

LICHTSPOR



THEMANUMMER

*Beginnen
over het einde*

Dagen tellen

Dit themanummer van *Lichtspoor* nodigt ons uit om openhartig over het einde van ons leven te spreken. 'De dagen van onze jaren: daarin zijn zeventig jaren, of, als wij zeer sterk zijn, tachtig jaren. Maar het beste daarvan is moeite en verdriet, want het wordt snel afgesneden en wij vliegen heen' (Ps. 90:10).

Vroeger werd op Oudejaarsavond in de kerk over dat thema nagedacht. Waarom eigenlijk alleen op die avond? Is één keer per jaar genoeg? Elke dag zou teveel zijn... Liever niet te vaak.

In dezelfde Psalm 90 bidt Mozes: 'Leer ons zo onze dagen tellen.'

Onze dagen. Elke dag.

Dagen optellen? Meestal tellen we de *jaren*.

Kijk naar rouwberichten en grafmonumenten.

Aftellen? Dat doe je pas als je echt beseft dat je dagen geteld zijn. Door onze Schepper, en niet door de prognose van een deskundig arts. Die kan hooguit een inschatting maken.

Een kind telt de nachtjes tot aan de verjaardag.

Een gevangene zet kruisjes op de muur van de cel.

Die dag kom ik vrij!

Je kunt op allerlei manieren met het tellen van dagen omgaan.

Mozes heeft als leider van het volk van God veel te verduren gehad. De slotsom van de veertigjarige tocht van de Israëlieten door de woestijn: veel dagen van mopperen en opstand. Tegen hemzelf, maar vooral tegen God. Als God een keer zwaar heeft ingegrepen, met de dood als uitbetaling op

de ongehoorzaamheid, weet Mozes het niet meer. Kan hij nog bidden bij zoveel slachtoffers? Heeft het tellen van levensdagen dan nog wel zin? 'Wie weet hoezeer U te vrezen bent?' (ps. 90:11).

Hoe kun je je dagen tellen? Is het te leren?

Mozes vraagt het aan God. 'Leer ons zo onze dagen tellen.' God is rechtvaardig, maar ook barmhartig? Eén ding weet Mozes wel: Het kan niet zonder de rekenkunde van God zelf. Het tellen van onze levensdagen is voor hem niet iets *rationeels*, maar iets *relationeels*! Je mag bij dat tellen God er nooit buiten laten. Zo leren we rekenen, met een wijs hart. Op de school van de Geest.

De afweging van de vraag naar een voltooid leven wordt beslist in het vertrouwen dat Hij er altijd bij is. Vol vergeving voor zoekers van zijn genade.

Mozes staat er verlegen middenin. Hoe te tellen? In zijn gebed herinnert hij het zich weer: God gaat altijd verder mee. Zo!

Later gaat Jezus na Zijn voltooide aardse dagen Zelf de dood in en komt er na drie dagen doorheen. En Hij telt nog met ons mee.

Denkt u bij het tellen van uw dagen aan de levende heenwijzing naar Hem!

Op weg naar Huis, dwars door de dood, naar Zijn voleinding.

Ds. J.H.Gijsbertsen
Voorthuizen



Twee engeltjes op mijn weg



'Diep in mij leeft het vertrouwen dat ik na mijn sterven bij God mag thuiskomen', zegt Cor van de Baan. 'Die zekerheid heb ik niet altijd hoor', voegt ze er in één adem aan toe. 'Maar als het er op aan komt, wint het vertrouwen. Daar bid ik ook om.' We spreken de 90-jarige oud-verpleegkundige over haar voorbereiding op het levenseinde. Maar eerst moet ze iets anders aan ons kwijt. Over de dag waarop haar leven als het ware opnieuw begon.



Het was in haar vorige woonplaats, ze was al met de vut, maar het moet zeker 20 jaar geleden zijn geweest, rekent ze hardop voor. Cor: 'Ik was de "oppastante" van twee meisjes uit het dorp, Maaïke en Maartje. Maaïke was 5 jaar en zat op de openbare kleuterschool; ik haalde en bracht haar altijd, haar zusje ging mee in de wandelwagen. Op een dag kwamen we zo langs een 'Bijbel-Inn'-wagen. Eigenlijk waren we er al voorbij, toen Maaïke opeens vroeg: "Kunnen we daar niet even naar binnen?" "Waarom?", vroeg ik. "Daar wordt over Jezus verteld."

