

Before I Die Wall: Stel niet uit wat je nu kunt doen

Rob Bruntink is journalist, gespecialiseerd in palliatieve zorg en uitvaartzorg. Hij is mede-bedenker van de mobiele *Before I Die, I want to... Wall*: een groot schoolbord waarop mensen dingen kunnen opschrijven die ze bij leven nog willen doen. Het schoolbord kan overal neergezet worden. Of dit bord tijdens PAL Live virtueel zal zijn of eentje waarop je met een écht krijtje kunt schrijven, is momenteel nog niet bekend.



Het idee van deze *Wall* vindt zijn oorsprong in Amerika. Candy Chang, een kunstenaar uit New Orleans, verloor een naaste en dacht daardoor veel na over de dood. Dat bracht haar op het idee van de *Before I Die Wall*. In haar wijk nodigde ze voorbijgangers uit om op een schoolbord met krijt de regel *Before I Die, I want to...* af te maken. Ze schreven vervolgens hun wensen en ideeën op over wat ze nog wilden in het leven. Dit initiatief heeft inmiddels navolging gevonden over de hele wereld, ook in Nederland.

Bruntink wil de bezoekers van PAL Live uitdagen hun ideeën en wensen op te schrijven op de *Wall*. "Op die manier kun je expliciet maken wat je nog graag wil in het leven. Van de andere kant kun je de *Wall* ook passief ondergaan door te lezen wat andere mensen voor wensen hebben", legt Rob uit. Dit kan vervolgens weer tot gesprekken onderling leiden. De communicatieve waarde van zo'n schoolbord wordt zo vele malen groter.



Bruntink heeft het bord inmiddels een jaar of zeven in gebruik. Sinds corona niet meer omdat er geen congressen en beurzen meer zijn. Bruntink: "In pre-corona tijd stonden we op congressen maar ook bijvoorbeeld op Lowlands, of een uitvaartbeurs. Op Lowlands stond de *Wall* in het kader van een onderzoek naar de dood van de Hoge School Rotterdam. Daar hoorde een inventarisatie van wensen bij. Daarvoor is de *Before I Die Wall* gebruikt. Tijdens de drie dagen die het festival duurt hebben ongeveer 600 mensen opgeschreven wat voor wensen ze hadden."

Stel je een groot schoolbord voor van drie meter breed en twee meter hoog. Vijfenvertig keer staat daarop voorgedrukt *Before I Die I want to...* Er hangen krijtjes bij en iedereen kon daar op schrijven wat hij of zij wilde. Dat is heel laagdrempelig. Wat waren die wensen zoal? "De wensen die Lowlandsgangers opschrijven variëren niet zo ontzettend van wensen die zorgprofessionals of uitvaartondernemers opschrijven."

"Waar het heel vaak op neerkomt is liefde, gezin en familie. Er zijn mensen die opschrijven dat ze nog oma willen worden. Mensen die aangeven 'ik wil graag trouwen', mensen die zeggen 'ik wil ooit moeder worden'. Of 'ik wil mijn kind geboren zien worden' als iemand al zwanger is. Ook zijn er veel wensen die met reizen te maken hebben. Variërend van op alle

continenten een keer zijn geweest tot aan heel specifiek Zuid-Afrika of 'ik wil het Noorderlicht een keer hebben gezien'."

De wens 'ik wil nog een keer naar mijn geboortedorp' komt ook vaak voor. Of een keer de Keukenhof bezoeken. Met name bij Lowlands viel het erg op dat de wens 'Vrede op aarde' vaak voorkwam. Of de hoop op het herstel van de klimaatramp. En dus op een gezonde moeder aarde. Een betere wereld kortom.

Bruntinks motivatie om met e Wall te starten heeft te maken met de constatering dat mensen vaak heel anders over hun leven gaan nadenken als ze eenmaal te horen hebben gekregen dat ze ongeneeslijk ziek zijn. Of als ze een diagnose te horen krijgen die in potentie levensbedreigend is. "Dat kan als wake-upcall worden ervaren. Ze realiseren zich plots dat het leven niet zozeer draait om maatschappelijke status, het inkomen of dat prachtige huis en die mooie auto maar dat het toch vooral gaat om het gezin of om de liefde of de natuur".



Ik dacht: wat is het eigenlijk toch jammer dat mensen pas op die belangrijke kernwaarden uitkomen als ze te horen krijgen dat ze ongeneeslijk ziek zijn of een hele beroerde diagnose hebben gehad. Waarom komt men daar niet eerder achter?"

"Zo'n *Before I Die Wall* kan daar een beetje bij helpen. Op het moment dat je het voor jezelf opschrijft en in het openbaar deelt op zo'n Wall dat het jouw diepste wens is om nog eens te trouwen met deze of gene, waarom zou je er op wachten als dat vandaag ook kan? Daar nodigt zo'n Wall enorm toe uit. Het dwingt je na te denken over de vraag 'Wat is nu belangrijk voor me?'. Op het moment dat je dat weet, doemt de sub vraag op 'Als je weet dat het zo belangrijk voor je is, waarom ga je dat dan niet meteen doen?', aldus Bruntink.

Oorspronkelijk is de *Before I Die Wall* daarmee begonnen: zo jong mogelijk beginnen met de kwaliteitsverbeterende slag die je aan je eigen leven kunt geven. En je ook voortdurend af te vragen of je wel de dingen doet die je het meest leuk vindt. Uiteraard blijft het voor mensen in de palliatieve fase natuurlijk wenselijk om de dingen die ze nog willen doen, deze in een zo vroeg mogelijk stadium te doen, met hun geliefden erbij. Daar kan de *Before I Die Wall* zeker ook een rol in spelen.

Inschrijven? [KLIK HIER](#)