

ALS EEN DIERBARE OVERLIJDT ...

Een praktische handreiking bij het overlijden
van een naaste en de rol van de kerk

Hans van der Linden

Een voorwoord

De aanleiding voor het verschijnen van deze handreiking is gelegen in het feit dat er weinig of niet gesproken wordt over overlijden en afscheid nemen. Het is min of meer nog altijd een taboe. Laat staan dat we nadenken over de wijze waarop we onze eigen uitvaart of die van een dierbare vorm en inhoud willen geven.

We gaan dit onderwerp het liefst uit de weg. Het is te bedreigend en te emotioneel. Je kan je ook niet voorstellen dat het gebeuren zal. Tot op zekere hoogte is dat een gezonde houding. Met de dood valt niet te leven. Toch krijgen we er mee te maken of hebben we er mee te maken gehad. In het laatste geval hebben we mogelijk ervaren wat er allemaal komt kijken als er iemand overleden is. Hoeveel er geregeld moet worden en voor welke beslissingen je komt te staan. Dan moet er meestal zoveel gebeuren dat we ternauwernood tijd hebben om bewust keuzes te maken. Vaak ook worden dan allerlei mogelijkheden over het hoofd gezien omdat daar nooit over nagedacht is.

Vandaar deze handreiking die een tweeledig doel dient. Op de eerste plaats wil het een aanzet zijn om er op zijn minst eens over na te denken. Nog beter zou het zijn als deze handreiking aanleiding vormt om

een en ander vast te leggen in een testament, codicil of wensenformulier. Zo'n document kan van grote betekenis zijn, want een overlijden overvalt ons altijd. Voor de nabestaanden kan het dan erg belastend zijn als zij geen idee hebben hoe iemand begraven of gecremeerd wil worden. Daarbij komt dat een uitvaart die in de lijn van de overledene wordt gehouden erg troostrijk kan zijn. Het is dus zaak om het weloverwogen te regelen.

Op de tweede plaats wil deze handreiking een aantal praktische zaken aan de orde stellen die kunnen helpen bij het regelen van een uitvaart. Dan moeten er namelijk in korte tijd een aantal keuzes worden gemaakt, die in die ogenblikken zeer ingrijpend zijn. Dan is het goed om toch ergens iets te hebben dat als een soort checklist kan dienen.

Nou is het zeker niet de bedoeling om u met deze handreiking aan te geven wat u moet doen. Uiteraard zijn de persoonlijke omstandigheden en de eigen keuzes van dien aard dat daar geen exacte leidraad voor te geven is. Volgens de wet op de lijkbezorging mag u trouwens bijna alles zelf doen. Zo mag u bijvoorbeeld zelf een eigen kist maken en u mag ook zonder kist begraven of cremieren, mits er gebruik wordt gemaakt van een lijkwade. Hoewel niet alle begraafplaatsen of crematoria dat toestaan. Maar ondanks deze vrijheid zal u in de praktijk toch niet

buiten een uitvaartverzorging kunnen en is het toch goed om een beetje houvast te hebben bij de stappen die gezet moeten worden.

Achterin het boekje vindt u tenslotte nog een aantal vragen die de belangrijkste punten uit deze handreiking nog eens op een rijtje zetten. Op die manier ontstaat er in grote lijnen een overzicht van wat u wensen zijn en waar u aan moet denken als het onvermijdelijke zich aandient.

Direct na het overlijden

De omstandigheden waarin iemand komt te overlijden zijn uiteraard zeer verschillend. Sterft iemand thuis of in het ziekenhuis of onderweg of in het buitenland? Zijn de nabestaanden er bij aanwezig geweest of krijgen zij het bericht te horen. Ook de manier waarop iemand komt te overlijden kan ingrijpend verschillen. Daarbij speelt uiteraard ook de leeftijd een rol.

Deze omstandigheden zijn zeer bepalend voor wat er in de eerste uren na het overlijden moet en kan gebeuren. Soms kan er in eerste instantie niet zo heel veel. De shock waarin mensen verkeren zal hoe dan ook zijn tijd moeten hebben. Maar ook in minder dramatische omstandigheden is het goed om toch nog even bij elkaar te zijn voor dat de begrafenisondernemer wordt gebeld. Het kan soms beter zijn om even te wachten alvorens beslissingen te moeten nemen over het graf, de soort kaart en het type kist. Dat kan best even wachten. Niet te lang uiteraard, want de berichtgeving moet de deur uit, maar het komt zeker niet op een uurtje.

