

De Troostende Treurwilg

Een onderzoek naar hoe de natuur een bron van troost en zingeving kan zijn op natuurbegraafplaatsen



Scriptie ter verkrijging van de graad “Master of arts” in de theologie en Religiewetenschappen, Radboud Universiteit Nijmegen.

Auteur: Nicole Knoppert
Studentnummer: s1048123
Begeleider: Prof. Dr. H.J.M. Venbrux
Aantal woorden: 18.764

20 December 2022

Verklaring van eigen werk

Hierbij verklaar en verzeker ik, Nicole Knoppert, dat deze scriptie zelfstandig door mij is opgesteld, dat geen andere bronnen en hulpmiddelen zijn gebruikt dan die door mij zijn vermeld en dat de passages in het werk waarvan de woordelijke inhoud of betekenis uit andere werken – ook elektronische media – is genomen door bronvermelding als ontlening kenbaar gemaakt worden.



Driebergen, 20 december 2022

Samenvatting

In deze scriptie heb ik onderzocht in hoeverre de beleving van de natuur op een natuurbegraafplaats dient als bron van troost bij zingevingproblemen ten gevolge van rouw en verlies. Met behulp van interviews, literatuuronderzoek en een empirische toetsing van het door de Groningse hoogleraar Christoph Jedan ontwikkelde model van troost, heb ik deze bron van troost in kaart gebracht. Mijn bevindingen, die ik gerelateerd heb aan het vijf-assen model van troost, leiden mij tot de conclusie dat de natuur de meeste troost schenkt op het vlak van de regulering van emoties, het levensverhaal en het genezend perspectief op de dood. Op het gebied van de veerkracht en het helen van verbroken verbanden is dit aangrijpingspunt minder duidelijk aanwezig.

Inhoudsopgave

Inhoud

Verklaring van eigen werk	2
Samenvatting.....	2
1. Inleiding	6
1.1 Probleemstelling	7
1.2 Vraagstelling.....	10
1.3 Doelstelling	10
1.4 Opzet	10
2. Methodologische verantwoording.....	13
2.1 Onderzoeksstrategie	13
2.1.1 Dataverzameling	13
2.1.2 Interviews	14
2.1.3 Literatuuronderzoek en theorie.....	14
2.2 Analyse.....	15
2.3 Validiteit.....	15
2.4 Ethiek.....	16
2.5 Onderzoek in perspectief.....	16
3. Theoretische verkenning van het begrip troost	18
3.1 Inleiding.....	18
3.2 Korte verkenning van het begrip troost.....	18
3.3 Geschiedenis van troost.....	19
3.3 Vijf-assenmodel van troost.....	23
3.3.1 Inleiding	24
3.3.2. Eerste as: een beroep op veerkracht.....	25
3.3.3 Tweede as: reguleren van emoties	25
3.3.4 Derde as: leven van de overledene herschrijven of bewaren (auto)biografie	25
3.3.5 Vierde as: bieden van een wereldbeeld waarbij de dood een rechtmatige plaats inneemt in onze samenleving	26
3.3.6 Vijfde as: herstellen van de verbroken band met de gemeenschap ..	26
4. In de praktijk: De natuur als bron van troost.....	29

4.1 Inleiding.....	29
4.2 Enkele achtergronden	29
4.2.1 Natuurbegraven in Nederland.....	29
4.2 een korte blik op de natuur in spiritueel perspectief.....	30
4.3 Een rustplaats voor altijd.....	31
4.3.1 Toegenomen veerkracht.....	32
4.3.2 Verdriet van aanvaardbare proporties.....	34
4.3.3 Het geleefde leven	37
4.3.4 De dood en haar rechtmatige plek	40
4.3.5 Herstel van gebrokenheid	42
5. Besluit	47
5.1 Conclusie	47
5.2 Discussie.....	49
5.3 Slotwoord	50
Literatuurlijst.....	51
Bijlage	55
Toestemmingsverklaring	55



1. Inleiding

Do not stand at my grave and weep

“Do not stand at my grave and weep
I am not there; I do not sleep.
I am a thousand winds that blow,
I am the diamond glints on snow,
I am the sunlight on ripened grain,
I am the gentle autumn rain.
When you awaken in the morning’s hush
I am the swift uplifting rush
Of quiet birds in circled flight.
I am the soft stars that shine at night.
Do not stand at my grave and cry,
I am not there; I did not die.”

(Gedicht van Mary Elizabeth Frye)



Bovenstaand gedicht vond ik op internet toen ik zelf in een periode van mijn leven in korte tijd geconfronteerd werd met meerdere sterfgevallen binnen de familie en vriendenkring. Het gaf mij troost omdat het spreekt van de aanwezigheid van de gestorvene in de ons omringende natuur. Het opgaan in de natuur en de kringloop der seizoenen na het sterven voelt als een natuurlijke beweging en geeft troost in de zin van het bestaan. De breukervaring en de discontinuïteit van het leven wordt geheeld door de ervaring van troost in de continuïteit van het opgaan en aanwezig zijn in de natuur. Quartier noemt dat een deel van het verwerken van het verlies en het ervaren van troost bestaat uit deze pendelbeweging tussen deze discontinuïteit- en continuïteitservaring (Quartier 2011). In religieuze zin zou je het opgaan in de natuur ook wel wederopstanding kunnen noemen of een vorm van voortleven in de natuur en dus een vorm van continuïteit. Misschien kun je hier ook wel spreken van transcendentie. Door het

contact en de troost die men uit de natuur put kan de dood worden overstegen. Daarnaast kan de ervaring van de overledene in de natuur ook een immanente ervaring zijn, zij zijn nog steeds aanwezig en er kan contact gemaakt worden. Vaak worden vlinders gezien als een overledene die contact zoekt, maar het kan ook een bepaalde vogel zijn waar de overledene zo van hield en die zich op bepaalde momenten laat zien. Het idee dat de gestorvene opgaat in de natuur en deel uitmaakt van de kringloop kan hiermee ook gezien worden als een vorm van immanentie.

Wanneer verlies je leven binnenstormt, kan ze je volledig ontwortelen, veroorzaakt ze chaos en leidt ze tot groot verdriet. De vraag dringt zich op: ‘hoe kom ik hier ooit weer overheen?’ Het antwoord hierop laat zich niet zo makkelijk vinden en zal zich pas in de misschien wel verre toekomst prijsgeven. Het is ook niet zo zeer een enkelvoudig antwoord, dat we misschien wel zouden verlangen, maar eerder een proces. Hoe zouden wij in dit proces ondersteund kunnen worden? Het antwoord op deze vraag kunnen we mogelijk vinden in troost. Waar kunnen we deze troost vinden? Dat is voor iedereen anders. De één vindt het in de verbinding met de ander of misschien in een boek. De ander vindt het in gebed, poëzie, schilderijen of in de ons omringende natuur.

Deze scriptie gaat over verhalen van het verlies van een dierbare, de rouw die daar onlosmakelijk mee verbonden is en de dood die met ons meereist vanaf onze geboorte. Echter, hoofdzakelijk gaat het in deze scriptie over troost en waar men deze troost zou kunnen vinden. In het bijzonder over de troost die de natuur in al zijn vormen kan bieden. De scriptie is toegespitst op de rol die de natuur heeft in het verlenen van troost op natuurbegraafplaatsen.

Het overlijden van mijn vader en het feit dat wij zijn as begraven hebben in het bos op de plek waar wij traditioneel ieder jaar tamme kastanjes zochten, geeft mij veel troost. Vanuit deze persoonlijke ervaring is bij mij dan ook de wens ontstaan om te onderzoeken wat het betekent om een naaste te verliezen en wat maakt dat er gekozen wordt voor een laatste rustplaats op een natuurbegraafplaats en wat het troostende effect van de natuur is. Sinds het begin van deze eeuw de eerste natuurbegraafplaats verscheen, zijn zij sterk in aantal toegenomen tezamen met het toenemende aantal mensen dat zichzelf hier wil laten begraven of hun dierbare overledene hier wil laten begraven. Het maakt mij nieuwsgierig naar de achterliggende redenen van het besluit hiervoor te kiezen.

1.1 Probleemstelling

Ziekte, gezondheid, heling en genezing waren eeuwenlang de kerntaak van de pastoraal werkers in de kerkelijke instellingen binnen Europa. De eerste ziekenhuizen kwamen voort uit deze traditie van zorg voor de zieken en waren in eerste instantie bedoeld voor degenen die zich geen arts konden veroorloven. Veel van deze zorg was symptomatisch en gericht op het baden, zalven en verzachten van het lijden (Riva and Cesana 2013). Het troosten van hen die lijden was daarbij

één van de belangrijkste taken van de pastor die belast was met de zorg voor de ziel. Het troosten van degene die ging overlijden, maar ook het troosten van de nabestaanden. Het geloof in goddelijke voorzienigheid gaf menig gelovige het vertrouwen en dus de troost dat God ieder aspect van leven en dood controleert en dat niets bij toeval gebeurt (Petersen and Roy 1985). Met de komst van de Verlichting en het steeds grotere vertrouwen in de wetenschap en het daarmee afnemende geloof in God, nam ook de kracht van de troostende werkzaamheid van het geloof af en werden de eerste stappen gezet naar ontkerkelijking en de daarmee gepaard gaande secularisering (Ferngren 2012, 8). Mede door dit doorgezette proces van secularisatie en de ontzuiling binnen de Nederlandse samenleving heeft de geestelijke verzorging (GV) zich de afgelopen jaren steeds verder ontwikkeld tot een zelfstandige discipline binnen de zorg. Geestelijke verzorging wordt volgens de beroepsstandaard van de Vereniging van Geestelijk Verzorger gedefinieerd als *“professionele begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing”* (VGVZ 2016, 7). Dit kan vanuit een ambt en dus als vertegenwoordiger van een religieuze traditie, maar in steeds grotere aantallen zijn de geestelijk verzorgers ook niet-gebonden.

Een kenmerk van GV is volgens deze beroepsstandaard dat zij *“aansluit bij het levensverhaal van de cliënt en de levensvragen die zij stelt. Geestelijke verzorging beperkt zich niet tot één bepaald aspect van het menselijk bestaan en kan verschillende vormen aannemen, waarbij vragen en achtergrond van de client altijd richtinggevend zijn”* (VGVZ 2016, 12). Dit betekent dat de GV in het proces van professionalisering zonder kerkelijke zending een eigen instrumentarium zal moeten ontwikkelen voor de omgang met existentiële vraagstukken. Troost als één van de traditioneel belangrijkste kenmerken van zorg voor de ziel lijkt hierbij uit het beeld verdwenen te zijn. Waar voorheen de goddelijke troost als vanzelfsprekend was bij het verlenen van pastorale zorg bij verlies, is dat nu voor de ongebonden en professionele geestelijk verzorger niet iets waartoe zij van nature zijn toegerust. Daar het voor eenieder verschillend is waar troost te vinden is in onze huidige gesecculariseerde en geïndividualiseerde samenleving en de vragen en achtergrond van de cliënt leidend zijn in het verlenen van geestelijke verzorging, is het van belang voor de geestelijk verzorger inzicht te hebben in de manier waarop mensen troost kunnen ervaren.

Na de Eerste Wereldoorlog veranderde het rouwen van een meer publiek en openlijk uiten van verdriet naar een beweging richting de privésfeer. De rouwkleding die gradaties van rouw aangaf, verdween in de loop van de twintigste eeuw (Os 1995). Er ontstond een scheiding tussen een ‘normaal’ verlopend rouwproces en een rouwproces waarbij het rouwen in de privésfeer niet leidde tot het verwerken van het verdriet. Er ontstond een klasse van professionele “troosters” namelijk de professionele therapeuten met medische, psychoanalytische of psychologische training die deze laatste groep in behandeling nam. Het woord troost krijgt vanaf nu een negatieve connotatie omdat het lijkt vast te kleven aan religie en aan interventies die niet

wetenschappelijk te verantwoorden zijn en wordt daarom vermeden in deze groep professionals (Jedan, Maddrell et al. 2019, 29-30). Troost wordt ook soms gezien als het bedekken en kleiner maken van verdriet en wat je bedekt kan gaan etteren, zo is de gedachte en leidt dan tot een verstoord rouwproces. Mijns inziens is dit onterecht en is troost juist van groot belang wanneer wij lijden door verlies. Prachtig verwoord door Kierkegaard is troost als het licht dat doordringt in het donker van de ziel, het maakt de mens weer heel en herstelt dat wat verloren was aan betekenis (Kierkegaard, Hong et al. 1997).

De geestelijk verzorger begeleidt cliënten wanneer er sprake is van een ervaring van contingentie, het is de ervaring dat alles ook anders had kunnen zijn. Het verlies van een dierbare is zo'n ervaring, het veroorzaakt een breuk in het eigen levensverhaal en is onbegrijpelijk en ongrijpbaar. Het kan voor de nabestaande een onmogelijke opgave worden om een zinvol levensverhaal te vertellen omdat het voor hem geen samenhang en continuïteit meer heeft. Het is dan de opdracht van de geestelijk verzorger om samen met de cliënt deze gebeurtenis een plaats te geven in het leven. Door de narratieve ordening van de gebeurtenis kunnen zij die integreren in het levensverhaal en hun persoonlijke identiteit. Om te komen tot een interpretatie van de gebeurtenis kun je gebruik maken van het door Scherer-Rath ontwikkelde schema dat de Aspecten en Dimensies van Contingente Levenservaringen (ADCL) verkent. Dit ADCL-schema is een diagnostisch instrument dat de geestelijk verzorger kan toepassen in de analyse van gesprekken. Het is erop gericht om naar aanleiding van het gesprek met de client doelgericht informatie te verzamelen en te ordenen die uit dit gesprek naar voren komt. Vervolgens kan deze analyse wegens aantonen waarop de geestelijk verzorger aspecten en dimensies van een onderwerp op een andere, misschien verrassend nieuwe manier kan benoemen. Het ontdekken van nieuwe of vergeten bronnen van kracht kunnen de client helpen de breuk te herstellen en nieuwe betekenis te vinden (Scherer-Rath 2013). Eén van die bronnen kan de troost zijn die in de natuur wordt ervaren.

In verschillende definities van spiritualiteit wordt de natuur als een van de zingevingen- en zinervaringsbronnen genoemd. Definitie volgens Puchalski e.a.:

“spirituality is the aspect of humanity that refers to the way individuals seek and express meaning and purpose and the way they experience their connectedness to the moment, to self, to others, to nature, and to the significant or sacred.” (Puchalski, Ferrell et al. 2009, 887)

Onze verbondenheid met de natuur blijkt dus voor velen verband te houden met zingeving en het ervaren van betekenis. Op momenten waarin wij geconfronteerd worden met ervaringen van contingentie en daarmee met existentiële vragen, lijkt de natuur daarop een antwoord te geven of een aanknopingspunt te zijn waar wij weer coherentie kunnen ervaren in ons narratief. Troost te vinden in de natuur na een verlieservaring lijkt daarom een natuurlijke beweging te zijn voor velen. Het is dan ook van belang voor de geestelijk verzorger kennis te hebben van deze troostrijke werking van de natuur voor het verwerken van het verlies van een

dierbare. Op welke wijze wordt de troost ervaren? Hoe vertelt de rouwende hierover? Is er sprake van een transcenderende ervaring? Is er een band met de overledene die door de natuur in stand kan worden gehouden? Troost en natuur behoren duidelijk tot waardevolle concepten binnen het instrumentarium van de moderne professionele geestelijk verzorger.

1.2 Vraagstelling

In de probleemstelling wordt troost bij ervaringen van contingentie, als het verlies van een naaste, weergegeven als een traditioneel belangrijk kenmerk van het verlenen van zielzorg door de pastoraal geestelijk verzorger dat echter in het moderne repertoire van de geestelijk verzorger verloren lijkt te zijn gegaan. In het licht van deze teloorgang onderzoeken we een vorm van troost die past binnen de moderne seculiere vorm van spiritualiteit omtrent verlies. Hierbij bestuderen we een modernere vorm van begraven, namelijk de natuurbegraafenis en gaan we op zoek naar de troost die de natuur hierbij kan schenken aan de nabestaanden. De vraagstelling luidt als volgt:

In hoeverre dient de beleving van de natuur op een natuurbegraafplaats als bron van troost bij zingevingproblemen ten gevolge van rouw en verlies?

