

Als huisarts loop je met mensen mee tot het einde. Daarna neemt de uitvaartondernemer het over. De paden van beide professionals kruisen elkaar zelden. Toch zijn er veel overeenkomsten, stelt uitvaartondernemer Sandra van der Pas. Bij beiden draait het om kijken en luisteren, doen wat nodig is en er zijn in moeilijke momenten.

Tekst: Petra Pronk



# Uitvaartondernemer Sandra van der Pas

*‘Een goed afscheid kan helpen om verder te gaan met leven’*

In een vorig leven was Sandra van der Pas programmamanager en projectleider. Daar was ze goed in en ze deed het met plezier. Maar langzamerhand bekwam haar de behoefte om meer bezig te zijn met iets wat er echt toe deed. Zo kwam ze terecht in het uitvaartwezen. Regelen is nog steeds haar core-business, maar die kwaliteit staat nu ten dienste van het grote afscheid. Belangrijk werk, is haar ervaring. ‘Afscheid nemen is een diep menselijke notie, en iets wat mij

persoonlijk bijzonder raakt. Ik vind het mooi als ik van betekenis kan zijn rondom het einde. De dood hoort bij het leven, en daar hoort een goed afscheid bij.’

**Wat is het belang van een goed afscheid?**

‘Dat is groot. Voor degene die gaat overlijden is de uitvaart de laatste mogelijkheid om iets van zijn of haar eigenheid weer te geven. In de huidige tijd kun je je eigen afscheid op punten die voor jou belangrijk zijn, voorbereiden. Dat vind ik

mooi. Ik help mensen om de regie te houden over wat voor hen wezenlijk is. Te sterven zoals ze hebben geleefd en kleur te geven aan hun eigen uitvaart.’

Maar afscheid heeft ook een functie voor de nabestaanden. Met elkaar het levensverhaal voorbereiden, of samen een minuut stil zijn, creëert verbondenheid. Dat is ook belangrijk. Afscheid nemen is een cruciale schakel in het rouwproces. De dood is een keihard verdriet. Dat kan ik niet mooier maken dan het is. Maar

een goed afscheid kan wel troost bieden aan de achterblijvers, ze helpen bij het omgaan van het verlies en zorgen dat ze uiteindelijk verder kunnen met het leven.’

**Zijn ideeën over afscheid universeel?**

‘Zeker niet. Afscheid is cultureel bepaald. Ik heb deze zomer bijvoorbeeld uitvaarten in Ghana gezien. Dat is een grote gebeurtenis en een belangrijk sociaal event. Er wordt harde muziek gedraaid en de kist is uitbundig vormgegeven. De ceremonie kan dagen duren en wordt maanden voorbereid. Gedurende al die tijd wordt er geld voor de uitvaart ingezameld door familie en vrienden. Er staan zelfs billboard op straat voor sponsoring van de uitvaart. Het begrip afscheid is daar dus heel anders geladen dan bij ons.’

**Hoe zie jij je eigen rol als uitvaartondernemer?**

‘Toen ik voor het eerst nadacht over de vraag of ik dit werk wilde gaan doen, ben ik over een begraafplaats gaan lopen. Gewoon om te kijken hoe ik dat vond. Ik was toen echt een bezoeker op de begraafplaats. Nu is het mijn leefwereld geworden. En het is een mooie wereld, omdat je er veel in kunt betekenen. Ik heb een praktische, mensgerichte insteek. In essentie gaat het erom dat je er bent in moeilijke momenten en doet wat nodig is. Of dat nu persoonlijke begeleiding is of koffiezetten. Natuurlijk heb je bepaalde taken. De overledene moet verzorgd, het vervoer moet geregeld. Maar er is zoveel meer. Het is niet zo dat je een standaard draaiboek afwerkt. De dood is lastig ter-

rein. Ik probeer dan ook vooral om mensen op hun gemak te stellen. Het helpt om zo normaal mogelijk te doen en een sfeer te scheppen waarin beladen onderwerpen bespreekbaar worden. Ik leg graag zo duidelijk mogelijk uit wat men kan verwachten rondom een overlijden. Daarbij moet je wel goed aanvoelen waar mensen wel en niet over willen praten. Het kan zijn dat ze nog niet toe zijn aan praten over de kist, omdat dat te confronterend is. Die ruimte moet er zijn. Ik stem zoveel mogelijk af op degene tegenover mij. De kunst is om samen tot beslissingen te komen waar iemand achter kan staan.’

