

Dans met het leven

Dans met het leven

woorden over loslaten en vasthouden

Tessa Hendriks

© 2022: Tessa Hendriks

Illustraties en omslagontwerp: www.vanbetuwgrafischontwerp.nl
| Annita van Betuw

Auteursfoto: Ron Moes

Redactie: Renate Diks

Lay-out: Coen Hoogveld

Uitgeverij: www.schrijverijmooimens.nl

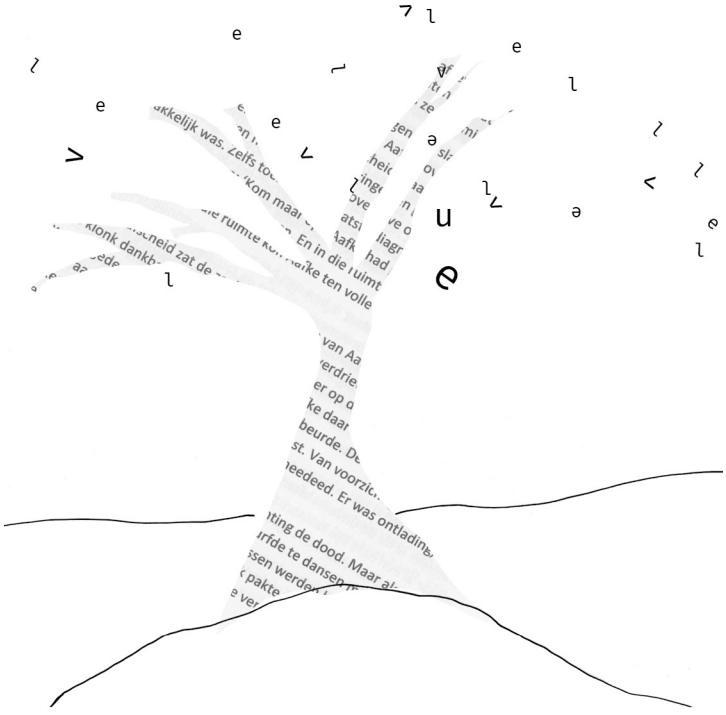
ISBN: 978-94-90352-84-4

NUR: 749

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

Woord aan de dood	8
Greetje	10
Het einde der dingen	13
Eigentijdse benadering	16
Dans met het leven	19
Fijn stom	22
Loslaten	25
Veerkracht	29
De lege kruk	32
Het is goed	35
Henk	39
Terug naar huis	42
Over de doden	45
Geen poespas	48
De laatste voorstelling	50
Ieder voor zich	53
Tijd en wonden	57
Vaarwel	60
Van vorm naar kern	62
Het is wat het is	65
Het leven gaat voorop	68



...nkkelijk was. Zelfs tou...
...kom maar...
...ruimte...
...neid zat de...
...konk dankb...
...ede

...van Aa
...erdrie
...er op o
...ke daar
...beurde. De
...st. Van voorzic...
...needeed. Er was ontladin...

...ting de dood. Maar al
...irfde te dansen
...isen werd
...c pakte
...e ve

U

Woord aan de dood

Maandagmorgen, ik breng mijn jongste zoon naar school. Hij is nog een kleuter, dus ik wurm me tussen een stoeltje en een tafeltje om zijn puzzel te bekijken. Na een knuffel en een kus wens ik hem een fijne dag. Als ik wegloop roept hij mij na, uit zijn tenen klinkt: "Mama, fijne uit-vaaaart!" Er gonst een lach de klas rond.

Acht jaar geleden stapte ik het uitvaartvak in. Jonge moeder, twee studies achter de rug en vastbesloten in mijn keuze. Ik wilde mensen bijstaan in een periode van rouw en verlies, ik wilde van betekenis zijn in een donkere periode. Misschien zelfs wat licht brengen.

Er volgden intense jaren waarin ik vele families mocht begeleiden, waarin mensen zich kwetsbaar opstelden, wat kan je anders als het allerergste is gebeurd? Waarin ik mensen mocht ontmoeten in een achtbaan van emoties en waarin ik even mocht wandelen met mensen in diepe rouw. Mooie jaren, waaruit ik zoveel voldoening haalde. Zoveel bevestiging dat ik de goede weg was ingeslagen.

Al snel ging ik schrijven. Het was een manier om uiting te geven aan wat ik meemaakte, een soort verwerking wellicht. In eerste instantie een kanalisator voor mezelf. Er ontpopten verhalen. En toen kwam daar het moment dat het werd opgemerkt, mensen bleken de verhalen graag te lezen. Het gaf inspiratie, troost of op zijn minst herken-

ning. Wat het ook gaf, het was goed en ik schreef door.

Zo schrijf ik nog steeds. Ik schrijf voor mezelf en voor iedereen die te maken krijgt met de dood. De dood, zo verbonden met leven. Daarin ligt de troost verscholen. Natuurlijk snijdt het in je ziel als je geliefde sterft. Natuurlijk voelt het als een amputatie als je kind of partner het leven los moet laten. Maar wat is loslaten? Is het niet anders vasthouden? De verbinding blijft. Liefde is onzichtbaar, ontastbaar en tegelijk het meest aanwezige wat we kunnen voelen. Dat is verbinding. En verbinding is onsterfelijk.

