

Rondom het sterven...

Inleiding

Ambtsdragers worden nogal eens geconfronteerd met de dood. In het pastoraat krijgen ze te maken met ernstig zieke mensen en stervenden en met hun familieleden (voor zover die er zijn). Maar ook met gestorvenen en nabestaanden.

Er is bijna geen moment in het leven waarin de verschillen tussen de ene mens en de andere mens zo groot zijn als bij het sterven. Dit alleen al maakt bezinning op de pastorale arbeid in deze omstandigheden zinvol.

Daarbij komt – en dit maakt bezinning nog nodiger – dat er op dit terrein nogal wat veranderd is in de situatie. Met name door de toegenomen medische kennis en medische mogelijkheden is de gemiddelde leeftijd waarop mensen sterven flink wat hoger geworden. De problematiek van de laatste levensfase is daardoor groter geworden.

Niet alleen de situatie is veranderd, maar ook het zicht op de situatie. Door de verzakelijking van het leven, die ook doorwerkt op het omgaan met de dood, maar vooral door de veranderde theologische en filosofische kijk op de betekenis van de dood. Volgens steeds meer mensen is de dood gewoon de natuurlijke afsluiting van het leven, een afsluiting die zelfs iets 'moois' kan hebben. Dan wordt gesproken over een mooi afscheid of, als de dood plotseling, zonder een voorafgaand ziekteproces komt, van een mooie dood. Opvattingen die haaks staan op wat de Schrift ons leert.

Onze visie op de dood is bepalend voor de praktijk van de begeleiding van stervenden en rouwenden. We willen in dit hoofdstuk nader ingaan op deze praktijk. We merken daarbij op dat de medische en medisch-ethische kanten van het stervensproces (vragen rondom het tijdstip van het intreden van de dood, het bespoedigen van de dood of het verlengen van het leven bijvoorbeeld) niet hier, maar in andere hoofdstukken besproken worden. Het zal ook duidelijk zijn dat niet op alle mogelijke vragen een antwoord gegeven zal kunnen worden. We dienen de soberheid van de

Schrift over bijvoorbeeld hoe het concreet zal zijn aan de overzijde van de dood te eerbiedigen.

In dit hoofdstuk komen allereerst belangrijke bijbelse gegevens aan de orde. Daarna wordt ingegaan op een aantal ethische overwegingen over zaken waarmee een ambtsdrager rond het sterven van gemeenteleden geconfronteerd kan worden: begeleiding van stervenden, het brengen van het stervensbericht, ambtelijke taken na het sterven, het pastoraat aan rouwenden, ook op langere termijn. Tenslotte zal gewezen worden op de enige Troost.

Bijbelse gegevens

Het leven is schepping en gave van God. Een geschenk waarover wij niet zelf te beschikken hebben. Het is tegelijk een opgave: om eeuwig God te loven en te verheerlijken. Maar helaas is, door de mens, die schone schepping verwoest en de dood in de wereld gekomen. Het leven is gave en opgave tegelijk.

Over de oorsprong van de dood spreekt Paulus heel helder in Romeinen 5:12: *Daarom gelijk door één mens de zonde in de wereld ingekomen is, en door de zonde de dood; en alzo de dood tot alle mensen doorgedaan is, in welke allen gezondigd hebben...*

De dood past in het dienstverband van de zonde. Het is het loon, de soldij op de zonde. Achter de dood ligt een goddelijke beschikking. Hebrreeën 9:27: *En gelijk het de mensen gezet is, eenmaal te sterven, en daarna het oordeel...* Na de dood is het niet afgelopen. Dan volgt het oordeel. Hier spreekt een heel andere visie dan de hedendaagse, waarbij de dood een biologisch gegeven is, als vanzelf behorend bij het leven. Paulus' woord dat de dood de laatste vijand is die teniet gedaan moet worden, getuigt iets heel anders (1 Kor. 15:26). Hij zegt ook: *De prikkel van de dood is de zonde* (1 Kor. 15:56). Als de dood gezien wordt als iets dat 'van nature' bij het leven hoort, zal de gedachte van verlossing geen wezenlijk plaats meer kunnen innemen.

De dood heeft naar het bijbels getuigenis te maken met de werkelijkheid van de zonde. De dood is de straf op de zonde. Daar kunnen alle moderne bewijzen uit de biologische wetenschap ten aanzien van de natuurlijkheid en noodzakelijk van de dood geen verandering in aanbrenen. Als de dood gezien wordt als een voltooi-

ing van het menselijk leven, als een positieve factor, hoort de dood bij het menselijk leven. De Bijbel kent deze positieve waardering van dood niet. In de Bijbel is de dood een vijand, die moet worden overwonnen.

De dood staat altijd in het perspectief van de eeuwigheid. Met de dood begint de eeuwigheid. Dat is bijzonder ingrijpend. Na het sterven is er óf de eeuwige dood (wat God genadig verhoede) óf het eeuwige leven. De machtige boodschap van Christus' overwinning is dat de dood is overwonnen. Er is verlossing van de dood door de dood en opstanding van Jezus Christus.

Hoe aangrijpend, ernstig en donker de Bijbel ook spreekt over de dood, zij heeft voor Gods kinderen niet het laatste woord.

De Schrift tekent ons de reacties op de dood in verschillende situaties. Rouw heeft een plaats in de Bijbel. Toen Jakob de veelvervige rok van Jozef thuisbezorgd kreeg, scheurde hij zijn kleren en bedreef hij vele dagen rouw over zijn zoon: *En hij zeide: Want ik zal, rouw bedrijvende, tot mijn zoon in het graf nederdalen. Alzo beweende hem zijn vader* (Gen. 37:35).

