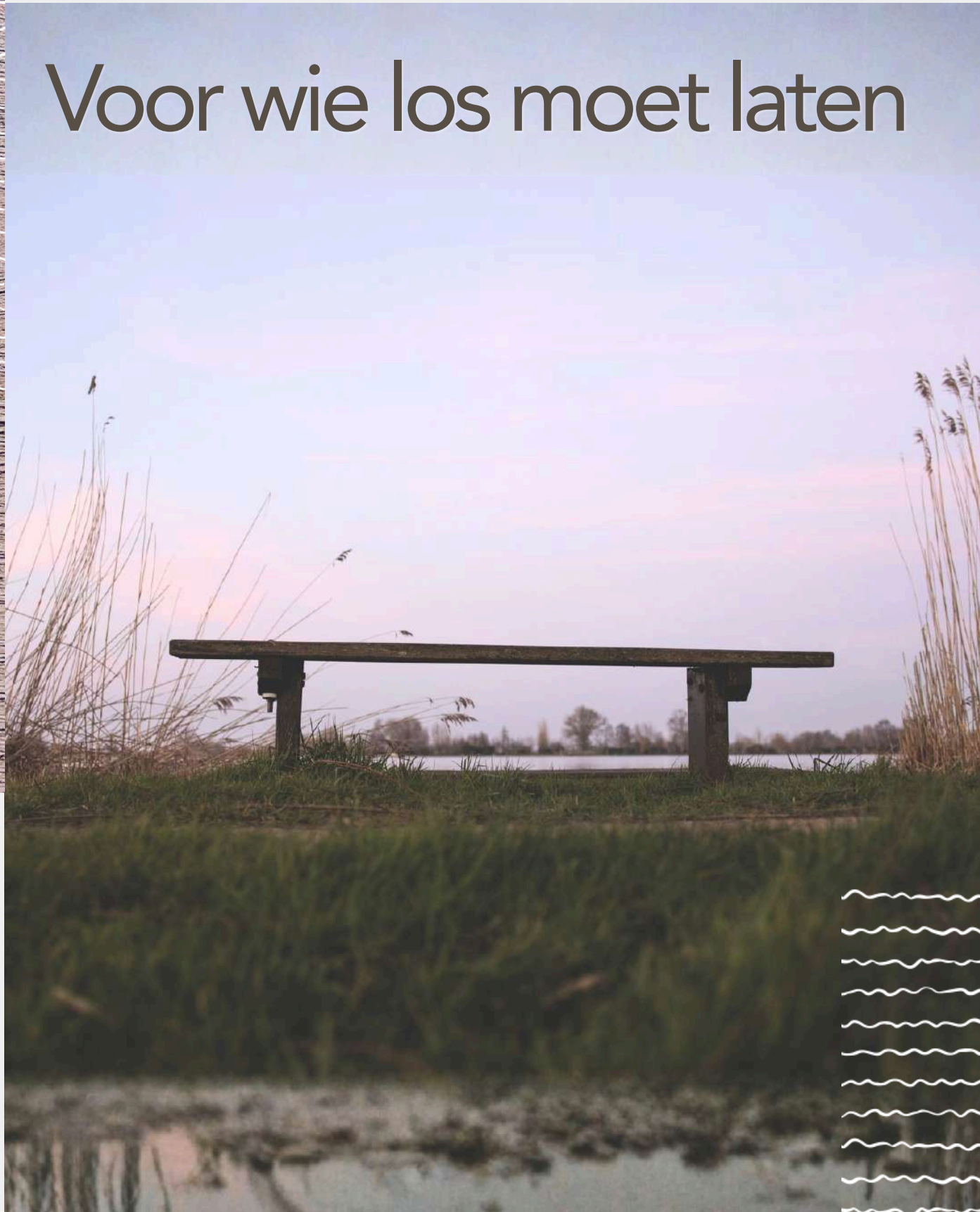
GEDACHTEN BIJ HET AFSCHEID

Voor wie los moet laten



Protestantse Kerk



Voor wie los moet laten

Afscheid moeten nemen van geliefden: het overkomt ons vroeg of laat allemaal. Hoe ga je om met de wetenschap dat een geliefde er straks niet meer zal zijn? Hoe ga je ermee om als je een geliefde ‘verliest’ door dementie? En hoe ga je verder in de leegte, het verdriet, de eenzaamheid die ontstaat als je geliefde is overleden?

In dit boekje geven verschillende auteurs, vanuit hun ervaring in hun werk of in hun eigen leven, woorden aan gemis, aan rouw, maar ook aan hoop, troost en vertrouwen. Het zijn woorden die helpen om stil te staan bij het los moeten laten én om - hoe moeizaam soms ook - verder te gaan.

Laat de Ene er toch zijn
de God die jouw gebeden hoorde
die je stilte begreep en
wist wat je te zeggen had.

Werner Pieterse

» Meer inspiratie bij dit thema? Op petrus.protestantsekerk.nl/afscheid vind je gedichten, gebeden, liederen en overdenkingen.

Voor wie los moet laten

Geleefd heb ik
in lief enleed
en dankbaar kan ik zien
op alles
wat werd ontvangen

Mijn leven lang
een leven vol
nu smal
klein en
breekbaar eindig

Zij om mij heen
deelgenoten van het leven
ook nu
trouw in liefde
sterk als de dood

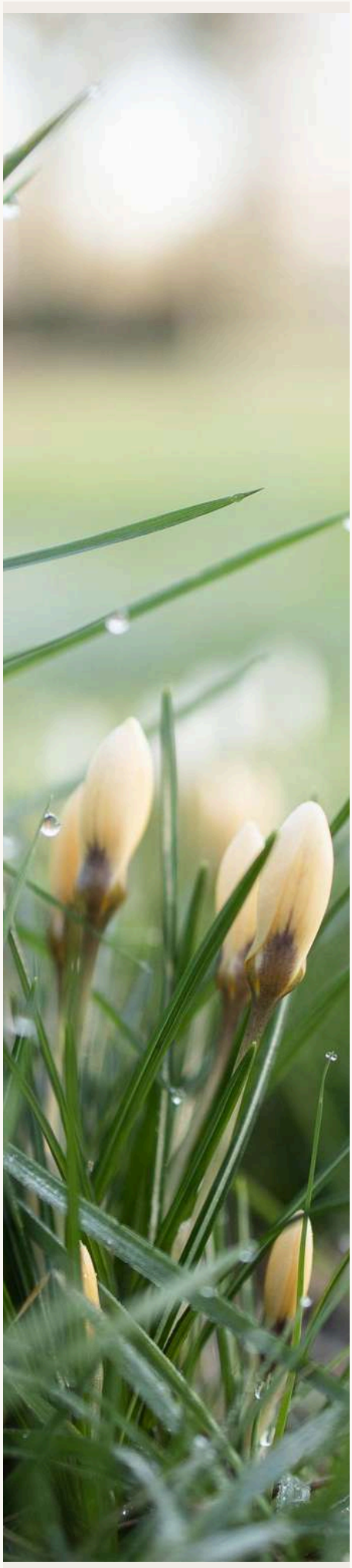
Mijn hart
daar wacht ik
op dat
waarvan
ik niet weet
maar hoop
vertrouw
dat woord die stem
jij mensenkind
wees welkom
in mijn licht

Herman Koetsveld

Toen ik dacht: Mijn voet glijdt weg, hield uw trouw mij staande, HEER. Toen ik door zorgen werd overstelpt, was uw troost de vreugde van mijn ziel.

Psalm 94:18,19





Midden in het leven

midden in het leven
een bericht van wankelen
ongerijmd ik niet ik

einder plotsklaps vlakbij
eenzaam tasten naar hoop
geen vat op de angst

lijf dat in de steek laat
strijd tegen ondergaan
en toevertrouwen ook

zoeken naar grond
schouder van liefde
taal die mij troost

altijd sterk ben ik
nu ook in zwakte
onbegaanbaar en gaan

zij om mij heen
geest die dragen zal
midden in het leven

Herman Koetsveld



Herfstlied

Storm en onstuimigheid, vernevelde verstilling.
De nachten lengen, ja, het donker wint;
zo lijkt ons leven gaande te verengen,
klein weggedoken, kwetsbaar te verlangen
naar de overwinning van het licht.

Toen warme zomersfeer, oplichtende beleving.
Getijden brengen ons die ommekeer.
Gevlamde kleuren, heftig protesteren,
vergeefse moeite, tegen al dat vallen
van het tere leven min en meer.

