


Dag van Retorica 2018	Marjolein Akkermans		Pag. 1
WAAR EEN HART NIET MEER KLOPT 1274 woorden			Versie 25-9-2018

Hij was 27 jaar en reed zichzelf tegen een boom

Zij was 78 jaar toen ze na een lang ziekbed rustig overleed.

Waar een hart stopt worden andere harten zwaar van verdriet, van afgebroken zijn, van los moeten laten. Of van zacht verdriet, van.. dat het goed is zo, van liefde.

Waar een hart niet meer klopt kan ik gebeld worden.


Omdat ik ooit heb gevoeld dat ik er kán en mág zijn voor mensen die zojuist een zoon, een vrouw of een vriend hebben verloren heb ik een opleiding gedaan als ritueelbegeleider bij afscheid en een trainingstraject gevolgd als humanistisch spreker. Ook de leergang Retorica stond in dit teken; om nabestaanden beter van dienst te zijn met een betekenisvol levensverhaal.

Waar een hart niet meer klopt zijn er mensen die zich opnieuw moeten uitvinden zónder die ander. Die een volgend hoofdstuk in hun levensverhaal moeten schrijven zónder degene die zo dierbaar was. En als ritueelbegeleider bij afscheid of als humanistisch spreker kan ik daar een kleine bijdrage aan leveren. Daar gaat mijn hart sneller van kloppen.

Niet dat het verdriet en de rouw die ik ontmoet zo leuk zijn. Rouw is pijn. Verscheurd zijn. Boosheid. Angst. Stilte. Als ik in mijn auto stap en naar een familie ga bereiden mijn hart en mijn hoofd zich voor op het ergste. Ik heb nooit een idee wat mij te wachten staat achter de voordeur van het huis waar zojuist zoveel verlies is geleden. We kennen allemaal wellicht het ongemakkelijke gevoel als je iemand tegenkomt waar nog maar pas een dierbaar familielid of een dierbare vriend van is overleden. Wat zeg je dan? Welke zinnen zijn passend? In veel interviews en artikelen geven nabestaanden aan dat het niets-zeggen ingewikkelder is dan iets-zeggen. Ik wist ook niet altijd wat te zeggen. En de eerste keer dat ik als spreker een familie even dag kwam zeggen in de familiekamer, voorafgaande aan de uitvaart zelf, stamelde ik ook een beetje onhandig wat vage woorden. Want wat zeg je op de dag dat iemand definitief afscheid neemt van zijn maatje, ouder, kind of vriend.

Het goede nieuws is dat je dat kunt leren. Dat je woorden kunt leren geven aan die eerste contactmomenten en dat je het gewoon moet dóen. Zo werk je al een beetje mee aan dat leven na deze dood. Je erkent iemand in diens verdriet en laat iemand indirect al weten dat je er voor hem of haar bent; ook in het volgende hoofdstuk van diens eigen levensverhaal.

Want dat is waar ik graag een bijdrage aan lever: aan het begin kunnen maken van het volgende hoofdstuk. Aan het nemen van die drempel om de bladzijde om te slaan en weer verder te kunnen. Ik help graag andere mensen om handen en voeten, maar vooral woorden te geven aan deze rite de passage. Rite de passage: Het vaste patroon dat bij belangrijke schakelmomenten in het leven een wezenlijke rol speelt is door de Franse antropoloog Arnold van Gennep in 1908 beschreven. Op mijn opleiding voor ritueelbegeleider werd Victor Turner aangehaald die met name het middenstuk van elk ritueel nader heeft onderzocht. Eerst kom je los van de vaste oude positie in de sociale structuur. Het is een fase van afscheiding en onthechting. Daarna volgt de tweede fase die het hart van het ritueel vormt: de overgang van de oude situatie naar de nieuwe situatie. Het is de drempelperiode die mensen zelf moeten nemen. De 3^e fase is de integratiefase. Het schrijven van je eigen nieuwe hoofdstuk zonder de fysieke aanwezigheid van degene die je zo mist. Een proces dat jaren kan duren. Met schrijversblok en al.