Eli geeft de rouw, die voorzegd wordt, in Gods handen: *Hij is de Heere, Hij doe wat goed is in Zijn ogen* (1 Sam. 3:18). Bij Job zien we de worsteling met de waaromvraag, die door het leed wordt opgeroepen. Wat een goede bedoelingen hebben zijn vrienden (zeven dagen zitten ze bij hem zwiingend 'mee te lijden'), maar wat een nietige vertroosters blijken zij te zijn. Job moet van God leren dat hij geen antwoord krijgt op zijn vragen. God, Die hemel en aarde schiep, is geen verantwoording aan Zijn schepsele schuldig. Maar Job leert wel Gods doen te aanvaarden en te billijken.

Ook koning David heeft diverse keren de ervaring van diepe rouw gekend. Maar hoe verschillend is zijn reactie. Na de dood van het eerste kind van Bathseba zegt David: *Maar nu het dood is, waarom zou ik nu vasten? ... Ik zal wel tot hem gaan, maar hij zal niet tot mij wederkomen* (2 Sam. 12:23). Maar bij het verlies van Absalom lezen we: *Toen werd de koning zeer beroerd, en ging op naar de opperzaal der poort en weende* (2 Sam. 18:33).

Indrukwekkend is de beschrijving van het wenen van de Heere Jezus na het overlijden van Lazarus: *Hij werd zeer bewogen in de geest, en ontroerde Zichzelven en Jezus weende* (Joh. 11:33-38).

Ethische overwegingen

In de onderstaande paragrafen wordt een handreiking gegeven voor het pastoraat rondom het sterven. Meer dan een eerste aanzet kan het in dit kader niet zijn. Voor verdere informatie wordt verwezen naar de literatuur, die met onderscheiding gelezen dient te worden.

Begeleiding van stervenden

Ambtsdragers kunnen geroepen worden om gemeenteleden in de laatste fase van hun leven bij te staan en te begeleiden. Het is een zeer verantwoordelijke taak stervenden te begeleiden. Ambtsdragers kunnen (daarom) ook geweldig opzien tegen het bezoeken van stervenden. Uit onderzoek blijkt dat dit kan samenhangen met de moeite met de (naderende) dood bij degene die tot begeleiden geroepen wordt. Het onder ogen durven zien van (eigen) dood is een voorwaarde voor het kunnen begeleiden van stervenden. Tegelijkertijd dienen ambtsdragers te beseffen dat zij zich nooit ten volle kunnen inleven in de stervende. Dr. J. Hoek wijst erop dat 'stervensbegeleiding' een aanvechtbare term is. Want uiteindelijk gaat de stervende zijn weg alleen. Menselijke stervensbegeleiding schiet altijd tekort. Wat is het een (noodzakelijk) voorrecht de stervende over te mogen geven in de handen van Hem Die nooit loslaat wat Zijn hand begon. Die ook meegaat in die laatste gang, omdat Hij daarin is vóórgestaan, maar niet in de dood is gebleven. Die Zich ook nooit vergist.

Ambtsdragers zullen hun begeleiding moeten afstemmen op het verloop van de ziekte. Een ambtsdrager die goed luistert en goed kijkt, weet wat nodig of mogelijk is. Als bijvoorbeeld het lijden van de stervende zwaar is en de dood nadert, zijn meerdere korte bezoeken wenselijker dan één langer bezoek. Het lezen van lange bijbelgedeelten en het doen van lange gebeden is niet gepast. Het aanwezig zijn kan op zich al voldoende zijn. Bij een stervende hoeft niet altijd iets gezegd of gedaan te worden. Een ambtelijk bezoek wordt afgesloten met een korte Schriftlezing (bij een stervende moet men dikwijls volstaan met slechts één vers of enkele verzen) en een kort gebed.

De kerkenraad zal in onderling overleg het bezoek aan stervenden moeten regelen. Wellicht is het mogelijk een algemene richtlijn op te stellen en die steeds weer toe te spitsen op de situatie. Het is zwaar als ambtsdrager dag in dag uit hetzelfde gemeentelid te moeten bezoeken. Je weet niet meer wat je moet zeggen. En toch is het gewenst dat dezelfde ambtsdrager dat zoveel mogelijk doet, ook in zijn onmogelijkheid. Dit om een vertrouwensband te laten ontstaan en om te voorkomen dat iedere keer opnieuw verteld moet worden hoe het is, en dat steeds dezelfde vragen worden gesteld aan de stervende.

Het is nodig zieken in de laatste fasen van hun leven frequenter te bezoeken. Maar het is (meestal) niet wenselijk de pastorale bezoeken langdurig te doen zijn, zodat men als het ware mee gaat zitten waken. Dit belast de patiënt en de familie veelal erg en doet inbreuk op de intimiteit rond het sterven.

Soms is de vraag nog aan de orde of de zieke op de hoogte gebracht moet worden van de ernst van toestand, van het ongeneeslijke van de kwaal. Uitgangspunt is dat, op een liefdevolle en zorgvuldige wijze, de zieke moet worden verteld hoe ernstig de situatie is. Bij een langduriger sterfbed had dit liefst al in een vroeger stadium gebeurd moeten zijn. Uiteraard moet een geschikt ogenblik worden uitgekozen. Het ligt voor de hand dat de arts uiteindelijk deze mededeling doet, dat wil zeggen als medisch deskundige verklaart wat er aan de hand is en hoe ver de kwaal gevorderd is. Het is bijzonder wenselijk dat het pastoraat dan (als het ware) klaar staat om het gesprek voort te zetten.