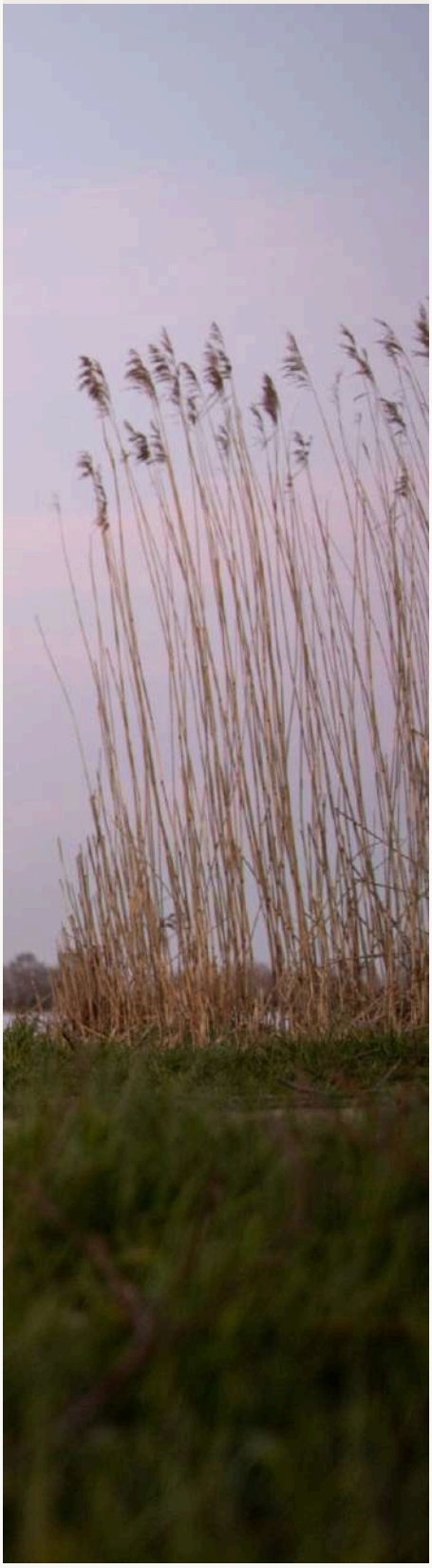
De grijze aardetijd gekrompen visioenen -
gedachten stormen, golven ongeland.
Hopend vermoeden en ook ergens weten
misschien het meest in deze najaarstijden
heel mijn vallen enkel in Gods hand.

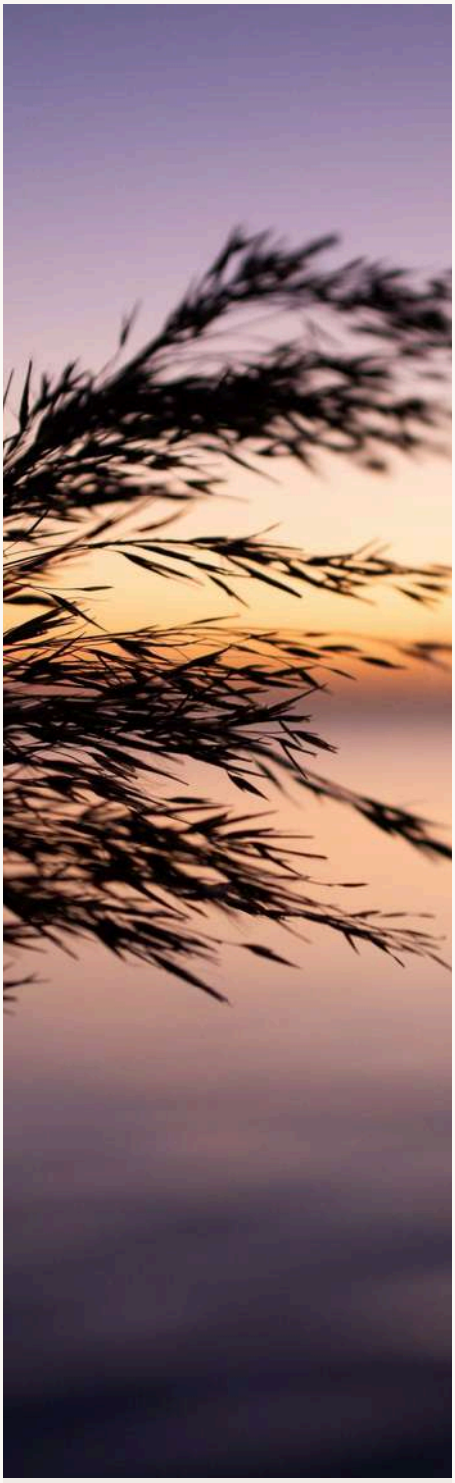
Herman Koetsveld

Monument van de dood

De doden hun namen soms
net leesbaar
nog wel of toch vervaagd
gewist in de getijden
deze stilgevallen aardplek
van voltooid verleden tijd
tot monument memento mori
het leven gaat er straatlangs
zij die uit de tijd genomen
in de diepe aarde gezonken
hun lichamen ontbonden
uiteengevallen moleculen
dat woord: tot stof zijt gij
bouwstof dat dan weer wel
onoverbrugbare kloof gapend
gat met hen die hier dat
onmogelijke loslaten
niet te leren beweging
bewogen vraag niet hoe
hun leven doorleefden
hun tranen meestal
onzichtbaar achter zwarte
buitenkanten hoeden af een
laatste groet
wat blijft de wind die
om de zerken wervelt
en de namen onhoorbaar
blijft fluisteren of woedend
soms meeneemt naar wie
weet waar

Herman Koetsveld





Wat blijft de wind die
om de zerken wervelt
en de namen
onhoorbaar
blijft fluisteren of
woedend soms
meeneemt naar wie
weet waar

Krachtiger dan de dood

Het is nog niet te begrijpen:
je stem niet meer te zullen horen,
jou niet meer naast me te vinden,
bij 't wakker worden
je gezicht niet meer te zullen zien.

Het is nog niet te begrijpen:
als anderen alweer doorleven,
als bijna niemand nog je naam noemt,
zal ik jouw stem nog horen in mij,
zal ik naar je verlangen
bij 't wakker worden van mijn verdriet.

Het is nog niet te begrijpen:
afscheid van jou te moeten nemen,
het klinkt zo koud en onherroepelijk,
je zult altijd bij me blijven.

Ik zal mijn verdriet niet koesteren,
maar jou 'n warme plek blijven geven
diep in mij.

Jij was mijn geborgenheid
mijn tegenwicht
de intens levende
de storm soms
maar ook de luwte
geleefd heb je
tot het einde toe

en je leeft nog ...

Marinus van den Berg

Beter naar een huis vol rouw …

Het is beter dat je naar een huis vol rouw gaat dan naar een huis vol feestrumoer, want in een huis vol rouw eindigt iedereen. Dat neme ieder mens zijn leven lang ter harte.
Prediker 7:2

In Nederland hoor je geregeld dat je iets van je leven moet maken, of moet streven naar geluk of genot. Salomo had dat verlangen ook, schrijft hij in Prediker 2. Hij probeerde te genieten van een makkelijk leventje met eten, drinken en feesten: tov! Maar hij kwam erachter dat zo'n houding het leven oppervlakkig maakt, hol en leeg. Vandaar dat hij ons hier doorverwijst naar een huis vol rouw, een plek waar ieder mens van nature juist zo ver mogelijk vandaan wil blijven. Want rouw herinnert ons maar al te pijnlijk aan onze eigen sterfelijkheid, en dat duwen we liever weg.

Toch kan ik wel met Salomo meevoelen. De keren dat ik bij een begrafenis was, keek ik opeens anders naar mijn leven. Je relativeert dingen waar je eerder over zat te miezemuizen. Je ziet scherper dat mensen in plaats van dingen ertoe doen, zoals je soms ook hoort over succesvolle zakenmensen die op hun sterfbed spijt krijgen dat ze te weinig tijd aan hun familie hebben besteed. Intens verdriet kan ook andere aspecten van mens-zijn aanboren: een diepere verbondenheid en liefde door gemeenschappelijk lijden, de wil om je leven te beteren en mensen te vergeven voor het te laat is. De dood kan een moment zijn waarop je ervaart dat de eeuwigheid deze wereld raakt. En, zo eindigt Salomo, dat naast mensen ook God ertoe doet met zijn liefde, troost, vergeving en uitnodiging Hem beter te leren kennen (Prediker 12:12-14).