Dat kan geen kwaad, dacht ik. We keerden om en gingen naar binnen. Eén van de dames in de wagen ontfermde zich over de kinderen. Een ander knoopte een praatje met mij aan. Ze vroeg of ik geloofde en of ik weleens naar de kerk ging.

Wonder

Nou, mijn geloof was niet zo vast, bekende ik. Het was jááááren geleden dat ik voor het laatst naar de kerk was geweest. Als kind ging ik wel, maar ik had het laten versloffen toen ik opgroeide en twijfels kreeg. Op een gegeven moment ging ik helemaal niet meer. Zonder een centje pijn of moeite hoor. Het geloof was me gewoon ontglipt, zoals water tussen je vingers doorsijpelt.

De vrouw vroeg me of ik daar niet over wilde praten. Zo raakte ik in gesprek met een evangelist, die maandenlang wekelijks bij me op bezoek kwam. Het is ongelooflijk, maar het wonder ge-

beurde: de gesprekken boeiden me, mijn ogen en oren gingen open, ik ging de Bijbel weer lezen, ik wilde er meer over weten. Ik vond de weg terug naar de kerk, ging naar een gesprekskring over het christelijk geloof en gaandeweg groeide in mij de geloofsovertuiging.

Vergeving

Toen ik eind vorige eeuw verhuisde naar Maarssen bracht de evangelist me in contact met de plaatselijke predikant hier. Met hem heb ik veel diepgaande gesprekken gevoerd over 'de verkeerde afslagen, die ik in mijn leven heb genomen'. We spraken over de vergeving die God schenkt als je je zonden belijdt. En ook over 'jezelf vergeven', zodat je niet de rest van



'Ik vertrouw op God en Zijn vergeving'

je leven gebukt hoeft te blijven gaan onder fouten uit het verleden. Die gesprekken hebben me veel geholpen. Ze brachten me nader tot God.'

Met enthousiasme nam Cor deel aan activiteiten in de kerk. Ze ging naar een kring voor actieve senioren, een gebedskring, de vrouwenvereniging; ze deed vrijwilligerswerk voor een christelijke organisatie. 'Als ik terugkijk, dan verwondert het me nog steeds dat ik via die eenvoudige vraag van één van die kinderen van de openbare school weer bij het geloof ben terechtgekomen. Ik ben zo dankbaar dat ik op

latere leeftijd die twee engeltjes op mijn weg kreeg. Daar moet God wel de hand in gehad hebben, dat kan niet anders. Hij heeft me in mijn nekvel gegrepen.'

Testament

Cor is altijd alleenstaand geweest. Ondanks haar hoge leeftijd woont ze nog zelfstandig in haar woning in de oude dorpskern van Maarssen. Met het oog op haar naderende levenseinde heeft ze voorbereidingen getroffen. 'Je moet iets regelen, anders rommelen ze na je overlijden maar wat aan. Je hoort ook wel eens dat er ruzie ontstaat over een erfenis. Dat wil ik al helemaal graag voorkomen. Samen met mijn enige nog levende broer ben ik naar de notaris

geweest en heb een testament op laten maken. Wat er overblijft na betaling van de uitvaart, gaat naar een goed doel. Mijn neefjes en nichtjes hebben het zo goed; die hebben het niet nodig.

Uitvaart

Ik heb ook de bijbeltekst voor de rouwkaart en de liederen voor de uitvaartdienst op papier gezet. Eén daarvan is Psalm 105:5: 'God zal Zijn waarheid nimmer krenken, maar eeuwig Zijn verbond gedenken'. Dat is ook gezongen bij de begrafenis van mijn moeder; ze overleed toen ik pas 9 jaar was.

'Angst voor de dood heb ik niet. Wel ontzag... Als ik morgen zou overlijden, kan ik rustig heengaan. Ik vertrouw op God en Zijn vergeving.'



