

Als je ex sterft: rouwen op de tweede rang

Hoeveel ruimte krijgt de vorige partner postuum? Wel of niet in de rouwadvertentie? Spreken tijdens de uitvaart? Floor de Booys zoekt naar woorden en rituelen die haar als rouwende ex recht doen.

tekst **Floor de Booys**

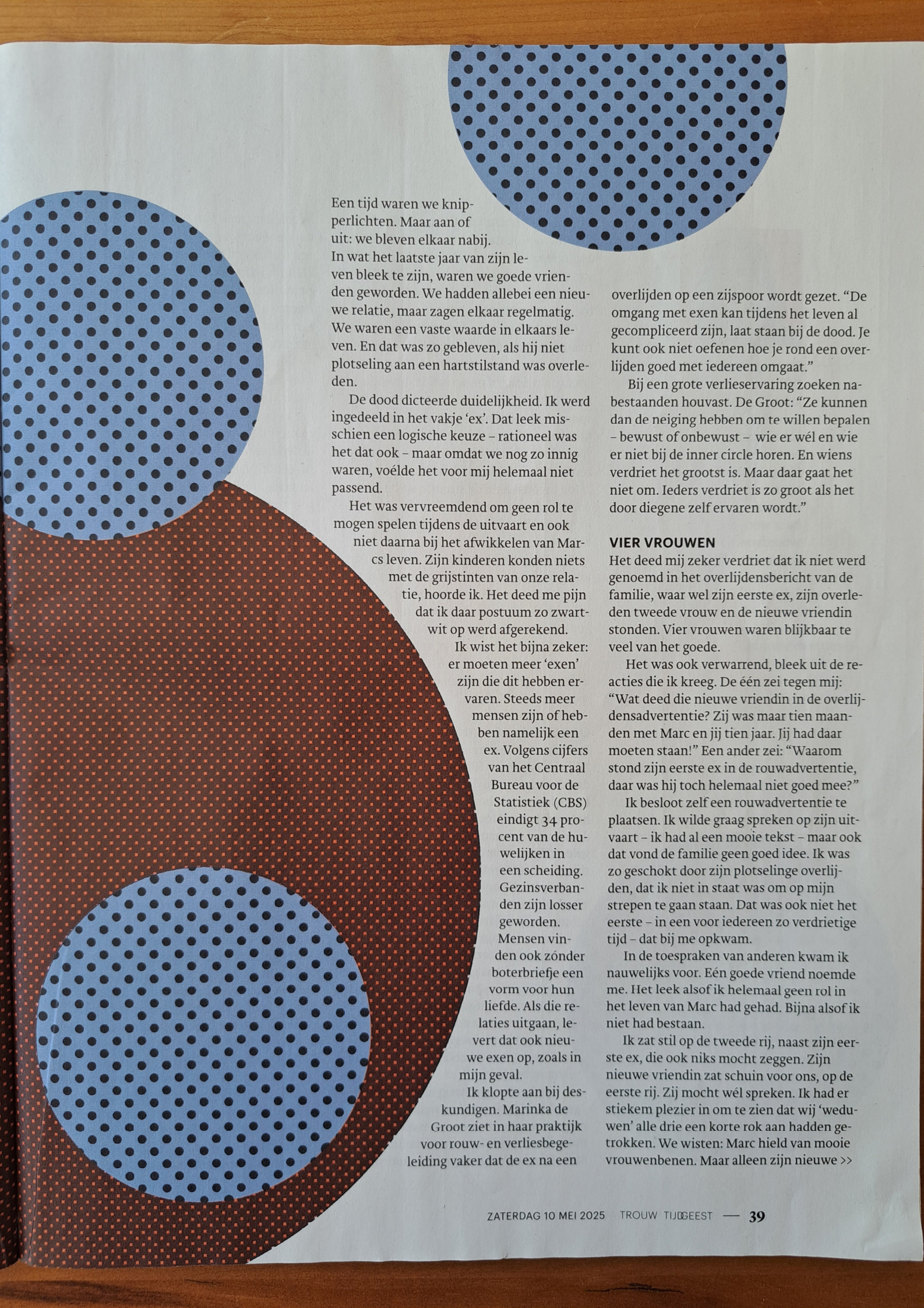
Op

de dag dat Marc één jaar dood was, liep ik door Amersfoort. Ik wist niet of zijn as al was uitgestrooid en zo

ja, wáár. Daarom zocht ik op deze moeilijke dag troost in de stad waar ik veel goede herinneringen heb aan de tien jaar dat we samen waren. In die jaren deelden we lattend lief en leed. Hij woonde in Amersfoort met zijn twee opgroeiende kinderen, ik in Den Haag met de mijne.