Zo blijf ik schrijven. Niet om de dood het woord te geven. Maar om woorden te geven aan de dood.

Tessa Hendriks

Greetje

“Tessa, zou je hierheen willen komen? Er is een dame overleden en ze heeft helemaal niemand meer.”

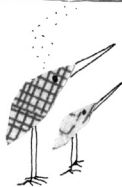
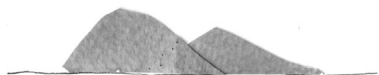
Een bijzonder telefoongesprek, in de auto op weg naar huis. Een verzorgende van een verpleeghuis belde me op met de vraag of ik wat voor hen kon betekenen. Ik gooide mijn planning om en zat binnen een paar uur bij hen aan tafel. In een kantoortje waar de verzorgende provisorisch ‘niet storen’ op de deur had geplakt, want nu mocht er even niemand binnenkomen. Het ging tenslotte om Greetje. Greetje, die drie jaar geleden in de zorginstelling kwam wonen na het overlijden van haar man. Greetje, die haar wereld kleiner en kleiner zag worden, door haar lichamelijke beperkingen en door haar geheugen die haar in de steek liet. Maar Greetje zou Greetje niet zijn als ze zich zou laten kennen. Iedere avond gingen de krullers nog in d’r haar. Keurig gekapt en verzorgd begon ze iedere dag met frisse moed. Je wist maar nooit wie er op bezoek zou komen. Je wist maar nooit óf er bezoek zou komen. En in het geval van Greetje was het maar goed dat ze dit ook echt niet wist... Het lag in ieder geval niet aan haar krullen.

Nu lag ze rustig in bed, in haar kamer, in haar eigen kleine wereld die stil was komen staan. Haar vaste verzorgsters hadden haar prachtig opgebaard. Haar lippen gestift, haar nagels gelakt.

Greetje moest een mooi afscheid krijgen, dat verdiende ze. We gingen in gesprek en samen ontwierpen we een klein, knus afscheid. Het was ongelooflijk hoezeer de verzorgenden zich inspanden. Er werden foto's gezocht van Greetje, uit de tijd dat ze nog actief deelnam aan de activiteiten in het verpleeghuis. En de dag van de uitvaart moest en zou op dinsdag zijn, want dan waren haar vaste verzorgers vrij.

We regelden een schitterend bloemstuk, in de kleuren van haar dekbed en de pastor schreef een symbolisch verhaal over het leven van Greetje. Er werden kaarsen aangestoken, door alle verzorgenden één. Als eerbetoon begeleidden zij Greetje na de ceremonie zelf tot aan de ovenruimte.

Na afloop van de uitvaart werd ik verrast door een berichtje van de verzorgende waarin ze me bedankte en een diepe buiging maakte voor mijn inzet. Maar die buiging maak ik liever zelf. Voor de ongekende, liefdevolle zorg door mensen met een hart van goud. Verzorgenden die zich belangeloos inzetten voor 'hun' Greetje. Zelfs na haar dood. Júíst na haar dood. Greetje was alleen, maar ging niet alleen. Een diepe, diepe buiging.



Het einde der dingen

Als uitvaartbegeleider wordt mij vaak gevraagd: “Vind je het geen zwaar werk? Je hebt altijd met verdriet te maken.” Ik begrijp deze vraag goed en leg uit dat ik inderdaad vaak in droevige situaties terechtkom. Daar staat tegenover dat afscheid nemen niet alléén maar met tranen gepaard gaat. Naast het verdriet ontstaat er vaak ook ruimte voor een glimlach om de mooie herinneringen en kunnen er grappen worden gemaakt over de gekke eigenschappen die de overledene had. Niet zelden brengt het een familie dichter bij elkaar, leert men elkaar beter en soms ook op een andere manier kennen. Zo wordt het heengaan van een dierbare meer dan alleen loslaten: het verbindt en levert mooie momenten op.

Onlangs werd ik getagd door een Facebookvriendin die een quote citeerde van Beau Taplin. Ze moest erbij denken aan de manier waarop ik mijn werk beschrijf. Ik was direct geraakt door de rake woorden:

“I've always been enchanted by the endings of things. Series finales and sunsets. Last paragraphs and encores. I think for the way they remind me that losing something you love isn't always sad and heartbreaking, but sometimes breathtaking and beautiful.”

Het verliezen van een geliefde is hartverscheurend, maar soms ook adembenemend en mooi. Het einde van een

leven laat prachtige herinneringen ontstaan. Een simpel moment, dat je ooit samen deelde, krijgt een gouden en onuitwisbaar randje.

De dag dat je afscheid neemt van een dierbare is van grote waarde. Het is hét moment dat in alle facetten moet kloppen. De verhalen, de muziek, de beelden: de hele sfeer van de uitvaart moet uitademen wie je geliefde was en wat hij of zij voor je betekent heeft. Een uniek mens verdient een uniek afscheid. Doordrenkt met unieke klanken en woorden. Ieder gebaar draagt bij aan het loslaten en draagt bij aan het verbinden. Zo kan een moment waarop je adem stokte een moment worden die je inademt als een krachtig nieuw begin. Geen einde der dingen, maar een nieuw begin op de mooiste plek: geborgen in je hart.