Vorbereiding voor de laatste reis

'Door de actuele discussies over het 'zelfgekozen levenseinde' zijn we zo sterk gericht op het lichamelijke dat we het geestelijke dreigen te vergeten', zegt emeritus-predikant ds. P. Vermaat uit Veenendaal. Hij schreef onder andere het boekje 'Vorbereiding voor de laatste reis'.

Vermaat: 'Uit de moderne medische wetenschap kennen we de term 'euthanasie'. Maar wist je dat er in de Middeleeuwen en in de tijd van de Reformatie al boekjes verschenen met die term in de titel? Zo schreef de 17e-eeuwse theoloog J. Hoornbeek een boekje onder de titel *Euthanasia*. Daarin ging het niet over de medische details, maar

over de geestelijke voorbereiding op het sterven. Hoornbeek vertelt in het boekje over een keizer die aan één van zijn succesvolste generaals vroeg om een veldtocht te leiden, maar de man bedankte voor de eer: "Sire, ik moet mij nu gaan voorbereiden op mijn eigen laatste veldtocht, mijn naderende levenseinde". Als ik dat lees denk

ik: we zijn op dit punt geestelijk verarmd...'

Uit onderzoeken blijkt dat veel mensen gemakkelijk zeggen dat ze zich willen voorbereiden op hun overlijden, maar als het puntje bij paaltje komt, blijft het vaak bij goede voornemens. "Dat doe ik wel als ik ziek word of als ik *echt oud* ben". Er rust een taboe op het onderwerp, om allerlei redenen: angst voor het onbekende, angst om God te ontmoeten, angst om geliefden los te laten, etc. We schuiven het graag voor ons uit. In de praktijk betekent het nogal

eens dat de nabestaanden met de handen in het haar zitten. Vermaat: 'Het wordt dan aan de kinderen overgelaten; maar het komt steeds vaker voor dat zij geestelijk zijn weg gegroeid van het geloof van hun ouders. Ze hebben geen idee hoe ze de uitvaart in de stijl van hun overleden vader of moeder zouden kunnen vormgeven.'

Gedurende zijn ambtelijke loopbaan heeft ds. Vermaat meer dan 1100 begrafenissen geleid en hij put uit die ruime ervaring de ene na de andere anekdote. 'Ik herinner me dat een vader van een groot gezin overleed. Zijn vrouw was al eerder heengegaan. Geen van de kinderen ging in geestelijk opzicht in het spoor van hun ouders. Moet er een dominee komen bij de begrafenis van pa? had de oudste zoon gevraagd. Ze hadden er in familiekring over gestemd en van de meerderheid hoefde het niet. Maar wat zou vader gewild hebben? had één van de kinderen gevraagd. Dat was geen vraag, voelden ze allemaal aan. Zodoende mocht ik dan toch de uitvaart leiden. Zou het niet veel beter zijn geweest als hij zelf wat op papier had gezet over zijn wensen ten aanzien van de begrafenis?'

Wie gerust kan sterven, kan gerust leven!

'Bezig zijn met vragen rond ons levenseinde is dat vreemd? Ik zou eerder zeggen: het zou een prioriteit voor ons moeten zijn!' schreef ds. René van Loon (Rotterdam-Centrum) in een artikel met tien vragen over de voorbereiding op de dood. Het artikel brengen we graag onder de aandacht, ter bespreking of persoonlijke overweging. Het is te downloaden via www.izb.nl. U kunt ook een kopie toegestuurd krijgen, als u een briefje stuurt naar IZB, Breestraat 59, 3811 BH Amersfoort.

Stille hint

Iedereen heeft aarzelingen of zelfs weerzin om over de eigen eindigheid na te denken. Vermaat: 'Zelf heb ik die ook gevoeld, toen ik me ertoe zette. We vinden al gauw leukere gespreksonderwerpen. Ik merk het als ik erover begin, bij het ouderenbezoek. Soms geef ik hen bij het afscheid een tekst en dan

'We zijn vaak zo gericht op het leven hier en nu, dat we dat helemaal niet meer beleven als een voorbereiding op de eeuwigheid'

probeer ik er bij een volgende ontmoeting op terug te komen. "Weet u waarom ik u juist die tekst gaf?" De stille hints leveren niet altijd de gehoopte reactie. Er is altijd wel een afleidingsmanoeuvre. Zodra het al te persoonlijk wordt, vragen ze: 'Wilt u nog een kopje koffie?'

