



SCHOOON SCHHIP

OPRUIMEN VOOR ALS JE ER NIET MEER BENT

Als personal organizer ontdekte Caroline Griep een Zweeds gebruik: voordat je doodgaat alle spullen ordenen, zodat nabestaanden het niet hoeven doen. Ze hebben er zelfs een woord voor: döstädning.

Tekst CAROLINE GRIEP illustratie SJOUKJE BIERMA

“Hij had dus sinds de jaren zestig ál zijn bankafschriften bewaard”, verzucht een vriend van me, die net het huis van zijn overleden vader heeft opgeruimd. “Als dat nou het enige was, maar je wil niet weten wat we allemaal hebben weggegooid. Tientallen jaargangen oude tijdschriften, brieven van het energiebedrijf uit het jaar nul, minstens tachtig overhemden waarvan de meeste zeker vijftig jaar niet gedragen.”

Het had hem en zijn zussen weken gekost. Zelf hebben mijn zus, zwager en ik ook net zoiets achter de rug met mijn dementerende moeder, die in een verzorgingshuis is gaan wonen. Maar bij ons ging het totaal anders. Natuurlijk was het een hoop werk, maar meer dan twee weken zijn we er niet mee zoet geweest. Mijn ouders waren namelijk altijd buitengewoon opgeruimd. Daardoor werd onze klus vooral een *walk down memory lane*: we lieten alles nog eens door onze handen gaan. Mijn moeders nieuwe plekje richtten we in met alles wat haar dierbaar is en vooral: met veel foto's. Voor de meeste andere spullen vonden we een nieuwe plek in onze eigen huizen. Het was een mooi afscheidsritueel,

soms met een traan en ook vaak weemoedig, maar mijn zus en ik herinnerden ons vooral veel vrolijke dingen.

ZWARE TAAK

Vroeg of laat krijgen we er allemaal mee te maken: het ontruimen van het huis van onze ouders. Met een beetje pech zijn we er maanden mee bezig. In Zweden pakken ze het heel anders aan. Zij kennen het gebruik om tegen het einde van je leven door alle materiële bezittingen te gaan: *döstädning*. Hierbij is de belangrijkste vraag: wat wil je dat nabestaanden aantreffen als je er zelf niet meer bent? Margareta Magnusson (“ergens tussen de tachtig en honderd”) schreef er een verrassend vrolijk boek over. Het verscheen eerst met de ongezelligste titel ooit: *Opruimen voor je doodgaat*, maar is nu verkrijgbaar als *De edele Zweedse kunst van het opruimen*. Zij vraagt zich af of je het je kinderen wel moet aandoen om ze na je dood hele zolders en kelders te laten uitmesten? Dat is best een zware taak in een toch al verdrietige tijd. Niet dat zelf alvast opruimen altijd even makkelijk is, maar er is toch veel voor te zeggen, al dan niet met hulp van de kinderen. >

Foto's en brieven
Begin niet met foto's,
brieven of wat voor
persoonlijke documenten
ook. Dit kan leuk zijn
maar ook een beetje
verdrietig. Eén ding is
zeker: als je er eenmaal
mee begint, komen er
allerlei herinneringen
naar boven en dan lukt
opruimen niet meer.
Uit: *De edele Zweedse
kunst van het opruimen*,
Margareta Magnusson
€ 12,50 (De Bezige Bij)

*“Mensen hamsteren
liever dan dat
ze iets weggooien”*

TIP

Breng bewust nog wat tijd door met de spullen die je wegdoet

AFSCHEID NEMEN

Al voor ik van *döstädning* had gehoord, hield het verschijnsel me bezig. Als professioneel opruimer word ik namelijk regelmatig ingeschakeld door oudere mensen, meestal als ze kleiner gaan wonen. Daardoor heb ik veel geleerd over de 'emotionele lijm' die aan spullen kan kleven, waardoor het niet altijd eenvoudig is om er afscheid van te nemen. Ooit hielp ik een ouder echtpaar. De zeker vijftig jaar oude damasten tafelkleden met vergeelde strepen op de vouwen konden met wat goede wil nog jaren mee, vond de vrouw des huizes, gewoon een kwestie van de gaatjes stoppen en goed laten stomen. Dat klusje leek haar wel wat voor haar schoondochter – die daar totaal niet op zat te wachten, tot grote teleurstelling van de oude mevrouw. Pas toen dat duidelijk was, mocht het kleding naar de kringloop. Ze wilde wel een foto van dat ik het daar echt afleverde, zodat ze zeker wist dat ik



het niet stiekem weggooid. Haar worsteling was hartverscheurend. Een bekend verschijnsel, lees ik bij Magnusson: "Dat soort situaties raken ons vaak het meest. Door alle spullen heen gaan, stilstaan bij de laatste keer dat je ze gebruikte en er afscheid van nemen is voor veel mensen nu eenmaal erg moeilijk. Mensen hamsteren liever dan dat ze iets weggoeien."