1.3 Doelstelling

Dit onderzoek beoogt inzicht te verkrijgen in de manier waarop de natuur van natuurbegraafplaatsen kan fungeren als bron van troost bij zingevingproblemen in situaties van rouw en verlies bij de nabestaande, maar ook bij degene die zelf zijn plek heeft uitgezocht op de natuurbegraafplaats. Inzicht hierin kan een bijdrage leveren aan de handvatten die geestelijk verzorgers nodig hebben om cliënten te begeleiden voor wie de verbinding met de natuur een groot deel van hun spiritualiteit vormt. Het ontdekken van de natuur als krachtbron in het narratief, zowel metaforisch als symbolisch, van de client vormt hierbij een belangrijk onderdeel.

Dit exploratieve onderzoek probeert inzichtelijk te maken dat troost relevant is voor de kennis en kunde van de geestelijk verzorger en wil ertoe bijdragen dat zichtbaarder wordt hoe troost in de vorm van de natuur er in de praktijk van mensen uit ziet en hoe het proces van betekenisverlening zich verhoudt tot het narratief van het verlies.

1.4 Opzet

Het onderzoek zal worden uitgevoerd als een kwalitatieve casestudie. In het volgende hoofdstuk volgt de methodologische verantwoording van de manier waarop het onderzoek en de resultaten van deze scriptie tot stand is gekomen.

In hoofdstuk drie verkennen we het begrip troost. Daarbij wordt een onderscheid gemaakt in de geschiedenis van de troost in het algemeen en meer in het bijzonder de troost na een verlieservaring in het sterven van een naaste. De

context en de ontwikkeling van de troost wordt geschetst van een religieuze samenleving naar een meer seculiere samenleving en de manier waarop er naar troost gekeken wordt en wat de vormen van troost zijn die men kan herkennen. Hierbij wordt het troostmodel beschouwd dat Christoph Jedan, hoogleraar ethiek en godsdienstfilosofie aan de Rijksuniversiteit Groningen, heeft ontwikkeld en dat bedoeld is om het inzicht te vergroten in hoe we rouwen en waar wij troost vinden.

In hoofdstuk vier staan we kort stil bij de natuur in spirituele zin en wordt ook ingegaan op het fenomeen van de natuurbegraafplaats. Vervolgens worden de resultaten van het onderzoek weergegeven in relatie tot de vijf assen van het troostmodel van Jedan.

In Hoofdstuk vijf volgt de conclusie van het onderzoek en wordt de onderzoeksvraag beantwoord. Mogelijke aanbevelingen voor geestelijk verzorgers in het omgaan met en mogelijk bieden van troost voor diegenen waarbij de natuur een belangrijk onderdeel is van de spiritualiteit zullen hier worden besproken.



2. Methodologische verantwoording

Naar hoe de natuur troost zou kunnen bieden op natuurbegraafplaatsen en op welke manier deze ondersteuning zou kunnen bieden in het rouwproces, is naar mijn weten weinig onderzoek gedaan binnen de Nederlandse context. Het enige onderzoek dat ik hierover heb kunnen vinden is van Dr. Tineke Nugteren (Nugteren 2014). In haar onderzoek verwijst zij naar wat er troostrijk zou kunnen zijn op een natuurbegraafplaats, maar wordt het begrip troost zelf niet als concept behandeld. Juist dit concept van troost inspireerde mij mede om dit onderzoek te doen en daarbij nuttig te kunnen zijn voor de geestelijk verzorgers die in hun praktiseren te maken krijgen met cliënten voor wie de natuur een belangrijk zingeving- en inspiratie element is. Omdat ik mij met mijn onderzoek dus op relatief onbekend terrein bevind, heb ik ervoor gekozen dit met een kwalitatieve casestudy te benaderen.

2.1 Onderzoeksstrategie

Zoals ik hierboven al vermeldde, wordt het onderzoek uitgevoerd als een kwalitatieve casestudie, zoals omschreven in Verschuren en Doorewaard (Verschuren and Doorewaard 2015). In een casestudie richt de onderzoeker zich op één of enkele tijdruimtelijke begrensde objecten of processen teneinde hier een diepgaand en integraal inzicht in te krijgen (Verschuren and Doorewaard 2015). Een belangrijk kenmerk van een casestudy dat hierin genoemd wordt, is dat men werkt met een relatief klein aantal onderzoekseenheden. Met behulp van face-to-face-interviews met open vragen wordt getracht een meer diepgaand inzicht te verkrijgen in de casestudy. De hieruit verkregen resultaten zullen met elkaar vergeleken worden en de uitspraken die hierover gedaan worden zullen betrekking hebben op deze relatief kleine groep van geïnterviewden en zullen niet generaliserend kunnen gelden. Dit laatste is dan ook een van de nadelen van deze manier van onderzoeken. Voor mijn onderzoek stelde ik mezelf ten doel een zo goed mogelijk beeld te vormen van de troost die de natuur op een natuurbegraafplaats kan bieden, op welke manier over deze troost gesproken wordt en deze de nabestaande ondersteunt in het ervaren verdriet. Teneinde een integraal beeld te krijgen van de case was er tevens de wens om indien mogelijk een aantal van de interviews op de natuurbegraafplaats zelf te doen.

2.1.1 Dataverzameling

Je zou kunnen zeggen dat mijn onderzoek al begonnen is toen ik nog jong was en met mijn ouders op vakantie ging naar het buitenland. Er was er altijd wel een begraafplaats in de buurt van de camping waar we stonden. Ik wilde daar dan altijd wel even overheen wandelen en verbaasde mij steeds over hoe verschillend deze waren van onze Nederlandse begraafplaatsen. Toen ik voor het eerst hoorde

over natuurbegraafplaatsen was ik daar dan ook zeer nieuwsgierig naar en vroeg mij bijna onmiddellijk af hoe een nabestaande daar troost zou kunnen vinden. Ik heb in de loop der jaren verschillende natuurbegraafplaatsen bezocht. Deze bezoeken zijn mij nu zeer behulpzaam geweest bij de opzet van dit onderzoek. Voor mijn onderzoek heb ik gebruik gemaakt van interviews en literatuuronderzoek, waarbij een belangrijke plek wordt ingenomen door het troost model van Christoph Jedan. Daarnaast zijn mijn eigen ervaringen mij ook behulpzaam geweest.

2.1.2 Interviews

Omdat er nog maar weinig over het onderwerp bekend is, heb ik gekozen voor een exploratief onderzoek. De cases voor dit onderzoek zijn door middel van snowball sampling en gemakssampling geselecteerd. Daar verschillende administraties van natuurbegraafplaatsen niet wilden meewerken aan het vrijgegeven van informatie omtrent overledene en nabestaanden, heb ik via mijn eigen vriendenkring en via facebook een oproep gedaan om nabestaanden te kunnen interviewen. Teneinde een nog breder inzicht te krijgen, koos ik er daarnaast voor om mensen te interviewen die al een plekje op een natuurbegraafplaats hebben gereserveerd voor zichzelf. Ook deze laatste groep is via dezelfde snowball en gemakssampling methode tot stand gekomen. Ik heb de interviews deels live gedaan en opgenomen met mijn telefoon. Daarnaast heb ik een aantal interviews via zoom gedaan en deze ook opgenomen. De interviews heb ik daarna allen getranscribeerd. De interviews zijn met toestemming van de deelnemers opgenomen en getranscribeerd. De deelnemers zijn op de hoogte gesteld van het doel van het interview en hebben weet van de mogelijkheid om het interview op ieder moment te stoppen en ook na het interview kunnen deze er nog voor kiezen om de toestemming in te trekken. Naast deze interviews heb ik ook enkele informele gesprekken gehad met mensen die ik tegenkwam bij mijn bezoeken aan natuurbegraafplaatsen, waaronder ook een enkele beheerder van een natuurbegraafplaats. Ik heb hier achteraf aantekeningen van gemaakt

2.1.3 Literatuuronderzoek en theorie

Ik ben mijn literatuuronderzoek gestart met verschillende zoektermen in de universiteitsbibliotheek, maar ook op google scholar en advanced search. De termen die ik gebruikte waren o.a. nature, landscape, solace, consolation en spiritual of spirituality. Omdat 'nature' vertaald in het Engels de 'aard van' iets kan betekenen leverde dit aanvankelijk weinig op en omdat het Engels verschillende woorden kent voor troost bleek dit ook nog niet zo eenvoudig. Uiteindelijk heb ik enkele artikelen gevonden en ben ik aan de hand van de literatuurverwijzingen in deze artikelen weer anderen op het spoor gekomen.

De theorie over het 5 assen model van troost zoals dat door Jedan is beschreven (Jedan 2020) wordt gecombineerd met de definitie van spiritualiteit en zingeving zoals deze geformuleerd is in 2009 tijdens de in Amerika georganiseerde

consensus conferentie ten behoeve van het implementeren van spirituele zorg in de palliatieve behandeling en de gezondheidszorg. De reden dat ik voor deze definitie kies is dat hierin ook specifiek de natuur benoemd wordt als mogelijke bron van zingeving. Daar het te onderzoeken concept van troost in de natuur op natuurbegraafplaatsen nog redelijk onontgonnen terrein betreft, worden hieruit sensitizing concepts geselecteerd die kunnen dienen als ontlokkers die behulpzaam zijn in de verschillende interviews. Van tevoren zullen er een aantal vragen worden vastgesteld, maar het interview zal een open karakter hebben. Dit betekent dat de geïnterviewde de kans heeft om zijn verhaal te vertellen zoals hij of zij dat beleeft en waarbij de structurering bestaat uit vragen die sturend zijn in de richting van wat de onderzoeker wil weten.

2.2 Analyse

Voor de analyse van de interviews heb ik gebruik gemaakt van het in de theorie beschreven model van Jedan (Jedan 2020). Ik heb de informatie uit de interviews geordend naar de vijf assen van het troostmodel: beroep op veerkracht, reguleren van emoties, herschrijven van het leven van de overledene, de rechtmatige plaats van de dood en het herstellen van de band met de gemeenschap. Deze vijf assen stelden mij in staat om te reflecteren op het vinden van troost in de natuur op een natuurbegraafplaats. Gaandeweg vormde zich een beeld dat het algemene troostmodel toespitste op de natuur. Zo heb ik geprobeerd de geestelijk verzorger behulpzaam te zijn door een theoretisch onderbouwd toetsingsinstrument te onderzoeken dat kan helpen bij de ondersteuning van een nabestaande voor wie de natuur een belangrijke zingevingbron is, maar ook in bredere zin zou kunnen worden gebruikt in de zoektocht naar de krachtbron die de natuur voor velen is.

2.3 Validiteit

Kwalitatief onderzoek heeft vaak de naam subjectief te zijn. Dit klopt echter niet, hoewel de data die men onderzoekt vaak wel subjectief van aard zijn, betekent dit niet dat het onderzoek zelf niet objectief zou zijn (Gaast, Koenders et al. 2019). Dit hangt mede af van de gebruikte methodes en de meetinstrumenten die men gebruikt. Door hier te kiezen voor een al bestaand meetinstrument, namelijk het vijf-assen model van Jedan, heb ik geprobeerd de standaardisering en daarmee ook de herhaalbaarheid van het onderzoek zo groot mogelijk te maken. Een nadeel van kwalitatief onderzoek is wel dat het moeilijk of niet te generaliseren is naar een grotere bevolkingsgroep. Bovendien ben ik mij bewust van mijn eigen mogelijke bias in het onderzoek, daar de natuur voor mijzelf ook een grote bron van troost is geweest na het overlijden van mijn vader. Ik heb mede daarom ook geprobeerd de vragen zo open mogelijk te laten en zo min mogelijk gesloten of nadrukkelijk sturende vragen te stellen, hoewel er toch zeker wel een bepaalde richting in de vragen moet zitten om te weten te komen wat van belang is in het onderzoek. Bij het maken van de topiclist en vragenlijst van de interviews

heb ik ervoor gekozen de vijf assen als topics aan te houden, de introductie vraag zo open mogelijk te houden en daarna gaandeweg het interview de vragen gericht op het onderzoeksobject te laten komen.

2.4 Ethiek

Aangezien mijn onderzoek valt onder de verantwoordelijkheid van de Radboud universiteit, heb ik mijn onderzoeksopzet voorgelegd aan mijn scriptiedocent. Overigens is dit een standaard te volgen protocol in geval van het schrijven van de scriptie. Na goedkeuring hiervan ben ik op zoek gegaan naar deelnemers. Ik heb mijzelf als onderzoeker bekend gemaakt bij deze deelnemers en heb deze volgens protocol voorgelicht over het onderzoek en doel ervan en heb op deze manier een informed consent verkregen. Geen van de geïnterviewden heeft een vergoeding verkregen voor deelname aan het onderzoek. De privacy zal worden gewaarborgd door de resultaten van het onderzoek anoniem op te nemen in de scriptie. Wel is afgesproken dat ik buiten, de namen van de deelnemers, alle overige informatie zoals de namen van de natuurbegraafplaats wel mag opnemen in het verslag.

2.5 Onderzoek in perspectief

Met de komst van steeds meer natuurbegraafplaatsen en de behoefte van een steeds groter wordende groep mensen die daar begraven kunnen en willen worden, zal mijn onderzoek vast niet het laatste zijn dat hiernaar gedaan wordt. De omvang van mijn onderzoek is beperkt en nieuw onderzoek zal waarschijnlijk ook weer een nieuw perspectief opleveren door een andere groep te interviewen of door aspecten die mij ontgaan zijn of die anderen anders zullen interpreteren. Maar ik hoop met dit onderzoek enig licht te kunnen laten schijnen op troost en de rol die de natuur daarin speelt bij deze specifieke onderzoeksgroep.



3. Theoretische verkenning van het begrip troost

“La médecine c'est guerir parfois, soulager souvent, consoler toujours”

“Geneeskunde is soms genezen, dikwijls verlichten, altijd troosten”

Dit is een adagium dat wordt toegeschreven aan de zestiende -eeuwse Franse arts Ambroise Paré (1510-1590), een arts op de hoogte van zijn eigen kunnen. In een tijd waarin de medische wetenschap nog zeer beperkt was en op ervaring gebaseerd, erkende deze arts de grote kracht die uitging van het troosten. In een situatie van verlies is troosten dan misschien zelfs wel het enige wat we *altijd* kunnen doen. Rouw is niet een ziekte die we kunnen genezen of verlichten, de doden kunnen we niet meer tot leven wekken, maar troosten kunnen we altijd.

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk verkennen we het begrip troost. We duiken kort in de geschiedenis van troost door de eeuwen heen en we laten ons voeren langs verschillende ideeën rond troost. We beschouwen de troost in het professionele discours van de psychologie in onze tegenwoordige tijd en wat de reden is voor de teloorgang van troost. Om een en ander in perspectief te zetten maak ik gebruik van het 5 assenmodel dat Christoph Jedan (2020) heeft ontwikkeld om troost in te bedden in het grote geheel van bronnen die voor ieder anders kunnen zijn. Op deze manier verkennen we de diverse facetten van troost en krijgen we inzicht in de kwaliteiten en kansen van troost, maar ook van de valkuilen die er zijn. Het model dat Jedan heeft ontwikkeld zal ook als tool worden gebruikt in het analyseren van de interviews en het opstellen van de vragen die in het interview worden gesteld.

We zullen dit hoofdstuk starten met een korte verkenning van het begrip troost aan de hand van het onderzoek in de presentietheorie van Andries Baart.

3.2 Korte verkenning van het begrip troost

Volgens de Van Dale betekent troost ‘een bemoediging bij verdriet’. Het werkwoord troosten betekent ‘iemand verdriet verzachten’ of ook wel ‘iemand opbeuren’. Wanneer we kijken naar de etymologie van het woord troost in het Europese taalgebied dan worden ook hoop, hulp, vertrouwen, trouw en sterk of stevig genoemd. Dit zou betekenen dat verdriet niet alleen verzacht wordt, maar dat iemand ook actief gesteund wordt naar een perspectief in de toekomst waarin men hoop en vertrouwen heeft of krijgt. En weer stevig en krachtig zijn of haar leven tegemoet kan treden. Bij uitstek ook een taak die de geestelijk verzorger zou kunnen vervullen.