De onwil of de onmacht om de werkelijkheid onder ogen te zien kan aangrijpende vormen aannemen. Vermaat vertelt over een man die van de dokter te horen had gekregen dat hij niet lang meer te leven zou hebben. 'Hij was actief bij de zondagschool. Op de morgen van het

slechtnieuwsgesprek had hij Psalm 118 gelezen. "Ik zal niet sterven maar leven en de grote daden van God verkondigen". Daar klampte hij zich zo aan vast dat hij in de waan verkeerde dat hij spoedig zou genezen en dan voor de kinderen weer 'Gods grote daden' zou vertellen. Die ontkenningfase was voor zijn vrouw en de dokter heel moeilijk. Pas heel langzaam drong in de gesprekken de ernst van de situatie tot hem door. 'Gods grote daden vertellen' zou hij niet meer bij de kinderen doen, maar in de hemel. Hij is in volle vrede heengegaan.'

Openhartig

Het blijft verwonderlijk, vindt Vermaat: 'Als we een grote reis gaan maken, treffen we tijdig voorbereidingen. We praten er vaak over, we zien er naar uit, we leven er naar toe. Waarom doen we dat dan niet bij onze laatste grote reis? Het is opvallend hoe openhartig en stellig de apostelen spreken over hun levenseinde. 'Het tijdstip van mijn heengaan is aanstaande', schrijft Paulus aan Timotheüs. 'Ik heb de goede strijd gestreden. Ik heb de loop tot een einde gebracht. Ik heb het geloof behouden. Verder is voor mij weggelegd de krans van de rechtvaardigheid die de Heere, de rechtvaardige Rechter, mij op die dag geven zal.'

Een paar verzen verderop vraagt Paulus aan Timotheüs om de reismantel en de boeken mee te nemen die hij ergens heeft laten liggen. Blijkbaar kan dat samengaan: leven in de ver-

wachting van Gods toekomst, en tegelijk oog hebben voor heel praktische dingen. Daar kunnen we wat van leren. Het zou goed zijn als we vaker met elkaar spreken over het leven dat ons na de dood te wachten staat. Ik las eens een verhaal van een weduwe, die altijd buurkinderen over de vloer had. Jaarlijks ging de vrouw op reis en dan vertelde ze hen over de landen die ze bezocht. Prachtig vonden ze dat. Ze hingen aan haar lippen. Op een dag overleed ze. De kinderen kwamen langs en hoorden de nabestaanden vertellen over de hemel. Daar had de vrouw hen nooit iets over verteld.'

De positieve voorbeelden zijn er gelukkig ook. 'Mensen die vrijmoedig op een ziekbed spreken over de zekerheid van het geloof en het verlangen naar de ontmoeting met God. Die verhalen zouden we meer aan elkaar moeten doorgeven. Daar gaat een getuigenis van uit.'

Hier en nu

Aan het eind van een kerkdienst gebruik ik nogal eens de zegen uit de eerste brief van Petrus: 'De God nu van alle genade, die ons geroepen heeft tot Zijn eeuwige heerlijkheid in Christus Jezus, Hij zelf moge u – na een korte tijd van lijden – toerusten, bevestigen, versterken en funderen. Hem zij de heerlijkheid en de kracht in alle eeuwigheid. Amen.' We zijn weggeraakt van die toonhoogte van de Bijbelteksten. Het is goed om elkaar er in het Lutherjaar aan te herinneren dat de Reformatoren ons de zekerheid van het geloof hebben voorgehouden. Daarbij hoort ook de toekomstverwachting, de 'overdenking van het toekomstige leven'. We zijn vaak

zo gericht op het leven hier en nu, dat we dat helemaal niet meer beleven als een voorbereiding op de eeuwigheid. Zoals in het bekende gedicht 'Eens was ik een vreemdeling voor God en mijn hart....', dat 'het wachtwoord van de hervormers' wordt genoemd. Het laatste couplet begint met: "Nu reis ik getroost onder 't heiligend kruis, naar 't erfgoed hierboven, naar 't Vaderlijk huis."