De emotionele lijm die aan spullen kleeft maakt het best moeilijk om er afstand van te doen

SAMEN OF ALLEEN

Voor mij was dit een leerzame ervaring, die me duidelijk maakte dat mensen begeleiden bij het opruimen naar een volgende (soms laatste) levensfase met compassie moet gebeuren. Aan veel spullen kleven herinneringen waar een relatieve buitenstaander geen weet van heeft: je ruimt eigenlijk een heel leven op. Als kinderen hun ouders hiermee helpen, is het goed dat ze zich dit van tevoren realiseren. Het is geen werkproject dat efficiënt moet worden gemanaged, maar een proces dat om liefde en geduld vraagt. En bovendien iets wat je het best kunt aanpakken als er nog niets aan de hand is: op die manier kan het een mooie en waardevolle herinnering zijn voor later. Haal af en toe eens een doos tevoorschijn en zoek die samen met een kind of kleinkind uit en vertel

ZO KAN HET OOK

Caroline Griep: "Mijn zus en ik hebben na het overlijden van onze vader afgesproken dat als we ruzie zouden krijgen over iets, we het kapot zouden gooien. Werkte perfect, er is niets gesneuveld."

HET IS GEEN WERKPROJECT MAAR EEN PROCES DAT VRAAGT OM LIEFDE EN GEDULD

HULP NODIG?

Als kinderen geen tijd hebben en ouders ertegenop zien om de klus zonder hulp te klaren, kan het een goed idee zijn om een professional organizer in te schakelen. Voordeel is ook dat een buitenstaander geen emotionele band heeft met de spullen, maar misschien wel net dat duwtje kan geven om van sommige dingen tóch afscheid te nemen. Wees niet bang dat organizers er alleen maar op uit zijn om alles weg te doen, ze zullen altijd rekening houden met de persoonlijke situatie. *Nederlandse Beroepsvereniging van Professional Organizers (nbop.nl)*



Doe je het de kinderen aan om na je dood hele zolders en kelders te moeten uitmesten?



de verhalen die erbij horen. Deel herinneringen, berg foto's op een andere manier op, koop mooie lijstjes, maak albums en geef die koektrommel vol herinneringen aan dat nichtje dat net is gaan samenwonen. Ingrid Bense deed het op deze manier met haar ouders en bewaart er goede herinneringen aan: "Twee jaar geleden verhuisden zij na vijfendertig jaar van een overvol herenhuis naar een appartement. Een jaar lang heb ik elke maandag samen met hen spullen opgeruimd en uitgezocht. Het was intensief maar ook mooi."

REFLECTEREN

Maar alleen opruimen mag natuurlijk ook. *Döstädning* is behalve een manier om nabestaanden nergens mee op te zadelen ook een ritueel dat helpt om te reflecteren op het leven, of dat nu binnenkort op zijn einde loopt of nog lang niet. Door erfstukken te scheiden van rommel, worden ook waardevolle herinneringen geordend. Mijn bijna tachtigjarige vriendin Tineke kende het Zweedse verschijnsel niet, maar begon er aan het begin van de lockdown spontaan mee: "Ik dacht opeens: stel dat ik besmet raak en het niet overleef, dan is het hier wel heel rommelig. Wekenlang ben ik bezig geweest, het was heerlijk rustig om me heen, want niemand mocht op bezoek komen, ik heb alles uitgezocht waar ik normaal niet aan toe kom, er was alle tijd om uitgeknipte artikelen en oude brieven te lezen, foto's te sorteren en een beetje te mijmeren. Voor mijn klein- en schoondochters heb ik een kledingrek gemaakt vol vintage kleden die al decennia in de kast lagen, en die nu weer enthousiast worden gedragen. En, het grootste voordeel: ik geniet nu zelf ook van de rust die een opgeruimd huis geeft."

SPULLEN EN HUN VERHAAL

Het loont om nog wat tijd door te brengen met de dingen voordat je er afstand van doet, stelt Magnusson. Elk voorwerp heeft zijn eigen verhaal en vaak is het prettig om je dat voor de geest te halen. Zelf heb ik een plank vol zilveren en kristallen spulletjes, die prachtig zijn maar me weinig doen omdat ik er eigenlijk geen bijzondere herinneringen aan heb. Wel kijk ik elke dag met veel plezier naar een knalrode *sixties* vaas en best wel lelijke *seventies* karaf die ik me al vanaf mijn vroegste jeugd herinner. Zonder verhaal is een voorwerp niets anders dan dat: een voorwerp. Maar de vaas die je bij je verlovings kreeg van een lievelingstante naar wie je je dochter hebt genoemd, is veel meer dan zomaar een vaas. Toen haar moeder was overleden, miste Karin Visser-Conradi precies dat, de verhalen bij de spullen die ze moest opruimen. Haar tip voor iedereen met ouders met veel spullen: "Pak je camera. Laat je vader of moeder alles aanwijzen en het verhaal erachter vertellen, en film die anekdotes. Doe dit echt, want anders vergeet je ze, en kies een moment waarop het nog niet beladen is."

Door erfstukken te scheiden van rommel, worden ook waardevolle herinneringen geordend

Voor wie wel wil opruimen, maar een beetje terugschrikt van het 'voor-je-doodidee': bedenk dan dat *döstädning* veel meer is dan dat. Het kan op elk moment in het leven, bij een lockdown, een verhuizing of een uitvliegend kind bijvoorbeeld. Allemaal heel geschikte gelegenheden om eens goed schoon schip te maken. □