

16 Het laatste woord

In de rubriek 'Het laatste woord' praten mensen over de laatste levensfase. Daaronder staat wekelijks een necrologie van een niet per se bekende persoon.

Probeer verdriet in stukjes te knippen

Ooit ging het meestal zo. Iemand overleed. Een begrafenisondernemer kwam aan huis om praktische zaken te regelen: de kist, de kaarten, de koffietafel na de plechtigheid. Dominee of pastoor stond altijd klaar voor de geestelijke bijstand, de spirituele rituelen. Hoefde niemand over na te denken.

En nu. Keuzestress. 'Doodgravers' heten uitvaartleiders, ze hebben zich ontwikkeld tot 'funerair ondernemers', die alles naar wens en op maat kunnen leveren. Zij kennen de branche van professionele sprekers en zangers, horeca-arrangementen, fotografen en filmers die van een uitvaart een warme en persoonlijke ervaring voor de nabestaanden kunnen maken.

Hebben zij dominee en pastoor uit de markt gedrukt? Deels wel. In een ontkerkelijkt samenleving staan zij niet meer als vanzelfsprekend aan de groeve.

Tegelijk: elke verandering schept kansen, ook voor pastors. Annegien Ochtman-de Boer (57) is opgeleid als remonstrants dominee. Sinds 1982 heeft zij als predikant gewerkt in Dordrecht en Naarden/Bussum, met tussenpozen, om tijd vrij te maken voor haar gezin met opgroeiende kinderen.

Sinds 2006 heeft Annegien Ochtman een eigen praktijk, waarvoor ze de naam *Ritualiter* heeft bedacht. Ze begeleidt en leidt rituelen bij grote gebeurtenissen in de persoonlijke levenssfeer – geboorte, huwelijk en dood.

Wat maakt dat mensen u, als 'zzp'er' inschakelen, in plaats van een voorganger die aan een kerk is verbonden?

„Het begrip gemeenschap is veranderd in de samenleving. Vroeger leefden de meeste mensen in een hecht verband van parochie of kerkelijke gemeente. Nu vormen mensen veel meer hun eigen groepen, met vrienden en contacten uit diverse fasen in hun leven: uit hun schooltijd, studietijd, verschillende plekken waar ze wonen, verschillende banen. Minder mensen hebben een band met één geloofsrichting, één kerkgenootschap.”

En dus ...?

„... komen ze niet meer zo makkelijk over de drempel van de kerk.



Annegien Ochtman: „Kaarsen ontsteken, één voor één een roos bij de kist neerleggen – het zijn manieren om verdriet te delen.”

Terwijl ze aan een huwelijk of uitvaart toch iets overstijgends, enige diepgang willen toevoegen. Ze zoeken de meerwaarde van spiritualiteit. Ik voorzie in die behoefte.”

Iets overstijgends?

„Ja, uittillen boven het puur persoonlijke, het individuele. Bij een uitvaart spreken nu meestal familieleden, vrienden, collega's: herinneringen, vaak anekdotisch. Dat is enerzijds mooi, maar het kan anderzijds ook een beetje oppervlakkig en willekeurig overkomen. Ik zoek de verbinding in die losse verhalen. Vanuit welke inspiratie heeft iemand geleefd? Waaruit kunnen zijn nabestaanden troost putten?”

De hand van God? Eeuwig leven?

„Ik reken het tot mijn taak de juiste toon en taal te vinden, die past bij het gezelschap waarvoor ik spreek. In de traditie van de kerk zou ik afsluiten met: 'De Eeuwige zegene u en behoede u'. Maar in een gezelschap van niet-gelovigen wordt die taal niet altijd begrepen. Daardoor verlies ik misschien de aandacht van mijn gehoor. Dan ontstaat er geen gevoel van saamhorigheid, van elkaar begrijpen en tot steun zijn.”

Wat zegt u in plaats daarvan?

„Dan kies ik woorden als 'Moge licht u omgeven', dan spreek ik 'over de bron van ons bestaan, waaruit wij kracht kunnen putten'.”

Hoe komt u er achter wat de juiste toon en taal voor een bepaalde uitvaart is?

„Als ik daarvoor word benaderd, zeg ik meestal: om te beginnen wil ik een afspraak maken om drie uur ongestoord te kunnen praten met de meest nabije nabestaanden. Mobiele telefoons uit, geen bezoek tussen door, echt de tijd voor elkaar nemen, vertellen, luisteren. Ook voor de familie is dat belangrijk – bijna een vorm van therapie. Zo krijg ik een beeld van wie de overledene was en welke uitvaart bij de situatie past.”

U kent de overledene niet?

„Ongeveer de helft van hen heb ik eerder wel ontmoet en gesproken. Zowel voor de familie als mijzelf is dat het prettigst – dat ik als het ware een stukje kan meelopen in die laatste fase van iemands leven en de da-

gen van het afscheid. Zo ontstaat een band.”

Zonder band is het moeilijker?

„Ik doe dit werk al tamelijk lang. Ik neem ook mijn ervaring en eigen levenservaring mee. Mensen die niet een dierbare hebben verloren, kunnen meestal wel wat steun en advies gebruiken.”

Wat is uw belangrijkste advies?

„Als het enigszins kan, zeg ik: maak van de uitvaart zelf en de dagen ervoor een onvergetelijke herinnering. Probeer verdriet in stukjes te knippen. Sta bewust stil bij verschillende momenten. Laat de overledene nog een tijdje in bed liggen, niet meteen in een kist en weg. Ga in een kring rondom hem of haar staan en benoem één voor één je gedachten en gevoelens. Sluit de kist met elkaar. Draag de kist als familie zelf het huis uit.

„Ook kleinere rituelen kunnen helpen bij verwerking en rouw. Het zijn verschillende manieren en momenten van afscheid nemen, waarbij het besef dat iemand overleden is geleidelijk kan doordringen.”

Ziet u dat als uw opdracht: helpen bij verwerking en rouw?

„Ook dat is deel van een maatschappelijke ontwikkeling. In het verleden speelden godsbeeld en religieuze taal de hoofdrol bij omgang met de dood. Daarop richtte dominee of pastoor vrijwel alle aandacht. Wie nu zonder dat perspectief leeft, heeft andere krachtbronnen nodig om de dood te accepteren: van dierbaren en uiteindelijk van zichzelf. Die bronnen zijn te vinden in écht contact maken met elkaar, 'er zijn voor de ander' en dan woorden uitwisselen die steun en troost bieden.”

Zoals?

„Gedichten van Kafavis, Hans Andreus, Vasalis, de troostbrief van Augustinus, teksten van Khalil Gibran – de hele wereldliteratuur staat ons ter beschikking om die woorden te vinden, of ik formuleer ze zelf. Iedere situatie is anders, elk afscheid verdient z'n eigen toon en taal.”

Tekst GIJSBERT VAN ES

Reacties: laatstewoord@nrc.nl
Twitter: #hetlaatstewoord