

# Afscheidsrituelen in tijden van corona

Joanna Wojtkowiak en Esli Jongen

**D**E MENS IS EEN ZINGEVEND WEZEN. Vele denkers hebben zich met de vraag bezighouden hoe mensen in kritieke omstandigheden reageren op ervaringen, wanneer de vanzelfsprekendheid van het leven wordt onderbroken.

De Zwitserse psycholoog Viktor Frankl (1959) is misschien de meest bekende auteur die met zijn wil-tot-zin beschrijft hoe mensen in onmenselijke omstandigheden, zoals een concentratiekamp, overleefden door zin te behouden. Breukervaringen ontstaan, zo schrijft de Amerikaanse antropoloog Clifford Geertz (1973), wanneer mensen te maken krijgen met een situatie die zij niet begrijpen, niet kunnen toelaten of niet meer uithouden, zoals bij lijden.

De huidige coronacrisis kan worden beschouwd als een mondiale collectieve breukervaring. Het dagelijks leven wordt sterk beïnvloed en beperkt, veel mensen raken hun baan en existentie kwijt, sociale contacten zijn tot een minimum gereduceerd en alle zorgverleners en naasten die te maken krijgen met ziekte en overlijden door het virus, worden met de grenzen van het eigen uithoudingsvermogen geconfronteerd. De dood is nu elke dag aanwezig.

Geertz (1973) beargumenteert dat mensen als reactie op breukervaringen verwijzen naar symbolische zingevingssystemen die te vinden zijn in religies en levensbeschouwingen. Rituelen zijn

als meest kenmerkende symbolische uitingen van zin te vinden binnen verschillende culturen. Ze doorbreken de alledaagse routine en creëren een speciaal moment van bezinning, waarbij stilgestaan wordt bij een gebeurtenis (zoals een overlijden). Vooral bij overlijden zijn rituelen van grote betekenis, omdat de dood tot een van de meest ongrijpbare breukervaringen behoort. De dood doorbreekt onomkeerbaar de relatie met een dierbare persoon. Wanneer betrokkenen niet aanwezig kunnen zijn bij het overlijden of geen afscheid kunnen nemen, wordt het zich verhouden tot de dood nog moeilijker. Geestelijk verzorgers wordt gevraagd om op zulke momenten steun te bieden, maar komen ook voor uitdagingen te staan, wanneer onderling contact beperkt of onmogelijk is, zoals ten gevolge van de maatregelen in verband met de coronacrisis.

In dit artikel gaan wij in op de rol en betekenis van afscheidsrituelen in tijden van corona. De vraag die wij hierbij zullen behandelen is: hoe kunnen afscheidsrituelen worden vormgegeven in crisistijden, zoals de coronacrisis? Allereerst geven wij een korte inleiding in de vorm en functie van afscheidsrituelen in het algemeen. Daarna gaan we in op de uitdagingen bij het uitvoeren van rituelen in crisistijden zoals de huidige. Ten derde bespreken wij aan de hand van voorbeelden (VGVZ, 2020) hoe geestelijk verzorgers rituelen kunnen aanpassen aan de beperkende maatregelen. We besluiten deze bijdrage met enkele trends en de verschillen tussen rituelen in



coronatijden en status-quotrituelen. Ook de rol en taken van geestelijk verzorgers komen hierbij aan de orde.

### Vorm en functie van afscheids-rituelen

Rituelen zijn specifieke culturele manieren om met levensgebeurtenissen om te gaan. Het zijn min of meer voorgeschreven handelingen, waarbij de zintuigen worden aangesproken door aandacht, stilte, beweging, beelden en klanken. Door de lichamelijke input en aandacht in een ritueel wordt de verbeelding aangesproken en worden emoties opgeroepen en gekanaliseerd. Rituele elementen worden met zorg en op een esthetische, niet-alledaagse manier gebruikt (Wojtkowiak, 2018).