Als een arts deze verantwoordelijkheid ontloopt, ontstaat voor de ambtsdrager en familie een moeilijke situatie. De arts is beroepshalve de eerst verantwoordelijke om de aard en de ernst van de situatie duidelijk te maken. De ambtsdrager mag nooit buiten de arts om in diens verantwoordelijkheid treden en mededeling doen over de ernst van de situatie. Voorkomen moet worden dat we in het pastoraat op basis van wat we zien en denken uitspraken doen. Na de arts is de familie de volgende verantwoordelijke voor gewenste openheid, pas daarna degene die pastoraal begeleidt.

Om verschillende redenen is het wenselijk zoveel openheid te betrachten als mogelijk is:

- Het is niet toegestaan iemand te misleiden. Niet in kleine zaken, maar zeker niet in zulke gewichtige zaken rond het levenseinde.
- Zowel voor de zieke als voor de straks achterblijvende familieleden is het ontwijken en niet bespreken van (bepaalde) zaken een zware last. Door feiten voor elkaar te verzwijgen komt de omgang met elkaar onder spanning te staan. Meestal voelt de zieke onherroepelijke aan dat er een 'geheim' is. Onzekerheid of het vermoeden bij de zieke dat er om de waarheid wordt heen gedraaid, vergroot de eenzaamheid van de zieke en van familie/vrienden en verzwaart het lijden, terwijl men elkaar juist nu zo heel hard nodig heeft.
- In het licht van de naderende eeuwigheid mogen zaken niet verzwegen worden. We zullen als verantwoordelijke mensen rekenschap moeten afleggen van onze daden. Als mensen niet geleerd hebben hun schuld voor de Heere te belijden, hun leven niet in Zijn hand hebben mogen leggen, zal in alle ernst met hen over de weg die zij gaan gesproken moeten worden. Nu is het nog de dag der zaligheid en is de weg tot behoud nog open. Het is de grote verantwoordelijkheid van de begeleidende ambtsdrager eerlijk te spreken over leven en dood, zonde en genade, sterven en opstanding.
- Zieken die door genade mogen weten van de toekomst die hun op grond van Christus' verdienste wacht, zullen bij een eerlijke behandeling zich voorbereiden op het afscheid.
- Door het achterhouden van de waarheid zal werkelijk (pastoraal) contact worden geblokkeerd.

Onderzoek¹⁾ onder patiënten die het bericht kregen ongeneeslijk ziek te zijn, toont aan dat in het 'aanvaarden' van die boodschap verschillende fasen zijn te onderscheiden:

- ontkenning: de patiënt weigert het bericht als waar te accepteren
- woede: de waaromvraag komt op tafel; er worden schuldigen gezocht
- marchanderen: de illusie is dat er nog uitstel is, wellicht nog redding
- depressie: gevoelens van machteloosheid en eenzaamheid scheppen een donker gat; hopeloosheid en zinloosheid zijn overheersende ervaringen

- aanvaarden: de zieke erkent dat er niets meer aan te doen is, dat het zo moet zijn; dat dit zijn of haar weg is. (Dat is niet hetzelfde als het mogen geloven begrepen te zijn in het verlossend werk van de Heere Jezus.)

Voor ambtsdragers kan het nuttig zijn van de uitkomst van dit onderzoek op de hoogte te zijn. Tegelijk moet worden beseft dat genoemde fasen gegeneraliseerd zijn. Per individu kan de beleving van de laatste levensfase heel anders verlopen. Ter Horst wijst daarop in zijn theorie rond de 'doolhof' van het leed²⁾.

Ambtsdragers zullen ertegen moeten waken dat zij de zieke (tussen de regels van het gesprek door) 'verplichten' zich in dit schema te voegen.

Ambtsdragers kunnen aan de zieke het geloof niet geven. Ze mogen samen met de zieke het Woord lezen en (samen) bidden of de Heilige Geest dat wil gebruiken om het geloof te schenken en te versterken. Daarom is het nodig dat de ambtsdrager zelf geworteld en gefundeerd is in het Woord. Om een Woord te vinden op zijn plaats en tijd: een woord van bemoediging, van vertrouwen of een schreeuw in de nood om bijstand, een woord van vermaning wellicht ook. Soms kan het opzeggen van een lievelingstekst of -psalm van de zieke van grote betekenis zijn. In de loop van het stervensproces en de rouwbegeleiding moet er aan de andere kant gewaakt worden voor het leggen van een fundament buiten Christus en Zijn toegepaste gerechtigheid.

Het begeleiden van stervenden houdt wel in het bijzonder in ook hun vragen serieus te nemen. Ambtsdragers dienen open te staan voor alle vragen die de zieke hun voorlegt. Ze zullen moeten doorvragen naar de vraag achter de vraag. Niet alle vragen zullen kunnen worden beantwoord. Maar het is zeker niet juist vragen dan maar te negeren. Soms moet eerlijk worden toegegeven dat wij niet alle antwoorden weten.

Tijdens het bezoek, bij het uit de Bijbel lezen en bij het bidden is de ambtsdrager nabij de zieke. De ambtsdrager dient ervoor te waken geen afstand in te bouwen tussen de zieke en hem. Hij komt met zijn boodschap juist ook voor de zieke, ook al lijkt hij of zij voor ons oog onbereikbaar. Laten we niet te gemakkelijk

denken dat de zieke niets hoort of opmerkt. Juist het gehoor is in de laatste levensfase scherp.