Sinds de industrialisatie, de toegenomen welvaart, het verhoogde opleidingsniveau en de daarmee gepaard gaande secularisatie en individualisatie is het gevoel ‘je mannetje te moeten staan’ en je eigen problemen of in dit geval verdriet op te lossen steeds dieper doorgedrongen in de samenleving. Verdriet is

naar de privéruimte verplaatst en troost heeft een negatieve bijmaak gekregen omdat het zou betekenen dat je er niet zelf uit kunt komen, maar de hulp van iemand anders nodig hebt. Coping of veerkracht zijn termen die men hier graag gebruikt omdat het de actieve kracht van de rouwende zelf beter zou uitdrukken. Het drukt hiermee de poging uit om de regie over de verliessituatie te herwinnen. Andries Baart (2001) noemt in zijn presentietheorie in dit verband de troost die verbonden is met het verlorene dat ongedaan moet worden gemaakt. Troosten wordt, door het onmogelijk ongedaan maken van het verlies, verbonden met het ontkennen, onteigenen of bagatelliseren van dit verlies. Baart zegt: “waar het troosten geen macht kan krijgen over het verlies, streeft het ernaar dat te verwerven over de verliezer” (Baart 2001, 690). Zulke troost is ongewenst zouden we kunnen zeggen. De “verliezer” wordt dan niet ondersteund in zijn vermogen het verdriet te kunnen plaatsen en doorleven, maar de regie wordt hem uit handen genomen, waardoor het verdriet en de rouw niet op eigen kracht worden doorleefd en problematisch kunnen worden. In plaats daarvan zou men troosten ook kunnen zien als het helpen opbouwen van een betere relatie tot verlies en het daarmee gepaard gaande lijden, hiermee geven we de rouwende de regie in eigen handen. Baart duidt hierbij troost als een alternatieve ziens- en zijnswijze. De zienswijze van troost richt zich op het begrijpelijk maken en duiden van het leed en dit te plaatsen in het groter geheel van de leefwereld zodat de zinloosheid ervan kan worden overkomen en nieuwe betekeniservaring ontstaat. De zijnswijze is meer gericht op nabijheid en aangeraakt worden en is daarmee troosten in meer sociale zin. Waarmee troost bewerkstelligt dat eenzaamheid wordt doorbroken en men zich opnieuw kan positioneren in het eigen sociale netwerk. Baart noemt, naast verschillende andere troostvormen, in specifieke zin de troost van het esthetische. Hieronder valt naast de kunst en de muziek ook de troost van de natuur die we in het vervolg van deze scriptie zullen onderzoeken.

3.3 Geschiedenis van troost

Als we ons een beeld willen vormen van wat troost is en wat het heeft betekend door de eeuwen heen, moeten we ons realiseren dat we hier met een bril uit de éénnentwintigste eeuw naar kijken en ons bewust zijn van de invloed die onze eigen opvoeding in een bepaald politiek/economisch en sociaal klimaat hierop heeft. Dat kan bijvoorbeeld betekenen dat de troost die in religie wordt gevonden voor velen van ons niet meer van toepassing lijkt en wij deze zoals Baart (Baart 2001) noemt als ongewenst beschouwen omdat deze, in onze ogen, probeert macht over ons te krijgen als “verliezer”. Dit neemt niet weg dat een verkenning van troost in historische context heel nuttig kan zijn voor het begrip van troost in het algemeen.

Troost is nauw verbonden met empathie, wanneer je je kunt inleven in iemands situatie, wanneer je de pijn kunt invoelen die de ander voelt, fysiek of psychisch, kun je de ander troosten. Dit blijkt overigens voor zowel mensen als voor dieren te gelden. Het stress verlagend hormoon oxytocine speelt hier een belangrijke rol

bij. Wanneer dit vrijkomt door het tonen van empathie en het daaraan gerelateerde troostgedrag, heeft dit een remmend effect op gevoelens van angst, verdriet en pijn, wat weer een positief gevolg heeft voor sociale interacties (van Loey, Hofland et al. 2018). Het wordt dan ook wel het knuffelhormoon genoemd. Wanneer we dit relateren aan het concept dat Baart van troost geeft dan kunnen we dit koppelen aan de alternatieve ‘zijnswijze’ van troost. Aanraken en nabijheid als toost in sociale zin en het knuffelhormoon dat vrijkomt hierbij. Antropologe Margaret Mead werd jaren geleden gevraagd wat zij als eerste teken van beschaving in een cultuur beschouwde. Zij antwoordde daarop dat het eerste teken daarvan een gebroken en vervolgens genezen dijbeen was. Zij deed deze uitspraak naar aanleiding van een vondst van een skelet van een Neanderthaler bij wie dit het geval was geweest. Het bewijst dat iemand de tijd heeft genomen om het been te verzorgen en de gewonde te helpen herstellen “iemand anders door moeilijkheden heen helpen is waar de beschaving begint”, aldus Mead (Janssen 2020). Hoe mooi past hierbij ook het beeld van het troosten van iemand, troosten als onderdeel van onze beschaving en dus troost ook in sociale zin zoals Baart noemt.

Andere voorbeelden van troost in de geschiedenis kan men vinden in geschreven bronnen. In de oudheid sprak men van *consolatio*, waarmee verwezen werd naar een troostgeschrift, bedoeld voor degenen die door rouw en verlies getroffen waren. Eén van de zogenaamde ‘*consolatory writings*’ komt van Seneca, Romeins schrijver en stoïcijns filosoof, overleden in 65 na Chr. Seneca schreef meerdere brieven naar vrienden die bedoeld waren om hen te troosten in een tijd van rouw. Eén van deze brieven schreef hij naar Lucilius, die één van zijn vrienden was verloren. De brief opent met een betuigen van medeleven en spoort hem aan om de rouw niet te extreem te laten worden en dus te matigen. Seneca legt vervolgens uit dat dit niet betekent dat je de vriend vergeten moet, maar dat deze juist misschien wel vaker wordt herdacht door het denken aan fijne herinneringen. Die herinneringen zijn dan op zichzelf al troostrijk. Daarnaast moedigt hij Lucilius ook aan om vooruit te denken en het ergste te verwachten zodat wanneer dat gebeurt hij er minder emotioneel onder zal lijden. Seneca ziet zichzelf als leraar en geneesheer van de ziel en verleent hierin bijstand aan nabestaanden ter bevordering van een ‘gezond’ rouwproces (Manning 1974). De aansporing tot het matigen van de rouw laat zien dat hij onder meer beïnvloed wordt door eerdere filosofen als Aristoteles, die het ‘Juiste Midden’ op het morele vlak van de deugden aanbeveelt, wat betekent dat niet te veel of te weinig rouw en verdriet moet worden beleefd, maar dat het precies genoeg moet zijn. Wat dat midden dan is, hangt in dit geval af van de normen en waarden van die tijd. Het klinkt ons misschien nogal wreed in de oren wanneer dit gezegd wordt, maar we moeten ons ook voorstellen dat in die tijd de dood nog niet weggestopt in ziekenhuis of verpleeghuis achter gesloten deuren buiten het zicht van iedereen was, maar nog onderdeel van het dagelijks leven was en een natuurlijk gegeven.

Ook was het leven meer gemeenschappelijk en daarmee ook de rouw die werd ervaren en het verdriet dat werd getoond, mogelijk was het hierdoor ook meer geëigend om elkaar te troosten. De verhandelingen die over troost werden geschreven hadden ten doel de nabestaanden de dood te helpen begrijpen en aanvaarden als onderdeel van het leven, waar zij zich niet tegen moeten verzetten (Jedan, Maddrell et al. 2019). Vergelijk ook hier weer boven beschreven troost van Baart die deze beschrijft als een alternatieve zienswijze: “De zienswijze van troost richt zich op het begrijpelijk maken en duiden van het leed en dit te plaatsen in het groter geheel van de leefwereld zodat de zinloosheid ervan kan worden overkomen en nieuwe betekeniservaring ontstaat.” Dit is precies wat Seneca hier ook lijkt te proberen bewerkstelligen.

Van een andere orde is de troost die we terugvinden in de geschriften van het Oude en Nieuwe Testament en in de ontwikkeling van het latere christendom. In verschillende Bijbelgedeelten van het Oude Testament komen we troostende teksten tegen, bijvoorbeeld in Psalm 119:76 “*Moge uw liefde mij vertroosten, zoals u aan uw dienaar hebt beloofd.*”, of Jeremia 31:13 “*Meisjes dansen vrolijk in de rei, jongens en grijsaards dansen mee, hun rouw verander ik in vreugde, ik troost hen, hun verdriet vergeten zij*”. De joodse gemeenschap zocht troost in deze geschriften. In het vroege Christendom vinden we in het Nieuwe Testament een tekst van Paulus die nabestaanden tot troost moet zijn omdat hun geliefden overleden zijn vóór het koninkrijk van God gekomen is. In 1 Thessalonicenzen 4:13 staat: “*Broeders en zusters, wij willen u niet in het ongewisse laten over de doden, zodat u niet hoeft te treuren, zoals zij die geen hoop hebben*”. Hierna vertelt Paulus hoe de doden zullen opstaan als de Heer komt en gaan zij de Heer samen tegemoet, hij beëindigt dit met de woorden in 4:18 “*Troost elkaar met deze woorden*”. In het latere meer geïnstitutionaliseerde christendom veranderde dit en werden ervaringen van verlies geaccepteerd als door God gezonden en een manier om de relatie met God te kunnen herstellen. Een verlieservaring en de rouw die men ervaarde, waren het gevolg van zonde, maar door te biechten en het tonen van berouw kwam men dicht bij God. De nabijheid van God was hierin de troostrijke gedachte. In de vijftiende eeuw, gedurende de eeuwen dat ‘de pest’ en andere epidemieën rondwaarden, ontstond er een genre literatuur die moest voorbereiden op een christelijke dood, namelijk de ‘Ars Moriendi’ ofwel ‘de kunst van het sterven’ (Cobb, Puchalski et al. 2012). Door het uitblijven van de grote ‘Dag des Oordeels’ wordt deze gaandeweg het eind van de middeleeuwen vervangen door de individuele weging van goed en kwaad (Lips 1986). Het laatste oordeel verplaatste zich naar het sterfbed van de gelovige. Jean Gerson (1363-1429) was een befaamd theoloog en priester en schreef het ‘*opus tripartitum*’, onderdeel daarvan was ‘*la science de bien mourir*’ ofwel de wetenschap van het goede sterven. Het bestaat uit vier onderdelen: De vier vermaningen, de zes vragen, de vier beden en de tien voorschriften. Dit geschrift wordt gekenmerkt door de nadruk op het spirituele moment, namelijk de confrontatie met de dood en

het laatste oordeel en de noodzakelijke voorbereiding daarop. De alom aanwezige dood in de middeleeuwen maakte dat het gehele maatschappelijke leven ermee doordrenkt was. Hierdoor werd het een thema dat men ten diepste bewoog. Het lijkt er Gerson met deze troostliteratuur om te gaan, aan te tonen dat het leven en sterven van een christen steeds om God als middelpunt en om de ziel zou moeten gaan. Alleen dan kunnen onrust, angst en verdriet omgezet worden in sereniteit en acceptatie van het sterven en de dood. Het belang van naastenliefde en het elkaar bijstaan, ook in troostende zin, ziet hij dan ook als een oefening voor de levende in het zicht van de eigen eindigheid (Birkhofer 2008). Dit geschrift heeft op vele manieren navolging gevonden in de christelijke wereld. Niet alleen wordt het nu nog gebruikt in het 'laatste sacrament' binnen de katholieke kerk, ook de protestantse kerk kent een dergelijk gebruik in de 'ziekenzegen' of het 'avondmaal' rond het bed van de stervende. Bedoeld als troost en ondersteuning van de stervende dat God nabij is, maar ook als troost voor de nabestaanden in de wetenschap dat de naaste begeleidt en ontvangen wordt door de Heer. Ook deze troost lijkt tot doel te hebben een alternatieve zienswijze te geven en het proberen te plaatsen van een betekenis ter overkoming van de zinloosheid ervan (Baart 2001).

Zoals uit bovenstaande korte blik in de geschiedenis van troost blijkt, heeft troost te maken met dingen doen, het zorgen voor iemand in praktische zin bij de Neanderthaler. Het verbinden van een wond letterlijk of figuurlijk, zorgen dat iemand geen pijn heeft en kan herstellen door bijvoorbeeld voedsel te brengen en te bereiden. Het pannetje soep of het bakkie troost zouden wij nu zeggen. Troost heeft te maken met iets te zeggen tegen of schrijven aan iemand die verdriet heeft om het verlies van een naaste, zoals te zien in de brieven die Seneca schreef aan zijn vriend. Wij zouden nu een kaartje sturen aan een nabestaande met woorden die bedoeld zijn om te troosten, maar ook de grafrede die wordt uitgesproken door iemand die de naaste goed heeft gekend kan tot troost zijn voor de nabestaanden. We zouden even langs kunnen gaan om te vragen hoe het gaat en om te praten over wie de overledene was en wat deze betekend heeft door herinneringen op te halen.

Hoewel Nederland sterk gesecculariseerd is en het kerkbezoek sinds de ontkerkelijking vanaf de jaren zestig flink is gedaald, is er een grote groep, vooral ouderen, die troost vindt binnen de kerk na een verlies van een naaste.

Voorbeelden hiervan zijn vooral zichtbaar op de laatste zondag binnen het protestantse kerkelijk jaar waarop de dat jaar overleden leden van de kerk bij naam worden genoemd, maar ook de drukbezochte katholieke

Allerzielenbijeenkomst waarop de overledenen binnen de katholieke kerk worden herdacht. Dit laatste wordt op andere manieren ook gedaan, bijvoorbeeld als een Allerzielen lichtjesviering op een algemene begraafplaats, maar ook op natuurbegraafplaatsen vinden deze vieringen plaats, er is dus behoefte om te herdenken en daarin ook troost te vinden in religieuze zin, maar ook los daarvan.

“Tijdens Allerzielen gedenken we degenen die ons zijn ontvallen. Als onderdeel van deze wandeling dalen we af in de spiraal. In gedachten maken we contact met hen die ons dierbaar zijn. En als teken van onze verbinding ontsteken we het licht. Samen keren we weer terug.” (Natuurbegraafplaats Hillig meer in Eext, Drenthe).

Het beeld van troost als een voornamelijk christelijke bezigheid werd in de loop der eeuwen met het begin van de secularisering die werd ingezet in de zeventiende eeuw en tijdens de Verlichting werd voortgezet, meer en meer gezien als een vergiftigende troost. Dit voerde zelfs zover door dat in onze huidige tijd het woord troost als kleinerend en niet helpend wordt beschouwd. Na de Eerste Wereldoorlog werd het uiterlijk vertoon van rouw gereduceerd tot een private aangelegenheid en werd er een onderscheid gemaakt tussen gecompliceerde en ongecompliceerde rouw. In het laatste geval werd vertrouwd op de eigen veerkracht van degene die in rouw was. In geval van gecompliceerde rouw ontstond er een beroep van professionele therapeuten die in deze de rouwende kon ondersteunen in het ‘genezingsproces’ (Jedan, Maddrell et al. 2019). Rouw wordt gereduceerd tot fasen (Kübler-Ross 1970) of taken (William Worden and Arksey 1984) waar een theoretische therapie op kan worden losgelaten, troosten lijkt hier geen onderdeel van te zijn en wordt als ‘niet- professioneel’ gezien. De verregaande individualisering had tot gevolg dat het verdriet na verlies van een geliefde meer binnen de eigen muren werd geleden, rouw niet meer publiek vertoond werd en daarmee ook de kunst van het troosten verloren lijkt te zijn gegaan. We leven immers steeds meer voor onszelf lijkt het wel en we voelen het als falen wanneer het niet lukt om zelfstandig door een rouwproces te gaan (Klass 2014). Het ontbreken van de vanzelfsprekendheid elkaar te ondersteunen en troosten in dit proces lijkt het gevolg te zijn van een strategie van coping, veerkracht en zelfredzaamheid in een maatschappij van verregaande individualisatie.

In de volgende paragrafen zal aan de hand van het vijf-assenmodel van Jedan (Jedan 2020) de troost als concept verder verhelderd worden.

3.3 Vijf-assenmodel van troost

Professor Christoph Jedan is Hoogleraar Ethiek en Vergelijkende Godsdienstfilosofie aan de Faculteit Godgeleerdheid en Godsdienstwetenschap aan de Rijksuniversiteit van Groningen (RUG). Jedan heeft veel onderzoek gedaan naar het onderwerp troost, waar we troost vinden en wat dit betekent voor rouw en verlies. Hiervoor heeft hij het zogenaamde vijf-assenmodel ontwikkeld dat kan dienen als een hulpmiddel bij het zoeken naar en bieden van troost en dat ik hier uiteen zal zetten en de basis vormt van mijn onderzoek.