Sterven, dood en rouw worden door tijden en culturen heen met (soms uitbundige) rituelen omgeven. Dat mensen rituelen ontwikkelen als reactie op de dood is universeel, maar de manier waarop dat gebeurt is zeer verschillend (Hertz, 1960). Wat is de functie van afscheidsrituelen, zoals aan het sterfbed, bij een uitvaart of herdenking? Op de eerste plaats hebben de drie vormen telkens een iets andere nadruk. Rituelen aan het sterfbed zijn vooral gericht op het loslaten en af-

scheid nemen van het leven en de dierbare. De uitvaart is het collectieve moment waarop de overledene symbolisch en fysiek wordt getransformeerd van de sociale status 'levend' naar 'dood' (Janssen & Verheggen, 1997). De persoon wordt geëerd en het leven wordt gevierd. Het lichaam vindt de laatste (in sommige culturen tijdelijk laatste) rustplaats en de nabestaanden komen samen om afscheid te nemen van de persoon. Tijdens een herdenking wordt de overleden persoon juist tijdelijk teruggehaald naar de wereld van de levenden. Hier staat de verbinding met de overledene centraal: hoe kunnen wij de relatie met de dode in stand houden?

## De coronacrisis kan worden beschouwd als een mondiale collectieve breukervaring

Rituelen zijn onderdeel van het individuele en collectieve rouwproces (Romanoff & Terenzio, 1998). Zij dragen bij aan het rouwen. Met name de uitvaart blijkt een belangrijk onderdeel van

het besef en verwerkingsproces dat de overledene er daadwerkelijk niet meer is. Wanneer nabestaanden geen afscheid hebben kunnen nemen van de dierbare of niet de mogelijkheid hebben om een uitvaart te plannen en te laten plaatsvinden, kan het rouwproces stagneren (Singg, 2009). Juist de transformatie van leven naar dood is – hoe pijnlijk ook – een essentieel onderdeel van het rouwproces. Tijdens de uitvaart kan stilgestaan worden bij het leven van de dierbare en, in het geval van religieuze rituelen, de overgang naar een ander leven. Als dit niet mogelijk is, blijft de dood onwerkelijk: het bericht dat de dierbare is overleden is er, maar de tastbare confrontatie (zoals met het overleden lichaam of de kist) blijft uit. Voor nabestaanden is het erg pijnlijk dat men niet de laatste eer kan verzorgen; nabestaanden geven aan dat de dierbare ‘dit niet heeft verdiend’.<sup>1</sup> De uitvaart is een sociaal ritueel: de dierbare wordt niet individueel herinnerd, maar in een collectief. De aanwezigheid van andere dierbaren helpt bij de transformerende functie van de uitvaart. Er zijn getuigen dat de dood daadwerkelijk heeft plaatsgevonden.

### Afscheidsrituelen aan het ziekbed

Op crisismomenten als de coronacrisis zijn de gebruikelijke rituelen ineens niet meer vanzelfsprekend. Patiënten die in instellingen verblijven, kunnen vaak geen afscheid nemen van hun dierbaren door de maatregelen of het snelle verloop van de ziekte. Het niet kunnen zien van de dierbare op het sterfbed kan zelfs als traumatisch worden ervaren.<sup>2</sup> Bovendien is er niet altijd een geestelijk verzorger van de eigen levensbeschouwing beschikbaar om een afscheidsritueel te verzorgen. Geestelijk verzorgers en andere zorgverleners worden daarnaast geconfronteerd met een eenzaam ziek- of sterfbed. Juist op deze momenten is er vraag naar rituelen die mensen een gevoel van verbondenheid geven en een waardig afscheid bieden, passend bij de eigen levensbeschouwing. Wanneer het niet (tijdig) lukt om een ritueel passend bij de levensbeschouwing in te zetten, kan er in overleg met de zieke en/of naasten worden gekozen voor een universeel ritueel.

Er zijn bepaalde rituele elementen (zoals licht, stilte of een gedicht) en bepaalde symbolen en

betekenissen (zoals liefde en dankbaarheid) die over levensbeschouwingen heen betekenisvol zijn. Een ritueel is echter meer dan de som van rituele elementen. De wijze waarop een ritueel wordt verzorgd, ofwel de performance, is net zo belangrijk. Het vraagt om een moment van bezinning bij de voorganger of begeleider: kan deze het ritueel op een geloofwaardige en integere wijze verzorgen?

