

Als ik later dood ben en wat zou ik dan willen?

Simone Jansen gehuwd met Jan en de gelukkige mama van 2 dochters wil graag haar uitvaart voortijdig met mij bespreken. Ze wil t.z.t. geen kerkelijke dienst en wil van mij andere mogelijkheden weten om een dienst te houden en wil absoluut geen betrokkenheid van een kerk hierin. Dit is een bewuste keuze van haar. Simone is een liefdevolle warme persoonlijkheid, haar leven bestaat uit haar gezin, de natuur, muziek, licht en warmte.

Mijn eerste vraag aan Simone is waarom zij geen kerkelijke dienst wil terwijl ze een RK opvoeding van thuis heeft mee gekregen? Simone had daar enkele redenen voor t.w. :

- Omdat er in de Kerk wel verteld wordt dat God genadig en liefdevol is, maar tegelijkertijd keurt de Kerk mensen af, sluit ze buiten, veroordeelt ze op basis van levensstijl zonder deze mensen werkelijk te kennen.
- Omdat er geoordeeld wordt vanuit angst voor meer goddeloosheid in plaats van bereid te zijn de ander te leren kennen in zijn andere beslissingen of meningen.
- Omdat de kerk erop bleef hameren dat we in zonde ontvangen en geboren zijn en dat wij altijd een zondig bestaan hebben en verdoemd zijn.
- Omdat juist de genade van God ervoor zou moeten zorgen dat alle pijn en emotie uit ieders leven weggevaagd zou worden. Maar ik vind sommige emoties juist heel gezond, ik wil niets van mezelf wegstoppen en in angst leven voor het hiernamaals.

Ik vertel haar dat we leven in een tijd dat de dood bespreekbaar is geworden. De ontkerkelijking in Nederland ertoe heeft geleid dat mensen (voorheen) vaak met lege handen kwamen te staan bij een overlijden. Daardoor ontstonden korte, koele plechtigheden. Als reactie daarop ontstond toen de persoonlijke plechtigheid. Vaak gebeurt het dat wanneer men geen kerkelijke uitvaart wil en er ook zelf geen invulling daaraan geeft, een er een koele, korte ceremonie volgt waarin nauwelijks aandacht is voor de uniekheid van de overleden persoon. In de uitvaartwereld noemt men dat een "A-B-C-tje". Dat betekent dat de muziek A gedraaid wordt bij binnenkomst, als het meezit, is er een spreker, vervolgens luistert men naar muziekstuk B. Nadat de uitvaartleider de mensen bedankt heeft voor hun aanwezigheid start muziek C terwijl de mensen de aula verlaten. Het is gebleken dat over deze invulling veel onvrede bestaat. In zo'n situatie voelen mensen zich vaak toeschouwer in plaats van bewust deelnemer aan het afscheid. Dat dit in het verleden vaak heeft kunnen gebeuren en helaas nog steeds gebeurt, heeft vooral te maken met de rolopvatting die een uitvaartleider heeft. Het invulling geven aan de plechtigheid beschouwde deze niet als zijn/haar taak. Het hing vaak af van de capaciteiten en het initiatief van de betrokken naasten of er iets meer werd neergezet dan een "A-B-C-tje". De rolopvatting van de uitvaartleider is gelukkig aan het veranderen.

Met deze verandering krijgt de beroepsgroep ook een andere naam. Steeds vaker wordt "uitvaartbegeleider" gebruikt in plaats van "uitvaartleider". Het verschil in visie tussen uitvaartondermeningen over de rol van de uitvaartbegeleider is hierin groot en heel divers.

Het invullen van een persoonlijke plechtigheid is meer dan het achter elkaar plakken van een aantal activiteiten. Ik stelde Simone de vraag om na te denken over de invulling van haar toekomstige plechtigheid "waarmee wil jij de mensen naar huis laten gaan"? Is het alleen het idee van de dood of krijgen mensen ook iets mee van troost? Wil Simone in haar plechtigheid ook aandacht besteed hebben aan het belang van haar leven? Het is heel belangrijk bij het samenstellen van haar eigen plechtigheid dat er een bepaalde opbouw zit in het geheel.

