

# Tot in je diepste kern.

Praten over afscheid nemen van het leven, werkt verbindend. In de plaats van een definitieve breuk met de geliefde, kan er verbondenheid over de dood heen ontstaan. Toch is dat praten vaak niet gemakkelijk. Amfora vzw is een organisatie die mensen daarbij helpt. Als coördinator leidt Hilde Ingels zorgprofessionals en vrijwilligers op om eindelevensverhalen uit te schrijven en te verwerken in een boekje. De voorbije jaren voerde ze zelf meer dan zeventig zulke eindelevensgesprekken. Triestig en zwaar? Het tegendeel blijkt.

— TEKST HILDE INGELS FOTO FREDERIEK VANDE VELDE







### **Ik heb Amfora niet gezocht. Amfora heeft mij gezocht.**

“Ja, als kind heb ik een groot verlies meegemaakt. Mijn vader was 34 toen hij overleed, ik – jongste van vijf kinderen – was er 4. Maar nooit heb ik de behoefte gevoeld om ‘iets te gaan doen’ met dit verlies, om daarmee ‘aan de slag te gaan’ of in een of ander project te gieten. Dat verdriet en gemis was er zo vroeg in mijn leven, dat het zich in mijn DNA genesteld heeft. Zo voelt het aan. Ik heb nooit anders geweten. Gemis, verdriet, tranen, foute opmerkingen, onbeantwoorde vragen, goedbedoelde maar ongepaste attenties, opstand – het hoorde er allemaal bij in mijn groei van kind naar volwassene. Zonder dat dit als een zwarte wolk boven mijn hoofd hing. Integendeel, ik heb altijd graag geleefd, en nog. Verdriet en gemis waren per definitie een onderdeel van mijn leven. Er gaat geen dag voorbij zonder de gedachte aan mijn vader, zelfs vijftig jaar na zijn overlijden. En intussen ook aan mijn moeder, sinds zij zes jaar geleden overleed.”

### **Neen, dit is niet zwaar.**

“Van kleins af was ik betrokken op mensen, en ook nu leef ik op van contacten met anderen. En toevallig gaan die (professionele) contacten nu hoofdzakelijk over het afscheid van leven. Door zelf verhalen op te tekenen van mensen wiens leven ten einde loopt en vooral door zorgprofessionals en vrijwilligers op te leiden om dit soort werk te doen. Amfora leert verpleegkundigen, psychologen, spiritueel zorgverleners, administratief medewerkers, artsen en vrijwilligers (o.a. voor Samana) in een meerdaagse training hoe ze, op basis van een eenmalig en kort interview, een eindelevensverhaal kunnen optekenen. Een verhaal waarin mensen vertellen hoe ze naar hun leven en naar hun toekomst kijken, hoe ze denken over het afscheid en wat ze zich bij de dood voorstellen. Voor zorgverleners is het bijzonder te ervaren dat een aanpak vanuit journalistieke expertise een meerwaarde biedt aan de bestaande eindelevenszorg.”

“Dit werk is voor mij levengenevend. Zelfs wanneer je (jonge) mensen interviewt die veel te vroeg hun partner, kinderen, broer, zus of ouder moeten loslaten. Zelfs dan gebeurt er iets onwaarschijnlijk. Te midden van dit grote verdriet, dat je als verhalenoptekenaar uiteraard sterk raakt, merk je hoe er iets groeit. Iets van betekenis, dat niet zomaar te vatten is.”

“Door een eindelevensverhaal op te tekenen, neem je de pen vast van wie daar zelf niet in slaagt, op een zeer kwetsbaar moment in iemands leven. Je bent doorgeefluik van woorden, niet meer, maar ook niet minder. Net dat maakt dat er iets gebeurt: met de persoon zelf die nadien zijn eigen woorden neergeschreven ziet in een vlot verhaal. Ook tussen de persoon en de naasten gebeurt er iets, want doordat delicate vragen – *hoe kijk je naar afscheid en dood, wat is belangrijk in je leven* – een antwoord krijgen, kunnen deze gedachten en gevoelens ook met de naasten gedeeld worden. Franky, die ongeneeslijk ziek is en in de 2e aflevering van onze podcast *Afscheid dat verbindt* aan bod komt, verwoordt dit heel helder.”

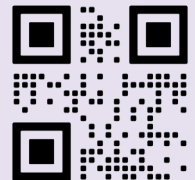
### **Mensen ontmoeten die nadenken over het einde van hun leven, geeft veel energie en is een prachtig cadeau.**

“Het is een passie – noem het een roeping. Ik ben ervan overtuigd dat een gesprek tussen geliefden over afscheid en dood, helpt om nadien het verdriet en de rouw wat te zwachtelen. Steken doet het sowieso, maar een betekenisvol gesprek voor het overlijden, kan dat steken verzachten.”

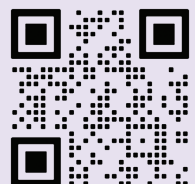
### **Anneleen (overleden op 42 jaar) schreef op haar blog, de dag van het gesprek met Amfora:**

“Vandaag kwam een verhalenschrijfster van Amfora langs. Vanaf minuut twee gaat het al recht naar de ziel en heel snel kom je tot de essentie: *wie ben ik, wie of wat vind ik belangrijk in mijn leven, ben ik bang voor de dood, enz.* Het mooie herinneringsboekje is een troost voor de nabestaanden. Het deed me enorm deugd eens te babbelen over de dingen die mensen uit mijn omgeving niet goed durven te benoemen.”

Beluister de podcast  
*Afscheid dat verbindt*  
via Amfora.be



Beluister de podcast  
*Afscheid dat verbindt*  
via Spotify



Elk gesprek  
met iemand die  
afscheid moet  
nemen van het  
leven, raakt je  
tot in je diepste  
kern.

Het deed  
me enorm  
deugd eens te  
babbelen over  
de dingen die  
mensen uit  
mijn omgeving  
niet goed  
durven te  
benoemen.