

Protestantse Gemeente te Venlo e.o.



Vroeg of laat

VROEG OF LAAT

sterven

Het is geen vrolijk onderwerp, maar sterven doen we allemaal. De afgelopen tijd heeft de Pastorale Raad van onze kerkgemeenschap zich regelmatig bezonnen op dit onderwerp. Op de eerste plaats omdat we bij het omzien naar elkaar regelmatig met sterven te maken hebben, maar daarnaast hebben we ook de indruk dat er een zekere onbekendheid is met wat de kerk kan betekenen in dagen van rouw. De omgang met het sterven heeft in elke cultuur en in elke tijd zijn eigen vormen. We herinneren ons de gebruiken van vroeger nog wel: het sluiten van gordijnen, het aanzeggen, rouw dragen. Die dingen komen we echter niet veel meer tegen. Was vroeger een kerkelijke uitvaart vanzelfsprekend en dat is het nu al lang niet meer het geval. Soms haalt een uitvaart de televisie vanwege de buitengewone vormgeving, zoals een roze kist of wodka op het kerkhof. Het lijkt ook steeds vanzelfsprekender te zijn dat mensen tot in detail hun eigen begrafenis voorschrijven.

helderheid

Ook in de commerciële uitvaartbranche wordt wel gesuggereerd dat zij alle middelen voor een goede uitvaart kan bieden. Met deze brochure willen wij helpen om enige helderheid te scheppen in wat je wilt of kunt doen wanneer je vroeg of laat geconfronteerd wordt met het sterven van een familielid of ook met het naderende einde van jou zelf. Uiteraard doen wij dat vanuit onze eigen protestantse traditie en we hopen hiermee een zinvolle handreiking te doen in de bezinning op wat vroeg of laat komt, terwijl we misschien ook nog mogelijkheden onder de aandacht brengen waar je zelf niet direct aan gedacht had.

jou, jij, u, zij en hij

Omdat het thema erg dichtbij komt, gebruiken we liever 'jou' of 'jij' dan het wat afstandelijker klinkende 'u'. En met 'zij' is uiteraard ook 'hij' bedoeld, en omgekeerd.

© Protestantse Gemeente te Venlo e.o. februari 2014

INHOUDSOPGAVE

| | |
|-------------------------|---|
| Vroeg of laat | 1 |
| Inhoudsopgave | 1 |
| Over jouw dood | 2 |
| De laatste eer bewijzen | 3 |
| En later | 6 |
| SMAL MODERAMEN | 7 |
| Wijkindeling | 8 |

OVER JOUW DOOD

als je het sterven nabij weet

Wanneer je almaar ouder wordt of ook wanneer een ernstige ziekte je in de greep heeft, weet je dat het sterven niet zo ver weg meer is. Sommigen ontkennen dat het liefst en doen alsof de dood hen niet zal treffen, maar iedereen weet dat dat struisvogelpolitiek is. Voor wie het kan, is het daarom maar beter het einde onder ogen te zien en erover te praten. Neem bijvoorbeeld tijdig contact op met een wijkouderling of een predikant en zeg er gerust ook bij dat je over het einde wilt praten. Juist als de tijd kort en kostbaar wordt, is het goed om met elkaar van gedachten te wisselen over wat voor jou belangrijk is, wat je blokkeert of gaande houdt en ook welke rol het geloof in God daarin kan spelen. Op de weg van het geloof is veel doorleefde rijkdom beschikbaar en als geloofs-gemeenschap proberen we die rijkdom ook toegankelijk te houden voor elkaar. Een zegen – gedeeld met de naasten – kan een waardevol ritueel zijn bij het afscheid nemen. Ook daarom is het goed om juist bij het einde van het leven contact te zoeken met de gemeente. Bovendien is het voor jou en voor anderen plezierig om te weten met wie jij of je nabestaanden te maken krijgen als het om de uitvaart gaat. Een eerste kennismaking aan het sterfbed kan wel en moet vaak ook, maar als we het kunnen vermijden is dat des te beter.

partner of kinderen

Het is ook verstandig om al met je partner of je kinderen te praten over hoe het zal zijn als je afhankelijk zult worden van anderen. In de 'grote wereld' geldt dat al gauw als last, maar vaak zien we ook hoe dankbaar anderen zijn om – wederkerig – zorg te geven aan wie eerst hen verzorgde. Misschien kun je ook bedenken hoe 'de dokters' met jouw einde om horen te gaan. Je kunt ook als je fit bent al aangeven of je wel of niet gereanimeerd wilt worden en of men bij een ongeluk of ziekte alles uit de kast moet halen om je in leven te houden (ook wanneer genezen menselijkerwijs niet meer mogelijk is).