Als Simone kiest voor diverse sprekers kan het mooi zijn om een chronologische lijn in te bouwen, bijvoorbeeld door te beginnen bij de personen die vanaf het begin belangrijk in haar leven waren. Het kan ook andersom: beginnen bij nu en teruggaan in de tijd.

Indien Simone vooraf inspraak wil hebben over de toegesproken teksten is het zinvol om dit op elkaar af te stemmen. Ik gaf haar aan dat vaak de inhoud van de teksten in de loop van de dagen tussen overlijden en uitvaart verandert. Als men vooraf teksten opstelt zijn dat de teksten van dat moment en die kunnen afwijken nadat iemand overleden is. Het kan de nabestaanden helpen om in de dagen na het overlijden steeds op te schrijven wat je aan degene die overleden nog had willen zeggen of nog had willen vragen. Zo kan er een tekst "groeien" die uitgesproken kan worden tijdens de plechtigheid.

Gedichten kunnen vaak heel compact aangeven wat er dan in iemand omgaat. Ik geef haar het advies om zelf ook na te denken of ze ook eigen geschreven brieven en/of gedichten die ze voorheen heeft geschreven in haar afscheidsdienst wil laten horen, zo maak je de dienst nog persoonlijker.

Ik stel Simone voor om samen een programma boekje op te stellen, zo kan ze de regie grotendeels zelf inkleuren. Zo'n programma boekje kan als iets puur functioneel voor dat moment worden beschouwd. Later kan dit programma boekje als herinnering functioneren voor de nabestaanden. Simone kiest voor zo'n programma boekje met een foto van haar erop aan de voorkant.

Simone kiest er ook voor om kleurenstelling van het programma boekje gelijk moet zijn aan de kleur van de rouwkaart en het gedachtenisprentje.

Omdat Simone heel duidelijk is dat haar plechtigheid heel persoonlijk moet zijn gaf ik haar ook advies m.b.t. thuis opbaren. Thuis opbaren heeft vele "voordelen" boven elders opbaren. Wanneer iemand thuis is, kan men op elk gewenst moment afscheid nemen. De sfeer is die van thuis. Als iemand thuis is, kan het ook gewoner worden om rond de overledene te praten, te lachen, huilen of samen koffie te drinken.

Simone gaf me aan dat ze een echt buitenmens is en dat de natuur een rode draad in haar leven is. Hier speelde ik op in. Ik vertelde haar dat het Nederlandse weer vaak onvoorspelbaar is, maar dat het buiten-zijn ook hele aantrekkelijke kanten heeft. Juist bij een afscheid is men vaak heel ontvankelijk voor het onverwachte van wat zich buiten de invloed van mensen afspeelt. Het kan bijvoorbeeld veel indruk maken als er bij het uitspreken van bijvoorbeeld een gedicht juist een vogel overvliegt of als er net een straaltje zonlicht schijnt op de overledene of op degenen die dicht bij de overledene staan. Als men het risico van regen en kou incalculeert en daarvoor voorzorgsmaatregelen treft, kan men samen komen op de plek die van grote waarde was van haar. Ik heb samen met haar enkele perfecte buitenlocatie 's doorgenomen.

Muziek speelt vaak een belangrijke rol bij het afscheid nemen. Het kan gevoelige snaren raken in mensen. Bij de juiste afstemming gaat er in individuele mensen iets meetrillen. Emoties worden geraakt. Dit geldt in het bijzonder wanneer de muziek zorgvuldig is uitgekozen en de betekenis ervan bekend is of wordt verteld. Muziekstukken die tijdens de plechtigheid worden gespeeld, blijven vaak voor de betrokkene voor altijd verbonden met dat afscheid. Lieder kunnen gekozen worden vanwege de toepasselijke tekst of omdat het lied een speciale betekenis heeft voor hem/haar. Daar muziek een belangrijke rol speelt in Simone d'r leven adviseer ik haar zelf een muziekljst samen te stellen.

Kaarsen hebben voor veel mensen een symbolische waarde dus ook voor Simone. Er worden verschillende betekenissen aan gegeven. Zo kunnen kaarsen het symbool zijn voor de vlam die blijft branden als teken dat deze mens voor altijd in iemands hart verankerd is. Ook kan het licht in de duisternis symboliseren voor de tijd die komen gaat voor de betrokkene of het licht waar de overledene naartoe is of waardoor de ziel nu omvat wordt. Simone zou bij de plechtigheid graag omringd wilde worden met grote brandende kaarsen.

