

UitvaartWijzer

Aart Mak

UitvaartWijzer

*Gedachten, handreikingen en teksten
bij dood en uitvaart*

Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk Forest Stewardship Council® (FSC®) draagt. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid. Ook is het papier 100% chloor- en zwavelvrij gebleekt.

www.uitgeverijboekencentrum.nl

Ontwerp omslag: Mulder van Meurs

Lay-out en dtp: Gewoon Geertje

ISBN 978 90 239 7014 9

NUR 709

© 2015 Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

1. Voorwoord 7

Gedachten

2. Wat mist hier? 11
3. Persoonlijk, bijzonder en gevoelig 15
4. Doe-het-zelvers, bevlogen uitvaartleiders
en ritueelbegeleiders 18
5. Geloof, religie en spiritualiteit 21
6. Het oude ambt in een nieuwe gedaante 25

Voorbeelden uit de praktijk

7. De dood van een kind 33
8. Een vrouw sterft, twee mannen blijven over 36
9. Dodelijk ongeluk 38
10. Doop 40
11. Gelovige moeder 42
12. Verwarring 45
13. Moederziel alleen 47
14. Maandagochtend 49
15. Een ramp 51

Handreikingen

16. Gesprekken en rituelen bij het levenseinde 59
17. Uitvaart zonder lichaam 66
18. Euthanasie en palliatieve sedatie 69
19. Herinneringsbijeenkomst 75
20. Lichtjesavond 78

Vaardigheden

21. Uitvaart: de structuur	83
22. Uitvaart: het gesprek tevoren	87
23. Uitvaart: de toespraak, inhoud en vorm	91
24. Uitvaart: de rol van de voorganger	94
25. Uitvaart: de persoon en de presentatie van de voorganger	97
26. Samenwerking en acquisitie	100
27. Intervisie en casuïstiek	103
28. Uit het hoofd spreken	106
29. Een in memoriam opstellen	110
30. Gevoel voor spiritualiteit	112

Materiaal

31. Symbolen	119
32. Verhalen	124
33. Verhalen en beelden uit de Bijbel	133
34. Gedichten	136
35. Teksten	144
36. Gebeden	149
37. Iemand zegenen	155
38. Rituelen	159

Ten slotte

39. Rouw en omgang met rouwenden	165
40. Toekomst	171

1. Voorwoord

*Ik wist niet waarheen ik ging
toen ik dit land ben ingegaan.
(Martinus Nijhoff)*

Negen jaar zijn verstreken sinds mijn vorige boek over uitvaarten (*Met stomheid geslagen? Nieuwe taal en gebruiken bij uitvaarten*, Zoetermeer: Boekencentrum, 2006) verscheen. Het was een boek met in het eerste deel een aantal beschouwingen en in het tweede deel allerlei teksten, verzameld, geschreven en aangeboden om te gebruiken bij uitvaarten. Ik merkte dat met name jongere collega's er blij mee waren en dat het boek ook aangeschaft werd door mensen die werkzaam zijn in de uitvaartwereld.

Stappen

Waarom nu een tweede boek? In die negen jaar zijn er ook in deze sector van de samenleving heel wat stappen gezet. Ik zal hier meer dan eens op wijzen. Ikzelf ben in die jaren opnieuw bij veel uitvaarten betrokken geweest. Mijn werkgever besloot in 2012 een eigen organisatie op te richten met de naam *MomenTaal*, om met een team van geestelijken, een raadvrouw, ritueelbegeleiders en mensen gespecialiseerd in rouwverwerking te kunnen inspelen op de vragen die mij vaak als eerste bereiken.