3.3.1 Inleiding

Jedan baseert zijn vijf-assenmodel onder andere op de Westerse traditie van geschreven bronnen van troost, zoals deze bekend zijn van de filosoof Boethius en bijvoorbeeld de troostbrieven geschreven door de stoïcijn Seneca. Hij gebruikt deze bronnen en het onderzoek dat daarnaar gedaan is door Hans Weyhofen (Weyhofen 1983) en Donald Duclow (Duclow 1979) in relatie tot het empirische onderzoek dat is verricht door Astrid Norberg (Norberg, Bergsten et al. 2001) en Dennis Klass (Klass 2014), deze laatste twee baseren hun theorie met name op kwalitatief onderzoek met behulp van interviews. Daarnaast heeft hij gebruik gemaakt van uitgebreid literatuuronderzoek, onder andere op gebied van theorieën rond rouw en verlies en de begeleiding hiervan. Door zijn eigen onderzoek in gesprek te laten gaan met eerdergenoemde auteurs en onderzoek ontwerpt Jedan een nieuw conceptueel model van troost en is uiteindelijk het vijf-assenmodel tot stand gekomen. Het poogt een overkoepelend raamwerk te zijn voor diverse aspecten van troost (Jedan 2020). De conceptuele kern van dit troost model wordt door Jedan als volgt beschreven:

“Troost is een geheel van praktijken (troostende gebaren, rituelen, woordelijke of geschreven communicatie, etc.) die als doel hebben het verdriet te verminderen dat ontstaat door de confrontatie met de begrenzingen van het menselijk bestaan, het zoveel mogelijk herstellen van het normale functioneren en het bevorderen en voeden van de veerkracht met het oog op zowel in het verleden geleden verliezen als mogelijke verliezen (in welke zin dan ook) in de toekomst.” (Jedan, Maddrell et al. 2019, 33)



Afbeelding: vijf-assenmodel (Jedan 2020, 6)

De vijf hoofdthema's van troost die uit deze analyse zijn voortgekomen en de vijf assen vormen, zullen hieronder besproken worden.

3.3.2. Eerste as: een beroep op veerkracht

Troost betekent vaak dat de trooster een beroep doet op de innerlijke kracht van degene die getroost wordt in het omgaan met zijn rouw en verlies. De trooster doet hiermee een beroep op de veerkracht die iemand heeft en probeert deze te vergroten. Bijvoorbeeld door hem eraan te herinneren hoe men eerder moeilijke situaties het hoofd heeft geboden en hem te doen inzien wat hem toen in die situatie geholpen heeft en welke eigenschappen daarmee naar voren kwamen, zoals dapperheid en daadkracht (Jedan 2020). Soms wanneer je heel diep in het verdriet om het verlies zit, is het voor jezelf niet meer mogelijk om te zien hoe je hier doorheen moet komen, je hebt dan de ander als trooster nodig om je te wijzen op eerder gebruikte strategieën of verborgen bronnen van kracht.

3.3.3 Tweede as: reguleren van emoties

Het gaat op deze as om de aanvaardbaarheid van rouw. Vormen van troost veronderstellen vaak een negatief beeld van rouw in zijn algemeenheid of van overmatige rouw. Dit betekent dat deze as van troost gericht is op het matigen van de ervaren rouw in de zin van wat dan als acceptabel wordt beschouwd door de rouwende en zijn directe omgeving, maar ook in de sociale omgang met collega's, kennissen enz. Hoelang mag het duren, is erover te onderhandelen, op welke manieren kun je rouw uitdrukken. Rouw gaat over het verband tussen rouwende en de gemeenschap daaromheen. Rouw kun je op deze manier zien als een sociaal construct en is daardoor ook aan te passen aan de omgeving en op deze manier dus door de rouwende onder controle te houden (Jedan 2020).

3.3.4 Derde as: leven van de overledene herschrijven of bewaren (auto)biografie

Op deze as gaat het om het ervaren van troost in het eigen leven en het geleefde leven van de overledene, ondanks de breuk in het gezamenlijke levensverhaal. De nadruk wordt hier gelegd op het leven van de overledene dat tot het eind toe volledig en vervuld was. Het geleefde leven was zinvol en blijft ook na de dood van betekenis voor de nabestaande in rouw (Jedan 2020). De herinnering aan het leven van de overledene is vaak onderdeel of zelfs de basis van de rouwdienst. Hierbij worden anekdotes en verhalen verteld die ons leven met hem of haar tot een kostbaar geheel hebben gemaakt en die niet vergeten mogen worden. Ook herinneringen aan minder leuke dingen worden hierbij niet vergeten, maar krijgen liefdevolle aandacht en maken het leven eerlijk en waardevol (Wijst 2019). De overledene is nog relevant voor ons leven en is daar op een bepaalde manier nog steeds in aanwezig, zoals ook in bepaalde onderzoeken naar de 'continuing bonds'

met de overledene zeer actueel zijn in het leven van de nabestaande (Quartier 2011, 62).

3.3.5 Vierde as: bieden van een wereldbeeld waarbij de dood een rechtmatige plaats inneemt in onze samenleving

Troost kan een mogelijkheid bieden om de dood te integreren in een wereldbeeld waarin de dood geaccepteerd kan worden ondanks het verdriet dat het veroorzaakt. De dood wordt dan onderdeel van een genezend narratief dat de functie heeft een algemeen metafysisch kader te bieden waarin de specifieke dood geplaatst kan worden. Voorbeelden hiervan zijn het idee dat de dood onderdeel is van de natuur, de dood is als slapen of de dood is als thuiskomen bijvoorbeeld bij God of vergelijkbaar met de weg die Jezus ging, maar ook het feit dat de dood het leven juist kan intensiveren en betekenis geven (Jedan, Maddrell et al. 2019).

3.3.6 Vijfde as: herstellen van de verbroken band met de gemeenschap

Troost probeert de band met de gemeenschap op verschillende niveaus te herstellen. Op het niveau van het gezin, de nabije sociale omgeving, maar ook op nationaal niveau van de maatschappij of de mensheid als geheel. Het probeert duidelijk te maken dat verlies niet iets is dat buitengewoon is, maar dat het ons juist verbindt met anderen die ditzelfde of een ander verlies ook hebben doorgemaakt. In christelijke zin is daar ook nog de gemeente van de eigen kerk die troost kan bieden, wanneer de rouwende daar de band mee herstelt of onderhoudt. Deze as benadrukt de steun en troost die te vinden is binnen de gemeenschap, wanneer men zich daarvoor kan openstellen (Jedan 2020).

De assen zijn niet van elkaar gescheiden, maar kunnen elkaar juist aanvullen of versterken en zijn op deze manier juist sterk met elkaar verbonden. Om deze reden maakt Jedan gebruik van een radardiagram dat ook wordt gebruikt binnen de statistiek om de relatieve invloed van verschillende numerieke parameters aan te duiden. Verschillende vormen van troost kunnen op deze manier worden ontrafeld in verschillende aspecten ervan die zich op het vijf-assenmodel bevinden. Het ene aspect kan daarbij sterker vertegenwoordigd zijn dan het andere.

Vijf vragen die een belangrijke rol spelen in deze scriptie over het vinden van troost op een natuurbegraafplaats en het analyseren van deze vorm van troost, zijn de volgende vragen die ook weer verbonden zijn met de 5 assen:

1. In hoeverre neemt hierdoor de veerkracht toe?
2. In hoeverre reguleert het de emoties?
3. In hoeverre helpt dit het leven van de betrokkenen te behouden, herschrijven en perfectioneren?
4. Roept het een kijk op de wereld op waarin verlies en dood een rechtmatige plaats innemen?

5. In hoeverre is het mogelijk hiermee verbondenheid op te bouwen op verschillende niveaus, zoals familie, geloof, de maatschappij of de mensheid als geheel?

Het troostmodel van Jedan, zoals hier uitgewerkt, is gebaseerd op cultuurhistorische ontwikkelingen op het gebied van de troostbronnen in de West-Europese wereld. Dit heeft de beperking dat het niet universeel toepasbaar zou zijn in andere gebieden van de wereld. Mogelijk dat daar de assen heel anders omschreven zouden kunnen worden. Voor deze scriptie, die per slot van rekening in Nederland wordt geschreven en exploratief poogt te zijn, heb ik er daarom voor gekozen dit model te gebruiken.

In het volgende hoofdstuk zal kort worden uitgediept op welke manieren de natuur beschreven wordt als bron van spiritualiteit en komt het concept van de natuurbegraafplaats aan de orde. Vervolgens worden de resultaten van het onderzoek gepresenteerd en gerelateerd aan de vijf assen van het troostmodel van Jedan (2020)



4. In de praktijk: De natuur als bron van troost

“And into the forest I go, to lose my mind and find my soul”

John Muir (1838-1914)

4.1 Inleiding

Bovenstaande quote van John Muir, Schots- Amerikaans schrijver, geoloog, natuurbeschermmer en plantkundige, stond op één van de condoleancekaarten die ik ontving na het overlijden van mijn vader. Ik werd erdoor geraakt en bedacht mij ineens weer hoe het bos mij altijd getroost had in moeilijke situaties. Het bos gaf mij altijd de kracht om door te gaan, maar ik was het even vergeten door de diepe rouw die ik voelde. Als geestelijk verzorger zie ik voor mezelf dan ook de taak weggelegd om de ander datgene aan te reiken dat de eigen krachtbron weer aanboort.

Niet alleen voor John Muir, maar voor velen is de natuur een bron van spiritualiteit en zingeving. Mensen geven aan in de natuur tot rust te komen en er daarna weer beter tegen te kunnen. Het geeft kracht om beter opgewassen te zijn tegen de grote hindernissen en kleinere oneffenheden op het levenspad (Naor and Mayseless 2020).

In dit hoofdstuk komen de geïnterviewden aan het woord. Ik zal eerst een korte achtergrond schetsen van natuurbegraafplaatsen in Nederland en zal kort ingaan op de krachtbron die de natuur kan bieden. Om een duidelijker beeld te krijgen van de kern van troost die de natuur biedt op natuurbegraafplaatsen zullen de interviews geanalyseerd worden aan de hand van het in het voorgaande hoofdstuk besproken model van troost van Jedan, waarbij de vijf assen de leidraad vormen.

4.2 Enkele achtergronden

4.2.1 Natuurbegraven in Nederland

Natuurbegraven is een relatief nieuw en steeds populairder wordende manier van begraven in Nederland. Hoewel de eerste natuurbegraafplaats al in 1944 geopend werd op het landgoed Westerwolde in Assel, kwam deze nieuwe manier van begraven pas in de 21^{ste} eeuw echt tot ontwikkeling (Venhorst and Mathijssen 2019). Om een indicatie te geven van de snelheid waarmee dit zich momenteel ontwikkelt: Venhorst en Matthijssen hebben het in 2019 nog over 18 natuurbegraafplaatsen, waar de website van Brana (branchevereniging natuurbegraafplaatsen) het nu al heeft over 25 natuurbegraafplaatsen (Brana). Natuurbegraafplaatsen bevinden zich vaak in bosrijk gebied, maar ook op heidegrond en soms op weidegrond. De Brana hanteert de volgende definitie van een natuurbegraafplaats: *“Een echte natuurbegraafplaats onderscheidt zich omdat de doelstellingen gericht zijn op verbetering van de natuur. Er heerst eeuwigdurende grafrust en het natuurbeheer wordt uitgevoerd door een*

gecertificeerd natuurbeheerder. Uiteraard worden er alleen vergankelijke materialen gebruikt en zijn er geen blijvende grafmonumenten. De planologische bestemming van een echte natuurbegraafplaats is natuur én begraafplaats” (Brana). Dit betekent onder andere dat een natuurbegraafplaats ook betekent dat deze natuur behouden wordt en niet zal worden bebouwd. Dit stukje natuurbehoud is dan ook een van de redenen waarom mensen kiezen voor het begraven op een natuurbegraafplaats. Andere redenen die genoemd worden zijn het romantische idee van het terugkeren naar de natuur en de symboliek van de natuurlijke cyclus van leven en dood, de vrije keuze in waar het lichaam begraven kan worden, maar ook meer praktische redenen zoals het graf dat hier niet onderhouden hoeft te worden en het feit het graf niet geruimd hoeft te worden en er dus geen grafrechten hoeven te worden betaald (Venhorst and Mathijssen 2019). Zoals uit bovenstaande definitie blijkt mogen er geen blijvende grafmonumenten geplaatst worden, hooguit een zwerfkei of houten schijf. In de praktijk blijkt dat nabestaanden deze plek toch graag willen markeren en voorwerpen als lantaarntjes of plantjes plaatsen bij het graf. In de interviews komen boven genoemde zaken ook aan bod.

4.2 een korte blik op de natuur in spiritueel perspectief

Zoals ik al eerder benoemde, is de natuur in de huidige veelal geseculariseerde samenleving voor velen een bron van kracht en zingeving. Waar vroeger spiritualiteit vooral onder religie werd geschaard, is dat nu al lang niet meer het geval. Er ontstond een behoefte aan een nieuwe interpretatie van spiritualiteit. In 2009 werd er in Amerika een consensus conferentie georganiseerd in het kader van het vormen van definitie met als onderliggend speerpunt het verbeteren van de kwaliteit van palliatieve zorg, waar spirituele zorg een fundamenteel onderdeel van zou moeten zijn. Het doel was te komen tot een definitie van spiritualiteit die toegepast kon worden in de gezondheidszorg en meer specifiek voor de palliatieve zorg. De uiteindelijke definitie luidt als volgt:

“spirituality is the aspect of humanity that refers to the way individuals seek and express meaning and purpose and the way they experience their connectedness to the moment, to self, to others, to nature, and to the significant or sacred.” (Puchalski, Ferrell et al. 2009, 887).

Ik kies ervoor om deze definitie hier te gebruiken omdat de natuur erin wordt erkend als bron van zingeving en verbondenheid en deze met het oog op de gezondheidszorg tot stand is gekomen.

Van belang om in de context van deze scriptie te weten is wat men dan eigenlijk ervaart op het moment dat men in verbinding treedt met de natuur. Ook hier is veelvuldig onderzoek naar gedaan. Ervaringen die worden genoemd zijn (Ashley 2007):

- Een gevoel van eenheid met de natuur

- De gewaarwording dat alles in de natuur, inclusief wij zelf, met elkaar verbonden is
- Het gevoel dat er iets groters moet zijn dan jezelf, waardoor het leven meer betekenis en zin krijgt
- Een gevoel van vrede, rust en kalmte
- Gevoelens van geluk, verbazing, nederigheid en ontzag

Anselm Grün benoemt in zijn boek *“troostboek voor lichaam en ziel”* dat de natuur hem met zichzelf in harmonie brengt. Er zijn daarbij drie aspecten die voor hem van belang zijn. Ten eerste de ervaren levendigheid die altijd weer openbreekt en die hij met name in het voorjaar beleeft. Met andere woorden de ervaring die van de verschillende seizoenen uitgaat. Ten tweede noemt hij de geborgenheid die hij in de natuur vindt, het beschermende gevoel van een moeder die je omarmt, voedt en draagt. Het roept een gevoel van geïntegreerd zijn en thuiskomen op. Ten derde noemt hij dat de natuur niet oordeelt, je mag er zijn wie je bent, je hoeft je er niet te bewijzen. Het geeft een gevoel van het groter verband waar we allen een onderdeel van zijn en ieder mag daar zijn met zijn eigen unieke zelf met donkere en lichte kanten en met de emoties die er zijn (Grün and Visschers 2017).

Douglas Davies gaat in zijn boek *Natural Burial* in op de praktijk en theorie van natuurbegraven in Engeland. Hij zegt het volgende over het specifieke van de omgeving die de mens hier ondersteunt in het verdriet: *“the natural burial site is perceived as safe, nurturing and peaceful and, as such, particularly appropriate as a place to think, ponder and feel one’s way through the difficult situations occasioned by personal bereavement and its ensuing grief.”* (Davies and Rumble 2012, 146)

Puttend uit mijn eigen ervaring kan ik oprecht voor mijzelf spreken dat daar waar de verbondenheid in geval van een verlies van iemand gebroken kan zijn, de natuur als bron van troost deze gebrokenheid ook weer kan helen. In de volgende paragrafen zullen de geïnterviewden hierover aan het woord komen.

4.3 Een rustplaats voor altijd

In deze paragraaf zullen de resultaten van het onderzoek worden gepresenteerd. In afzonderlijke paragrafen zullen aan de hand van de vragen die uit het model van Jedan afkomstig zijn de verschillende assen van troost belicht worden voorzien van citaten van de deelnemers aan het onderzoek.