## Hoe kun je zorg en steun bieden, wanneer je weinig tijd hebt en de fysieke contacten beperkt zijn?

In de handreiking *Afscheidsrituelen in tijden van COVID-19* van de VGVZ hebben wij ingezonden rituelen van geestelijk verzorgers gebundeld en beschreven (VGVZ, 2020). De meest voorkomende kenmerken van zo'n ritueel aan het ziekbed hebben wij daarbij samengevat. Een ritueel wordt samengesteld uit diverse opeenvolgende elementen, afgewisseld met momenten van stilte. De inhoud van het ritueel wordt zoveel mogelijk afgestemd op de identiteit en levensovertuiging van de zieke. Op een afgesproken moment gaan de ritueel begeleider en eventuele naaste(n) om het bed staan. De begeleider vertelt de reden van samenkomen: het afscheid nemen. Het ritueel wordt verder opgebouwd uit verschillende van tevoren gekozen elementen. Er is ruimte voor symboliek, zoals het aansteken van een kaars, het laten zien van een betekenisvol voorwerp of het delen van herinneringen. Er kan aandacht uitgaan naar betekenisvolle momenten uit iemands levensverhaal. Er kan muziek worden afgespeeld of de aanwezigen kunnen samen een lied zingen. Het midden van een ritueel kan bestaan uit een handeling, zoals een zegen, zalving of universele vorm van dankzegging aan het lichaam en het leven. Er is ruimte voor het voordragen van teksten, zoals een gedicht, verhaal, lezing of een tekst uit een heilig geschrift. Voor religieuze mensen zal het gebed een belangrijk onderdeel vormen van het afscheidsritueel.

Het volgende voorbeeld van een universeel ritueel bij (eenzaam) overlijden is afkomstig van Loes Berkhout en Jesse Gruiters van de Dienst Levensoriëntatie van UMC Utrecht (2020).

*We staan hier omdat we afscheid willen nemen van deze mens: [naam]. Afscheid van dit lichaam, dat u heeft gediend tijdens uw leven. Afscheid van de stem waarmee u zich liet horen, afscheid van de ogen waarmee u de wereld kon bezien en die uw gedachten en emoties kenbaar maakten. Afscheid van de handen waarmee u zoveel hebt gegeven, afscheid van de voeten die u hebben gedragen op uw reis door de wereld. We hadden hier graag niet zo gestaan. We zijn verdrietig en verslagen, we hadden u een ander afscheid gegund. Maar in deze ingewikkelde tijd, die maakt dat uw naasten hier niet kunnen zijn zoals zij zouden willen, zeggen we: dank u wel dat u er was. Dank dat we de intimiteit van dit zo kwetsbare deel van uw leven mochten meemaken.*

*U heeft uw steentje bijgedragen aan dit bestaan. Anderen zullen hier weer op voortbouwen. We staan hier met een tastbaar symbool: twee stenen, onvergankelijk als de liefde. Eén steen geven we u mee, als u weggaat van hier. Om teruggegeven te worden aan wat we aarde zouden kunnen noemen. Eén steen geven we aan uw naasten, teken van herinnering aan u. Twee stenen, samen deel van een groter geheel. Omdat u altijd een onmisbaar onderdeel blijft van de keten.*

### **Aanpassing van bestaande rituelen en afscheid**

Het contact tussen de zieke, stervende of overleden persoon en de naasten wordt door de beperkende maatregelen van de pandemie doorbroken. Het vraagt creativiteit om bestaande rituelen aan te passen op een zodanige wijze, dat mensen zich op afstand met elkaar verbonden voelen. Bij ziekte, sterven, uitvaart of herdenking kan bijvoorbeeld één persoon fysiek aanwezig zijn bij het ritueel en dat moment via een conferencecall (zoals Skype, Zoom of FaceTime) delen met naasten. Deze kunnen hun naam noemen of een boodschap met hun dierbare delen, om te laten horen dat zij het ritueel volgen. Het ritueel kan nadien gedeeld worden op beeldmateriaal (foto's of video) of via het opsturen van een toespraak, gedicht of andere uitgesproken tekst. Naasten die niet aanwezig kunnen zijn, kunnen een briefkaart, foto, tekening of klein symbool



opsturen. In het ritueel wordt een moment stilgestaan bij de persoon en het symbool dat hij of zij heeft ingestuurd.

Een andere wijze om op afstand stil te staan bij het bijzondere moment van een ritueel, is door op een afgesproken tijdstip vanuit huis een rituele handeling uit te voeren. Bijvoorbeeld door naar een specifiek muziekstuk te luisteren, te bidden of smeekbedes op te zeggen, een kaars te branden, een herinneringsobject op tafel te zetten, een (biologisch afbreekbare) wensballon op te laten of te water te laten gaan of samen te proosten met een bijpassend drankje (en hapje). Een andere mogelijkheid is het verzorgen van 'een omgekeerd ritueel' voor een zieke, stervende of overleden persoon. De naasten staan tijdens een ritueel vanuit huis stil bij hun dierbare,

met inachtneming van de RIVM-voorschriften voor contact. Belangrijk bij zulke thuisrituelen is dat de gebeurtenis wordt gepland, er tijd voor wordt vrijgemaakt en er tijdens het ritueel geen onderbrekingen zijn. Er moet rust zijn om de aandacht op het ritueel te kunnen richten. Zoals gezegd, doorbreken rituelen de dagelijkse orde; dit geschiedt door de manier waarop ze worden uitgevoerd.