In ieder geval moet na het overlijden een arts gewaarschuwd worden. Deze geeft een verklaring van overlijden af. Met deze verklaring kan een verlof tot

begraven of cremen worden aangevraagd. Dit dient na 36 uur en binnen 5 dagen plaats te vinden. In die tijd is het zinvol om te besluiten of iemand, indien dat mogelijk is, thuis opgebaard kan worden. Technisch is dat tegenwoordig geen enkel probleem. Ook een eventuele afscherming van de plaats waar de overledene komt te staan is te regelen. We komen daar in het vervolg van dit boekje nog op terug.

Als de omstandigheden het toelaten, is het ook mogelijk dat u helpt bij het afleggen van de overledene. Als u dat wenst dan kunt u dat aangeven en zal er volop rekening mee worden gehouden.

Begraven of cremeren?

Als we aan overlijden en uitvaart denken dan komt als eerste de vraag op of we kiezen voor een teraardebestelling of een crematie. In deze keuze kan een principiële achtergrond een rol spelen. Gelovigen maken op bijbelse gronden nog wel eens bezwaar tegen een crematie. Hoewel dit te respecteren valt, is het ten diepste toch een emotionele keuze. Het is een gevoel dat mensen bij een teraardebestelling of een crematie hebben. Maar het is goed om daar voor je zelf toch een keuze in te maken.

Voor de uitvaart zelf heeft deze keuze geen consequenties. Zowel bij het begraven als het cremeren kan de uitvaart naar persoonlijk inzicht ingevuld en uitgevoerd worden. Het enige waar u bij een crematie rekening mee dient te houden is de beschikbare tijd. U bent aan een maximale tijd gebonden. Dat geldt trouwens ook voor het gebruik van een aula op de begraafplaats in verband met andere begrafenissen. Alleen als u gebruik wenst te maken van een kerk kan u zoveel tijd nemen als u denkt nodig te hebben.

Wat de kosten betreft zijn er eigenlijk geen verschillen. Zowel de teraardebestelling als het cremeren zijn duur. Het is zaak dat uw verzekering of het door u gespaarde geld toereikend is. Globaal moet

u rekening houden met een bedrag tussen de 4.000 en 5.000 euro.

Het persoonlijke afscheid

1. Praktische zaken

Veel praktische zaken zullen u, na het overlijden van een naaste, door de begrafenisondernemer uit handen worden genomen. Hoewel u zelf alles kunt regelen, is het handig een uitvaartonderneming in te roepen. Als deze komt, dient u wel een paar documenten bij de hand te hebben zoals het trouwboekje of samenlevingscontract en eventuele verzekeringspapieren. Daarnaast verzorgt hij de aangifte, het drukwerk en het contact met de kerkelijke gemeente in verband met het gebruik van aula of kerk.

In het gesprek met de begrafenisondernemer zal het in de eerste plaats gaan over de vraag waar de overledene wordt opgebaard. Steeds vaker kiezen mensen voor de eigen woonomgeving. Het thuis opbaren is met de technische middelen van vandaag geen enkel probleem. Ook voor het eventueel afschermen van de plaats waar de overleden wordt opgebaard zijn allerhande voorzieningen te treffen. Een emotioneel voordeel is dat u de overledene nog in

uw midden en de vertrouwde omgeving hebt. U kunt nabijheid zoeken wanneer u maar wilt. Maar mocht u besluiten om de overledene op te baren in het mortuarium van een uitvaartcentrum, dan kunt u daar op afgesproken tijden een bezoekje brengen. Ook hier kunt u de intimiteit van het samenzijn vinden.

Vervolgens zal de vraag naar de kist aan de orde komen. Ook hier zijn verschillende mogelijkheden. Wilt u een eiken kist of mag het een eenvoudige vuurhouten kist zijn. De prijskaartjes zijn overeenkomstig! U kunt ook, zoals gezegd, voor een eigen kist zorgen, maar die dient dan wel aan bepaalde eisen te voldoen.

