



## **Bijlagen bij les 7 - Als iemand sterft...**

Introductie 1: Het hoort er nu eenmaal bij...

Verwerking 2: Rouwen, maar hoe?

*Zie volgende pagina's*

# HET HOORT ER NU EENMAAL BIJ

## Zes ervaringen rond begravenissen/crematies

### A

Afgelopen week was ik op de begrafenis van een collega. Hij is na een ziekbed op zijn 56e gestorven. En zoals hij geleefd heeft, zo was ook de bijeenkomst vooraf. Hij wilde graag dat het er niet somber aan toe zou gaan. Het moest vooral een moment zijn waarop het leven gevierd werd. Hij had gezegd: 'Drink vooral op mijn leven, drink op hét leven!' Er waren diverse mensen die stilstonden bij hoe intens hij genoten had van alles wat het leven hem had gegeven: zijn grote liefde, familie, vakantie, sport, lekker eten... De oproep klonk: hij wil dat wij daarvan blijven genieten: Leef!

### B

Een tijdje geleden overleed mijn buurman, 82 jaar oud. Na een aantal moeilijke laatste maanden is hij overleden. Hij had een lang leven achter de rug waarin hij vooral hard gewerkt had. Wat ik opvallend vond: op de begrafenis wisten met name zijn kinderen en kleinkinderen bijna niets te zeggen. Niet over wie hij was, hoe hij geleefd had, maar ook niet over oud worden, het proces van steeds minder kunnen en uiteindelijk zijn sterfbed. Eigenlijk zeiden ze niets...

### C

Bewust werd het erbij gezegd, de dienst zal geen rouwdienst zijn, maar een dankdienst voor zijn leven. Mooi vond ik dat! Om te spreken over danken, voor wie iemand was, voor wie God voor hem was... Je wordt er door bemoedigd, als je zo'n dienst meemaakt. Dat de dood het einde niet is, maar een doorgang naar het leven. Met de dood voor ogen, hoef je niet moedeloos te worden. Dankbaar voor wat je hebt gekregen, uitzien naar wat komt!

### D

Hij kijkt nu mee van boven. Dat is wat ik onthouden heb van de crematie van een vriend. Hij is hier niet meer bij ons, maar hij is er nog wel. 'Zoals een ster aan de hemel, een ster die licht geeft in de nacht, zo geef jij op een andere manier licht in ons leven. Je bent erbij als we huilen, je bent erbij als we lachen... Dat besef troost ons, dat te weten, is genoeg. Je bent niet helemaal weg, maar op een andere manier aanwezig.'

### E

We weten één ding zeker: we gaan allemaal een keer dood. Dat zei mijn oom altijd. Er is veel in het leven dat we niet zeker weten, maar wat je ook zegt, wat je ook doet, dood gaan we allemaal. De dood hoort bij het leven. Deze boodschap klonk ook op zijn begrafenis. Dat wilde hij, heel bewust, want zo zei hij: 'Sommigen onder ons worden daar somber van, zouden willen dat het niet zo was, wensen dat het allemaal eindeloos door gaat. Aan alles komt een einde en dat is niet voor niets zo. Daarom de boodschap: wat je wilt, doe het nu, want dadelijk is te laat.'

### F

In een preek van een aantal maanden geleden viel het mij op. Hoe er in de Bijbel over de dood gesproken wordt: de dood is een vijand, de dood hoort niet bij het leven. Ik herinnerde mij de begrafenis van mijn oma, waarin deze boodschap ook heel centraal stond. Dat we de dood niet mooier moeten maken, ook als christenen niet, of moeten doen alsof de dood bij het leven hoort. De wereld is niet meer zoals die bedoeld is. Zonde en dood hebben hun intrede gedaan, en daar is ook dit overlijden, dit graf weer een teken van.

# ROUWEN, MAAR HOE?

speciale kleding dragen

een rouwbandje dragen

helpen bij het opstellen van de  
rouwbrief of de bedankkaartjes

naar je kamer gaan en alleen zijn

een gedicht schrijven

een videoportret of fotocollage  
maken

in je dagboek schrijven

naar vrienden gaan

op de app / instagram / facebook  
je vragen stellen aan anderen

troost zoeken bij iemand

helpen dragen van de kist

in de kerk of bij het graf een lied  
zingen of muziek maken

een gedicht voorlezen bij de  
begrafenis

naar muziek luisteren

opschrijven wat de overledene  
voor je betekend heeft

iets van jezelf meegeven in de  
kist