Marleen van der Louw

Vraag

Ben je weleens op een begrafenis geweest en heb je daar iets van Gods troost en aanwezigheid mogen opmerken? Wat zou je vanuit dat perspectief in je leven anders kunnen doen?



Vraag

Hoe is het voor jou om te huilen? Vind je dat makkelijk of juist moeilijk? Deel de komende tijd iets waar je echt verdriet om hebt met iemand uit je naaste omgeving.



Gebroken mensen is de Heer nabij

Gebroken mensen is de HEER nabij, Hij redt wie zwaar wordt getroffen. Al blijft de rechtvaardige niets bespaard, de HEER zal hem steeds weer bevrijden.
Psalm 34:19-20

Ergens denken we allemaal diep in ons hart dat leed ons niet zal treffen. Wanneer dat wel gebeurt, ervaren we ongeloof, soms zelfs boosheid. Waarom ik? Waarom heeft God dit toegelaten? Emoties die Job en zelfs Jezus verwoordden.

De Bijbel leert ons dat door de zondeval lijden en dood iedereen eens zal treffen. Het maakt niet uit of je goed geleefd hebt (‘de rechtvaardige blijft niets bespaard’) of er een potje van hebt gemaakt. Dat is de harde werkelijkheid van deze wereld, die vaak oneerlijk aanvoelt. In de psalmen hoor je dit terug: ongeveer 40 procent van de psalmen bestaat uit klaagzangen. Dichters worstelen met dat leed.

Toch is dat niet de eindconclusie van deze dichter. Hij gelooft dat God dicht bij hem is, juist in zijn verdriet. Dit geloof laat hem anders naar zijn situatie kijken en maakt hem opmerkzaam op God. Dat is ook wat ik hoorde van 22 weduwen en weduwnaars die ik voor een onderzoek interviewde. Velen getuigden over de voelbare kracht van God, bijzondere ervaringen of onbaatzuchtige hulp van anderen. Het maakte hen niet minder verdrietig, maar

gaf wel het vertrouwen in Gods levende aanwezigheid die hen er in donkere dagen doorheen sleepte. Ook het luisteren naar liederen over God liet hen regelmatig boven hun gevoelens van somberheid uitstijgen. Vooral die ontroerend mooie psalmen die zo treffend woorden gaven aan hun eigen geloofsworstelingen, met klacht en lofprijzing. Ze mochten echt ervaren: gebroken mensen is de HEER nabij!

Marleen van der Louw

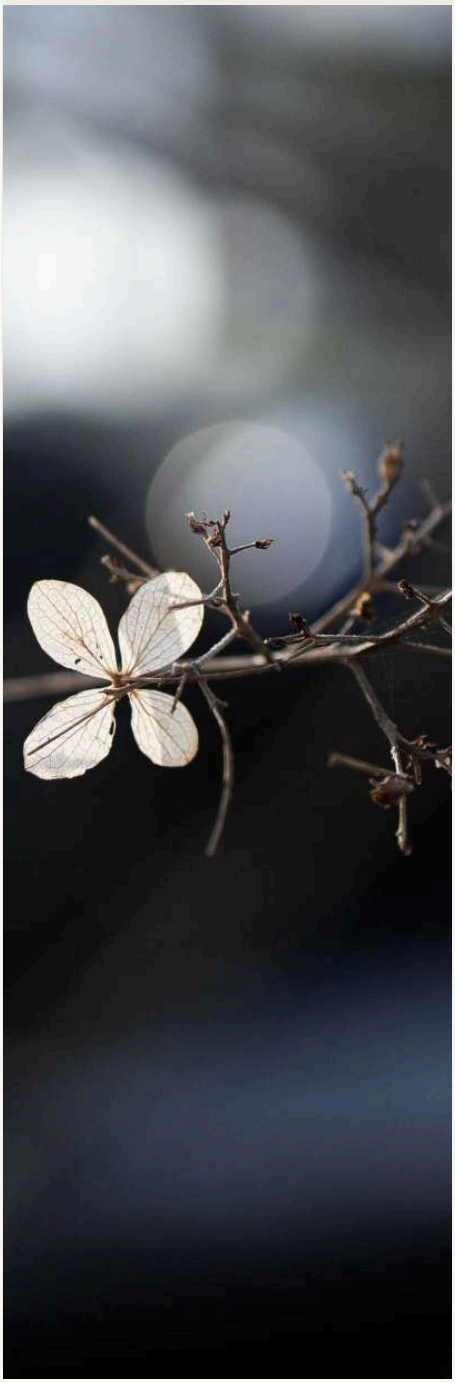
Vraag

Ken je anderen die lijden? Vraag hen eens oprecht naar hoe het met hen gaat en luister onbevangen naar hun hele verhaal. Misschien komen er door jouw luisterhouding ook pareltjes van Gods aanwezigheid naar boven.



Vraag

Hoe is het voor jou om te huilen? Vind je dat makkelijk of juist moeilijk? Deel de komende tijd iets waar je echt verdriet om hebt met iemand uit je naaste omgeving.



Jezus voelt mee met onze pijn

> *Jezus begon te huilen.*
> Johannes 11:35

Van nature – of vanwege onze Nederlandse cultuur? – ben ik niet zo'n huiler. Kiezen op elkaar en vooral geen medelijden. Die houding hield ik niet meer vol toen mijn geliefde overleed: ik herkende mezelf niet in de scheurende pijn, plotseling opkomende tranen en de eindeloze moeheid die jarenlang over me heen lag. En af en toe nog steeds ligt. Dan voel ik een sluimerende hoofdpijn, waarvan ik veel te laat besef dat het verborgen verdriet is.

Johannes 11:35 is de kortste tekst uit de Bijbel. Een andere vertaling zegt: 'Jezus weende.' Kort en krachtig. Het geeft me troost: Jezus moest ook afscheid nemen van geliefden en kent rouw van binnenuit. Hij huilt om afgebroken leven, om verloren vriendschap, om die laatste vijand die de dood ten diepste is. Jezus voelt daardoor mee met onze pijn en gaat als Herder voor ons uit (Psalm 23:4). Als je beseft dat Jezus mens én God is, opent dat nog een diepere dimensie. Onze God is geen afstandelijke God, maar huilt zelf ook. Sterker nog: uit liefde voor ons ging Hij er zelfs voor aan het kruis …

Gelukkig eindigde het daar niet: die explosieve kracht van Gods liefde zorgde op paasmorgen voor Jezus' overwinning op de dood, met de belofte dat Hij eens alle tranen uit onze ogen zal wissen (Openbaring 21:4). Maar tot het zover is zal ik, met Jezus, vanwege alle gebrokenheid in de wereld vast nog wel eens zitten te soppen op de bank.

Marleen van der Louw

Je mag alle zorgen met Hem delen

Ik wil Christus kennen door de kracht van zijn opstanding te ervaren, door te delen in zijn lijden en aan Hem gelijk te worden in zijn dood.
Filippenzen 3:10

Is lijden ergens goed voor? Kom nou! Er is alle reden om lijden zo snel mogelijk de wereld uit te helpen! Helaas ligt het niet zo simpel. Want als jou iets ergs overkomt, werkt vermijding negatief. Je kunt er beter dwars doorheen. Hoe je er doorheen gaat, is wel belangrijk. Dat kan je beter of bitter maken.

Paulus geeft ons in bovenstaande tekst advies: als je midden in jouw lijden je ogen op Christus gericht houdt, leer je beter begrijpen wat Jezus' lijden voor ons betekent. Je leert Hem beter kennen en je wordt ook meer zoals Hij. Hoe dan? Je mag al je zorgen met Hem delen (bidden). En bijbelgedeelten die eerder alleen tekst waren, kunnen opeens je hart raken als levend Woord.
Je dankbaarheid zal groeien, voor de mensen om je heen, voor Gods genade, en voor elke nieuwe dag dat je Gods kracht mag ervaren. Daarnaast maakt Jezus je door jouw eigen verdriet ook gevoeliger voor het leed van anderen. Je voelt mensen die pijn hebben beter aan en je oordelen worden minder hard, zoals iemand me vertelde. In je gebrokenheid groei je zo meer van doen naar zijn. Je wordt een puurder, mooier en heler mens, op een totaal andere manier dan je ooit voor mogelijk had gehouden. Nee, ik bagatelliseer het niet: lijden blijft pijnlijk rauw en is vaak een eenzame weg. Maar als je Jezus erbij betrekt, zul je er beter uitkomen (Hebreeën 12:11).