Dan is het de vraag waar de begrafenis of crematie zal plaatsvinden. U kunt de begraafplaats of het crematorium zelf kiezen en ook in de keuze van de plaats van samenkomst bent u vrij. U mag, ongeacht waar u woont, in elk crematorium in Nederland gecremeerd worden en u hoeft niet in uw eigen woonplaats begraven te worden. Hoewel er naast de algemene ook bijzondere begraafplaatsen zijn (joods, rooms-katholiek of protestants) die bepaalde voorwaarden stellen.

Na de keuze van de begraafplaats of crematorium, zal de begrafenisondernemer u helpen bij het opstellen van de rouwannonce. Gedocumenteerd zal hij u een

aantal mogelijkheden voorleggen die om een keuze vragen. U kunt hier ook zelf met voorstellen komen of een eigen kaart ontwerpen. Controleer de gegevens verschillende keren, want een fout op de rouwannonce kan heel vervelend zijn.

Op de rouwkaart dient u ook aan te geven of en hoe u bezoek wenst te ontvangen. Kunt en wilt u mensen thuis ontmoeten of wacht u met het condoleren tot het moment van begraven of cremeren?

Tenslotte komt het vervoer aan de orde. Zijn er volgauto's gewenst of gaat u met eigen vervoer?

2. de persoonlijke invulling

Na deze min of meer praktische besluiten, komt de persoonlijke invulling van het afscheid aan de orde. Daarbij gaat het in eerste instantie om de vraag waar de plechtigheid zal plaatsvinden? Zal dat zijn in de kerk of in de aula van de begraafplaats of crematorium of op een andere plaats? Of kiest u voor een combinatie? Het is denkbaar dat u eerst van de kerk gebruik wenst te maken, maar ook de aula wilt gebruiken. Er dient uiteraard snel een afspraak te komen met de beheerder van een dergelijke ruimte of er op de gewenste dag en uur plaats is. Zorg in ieder geval dat daar duidelijke afspraken over gemaakt worden en wie het contact legt. U kunt dat zelf doen maar u kunt het zeker ook de begrafenisondernemer vragen.

Belangrijk in deze keuze is ook of u een beroep wenst te doen op een predikant of iemand die tijdens de uitvaart kan voorgaan. Deze dient vrij snel op de hoogte gebracht te worden van uw verzoek. Het is vervelend als dit niet in overleg gaat en de betreffende voorganger geconfronteerd wordt met een voldongen feit. U kunt daar iemand mee in verlegenheid brengen. Dat is te vermijden door vroegtijdig contact op te nemen en diegene direct te betrekken bij de voorbereiding.

Als u een keuze maakt voor een kerkelijk afscheid dan kan dat in principe op genoemde locaties gebeuren. Of het nu in de kerk is of in de aula of in de koffieruimte van het uitvaartcentrum, overal is het mogelijk om hier invulling aan te geven. Meestal is er een orgel of piano voorhanden, kan er muziek afgespeeld worden en kan er gezongen worden. Op zich hoeft de gekozen locatie geen afbreuk te doen aan het kerkelijk karakter van het afscheid. Het enige verschil is dat gemeenteleden die bij de uitvaart aanwezig willen zijn makkelijker naar hun kerkgebouw komen dan dat ze naar een andere locatie gaan. Daarbij geeft de kerk meer een gevoel van verbondenheid met de geloofsgemeenschap dan een neutrale plek als bijvoorbeeld een aula.

Voor de persoonlijke invulling van het afscheid is het goed om daar ruim de tijd voor te nemen. Meestal gaat de eerste dag volledig op aan het regelen van de genoemde praktische zaken. Vaak is het na het zeer intense moment direct na het overlijden te veel gevraagd om ook nog eens de persoonlijke wensen te bespreken. Daarom is het wenselijk om met degene die u bij de uitvaart vraagt een afspraak voor de volgende dag te maken. Er is dan wat meer tijd en mogelijk weer wat energie om persoonlijk te worden. Want nu zal het gaan over de vraag hoe het afscheid in de lijn van de overledene gestalte kan krijgen.