geheel onverwacht

Het is niet gezond om er alle dagen aan te denken, maar een ongeluk zit in een klein hoekje. Ook wanneer je fris en fit bent, kerngezond en in topvorm, kun je opeens zomaar dood zijn. Iedereen kent wel zo'n verhaal van een ongeluk, zomaar een hartstilstand. Zomaar, opeens. Nog eens: daar moet je niet te veel bij stilstaan, het leven wil geleefd worden. Maar het is goed dat je omgeving weet in welke traditie je staat; wat de kerkelijke gebruiken voor je betekenen. En ook is het belangrijk dat ze weten hoe jij over jouw einde denkt: moet men hoe dan ook je leven redden, ook als duidelijk is dat het nooit meer goed zal komen?
Heb je ooit nagedacht over orgaandonatie – en weten anderen wat je wel en niet zou willen?

begraven of cremeren

Een keer ga je dood en wat anderen dan kunnen doen, daarover gaat de rest van deze brochure. Je kunt je nabestaanden wel helpen door een paar aanwijzingen achter te laten. Anderen vinden het prettig te weten wat jij dan graag zou willen: begraven of cremeren. Maar je lichaam ter beschikking stellen van de wetenschap is ook mogelijk.

Er is (bijna) altijd ook een afscheidsplichtigheid: in de kerk, op het kerkhof, in een crematorium. Uiteraard besluiten je nabestaanden hoe het allemaal precies in z'n werk zal gaan, maar je kunt hen wel helpen door op papier te zetten wat voor jou belangrijk is: Bijbelteksten, psalmen en liederen, bepaalde muziek of een karakteristiek gedicht. Door hun te laten weten met welke woorden jij geleefd hebt, laat je hun ook weten hoe je geloofde en welke hoop kleur aan je leven heeft gegeven. Afscheid nemen is dan niet alleen een verdrietig gebeuren. Je helpt er je nabestaanden mee wanneer je hun materiaal voor de afscheidsviering nalaat.

DE LAATSTE EER BEWIJZEN

wie doet wat?

Tot nu toe ging het over de dingen die je met het oog op je eigen overlijden kunt regelen. Maar vaak heb je met de dood van een ander te maken – je (groot)ouders, je partner of zelfs je kind. In het volgende stukje stippen we een aantal zaken aan waar je dan mee te maken krijgt en het is goed om ook daar van tevoren al eens over na te denken.

De begrafenisondernemer is vertrouwd met de gang van zaken en hij of zij zal je graag bijstaan met alle advies en raad die je nodig hebt. Toch is het ook goed om zo snel mogelijk contact op te nemen met de predikant: ook hij of zij heeft veel ervaring met wat er rond een begrafenis allemaal komt kijken, maar staat als pastor anders in het proces. De predikant is geen ondernemer en weet vaak meer van jou en jullie geschiedenis dan de begrafenisondernemer.

De predikant kan er ook zorg voor dragen dat het overlijden op de eerste zondag na het overlijden in de kerk wordt afgekondigd. We proberen dat niet als mededeling te doen maar daar een goede liturgische vorm voor te vinden.

Wie sterft laat mensen achter: de nauwe kring van familie en vrienden, maar ook een ruimere kring van buurtgenoten, oud-collega's of vage kennissen. Ieder heeft daar zijn eigen emoties bij en het is goed om dat allemaal met elkaar te delen. Besluit dus niet te snel om een begrafenis of crematie in besloten kring te houden – je ontnemt die eigen kring de steun van een bredere groep mensen, maar je zou ook een groep mensen de kans ontnemen om op hun wijze afscheid van de gestorvene te nemen.

Bovendien is het een waardevolle traditie om het afscheid niet als een privézaak te beschouwen, maar als een zaak van de geloofsgemeenschap waar de gestorvene deel van uitmaakte.

In de dagen tussen het sterven en de begrafenis of crematie komen er veel dingen op je af – om te doen en te regelen. Veel kun je uitbesteden, maar vaak is het beter om zoveel mogelijk zelf te doen. Het gaat dan niet alleen om kaarten schrijven en mensen bellen, maar ook om de heel directe dingen: het afleggen en verzorgen van het lichaam van de gestorvene, het opbaren in huis, het ontvangen van mensen die de gestorvene nog willen zien. Hoe meer je zelf doet, hoe meer je je het sterven eigen maakt en tot je door laat dringen.

