

# Afscheid als ode aan het leven

Door  
**Redactie MagaZijn**

-  
donderdag 5 november 2020

0  
21



*Dicht bij de dood komen, raakt ons diep en doet ons klein en machteloos voelen. En toch overkomt ze ons ooit allemaal. De kans om afscheid te nemen, hebben we misschien niet. Laten we daarom afscheid als een geschenk zien. Dat is het pleidooi van Hilde Ingels in 'Afscheid dat verbindt'. Het boek is gegroeid uit vijftig 'laatste gesprekken' met mensen die dicht bij de dood staan.*

Haar methode is journalistiek. 'Ik voer een gesprek met mensen die niet lang meer te leven hebben. Ik interview hen. Daarvan maakt mijn collega Isabelle een mooi boekje en dat geven we aan de familie.' Die aanpak maakt het project uniek: de insteek is niet therapeutisch, het is ook geen dialoog en evenmin een levensverhaal of biografie. Het gaat om een echt interview, een portret van wat mensen op dat eigenste moment willen zeggen. Hilde biedt het met haar [vzw Amfora](#) kosteloos aan. 'Het is voor ons een cadeau om dit verhaal te horen. Het gaat niet over hun medische toestand. Ik peil naar ervaringen, niet naar feiten. Waarop is iemand trots? Waarvan heeft hij of zij spijt? Vaak steken mensen zelf van wal met de feiten: de diagnose, de behandeling, het verloop van hun ziekte en van hun leven. Als je dan vraagt hoe ze zich bij die diagnose voelden, beland je snel in een ander register. Stel dat je een 83-jarige vrouw interviewt die als jonge moeder een kindje heeft verloren aan wiegendood. Dan heeft het eigenlijk geen belang te herhalen hoe oud dat kindje was en wat de precieze omstandigheden waren. Dat weet de familie wel. Maar weten ze ook dat hun moeder en grootmoeder, zelfs nu nog, elke dag haar kind mist?' Zo vertelt Hilde in een interview met Tertio (16/09/2020). Bij vzw Amfora voelen ze zichzelf 'doorgevers': het boekje dat ze maken, geeft het gesprek in een tastbare vorm terug over de dood heen. Het is een vorm van bemiddeling

in een tastbare vorm terug, over de dood heen. Het is een vorm van bemiddeling tussen de familie en de betrokkene.

## Hoe heb je die nood aan zo'n boekje ontdekt?

Vanuit mijn freelancewerk voor Tertio had ik twee gesprekken met jonge vrouwen, kort voor hun overlijden. Het was me duidelijk hoezeer dat interview niet alleen heel betekenisvol en ook wel emotioneel was voor henzelf.

## *VOOR WIE ACHTERBLEEF, BETEKENDE DAT UITGESCHREVEN VERHAAL HEEL VEEL.*

Het was ook een manier om een boodschap door te geven aan hun naasten. Voor wie achterbleef, betekende dat uitgeschreven verhaal heel veel. Voor vzw Amfora zocht ik iemand die zo'n verhaal in een kunstzinnige vorm kon weergeven. Zo ben ik bij Isabelle Desmidt uitgekomen.

## In deze coronatijden worden we fel geconfronteerd met onze eindigheid en angst voor de dood. Hoe ervaar jij zelf dood en eindigheid?

Het klinkt misschien vreemd, maar de dood ervaar ik al van kleins af aan als een bijna vanzelfsprekend deel van mijn leven, zonder dat het mijn zijn nu bezwaart. Mijn vader overleed toen hij vierendertig was. Ik was vier. Uiteraard zijn er – als kind, als puber, als jongvolwassene – veel lastige momenten geweest die te maken hadden met het verlies van mijn vader. Er is veel verdriet geweest bij mijn moeder en in ons gezin met vijf kinderen. Toch heeft die ervaring mij nooit terneergedrukt, denk ik. Ik heb altijd een gevoel van veerkracht gehad, onder meer door op moeilijke momenten goede mensen te ontmoeten. Tegelijk denk ik dat er mijn hele leven geen dag voorbij is gegaan zonder dat ik op een of andere manier aan mijn vader dacht.

## Geloof jij zelf in leven na dood?

Vooraan in mijn boek sluit ik een tekstje over mijn vader als volgt af: 'Omdat ik weiger te geloven dat de gezamenlijke levensgeschiedenis van mijn vader en mij in amper vier levensjaren is samen te vatten, blijf ik hopen op een weerzien. Dan stel ik me voor dat we elkaar innig omhelzen – anders dan wij mensen dat doen – en dat dat volkomen geluk zal zijn.' Ik hoop dus dat wat ik geloof werkelijkheid wordt, ik hoop dat ik me niet vergis.

## *IK STEL ME VOOR DAT WE ELKAAR INNIG OMHELZEN – ANDERS DAN WIJ MENSEN DAT DOEN – EN DAT DAT VOLKOMEN GELUK ZAL ZIJN.*

Ik moet bekennen dat ik me af en toe wel eens inbeeld dat mijn vader en mijn moeder – ze zijn sinds vier jaar samen in die volkomenheid – glimlachend en hoofdschuddend naar hun jongste dochter kijken en zeggen: 'Ze wist als kind al goed wat ze wilde, en dat is nog niet veel veranderd.' Dit klinkt misschien naïef, maar zo'n gedachte maakt me gelukkig en dankbaar. Over de dood heen voel ik me op die manier verder met hen verbonden.