Uitdaging

Daardoor ben ik ook weer verder gaan denken. Een van de bekendste *Tuimelteksten* (ook een initiatief van mijn werkgever, de stichting Kerk Zonder Grenzen) zegt: 'Reis zo ver je kunt kijken. Daarna kun je verder zien.' En dat doe ik dus. Ik reisde verder, zie nu verder, begrijp beter en realiseer me scherper dan voorheen dat mensen uitstekend zonder kerk, kerkelijke traditie en bijbelse verhalen kunnen leven en sterven. De positie van de geestelijke, vanouds de aangewezen om het woord te voeren bij uitvaarten en andere grote levensmomenten, is daarmee ingrijpend veranderd. Dat beschouw ik als een uitdaging

die veel betekent voor het vak theologie en de keuzes die je daarin maakt. Ik zal daar in het eerste, algemene deel op terugkomen, en ook aan het eind, in het veertigste hoofdstuk.

Voorbeelden en vaardigheden

Verder bevat dit boek een aantal voorbeelden uit de praktijk. Ik neem deze op omdat ik denk dat ieder die werkzaam is in deze sector, veel kan leren van de ervaringen van anderen. Ik doe in die voorbeelden een aantal handreikingen voor situaties die ik in mijn eerdere boek niet heb beschreven. De voorbeelden worden gevolgd door wat ik 'vaardigheden' noem: van de structuur van een uitvaart tot en met gevoel voor spiritualiteit. Dat deel is haast een boekje in een boek. Er zijn daarin veel ervaringen terug te vinden die ik in de afgelopen jaren samen met mijn collega's van MomenTaal heb opgedaan.

Verhalen en gedichten

Daarnaast zal ik ook in dit boek weer verhalen, teksten, gedichten, rituelen, symbolen, gebeden en vormen van zegen suggereren; deze keer meer van mijzelf dan de vorige keer het geval was. Anderen – dichters, wijze mensen, verhalenvertellers – ontbreken niet, maar ik verwijs vooral naar hen. Het is de moeite waard als voorganger zelf een verzameling teksten aan te leggen. Voor nog meer bruikbare teksten, verhalen, gedichten, gebeden en wat dies meer zij verwijs ik naar mijn eerste boek.

Gedachten

2. Wat mist hier?

*Opgekropt, weggestopt,
stil gesust, zoet gekust...*
(Paul van Vliet)

Marathon

De beelden liegen er niet om. Man, gebronsd lijf, in de branding. Man, stoere zonnebril, hangend aan touwen onder overhellende rots. Man, helgeel shirt met groot groen cijfer, handen in de lucht over de finish van halve of hele marathon. De muziek lijkt verdacht veel op het *Dies Irae* dat Karl Jenkins componeerde voor zijn Requiem. Een deodorant-fabrikant gebruikte dat nummer in een reclame waarin een heel normale jongen op een strand belaagd wordt door honderden, van alle kanten op hem afstormende, schaars geklede vrouwen.

Held

Voordat verdere associaties zich aan mij opdringen, is de muziek afgelopen en blijft het een tijdje stil. Ik sta achterin – we waren net op tijd – en wacht af. En terwijl de beelden van de sterke en vaak vrolijke man uit voorbije jaren zich blijven herhalen, dient dochter één zich aan om over haar grote, sterke en dominante vader te verhalen. Na vijf minuten overmant het verdriet haar. Grote snikken, onverstaanbare woorden. Ze haalt het einde. Dochter twee loopt naar voren op een teken van de uitvaartleidster achter in de zaal. Ook zij vertelt over de held van haar jeugd en de man die er altijd was. Haar zoon, die haar als een page terzijde staat, kan niet voorkomen dat haar stem halverwege breekt. Er wordt omhelsd, over rugen gewreven en geklopt met de handen. De aanwezigen kijken toe. Vol begrip. Tijd voor muziek dan. Claudia de Breij zingt haar ‘Mag ik dan bij jou?’ Tranen nu bij anderen.