De ambtsdrager heeft bij de begeleiding van stervenden ook aandacht voor de familie van de zieke. Ook zij kunnen vol vragen zitten en hebben pastorale begeleiding vaak zo nodig. Het verzorgen van en waken bij een stervende kan heel zwaar zijn voor alle betrokkenen. Soms zien we dat familie zichzelf geheel wegcijfert en geen aandacht lijkt te willen krijgen. Maar ook hier kan schijn bedriegen. Soms is het ook nodig dat de ambtsdrager de familie vertelt dat zij duidelijk grenzen mogen aangeven, bijvoorbeeld met betrekking tot veel en/of langdurig (zieken)bezoek.

Het is niet wenselijk dat er, over de stervende heen, aan het ziekbed gesprekken gevoerd worden met anderen, bijvoorbeeld met de familie over de begrafenis e.d., ook al lijkt het dat de zieke het niet hoort of merkt. Wanneer iemand een dergelijk gesprek wil beginnen, moet zo'n poging op tactische wijze worden afgebroken en buiten de ziekenkamer worden voortgezet. („Loopt u nog even met mij mee...?”)

Het is (soms) aan te raden bij een ernstige zieke (in het ziekenhuis) een schriftje neer te leggen. Bezoekers kunnen daar dan iets inschrijven, zodat de familie weet wie er is geweest en zo mogelijk ook waarover is gesproken.

Laat de ambtsdrager bij de begeleiding zich steeds de vraag stellen: Als ik hier nu zou liggen? Wat zou ik hopen? Wensen? Verlangen? Juist door zich in de stervende te verplaatsen zal de ambtsdrager zich hoeden voor de valkuil de zieke het gevoel te geven dat hij al 'is afgeschreven'.

Het is ook goed als ambtsdrager vragen te stellen als: Wilt u nog iets aan mij kwijt, of aan uw familie? Zijn er nog zaken die opgeruimd moeten worden tussen u en anderen? Zou u graag nog iets tegen uw kinderen willen zeggen?

De ambtsdrager komt niet als deskundige, maar als medereiziger naar de eeuwigheid, als onderherder van de Goede Herder, als een boodschapper van goede tijding.

Het (moeten) brengen van het stervensbericht

Het kan gebeuren dat de ambtsdrager degene is aan wie gevraagd wordt het onstellende bericht van het (onverwachte) overlijden te gaan aanzeggen. Dikwijls moet dat dan ook nog onder een zekere tijdsdruk. Voorkomen moet immers worden dat de familie op niet gewenste wijze wordt geïnformeerd. Toch mag deze tijdsdruk geen aanleiding zijn voor de ambtsdrager deze zware taak op zich te nemen zonder gebed en noodzakelijke voorbereidingen.

Het is absoluut noodzakelijk dat de ambtsdrager zich vergewist van de juistheid van het bericht. Dat kan door contact op te nemen met politie of ziekenhuis. Voor zover de tijd het toelaat, is het wenselijk dat de ambtsdrager ook probeert informatie over de toedracht van het sterven in te winnen.

Als de ambtsdrager het slechte nieuws moet gaan brengen, is het goed dat hij enige kennis heeft van de wijze waarop 'slecht-nieuwsgesprekken' gevoerd dienen te worden en van de gevaren die zich daarbij voordoen. Het zal daarbij duidelijk zijn dat zo'n gesprek geen standaardgesprek kan of mag zijn.

In het 'slecht-nieuwsgesprek' zijn drie fasen te onderscheiden:

1. Het slechte nieuws moet zonder omwegen worden gebracht.
 - Het is moeilijk de boodschap kort en concreet te brengen. Maar het uitstellen van de werkelijkheid, het eerst beginnen aan een kopje koffie, zal een grote spanning kunnen oproepen.
 - De ambtsdrager dient te voorkomen dat de ander zelf moet 'ontdekken' of verwoorden wat de reden van het bezoek is. Zo in de trant van „U zult wel denken: Waarom komt hij nu onverwacht aan de deur?”
2. De reacties moet een plaats krijgen en worden opgevangen.
 - Als de boodschap gebracht is, als de ontstellende mededeling tactvol maar kort en zakelijk gedaan is, zodat de belanghebbenden begrijpen wat er gebeurd is, is er eigenlijk alleen maar plaats voor een 'ontzet' zwijgen. De (langere) stilte die dan kan volgen, heeft een belangrijke functie. De ambtsdrager zwijgt, maar toont ondertussen non-verbaal dat hij beschikbaar is.

- Het is goed begrip te tonen voor de emoties en die zoveel mogelijk op te vangen.
 - Het kan nodig zijn de ernstige boodschap kort en zakelijk te herhalen, waarbij het wellicht mogelijk is uitgebreider informatie te geven.
 - De reacties kunnen mogelijk onterecht of zelfs onredelijk zijn. Bedenk dan wel dat het menselijke emoties zijn. Er kan bij de nabestaande een extreem psychologische reactie optreden ('shock'). Op dat moment is het niet passend daarop te reageren. Het is ook niet het juiste moment om uw reactie daarop (bijvoorbeeld irritatie) te verwoorden.
 - Een valkuil op dit moment is ook het bagatelliseren van het slechte nieuws („Het had nog veel erger kunnen zijn, als ook nog...” of: „De Heere kan zulke wegen gebruiken om...”). Het is ook zeker niet op zijn plaats aandacht voor zichzelf te vragen („Het valt voor mij ook niet mee deze boodschap te brengen”).
3. Samen moet worden nagedacht over wat (nu) te doen staat.
- Het is goed hen die het slechte nieuws hebben moeten aanhoren, van meet af te betrekken in het traject dat moet volgen. Soms is er geen ruimte, zijn ze de eerste tijd na het overlijden van hun betrekking nog helemaal niet in staat daadwerkelijk na te denken over wat te doen staat. Maar de beslissing of het nemen van vervolgstappen dan maar moet worden uitgesteld, moet als dat enigszins mogelijk is (mede) door betrokkenen worden genomen.
 - Zoveel als mogelijk is, dienen de nabestaanden zelf betrokken te worden bij het nemen van besluiten over de verder te volgen gang van zaken (inlichten van kinderen of verdere betrekkingen, lijkverzorging/opbaren van de overledene e.d.).
 - Tegelijk geeft dat aan dat het regelen van zaken die uitstel kunnen lijden, ook werkelijk (even) wordt uitgesteld.
 - Pas als blijkt dat het echt niet anders kan, zullen besluiten over zaken die noodzakelijkerwijs geregeld moeten worden, zonder betrokkenen worden genomen.
 - In die eerste dagen van verbijstering kan het nodig zijn dat er zaken voor het dagelijks leven worden geregeld: regelen dat iemand niet alleen achterblijft, de was meenemen en kant en