Toen we door een gezamenlijke vriend aan elkaar werden voorgesteld, waren we drenkelingen. Mijn huwelijk was op de klippen gelopen, hij was als weduwnaar op zoek naar vaste grond onder de voeten. Er was een voorzichtige vacature voor een vriendin, die ik vol overgave invulde.

In de weekenden pakten we samen de draad van het leven weer op. We stonden langs de lijn om onze kinderen aan te moedigen. Gingen als samengesteld gezin op vakantie. Onze kinderen hadden elkaar niet uitgekozen. Dat lieten ze soms ook merken. Meestal maakten we er met elkaar een gezellige boel van.



Een tijd waren we knip-
perlichtten. Maar aan of
uit: we bleven elkaar nabij.

In wat het laatste jaar van zijn le-
ven bleek te zijn, waren we goede vrien-
den geworden. We hadden allebei een nieu-
we relatie, maar zagen elkaar regelmatig.
We waren een vaste waarde in elkaars le-
ven. En dat was zo gebleven, als hij niet
plotseling aan een hartstilstand was overle-
den.

De dood dicteerde duidelijkheid. Ik werd
ingedeeld in het vakje 'ex'. Dat leek mis-
schien een logische keuze – rationeel was
het dat ook – maar omdat we nog zo innig
waren, voelde het voor mij helemaal niet
passend.

Het was vervreemdend om geen rol te
mogen spelen tijdens de uitvaart en ook
niet daarna bij het afwikkelen van Mar-
cs leven. Zijn kinderen konden niets
met de grijstinten van onze rela-
tie, hoorde ik. Het deed me pijn
dat ik daar postuum zo zwart-
wit op werd afgerekend.

Ik wist het bijna zeker:
er moeten meer 'exen'
zijn die dit hebben er-
varen. Steeds meer
mensen zijn of heb-
ben namelijk een
ex. Volgens cijfers
van het Centraal
Bureau voor de
Statistiek (CBS)
eindigt 34 pro-
cent van de hu-
welijken in
een scheiding.
Gezinsverban-
den zijn losser
geworden.
Mensen vin-
den ook zónder
boterbriefje een
vorm voor hun
liefde. Als die re-
laties uitgaan, le-
vert dat ook nieu-
we exen op, zoals in
mijn geval.

Ik klopte aan bij des-
kundigen. Marinka de
Groot ziet in haar praktijk
voor rouw- en verliesbege-
leiding vaker dat de ex na een

overlijden op een zijspoor wordt gezet. "De
omgang met exen kan tijdens het leven al
gecompliceerd zijn, laat staan bij de dood. Je
kunt ook niet oefenen hoe je rond een over-
lijden goed met iedereen omgaat."

Bij een grote verlieservaring zoeken na-
bestaanden houvast. De Groot: "Ze kunnen
dan de neiging hebben om te willen bepalen
– bewust of onbewust – wie er wél en wie
er niet bij de inner circle horen. En wiens
verdriet het grootst is. Maar daar gaat het
niet om. Ieders verdriet is zo groot als het
door diegene zelf ervaren wordt."

VIER VROUWEN

Het deed mij zeker verdriet dat ik niet werd
genoemd in het overlijdensbericht van de
familie, waar wel zijn eerste ex, zijn overle-
den tweede vrouw en de nieuwe vriendin
stonden. Vier vrouwen waren blijkbaar te
veel van het goede.

Het was ook verwarrend, bleek uit de re-
acties die ik kreeg. De één zei tegen mij:
"Wat deed die nieuwe vriendin in de overlij-
densadvertentie? Zij was maar tien maan-
den met Marc en jij tien jaar. Jij had daar
moeten staan!" Een ander zei: "Waarom
stond zijn eerste ex in de rouwadvertentie,
daar was hij toch helemaal niet goed mee?"