Afgelopen

Dochter drie komt naar voren en vertelt hetzelfde, maar net weer even anders. Zij praat zo snel dat haar schouders pas schokken als de

tango klinkt die op haar toespraak volgt. Het was dé muziek van haar vader, een man die kon dansen als een god, begrijp ik. Dochter vier kijkt als eerste de aanwezigen even aan en dankt verdere familie, vrienden, collega's en burens dat ze er zijn. Ook zij spreekt lyrisch over haar vader. En houdt het droog. Dan volgt weer muziek die aan voorbijgangers herinnert. Ten slotte meldt de uitvaartleidster dat de bijeenkomst is afgelopen, ieder op eigen wijze nog een groet kan brengen en de familie als laatste de aula zal verlaten. Ook vertelt zij waar de condoleance zal plaatsvinden. Ik kijk mijn twee metgezellen aan. Zij kennen een van de dochters. 'Hoe oud is die man geworden?' vraagt ik. 'En waar is de vrouw?' Ik begrijp dan dat hij later gescheiden is, zich meer en meer terugtrok uit het leven en de laatste jaren doorbracht in een verpleeghuis, gesloten afdeling, dement.

Vraag

Vraag aan de lezer: wat is hier aan de hand? En wat mist hier? Of misschien moet ik zeggen: wie mist hier? Ik zal het vertellen, en daarmee is meteen het thema gezet dat grotendeels dit boek bepaalt.

Troost

Wat hier mist, is troost en iemand die troost. Er is niemand die de dochters, die zo hun best doen, bij de hand neemt en helpt hun verhaal te vertellen. Nu blijven hun verhalen van hen en worden van niemand anders. Er is niemand die de aanwezigen erbij betreft, emotioneel, met gevoel voor wie hun vader ook was, buiten zijn gezin. Bovendien blijven de schaduwen die dit leven begeleidden, buiten beeld. De scheiding, de laatste moeizame jaren, het isolement, de dementie, die alle ook bij dit leven hoorden, ze worden nauwelijks genoemd. Het troosteloze is dat er zodoende geen catharsis plaatsvindt. Catharsis betekent 'zuivering' of 'loutering'. Het duidt de weg aan die een mens, geconfronteerd met de grilligheid van het leven of met de onvermijdelijkheid van de dood, dient te gaan. Bij die weg hoort het de gevoelens, ook de lastigste als onmacht, verbijstering en schuld, toe te laten en ten overstaan van elkaar te benoemen en te delen. In de Griekse tragedies werden de toeschouwers diep bewogen door wat de personages meemaakten. Maar de toeschouwers wisten dat het over henzelf ging. Zo geldt dat ook bij de dood van een mens en hoe we diens uitvaart vormgeven.

Het gaat om het besef dat dit ene leven ons aller leven raakt, net zoals de dood van deze mens de gedachte aan onze eigen dood tevoorschijn roept. Elk mens is een 'elckerlyc', een van de velen, een drager van alles wat in mensen omgaat en wat met mensen kan gebeuren. En daarover verhalen, al is het aanduidenderwijs, is troostend. Iemand die dat kan, voor en namens de nabestaanden, is nodig.

Emotionele eilanden

Het is mijn overtuiging dat dit op deze uitvaart (en vele andere die ook zo gaan) had moeten gebeuren. Want het kan anders. Emoties moeten niet geïndividualiseerd en daarmee verdonkermaand worden. Alle aanwezigen dienen erbij betrokken te worden. Er moet iets over dit leven, maar ook over het leven in het algemeen gezegd worden. De dood vraagt daarnaast om levensbeschouwing. En wie troost degenen die verdrietig zijn? Wie verbindt al die mensen op hun eigen emotionele eiland tot een tijdelijk vasteland waar gevoelens herkenbaar zijn en dus gedeeld kunnen worden? Dat vergt een vormgeving die minstens even belangrijk is als wat er afgesproken wordt over het tijdstip van condoleance en uitvaart, de kaarten, de bloemen, de opbaring, het aantal sprekers, de muziek en wat er na afloop geserveerd moet worden. Hier gaat het om een vormgeving die ons innerlijk raakt, die helpt om de dood in de ogen te zien en manieren aanreikt om de smaak voor het leven te herwinnen.