Uitreiken van een "herinnering". Het kan een foto zijn met een gedicht, of een herinnering geschreven door het gezin, of van haarzelf of een tekst uit bijvoorbeeld een dagboek.

Ik raad haar sterk aan om de herinnering tijdens de plechtigheid uit te delen. Zeker wanneer het om een foto gaat kan het heel verbindend werken als iedereen de foto voor zich ziet. Er ontstaat dan iets gemeenschappelijks als iedereen dezelfde betekenisvolle tekst op het zelfde moment leest. Ik adviseerde Simone om er over na te denken of ze dit zelf wilt invullen of dat dit straks bepaald wordt door haar gezin.

Bloemen spelen bij een plechtigheid een grote rol. In de keuze van de kleur, de vorm en soort ligt vaak veel gevoel besloten. Van oudsher worden bloemen bij een afscheid gebruikt vanwege hun vergankelijkheid. Net als het gestorven lichaam zullen bloemen "vergaan". Een belangrijk aspect na de uitvaart is door een boeket mee naar huis te nemen en met eigen ogen te zien hoe de bloemen steeds verder vergaan. Deze symboliek kan heel waardevol zijn voor de nabestaanden. Daar Simone een natuurmens is valt haar keuze op een veldboeket.

Tegenwoordig wordt de afstand tussen de locatie van de plechtigheid en begraafplaats of crematorium meestal met auto's afgelegd. Ieder in de eigen auto symboliseert het individualistische karakter van onze samenleving. Tijdens de plechtigheid is iets liefdevols en gemeenschappelijks ontstaan tussen de aanwezigen op basis van ieders verbondenheid met de overlevende. Wanneer ieder vervolgens op eigen gelegenheid naar de begraafplaats, crematorium of naar plechtigheid rijdt, wordt die verbinding verbroken. Ik stel haar voor om de plechtigheid op de begraafplaats in de aula of in de directe omgeving van de begraafplaats te houden. Crematoria hebben vrijwel altijd zo'n aula of ontmoetingsplek als dat dan om de een of andere reden niet lukt dat men dan achter elkaar rijdt waardoor de kans groter is dat die band in stand blijft. Omdat een rouwstoet in het verkeer geen voorrang meer heeft en om dit probleem enigszins op te vangen adviseer ik haar om zwarte vlaggetjes of grijze linten uit te reiken om aan de auto's te bevestigen.

Indien Simone kiest om na de plechtigheid begraven te worden zijn er allerlei mogelijkheden om dit afscheid af te sluiten t.w.:

- Gaan alle genodigden mee naar het graf of een select gezelschap?
- Wat is het ritueel bij het graf?
- Laat men de kist in het graf dalen of op het graf staan?
- Wordt er nog een gebaar gemaakt bij het weggaan bij het graf?
- Laat men het graf open of wil men het zelf dichtmaken?
- Gaan de naasten als eerste of als laatsten weg bij het graf?

Soms is er op dezelfde begraafplaats een ander graf (zoals Simone d'r ouders) dat voor de betreffende kring van mensen veel betekenis heeft. Het kan een ontroerend gebaar zijn om langs dat betreffende graf te lopen en een bloem te nemen uit het bloemstuk dat op de kist van de overledene ligt en op dat graf te leggen. Belangrijk is wel dat dit voortijdig wordt aangekondigd anders begrijpen de mensen niet wat er op dat moment gebeurt.

Op weg naar het graf willen naasten soms symboliseren dat de ziel van de overledene het lichaam heeft verlaten. Voordat het lichaam in de aarde wordt gelegd, kan men een witte ballon(en) oplaten als teken dat de ziel is opgestegen, waar dan ook naartoe.

Indien Simone kiest voor een crematie na de plechtigheid zijn er ook allerlei mogelijkheden om dit afscheid af te sluiten t.w.:

- Gaan alle genodigden mee naar het crematorium?
- Gaat alleen haar gezin mee?
- Gaat Simone alleen?
- Als zij ervoor kiest dat haar gezin meegaat, is dat tot in de ruimte waarin de oven zich bevindt?
- Of kiest zij ervoor dat haar gezin dat haar gezin de kist daadwerkelijk de oven in ziet gaan?