Over deze persoonlijke invulling valt weinig op voorhand te zeggen. Dat zal, zoals gezegd, heel persoonlijk zijn. Toch zijn er wel een aantal punten die wat richting kunnen geven. Op de eerste plaats komen hier een aantal vragen aan de orde die met de uiterlijke vorm te maken hebben.

Is het gepast en gewenst dat er bloemen komen? Krijgen mensen in de kerk of aula nog gelegenheid persoonlijk afscheid te nemen en wilt u dat de kist nog geopend is?

Op dit punt is het ook belangrijk om te besluiten of u zelf de kist wilt sluiten. Soms doet de begrafenisondernemer dat, maar het kan ook heel goed zijn om daar zelf bij te helpen. Het is uiteraard een zeer emotioneel moment, maar u neemt wel persoonlijk deel aan het afscheid. U bent en blijft er zelf bij betrokken en er komen zo min mogelijk vreemde handen aan te pas.

U kunt hier ook besluiten wie en hoe de kist in de kerk of de aula en eventueel naar het graf wordt gebracht. Doet u dat zelf of laat u dat aan de dragers over? Ook hier geldt weer dat het goed is om dat zoveel mogelijk zelf te doen. U bent degene die de overledene begeleidt en hier horen zo min mogelijk 'vreemden' bij betrokken te zijn.

Dan komt de invulling van de samenkomst zelf aan de orde. Wilt u dat er naast de voorganger nog andere sprekers komen?

Dan is er de vraag naar het gebruik van rituelen tijdens het afscheid. Hier valt te denken aan het aansteken van kaarsen. De paaskaars kan een plek krijgen, maar er kan ook gebruik worden gemaakt van devotiekaarsjes die mensen kunnen aansteken als een gebaar van nabijheid en hoop. Verder kan er iets met bloemen gedaan worden. Zij kunnen op of rond de kist gelegd worden. Er kunnen tekeningen, foto's aangedragen worden. Zo kunnen er ook brieven worden meegegeven. Brieven die ongeopend op de kist worden gelegd. Waar iets niet of niet meer gezegd kon worden, kan dit een troostvol gebaar zijn. Ook het branden van wierook is een mogelijkheid.

Naast deze rituelen kan er gezocht worden naar teksten. Dit kunnen gedichten of stukken proza zijn. Er kan ook, indien dat gewenst is, naar een bijbeltekst gezocht worden. Mogelijk is dat al gebeurd in verband met een tekst op de rouwannonce. Deze bijbeltekst kan een tekst zijn die de overledene altijd erg heeft aangesproken. Het kan bijvoorbeeld ook een huwelijgstekst zijn waar mensen ooit samen mee begonnen zijn. Hetzelfde geldt voor de liederen. Die kunnen gezongen worden, maar ze kunnen ook via een cd beluisterd worden.

Belangrijk is ook dat er op de een of andere manier een moment is voor een gedachtenis. Tenslotte nemen we afscheid van iemand die onlosmakelijk verbonden is met het levensverhaal van degene die afscheid nemen. Dit 'in memoriam' maakt het afscheid tot een persoonlijk afscheid. Ook al is het in die ogenblikken vaak moeilijk het woord te voeren en kunnen de emoties de overhand krijgen, het valt in ieder geval te proberen. Vaak reageren mensen hier ontkennend op. De angst zichzelf niet in de hand te zullen hebben, geeft meestal de doorslag. Toch is het de ervaring dat het juist kan helpen om zelf iets te doen tijdens het afscheid. In ieder geval wordt het afscheid er veel persoonlijker door en u helpt zichzelf al een klein beetje bij het verwerken van het verlies. Als u alles wat u wilt zeggen op papier zet en u zorgt dat de voorganger dat ook in zijn bezit heeft dan kunt u tot op het laatste moment wachten met uw besluit of u het wel of niet doet. Dat geeft vaak enige rust in deze onzekerheid.

Het is ook goed om hier stil te staan bij de plek van de kinderen of kleinkinderen. Het is goed als zij van meet af aan betrokken worden bij het afscheid. Ook zij maken een rouwproces door en een duidelijke rol bij het afscheid kan hen helpen bij het verwerken van het verlies. Op allerlei manieren kunnen zij ingeschakeld worden. Zoek in ieder geval naar hun inbreng.