Marleen van der Louw

Vraag

Welke bijbelgedeelten raken jou juist in situaties van verdriet, en wat heeft dat je geleerd over Jezus? Hoe heeft persoonlijk lijden jou gevoeliger gemaakt voor anderen?





Als bijna niemand nog je naam noemt zal ik jouw stem nog horen in mij

De gestorvene

Zeven maal om de aarde te gaan,
als het zou moeten op handen en voeten;
zeven maal, om die éne te groeten
die daar lachend te wachten zou staan.
Zeven maal om de aarde te gaan.

Zeven maal over de zeeën te gaan,
schraal in de kleren, wat zou het mij deren,
kon uit de dood ik die éne doen keren.
Zeven maal over de zeeën te gaan,
zeven maal, om met zijn tweeën te staan.

Ida Gerhardt

“Hij zei alleen maar mijn naam …”

Een vrouw vertelde dat haar man stervende was. Hij was groot en fors, zij tenger en smal, en in de dagen dat haar man steeds zieker werd, dacht ik dat ze zou breken. Hun huwelijk was kinderloos gebleven en daar hadden ze verdriet van gehad. Maar er waren vrienden en andere lieve mensen, en tal van goede dingen die hun leven gevuld hadden. “Ik weet niet hoe ik verder moet zonder hem”, zei ze tegen me. “De toekomst is een groot zwart gat. Het liefst ging ik met hem mee. Maar nu is me vannacht iets vreemds overkomen. U moet me niet uitlachen.” “Ik lach nooit om wat voor iemand betekenis heeft”, zei ik. “Ik lag in bed”, begon ze. “Ik kon niet slapen. Ik moest denken aan hoe het verder moet. Ik voelde me radeloos en dacht: als het nu al zo erg is, hoe moet het dan zijn als hij gestorven is? Ik dacht dat ik erin stikken zou. Toen was het alsof er iemand naast mijn bed stond.

Het was niet alsof, het was zo, ik kon hem bijna aanraken. Hij keek me aan en ik hem, en toen legde hij zijn hand op mij. Ik voel die hand nog", en ze wees op haar schouder. "En toen zei hij mijn naam. Hij zei alleen maar mijn naam. En toen: vrees niet. Daarna was hij weg."

"Wat een wonderschoon verhaal is dat", zei ik.
"Vindt u het niet raar?", vroeg ze. Ik zei: "Ik zal ik u wat voorlezen." Toen las ik haar voor uit het boek van God, dat ze wel kent, maar vooral als een boek dat gaat over andere mensen, niet over haarzelf.
Nu las ik haar voor, zó, dat ik hoopte dat ze kon horen dat het over haar ging:

Heer, Gij doorgrondt en kent mij;
Gij kent mijn zitten en mijn opstaan,
Gij verstaat van verre mijn gedachten; (...)
en Gij legt uw hand op mij.

Psalm 139, NBG51

Margriet van der Kooi



Ik moet weten of zij nog een naam heeft bij God. Ik noem haar naam elke avond en elke morgen in mijn gebeden.



Dat de weg je tegemoet komt, dat de wind je steunt in de rug, dat de zon je gezicht warmt, de regen je veld vruchtbaar maakt en totdat we elkaar weer zien: dat God je in de palm van zijn hand bewaart.

traditionele Ierse zegen

Waar ben je nu?

Een grootvader vertelt. “Toen mijn vrouw gestorven was, wilde onze kleindochter beslist naar haar toe. Stil stond ze bij de kist. ‘Oma, hoort u me?’ en na een tijdje: ‘Oma hoort niks meer, ze zegt niks tegen me.’ Ze bleef met zo veel aandacht in de kist kijken dat ik me afvroeg wat ze dacht. Toen: ‘Oma, waar ben je nu?’”

Zo’n goede vraag: ‘Oma, geliefde, moeder, vader, zoon van me, dochter, kleine schat die zo kort leefde dat we je niet konden leren kennen, waar ben je?’

Een oudere collega, wiens vrouw kort voor hij met pensioen ging stierf, vertelde over zijn proefschrift.

“Waarover gaat het”, vroeg ik. Hij zei: “Schrik niet. Het gaat over de opstanding der doden.” “Waarom zou ik daarvan schrikken?”, zei ik.

“Iedereen vindt het mooi dat ik studeer. Het had overal over mogen gaan. Over God, de sacramenten, de leegloop van de kerk, of je daar wel of niet van alles aan moet doen. Maar als ik zeg: het gaat over de opstanding der doden, dan schrikt iedereen. Geloof je daar dan in, vragen mensen. Je bedoelt opstanding zeker symbolisch? Dat de overledene in ons hart voortleeft, zoiets?

Nee, zeg ik dan, ik ik moet weten wat ik verwachten mag voor mijn vrouw, voor mijzelf. Het is van levensbelang. Ik wil niet geloven dat alles wat van haar over is herinneringen, foto’s en een graf zijn. Ik moet weten of zij nog een naam heeft bij God. Ik noem haar naam elke avond en elke morgen in mijn gebeden.”

Margriet van der Kooi



Afscheid nemen

Afscheid nemen
is met zachte vingers
wat voorbij is dichtdoen
en verpakken
in goede gedachten
der herinnering.

Is verwijlen
bij een brok leven
en stilstaan op de pieken
van pijn en vreugde.

Afscheid nemen
is met dankbare handen
weemoedig meedragen
al wat waard is
niet te vergeten ...

Is moeizaam
de draden losmaken
en uit het spinrag
der belevenissen
loskomen en achterlaten
en niet kunnen vergeten ...

Dietrich Bonhoeffer

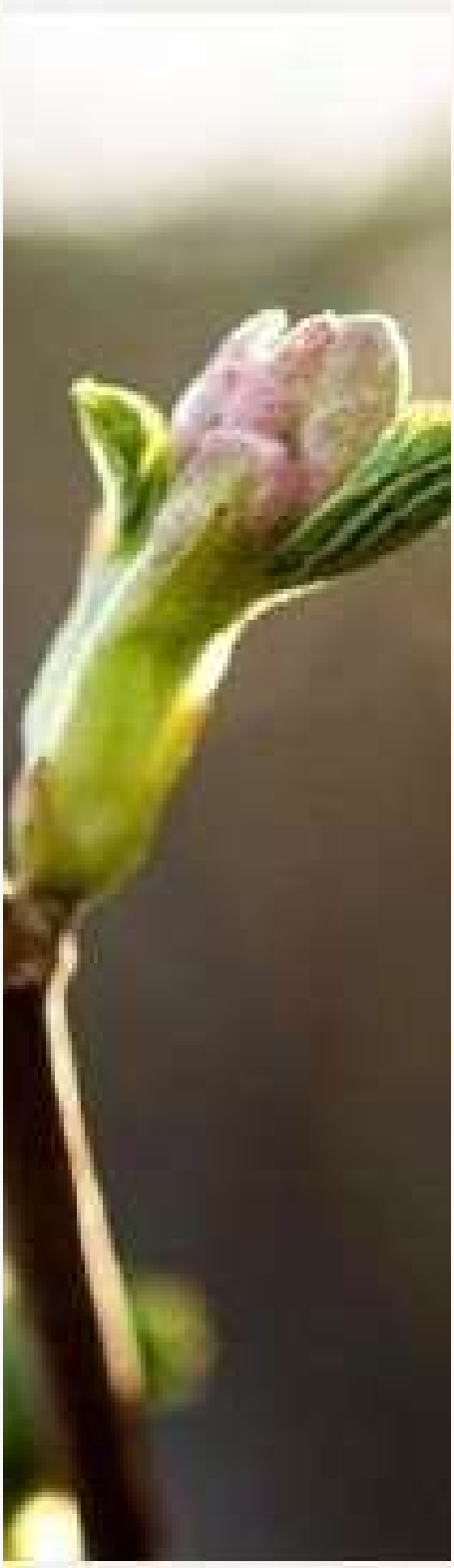
Leven in het nu?

“Mindfulness is fantastisch, zegt men. Ik heb het zelf ook gedaan”, vertelt een meneer met dementie me. “Leven in het nu, dat moet het zijn.” Maar hij voegt eraan toe: “Ik kan je uit ervaring zeggen: alleen maar leven in het nu is helemaal niet leuk. Ik weet niet meer wat ik gisteren heb gedaan of wat er morgen op de agenda staat.”

