten dat dit niet zo is. Verlies blijft altijd een onderdeel van je leven. Om verlies te overleven, en ermee te leren leven, moet een rouwende rouwarbeid verrichten. Dit is hard werken voor lichaam en geest.

Klinisch psycholoog en emeritus-hoogleraar Manu Keirse heeft een duidelijke boodschap: verlies en verdriet horen bij het leven. Hij wil rouwenden ondersteunen, en hun omgeving helpen er voor de rouwenden te zijn. Manu Keirse is een autoriteit op zijn vakgebied en heeft talloze boeken geschreven, zoals “Helpen bij verlies en verdriet” en “Vingerafdruk van verdriet”. Hij spreekt niet alleen vanuit wetenschappelijke kennis, maar ook vanuit een zorghart. Keirse heeft in zijn carrière veel mensen bijgestaan in hun kwetsbaarste momenten en heeft zich altijd ingezet voor betere zorg en begeleiding rondom rouwprocessen en het levenseinde.

Vera van Stek, zelf werkzaam als neuropsycholoog in een ziekenhuis, is betrokken bij de organisatie. “We rouwen om dierbaren die ons ontvallen, maar mensen rouwen ook om het verlies van gezondheid, iets wat ~~op~~ mijn werk regelmatig aan de orde is. Manu Keirse heeft een groot talent om troostende en bemoedigende woorden aan verdriet, verlies en rouw te geven. Hij biedt helpende inzichten en ook hele concrete handvatten voor het omgaan met verlies. Er is ook geen mens die er niet mee te maken heeft, of zal krijgen”.

**Verdriet is de keerzijde van liefde.** De inzichten van Keirse zijn van belang voor iedereen die met verlies te maken heeft of heeft gehad. Hij geeft praktische tips voor het omgaan met rouw, zowel voor degene die rouwt als voor de mensen in diens omgeving. Maar hij reflecteert ook op de betekenis van verlies en verdriet in het leven, en de onafwendbaarheid hiervan, want iedereen zal vroeg of laat verlies ervaren. Hij benadrukt dat rouw een normale reactie is en hij pleit voor meer begrip rondom dit onderwerp in de samenleving. Rouwen is niet zozeer loslaten als wel anders leren vasthouden.

Het gaat ook over de menselijke waardigheid in de laatste levensfase. Hoe gaan we om met het naderende einde van ons leven en dat van anderen? Dit maakt zijn lezingen tevens relevant voor iedereen die een geliefde in de laatste levensfase bijstaat, maar zeker ook voor degenen die werkzaam zijn in de gezondheidszorg.

Van harte welkom om eigen ervaringen met rouw en verlies beter te leren begrijpen én te ontdekken hoe je anderen kunt ondersteunen in moeilijke tijden. Er ook gelegenheid tot het stellen van vragen. De lezing is gratis. Een vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld.

*Owe Boersma*