klaar terugbrengen, boodschappen doen, voor het eten zorgen, afwassen en afdrogen, op de kinderen passen. Uiteraard hoeft de ambtsdrager dat niet zelf te doen. Maar als het nodig is, kan hij wel betrokken zijn bij het organiseren van die zaken.

Na het sterven...

Ambtsdragers hebben (direct) na het sterven een belangrijke taak. Wat die taak precies inhoudt, zal in iedere situatie verschillend zijn. In het ene geval is de achterblijvende familie voldoende in staat om de organisatie van de begrafenis (grotendeels) ter hand te nemen en heeft de ambtsdrager met name een taak als pastor: (re)present zijn, luisteren, een passend Schriftgedeelte lezen, samen bidden of een dagsluiting verzorgen.

In andere gevallen wordt door de achterblijvendenden ook verwacht van de ambtsdragers dat zij betrokken zijn bij het (samen met de begrafenisondernemer) regelen van de komende begrafenis³⁾. Het is echter van groot belang dat ambtsdragers beseffen wat hun eerste roeping is: pastoraal begeleiden.

Welke taken verder door de ambtsdrager kunnen of moeten worden opgepakt, wordt duidelijk door daar 'gewoon' naar te vragen. Ambtsdragers dienen ervoor te waken zich niet in te dringen in zaken van familie of begrafenisondernemer. Anderzijds is er, wanneer de ambtsdrager zich al te bescheiden opstelt, het risico dat bijvoorbeeld een begrafenis wordt geregeld die niet in lijn is met wat de overledene gewenst zou hebben. Ambtsdragers hebben hier veel wijsheid en voorzichtigheid bij nodig.

Het is nodig dat ambtsdragers er ook over nadenken dat er in onze tijd sprake is van een toenemend gebruik van rituelen, ook rond het sterven en begraven. Veel rouwendenden kunnen geen woorden vinden om tot uiting te brengen wat er in hen omgaat. In die situatie kan symboliek, die een eigen en herkenbare taal spreekt, te hulp komen om tot uiting te brengen wat niet gezegd kan worden. Er zijn rouwgebruiken (rituelen) die ook naar onze opvatting waardevol zijn: de kleur zwart, klokgelui, het sluiten van de gordijnen of de luiken van het sterfhuis, de rouwadvertentie, de broodmaaltijd na de begrafenis, het brengen van de rouw in de kerk. Deze rouwgebruiken onderstrepen het gewichtvolle en de

ernst van het sterven. We zien de traditionele rituelen (helaas) langzamerhand verdwijnen, terwijl nieuwe vormen gezocht worden, die wij op bijbelse gronden dikwijls niet kunnen waarderen of zelfs moeten afwijzen. Ambtsdragers kunnen daardoor voor lastige vragen worden gesteld. Ambtsdragers zullen verantwoorde rituelen (in principe) positief dienen te benaderen. Soms echter is er duidelijk sprake is van een bedenkelijke achterliggende gedachte. Sommige rituelen hebben een achtergrond van bij- of ongelooft. Christenen moeten die rituelen niet willen gebruiken. Zo is het aanspreken van een overledene tijdens de rouwdienst of begrafenis onmogelijk en ongepast. Het is daarom goed voorafgaand aan de begrafenis door te spreken wat er zal gebeuren. Daarin dient de ambtsdrager helder te zijn over zijn verantwoordelijkheid: het dient in alles te gaan om de eer van God.

Pastoraat aan rouwenden

Ambtsdragers die geroepen worden pastorale bijstand te verlenen aan rouwenden, hoeven niet allereerst deskundigen te zijn. Een biddend hart en een leven in de vreze des Heeren is van veel groter betekenis dan een hoofd vol (boeken)kennis. Ambtsdragers hoeven zich in de ontmoeting met de verdrietige medemens niet anders voor te doen dan ze zijn. Ze dienen echt te zijn. Als ze zelf verslagen zijn door het verdriet, mogen ze dat eerlijk zeggen. Als ze geen woorden hebben, is het goed samen te zwijgen. Ambtsdragers moeten vooral eerlijk zijn tegenover de ander en tegenover zichzelf. Daarnaast is het nodig dat ambtsdragers al het mogelijke doen om de rouwenden te begrijpen en ze te respecteren. Laten we erop bedacht zijn de pijn en het verdriet niet nodeloos te verheven. In het pastoraat is het omgaan met rouwenden een tere zaak: samen zoeken naar wegen om de Allerhoogste ook in deze weg te ontmoeten. Het is de roeping van de ambtsdrager Hem te vertegenwoordigen en Zijn barmhartigheid zichtbaar te maken. Pastoraat is principieel anders en veel meer dan reguliere hulpverlening.