**Dat klinkt een beetje als de benadering van een huisarts.**

‘Dat is ook niet zo gek, want ons vak





## ‘IK HELP MENSEN OM DE REGIE TE HOUDEN OVER WAT VOOR HEN WEZENLIJK IS. **TE STERVEN** **ZOALS ZE HEBBEN GELEefd** EN KLEUR TE GEVEN AAN HUN EIGEN UITVAART’

draait om mensen. De huisarts en de uitvaartondernemer komen op verschillende momenten in het leven in beeld en hebben een verschillende functie. Ik neem het over waar de huisarts stopt. Soms zie je elkaar op de drempel, maar dat is hoogst zelden. Meestal verloopt de overdracht via het A en B-formulier. Toch zijn we allebei nauw betrokken bij het proces van afscheid nemen. Ik wil iemand tijdens de uitvaart graag neerzetten zoals hij of zij is. Daarvoor moet je die persoon leren kennen, weten wat er speelt en wat hij of zij belangrijk vindt of vond. Dat vraagt om communicatieve vaardigheden. Je moet je af kunnen stemmen op de ander. Goed kijken en luisteren. Betrokkenheid en inlevingsvermogen hebben. Allemaal dingen die ook in de spreekkamer van de huisarts een rol spelen.’

### **Wat zou je van huisartsen willen?**

‘Dat zij de dood met hun patiënten bespreekbaar maken. In Nederland is het niet gebruikelijk om over de dood te praten. Dat is jammer. Huisartsen kunnen daar een unieke rol in spelen. Dat kan met een simpele vraag: wilt u het erover hebben? Daarmee bied je een opening voor gesprek, en laat je het aan de ander om daar gebruik van te maken. Mensen willen vaak niet praten over hun afscheid, omdat ze al hun energie inzetten op overleven. Maar dat je over je uitvaart praat, wil niet zeggen dat je het hebt opgegeven. Het kan juist rust geven als je de noodzakelijke dingen geregeld hebt. Soms is dat juist de reden om bij leven met mij in gesprek te gaan. Dan is het niet meer iets

wat boven de markt hangt, en kun je daarna je aandacht richten op wat echt belangrijk is.’

### **Wat kenmerkt jouw aanpak als uitvaartondernemer?**

‘Zoeken naar wat mogelijk is. ‘Zo doen we het’ past niet bij mij. Grote jongens als Dela of Monuta zijn veel beter in de meer standaard uitvaarten. Dat is prima als het bij je past. Maar als het niet bij je past, of als je net wat meer vraagt van een uitvaartbegeleider, moet je wel weten dat het ook anders kan. Helaas is dat vaak niet bekend. Wensen boven tafel krijgen, is mijn kracht. En de complexere uitvaarten, bijvoorbeeld in situaties dat de familieverhoudingen moeilijk liggen. Met het wegvallen van tradities is er veel ruimte gekomen in de uitvaartwereld. Je kunt je eigen kist maken, de kist in je eigen auto laten vervoeren of begraven worden in een lijkwade. Misschien willen de naasten de overledene zelf verzorgen of eerst thuis opbaren en dan toch bij een opbaarlocatie. Het kan. De ceremonie gewoon thuis houden op een zondagmiddag, of juist in de kroeg. Iemand die altijd van het strand hield, wil het afscheid misschien in een strandtent. Of wanneer een gewone begraafplaats niet aanspreekt, zijn er prachtige natuurbegraafplaatsen. Alles is mogelijk en bespreekbaar.’

### **Op wat voor momenten ben je tevreden?**

‘Tevredenheid kan in kleine dingen zitten. Als ik van oma hoor dat de stoel die ik had klaargezet naast de overledene, elke dag door haar kleinzoon is gebruikt om naast

zijn moeder te zitten, dan ben ik blij. Of als ik een partner die twijfelde over zijn bijdrage, een prachtverhaal hoor houden. Dan denk ik: dat hebben we met z’n allen toch maar mooi voor elkaar gekregen!’

### **In hoeverre sta je jezelf persoonlijke betrokkenheid toe?**

‘Ik ben een professional. Maar als ik aan een kind van twaalf jaar moet uitleggen wat er precies bij de uitvaart van haar moeder komt kijken, en ik zie de tranen, brengt dat bij mij ook verdriet naar boven. Dat vind ik niet erg. Je bent mens, en je wordt in dit vak soms gewoon geraakt. Het zou niet gezond zijn als dat niet zo was. Zolang je maar niet het verdriet van de ander overneemt.’

### **Wat heb je van dit werk geleerd over het leven?**

‘Ik kon al aardig relativeren, maar dat gaat nu nog stukken beter. Ik hoor mensen wel eens klagen over ouder worden. Maar sinds ik dit werk doe, vind ik het een voorrecht om mijn verjaardag te mogen vieren. Want dat betekent dat je weer een jaar ouder bent geworden. Dat is niet iedereen gegeven. Op het moment dat je de dood in je leven toelaat, ga je het leven meer waarderen. Dat was niet mijn intentie toen ik aan dit werk begon, maar het is wel een mooi neveneffect.’ •

Petra Pronk, journalist