Voorganger

Daarvoor is iemand nodig die een naam heeft die nog niet vanzelfsprekend is. Ik hanteer het liefst de naam 'voorganger'. Want het gaat om iemand die het voortouw neemt, zich van tevoren grondig verdiept in de overleden persoon en wat er om hem heen speelt aan gedachten en gevoelens, met de betrokkenen in gesprek gaat, gevoelens ordent, evenwicht aanbrengt tussen de aanwezigen, de neiging tot inperking ('het is mijn man!') doorbreekt, taal aanbiedt in de vorm van gedichten en andere teksten en vooral op de dag van de uitvaart degene is die de leiding heeft tijdens de plechtigheid, rust aanbrengt, rituelen en symbolen aanbiedt, het uiteindelijke verhaal vertelt van deze mens en vooral de directbetrokkenen en alle andere aanwezigen troost.

Sterfelijkheid onder ogen zien

En dan is er nog iets wat zo'n voorganger kan doen. Want als het nu eenmaal zo is dat we allemaal een keer doodgaan en de dood dus onverbreekelijk bij het leven hoort, is dan de dood het ergste wat bestaat? Of kan verdriet ook mooi zijn? En wat gebeurt er met mensen die hun eigen sterfelijkheid onder ogen zien? Deze en vergelijkbare vragen blijven meestal onbeantwoord. Ze worden zelfs niet gesteld. Maar wat als er een voorganger bij is? Is hij dan niet degene die dit kan opmerken en het vervolgens kan verwoorden en verbeelden, ernstig en lichtvoetig, deskundig en meelevend, als tijdgenoot en tegelijk weet hebbend van al die manieren waarop zo veel mensen zo veel eerder en vaker de dood een plaats gaven in hun leven?

3. Persoonlijk, bijzonder en gevoelig

Als ik doodga hoop ik dat je erbij bent.
(Remco Campert)

Iets bijzonders

Alleen al in Kennemerland zijn er de laatste vijftien jaar dertig kleine uitvaartbedrijven bij gekomen. Dat is dus concurrentie voor de grote uitvaartbedrijven. Maar het betekent vooral dat een toenemend aantal mensen, met name de hoger opgeleiden op dit moment, van een uitvaart iets bijzonders wil maken. En bijzonder wordt het als een uitvaartplechtigheid niet als standaard, maar als persoonlijk wordt ervaren. Als er de tijd voor wordt genomen, ook in de voorbereiding. Als de mensen die het meest bij de overledene betrokken waren allerlei inbreng hebben. En vooral als de uitvaart in stijl, woorden, muziek en rituelen de geest van de overledene ademt.

Laatste eer

En dan zijn er in toenemende mate ook de andere hulpverleners rondom de dood. De aandacht die er de laatste jaren op de universiteiten is gekomen voor levensbeschouwing, rituelen en rouwprocessen wordt langzamerhand ook merkbaar in de maatschappij. Kunstenaars werken voor de kleine toeleverende industrie rond uitvaarten; denk aan kisten, lijkwaden, urnen, grafstenen, bloemdecoraties en velerlei objecten. Uitvaarten kenmerken zich nog meer dan voorheen door eigen stijl, veel inbreng van de familie en vrienden, een enorme behoefte om van de laatste eer een waardige en hier en daar zelfs feestelijke bijeenkomst te maken, en vaak opvallend trefende en gevoelige toespraken.

Stortvloed

Het lijkt erop dat veel Nederlanders geëmancipeerd zijn als het om de dood gaat. Uitvaartleiders – de nieuwe en in toenemende mate ook de werknemers van de oude, grote uitvaartbedrijven – spelen goed in op de behoeften van de nabestaanden. Ritueelbegeleiders