Deze meneer ervaart dementie als een groot verlies: van zijn capaciteiten, van zijn toekomstperspectief en zelfs van zijn identiteit: “Je bent eigenlijk niemand meer. Je hebt geen verleden waarover je kunt vertellen en je weet niet waar je naartoe gaat.”

Mindfulness, of meditatie, is een mooie vorm om te oefenen in het leven in het hier en nu, zonder je te verliezen in gedachten of gepieker. Maar het is alleen vruchtbaar als je weet dat dat hier en nu omgeven is door God, die heeft laten zien wie Hij is: in jouw eigen leven, en in de grote geschiedenis. En die heeft beloofd wie Hij zal zijn: in jouw leven, en door de eeuwen heen.
Ik probeer hen die dat gaan vergeten vanwege dementie zich die geschiedenis en toekomst te laten herinneren. Zodat zij zich gedragen weten, al voelen ze zich soms verloren in het huidige moment. Dat zij herinnerd worden aan wie zij zijn, en wie zij zijn in Christus. In leven én in sterven.

Tim van Iersel





Hemel

Terwijl ik de spullen klaarzet voor de kleinschalige kerkdienst in het verpleeghuis, vraagt een mevrouw met dementie mij plots: “Denkt u dat we in de hemel komen?” Ik antwoord: “Dat denk ik wel, wat denkt u?” Zij zegt daarop: “U zeker! U komt onherroepelijk in de hemel!”

Die middag spreek ik een zoon van een andere bewoner. Hij zegt: “Ik zie er niet tegenop als mijn vader komt te overlijden. Ik heb al afscheid genomen. Het rouwproces heb ik al doorlopen.” Dementie is soms rouwen, terwijl de persoon nog leeft. Hij of zij gaat immers steeds verder achteruit en kan zelfs veranderen. “Hij is er eigenlijk niet meer.”
Maanden later spreek ik de zoon weer na afloop van de herdenkingsbijeenkomst, als we de overledenen van het afgelopen jaar gedenken.

Ook de naam van zijn vader is genoemd. Hij zegt: “Zijn sterven heeft toch wel pijn gedaan. Vreemd, ik dacht dat ik al afscheid had genomen. Maar dat was niet zo. Ik heb hem bij zijn overlijden pas echt verloren.”

Wonderlijk: ook al verlies je door dementie zoveel vaardigheden en spreek je misschien geen woord meer, je bent er nog steeds. Je bent namelijk niet enkel je brein. Je bent lichaam en ziel. Als ik in stilte bij iemand met dementie zit, voel ik dat. We spreken misschien geen woord, maar er is zielsverwantschap. Ja, bedenk ik dan: we komen in de hemel. Want als de adem stokt en het lichaam stopt, draagt God onze ziel in eeuwigheid.

Tim van Iersel



U vergeet ons niet

Trouwe God,

Wees met ons aanwezig,
hier, in ons verdriet.
Als wij zo dan samenzijn
vergeet U ons nu niet.

Wij gedenken onze liefste
die U uw adem gaf.
Met wie wij mochten leven
tot aan de laatste dag.

Het oog op toen en nu
vervaagde door vergeten.
Een dichte mist onttrok het zicht aan
herinneren en weten.

Wij gedenken onze liefste
aan wie U uw Naam verbindt.
De naam die wij mochten
noemen,
reeds ontvangen als een kind.

Die naam van toen en nu
zullen we nimmermeer vergeten. Die
naam klinkt ook vandaag
en blijft herinnerd in uw weten.

Wij gedenken onze liefste
en zingen tot U een lied.
Opdat wij elkaar herinneren:
U vergeet ons niet.
Amen

Tim van Iersel

Liefdevolle God,

Vader,
Tot U kom ik met mijn gebed,
om mijn geliefde die zo verward is geraakt,
die mij niet meer zomaar herkent,
maar die ik zelf ook niet meer ken;
de veranderingen zijn zo groot.
U wil ik bidden om kracht.
Wilt U bij mijn geliefde zijn,
die leeft in een leven van vergeten en verwarring.
Herinner uw geliefde mens, uw kind.

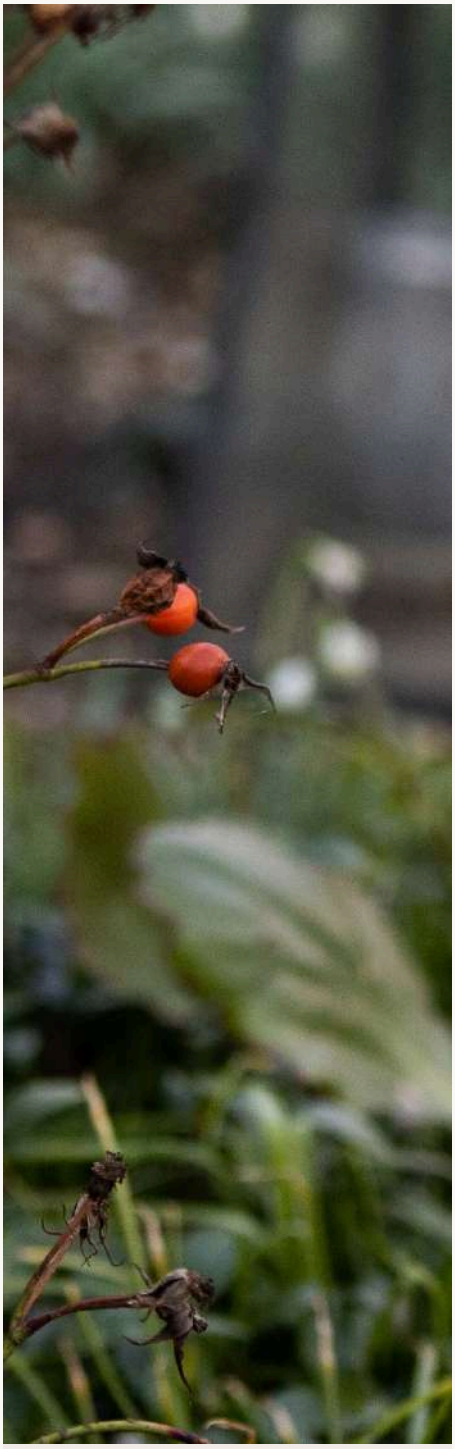
Jezus Christus,
U kent het mensenleven
en weet van eenzaamheid en lijden.
Wilt U mij troosten in mijn zorgen en verdriet
als ik mijn geliefde zo afhankelijk zie worden.
Schenk mij uw nabijheid en hoop.
Wees met mijn geliefde als het levenseinde nadert,
de adem nog zo kwetsbaar wordt geblazen.
Wilt U mij de rust geven om nabij te kunnen zijn,
tot in de laatste uren.

Heilige Geest,
Ieder moment van de dag gaat U mee,
bent U in ons, als levensadem en bezieling.
Ga zo met ons mee, met mij en mijn geliefde.
Dat U ons sterkt als het zwaar is
om het leven te zien aftakelen
en daaraan te te lijden.
Wilt U ons opbeuren als ons dat zelf niet lukt.
Dat we opnieuw de energie ontdekken
waarmee U ons vervult.

Zo bid ik U, liefdevolle God,
in de naam van de Vader, de Zoon en de heilige Geest.

Amen

Tim van Iersel



Als de adem stokt
en het lichaam
stopt,
draagt God onze
ziel in eeuwigheid



Waak over ons

Waak over ons
waar we ook zijn
wat we ook doen
wat we ook denken.

Waak over ons
over onze naasten
onze geliefden
wat ze ook denken
waar ze ook zijn.

Waak over hen
geef ze sterkte
deze moeilijke tijd te overwinnen
en leer ons
en onze naasten
deze moeilijke situatie te doorstaan

en wanneer de tijd daar is
elkaar steun en kracht te geven
en een nieuw begin te maken
en ons te begeleiden naar onze
toekomst.

Waak over ons
wanneer we U nodig hebben
in voor- en tegenspoed.

bron onbekend

“Ga maar pa, het is goed”

‘… en met deze woorden gaf hun vader elk van hen een eigen zegen.
Genesis 49:28b

Aan het slot van het eerste bijbelboek, Genesis, zegent de stokoude Jakob zijn twaalf zonen. Je ziet het voor je, kinderen om het bed van hun stervende vader. Kennen ze zijn verhaal? Weten ze hoe hij zijn broer Esau bedroog om hun vaders zegen? Hoe hij ooit vocht om een zegen in de nacht? Hoe bang hij toen was? Of heeft hij er nooit meer over gesproken?