Regel ook weer niet te veel, want mensen kunnen zich erg opgelaten voelen bij strikte voorschriften over kleding of de kleur van de bloemen. Wanneer iedereen op eigen wijze afscheid neemt, wordt dat misschien wel een beetje rommelig, maar ook wordt duidelijk hoe de gestorvene voor veel mensen iets anders betekende. Dat is een grotere rijkdom dan een ‘mooie’ begrafenis.

de uitvaartdienst

Hoewel elke begrafenis zijn eigen vorm heeft, zijn er wel een paar grote lijnen te onderscheiden. Je kunt uitgaan van diverse mogelijkheden: een dienst thuis, een dienst in de kerk of een dienst in het crematorium.

Wanneer de overledene thuis is opgebaard en er is voldoende ruimte, dan kan de uitvaartdienst thuis in de woonkamer gehouden worden. Bedenk wel dat het vaak moeilijk is om samen te zingen wanneer je met weinigen bent en geen begeleiding hebt. Ook een avondwake op de avond vóór de uitvaart moet hier genoemd worden. Zeker wanneer de overledene de laatste jaren in een verzorgingshuis woonde en de medebewoners maar moeilijk naar een kerk zouden kunnen komen, is een wake aan huis een goede vorm van afscheid nemen.

Meestal zal er een uitvaartdienst zijn in de Joriskerk. Hoewel sommige uitvaartleiders er wat tegen opzien, is het goed mogelijk om de kist de kerk in en uit te dragen of te rijden. Ook hier geldt dat het goed is om veel zelf te doen.

Bij de voorbereiding van de dienst zullen we uitgaan van wat de overledene eventueel zelf heeft gesuggereerd aan liederen en lezingen. Maar het belangrijkste daarbij is dat we als onmiddellijk betrokkenen onszelf kunnen vinden in wat er gebeuren gaat. Wij nemen immers afscheid.

Wanneer voor een kerkdienst gekozen wordt, zullen in de uitvaartdienst de elementen van de ‘gewone’ zondagse eredienst herkenbaar zijn. De paaskaars zal branden als symbool van de opstanding van Christus: Hij overwon voor ons de dood.

Ook kiezen we voor een liturgische kleur, bijvoorbeeld voor een wit kledingstuk om ons vertrouwen uit te drukken dat de overledene ten hemel is gegaan. Paars kan echter ook wanneer we vooral ons verdriet om het heengaan willen laten zien. Behalve de predikant is er ook een ouderling die de kerk-gemeenschap vertegenwoordigt.

Vroeger waren er geen kinderen aanwezig bij een uitvaart, maar gelukkig verandert dat steeds meer. De dood hoort bij het leven en ook bij het kinderleven. Wel is het goed om samen te bekijken hoe we aan de gevoelens van (kleine) kinderen vorm kunnen geven, zodat zij zich veilig weten bij het verdriet. Het kan zijn dat een kind iets zegt of zingt en soms leggen ze eigen bloemen, tekeningen of brieven neer. Ze kunnen ook een eigen kaars aansteken.

Vanzelfsprekend zal de predikant proberen zo persoonlijk mogelijk te spreken over de gestorvene. Toch blijft de gestorvene voor hem of haar een gemeentelid – jouw moeder wordt nooit zijn moeder, jouw broer nooit zijn broer. Daarom is het aan te raden om je over je verdriet of onzekerheid heen te tillen en ook zelf iets te zeggen over wie de gestorvene voor jou was. Dat kan heel persoonlijk zijn, zonder dat je hoeft bloot te geven wat onder vier ogen belangrijk was. Bedenk daarbij dat je de belangstellenden toespreekt, niet de overledene.

In de kerk hebben we over het algemeen alle ruimte en alle tijd. Ook staat er een orgel dat de samenzang kan begeleiden. Bij een crematie is het uiteraard mogelijk eerst de uitvaartdienst in de kerk te houden. De samenkomst in het crematorium zal daarna klein en bescheiden zijn. Een gebed en een dankwoord zijn dan vaak genoeg.

Wanneer er gekozen wordt voor een afscheidsdienst in het crematorium, geldt dikwijls hetzelfde als voor een dienst in de kerk. Je moet er wel rekening mee houden dat de tijd beperkter is. We hebben wel meegemaakt dat de medewerkers van een crematorium die tijdsdruk duidelijk lieten blijken.

In een crematorium is men gewend aan muziek van cd's of cassettebandjes – samen zingen met instrumentele begeleiding vraagt dan om extra aandacht en voorbereiding.

wat gebeurt er met de kist

Op het kerkhof is een graf gegraven, maar veel mensen hebben het er moeilijk mee de kist naar de bodem van dat graf te zien zakken. Ze kiezen er dan voor de kist bij of boven het graf te laten staan en daar afscheid te nemen. Het is een mogelijkheid, maar wij willen er hier toch voor pleiten de kist te laten zakken en zo de begrafenis compleet te maken. Je gaat dan weg in het besef dat de overledene op de laatste rustplaats is.