Van de mensen die wél tijd vrijmaakten om na te denken over de eeuwigheid heb ik twee dingen geleerd, schrijft Vermaat: 'Tref de voorbereidingen op de laatste reis in je gezonde jaren, voordat de tijd komt dat je 'er geen zin meer in hebt' (Prediker 12:1). En het tweede: God ontmoeten aan het einde van de levensreis is niet moeilijker dan tijdens de levensreis. In Christus Jezus is Zijn genade en vergeving zo groot, dat niemand ooit tevergeefs bij Hem heeft aangeklopt.'

Vervulling

Het boekje 'Voorbereiding voor de laatste reis' benoemt tal van onderwerpen die in het uitvaarttestament aan bod kunnen komen. De 'laatste wil' wordt zo al gauw meer dan een krabbel op een papiertje. Al hadden die soms ook wel hun charme, vanwege de soms pittige details. 'Achter mijn baar mag niet worden gekletst', las Vermaat eens. Bij een andere hoogbejaarde vond hij achter in zijn bijbel eens de woorden: 'Op 17 februari 1991 las ik deze Bijbel voor de dertiende keer uit. Vermaat: 'Toen ik hem er naar vroeg zei hij: 'Ja, en ik zie uit naar de vervulling van alles wat God mij heeft beloofd.'

Hulpmiddel bij het gesprek

Het boekje 'Voorbereiding voor de laatste reis', 48 pagina's, is een uitgave van Boekencentrum. Prijs: 6,95. ISBN-nummer: 9789023927433.

Voor lezers van Lichtspoor is een 'uitvaarttestament' beschikbaar, dat uitstekend als hulpmiddel kan dienen bij het gesprek over het naderende levenseinde, de uitvaartdienst, de begrafenis. Inclusief een praktische checklist voor nabestaanden.

Het document is digitaal beschikbaar via www.izb.nl (zoekwoord: uitvaarttestament). Als u niet over internet beschikt, kunt u een exemplaar bestellen via een briefje naar IZB, Breestraat 59, 3811 BH Amersfoort; dan krijgt u het kosteloos toegestuurd.



Emeritus-predikant ds. P. Vermaat, auteur van het boekje 'Voorbereiding voor de laatste reis'.

Stervensgenade ontvangen

Loslaten. Wie in verband met het klimmen der jaren in een kleiner huis moet gaan wonen, kan erover meepraten. Voor allerlei spullen waar je aan gehecht was, is geen ruimte meer. Je zult er afstand van moeten doen. Hoe moeilijk dat soms ook is, het is slechts een bescheiden oefening voor het loslaten in het zicht van het nadere sterven. We kunnen onze partner, voor wie wij mede zorg dragen, eigenlijk niet loslaten. Invoelbaar toch?

Angst voor de dood

Dit niet-kunnen-loslaten kan zich vertalen in angst voor de dood. Wanneer dit herkenbaar voor u is, dan roep ik u graag in herinnering dat Jezus Christus Zichzelf als *Bevrijder* heeft geprofileerd, Lukas 4: 19 en 21.

Die bevrijding kan ook de vorm hebben van *stervensgenade*: de genade waardoor Hij je in staat stelt om los te laten en in vrede heen te gaan. Genade is altijd een geschenk, in dit geval dat Hij je op Zijn tijd en op Zijn manier losmaakt. In het pastoraat heb ik vaak gezien dat Christus deze genade schenkt in de laatste dagen of uren voor het heengaan. Vandaar dat ik u wil aansporen om te bidden om deze genade te mogen ontvangen in het vertrouwen dat Christus u op Zijn tijd en Zijn manier los zal maken, zodat u in vrede kunt heengaan.

Beloftevolle oproep

In contact met ouderen heb ik gemerkt hoezeer ze soms kunnen vastzitten in een web van gevoelens van boosheid en

schuld, wrok en zelfhandhaving. Dit onvermogen tot loslaten uit zich in jezelf vastklampen aan wat vroeger gebeurd is, geen vergiffenis willen schenken aan wie je onrecht of pijn deden, jezelf willen handhaven. Als dat ook voor u geldt, neem dan de beloftevolle oproep van de Heiland ter harte: *'Laat los en u zult losgelaten worden'* (Luc. 6:37). Wanneer u in een gelovige reactie op deze oproep daadwerkelijk stapjes zet richting zelfverloochening of vergeving-schenken, dan wordt u door Hem losgemaakt. Onze stapjes zijn betekenisvol, maar kosten soms veel moeite. Christus komt ons echter met grote stappen tegemoet met Zijn bevrijding. En zó wordt stervensgenade als een toegift ontvangen en kunnen we heengaan in vrede.