Het is te laat voor vragen. Jakob zegent ieder van de twaalf zonen. Een voor een. Dan legt hij zijn voeten bij elkaar op het bed en geeft de geest. Ach, was de dood altijd maar zo mooi en rustig. Op hoge leeftijd, met de kinderen om je heen op jouw moment in je eigen bed.

Zomaar een vrijdag. Een dochter, een zoon, een vriendin van de dochter. De apparaten zoemen, het matras zucht en vader ademt traag. Zijn laatste dagen, uren. Vader had dit gewild, zegt de zoon. Ik knik.

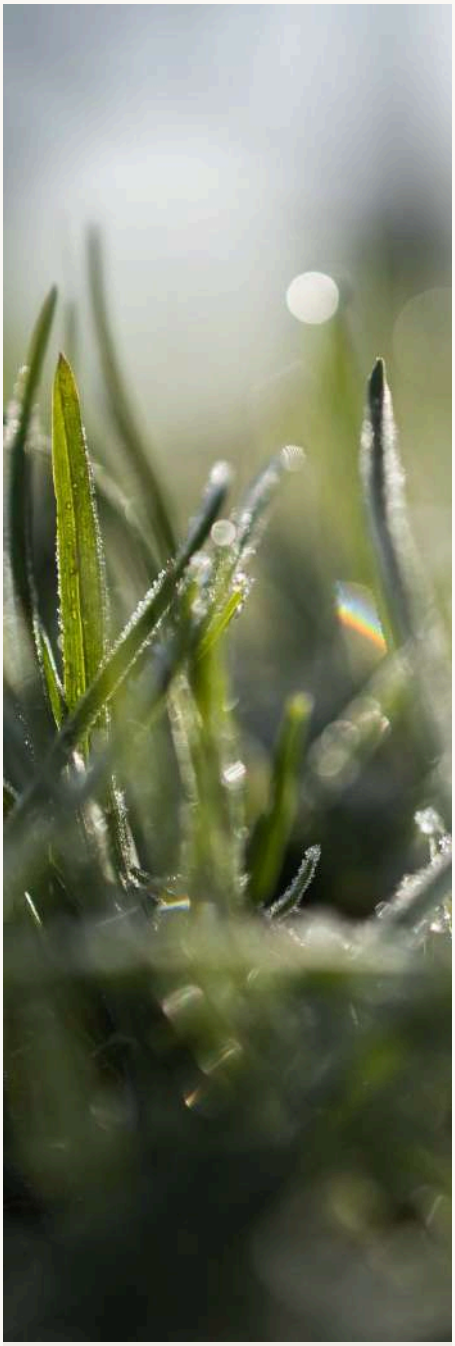
“Hoezo een zegen?” De dochter is fel, de zoon verstrakt. “Het is een gebaar …”, probeer ik. “Een moment van loslaten, in Gods naam.” Haar blik legt me het zwijgen op. Ik denk na over wat haar volgende vraag zou kunnen zijn: “Hoezo God?” of: “Wat hebben wij daaraan?”, maar ze vraagt niets.

Ze zwijgt. Peinzende stilte. Dan, aarzelend: “Hij liet me gaan. Moeder was tegen, toen. Mijn zegen heb je, zei hij ook. Gek, hoe ik me dat nu ineens herinner. Precies wat wat hij zei en hoe dankbaar ik hem toen was.”

Ze knikt. Ik nader, zeg zijn doopnamen en leg hem de handen op.

Dan is het stil. “Ga maar, pa”, fluistert ze. “Het is goed.”

Werner Pieterse



**De Heer zegent je en Hij behoedt je.
De Heer doet zijn aangezicht over je lichten en is je genadig.
De Heer verheft zijn aangezicht over je en geeft je vrede.**

Geloof in dagen van rouw

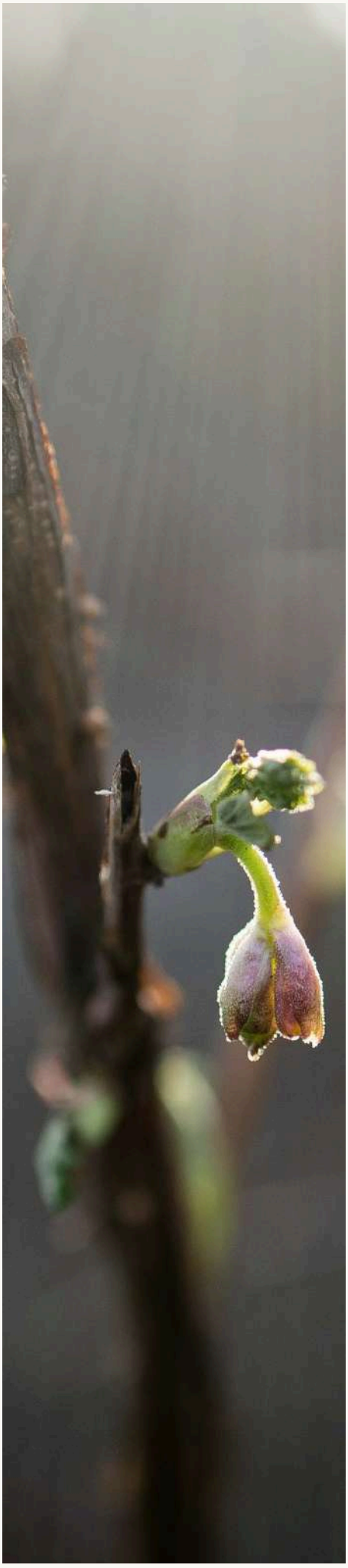
‘Daarna opende Job zijn mond en vervloekte de dag van zijn geboorte.’
Job 3:1

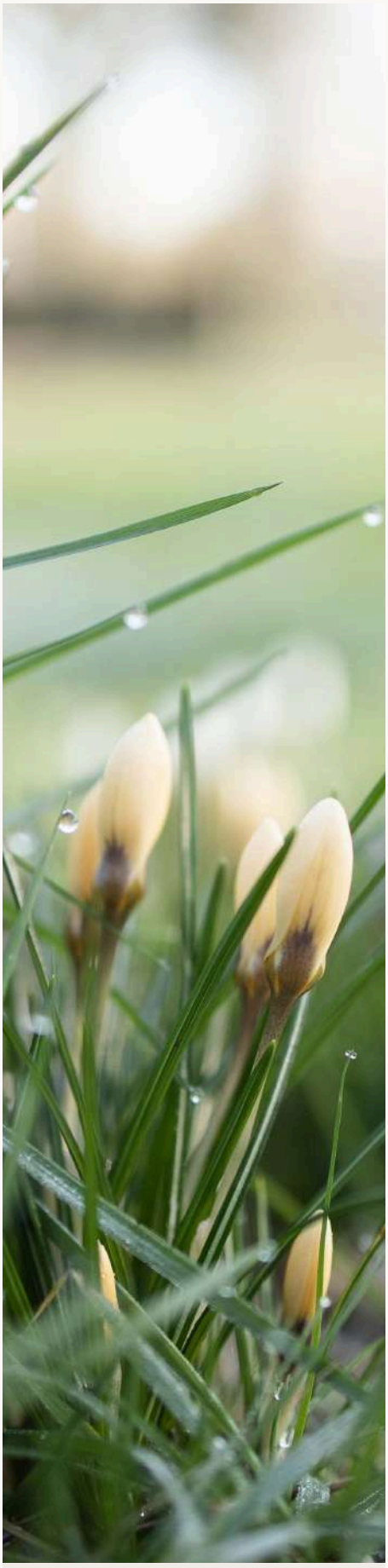
‘Toen antwoordde de Heer Job vanuit een storm.’
Job 38:1

Als alle rampen Job hebben getroffen, alles om hem en in hem ‘dood’ roept, komt het rouwbezoek. Drie vrienden. Zeven dagen en zeven nachten blijven ze naast hem in het stof zitten. Zwijgend. Het moet een eindeloos, oorverdovend zwijgen zijn geweest, een hele scheppingsweek lang. Een uithouden met elkaar. Dan, op de achtste dag, de eerste dag van de nieuwe week, opent Job zijn mond en vloekt hartgrondig. Na zijn bittere klaagzang - ‘ik heb geen ander voedsel dan verdriet / mijn klachten stromen in een vloed van tranen’ - beginnen de vrienden een voor een te spreken. En hoe. Oorzaken, antwoorden, redenen en verklaringen: ‘Het overkomt je niet zomaar, Job, het is een leerschool. Je moet geloven, Job.’ Het is niet gemakkelijk een vriend te zijn in dagen van rouw. ‘Je komt eroverheen, Job, het zal weer morgen worden, kijk naar wat je wel hebt. Job, je moet verder … je wordt er sterker van, je doet het zo goed … bid nu maar …’ Met ieder woord van goedbedoelde troost verdwijnt Job verder achter de taal. Tot God zijn raadselachtige zinnen uit de storm spreekt. Maar ook van God komt geen antwoord, maar een storm van vragen. Deelt God zo in Jobs niet-weten? Is God de stem van Jobs wankel vertrouwen, zijn ‘ondanks toch’, de bron van die ene zin: ‘Ik weet dat mijn verlosser leeft’?