Aan het onderzoek namen 11 respondenten deel, waarvan 1 man en 10 vrouwen. De leeftijd van de geïnterviewden varieert tussen de 42 en 85 jaar. Er zijn 3 deelnemers geïnterviewd over de eigen reservering van een plekje op een natuurbegraafplaats en 8 geïnterviewden hebben een naaste hier begraven. De naaste betrof in alle gevallen een ouder. Het eerste interview dat ik deed, werd op de natuurbegraafplaats zelf gedaan. Helaas bleek de geluidskwaliteit van het

interview niet al te best door de wind die er op dat moment erg hard waaide. Dus hoewel het mooi was om tijdens het interview de elementen daar aan den lijve te ervaren, heb ik ervoor gekozen om dit niet te doen met de overige interviews. Wel heb ik op andere momenten nog enige natuurbegraafplaatsen zelf bezocht. De tijd tussen het verlies en het interview verschilde nogal. Bij enkelen was het al meer dan 10 jaar geleden dat zij een ouder hadden begraven op de natuurbegraafplaats en bij anderen was het nog maar een paar maanden geleden gebeurd en lag dit dus nog vers in het geheugen. Mogelijk dat dit nog verschil maakt in de ervaren troost in het verleden en hoe dit na een aantal jaar nog wordt beleefd. Naar deze verschillen is in dit onderzoek niet specifiek gekeken, ik vind dit belangrijk om te vermelden in het kader van een eventueel vervolgonderzoek.

4.3.1 Toegenomen veerkracht

De eerste as van het troost model van Jedan gaat in op veerkracht. Fricchione en Nejad beschrijven veerkracht als het goed kunnen opvangen van aanzienlijke tegenslagen en zich kunnen aanpassen op verschillende fronten (Fricchione and Nejad 2012, 367). Zij benoemen 5 dingen die hierbij van belang zijn:

1. Het vermogen om door een groot intern optimisme en een positief ingesteld karakter, hierdoor zichzelf weet te motiveren en zelfs beloning te ervaren.
2. Het inzicht te hebben in de eigen reacties op angst zodat eventuele coping strategieën kunnen worden ingezet ondanks de ervaren angst.
3. Het vermogen om het eigen sociale gedrag zo aan te passen aan de omgeving dat er sociale verbanden en supportsystemen zijn die je in tijden van nood zouden kunnen ondersteunen.
4. Het gebruik van cognitieve vermogens om een negatieve omstandigheid in een meer positief licht te zien.
5. Het gevoel dat het leven zin heeft, samen met een moreel kompas, betekenisgeving en spirituele verbondenheid.

Veerkracht is zoals hierboven te zien is afhankelijk van meerdere factoren. Zoals te zien in punt 5 noemen zij spiritualiteit en zingeving als een van de hoofdonderdelen van veerkracht. De spirituele verbondenheid beschrijven zij net als de eerdergenoemde definitie van spiritualiteit in relatie tot het moment, zichzelf, met anderen, met de natuur en dat wat betekenis heeft in het eigen leven.

Het verlies van een dierbare doet zonder twijfel een appèl op je veerkracht. Rouw- en verlieservaringen kunnen je terneergeslagen laten voelen, soms lijkt het alsof je nooit meer uit dit zwarte gat zult komen. Vaak gehoorde uitspraken die troost moeten bieden zijn erop gericht om de innerlijke kracht aan te spreken. Het zijn goedbedoelde aanmoedigingen die klinken als: *“kop op je bent sterker dan je denkt”* of *“weet je nog toen dit of dat gebeurde? Daar ben je ook weer overheen gekomen”*.

De “trooster” die in deze scriptie onderzocht wordt, kan niet spreken in de letterlijke zin van het woord. We kunnen de uitspraken van de geïnterviewden

echter door middel van hermeneutisch onderzoek wel analyseren op het gebruik van de geuite metaforen.

De vraag die centraal staat in deze paragraaf luidt als volgt:

“Is er sprake van toename van veerkracht door de ervaring van de natuur op de natuurbegraafplaats?”

Om deze vraag te kunnen beantwoorden zijn de interviews gecodeerd op uitspraken die gerelateerd zijn aan het fenomeen veerkracht. Daarbij viel op dat de geïnterviewden vooral de natuurlijke omgeving als rust- en kracht gevend benoemden. Ook kwam in bijna ieder interview naar voren dat de omgeving daar fijn aanvoelt. De natuurbegraafplaats wordt door meerdere geïnterviewden als ‘warmer’ ervaren dan het ‘kille’ van de normale begraafplaatsen. Eenmaal werd zelfs benoemd dat de natuur als omarmend werd ervaren, wat een mooie metafoor is voor het troostende dat van de natuur kan uitgaan. Wat onder andere richting de veerkracht kan wijzen is het meditatieve en reflecterende vermogen dat wordt aangesproken in de natuur. Een aantal deelnemers benoemen dat de natuur hen laat reflecteren op de natuurlijke cyclus die ook in het leven herkenbaar is. Het ervaren van de seizoenen; in de lente het ontspruiten, het groeien en tot wasdom komen in de zomer, het verval in de herfst en de (ogenshijnlijke) dood in de winter. Het feit dat de overledene opgaat in de natuur en deel wordt van deze zojuist genoemde cyclus geeft kracht en helpt het verlies te accepteren. De steeds veranderende natuur geeft blijk van het feit dat alles aan verandering onderhevig is en dat na tijden van doodsheid ook weer nieuw leven verschijnt. Verschillende deelnemers noemen dit als iets wat hen de kracht schenkt om door te gaan. Door het reflecteren op de cyclus in de natuur worden daarnaast parallellen getrokken naar andere gebeurtenissen in het leven van de nabestaande die door aangesproken veerkracht een plek hebben gekregen. Eén van de deelnemers refereert hierbij naar een doorgemaakte scheiding en de moeilijke momenten daarin, zij kon daarmee omgaan door steeds terug te keren naar een plek in de natuur die haar als het ware de kracht gaf om haar moeilijkheden het hoofd te bieden. In dit laatste geval zou je de natuur zoals in punt drie ook een supportsysteem kunnen noemen of zelfs een coping strategie omdat, ze je kan helpen om te gaan met het verlies. De schoonheid van het gebied wordt soms ervaren als een oproep om de schoonheid van het leven weer te ervaren. Zoals één van de deelnemers benoemde *“Als ik over Hoogenraven loop, lijkt het alsof alles roept: wees niet bedroefd, kijk hoe mooi alles is in de lente, het frisse groen, de vogeltjes die fluiten en hun nesten bouwen, dan denk ik met een goed gevoel terug aan hoe alles is geweest en kan ik weer verder”*. Deze uitspraak lijkt dan ook sterk te wijzen op het beroep dat de natuur in metaforische zin kan doen op veerkracht.

Hier enkele uitspraken die de geïnterviewden hierover deden:

“Toen ik daar zijn plekje ging uitzoeken, kreeg ik al kijkend en luisterend naar de omgeving het gevoel dat het goed was dat ik dit deed, het gaf me de rust en kracht om dit te doen”, “Natuur gaat door en ik moet ook door”, De natuur is elke keer weer anders en te zien dat alles steeds veranderd geeft mij kracht”, “Het geeft een gevoel dat het goed zal komen, ik kan het grotere plaatje zien”, “Dat het zo’n mooie plek was, heeft me erdoorheen geholpen”, “Ik kan de natuur niet missen, ik kom er dichterbij mezelf”, “Je kunt ontvangen van bomen bij leven en bij sterven”.

Hoewel bovenstaande uitspraken blijk geven van een mogelijke toename van veerkracht door de ervaring van de natuur op een natuurbegraafplaats, hangt veerkracht natuurlijk ook van andere zaken af zoals in de vijf punten hierboven al genoemd zijn. Daarom is het antwoord op de boven gestelde vraag dan ook niet eenduidig te geven en verdient het de voorkeur om deze in samenhang met de vijf eerdergenoemde punten te beantwoorden, daarvoor voert het echter in het kader van deze scriptie te ver. Niettemin is het voorzichtige antwoord op de vraag wel ja, gezien de reacties van de deelnemers hierboven. Dit antwoord geldt overigens alleen voor degenen die een naaste hebben verloren. De deelnemers die hun eigen plekje hebben gereserveerd waren niet overduidelijk gericht op toegenomen veerkracht. Wel de rust en het positieve gevoel dat ze er op dat moment kregen.

Zoals in de volgende paragraaf te zien zal zijn is het een zeer lastige opgave om de uitspraken vast te pinnen op één enkele as.

4.3.2 Verdriet van aanvaardbare proporties

Wat wij als maatschappij aanvaardbaar beschouwen in de manier waarop verdriet geuit wordt, maar ook hoelang een rouwperiode moet duren is mede afhankelijk van de cultuur en de gebruiken die daar gelden, hoewel daar ook veel in veranderd is sinds het begin van de vorige eeuw. Binnen onze diverse samenleving zijn er verschillende manieren van rouwen. De rouwperiode van de Antilliaanse gemeenschap ging bijvoorbeeld gepaard met rituelen en gebruiken die de rouw afbakenen naar lengte en uiting van rouw. Vroeger op de dag van de begrafenis gaf de familie uiting aan het verdriet door heel hard te schreeuwen en huilen en werden soms zelfs weeklagsters in gehuurd, nu is dat veranderd en verloopt dit veel ingetogener. Er was een rouwperiode van twee jaar waarin rouwkleding werd gedragen en er niet gefeest mocht worden, het was voor iedereen duidelijk dat iemand in rouw was (Pessireron 1999). Ook binnen de Hindoestaanse gemeenschap zijn er gezamenlijke rouwrituelen die na een bepaald aantal dagen, maanden en na een jaar nog eens herhaald worden. Dit soort herhaalde rituelen maken ruimte voor verdriet en rouw, maar kaderen deze ook binnen een gemeenschap waardoor de rouwperiode minder eenzaam wordt beleefd (Pessireron 1999). Het eerdergenoemde weeklagen werd ook tot in het

midden van de vorige eeuw in de Ierse gemeenschap gedaan als uiting van rouw. Zoals te lezen is op de website van IrishCentral benoemde documentairemaakster Marie-Louise Muir in de documentaire 'death of the tradition in Ireland' de mogelijkheid dat het teloorgaan en het gebrek aan dergelijke tradities heeft geleid tot problemen in het omgaan met verlies en verdriet.

Veranderingen binnen de samenleving hebben sinds het begin van de vorige eeuw geleid tot een "privatisering" van verdriet. Uiting en zichtbaarheid van rouw werden door een steeds verdere individualisering uit de gemeenschap 'verwijderd' en achter de voordeur geplaatst, waardoor het voor nabestaanden ook steeds moeilijker is geworden om verdriet te delen (Walter 2007). Het door de gemeenschap gedragen verdriet maakt doorgaans de ervaring daarvan mogelijk wat lichter. Met name in de tijd dat Nederland door verdergaande secularisering ook steeds verder ontkerkelijkt waren rituelen die het verdriet kaderden en de diaconale zorg voor de nabestaanden niet meer voor iedereen beschikbaar. Daarnaast maakte de individualisering en het steeds meer de regie in eigen hand nemen dat men ook vond dat het verdriet op eigen kracht verwerkt moest worden. Wanneer men nu vastloopt in de 'verwerking' van het verdriet wendt men zich eerder tot de huisarts of de psycholoog dan tot een priester of zelfs een naaste (Walter 2007). Rouw werd onderverdeeld in verschillende fasen (Kübler-Ross 1970) of taken (Worden en Spithout 1992) en het blijven steken op de verschillende niveaus zou gespecialiseerde hulp vereisen. Rouw is daarmee verworpen tot een medisch-psychologische aangelegenheid en door wetenschappelijke kaders omgeven en troost heeft een nare bijna kleinerende bijmaak gekregen (Baart 2001).

Het binnen aanvaardbare proporties houden van het ervaren verdriet betekent jezelf te verhouden tot een samenleving die daar bepaalde normen in heeft ontwikkeld. Waar vroeger de kleinere gemeenschap op de hoogte was van ieder sterven en het normaal was om elkaar bij te staan (nabuurschap) daarin, heeft de versplintering van het sociale leven geleid tot een samenleving waarin men niet meer op de hoogte is daarvan. De werkgever, de vriendengroep en de sportclub zijn vaak niet op de hoogte van de privésituatie, zij kennen de naaste die overleden is vaak niet en meer dan het beleefde 'hoe gaat het' zit er vaak niet in. De maatschappij is gericht op loslaten en doorgaan en het hervinden van een nieuwe modus in het leven om de toekomst tegemoet te kunnen treden (Walter 2007). Het landschap van rouw is vaak desolaat en eenzaam.

De vraag die in deze paragraaf centraal staat luidt als volgt:

"Kan de natuur op een natuurbegraafplaats een rol spelen in het onder controle houden van de door het verlies ervaren emoties van verdriet?"

Om deze vraag te kunnen beantwoorden zijn de interviews gecodeerd op uitspraken die gerelateerd zijn aan de mogelijk regulerende kracht van de natuur op ervaren emoties. Omdat het lastig is om het reguleren van emoties los te zien

van veerkracht en deze elkaar ook vaak zullen overlappen en beïnvloeden, was het lastig om hier een duidelijk onderscheid in te maken. Er is daarom doorgevraagd op de controle die de geïnterviewde aangeeft te hebben of te herwinnen over zichzelf en het verdriet of de daaraan gerelateerde angst die ook ervaren kan worden. Het viel op dat de termen die in de bovenstaande paragraaf werden genoemd vaak dezelfde zijn die gebruikt worden om aan te geven hoe het verdriet en de bijkomende angst gereguleerd kan worden en de invloed die de natuur op die plek daarin een rol speelt.

Alle geïnterviewden geven aan dat de plek zelf invloed heeft op het ervaren verdriet. In enigszins verschillende bewoordingen noemen zij de schoonheid en openheid van de plek als een kalmerende factor. Omdat de tijd tussen het overlijden en het gehouden interview varieert onder de deelnemers is daar ook wel een verschil te zien in de ervaren troost die de plek biedt. Vooral in het begin is deze invloed het grootst gaven verschillende deelnemers aan, hoewel er ook enkeling is die aangeeft dit nog steeds na een aantal jaren te voelen. Te weten dat de naaste op een mooie plek ligt in de natuur en niet onder een kille steen is voor de meeste geïnterviewden een factor die ervoor zorgt dat ze zich minder verdrietig voelen.

Daarnaast noemen nagenoeg alle deelnemers de kringloop van de natuur en de seizoenen die ieder jaar de cyclus doormaken als metafoor voor het leven dat groeit, bloeit, in verval raakt en uiteindelijk sterft. Het zien van deze cyclus in de verschillende jaargetijden maakt het dragelijker dat de naaste er niet meer is, maar wel meegegaan is in deze cyclus en daar nu op deze manier weer onderdeel van is geworden. Er zijn verschillende deelnemers die aangeven daarom ook in de verschillende seizoenen de plek te bezoeken en dat juist deze ervaring dan maakt dat het minder zwaar aanvoelt.

De geïnterviewden die zelf hun plekje hebben vastgelegd geven allemaal aan dat het hen helpt om de angst en het verdriet dat ze voelen om het vooruitzicht ooit afscheid te moeten nemen, onder controle te houden. Ze geven hierbij aan dat de plek bij ze past en dat ze het troostrijk vinden om dit zelf te kunnen doen, het maakt dat de dood wat beter geaccepteerd kan worden. Allen noemen het opgenomen worden in de kringloop hierbij als een belangrijke factor.

De volgende uitspraken deden de geïnterviewden er o.a. over:

“Het kan zo donker zijn of het wordt weer lichten dat te zien in de cirkel van het jaar dat geeft troost”, “het verdriet mag er zijn, maar de schoonheid daar maakt dat het minder erg is”, “Het geeft rust in je lichaam om te mogen voelen dat het verdriet er daar mag zijn, het is gemakkelijker los te laten daar en ik voel me beter als ik er geweest ben” “het voelt vrijer, minder bedrukt op de een of andere manier”

“Ik voel me thuis, het is er niet eng”, “er is daar geen grijze deken, het maakt me lichter”, “Het is fijn om je hoofd daar leeg te maken, het verdriet waait er weg en je leert er weer genieten van de kleine dingen zoals de vogels die je hoort en

ziet” “de donkere sluier van verdriet glijdt van je af op het moment dat je de schoonheid kunt zien, deze plek helpt daarbij”

Uit de gevonden resultaten lijkt te blijken dat deze vraag positief beantwoord kan worden. De deelnemers lijken allen te ervaren dat de natuur in al haar uitingsvormen op de natuurbegraafplaats hen ondersteund in het verdriet en uit meerdere bewoordingen blijkt dat zij nadat zij geweest zijn de rouw en het verdriet beter kunnen plaatsen in hun dagelijks leven en zoals meerderen benoemde *“ik kan weer door”*. Hoewel het in een geïndividualiseerde wereld moeilijker lijkt te zijn om het verdriet te verwerken en men zich daar soms eenzaam en verloren in lijkt te voelen, kan de natuur daar dus ondersteunend in zijn zoals een van de deelnemers verwoordde *“het mag er daar zijn”*.