Het is vaak geen prettig gezicht, maar het geeft wel het gevoel dat de begrafenis af is, zeker wanneer ook de eerste scheppen aarde op de kist geworpen zijn. Dan is alles gedaan wat gedaan moest worden.

In het crematorium is het (nog) niet mogelijk bij het cremeren zelf aanwezig te zijn. Toch is het goed om ook daar te vragen de kist te laten zakken – je verlaat iets makkelijker een lege ruimte, dan een zaal waar de overledene als het ware alleen achterblijft.

Tot slot zullen allerlei mensen je willen begroeten. Dat kan op veel manieren. Je bent niet verplicht een koffietafel aan te bieden en ook ben je niet verplicht een rij te vormen in de koffiekamer van het crematorium. Maar het is waar dat, wanneer je bij het condoleren voor de verwoude vormen kiest, de belangstellenden weten wat er van hen wordt verwacht.

EN LATER

rouwen kost tijd

Sterven doe je maar één keer, een uitvaart regelen misschien een paar keer in je leven, maar iedereen gaat regelmatig om met mensen die iemand verloren hebben. En omgaan met rouwenden is niet altijd eenvoudig.

Tegenwoordig spreken we makkelijk over rouwverwerking of een rouwproces, alsof het een redelijk overzichtelijke zaak zou zijn. In feite is het dat niet. Ieder mens heeft verdriet op zijn eigen manier en ieder mens gaat daar op een andere manier mee om.

Wie rouwenden bezoekt moet vooral geduldig zijn, want rouwen kost tijd, veel tijd.

In het begin heeft een nabestaande tijd nodig om zich te realiseren wat er gebeurd is en hij zal vaak willen vertellen hoe het allemaal gegaan is. Het gaat niet om de mededeling, het gaat om het vertellen.

Later komt dikwijls de tijd dat de nabestaanden intens last krijgen van de blijvende leegte. De flinkheid van het begin is afgesleten, de interesse van de omgeving heeft zich al op iets anders gericht, maar een mens blijft alleen achter – met een gat dat niet te vullen valt. Juist dan moet je hopen dat er één of twee geduldige mensen in de buurt zijn die zich niet laten wegduwen door een verdrietig mens, maar geduldig luisteren en proberen te verstaan. Als in de Bijbel over de gemeente als ‘lichaam van Christus’ wordt gesproken, zegt deze ook dat wanneer een lid lijdt, het hele lichaam lijdt. Ook zo zal er solidariteit zijn in het pijn lijden wanneer we elkaar daarbij toelaten. En hoewel het ‘diakenhuismannetje’ gelukkig verleden tijd is, kan de kerk soms ook hulp bieden bij het zoeken naar oplossingen wanneer er na een overlijden materiële problemen blijken te zijn.

kerkgemeenschap

In de rooms-katholieke traditie kun je missen laten lezen voor de overledene en dan klinkt nog regelmatig de naam van de gestorvene in de gemeenschap. Wij kennen dat niet. Wel herdenken wij op de laatste zondag van het kerkelijk jaar – de zondag van de voleinding, onmiddellijk vóór het begin van de advent – de mensen die in dat jaar gestorven zijn. Nog één keer klinkt dan hun naam in ons midden.

Wanneer de overledene deel uitmaakte van onze kerk-gemeenschap nemen we (zo mogelijk) zelf contact op met de nabestaanden om hen hierover te informeren.

Wanneer er in uw kring iemand gestorven is die wij niet zo onmiddellijk kennen en die u wel genoemd wilt weten, is het goed om zelf van tevoren contact op te nemen met de predikant. Die zorgt er dan voor dat ook deze naam zal klinken in de kerk. Het gaat om een klein eenvoudig ritueel, maar het doet ons beseffen dat de gemeenschap der heiligen, de kerk, uit mensen op aarde en uit mensen bij God bestaat.

| |
|-----------------------|
| SMAL MODERAMEN |
|-----------------------|

| | | |
|----------------------------------|-----------------|-----------------|
| predikant | ds. Réne Silvis | 077 - 374 50 03 |
| scriba | Marian Hofstra | 06 41 49 44 42 |
| voorzitter Kerkenraad | Hans van Berkum | 06 57 54 35 95 |

WIJKINDELING

Zie nieuwste Samenspraak