In aansluiting op en verbonden met dit moment vindt de teraardebestelling of de crematie plaats. Hier dient u na te denken over de vraag of u de kist wilt laten dalen of dat u deze laat staan. Emotioneel gezien kiezen veel mensen voor het laten staan van de kist. Dat is een begrijpelijke keuze omdat het schokkend is de kist met de overledene te zien dalen. Toch is het de vraag of dit goed is. Het kan, hoe moeilijk ook, beter zijn om de kist wel te laten dalen. Je maakt af waarvoor je eigenlijk gekomen bent. Het laten staan van de kist geeft iets onafs. Het is alsof je het afscheid niet afmaakt. Juist dit moment van loslaten kan voor het rouwproces belangrijk zijn.

Bij een teraardebestelling kunt u er ook voor kiezen om na het dalen van de kist nog een schepje zand op de kist te gooien. Hier kunnen ook bloemblaadjes of bloemen voor gebruikt worden. Het is zelfs mogelijk om te besluiten met elkaar het graf te sluiten of daartoe een eerste aanzet te geven. Met enkele grote scheppen is dat samen te doen.

Aan het graf kunnen nog een paar woorden gesproken worden. U kunt het Onze Vader bidden of een geloofsbelijdenis uitspreken. Het is ook goed om hier de samenkomst af te sluiten. Hier kan bijvoorbeeld een dankwoord worden uitgesproken. Hoewel dat ook

tijdens de samenkomst in de kerk of de aula uitgesproken kan worden.

Als het afscheid een kerkelijk karakter draagt dan kan daarna een zegen worden uitgesproken over de aanwezigen. Met de toezegging van Gods liefdevolle trouw gaan we van het graf weg of verlaten we de aula. Hier kunt u nog kiezen of u als eerste of als laatste weggaat.

Na de graflegging of het verlaten van de aula van het crematorium kunt u kiezen voor een samenzijn met degene die bij het afscheid aanwezig zijn geweest. Meestal is er dan nog gelegenheid om de familie te condoleren. Dit kan gebeuren in de koffiekamer van de aula van de begraafplaats of het crematorium. U kunt er ook voor kiezen daar een andere gelegenheid voor te zoeken.

Wat de kerk betreft

Er zijn nog een paar opmerkingen die in het bijzonder de kerk betreffen. Zaken die belangrijk zijn om te weten.

Op de eerste plaats betreft dit het afkondigen van het overlijden. Als er iemand overlijdt die deel uit maakt van onze geloofsgemeenschap, dan wordt het overlijden op de eerstvolgende zondag na het overlijden bekend gemaakt. Dat gebeurt in de viering met het aansteken van een kaars en het noemen van de naam. Meestal worden hier ook wat gegevens doorgegeven omtrent de uitvaart. Vervolgens worden de nabestaanden in de voorbeden opgedragen.

Op de tweede plaats is het in onze gemeenten gebruikelijk om de overledenen te gedenken op de laatste zondag van het kerkelijk jaar. Dat is de zondag voor de eerste Advent. In deze viering worden de namen genoemd van hen die overleden zijn en kunnen de nabestaanden een kaars aansteken. Van tevoren worden de mensen middels een persoonlijke brief uitgenodigd hierbij aanwezig te zijn.

In ons kerkelijk centrum Emmaüs is het gebruikelijk dat er een gedachteniskruisje in het stiltecentrum wordt opgehangen. Op dit kruisje staan de naam van de overledene, de geboortedatum en de dag van

overlijden. Dit kruisje kan direct na de uitvaart opgehangen worden of er kan voor een ander moment gekozen worden. Na een jaar kunt u dit kruisje eventueel meenemen naar huis. U kunt ook besluiten het te laten hangen.

Na de uitvaart

Als de uitvaart achter de rug is, zijn er nog een paar zaken die geregeld moeten worden: een bedankkaartje, de steen na een graflegging en bij een crematie komen nog vragen rond het asverstrooien en een eventueel gedachtenisplaatje aan de orde.