## Het vraagt creativiteit om bestaande rituelen aan te passen

Er kunnen, indien mogelijk, verbindingen worden gelegd tussen de uitvaart en een later herdenkingsmoment, door een fysiek symbool, object of voorwerp te kiezen (bijvoorbeeld iets wat kenmerkend is voor de overledene) dat tijdens de uitvaart op de kist wordt gelegd en dat bij de herdenking na opheffing van de coronamaatregelen kan terugkomen. Er kunnen tijdens deze herdenking foto's worden gedeeld uit de laatste levensfase, het ziekbed en de besloten uitvaart.

Condoleren in tijden van corona gaat ook moeilijk, omdat mensen elkaar geen hand mogen geven. Een knuffel onder naasten die niet tot hetzelfde huishouden behoren is tijdens de besloten uitvaart eveneens verboden. Voor geestelijk verzorgers en andere zorgverleners zijn er alternatieven, zoals een kleine buiging of het leggen van je hand op je hart (VGVZ, 2020). Het beperkte lichamelijke contact onder mensen maakt de fase van afscheid en rouw extra eenzaam; het tonen van medeleven met naasten is daarom des te meer van belang. Er kan worden gekozen voor het versturen van een rouwkaart vanuit de instelling waar de persoon is overleden. Nabestaanden waarden zulke gebaren zeer, blijkt uit onderzoek (Hottensen, 2013).

### Tot besluit

In deze bijdrage hebben wij enkele voorbeelden beschreven van afscheidsrituelen in crisistijden, zoals de huidige coronacrisis. Geen afscheid kunnen nemen van een dierbare en niet kunnen

rouwen in een sociale context (zoals tijdens de uitvaart) brengt, naast het verdriet van het (plotselinge) overlijden, nog meer pijn met zich mee. De uitvaart draagt bij aan het besef dat de dierbare er niet meer is en aan het op gang brengen van het rouwproces. Het bewijzen van de laatste eer is in deze omstandigheden vaak niet mogelijk. Nabestaanden zijn alleen met hun verdriet. De dood wordt juist omgeven met sociale rituelen omdat op crisismomenten mensen op zoek gaan naar verbondenheid. Rituelen dragen juist bij aan deze verbondenheid. Dit wordt door de coronamaatregelen beperkt of helemaal onmogelijk.

Er wordt gezocht naar alternatieve vormen van verbinding, door het delen van herinneringen, foto's en symbolen via digitale media. De zintuiglijke ervaring wordt door het houden van rituelen op afstand beperkt tot een beeldscherm. Toch kan ook dit betekenisvol zijn. Vooral wanneer dit moment tot iets speciaals wordt gemaakt (ook thuis) en met anderen wordt gedeeld of wanneer de uitvaart live wordt uitgezonden. De menselijke verbeelding is een krachtig instrument en mensen kunnen zich ook op afstand inleven en meevoelen. Het ritueel biedt hiervoor een kader. De emoties die tijdens het ritueel worden ervaren zijn echt en authentiek.

Rituelen worden uitgesteld, zoals een uitvaart of herdenking. Soms vindt de uitvaart wel plaats in besloten kring en kunnen nabestaanden op een later moment een collectieve herdenking organiseren, waarin de uitvaart wordt 'ingehaald'. Daarnaast worden er thuisrituelen of thuisherdenkingen gehouden, zoals tijdens een uitvaart in besloten kring. Er zal begeleiding van naasten nodig zijn in het omgaan met de dood als breukervaring, zeker wanneer er niet teruggevallen kan worden op herkenbare rituelen. Crisistijden zoals de huidige vragen van geestelijk verzorgers improvisatievermogen, creativiteit en verbeelding.