4.3.3 Het geleefde leven

De dood van een geliefde brengt een breuk in het gezamenlijke levensverhaal teweeg. Dat wat eerder één geheel was, daar moet de nabestaande nu alleen mee verder. Het verleden en de mogelijke toekomst vormen geen samenhangend geheel meer, de nabestaande zal het levensverhaal nieuwe invulling moeten geven en eigenlijk moeten herschrijven. Michael Scherer-Rath noemt deze breukervaring een ervaring van contingentie: *“Deze ervaringen confronteren mensen met het feit dat alles ook anders had kunnen zijn”* (Scherer-Rath 2013, 184). De dood van een naaste is zo’n ervaring of gebeurtenis. Het voelt volkomen zinloos en onbegrijpelijk en confronteert hen met een situatie die buiten hun controle ligt. Om verder te kunnen met het leven is het noodzakelijk te kunnen begrijpen en kunnen plaatsen wat hen is overkomen. Door te praten over het leven en sterven van de overledene en wat dit voor hen betekent, wordt dit een deel van het eigen narratief en ingeweven in het eigen levensverhaal (Scherer-Rath 2013). Wanneer het moeilijk blijkt om toch enige zin te verlenen aan dit sterven en het de nabestaande niet lukt om er met anderen over te praten, kan het gebeuren dat men door het ervaren van diepe rouw en gevoelens van verlies en verdriet het niet lukt om een coherent geheel te maken van het leven waarin men verder moet zonder geliefde.

Een mogelijk startpunt voor het opnieuw te vormen levensverhaal vormt de begrafenis. Uit onderzoek is gebleken dat het vormgeven en bijwonen van een uitvaart kan helpen in het rouwproces (Gamino, Easterling et al. 2000). Bekend is de leus van uitvaartverzorger Yarden: *“Een goed afscheid helpt je verder”*. Hand in hand met de secularisatie en individualisatie van de maatschappij heeft ook de uitvaart een steeds persoonlijker karakter gekregen. Vaak wordt het leven van de overledene overzien. De mooie dingen worden verteld, maar ook de schaduwzijde wordt hier zeker niet in geschuwd. Daar waar de uitvaart vroeger een punt was waarop men de dode echt achterliet en het contact als het ware verbroken werd en de levende weer opgenomen werd in de maatschappij als een soort moment van transformatie, daar blijft de overledene nu vaak op enigerlei wijze deel uitmaken

van het leven van de nabestaande. De uitvaart geeft op deze manier betekenis aan de relatie tussen de overledene en de nabestaande en kan op deze wijze tot troost zijn (Venbrux, Quartier et al. 2013).

In dit verband haalde ik ook al eerder de pendelbeweging tussen continuïteit en discontinuïteit aan die Quartier beschrijft in zijn boek ‘Die grenze des todes’. In het rouwproces moet de nabestaande een manier vinden om om te gaan met het verlies. De naaste is er niet meer in fysieke zin, maar maakt nog wel deel uit van het leven door herinneringen die er zijn, maar daarnaast kan het voor hen ook voelen alsof er nog daadwerkelijk contact mogelijk is. Quartier noemt dit “*continuing bonds*”(Quartier 2011). Het contact met de overledene kan via een huisaltaar zijn, maar ook op de plek waar het graf zich bevindt. Er is een continuïteit van de relatie met de overledene: de ‘wereld van de achtergeblevenen’ verbindt zich met de ‘wereld van de gestorvenen’(Quartier 2011, 62). Quartier noemt hier o.a. het begrafenisritueel dat als brug kan dienen, maar ook andere factoren die in materiële zin een rol kunnen spelen. In deze paragraaf onderzoeken we hoe dit een rol speelt bij het begraven op een natuur begraafplaats.

De vraag die hierbij centraal staat luidt als volgt:

“Speelt het begraven op een natuurbegraafplaats een rol in de verbinding tussen de overledene en de nabestaande?”

Om deze vraag te kunnen beantwoorden zijn de interviews gecodeerd op uitspraken die gerelateerd zijn aan wat de geïnterviewde zegt over de relatie met de overledene in het levensverhaal en welke rol deze manier van begraven daarin heeft gehad, maar ook of zij nog in enige zin contact ervaren met de overledene. Met andere woorden het narratief van rouw en verlies heeft in deze paragraaf de hoofdrol.

Bijna alle geïnterviewden noemen het feit dat het past bij de overledene om op de natuurbegraafplaats begraven te zijn. Zij noemen dit in verband met het feit dat de overledene graag zelf in de natuur was, maar ook de plek die gekozen is, heeft meermaals een specifieke relatie met de overledene. Dit kan zijn omdat er een specifieke boom staat die de overledene graag wilde, maar ook dat iemand bijvoorbeeld letterlijk in de schaduw ligt omdat deze bij leven de hitte van de zon niet kon verdragen. Een ander voorbeeld is dat iemand wat achteraf is begraven omdat hij er niet van hield om in het middelpunt van de belangstelling te staan. Zo lijkt het levensverhaal zich voort te zetten in de dood en de manier van begraven. Meermaals wordt ook gezegd dat men op deze manier ook recht wilde doen aan de overledene.

Op de vraag of er nog op enige manier contact wordt ervaren en hoe dit wordt beleefd wordt vaak gezegd dat ze weten dat de overledene er niet meer is, maar op het moment dat ze op de natuurbegraafplaats komen is er wel een gevoel van op ‘bezoek gaan bij’. De natuurbegraafplaats wordt meermaals benoemd als een fijne

plek om te herdenken en te gedenken. Dit wijst ook op de pendelbeweging tussen continuïteit en discontinuïteit die Quartier benoemt (Quartier 2011). In het herinneren en het gevoel van contact dat er nog is, wordt ook de houten schijf genoemd die op het graf mag worden geplaatst. Vaak kan deze na 5 jaar nog een keer vernieuwd worden en hoewel allen aangeven dat het mooi is dat deze vergaat, wordt er toch vaak gekozen om deze na 5 jaar nogmaals te vernieuwen. Op de vraag naar het waarom noemt het overgrote deel dat het dan toch voor henzelf of andere nabestaande iets is dat men niet los wil laten wat verwijst richting de ‘continuing bonds’ (Quartier 2011).

Op de vraag of de uitvaart heeft geholpen in het rouwproces reageren alle deelnemers bevestigend. Zij noemen hierbij het verschil met een ‘gewone’ uitvaart als voornaamste reden. De rust, de gemoedelijkheid, de beschikbare tijd en ruimte en de zorg die eraan werd besteed wordt als zeer troostend ervaren. Daar tegenover noemen zij de ‘gewone’ uitvaart waarbij alles strak is geregeld, aan tijd en meer regels is gebonden als een killer en meer zakelijk gebeuren en als minder steunend wordt ervaren.

Er is tussen de geïnterviewden die een naaste hebben begraven en de geïnterviewden die zelf een plekje hebben gereserveerd weinig verschil in de uitspraken. Ook zij noemen bovenstaande. Wat echter bij hen ook wordt genoemd is het feit dat zij daar eeuwig kunnen liggen en spreken zij voor hun naasten als zij benoemen dat ze er kunnen wandelen en op bezoek komen. Daaruit blijkt ook wel dat ze het gevoel hebben dat er nog iets van een verbinding doorgaat na de dood.

Hieronder enkele uitspraken die de geïnterviewden daarover deden:

“het past heel goed bij hem, bij de man die hij was”, “Ik zie mijn vader in de natuur en de vogels”, “Ik heb het idee dat ik ga wandelen en op bezoek ga bij mijn moeder”, “hij is daar niet, maar ik neem wel een bloemetje voor hem mee”, “Ik heb recht gedaan aan wie hij was”, “Ik heb een emotionele binding met de plek”, “We brengen een bloemetje op haar verjaardag”, “Deze plek hoort voortaan bij mij”, “Ik kijk met een warm gevoel op de begrafenis terug”, “De begeleiding was zo fijn, het verdriet mag er zijn”, “Je kunt hem niet meer omhelzen, maar hij is er nog steeds voor mij, zo voel ik dat”, “Het heeft onze relatie over de dood heen verbeterd, ik kan de fijne dingen zo beter terughalen”, “Er is contact over de dood heen daar twijfel ik niet aan en dat ik hier begraven wordt en je hier lekker kan komen wandelen draagt daaraan wel bij denk ik”.

Het antwoord op de hierboven gestelde vraag lijkt hier bevestigend te zijn. Het feit dat men recht kan doen aan de persoon met deze manier van begraven speelt een grote rol. Daarnaast lijkt het contact dat men met de overledene heeft in het gevoel dat de band blijft bestaan makkelijker te kunnen worden ervaren op een natuurbegraafplaats dan op een reguliere begraafplaats. De ‘continuing bonds’ zoals Quartier (Quartier 2011) deze beschrijft lijken hiermee ook beter te

handhaven en worden dan ook ervaren als een kostbare bijdrage die de natuur hier kan geven.

4.3.4 De dood en haar rechtmatige plek

Hoe wij omgaan met de dood is door de eeuwen heen flink veranderd. Waar in de middeleeuwen de stervende gemaand werd zich af te keren van de samenleving en daarmee ook het liefst zijn familie bij het sterfbed werd weggehouden om zo de sereniteit te vinden om zich te richten op God en het leven los te laten, werd het sterven van ‘de ander’ steeds belangrijker en werd het de gewoonte de stervende te omringen met familieleden, vrienden en burenen. “Tot het einde van de achttiende eeuw is de afbeelding van een sterfscène zonder kinderen ondenkbaar”(Ariès, Toorn et al. 1980). Hoe anders is dat in onze tijd waar kinderen angstvallig uit de buurt worden gehouden van alles wat met dood en sterven te maken heeft, waardoor dan ook wordt bijgedragen aan de angst voor het sterven en de dood en we deze het liefst verre van ons houden. Het onbekende boezemt angst in. Door de ontwikkeling van het kapitalisme ontstond een toenemende mate van bezit. Men identificeerde zich hiermee en hiermee groeide dan ook de angst voor verlies, niet alleen van materiële goederen maar ook van mensen. Wanneer je je hiermee identificeert, bestaat het gevaar dat je het idee krijgt dat je zonder deze niets meer voorstelt. Dit kan de angst voeden dat wanneer je sterft er niets van je zal overblijven. Loslaten wordt hierdoor steeds moeilijker. Ook de ervaring van het verlies en de rouw van de nabestaanden nemen hierdoor in intensiteit toe. Vanaf de negentiende eeuw ontstonden er dan ook nieuwe taferelen rond het sterfbed; er werd hevig geweend, gebeden en gebaren gemaakt rond het bed van de stervende. De scheiding door de dood werd een onaanvaardbare gebeurtenis (Ariès, Toorn et al. 1980). Deze scène rond het sterfbed veranderde in de twintigste eeuw. Rouw en verdriet lijken iets beschamends te worden en mogen zeker niet getoond worden. Dit gevoel van onaanvaardbaarheid van de dood werd in de twintigste eeuw omgezet naar de ontkenning van de dood. Door het aankomende sterven zo lang mogelijk verborgen te houden voor de ongeneeslijk zieke, kon men het idee van verlies zo lang mogelijk uitstellen. Het werd dan ook steeds moeilijker om zich met het sterven te verzoenen. Door de ontwikkelingen in de medische wetenschap en het ontstaan van de ziekenhuizen en later het ontstaan van sterfhuizen of hospices, werd het ‘afzichtelijke’ en ‘weezinwekkende’ aspect van het sterfproces aan het oog van de samenleving onttrokken (Ariès, Toorn et al. 1980). Het idee te moeten sterven past niet bij het beeld dat wij in deze huidige wereld van ons leven hebben. Het najagen van geluk, wat ons belangrijkste doel lijkt te zijn en waar wij zelf de controle over hebben, staat haaks op het besef dat wij dit gelukkige leven eens achter ons zullen moeten laten. Het leven lijkt maakbaar te zijn en de onvermijdelijke dood hoort daar niet bij. De dood reist echter mee met ons vanaf onze geboorte en het is niet te zeggen wanneer zij onze levensdraad zal doorsnijden. Wanneer we het besef van de dood op afstand houden en ontkennen

zal de rouw en het verdriet wanneer het daadwerkelijk gebeurt moeilijker zijn om te dragen. Jedan noemt een ‘genezend perspectief’ op de dood een bron van troost en in het belang van de erkenning dat de dood bij het leven hoort (Wijst 2019, 95).

De vraag die in deze paragraaf centraal staat luidt als volgt:

“Biedt de natuur een genezend perspectief op de dood?”

Om deze vraag te beantwoorden zijn de interviews gecodeerd op uitspraken die mogelijk een blik werpen op de manier waarop de geïnterviewde omgaat met de dood en deze plaatst in een groter geheel, als onderdeel van de natuur. Daarnaast is er gelet op uitspraken die wijzen op een vorm van immanentie of transcendentie.

Op de vraag wat het betekent voor de deelnemers dat hun naaste begraven ligt op de natuurbegraafplaats en wat maakt dat zij deze plek als troostrijk ervaren, noemen zij allen, ook degenen die zelf hun plekje hebben gereserveerd, het feit dat de overledene opgaat in of deel wordt van de natuur. Zij benoemen daarbij dat de natuur doorgaat en associëren daarbij dat ook de overledene daarin mee gaat en op de een of andere manier ook doorgaat, zij het als ‘ziel’, maar ook als voedsel voor de aanwezige natuur zoals een boom die bij het graf staat. De dood lijkt daardoor makkelijker te aanvaarden.

De geïnterviewden geven ook aan dat zij er door het jaar heen in verschillende seizoenen komen, soms gerelateerd aan speciale dagen, maar ook een aantal die specifiek de verschillende seizoenen op de plek zelf willen ervaren. De cirkel die in de natuur te zien is, wordt regelmatig genoemd als cirkel die ook het leven van de overledene heeft rondgemaakt. Dit lijkt ook te wijzen richting het genezend perspectief dat de natuur zou kunnen bieden. Je bent onderdeel van een groter geheel en daarin heeft ook de dood zijn plaats.

Daarnaast wordt ook de eeuwigheidswaarde vaak genoemd, met name door degenen die een eigen plek gereserveerd hebben. Het feit dat zij daar eeuwig mogen blijven liggen en daarmee ook bijdragen aan natuurbehoud zien zij als een belangrijk onderdeel.

Het gevoel niet geïsoleerd te liggen onder een kille steen op een gewone begraafplaats, waar het geheel netjes moet worden gehouden en er nog een soort van materialistisch idee heerst, voelt voor een groot aantal geïnterviewden als zeer troostrijk. Het onderdeel worden van de natuur lijkt daarmee een rustgevende gedachte te zijn.

Het antwoord op de vraag op welke manier zij hun naaste ervaren, houdt ook verband met de ervaren immanentie en transcendentie dat een mogelijke rol speelt in de overtuiging of levensbeschouwing van de geïnterviewde. Uitspraken als ‘het opgaan in de natuur, het deel worden van het grote geheel, het voedsel worden voor en de energie die aanwezig blijft’ lijkt te wijzen naar een immanente ervaring. Daarnaast zijn er ook deelnemers aan het interview die deze ervaring ook benoemen, maar daarnaast zeggen dat ze ‘weten’ dat hun naaste daar niet

meer is. Deze laatste spreken dan over de ziel die doorgaat naar God of een andere dimensie. Hier lijkt dus sprake te zijn van een soort combinatie van immanentie en transcendentie. Naast de troost van het geloof in een doorgaan naar een volgend bestaan, blijkt er ook troost te vinden te zijn in het doorgaan in dit aardse bestaan, zij het in een andere vorm. Het eeuwige leven dat bij God gevonden kan worden, kan dus ook bestaan als een symbolische onsterfelijkheid in en van de natuur zoals Robert Lifton en Eric Olson beschrijven in hun ‘symbolic immortality’ (Lifton 2004). Ook het ecologische motief voor een natuurbegravenis kan daar mee verbonden zijn *“Ik houd hiermee de natuur in stand”* De natuur wordt daarmee ook een eigen erfgoed.