Rouwen, het geven van een plaats aan het verdriet, is een noodzakelijk proces om te komen tot aanvaarding van de situatie die door het verlies van een geliefde is ontstaan. Rouwen en verdriet

beleven maken het mogelijk om 'los te laten'. In die zin is een rouwproces een 'normaal' verschijnsel:

- om de realiteit van het verlies te aanvaarden
- om de pijn van het verlies te aanvaarden
- om zich aan te passen aan een omgeving en omstandigheden waarin de overledene ontbreekt
- om emotionele energie terug te krijgen en te herinvesteren in andere relaties.

Dit proces doet hoe dan ook pijn. Verdriet is een van de moeilijkste emoties om mee om te gaan. Uiteraard spelen de mate van verwantschap en relatie met de verloren geliefde een grote rol bij bijvoorbeeld de intensiteit en de duur van de rouwbeleving. Wij kunnen in het kader van dit hoofdstuk niet ingaan op de verschillende rouwbelevingen. Voor ambtsdragers is het wel goed zich daarover te informeren. Om het belang daarvan te onderstrepen geven we één voorbeeld: als iemand zijn partner verliest, verliest hij/zij tegelijk daarmee ook degene die hij/zij juist zo nodig heeft om verlies een plek te kunnen geven. Ook de doodsoorzaak kan van grote invloed zijn op het rouwproces.

De gevoelens bij de rouwenden kunnen heel tegenstrijdig zijn: naast verdriet kan er sprake zijn van schuld- en/of verwijtgevoelens, van boosheid of juist opluchting, van angst, schaamte of jaloezie. Daarbij is de steun van de omgeving van groot belang. Deze gevoelens zijn niet bij voorbaat (on-)juist of zondig. Een kenmerk van 'goed' verdriet is dat het met anderen gedeeld wordt. Zeker ook met dé Ander, de Heere, Die van dit alles afweet. Als verdriet niet met anderen (kan) worden gedeeld, ontstaat er (een vorm van) isolement.

Verdriet mag er zijn, maar moet niet overmatig worden. Als bijvoorbeeld andere verantwoordelijkheden uit het oog worden verloren, is er geen sprake van 'goed' verdriet. Dat is wel het geval als er sprake is van 'overgegeven' verdriet. Dan gaat het over een geestelijke zaak: het mogen leggen in de hand van de Heere. Dan kan er sprake zijn van een geheiligd verdriet. Dat zegt niet dat er geen vragen meer zijn, dat de pijn verdwenen is, maar toch... Dan kan soms de Heere ondanks alles worden grootgemaakt.

Rouwen is dus niet alleen een zware opgave (door alle pijn en verdriet), maar ook een gave (omdat anders het gemis en de pijn nooit losgelaten zouden kunnen worden).

Ook bij rouwpastoraat is 'echt luisteren' van het allergrootste belang. Direct na het overlijden, maar vaak nog lange tijd daarna is er de behoefte om te vertellen over wat is gebeurd, over wat wordt ervaren en hoe scherp het gemis kan zijn. Dat vertellen is van groot belang voor het rouwproces. Ambtsdragers die werkelijk luisteren, weten hoe intensief werkelijk luisteren is. Het betekent dat we ons, voor zover mogelijk, proberen te verplaatsen in de ander. En dat we tijd hebben en contact zoeken. Ook bij onszelf als ambtsdragers kunnen allerlei blokkades het luisteren belemmeren: bijvoorbeeld onze eigen drukte, of onze angst en onzekerheid om iets verkeerd te doen, of misschien ons eigen verdriet. Werkelijk luisteren kan worden bevorderd door (stil of hardop) soms even samen te vatten wat de ander vertelt. Ook het proberen te benoemen van de gevoelens die de ander verwoordt, bevordert het werkelijk luisteren. Wie was de overledene voor de ander? Wat deden ze samen? Wat voor soort band hadden ze? Hier blijkt dat echt luisteren een bijzonder inspannende bezigheid is.

Pas nadat men lang genoeg en intensief genoeg de rouwende persoon aangehoord heeft, kunnen er pogingen worden gedaan te antwoorden. De Schrift is daar helder over: Spreuken 18:13: *Die antwoord geeft, eer hij zal gehoord hebben, dat is hem dwaasheid en schande.* In het lijden van Job zien we dat het gewaardeerd wordt dat zijn vrienden hem opzoeken in zijn smart. Als zij zeven dagen bij hem neerzitten en zwijgen, is het uit te houden, maar als ze daarna (te vroeg) gaan spreken, wordt Jobs lijden nog groter.

Bij rouwenden is (zeker de eerste tijd) geen behoefte aan antwoorden op de waaromvraag, geen verlangen naar lange verklaringen. Soms is de rouwende onbereikbaar voor troost. In Jeremia 31:15 lezen we hoe Rachel weigert zich te laten troosten. Als ambtsdragers moeten we er rekening mee houden dat de slag zo groot kan zijn, dat er tijd voor nodig is om de wrede werkelijkheid onder ogen te zien. Dan is er voor troost nog geen plaats. Stiltes en momenten van zwijgen kunnen in de gesprekken met rouwenden van grote betekenis zijn. Soms zegt een even vastgehouden hand meer dan heel veel woorden. (Terzijde: dat men overigens in de hulpverlening in het algemeen zéér voorzichtig moet zijn met lichamelijk contact, wordt hier bekend verondersteld.) Een kort (Schrift)woord op zijn tijd en plaats gesproken, een gebed kan dan

als balsem in de wond worden ervaren. Juist hier blijkt dat mensenwoorden zo tekortschieten. Laten we daarom de Heere Zelf maar aan het Woord laten en ons tot Hem wenden in gezamenlijk gebed.