Tijdens de bijeenkomst of na de plechtigheid, begrafenis of de crematie kan men de naasten “condoleren”. Condoleren betekent letterlijk “deelneming, meegevoelen betuigen”. Deze officiële term roept tegenwoordig bij veel mensen weerstand op omdat het doet verwijzen naar iets stijfs, iets onpersoonlijks, iets formeels. Om die reden wordt het woord “condoleren” vaak vermeden op de rouwkaart en kiest men voor alternatieven als “elkaar ontmoeten”, “informeel samenzijn” of “een kopje koffie met elkaar drinken”. Ik adviseer Simone om daar terdege over na te denken welke tekst ze wil en wanneer zij wil dat dit gebeurt.

Begraafplaats:

Na een begrafenis liggen er vaak veel bloemen op een graf. Er komt een moment dat die bloemen verwijderd worden. Voor welke grafbedekking kiest Simone dan? Ik adviseer haar, daar terdege daarover na te denken. Naast de traditionele steenhouwers zijn er inmiddels tal van kunstenaars die zich hebben toegelegd op het maken van grafmonumenten. Ik adviseerde Simone om de regels op te vragen bij de begraafplaats deze kunnen nogal verschillen in Nederland, iedere gemeente hanteert z'n eigen wetten en regels!

As bestemming:

Na een crematie moet de as wettelijk een maand in het crematorium blijven. Na die maand kan de as die bewaard in een asbus worden vrijgegeven. Overigens is men niet verplicht om na die maand de keuze te maken. Als men langer wil nadenken kan de as zolang in de “algemene nis” in het crematorium bewaard worden. Die ruimte is over het algemeen niet voor bezoek toegankelijk. Er zijn twee mogelijkheden voor de as bestemming: bewaren of verstrooien. Elke crematorium heeft verschillende soorten urnen waaruit een keuze gemaakt kan worden. Daarnaast zijn er allerlei gespecialiseerde bedrijven en kunstenaars die urnen vervaardigen. De urn kan op het terrein van het crematorium bewaard worden. De as kan in een urnentuin/urnengraf begraven worden, in een urnament/zuil geplaatst worden of in een columbarium/urnenmuur. Men mag de urn ook mee naar huis nemen en die eventueel in huis of in de tuin bewaren. In dat laatste geval moet er wel op worden gelet dat de urn zodanig is gemaakt dat hij vorstbestendig is. Sinds de wetwijziging van 1996 mag de as ook worden gesplitst, dat wil zeggen dat bijvoorbeeld verschillende naasten een deel van de as kunnen bewaren. Ook is het mogelijk om een klein deel van de as te bewaren in bijvoorbeeld een medaillon, ring of in een kunstvoorwerp en de rest van de as eventueel te verstrooien. Ik adviseer Simone daar terdege over na te denken, wat, hoe en waar.

Tastbare herinneringen:

Steeds vaker wordt een plechtigheid opgenomen cd of video. Met die opnames wordt heel verschillend omgegaan. Sommige naasten willen de plechtigheid niet opnieuw zien of horen omdat ze niet willen dat er allerlei emoties worden losgemaakt. Anderen kijken of luisteren juist met het doel om de emotie naar boven te halen. Weer anderen zegt het niets. Zij vinden dat de herinnering in hun hart zit en dat een video of cd slechts een dimensie van het afscheid terug kan halen. Zij hebben de opname alleen laten maken omdat ze nooit zeker weten dat ze er in de toekomst eventueel toch naar willen kijken/luisteren. Sommige mensen gebruiken de opname om bijvoorbeeld een jaar na overlijden met de direct betrokkene nog eens stil te staan bij het overlijden.

Een hele bijzondere vorm van herinneren is wanneer er voor het overlijden een opname is gemaakt van de betreffende persoon. Mensen besluiten hier soms toe wanneer ze bijvoorbeeld weten dat ze ernstig ziek zijn, binnen afzienbare tijd zullen overlijden en ze aan hun (jonge) kinderen nog iets mee willen geven over hun leven, hun visie, hun gedachtegoed, hun angsten en hun hoop.