Wij hebben gezien dat afscheidsrituelen in deze coronatijden universeel, over levensbeschouwelijke grenzen heen, worden aangeboden. Dit zal zeker niet voor iedereen wenselijk zijn, maar wij zien dat door de nood en vanwege tijdge-

brek juist nog meer wordt gezocht naar gemeenschappelijke en verbindende kaders. Het hier gebruikte begrip 'universeel ritueel' is ingewikkeld en roept vragen op: kan er wel zoiets bestaan als een ritueel voor iedereen? Rituelen zijn toch juist diep ingebed in een cultuur of levensbeschouwing? Onze zoektocht naar rituelen in de coronacrisis laat zien dat de term 'universele rituelen' opkomt wanneer mensen terechtkomen in een crisissituatie. De snelheid en beperkingen van de pandemie dwingen patiënten, naasten en geestelijk verzorgers om te improviseren en op korte termijn oplossingen te vinden.

Geestelijk verzorgers komen door de coronacrisis voor uitdagingen te staan: hoe kun je zorg en steun bieden, wanneer je weinig tijd hebt en de fysieke contacten zo beperkt zijn? De hier beschreven alternatieve rituelen aan het ziekbed of na het overlijden zijn creatieve oplossingen. Geestelijk verzorgers zijn experts op het gebied van zingeving, en rituelen bieden een kader voor zingeving, juist op momenten wanneer woorden ontbreken of tekortschieten. Geestelijk verzorgers kunnen een belangrijke bijdrage leveren in het proces van afscheid en rouw door het aanreiken van rituelen. De geestelijk verzorger kan naasten begeleiden door (thuis)rituelen aan te dragen, maar ook door het opzetten van rituelen binnen de eigen instelling, zoals een terugkomende herdenking van overleden cliënten. Het is ook voor zorgverleners een zware tijd waarin er vaak weinig ruimte is voor stilstaan bij collectief verlies en verdriet. Er is nieuw ritueel repertoire in ontwikkeling (VGVZ, 2020). Geestelijk verzorgers kunnen hieruit putten en rituelen zelf (verder) ontwikkelen en anderen handvaten bieden om rituelen zelf te kunnen uitvoeren.

De kern van het aanbieden van afscheidsrituelen op crisismomenten is het goed afstemmen en aanvoelen waar behoefte aan is. Bij het uitvoeren van het ritueel is het van groot belang dat de ritueel begeleider rustig praat en de tijd neemt voor het ritueel. Rituelen vertragen het dagelijkse leven en dit moet ook tot uitdrukking komen

in de manier waarop ze worden uitgevoerd. Wij hopen met dit artikel te kunnen bijdragen aan het gesprek over de betekenis van rituelen in crisistijden en de omgang met collectieve breukervaringen.

Joanna Wojtkowiak is universitair docent aan de Universiteit voor Humanistiek te Utrecht. E-mail: j.wojtkowiak@uvh.nl.

Esli Jongen is vrijgevestigd geestelijk verzorger en trainer bij Esli Jongen, Training en Consult in Levensvragen te Utrecht.

## Literatuur

- Frankl, V.E. (1959). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Geertz, C. (1973). *The interpretation of cultures: selected essays*. New York: Basic Books.
- Hertz, R. (1960/1907). *Death and the right hand*. Londen: Cohen & West.
- Hottensen, D. (2013). Bereavement: caring for families and friends after a patient dies. *OMEGA Journal of Death and Dying*, 67 (1-2), 121-126.
- Janssen, J. & Verheggen, T. (1997). The double center of gravity in Durkheim's symbol theory: bringing the symbolism of the body back in. *Sociological Theory*, 15 (3), 294-306.
- Romanoff, B.D. & Terenzio, M. (1998). Rituals and the grieving process. *Death Studies*, 22 (8), 697-711.
- Singg, S. (2009). Types of grief. In C. Bryant & D. Peck (Eds.), *Encyclopedia of death and the human experience* (pp. 538-542). Thousand Oaks: Sage.
- VGVZ (2020). *Afscheidsrituelen. Een handreiking voor geestelijk verzorgers en zorgverleners in tijden van COVID-19*. Internet: [https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2020/04/03\\_04-Afscheidsrituelen-def.-.pdf](https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2020/04/03_04-Afscheidsrituelen-def.-.pdf).
- Wojtkowiak, J. (2018). Towards a psychology of ritual: a theoretical framework on ritual transformation in a globalising world. *Culture and Psychology*, 24 (4), 460-476.

## Noten

1. Zie <https://nos.nl/nieuwsuur/artikel/2329200-taxichauffeur-john-die-veel-losmaakte-deze-week-overleden-aan-corona.html>1973.
2. Zie <https://nos.nl/artikel/2329533-slachtofferhulp-gaat-familie-ic-patienten-begeleiden.html>.