Rouwenden maken vaak dezelfde, reeds genoemde stadia van verwerking door als zij die bericht kregen ongeneeslijk ziek te zijn. Ook de doolhof van verdriet die we daar noemden, wordt door veel rouwenden herkend. Ook wordt wel gesproken over het 'winteltrapmodel'. Rouwenden komen in de loop van de tijd steeds weer langs dezelfde plaatsen, maar zien de zaken vanuit een ander perspectief.

Veel vragen van rouwenden gaan over de eeuwige bestemming van hen die ons ontvielen. Ambtsdragers dienen te allen tijde te beseffen dat ons het oordeel daarover niet toekomt. Wij zullen dat aan de Heere moeten overlaten. Waarbij natuurlijk het werk van de Heere niet verzwegen hoeft te worden, als de overledene daarvan heeft mogen getuigen. Laten we daarin de eer van de Heere niet tekort doen. Anderzijds mag ook worden gewezen op de noodzaak van het zoeken van de Heere, terwijl Hij te vinden is. Het zou niet voor het eerst zijn dat de Heere sterfgevallen gebruikt om te doordringen van de ernst van het leven.

Ambtsdragers dienen er alert op te zijn dat het verlies van geliefden kan leiden tot depressiviteit, een afname van psychische en lichamelijke afweer en tot bijvoorbeeld verslavingen. Het feit dat we de gevoelens van de ander aanvaarden en erkennen, hoeft nog niet te betekenen dat we ook de achterliggende houding of het gedrag van iemand kritiekloos overnemen. Bij (langdurig) overmatig verdriet, bij opstandigheid of het verwaarlozen van verantwoordelijkheden kan een vermanend gesprek op zijn plaats zijn. Zo'n gesprek dient vol tact en liefde gevoerd te worden, in het belang van de rouwende zelf en zijn/haar omgeving.

Ambtsdragers dienen in de begeleiding van rouwenden aandacht te hebben voor schuldgevoelens. Ouders die kinderen verloren, mensen die achterblijven na een suïcide en nog heel veel andere rouwenden verwijten zich dat ze niet dit of dat hebben gedaan. Rouwenden zelf weten vaak verstandelijk het onterechte van deze verwijten, maar kunnen er maar moeilijk van loskomen. Het gaat dan om de neiging schuld op zich te nemen, waar geen feitelijke

schuld is. Ook voor deze gevoelens is erkenning van groot belang, terwijl tegelijk met tact gewezen mag worden op de Heere, Die alle dingen leidt naar Zijn raad. Hierbij kunnen door rouwenden vragen worden gesteld waarop geen antwoord te geven is⁴⁾.

Bijzonder voorzichtig moeten we zijn met het uitspreken van algemene waarheden als: „Wees maar blij dat het niet onverwacht kwam. Door de ziekte kon je het zien aankomen.” Of: „Wie weet hoeveel lijden hem door dit onverwachte sterven bespaard is.” Troostwoorden met 'goedkope' clichés helpen de rouwenden alleen maar verder in de put. Hoe kun je als je zo verdrietig bent, blij zijn met... Ambtsdragers moeten heel voorzichtig zijn met daarom-antwoorden op waaromvragen. Op waaromvragen komt niet altijd een antwoord. Uiteindelijk geeft alleen Gods genade door de Schrift uitzicht: *En God zal alle tranen van hun ogen afwissen; en de dood zal niet meer zijn; noch rouw, noch gekrijt, noch moeite zal meer zijn; want de eerste dingen zijn weggegaan* (Openb. 21:4).

Het is goed bewust stil te staan bij en aparte aandacht te schenken aan eventuele achterblijvende (jongere) kinderen. Het is voor veel ambtsdragers niet gemakkelijk om met hen over de dood, het verdriet en de rouw te spreken. Kinderen onder de acht á tien jaar kunnen zich meestal geen reële voorstelling van de dood maken. Vaak wordt gedacht dat de dood 'tijdelijk' is. („Ze komt wel weer terug...”) Ook kinderen hebben het nodig dat ambtsdragers naar hen luisteren, aan hen vragen hoe het gaat, vragen of ze iets willen vragen, vertellen of tekenen. In de gebeden mag op voor kinderen te volgen wijze aan de Heere om troost, kracht en steun worden gevraagd. Laten we er als ambtsdragers voor waken dat kinderen later niet kunnen zeggen dat er in die periode voor hen geen aandacht was.

Rouw en verdriet confronteren ons altijd ook weer met onze eigen sterfelijkheid. De dood in zijn algemeenheid is, zoals we al schreven, uit de taboesfeer gekomen. Dat geldt echter slechts in zeer beperkte mate voor het eigen doodsbesef.

Op langere termijn...

Na de begrafenis moet de ambtsdrager in ieder geval trouw het pastoraat blijven vervullen. In het begin zal dat intensiever zijn dan op langere termijn. Wellicht is het ook goed in onderling overleg met de rouwenden daarover afspraken te maken. Ook is het goed na te denken over praktische zaken: de administratie, het doen van de boodschappen, het voorkomen van eenzaamheid (door bijvoorbeeld een netwerk van gemeenteleden om eenzame rouwenden te vormen). Door mensen die rouwen, wordt (ook op langere termijn) het stilstaan bij gedenkdagen bijzonder gewaardeerd: de dag van het overlijden, de verjaardag, de dag waarop een huwelijksjubileum gevierd zou zijn etc. Laten ambtsdragers ook in dat opzicht hun antenne zo gevoelig mogelijk afstellen.