Geloof in dagen van rouw. Eén regel uit een lied, een oud woord van hoop, een ‘ondanks alles’, een hardnekkig ‘en toch’. Een woord in het onweer. Vraag me niet waarom en hoe.

Werner Pieterse





Bij het graf

‘... ze vonden het lichaam niet...’
Lucas 24:3

‘Houd me niet vast.’
Johannes 20:17

Pasen begint met de moed van een paar vrouwen die het graf tegemoet gaan. De eerste dag biedt weinig spektakel. Ze vinden de steen weggerold, maar het lichaam vinden ze niet. Nog meer leegte, alsof de dood nog niet pijnlijk genoeg is. Waar hebben ze Hem neergelegd? Waar vind ik Hem die ik nu zo mis? De windsels in het lege graf benadrukken het gemis des te meer, als een jas aan de kapstok. Duisternis en afgrond. Chaos in je hoofd. Woeste leegte als op de eerste dag, en nergens roep om licht. Niets te vinden, niets te aanbidden, niets om tot leven te wekken. Niets zal ooit nog zijn zoals het was. Dode stenen in het gras.

Maar dan toch.
Jouw stem die mij vragend roept.
Jij die mijn naam zegt, zoals alleen jij die zeggen kan.
Dan toch, jij die er altijd was. Ik herken je toch, ik ben niet gek.
Hou me toch vast als je zegt: laat me gaan ...
Ik zal gaan, alleen niet zonder jou.
Ik moet gaan. Het leven in.
Je hebt gelijk.
Hier is niets te vinden.

Werner Pieterse



‘U kent mij, U doorgrondt mij’

bij Psalm 139:1

Te weinig hebben we echt gesproken
hoeveel we ook hebben afgepraat
te veel gewoon voor lief genomen.
Alles leek er toen voor altijd te zijn
gewerkt hebben we, geleefd
gewoon, de mooiste dagen door.

En nu ik naar de stilte luister
hoor ik steeds de woorden
fluister ik de zinnen die
ik je te weinig heb gezegd.

Laat de Ene er toch zijn
de God die jouw gebeden hoorde
die je stilte begreep en
wist wat je te zeggen had.

Laat de Ene er toch zijn
en jou liefhebben zoals jij mij
zo lang hebt liefgehad.

Werner Pieterse

‘Mijn tijden zijn in uw hand’

bij Psalm 31:16

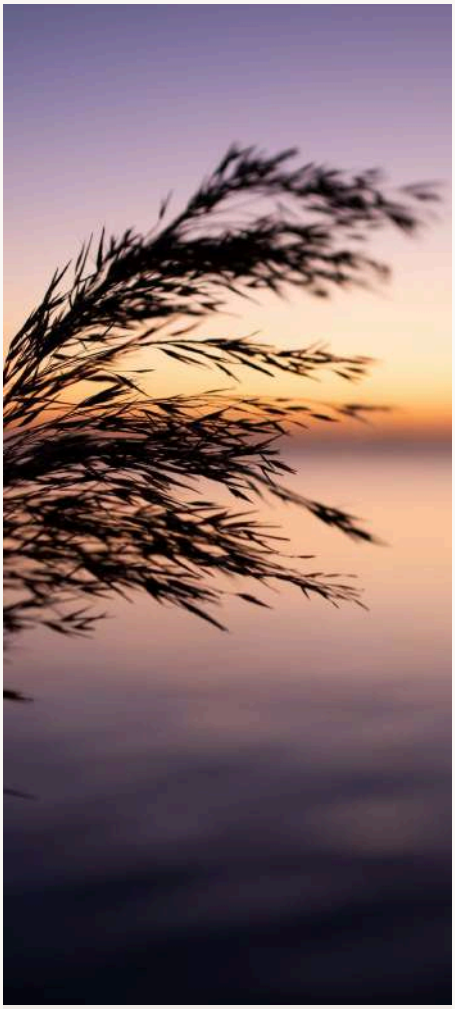
Toch maar weer een kaars gebrand
in zo’n holle lege kerk
vol pijnlijke stilte opnieuw
je jaren geteld en …

Zou je stoer zijn nu of eerder schuchter
onhandig met je veel te grote lijf
of vol bravoure met zekere stappen …
Zou je ruzie maken, ons de rug toekeren
weglopen of alleen maar
hangen op de bank …

Na al die jaren ben je er weer
en je zult er zijn - zolang ik
hier mijn kaarsen brand
en dag aan dag
je jaren tel.

Werner Pieterse





Herinneringen

Ik mis je zo ... de dag begint
en eindigt vaak met stil
verdriet:
ik zoek voortdurend, maar
ik vind
geen thuis meer, want jij
bent er niet.

Ouke Dijkstra, bij het overlijden van zijn vrouw (1991)

Maar het meest van al de liefde

bij 1 Korintiërs 13

Het mag allemaal weg:
wat we dachten te weten
wat we geloofden, hoopten
wat we zochten en nooit vonden
al die grootspraak van ons.

Al de dingen ook, die honderdduizend foto's,
die boeken, jouw stapels kranten, bladen, zooi
al die dingen waarmee we dachten de wereld
de baas te zijn en klein te krijgen, ooit
het mag allemaal weg.

Als de liefde maar blijft
dat moment, je blik, je hand. Toen -
hopen, geloven, natuurlijk ook dat,
maar meer dan dat alles, de liefde toch.

Als je liefde maar blijft
dan red ik het wel
misschien.

Werner Pieterse

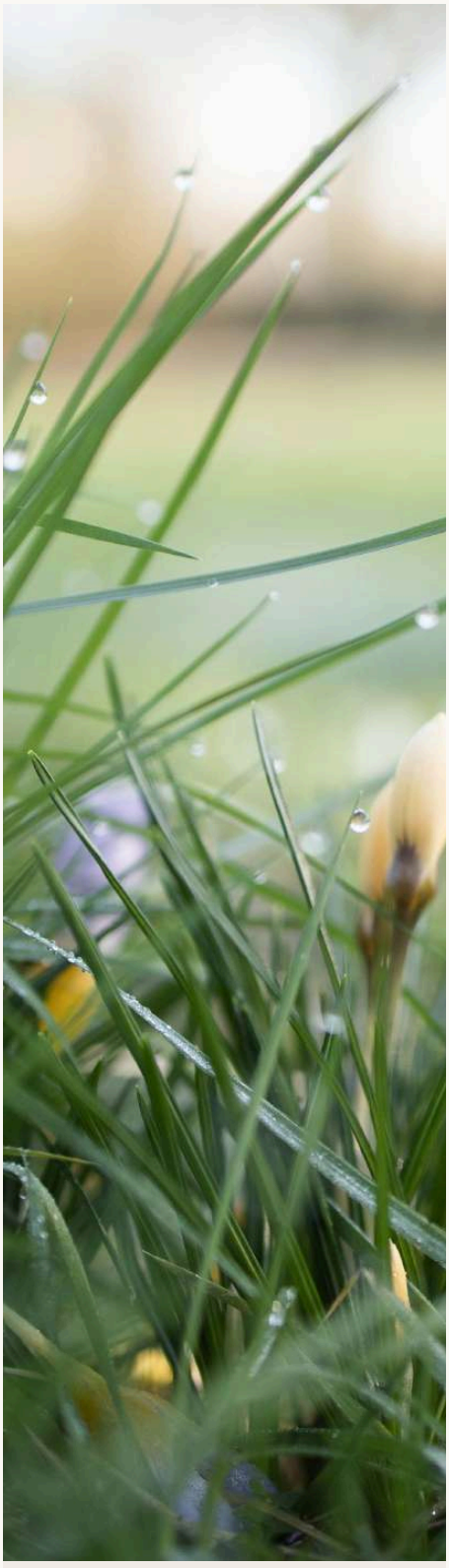
Vergeet niet hoe wij heten

Vergeet niet hoe wij heten:
naar U zijn wij genoemd.
Zoudt Gij ons niet meer weten
dan waren wij gedoemd
te sterven aan uw leven;
maar zo Gij ons gedenkt
is er een eeuwig even,
een ogenblik gegeven
een paasdag die ons wenkt.