Uitnodiging

Sterven is het ultieme loslaten. Je kunt daar echt angst voor hebben. Maar Christus beschikt over stervensgenade en komt ons daarmee tegemoet. Om die bijzondere genade mogen we nú reeds bidden en in het geloof erop vertrouwen dat Hij op Zijn tijd en Zijn manier ook ons zal losmaken, zodat wij in vrede kunnen heengaan en Thuiskomen bij God. Daartoe wordt u indringend uitgenodigd!

Ds H.G. de Graaff
Nieuwerbrug aan den Rijn



Praten

'Ze kan het niet aan! Jij zag dat toch ook?'

De radeloze blik van haar vader zorgt ervoor dat ze verkeerd schakelt. De motor slaat af. Onhandig start Mirjam opnieuw, naast haar wrijft pa over zijn gezicht. Hij haalt hoorbaar zijn neus op.

'We zijn zo thuis, pa!'

'Ja, dat zei ze. 'Thuis!' Daar wil ze zijn, maar niet omdat ze uitbehandeld is!'

'Pa, we praten er wel over. Het komt goed.'

'Hoe kun je dat nou zeggen? Het komt nooit meer goed!'

Nu spatten de tranen op zijn gerimpelde handen. 'Die dokter verpakt de realiteit in flauwekul: We doen geen onderzoeken meer, mevrouw, u mag met pijnbestrijding naar huis, uw eigen huisarts neemt het over.' Hij vist met moeite zijn zakdoek uit zijn broekzak.

Mirjam zucht: 'We moeten dokter Van de Wetering meteen bellen, over een aangepast bed en thuiszorg.'

'Aldoor mensen over de vloer, nooit meer onder elkaar!'

'Toch beter, pa. Dat ziekenhuisgebeuren hebben we nu ook wel gehad.' Ze zuchten allebei en even gaat haar hand over haar buik. Het is nog niet te zien, maar ze voelt al leven. Het gebaar ontgaat pa niet.

'Ze was er zo gelukkig mee en nu hoor ik haar er niet meer over 'zegt hij schor. 'Dit zou een blije tijd moeten zijn.'

Mirjam zet haar tanden in haar lip, dit is een gevoelig punt. Ma heeft er de laatste weken niet meer naar gevraagd of over gesproken, zelfs geen zinspeling in die richting. Zou het goede nieuws en het slechte nieuws elkaar verdringen? Was ma daarom zo stil, zo leeg? Ze zal haar eerste kleinkind niet

zien, dat is vanmiddag wel duidelijk geworden. 'We moeten echt met haar praten, pa! Misschien kan dokter Van de Wetering wat duidelijker zijn. We moeten weten hoe ze het wil, de begrafenis en alles...'

Ze remt af en maakt een gebaar naar de auto die voor het huis geparkeerd staat. 'Nou ja zeg! De dokter, hij is er al.'

'Zou jij aan hem durven vragen hoeveel tijd ze nog heeft?' Dat betekent dus dat pa het zelf niet aandurft.

De dokter haalt zijn schouders op, er is geen prognose te geven. Pa raakt zijn zelfbeheersing kwijt. Misschien is het wel goed dat hij huilt en scheldt op alles en nog wat. De dokter belooft de pijnstillers voor ma te regelen en kalmerings-tabletten voor pa.

Pa zakt uitgeput op de bank, Mirjam belt de Thuiszorg en daar beloven ze morgenvroeg een bed te bezorgen, met een anti-doorligmatras.

'Veel sterkte en wijsheid, u gaat een moeilijke tijd tegemoet, maar het kan ook een heel goede tijd zijn.' Mirjam schiet vol en zegt met een dun stemmetje: 'Ik zou wel alles willen doen en geven als mijn moeder erover praten wilde. Maar mijn broertje Renée is op zesjarige leeftijd verongelukt en sinds die tijd is praten over de dood taboe. Ze is zelfs niet bij de begrafenis van haar eigen ouders geweest.'