## Dirk De Wachter enthousiast

Arteveldehogeschool organiseerde samen met [vzw Amfora](#) een *event* om het boek van Hilde voor te stellen. (*Bekijk onderaan dit bericht het youtubeverslag van de boekvoorstelling.*) Psychiater Dirk De Wachter, twee familieleden van overledenen met wie Hilde de gesprekken voerde en een verpleegster palliatieve zorg voor wiens regionaal netwerk Hilde aan het werk ging, waren erbij.



Dirk De Wachter: 'Je moet je met de dood bezig houden om goed te kunnen leven.'  
© Steven Meert

Dirk De Wachter is zeer enthousiast over deze manier van werken. 'De dood wordt uit onze maatschappij gebannen. Dat is niet goed, want je moet je met de dood bezighouden om goed te kunnen leven. De schrijver Michel Houellebecq zegt dat er niets zal veranderen na de coronacrisis, dat we nog meer afstand gaan houden en de dood nog meer uitgebannen zal worden. Maar we moeten een tegenbeweging voeren. Dit boek kan daartoe bijdragen.' 'Afscheid dat verbindt' vindt hij een heel mooie titel. De dood kan namelijk heel verbindend zijn: 'Last en verdriet geven paradoxaal genoeg verbinding en betekenis.' Daar heb je anderen voor nodig en daaraan moet je ook woorden geven. De Wachter: 'Je moet meanderen in voldoende complexiteit, als tegenbeweging tegen de verarming van de taal in de sociale media. Door de secularisatie valt het religieus kader weg en worden we gedwongen nieuwe rituelen en betekenis gevende acties en woorden te zoeken. Zo'n boekje is zo'n ritueel. Dit is fundamenteel.'

Het boek is niet zwaar dramatiserend, er zit een zekere lichtvoetigheid in. Dat waardeert De Wachter. Je moet eerst 'het verdriet inwikkelen om zijn stekels wat te verzachten, je moet het zwachtelen, tot je het verdriet kunt meenemen zonder dat het je beschadigt. Maar het blijft bij jou en je hebt het ook nodig om emoties te hebben van herinnering zonder dat die je overweldigen.' Het boekje dat vzw Amfora maakt is zo'n wikkkelende herinnering.

## Ontroerende getuigenissen

Indrukwekkend tijdens de avond zijn ook de getuigenissen. Zo vertelt een zoon hoe

zijn vader zijn laatste energie in het interview stopte. Het was voor de hele familie een sterk proces. Achteraf merkte hij dat het boekje helpt om dood en afscheid voor anderen bespreekbaar te maken. 'Je kunt ventileren, emoties uitdrukken. Je wordt beschikbaar voor anderen. Je voelt het verdriet bij anderen aan en je kan de weg vrijmaken voor een gesprek.'

Katrijn Goethals, de echtgenote van Sven die jong stierf, vertelt hoe haar man heel graag praatte. Dit interview gaf hem de kans om over zichzelf te vertellen. 'Sven was bang dat onze jonge kinderen van twee, vier en zeven jaar weinig herinneringen aan hem zouden hebben. Het boekje kreeg thuis een bijzondere plek. Het is een kans om te praten over het verlies en hem ter sprake te brengen. Veel mensen voelen zich daar onwennig bij, maar dat is niet nodig – ook al zeg je 'ik weet niet wat ik moet zeggen'. Ook werd het afscheid er anders door, niet minder pijnlijk, maar toch hadden we het gevoel dat alles gezegd was.'



Katrijn Goethals: 'Het boekje kreeg thuis een bijzondere plek. Het is een kans om te praten over het verlies van Sven en hem ter sprake te brengen.' © Steven Meert  
Niets dan positiefs dus over dit bijzondere initiatief. Eén kanttekening van Dirk De Wachter: we moeten opletten dat het niet een nieuwe verplichting wordt. Niet iedereen moet een boekje maken; afscheid nemen doe je op je eigen manier. 'Zelf was ik bij het overlijden van mijn vader en moeder voor een lezing in het buitenland. Ik had voordien wel goed met hen kunnen spreken. Mijn vader was wat verlegen en teruggetrokken. Hij zou nooit zo'n boek laten maken. Je kan mensen niet dwingen om te spreken. Sommige mensen kiezen er bewust voor om niet te spreken over hun (nakende) dood. Dat zit in hun karakter en in hun gebrek aan taal.'

## Opleiding

Met de vzw Amfora [leiden Hilde en Isabelle tijdens een vierdaagse training mensen uit de zorgsector op om een eindelevensgesprek te voeren](#). Daarnaast leren ze hen dat gesprek uitschrijven in een vlot verhaal en dat verhaal vormgeven in een mooi boekje. Voorwaarde voor deelname is wel dat je verbonden bent aan een netwerk, een eenheid voor palliatieve zorg of een woonzorgcentrum. Ze hopen vurig dat dit ook een duurzame beleidsmatige keuze wordt. Hilde Ingels: 'Dan hangt het niet meer van ons alleen af en kunnen we onze expertise delen.' Hilde heeft dat hun

meer van ons alleen al en kunnen we onze expertise delen. Hilde hoopt dat hun dienst overal wordt aangeboden. Hun training biedt bijvoorbeeld aan pastorale teams niet alleen de kans om palliatieve patiënten en hun familie op korte tijd heel nabij te komen maar vooral om deze ontmoeting in een tastbare vorm uit te werken. Graag zou ze hun aanbod daarom opgenomen zien in zorgopleidingen.

*Interview: Johan Van der Vloet*

*Coverfoto van Hilde Ingels © Frederiek Vande Velde*

Bekijk hier het youtube-verslag van de boekvoorstelling:



Hilde Ingels, [Afscheid dat verbindt. Praten over het levenseinde](#), Lannoo, Tielt, 2020.