Ik besloot zelf een rouwadvertentie te
plaatsen. Ik wilde graag spreken op zijn uit-
vaart – ik had al een mooie tekst – maar ook
dat vond de familie geen goed idee. Ik was
zo geschokt door zijn plotselinge overlij-
den, dat ik niet in staat was om op mijn
strepn te gaan staan. Dat was ook niet het
eerste – in een voor iedereen zo verdrietige
tijd – dat bij me opkwam.

In de toespraken van anderen kwam ik
nauwelijks voor. Eén goede vriend noemde
me. Het leek alsof ik helemaal geen rol in
het leven van Marc had gehad. Bijna alsof ik
niet had bestaan.

Ik zat stil op de tweede rij, naast zijn eer-
ste ex, die ook niks mocht zeggen. Zijn
nieuwe vriendin zat schuin voor ons, op de
eerste rij. Zij mocht wél spreken. Ik had er
stiekem plezier in om te zien dat wij 'wed-
wen' alle drie een korte rok aan hadden ge-
trokken. We wisten: Marc hield van mooie
vrouwenbenen. Maar alleen zijn nieuwe >>



Floor de Booy (1970) is freelance journalist. Behalve voor *Tijdgeest* schrijft ze voor weekkrant *Den Haag Centraal* theaterrecensies. Ze combineert dat met haar werk als woordvoerder bij de Algemene Onderwijsbond (AOB).

>> vriendin mocht na afloop van de plechtigheid met de naaste familie achter de kist aanlopen. Zijn eerste ex en ik moesten blijven zitten en vervoegden ons bij de andere aanwezigen in de koffiekamer. Ik was wel toe aan een glas wijn.

Toen de mist na een tijdje enigszins optrok, drong tot mij door dat mij een persoonlijk afscheid ontzegd was. In mijn zoektocht naar of en zo ja hoe dit anders kan, kom ik Antoinette Steenbeek op het spoor. Zij heeft haar eigen uitvaartonderneming en is als rouw- en verlieskundige gespecialiseerd in het begeleiden van uitvaarten bij complexe familieomstandigheden. "Hoe ingewikkeld de situatie ook is, een goede uitvaartbegeleider hoort oog te hebben voor alle nabestaanden", stelt Steenbeek meteen.

Dat begint bij het in kaart brengen van alle partijen. "Ik wil weten wat er in het leven van de overledene speelde, wie er belangrijk voor hem of haar waren en welke gevoeligheden er zijn. Alles en iedereen mag op tafel komen: exen, geheime liefdes, buitenechtelijke kinderen, ruziënde familieleden, zodat we samen de juiste afweging mogen maken."

ONDEUGENDE MAN

Dat is voor nabestaanden vaak moeilijk. "Zij zijn overmand door verdriet en hebben dan de neiging om de veilige optie te kiezen en te doen zoals het 'hoort'. Maar er hoort helemaal niks. Het is toch het mooiste als de uitvaart weerspiegelt hoe iemand heeft geleefd? Zijn er meerdere geliefden belangrijk geweest? Geef die dan ook ruimte."

Steenbeek zoekt met respect voor alle betrokkenen naar een vorm die past. "De zoon die mij inschakelde voor de uitvaart van zijn vader, vertelde me dat zijn vader een beetje een 'ondeugende man' was geweest. Naast zijn echtgenote had hij drie 'bijk vrouwen'. Toen de echtgenote in de koffiekamer de eerste condoléances in ontvangst nam, kregen zij – met goedkeuring van de zoon – een eigen moment bij de kist."

Zij heeft regelmatig met nog veel ingewikkelder situaties te maken. Ze verzorgt uitvaarten van mensen die door een misdrijf of ongeluk om het leven zijn gekomen. Dan komt haar opleiding tot ritueel

begeleider goed van pas. Laatst nog een moeder van twee jonge kinderen: vermoord door haar ex-man. "Hij zat in hechtenis, maar ik heb hem tijdens de uitvaart toch genoemd en samen met de kinderen voor hem een kaarsje aangestoken."