'Wat moeilijk. De deur aan de binnenkant op slot, misschien kunt u vanaf de buitenkant proberen? Een sleutel zoeken?'

Het woord sleutel heeft zich vastgehaakt. Daar ligt ze 's nachts van wakker. Onder haar handen begint weer het vlinderlichte bewegen van nieuw leven. Wat is het bestaan wonderlijk, het komt en het gaat, het heeft een begin en een eind. Als je dat niet bespreken kunt, mis je een houvast, dan ben je een losgeslagen zwerfkei, rondtollend in een grote leegte.

'God, bent U daar? En ook dáár wat voor ons onbekend terrein is?'

De dag daarop is vol met regelen en sjouwen, sus-sen en redderen. Mirjam heeft nog meer met haar vader te stellen dan met haar moeder.

Laat in de middag komt er rust. De kamer lijkt het bed te accepteren en ma zit in de kussens alsof ze niet ruim drie maanden in het ziekenhuis was. Ze bladert door de reclamefolders. Voorheen kruiste ze alle aanbiedingen aan.

'Kom jij nog langs de Zeeman?' vraagt ze, wijzend op de folder met nachtponnen.

'Wilde je nog nieuwe nachtponnen dan?' Mirjam schrikt van zichzelf. Waar stuurt ze op aan? Kan dat zomaar?

'Ik zou het wel fijn vinden om te weten hoe en wat, een nette nachtpon had ik graag, zo-een met een kraagje.' De heldere blik van ma's grijsblauwe ogen heft het taboe op.

Nu schuift ze op het randje van het bed en neemt ma's hand, legt die op haar buik. 'Het komt wel goed met die nachtpon. U mag het zeggen, we doen alles wat voor u goed voelt. Er moet nog zo-veel besproken worden, ma.'

Er komt een kleine glimlach en ma's vingers tikken zachtjes alsof ze contact maken wil. 'Ik moet steeds denken, Mirjam, dat dit kleintje onderweg is naar hier terwijl ik onderweg ben naar het hiernaamaals. Het is zoals het is, de gewone gang van ieder mens. Maar ik wist niet of jullie al zo ver....' Ze houdt ineens haar adem in en kijkt op.

Nu knikken en slikken tegelijk en dan kan ze misschien straks zeggen: 'Ja ma, dat is de nieuwe Renée, dat kan voor zowel een jongetje als een meisje.'

Pa komt overeind van de bank, wrijft zijn ogen uit. 'Wat zijn jullie stil? Is er wat?'

'We praten!' zegt ma.

Misschien is opgeven juist wél een optie...



Daar zitten ze dan, de patiënt – een tot voor kort vitale tachtiger – en zijn dochter. Totaal murw van de diagnose die de arts hen zojuist tactvol maar in niet mis te verstane bewoordingen heeft meegedeeld: een darmtumor met diverse uitzaaiingen.

Maar er is hoop: een operatie is zeker niet kansloos. Weliswaar een zware en risicovolle operatie, met aansluitend een lange periode van herstel, maar er kan behandeld worden. En misschien krijgt hij er dan nog wel een half jaar bij! Zonder operatie houdt het bij twee, drie maanden op. Eerst aansterken en wat kilo's erbij zien te krijgen. Enkele weken later is hij op het gewenste gewicht en kan hij worden geopereerd. De ingreep slaagt, maar betekent wel een forse aanslag op zijn – nog steeds matige – conditie. Twee maanden na de operatie verlaat hij het ziekenhuis, om te worden opgenomen in een verpleeghuis. Daar overlijdt hij drie maanden later.

Maakbaar

Zomaar een situatie uit de praktijk. Een situatie waarbij vragen te stellen zijn. Is dit goede palliatieve zorg? Of is hier sprake van overbehandelen? Hoop doet leven, jazerker. Die hoop leidt soms echter tot keuzes waar het leven en welzijn van de patiënt niet mee gediend zijn. Tegenwoordig horen we ook nogal eens de strijdlustige uitspraak: Opgeven is geen optie. Zit hier misschien de gedachte achter dat alles maakbaar is? Er kan veel, er kan steeds meer, maar moet alles wat kan? Soms is 'opgeven' juist wél een optie, de enige optie. Zo'n keuze maak je natuurlijk niet zomaar, maar wel in goed overleg met de arts.