Hieronder enkele uitspraken die de geïnterviewden erover deden:

“Het wordt gewoon één met de natuur en de natuur gaat door en zit niet alleen op die plek, daarmee kun je de persoon overal herdenken”, “Het volgen van de seizoenen daar is heel mooi, mei en augustus zijn mijn favoriet”, Je wordt opgenomen in het geheel en materialiteit doet er niet meer toe”, Elk seizoen heeft zijn charme, maar als het regent moet je er niet zijn dan kan ik er niet genieten”, “het is gewoon zoals de natuur mag zijn”, Het is fijn daar te zijn en de veranderingen in de natuur te zien, het roept bij mij een gevoel van aanvaarding op”, “ Het voelde daar ook heel natuurlijk de dood”, Je wordt teruggegeven aan de natuur en tegelijkertijd is die circle of life aanwezig, want het leven keert ook terug”, “het voelt natuurlijker om haar terug te geven aan de natuur”, “hier mag je opgaan in het grote geheel en je ziel naar het grote geheel hierboven, het voelt daarom organischer, als een meer natuurlijker manier om met de dood bezig te zijn denk ik”, “hij wordt nu onderdeel van het geheel, er groeien bomen van zijn resten”, “ het is een mooie gedachte dat je hier weer teruggaat, je wordt teruggegeven aan de natuur dus het klopt ofzo, dat geeft mij veel troost”

De vraag of de natuur een genezend perspectief kan bieden op de dood lijkt hier positief te kunnen worden beantwoord. Alle deelnemers geven aan dat de natuur zoals deze op de natuurbegraafplaats aanwezig is, helpt bij het aanvaarden van het verlies en maakt dat dit mede daardoor ook in enigermate als betekenisvol kan worden beschouwd.

4.3.5 Herstel van gebrokenheid

Volgens Jedan is troost erop gericht de onderbroken banden met de gemeenschap opnieuw te verweven tot één geheel. Waarbij gemeenschap op verschillende niveaus wordt bedoeld; dit kan het gezin zijn, de samenleving, maar ook de mensheid als geheel (Jedan 2020). Door de dood van een dierbare en de klap die dit veroorzaakt kun je je zeker in het begin losgeslagen voelen, het lijkt soms of je buiten tijd en ruimte staat, zo ervaarde ik zelf bij de dood van mijn vader. Het verdriet overheerst alles en je bent ontroostbaar. Het verband waar je met de ander deel van uitmaakte, is er niet meer. De verbinding die verbroken is

doordat een dierbare overleed, zorgt er daarmee voor dat ook de verbinding met anderen kan verbreken. Het gezin waarin relaties kunnen veranderen, de vriendengroep die je samen had kan voelen als een plek waar je niet meer wilt zijn, maar ook de eigen werkplek kan vreemd aanvoelen en de collega's die zich wel of niet betrokken voelen of niet weten hoe ze met je om moeten gaan, kunnen het verdriet verlichten of verzwaren. Het versterkt een mogelijk gevoel van eenzaamheid.

Andries Baart noemt troosten *“een werkwoord van bewegen en verplaatsen. Wat noodlottig rondtolt in en om zichzelf wordt uit dat verband genomen, ontplooit zich en zoekt in een andere samenhang opgenomen te worden”* (Baart 2001, 693). Dat kan in religieuze zin zijn, een hechte vriendengroep of het gezin, maar ook in een bepaalde vorm van muziek, of in geval van deze scriptie: de natuur. Baart noemt dit laatste *“de troostvolle berging van lijden in schoonheid”* (Baart 2001, 694). Het gevoel van eenzaamheid dat in vele gevallen optreedt na het verlies van een dierbare en die het verdriet kan versterken, wordt doorbroken door deze schoonheid van de natuur en kan de mogelijkheid bieden zich aan iemand of iets anders te hechten naast het geleden verlies (Baart 2001). De natuur zou in deze zin een gevoel van eenzaamheid kunnen verminderen en een verband kunnen creëren waar deze weggevallen is na een overlijden.

Baart benoemt o.a. de religieuze gemeenschap of het kerkelijk verband waarin de rouwende kan worden opgenomen. De vraag is echter of dit binnen het in hoge mate geseclariseerde Nederland nog het geval is. Tony Walter (2021) deed onderzoek naar het verschil tussen verlies en rouwervaringen tussen katholieken en protestanten of seculieren en waar zij hun troost vinden. Hij vond onder andere dat katholieken met name nog troost vinden in de rituelen die rond het sterven en de uitvaart plaatsvinden. Bij gebrek aan deze rituelen zoeken protestanten en seculieren een andere plek om troost te vinden. Volgens Walter vinden zij dit in hoge mate in de natuur, mede omdat deze ook zo uitgesproken onderdeel uitmaakt van de manier waarop de natuur deel is van de vooral Noord-Europese cultuur. Zoals Finland trots is op zijn uitgestrekte meren en bossen, Duitsland op zijn Alpen en Nederland op de Veluwe (Walter 2021). De vraag is hoe de geïnterviewden dit zelf ervaren.

De vraag in deze paragraaf luidt:

“Kan de natuur de ontstane gebrokenheid herstellen naar een nieuwe verbondenheid?”

Om deze vraag te beantwoorden was het nodig om de interviews te coderen op uitspraken die wezen richting een herstel van banden met familie, vrienden, de samenleving of de mensheid als geheel. Er is ook voor gekozen om uitspraken hierbij mee te nemen die wezen op een vermindering van eenzaamheid.

De meeste uitspraken die de geïnterviewden hierover doen wijzen op het feit dat het verlies niet iets buitengewoons is en je eigenlijk ook niet apart van anderen

zou moeten zetten. De dood en de daaraan gekoppelde gevoelens van verlies, rouw en eenzaamheid horen nu eenmaal bij het leven: *“Zodra je geboren wordt en het leven begint, reist de dood al met je mee”*. Het gevoel van verbondenheid in de zin van *“dood gaan we allemaal”* wordt daarom ook op verschillende wijzen benoemd. Het is iets wat we allemaal eens aan den lijve zullen ondervinden, maar dus zeker ook in de verlieservaring.

De natuurbegraafplaats zelf wordt meerdere malen benoemd als anoniem in de zin van dat je hier dus allemaal gelijk bent, zowel de doden als de levenden. Op de vraag hoe dit gevoel dan te beschrijven is, wordt vaak het eenheidsgevoel benoemd, juist tegenover dat gevoel van eenzaamheid. Daarnaast nodigt de plek ook juist uit om er samen te komen met familie om vrijmoediger te kunnen herdenken. Ook kinderen gaan vaak makkelijker mee. In die zin is de natuurbegraafplaats daarmee misschien ook een katalysator in het herstel van familiebanden.

Daarnaast noemt een groot deel van de deelnemers aan het onderzoek het gevoel van verbondenheid met *“het grote geheel”* dat de natuur geeft. Op de vraag wat dat ‘grote geheel’ dan is, wordt vaak geantwoord dat hiermee eigenlijk de hele aarde wordt bedoeld. Dus niet specifiek één niveau als familie of de samenleving, maar alles wat er is en onderdeel is van de aarde. De mensen, dieren, planten, de oceanen, de bossen, de bergende vormen deel van dit geheel. *“We staan niet buiten de natuur als mens, maar zijn er onderdeel van”* benoemt één van de deelnemers.

De geïnterviewden die zelf hun plekje gereserveerd hebben benoemen ditzelfde gevoel van eenheid met het grote geheel als zij hun eigen dood beschouwen, het maakt hen minder angstig voor de dood en geeft hun rust voor nu. Eén van de deelnemers, die katholiek is, benoemt hierbij nog dat ze het fijn zou vinden dat *“er wel een priester bereidt zou willen zijn om het graf te zegenen - ik houd erg van de schwung van de oude rituelen – het zou een geruststelling zijn als er een gebed gebeden wordt”* Dit laat zien dat er, naast dat er troost is te vinden in de natuur, de katholieke rituelen ook troost bieden en deze naast elkaar kunnen bestaan. Het lijkt dus niet per se zo te zijn, zoals Walter (2021) zegt dat natuurbegraven specifiek is voor protestanten of seculieren. Dit geldt overigens ook voor katholieken en protestanten die hun binding met het geloof zijn verloren *“mijn vader wilde niet op een katholieke begraafplaats begraven worden, maar ook liever niet gecremeerd, hij was blij met dit alternatief”* noemt een andere deelnemer. De natuurbegraafplaats lijkt zo ook een plek te kunnen zijn die de mogelijkheid geeft om het geloof, waar men vroeger altijd troost in vond, op een andere manier te continueren en daarin een soort herstel van gebrokenheid te kunnen ervaren.

Hieronder enkele uitspraken die de geïnterviewden deden:

“Het is tegelijk niet en alles, de dood hoort bij het leven”, “Natuur gaat door en niet alleen op die plek, het is overal, je kan je dus overal en met iedereen

verbonden voelen”, “de kinderen gaan makkelijker mee”, Het is een fijne plek om samen te komen met familie”, “Het machtige van de natuur geeft me die binding met het grote geheel”, “Op te gaan in het grote geheel waar we allemaal onderdeel van zijn”, “je voelt het daar in de atmosfeer, er is een verbinding met de ander maar ook met het grote geheel. Het besef van doodgaan maakt dat ik mij nog meer verbind met iedereen en dat is voor mij heel waardevol”.

Uit de analyse van de interviews lijkt het er inderdaad op dat de natuur, specifiek in dit onderzoek de natuur op natuurbegraafplaatsen, gebroken banden zou kunnen helen en daarmee ook de eenzaamheid als gevolg van verlies zou kunnen verminderen. Jedan noemt in zijn onderzoek de aansporing van de ander om bijvoorbeeld het gezin niet uit het oog te verliezen een vrij letterlijke vorm van herstel van banden met familie (Jedan 2020). De natuur zal in deze zin een meer ervarings- en gevoelsmatige vorm van aansporing daartoe zijn, het is dan ook zo dat niet iedereen dit gevoel van eenheid en opname in een groter geheel zal beleven. Zo bleek ook uit de interviews dat dit met name zo beleefd werd door degenen die zich ook op andere momenten in het leven de natuur in gingen om tot zichzelf te komen.



5. Besluit

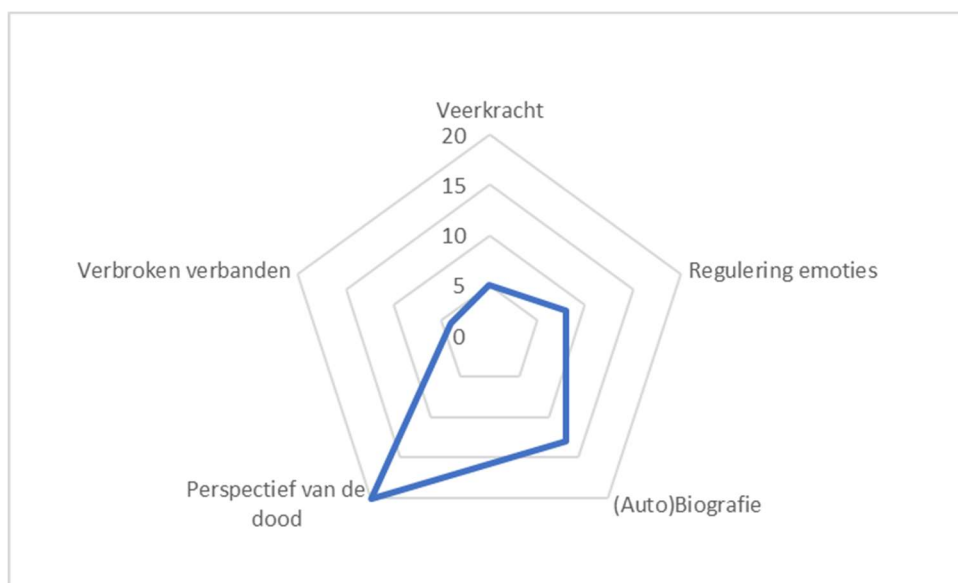
*“Neem me weer op, Moeder Aarde,
neem uw eigen kind weer in uw armen,
in de plooien van uw onmetelijke,
beschermende gewaad.
Moeder Aarde, laat me uitdijen in uw grond,
mezelf in alle richtingen verstrooien
zoals de Vreugde van de Lente”*
Rabindranath Tagore (1861-1941)

5.1 Conclusie

In de traditionele uitvaartbranche verandert veel de laatste jaren. Van zeer persoonlijke uitvaarten tot een keur aan commerciële mogelijkheden in de manier van bijvoorbeeld het opbaren of de verschillende mogelijkheden voor asbestemming. Naast het begraven op een reguliere begraafplaats bestaat er sinds een aantal jaar de mogelijkheid om begraven te worden op een natuurbegraafplaats. Het is een fenomeen dat de afgelopen tien jaar een grote vlucht genomen heeft, zowel in het aantal natuurbegraafplaatsen zelf als in het aantal mensen dat daar hun laatste rustplaats vindt. In deze scriptie heb ik onderzocht op welke manier de nabestaande de natuur op deze natuurbegraafplaats beleeft en op welke manier zij daar troost van ervaren. Ik heb hiervoor het vijf- assenmodel van troost van Jedan voor gebruikt om het eigene van deze mogelijke troost te onderzoeken. Daarnaast hoopte ik hiermee de toerusting te verrijken die de geestelijk verzorger kan helpen in het werk aangaande rouw- en verlies. Nadere analyse van de interviews met nabestaanden en met een aantal mensen die hun eigen plekje al gereserveerd hebben, tezamen met literatuuronderzoek en mijn bezoeken aan meerdere natuurbegraafplaatsen, stelden me in staat om deze vorm van troost in kaart te brengen.

We hebben gezien dat troost vanuit traditioneel religieus oogpunt bekeken een nare bijmaak heeft gekregen in onze huidige geseculariseerde samenleving. Daarnaast heeft o.a. de individualisering ertoe geleid dat wij zelf verantwoordelijk zijn of ons verantwoordelijk voelen voor het 'verwerkingsproces' van het verlies en het daarbij behorende verdriet. Omdat troost wel degelijk een positieve invloed kan hebben op dit proces, gezien de uitspraken die bijvoorbeeld Andries Baart erover gedaan heeft, verdient troost mijns inziens een plek op het werkterrein van de geestelijk verzorger. Om de werkzaamheid van troost in een rouw- en verliessituatie inzichtelijk te maken is gebruik gemaakt van het vijf-assen model van Christoph Jedan. De troost die de natuur zou kunnen schenken op natuurbegraafplaatsen was hierbij het centrale uitgangspunt. Het model van Jedan kunnen we gebruiken om deze vorm van troost in kaart te brengen en zo te onderzoeken op welk van de vijf vlakken de natuur (de meeste) troost zou kunnen

geven. Het biedt daarmee tevens een aangrijpingspunt voor de geestelijk verzorger. In mijn analyse van de interviews heb ik vast kunnen stellen dat de natuur inderdaad werkzaam kan zijn op de 5 verschillende assen van het troostmodel. Het hieronder gepresenteerde radarmodel geeft enige inzicht in waar op deze vijf assen deze vorm van troost haar grootste impact zou kunnen hebben. Ik heb echter ook ontdekt dat er een meervoudige uitleg te geven is aan de uitspraken die geïnterviewden hierover deden. Dit lijkt te wijzen op een samenhang in de verschillende assen en daarmee op een vorm van troost die de persoon met zichzelf kan verbinden op meerdere vlakken zoals ook de in deze scriptie gebruikte definitie van spiritualiteit doet vermoeden.



In hoeverre dient de beleving van de natuur op een natuurbegraafplaats als bron van troost bij zingevingproblemen ten gevolge van rouw en verlies? Zoals hierboven in het radardiagram te zien is en uit voorgaand onderzoek gebleken is, schenkt de natuur de meeste troost op het vlak van de regulering van emoties, het levensverhaal en het genezend perspectief op de dood. Op het gebied van de veerkracht en het helen van verbroken verbanden is dit aangrijpingspunt minder duidelijk aanwezig. De natuur voelt voor velen als een houvast in het leven en wanneer dit leven verstoord is door een rouw en verliessituatie kan zij daarin een troostende rol vervullen. Om met de woorden van Andries Baart te spreken biedt de natuur een *“troostvolle berging van lijden in schoonheid”* (Baart 2001, 694). Het radardiagram, zoals Jedan dit benoemt, wordt ook wel een spinnenwebdiagram genoemd. Zoals rouw verweven is in het leven van een nabestaande, zo laat het spinnenweb als natuurlijk fenomeen ook zien dat al deze aspecten op de verschillende assen met elkaar verbonden zijn.

Behoort troost tot het werkterrein van de geestelijk verzorger? Mijns inziens wel, zeker wanneer we dit troosten beschouwen als hulp in het vinden van de eigen krachtbronnen. Van belang daarvoor zijn luistervaardigheden en het doorvragen op soms schijnbaar losse opmerkingen van de client. Opmerkingen die in de richting van een spirituele verbondenheid met de natuur wijzen, zetten de geestelijk verzorger op het spoor van een mogelijke krachtbron. Het model van Jedan biedt hiervoor een prima kader en kan desgewenst ook worden toegepast bij andere vormen van troost zoals de troost die kunst of muziek zou kunnen bieden, maar ook in andere verliessituaties zoals het verlies van gezondheid. Daarnaast geven de geïnterviewden die zelf hun plekje gereserveerd hebben ook aan hoe hen dit helpt in het omgaan met hun angstgevoelens rondom de dood, maar ook de rust dat zij dit al geregeld hebben. Dit kan mede een opening bieden tijdens het gesprek in de laatste levensfase, waarbij de geestelijk verzorger zijn expertise op dit gebied kan inzetten.