Dag van Retorica 2018	Marjolein Akkermans		Pag. 2
WAAR EEN HART NIET MEER KLOPT 1274 woorden			Versie 25-9-2018

Het mooiste wat ik kan bereiken bij het opstellen van een levensverhaal is de erkenning, herkenning en betekenis van de overledene. In de drempelfase kijk je terug én vooruit naar al die elementen. Het levensverhaal kijkt terug naar wie iemand was. Als totaal mens. Alleen het opsommen van de verschillende gebeurtenissen doet geen recht aan de mens die met hoofd, handen én hart heeft geleefd. Als ik bij een familiegesprek de diepere laag kan bereiken wordt het verhaal persoonlijk en volledig. Het is interessant te weten waarom de 78 jarige vrouw een korte tekst had geschreven op een geel post-it briefje: op de puinhopen bloeien de mooiste rozen. Het was niet zomaar een mooie zin. Ze was letterlijk opgegroeid op de puinhopen van de 2^e wereldoorlog en ze had ervaren dat het altijd weer goed kwam. Dat er altijd weer rozen zouden bloeien. En dat je daar zelf een bijdrage aan moest leveren. Haar positieve boodschap voerde ze dan ook actief uit als vrijwilliger bij de school van haar kinderen en later in tal van verenigingen en goede doelen.

Veel mensen kenden vooral het werk van haar handen. Het collecteren dat ze deed. De koffieochtenden die ze verzorgde. De kleine aquarellen die ze maakte voor anderen. Maar haar motivatie om letterlijk én figuurlijk rozen te laten bloeien was voor velen niet bekend. Haar goede werk kreeg nóg meer betekenis dan het al had.


Ze gaf daarmee ook een boodschap mee. Voor de toekomst. Voor het schrijven van het volgende hoofdstuk. De nabestaanden mochten erop vertrouwen dat er ook in het volgende hoofdstuk rozen zouden bloeien. Een roos zou bovendien altijd aan háár verbonden blijven en aan haar boodschap.

Niet altijd is er zo'n duidelijke boodschap of laat het zich tot een betekenisvol verhaal maken waarin je als toehoorder bij een uitvaart als vanzelf gaat nadenken wat jij met al deze, soms nieuwe verhalen over de persoon, zou kunnen of willen. Of dat er een klein ankertje te horen is waarmee je verder kunt. Het blijkt niet altijd makkelijk om een volledig beeld van iemand te kunnen schetsen omdat verdriet dicht kan slaan, omdat ze nooit eens met elkaar hebben teruggekeken, nooit eens stil hebben gestaan bij wat hen bezighoudt; dus wát te zeggen tegen die aardige, edoch onbekende mevrouw?

Ik ben zó blij dat ik steeds beter leer de juiste vragen te stellen en dóór te vragen. Vaak in kleine stapjes en soms met een omweg. Foto's in een kamer kunnen me helpen. De rouwkaart. De rode sjaal van Ajax op het dressoir. De afwezigheid van een broer.

De vrienden van de 27 jarige man die plots niet meer in hun midden was, wilden eerst niets vertellen laat staan voorlezen. Het verdriet was te groot en spreken voor een groep mensen onmogelijk. Na wat vriendelijk aandringen, zetten ze hun gezamenlijke avonturen op papier en ontdekten op die manier dat hij de aanjager en de positivo van de groep was. Door het beschrijven van zowel zijn als hún levensverhaal en het benoemen van de betekenis die hij voor hen had, zullen zij, met elkaar en ieder voor zich, die bladzijde omslaan en het nieuwe hoofdstuk zonder hem gaan schrijven. Het was een prachtig verhaal geworden dat ik met plezier voorlas want hun avonturen waren niet alledaags. De toehoorders moesten hier en daar grinniken. Herkenning, erkenning. Betekenis. En voor de vrienden een hart onder de riem. Bij een volgende kans op avontuur zal de dode vriend op natuurlijke wijze even voorbij komen. De derde fase.

Als ik na een uitvaart het In Memoriam heb overhandigd aan de familie, mijn reiskosten declaratie heb ingestuurd en thuis alles weer heb opgeruimd ben ik klaar. De familie en vrienden beginnen dan pas. En ik hoop ze dan een beetje te hebben geholpen door woorden te geven aan betekenisvolle verhalen zodat zij verder kunnen. Zij de drempel kunnen nemen.

Dag van Retorica 2018	Marjolein Akkermans		Pag. 3
WAAR EEN HART NIET MEER KLOPT 1274 woorden			Versie 25-9-2018

En dat kan jij ook. Als vriend, als kind, als ouder, als lief. Nu al. Woorden geven aan verhalen. Van hart tot hart. Tijdens het leven zelf.