Mijn gevoelens van miskenning vallen hierbij in het niet. Maar Steenbeek wijst me erop dat het geen wedstrijd is. "Het gaat er niet om wie het zieligste is. Iedereen wil worden erkend. Bij een uitvaart is dat extra belangrijk, omdat het een eenmalige gebeurtenis is. Je kunt het niet overdoen."

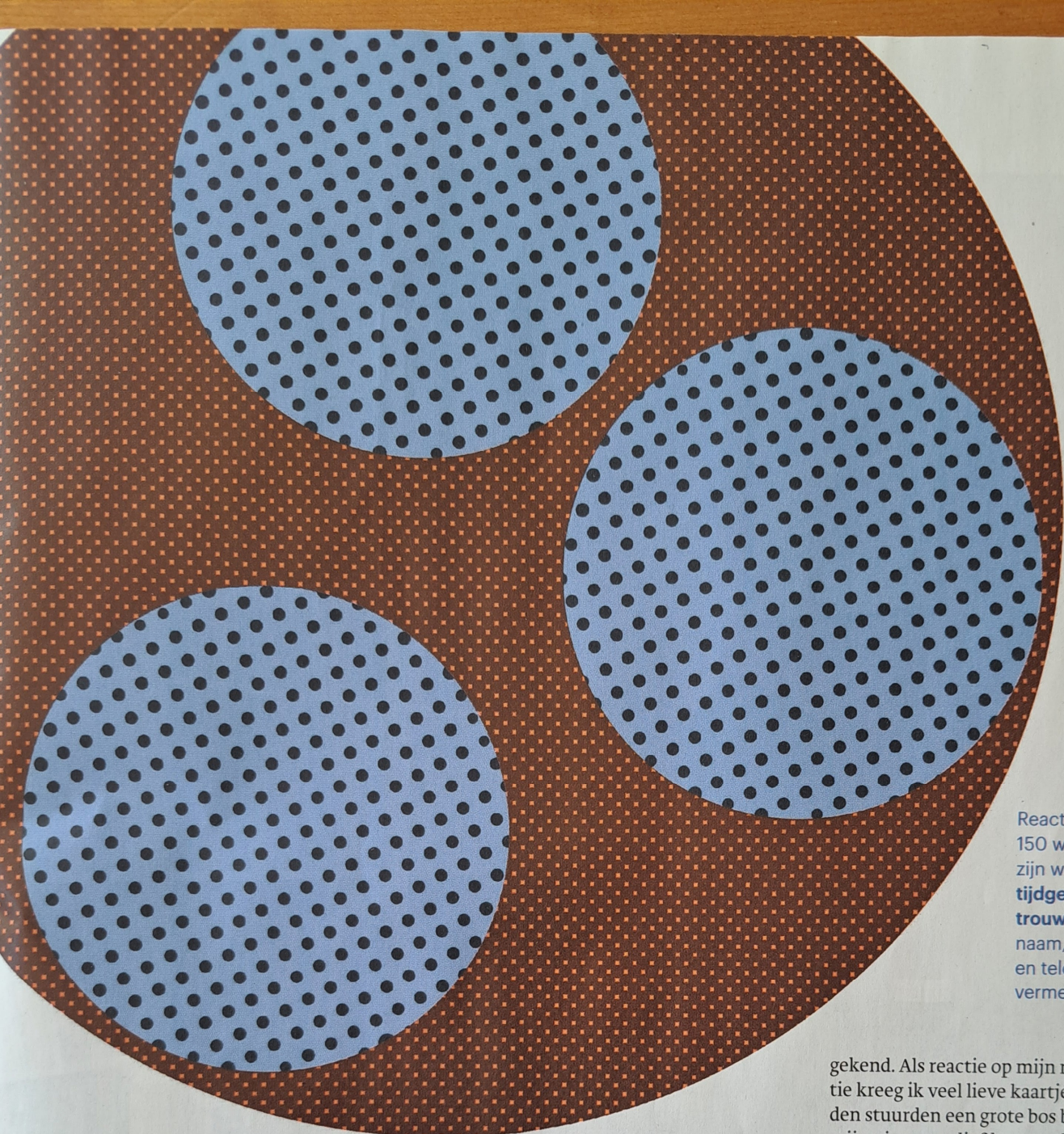
Het is daarom een goed idee om met je naasten af te spreken wie er op je uitvaart mogen komen en wie er mogen spreken. Chantal Frederiks raadt het iedereen aan. Zij is als coach gespecialiseerd in rouwverwerking. "Zeker als je een samengesteld

Marc zit in duizend kleine dingen

gezin hebt, zijn duidelijke afspraken daarover belangrijk. Mijn partner en ik hebben dat gedaan. Onze exen zijn welkom. En onze wederzijdse kinderen weten dat ook."