Zij raken niet vergeten
die over zijn gegaan
tot U, want in uw heden
bewaart Gij hun bestaan.
Hun namen zijn verzekerd
in uw gedachtenis,
Gij zult ze blijven spreken
tot die dag aan zal breken
waarop het wachten is.

Vergeet niet hoe wij heten,
wij heten naar uw naam.
Uit duizenden gebeden
stelt zich uw eenvoud saam.
Want zo zijt Gij gebroken,
gelijk het ene licht,
van naam tot naam gesproken,
van dag tot dag ontloken,
zo zien wij uw gezicht.

Willem Barnard





Ik blijf je missen

Ik blijf je missen,
niet je woorden
niet je glimlach
niet je adem
niet je lichaam.

Ik blijf je missen,
niet je kommer of verdriet
niet je tasten of zoeken
niet je blij of eenzaam zijn.

Ik blijf je missen,
en als je vraagt:
'Wat mis je dan?'
moet ik het antwoord schuldig blijven.
Niet omdat ik het niet weet.
Ook niet omdat ik het niet kan zeggen.
Als ik kon zeggen hoeveel ik van je hield
dan hield ik niet veel van jou.

Laat de stilte het antwoord zijn,
laat wind of bloemen of stenen het antwoord zijn, laat liefde het antwoord zijn.
En laat God, die Liefde is,
zeggen of het antwoord echt is ...

kuleuven.be

Kruikje voor mijn tranen

Vanmorgen schonk de zee mij
een kruikje voor mijn tranen.
Uit de grote diepte vol van het natte zout
gaf ze me een schelp, zo groot
dat ik er net mijn hand omheen kan vouwen.

Uit ervaring wist ze dat er al heel wat
van mijn tranen in haar stroom
waren samen gevloeid.
Natuurlijk is mijn verdriet niet maar een handvol tranen,
maar dat het wel te vatten is, te dragen –
fluisterde ze me toe.

Het kruikje begrenst en geeft ruimte,
en als het te veel wordt, dan giet ik haar
teder uit in de oneindige kruik
die past in de hand van de Liefdevolle.

Janneke Nijboer



Piëta

Dit verdriet verscheurt me,
mijn stroom van tranen
slijt diepe geulen in mijn
lijf, in mijn hart, in mijn ziel.

Bloed van mijn bloed,
gebaard met pijn en kracht.
Kind uit mijn schoot gewrongen,
man geworden.
En nu,
dit geschonden lichaam.

We zijn elkaar nog niet
verloren,
in de kramp van pijn,
nog één keer opengaan,
mijn hand,
... jouw hand
leven geven.

Janneke Nijboer





Allerzielen

Voor de laatste keer
je laarzen uitgedaan,
de dag verlaten,
je huis binnengegaan.

Voor de laatste keer
het schoeisel
van jouw leven uitgedaan.
De kinderschoenen met klittenband
en bonte kleuren;
de hakken onder je altijd zwierige rok;
de werkschoenen met stalen neuzen;
de spitzen dansend op de houten vloer;
de aangepaste schoenen,
precies voor jou op maat;
de ziekenhuisklompen om
van bed tot bed te gaan;
de kisten voor je missie;
de pantoffels warm en zacht.

Je hebt ze uitgedaan
voor de laatste keer,
om op kousenvoeten
– zonder het te weten –
stilletjes naar huis te gaan.

Janneke Nijboer

In de palm van Gods hand

Je aarzelt als je gevraagd wordt hoeveel kinderen je hebt. Je wilt geen verrader zijn, maar vandaag heb je geen zin in het geschrokken gezicht van de vragensteller. Je slikt de naam in van dit prachtige wezentje dat ademloos ter wereld kwam.

De naam van een mens is het meest krachtige waarmee je de herinnering aan iemand tevoorschijn kunt halen. Hij of zij is er echt geweest. In de Bijbel wordt over God gesproken als een moeder. Zij zal het kind dat ze gezoogd heeft nooit vergeten. Zij zal het altijd bij zich dragen. Want, zo staat er: ik heb je in mijn handpalm gegrift.

De kracht van deze bijbeltekst heeft voor mensen die geloven bijna dezelfde waarde als de inschrijving in het geboorteregister. Vaak is de betekenis nog groter. De gedachte dat de namen van mensen in de palm van Gods hand staan geschreven, troost. Vanaf het eerste begin is God betrokken bij mensen. Dit leven, hoe kort misschien ook, is erkend, gezien en bewaard bij God. Er is iemand die je meehelpt de naam bij zich te dragen. Zo zul je dit kind, die ene mens, nooit vergeten.

En in die hand staat ergens ook jouw naam te lezen. Ook jij bent erkend in jouw bestaan met jouw naam, met wie jij bent, met het leven dat jij leidt: het verdriet en het goede en mooie dat je overkomt. In die hand ben jij verbonden met de naam van het kind, de mens die steeds minder vaak genoemd wordt.

Als ik denk aan een dag als Wereldlichtjesdag, Allerzielen of de Gedachteniszondag, en aan alle namen van wie gestorven zijn, van wie hiermee verbonden zijn, dan stel ik mij zo voor dat de Eeuwige nog eens extra in zijn hand deze namen leest en ze met aandacht in zijn liefdevolle licht zet.

Janneke Nijboer



Gedenkdag

Jou missend
gedenk ik jou

Jou missend
vier ik je naam
op deze gedenkdag

Jou missend
noem ik je naam,
jou noemen
geeft mij lucht

Jou gedenkend
dank ik je
om wie je was,
om wie je nog bent

Jou dankend,
jou gedenkend,
jou vierend,
jou missend,
zoek ik mijn weg
verder

Marinus van den Berg





Herman Koetsveld is predikant van de Westerkerk in Amsterdam en schreef samen met Enis Odaci *Spiegelreis: Een moslim en een christen op reis door elkaars geloof*.

Marleen van der Louw is directeur/pastoraal en educatief werker van PDC De Herberg. Daarvoor werkte ze (uitgezonden door Kerk in Actie) vijf jaar als pastoraal werker voor Nederlanders in Jeruzalem, waar haar man Ilja overleed. Over haar belevenissen schreef ze *Dagboek uit Jeruzalem*.

Margriet van der Kooi is spreekster, columnist, en auteur van o.a. *Verdriet is een werkwoord* en (samen met haar man Kees) *Goed gereedschap is het halve werk*.

Tim van Iersel is dementiedominee en werkzaam als geestelijk verzorger en ethicus bij WoonZorgcentra Haaglanden (WZH). Hij is auteur van *Godvergeten. Gedachten over geloof en dementie* (2019) en *Dilemma's bij dementie* (2018). timvaniersel.nl

Werner Pieterse is gemeentepredikant in Haarlem-noord en Spaarndam.

Janneke Nijboer is emeritus predikant in de Protestantse Kerk.

Bronnen

- ‘Krachtiger dan de dood’, Marinus van den Berg, *Om levensmoed*, Kok
- ‘De gestorvene’, Ida Gerhardt, Verzamelde gedichten, Athenaeum, 2014
- ‘Ierse zegen’, p. 1336 in *Liedboek, zingen en bidden in huis en kerk*, Liedboek BV
- ‘Afscheid nemen’, Dietrich Bonhoeffer, *Door goede machten trouw en stil omgeven*, Ten Have
- ‘Vergeet niet hoe wij heten’, Lied 731 in *Liedboek, zingen en bidden in huis en kerk*, Liedboek BV
- ‘Gedenkdag’, Marinus van den Berg, *De laatste eer, over het voorbereiden van het laatste afscheid*, Meinema





COLOFON

Voor wie los moet laten, gedachten bij het afscheid
is een uitgave van de Protestantse Kerk in Nederland
Postbus 8504
3503 RM Utrecht
tel. (030) 880 18 80
info@protestantsekerk.nl
protestantsekerk.nl

Redactie: Janet van Dijk en Jedidja Inkelaar
Foto's: Xander de Rooij, Unsplash, IStock
Vormgeving en illustraties: RedMatters redmatters.com

Najaar 2022