5.2 Discussie

Kritische reflectie op het onderzoek

De analyse van dit onderzoek is alleen door mijzelf uitgevoerd, maar hoewel ik mij bewust ben van mijn eigen bias inzake de troost die de natuur mijzelf schenkt, verdient het de voorkeur om dit onderzoek door meerdere lezers te laten coderen en analyseren. Daarnaast ben ik mij bewust van de manier waarop de sampling heeft plaatsgevonden en dat het mogelijk is dat de facebookvrienden die ik heb dezelfde interesses en relatie tot de natuur hebben als ik. Dit is dan ook de reden dat ik deze oproep openbaar heb gedaan en deze heb laten delen door vrienden. Dit heeft geresulteerd in een bredere groep en was het zeker zo dat niet iedere geïnterviewde dezelfde verbinding met de natuur voelde als dat ik dat heb. Ik heb in de vragen die het interview richting gaven geprobeerd om voldoende ruimte te laten voor ieders eigen verhaal en niet te veel sturend proberen te zijn. Voorts ben ik me bewust van het feit dat de interpretaties van de uitspraken die mede hebben geleid tot mijn conclusie afhankelijk zouden kunnen zijn van mijn eigen associaties en het voorafgaande literatuuronderzoek dat ik heb gedaan. Ik heb mij daarom geprobeerd zo neutraal mogelijk op te stellen. Ik heb ook geprobeerd om de aantallen van de resultaten zo nauwkeurig mogelijk te tellen dat er geen dubbele uitspraken zijn meegeteld. Het is daarnaast ook goed om te weten dat ik met dit onderzoek en deze conclusies geen harde resultaten beoog te geven, maar eerder een aanzet doe tot exploratie van een gebied dat mijns inziens wat onderbelicht is en zeker nog nader onderzoek verdient, zowel op het terrein van de troost als de natuur als aspect van spiritualiteit.

5.3 Slotwoord

Met het volbrengen van deze scriptie hoop ik mijn master te kunnen gaan afronden. Ik begon deze reis naar het beroep van geestelijk verzorger vlak na het overlijden van mijn vader in 2019, dit bleek een waar keerpunt in mijn leven. Op sommige momenten voelde ik mij ondergronds als een bolletje van een sneeuwklompje en leek er geen zicht op het begin van de lente. Uiteindelijk ben ik met deze scriptie tweemaal het wiel van het jaar rond geweest en heb ik dus in alle seizoenen geschreven. De meest lastige momenten waren voor mij toch de zomer, wanneer het te warm was om op zolder te schrijven en het lekkere weer mij naar buiten riep om andere dingen te gaan doen dan mij te wijden aan de scriptie. De herfst en de winter voelden voor mij comfortabeler aan om te schrijven en mij te richten op mijn onderzoek. Met het zicht op de lente verheug ik mij nu op de afronding van deze reis.

Omdat ik niemand wil vergeten in mijn dankwoord, doe ik het hier in algemene zin: mijn grote dank aan allen die mij hebben ondersteund en hebben meegewerkt aan het tot stand komen van deze scriptie!



Literatuurlijst

- Ariès, P. (1980). *Met het oog op de dood: westerse opvattingen over de dood, van de middeleeuwen tot heden*. Vertaald door W. v. Toorn. Amsterdam, Wetenschappelijke Uitgeverij.
- Ashley, P. (2007). "Toward an Understanding and Definition of Wilderness Spirituality." in *Australian Geographer* **38**(1): 53-69.
- Baart, A. J. (2001). *Een theorie van de presentie*. Utrecht, Lemma.
- Birkhofer, P. (2008). *Ars moriendi - Kunst der Gelassenheit : mittelalterliche Mystik von Heinrich Seuse und Johannes Charlier Gerson als Anregung für einen neuen Umgang mit dem Sterben*. Berlin [etc.], Lit.
- Brana., <https://www.brana.nl/wat-is-natuurbegraven/feiten-en-cijfers-over-natuurbegraven-in-nederland/>. Geraadpleegd op 31 augustus 2022.
- Cobb, M., C. M. Puchalski and B. D. Rumbold (2012). *Oxford textbook of spirituality in healthcare*. Oxford, UK, Oxford University Press.
- Davies, D. J. and H. Rumble (2012). *Natural burial: traditional-secular spiritualities and funeral innovation*. London, Continuum.
- Duclow, D. F. (1979). "Perspective and therapy in Boethius's Consolation of Philosophy." In *J Med Philos* **4**(3): 334-343.
- Ferngren, G.B. (2012). "Medicine and religion: a historical perspective". In *Oxford textbook of spirituality in healthcare*, 4-10. Edited by Cobb, M., C. M. Puchalski and B. D. Rumbold. Oxford, UK, Oxford University Press.
- Fricchione, G. and S. Nejad (2012). "Resiliency and coping". In *Oxford textbook of spirituality in healthcare*, 367-373. Edited by Cobb, M., C. M. Puchalski and B. D. Rumbold. Oxford, UK, Oxford University Press.
- Gaast, K. v. d., L. Koenders and G. Post (2019). *Academische vaardigheden voor interdisciplinaire studies*. Amsterdam, University Press.
- Gamino, L. A., L. W. Easterling, L. S. Stirman and K. W. Sewell (2000). "Grief Adjustment as Influenced by Funeral Participation and Occurrence of Adverse Funeral Events." *OMEGA - Journal of Death and Dying* **41**(2): 79-92.
- Grün, A. (2017). *Troostboek: voor lichaam en ziel*. Vertaald door C. Visschers. Utrecht, uitgeverij Kok.
- Irish Central., <https://www.irishcentral.com/roots/history/keening-tradition-died-irish-funerals>. Geraadpleegd op 20 oktober 2022.
- Janssen, K. (2020). "Mens zijn is helpen, Margaret Mead." <https://www.koletjanssen.be/blog/mens-zijn-is-helpen/>. Geraadpleegd op 23 januari 2022.
- Jedan, C. (2020). "A New Model of Consolation." In *Religions* **11**(12): 1-23.
- Jedan, C. (2019). "What is consolation? Towards a new conceptual framework" In *Consolationscapes in the face of loss: grief and*

- consolation in space and time*, 17- 46. Edited by Jedan, C., A. Maddrell and E. Venbrux. Abingdon, Oxon, Routledge.
- Kierkegaard, S., H. V. Hong and E. H. Hong (1997). *Christian discourses; The crisis and a crisis in the life of an actress*. Princeton, NJ., Princeton University Press.
 - Klass, D. (2014). "Grief, consolation, and religions: a conceptual framework." In *Omega* **69**(1): 1-18.
 - Kübler-Ross, E. (1970). *On death and dying*. London, Tavistock Publications.
 - Lifton, R. J. and Olson. E. (2004). "Symbolic Immortality". In *Living and Dying* 32-39. Malden, MA, Blackwell Pub.
 - Lips, E. J. G. (1986). "Om alle mensen wel te leren sterven: Een onderzoek naar het publiek en de receptie van Nederlandstalige Ars moriendi-teksten in de vijftiende en vroege zestiende eeuw." In *Nederlands archief voor kerkgeschiedenis / Dutch Review of Church History* **66**(2): 148-179.
 - Manning, C. E. (1974). "The Consolatory Tradition and Seneca's Attitude to the Emotions." In *Greece & Rome* **21**(1): 71-81.
 - Naor, L. and O. Mayseless (2020). "The therapeutic value of experiencing spirituality in nature." In *Spirituality in Clinical Practice* **7**(2): 114-133.
 - Norberg, A., M. Bergsten and B. Lundman (2001). "A Model of Consolation." In *Nursing Ethics* **8**(6): 544-553.
 - Nugteren, T. (2014). "Consolation and 'Desolation' in Natural Burial Sites." In *NTT Journal for Theology and the Study of Religion* **68**(1): 83-100.
 - Os, G. v. (1995). *Widows from hidden view: The disappearance of mourning dress among Dutch widows in the twentieth century.* In *Between poverty and the pyre: moments in the history of widowhood*. London [etc.], Routledge.
 - Pessireron, S. (1999). *Rouwen in zeven 'Nederlandse' culturen*. Utrecht, Seram Press.
 - Petersen, L. R. and A. Roy (1985). "Religiosity, Anxiety, and Meaning and Purpose: Religion's Consequences for Psychological Well-Being." In *Review of Religious Research* **27**(1): 49-62.
 - Puchalski, C., B. Ferrell, R. Virani, S. Otis-Green, P. Baird, J. Bull, H. Chochinov, G. Handzo, H. Nelson-Becker, M. Prince-Paul, K. Pugliese and D. Sulmasy (2009). "Improving the Quality of Spiritual Care as a Dimension of Palliative Care: The Report of the Consensus Conference." In *Journal of Palliative Medicine* **12**(10): 885-904.
 - Quartier, T. (2011). *Die Grenze des Todes: ritualisierte Religiosität im Umgang mit den Toten*. Münster, LIT.
 - Riva, M. A. and G. Cesana (2013). "The charity and the care: the origin and the evolution of hospitals." In *European Journal of Internal Medicine* **24**(1): 1-4.

- Scherer-Rath, M. (2013). "Ervaring van contingentie en spirituele zorg." In *Psyche en geloof* **24**: 184-195.
- van Loey, N. E. E., H. W. C. Hofland, M. Vlig, E. Vandermeulen, T. Rose, R. H. J. Beelen and M. M. W. Ulrich (2018). "Associations between traumatic stress symptoms, pain and bio-active components in burn wounds." In *Psychoneuroendocrinology* **96**: 1-5.
- Venbrux, E., T. Quartier, C. Venhorst, B. Mathijssen en R. Sörries (2013). *Changing European death ways*. Zürich, Lit.
- Venhorst, C. and B. Mathijssen (2019). *Funerary Practices in the Netherlands*. United Kingdom, Emerald Publishing Limited.
- Verschuren, P. J. M. and H. Doorewaard (2015). *Het ontwerpen van een onderzoek*. Amsterdam, Boom Lemma uitgevers.
- VGVZ (2016). *Beroepsstandaard geestelijk verzorger*, Vereniging Geestelijk VerZorgers.
- Walter, T. (2007). "Modern Grief, Postmodern Grief." In *International Review of Sociology* **17**(1): 123-134.
- Walter, T. (2021). "Finding solace in nature: a protestant/secular sensibility?" In *Cultural, Existential and Phenomenological Dimensions of Grief Experience*, 229-243. Edited by A. Køster en E. H. Kofod. London, NewYork, Routledge.
- Weyhofen, H. T. (1983). *Trost : Modelle des religiösen und philosophischen Trostes und ihre Beurteilung durch die Religionskritik*. Frankfurt am Main, Peter Lang.
- Wijst, H. v. d. (2019). *Troost; Als je iemand mist*. Utrecht, Kokboekencentrum Uitgevers.
- Worden, J. W. (1992). *Verdriet en rouw: gids voor hulpverleners en therapeuten*. Vertaald door H. H. M. Spithout. Amsterdam, Swets & Zeitlinger.

Fotoverantwoording:

De foto's die in deze scriptie zijn geplaatst, zijn zelf gemaakt of ter beschikking gesteld door de geïnterviewden en met toestemming gebruikt.

Bijlage

Toestemmingsverklaring

Radboud Universiteit



INFORMATIE OVER HET ONDERZOEK

Naam onderzoek: De Troostende Treurwilg; een onderzoek naar hoe de natuur een bron van troost en zingeving kan zijn op natuurbegraafplaatsen.

Verantwoordelijke onderzoeker: Nicole Knoppert

Uitvoerder van het onderzoek: Nicole Knoppert

Inleiding

Wij vragen u om mee te doen aan een wetenschappelijk onderzoek. Meedoen is vrijwillig. Om mee te doen is uw schriftelijke toestemming nodig. Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, krijgt u uitleg over wat het onderzoek inhoudt. Lees deze informatie rustig door en vraag de onderzoeker uitleg als u vragen heeft.

Beschrijving en doel van het onderzoek

In dit onderzoek willen we onderzoek doen naar de manier waarop de natuur op natuurbegraafplaatsen haar werkzaamheid kan hebben in geval van een rouw- en verliessituatie.

Wat wordt er van u verwacht?

In dit onderzoek gaat u in gesprek met de onderzoeker over wat het voor u betekent om een naaste op een natuurbegraafplaats te hebben begraven en op welke manier dit mogelijk zijn invloed heeft gehad op het ervaren verdriet.

Vrijwilligheid

U doet vrijwillig mee aan dit onderzoek. Daarom kunt u op elk moment tijdens het onderzoek uw deelname stopzetten en uw toestemming intrekken. U hoeft niet aan te geven waarom u stopt. U kunt tot twee weken na deelname ook uw onderzoeksgegevens en persoonsgegevens laten verwijderen. Dit kunt u doen door een mail te sturen naar nicole.knoppert@ru.nl

Wat gebeurt er met mijn gegevens?

De onderzoeksgegevens die we in dit onderzoek verzamelen, zullen door de onderzoeker worden gebruikt voor een scriptie ter afsluiting van de master Geestelijke verzorging, deze scriptie wordt beoordeeld door de docent.

In dit onderzoek worden geluidsopnames gemaakt. Deze opnames worden getranscribeerd en gebruikt voor het maken van een analyse in verband met het onderzoek. De transcriptie wordt geanonimiseerd. De opnames worden na de beoordeling van de scriptie vernietigd.

U krijgt van ons een formulier waarop u uw toestemming voor het maken en gebruiken van deze opnames kunt aangeven.

Voor de interne administratie van dit onderzoek zijn ook persoonsgegevens nodig, zoals naam en geboorte datum, zoals aangegeven in het toestemmingsformulier.

Deze gegevens zijn alleen toegankelijk voor de onderzoeker.

We bewaren alle onderzoeks- en persoonsgegevens op beveiligde wijze volgens de richtlijnen van de Radboud Universiteit.

Heeft u vragen over het onderzoek?

Als u meer informatie over het onderzoek wilt hebben, kunt u contact opnemen met Nicole Knoppert.

Heeft u klachten over het onderzoek, dan kunt u contact opnemen met de verantwoordelijke onderzoeker.

Toestemmingsverklaring

Als u aan dit onderzoek mee wilt doen, vragen we u een toestemmingsverklaring te ondertekenen. Door uw schriftelijke toestemming geeft u aan dat u de informatie heeft begrepen en instemt met deelname aan het onderzoek.

Toestemmingsverklaring

Naam onderzoek: De Troostende Treurwilg; een onderzoek naar hoe de natuur een bron van troost en zingeving kan zijn op natuurbegraafplaatsen

Verantwoordelijke onderzoeker:

Nicole Knoppert

Verklaring deelnemer

Ik heb uitleg gekregen over het doel van het onderzoek. Ik heb vragen mogen stellen over het

onderzoek. Ik neem vrijwillig deel aan het onderzoek. Ik begrijp dat ik op elk moment tijdens het onderzoek mag stoppen als ik dat wil. Ik begrijp hoe de gegevens van het onderzoek bewaard zullen worden en waarvoor ze gebruikt zullen worden. Ik stem in met deelname aan het onderzoek zoals beschreven in het informatiedocument.

Toestemming audio-/video opnamen

Ik geef toestemming om (s.v.p. aankruisen wat van toepassing is):

Ja Nee

- ☐ ☐ [video-/audio]-opnamen van mij te maken voor dit onderzoek en deze opnames op te slaan volgens de geldende regels van de Radboud Universiteit
- ☐ ☐ de geluidsoptnamen uit te schrijven (transcriptie)
- ☐ ☐ de anoniem gemaakte transcripten te gebruiken voor wetenschappelijk onderzoek

overige opmerkingen:

.....
.....

Naam:.....

Geboortedatum:.....

Handtekening:.....

Datum:.....

Verklaring uitvoerend onderzoeker

Ik verklaar dat ik de hierboven genoemde persoon juist heb geïnformeerd over het onderzoek en dat ik mij houd aan de richtlijnen voor onderzoekers zoals verwoord in het protocol van de Ethische Toetsingscommissie Geesteswetenschappen.

Naam: Nicole Knoppert

Handtekening:.....

Datum:.....