Voor wat het bedankkaartje betreft kunt u overwegen die te sturen of mensen op te bellen. Voordeel van de laatste mogelijkheid is dat u contact legt met de mensen die bij het afscheid aanwezig waren.

Als u besluit een kaartje te sturen dan kunt u bijvoorbeeld als persoonlijke herinnering aan de overledene een foto of een tekst meesturen.

Voor de steen zijn er allerlei mogelijkheden. Bij een steenhouwer kunt u daar uitgebreid over geïnformeerd worden. U kunt ook overwegen een eigen object te ontwerpen. In het laatste geval is het wel raadzaam om van te voren contact op te nemen met de burgerlijke gemeente om te overleggen wat wel en niet is toegestaan.

Na een crematie zal de vraag zijn wat u met de as van de overledene wilt doen. U kunt de as laten verstrooien of bijzetten in een zogenaamd columbarium (urnenmuur). U kunt de as ook meenemen naar huis of op een eigen dierbaar plekje verstrooien.

Voor het laatste dient u wel te informeren bij de eigenaar van de grond of het is toegestaan.

Tot slot

Deze handleiding is verre van volledig. Dat kan ook niet. De omstandigheden zijn, zoals al gezegd, zeer verschillend. Toch kunt u na het lezen van deze handleiding er al wat over nadenken of in gesprek over gaan. Het kan ook een aanleiding zijn om het een en ander alvast op papier te zetten. Als iemand alleen woont en weinig of geen familie heeft is het handig om wat aanwijzingen achter te laten voor wie straks uw uitvaart moet regelen. Maar ook in andere omstandigheden kan het raadzaam zijn een testament, codicil of wensenformulier in te vullen. Ook is het soms verstandig om er van te voren met uw predikant over te praten. U kunt dan vast met hem wat nadenken over uw eventuele wensen.

Nog een paar praktische zaken op een rijtje

Kiest u voor begraven of cremeren?

Wilt u een uitvaart vanuit de kerk of kiest u voor een aula of een andere plaats van samenkomst?

Laat u de overledene thuis opbaren of in een mortuarium van een verpleeginrichting, ziekenhuis of uitvaartcentrum?

Wenst u bezoek aan huis of juist niet?

Zijn bloemen welkom of juist niet?

Helpt u zelf bij het sluiten van de kist of laat u dat aan de begrafenisondernemer over?

Draagt u de kist zelf of laat u dat over aan dragers?

Wilt u bij een teraardebestelling of crematie de kist laten dalen?

Denkt u bij de uitvaart aan een liturgische viering of een kort bijeenkomst ten afscheid?

Wat zijn de wensen ten aanzien van de muziek, de eventuele bijbellezingen, gedichten en de rituelen?

Kunt u zelf voor een persoonlijke gedachtenis zorgen?

Geeft u tijdens het afscheid ook gelegenheid aan andere sprekers om het woord te voeren?

Gaan de kinderen mee naar de uitvaart en wat kan hun rol zijn bij het afscheid?

Gaat u bij het verlaten van het graf of aula als eerste weg of neemt u als laatste afscheid?

Geeft u na deze plechtigheid nog gelegenheid om mensen te ontmoeten?

Een mogelijke liturgie voor een uitvaart

Muziek

Binnenbrengen van de kist

Een eerste woord

Aansteken van paaskaars

Een gebed

Een lied

Een gedachtenis

Stilte

Een schriftlezing

Een overdenking

Een lied

Het zegenen van de overledene

Een gebed

Een lied

Muziek

Uitdragen van de overledene of verlaten van de aula
van het crematorium

Aan het graf:

Een korte tekst

Laten dalen van de kist

Een onze Vader of belijdenis

Een zegen

De graflegging of crematie

Nog wat adressen voor meer informatie:

Van de Weerd, uitvaartzorg, advies, verzorging en begeleiding, Schaapsweg 79, 6712 CC Ede, tel. 0318-650000 (dag en nacht).

Monuta, uitvaartverzorging, Maanderweg 19, 6711 NC Ede, tel. 0318-610360. Dag en nacht: 0800-0230550

Gemeentehuis, afdeling burgerzaken, Raadhuisplein te Ede, 0318-680911.

Folders in bibliotheken en gemeentehuizen.

Internet: www.uitvaart.nl