Soms wordt de term 'rouwverwerking' gebruikt. Dat kan de suggestie oproepen dat er een moment komt waarop de rouw 'klaar' is, verwerkt is en het verdriet voorbij is. Daarom is er veel voor te zeggen om te spreken over 'rouwarbeid'. Rouwen is hard werken, vaak dag en nacht.

Rouwenden hebben troost nodig, niet in de eerste plaats therapie. Toch kan er een moment komen waarop een ambtsdrager naar een therapeut moet kunnen doorverwijzen. Namelijk als het de rouwende ook na geruime tijd niet lukt eruit te komen, als elementen uit de rouw allesbeheersend worden. Daarbij is het erg moeilijk de scheidslijn tussen 'normaal' en 'ongezond' aan te geven. Pastoraat wijst altijd van zichzelf af. In tweeërlei opzicht: het wijst naar de Ander en werkt aan op 'weer op eigen benen kunnen staan'. In het pastoraat moeten we erop bedacht zijn dat een 'vastlopende rouw' zich kan uiten in woede op de pastor. Dan is niet verdediging maar zoeken naar de oorzaak van de boosheid de juiste reactie.

Uit de brief van Jakobus kunnen we afleiden dat het omzien naar alleenstaanden en rouwdragenden een graadmeter is voor het geestelijk leven in de gemeente: *De zuivere en onbevleete godsdienst voor God en de Vader is deze: wezen en weduwen bezoeken in hun verdrukking, en zichzelf onbesmet bewaren van de wereld* (Jak. 1:27).

De grote Troost

In het lijden en sterven van de Heere Jezus ligt de enige troost in ons leven en sterven. (Laten ambtsdragers het antwoord op de eerste vraag van onze Catechismus vooral uit het hoofd leren, want daar ligt de kern voor alle pastoraat.) Ware troost maakt ruimte voor verdriet, ontkent de werkelijkheid niet, bindt rouwenden niet aan de kleine trooster, maar wijst ze op de grote Trooster. Zo mogen we de ander wijzen op Hem Die in het leed nabij wil zijn en Die Troost en Kracht tegelijk kan zijn. Dan blijkt dat er toch toekomst is, geborgenheid en uitzicht.

Laten ambtsdragers in het pastoraat vooral naar Boven wijzen. Voor rouwenden is het gebed en het richting geven aan de vragen die het leven stelt vanuit de Schrift het allervoornaamste. „Wie als pastor naar God verwezen heeft, moet God Zelf door Zijn Woord laten spreken”. Velema⁵⁾ geeft in zijn boekje suggesties voor Schriftlezingen.

De Heere is de enige bij Wie werkelijk troost vandaan kan komen en zal komen.

Literatuur

- J.J. van Ekeveld, *Ziekenbezoek. Een pastorale handreiking*, Houten 1990.
- J.M. van Ganswijk en W.H. van Kooten, *Chronisch ziek zijn. Een christelijke handreiking bij zorg, ziekte en verdriet*, serie 'Praktisch en pastoraal', Leiden 1994.
- J. Hoek, *Leven en dood in Hoger hand*, Kampen 1998 (m.n. hoofdstuk 7 en 8).
- W. ter Horst, *Over troosten en verdriet, troost zoeken en bieden*, Kampen 1984.
- H. C. van der Meulen (red.), *Liefdevol oog en open oor. Handboek pastoraat in de christelijke gemeente*, Zoetermeer 1999 (m.n. hoofdstuk 8).
- Jacobus Schuts, *Het bescheiden deel der zieken, of een onderwijzing hoe iedere zieke naar zijn staat behoort behandeld te worden, opdat ze op rechte gronden de vertroosting des Heiligen Geestes mochten ontvangen en op een goede weg tot de heerlijkheid ingeleid worden*, Barneveld 2004.
- W.H. Velema, *Rondom het levenseinde. Ethische en pastorale overwegingen*, Kampen 1971.
- mivo-schets +16, 14^e jaargang nr. 8, uitgave van de Jeugdbond van de Gereformeerde Gemeenten, Woerden.
- Gids na een overlijden. Handleiding voor nabestaanden bij zakelijke beslissingen en bij verwerking van verlies*, uitgave LSR Utrecht.

- 1) Elisabeth Kübler-Ross, *Lessen voor levenden, gesprekken met stervenden*, Balthoven 1971.
- 2) Interessant is de 'doolhof-theorie' van dr. W. Ter Horst, *Over troosten en verdriet, troost zoeken en bieden*, Kampen 1984. Ter Horst beschrijft de doolhof van het leed, waarbij reeds gepasseerde fasen opnieuw kunnen worden doorgeemaakt, terwijl andere fasen worden overgeslagen. Ook de volgorde van de fasen staat niet vast.
- 3) In het boekje van M. van den Berg, *De laatste eer. Over het voorbereiden van het laatste afscheid*, staat in hoofdstuk 22 een (niet volledige) lijst van zaken die (wellicht) geregeld moeten worden voorafgaand aan de begrafenis. Het boekje beschrijft ontwikkelingen in samenleving, kerk, pastoraat en theologie vanuit een praktische invalshoek en dient kritisch gelezen te worden. Als dat gebeurt, reikt het boekje waardevolle aandachtspunten aan.
- 4) In het boekje *Als het kwaad goede mensen treft*, doet de schrijver, Harold S. Kushner, een poging de waaromvragen achter het lijden bespreekbaar te maken. Zoals uit de titel al duidelijk kan zijn, is het geen boekje met een gereformeerde achtergrond. Voor ambtsdragers is het toch goed dit boekje (met onderscheidingsvermogen) te lezen.
- 5) W.H. Velema, *Zullen we lezen? 6, Over het gebruik van de bijbel in het pastoraat*, Zoetermeer 1997, blz. 71.