Mijn collega Marijke Boeken is óók een rouwende ex. We bespreken onze ervaringen tijdens de lunchpauze. Zij had nooit verwacht dat ze actief bij de uitvaart van haar ex betrokken zou worden. Maar ze kijkt er met voldoening op terug. "Toen onze zoon vroeg of ik een actieve rol wilde spelen, twijfelde ik eerst. Zijn vader en ik hadden al jaren bijna geen contact meer."

Ze besloot het toch te doen, in eerste instantie vooral om haar zoon te helpen. "Maar het was voor mezelf ook goed." Het overlijden van haar ex kwam harder aan dan ze had verwacht. "Alle herinneringen aan ons leven samen kwamen terug. Het



Reacties (max. 150 woorden) zijn welkom via tijdgeestreactions@trouw.nl. Graag naam, woonplaats en telefoonnummer vermelden.

voelde alsof met hem een deel van mijn eigen geschiedenis doodging.”

Ze rouwde, maar het verdriet om het overlijden van haar ex haalde Marijke niet helemaal onderuit. “Het was draaglijk, ik kon blijven werken.” Dat herken ik. Een week na het overlijden van Marc ging ik ook weer aan het werk. Ook als afleiding. Van thuiszitten werd het niet beter.

Na de uitvaart ruimde Marijke met haar zoon ook het huis van haar ex-man op. “Het was een hele klus. Gelukkig kreeg ik daarvoor van mijn werkgever ook de ruimte. Het uitzoeken van alle spullen was confronterend en had ook iets troostrijks. Er hingen truien in zijn kast die ik nog had gebreid.”

Ik had ook graag willen helpen bij het opruimen van het huis van Marc. Maar daarvoor kreeg ik niet de mogelijkheid. Dat

soort praktische dingen zijn belangrijk voor het rouwproces, las ik in een van de talloze boeken die de laatste tijd over rouw geschreven zijn. Na enig aandringen mocht ik nog één keer in zijn huis rondlopen voordat het verkocht zou worden.

De kaarten en brieven die ik Marc in de loop der jaren had geschreven, vond ik op een avond op mijn deurmat. Hij had ze zorgvuldig bewaard en in een envelop gedaan. Zijn zoon deed ze door mijn brievenbus. Pas toen ik al die kaarten las, drong echt goed tot mij door dat Marc dood was. Ik besloot mijn rouwproces op mijn eigen manier in te vullen.

Ik droeg de tekst, die ik op zijn uitvaart had willen uitspreken, voor aan mijn kinderen en familie. En stuurde 'm aan iedereen uit mijn vriendenkring, die Marc goed had

gekend. Als reactie op mijn rouwadvertentie kreeg ik veel lieve kaartjes. Mijn vrienden stuurden een grote bos bloemen. En mijn nieuwe geliefde steunde me, ook al had hij Marc maar twee keer ontmoet.

Met Marcs eerste ex ontwikkelde ik een bijzondere verstandhouding. Met zijn nieuwe vriendin dronk ik een keer koffie. Ik wilde graag weten hoe zijn laatste uren waren geweest. Dat begreep zij gelukkig.

Ik sprak dagelijks met Marc. Omdat hij me nog zo nabij was, kon ik me zijn antwoorden levendig voorstellen. Ik bedacht kleine, dagelijkse rituelen. Sinds zijn dood kook ik veel met dragon, zijn lievelingskruid. Ik drink uit zijn koffiekopje. In gedachten groet ik hem op de plekken waar we samen graag kwamen. Dat bankje op het Valkenbosplein, waar we vaak afspraken voor een ochtendwandeling.

Marc zit in duizend kleine dingen. Ik neem hem voor altijd met me mee. Daar heb ik geen erkenning of bevestiging van anderen meer voor nodig. <<