

Met z'n drietjes: Jup, Marie en ik, deelden we de mooiste dagen. Tot ook zij ineens stilviel. Schuimbekkend, trillend... Paniek, machteloosheid. En dan... stilte.

Wat volgde, was de diagnose: epilepsie. Een reeks pillen en noodmedicatie.

Maar ze ging snel achteruit. Ze kon niet meer eten, drinken, wandelen.

Ik moest een onmogelijke keuze maken. Kiezen voor rust. Voor geen pijn meer.

Op 27 februari 2019 werd ze mijn tweede mooiste sterretje aan de hemel.

Bejura is dus niet zomaar een naam. Het is mijn kompas.

Mijn manier om te voelen, te herdenken, te helen en te delen.

Waarom Bejura voor licht tussen de bladzijden zorgt

Tussen de hoofdstukken door vind je telkens een Bejura-pagina.

Deze pagina's zijn zachte uitnodigingen. Geen werkbladen, geen huiswerk.

Wel kleine ankerpunten. Momenten van rust.

Bejura is er niet om iets op te lossen, maar om even stil te mogen staan bij wat het verhaal met jou doet.

Elke Bejura-pagina bestaat uit drie onderdelen:

- Reflectievragen die je uitnodigen om te voelen wat geraakt werd;
- Een kleine doe-opdracht die je helpt om wat je voelt of denkt tastbaar te maken;
- Een 'waarom-vraag' die je net iets dieper laat kijken als je daar klaar voor bent.

Je hoeft niets in te vullen. Je hoeft niets te delen. Je hoeft niets bij te houden. Zie het als een stukje ruimte tussen de zinnen. Een adempauze tussen de hoofdstukken.

Voor wie rouwt. Voor wie ooit heeft losgelaten.

Voor wie houdt van een dier. Voor wie zichzelf soms verliest in het verlies.

Praktisch:

Er is bewust geen invulruimte voorzien in dit boek.

Je mag dus je antwoorden of invullingen kwijt:

- Op een los blad papier of schriftje
- In je gsm
- Of gewoon in je hoofd, in stilte

Wat telt is dat jij het op jouw manier mag doen.

De vragen zijn zacht. De ruimte is van jou.

Hoofdstuk 03 – De Band



Jup kwam in mijn leven op een moment dat ik nog niet wist hoeveel ik van hem nodig zou hebben. Geen mens, geen therapeut, geen toekomstvisioen had me kunnen voorbereiden

op wat hij zou betekenen. Hij was gewoon een pup. Klein? Nee. Pluizig? Allesbehalve. Hij was een Engelse bulldog, met een onderbeet, een stevig lijf, een koppig karakter en een hart van goud. Zijn blik, recht en doordringend, deed iets met me. Het was alsof hij op dat moment al wist wat ik zelf nog niet wist: dat hij een anker zou worden. Een schaduw in het licht en een zonnestraal in de donkerste dagen.

Ik kocht hem achter de rug van mijn moeder, met mijn allereerste zelf verdiende loon, op mijn 24^{ste}. Ik werkte net, stond aan het begin van mijn carrière. Ik weet nog hoe haar gezicht vertrok van ongeloof en frustratie toen ik met hem thuiskwam. In haar ogen was dit een ondoordachte, impulsieve daad. Maar ik wist beter. Er was geen rationele uitleg. Hij hoorde bij mij. En dat voelde ik in elke vezel van mijn lijf. Mijn toenmalige relatie begon niet veel later af te brokkelen. En uiteindelijk ging het stuk. Maar ik bleef niet in die leegte hangen. Ik ging op zoek naar een huis, *voor ons twee*. Want