Eerbied

Een stervensproces vraagt om ruimte. Hulpverleners moeten soms letterlijk de moed willen opbrengen om een stapje terug te doen. Wat trouwens iets heel anders is dan niets doen. Want aandacht voor het verlichten van het lijden is juist dan belangrijk.

Maar wel met gepaste eerbied voor de dood die aanstaande is.

Al deze overwegingen vragen om een rustige setting. Die is er niet altijd als je in de hectiek van een snel verlopend ziekte- en stervensproces knopen moet doorhakken. Als patiënt en naasten daar nooit over hebben gepraat, of als de meningen uiteenlopen en de emoties een goede uitwisseling in de weg staan. We kennen allemaal wel iemand die rondom een ziekbed of overlijden iets zei in de trant van: zo zou mijn vader het nooit hebben gewild. Hoeveel beter kun je verder als je naast al het verdriet dankbaar kunt constateren: het is gegaan zoals we dat besproken hebben, zoals vader het graag wilde. Het was ondanks alles een goede tijd. Dat komt het rouwproces beslist ten goede. Een overlijden is al overrompelend genoeg.

Het NPV-Consultatiepunt helpt u graag bij medisch-ethische dilemma's. Tel. (0318) 54 78 78

Zingen in het zicht van de dood

Kun je *zingen* in het zicht van de naderende dood? Een wonderlijke vraag zo op het eerste gezicht, want is op dat moment niet alle muziek uit je leven verdwenen? En dan zingen? Dat wordt toch op z'n best een klaagzang...? Toch hoeft je maar een liedbundel op te slaan en je vindt er teksten waarin het levenseinde met vertrouwen en uitzicht tegemoet wordt gezien. *'Ik vrees geen kwaad, want bij mij is de Heer. Tranen en leed zijn nu niet bitter meer. Waar is uw prikkel, dood, wat dreigt ge mij? Ik triomfeer, mij is de Heer nabij.'* Vaak hebben de gezangen het karakter van een gebed: *'Rots der eeuwen, in Uw schoot, berg mijn ziele voor de dood.'* Of: *'Neem mij de last van doodsangst af, dat ik te ruste ga in 't graf. Leer mij te sterven dat ik mag vrolijk verrijzen op Uw dag.'*

Onderstaand lied gaat over loslaten en aanvaarden, over verdriet en overgave, thuiskomen. In elk couplet lezen we: *mijn hart*, in plaats van: ik. Dat geeft de tekst een diepe lading. Met pijn moet ik loslaten waar ik aan verknocht was, waar ik mijn hart op had gezet. Met lege handen geef ik me helemaal over aan U, de drie-enige God. Als U nabij blijft met Uw licht, nu het donker wordt in mijn leven, wordt mijn klaagzang een danklied.

Wanneer mijn hart vaarwel moet zeggen
en loslaat wat het leven bood,
kom, Geest, Uw zegen op mij leggen,
verzekert mij: Gods trouw blijft groot.

Wanneer mijn hart nu moet aanvaarden
wat mij het lot te dragen geeft,
kom, Christus, kom en wis mijn tranen,
als ik mij aan U overgeef.

Wanneer mijn hart, tot U geheven,
het thuis herkent, dat Gij ons biedt,
blijf Vader, mij met licht omgeven,
en al mijn klagen wordt een lied.



Lichtspoor verschijnt zes maal per jaar en is een uitgave van de IZB, vereniging voor zending in Nederland.

Redactie:

ds. J.H. Gijsbertsen (voorzitter)
M. Verkaik (secretariaat)
ds. H.G. de Graaff
ds. J. Westland
K. van Noppen

Redactie-adres:

Breestraat 59-61
3818 BH Amersfoort
Tel. 033-4611949
E-mail: info@izb.nl

De uitgave van dit themanummer is mede mogelijk gemaakt door de bijdragen van enkele particuliere giftgevers, waarvoor wij hen hartelijk danken.