

Mensen helpen hun levenseinde onder ogen te zien.

Deze lezing zijn we gestart door zelf na te denken over ons eigen levenseinde (zie de powerpointpresentatie daarover). Nu gaan we het hebben over hoe wij als (pastorale) ouderenbezoek(st)ers de ouderen kunnen ondersteunen bij het onder ogen zien van hún sterfelijkheid. Eerst een paar vragen:

1. Spreekt u met de ouderen die u bezoekt over hun naderende levenseinde? Waarom wel of niet? Zo ja, hoe doet u dat?
2. Wat vindt u knelpunten in het gesprek met ouderen over hun naderende levenseinde? (knelpunten bij uzelf, knelpunten bij de ouderen)
3. Wat maakt het anders om in de rol van familielid met een oudere te spreken over de dood die dichtbij is of dat u dat doet als pastoraal bezoeker met een gemeentelid?
4. Zou u ook nog iets kunnen betekenen voor de familie van een oudere in de fase van aftakeling? Wat bijvoorbeeld?

Uitgangspunt

Boven mijn lezing plaats ik de belofte van God uit Jesaja 46:4 voor Israel en de christelijke gemeente:

Tot uw ouderdom toe zal Ik Dezelfde zijn,

ja, tot uw grijsheid toe zal Ik u dragen;

Ik heb het gedaan en Ik zal u opnemen,

Ik zal dragen en redden.

Vier invalshoeken

Vier invalshoeken vragen de aandacht bij oudere mensen, in het bijzonder als de laatste levensfase zich aandient. Noem dat maar: de fase van de ouderdom met toenemende gebreken. De krachten raken onomkeerbaar in verval. *De lichamelijke, de mentale (psychische), de geestelijke en de sociale invalshoek* hangen met elkaar samen, bij gelovigen én ongelovige mensen.

We kunnen ouderen ondersteunen in hun ouderdom. Dan gaat het over hoe ze nog zo lang mogelijk met plezier en vertrouwen kunnen leven. Daarbij horen *op het lichamelijke vlak* allerlei tips, zoals:

- beweeg voldoende als oudere (ook buiten)
- eet minder
- ga zo nodig ouderdomsbestendig wonen
- train de hersens

Daar kunnen wij als ouderenbezoekers bij helpen. We hoeven niet alleen met hen te gaan praten. We kunnen ook met een oudere gaan wandelen of eens bij die man of vrouw gaan eten, of een spelletje doen. Dat stimuleert hen! De ondersteuning van lichaamsfuncties is het specialisme van verzorgenden en tegelijkertijd hun beperking. Daarom zijn de ouderenbezoekers een welkome aanvulling, om ook aan de mentale en geestelijke aspecten van de ouderdom aandacht te schenken. Verminderde lichamelijke vermogens (vermoeidheid, kortademigheid en dergelijke) hebben namelijk invloed op het welbevinden van mensen. Als een oudere zijn urine niet meer kan ophouden, geeft een verzorgende een luier. Misschien zegt ze er nog bij: 'Fijn dat deze hulpmiddelen er zijn!' De oudere zelf voelt zich er wanhopig bij en ziet er een teken in dat zijn leven een aflopende zaak is. Hij botst dus tegen zijn sterfelijkheid aan. Met wie kan hij daarover praten? Ik hoop met u.

De aftakeling verandert een mens ook op *het mentale vlak*. Wie bijvoorbeeld altijd maar moe is, wordt vanzelf moedeloos. Dus ligt zo'n oudere maar het liefst op bed of hij of zij zit te dutten in een stoel. Een grote mentale verandering is de toename van de afhankelijkheid. Het is goed dat er thuiszorg is, maar hoe verwerkt iemand het dat hij vier keer op een dag een reeks van verschillende verzorgenden over de vloer krijgt? Zij hebben de sleutel van je huis. Zij overleggen met familieleden. Zij snijden je brood. Zij douchen jou. Je was subject en bent nu object (van zorg) geworden. Je stuurde zelf en nu rukken anderen aan je stuur. En dat terwijl je tot op hoge leeftijd gezond en zelfstandig geweest bent! Misschien functioneerde je vroeger wel als een ondernemend en leidinggevend persoon. Je reed en vloog de wereld over en nu kun je al niet meer zonder hulpmiddelen naar de keuken lopen. Hoe kan een mens verdragen dat hij zoveel zelfstandigheid moet inleveren en daarbij nog dankbaar moet zijn voor alle ondersteuning?

Een andere mentale ontwikkeling is dat mensen, naarmate ze dichter bij het einde komen, veel aspecten van het leven anders gaan waarderen. Voor dingen die altijd belangrijk waren verliezen ze de interesse. Het wereldnieuws raakt op de achtergrond. De televisie blijft meestal uit. Andere dingen worden juist belangrijk, met name de aanwezigheid van kinderen en kleinkinderen. (Even tussendoor: het doet een oudere extra pijn als hij die niet heeft!) Materiële dingen, geld en goed, verliezen het bij veel ouderen van de immateriële, hartelijkheid en nabijheid. Dit kan zelfs een proces zijn van innerlijke groei. Er komt een glans over de ouderdom te liggen omdat de jachtigheid en oppervlakkigheid van het gewone leven op de achtergrond raken.

Het mentale proces kun je ook vatten in het woord 'loslaten'. Een oudere moet uiteindelijk alles loslaten wat hem dierbaar was. Er is voortdurend achteruitgang. Dat brengt een rouwproces op gang, met daarbij horende gevoelens, zoals

- ontkennen ('Ik heb geen rollator nodig!' 'Ach, die dokters zeggen zoveel. Ik ga honderd worden!'),

- boosheid, knorrigheid of zelfs bitterheid. Vooral dierbaren kunnen de schuurpaal zijn .
- opflakkingen van hoop ('Met die pacemaker kan ik wel weer een paar jaar vooruit!' 'Ik ga ervoor dat ik de bruiloft van mijn kleindochter nog kan bijwonen...')
- verdriet ('Ik vind het zo erg dat ik nou ook nog doof word. Ik kan niet meer bellen met mijn dochter ver weg...'),
- gevoel van zinloosheid, levensmoeheid, vreugdeloosheid, depressiviteit, ('Voor mij hoeft het niet meer...')
- berusting ('We zullen er maar het beste van hopen...'),
- overgave ('Ik zal de lente niet meer meemaken...^Wat de toekomst brengen moge...')

Veel familieleden zijn geen trouwe bezoekers en ook nog eens slechte praters. Met name veel kleinkinderen gaan niet graag naar aftakelende grootouders toe. Als ze al op bezoek komen bij een oudere, praten familieleden zo geruststellend mogelijk over koetjes en kalfjes of ze zitten de krant te lezen. Of ze hebben een klein kind bij zich dat wat afleiding biedt. Meestal zijn ze weer gauw weg. Ze kunnen ook niet zo goed omgaan met het rouwproces dat een oudere doormaakt en vinden oma of opa dan al gauw te zeurderig of te mopperig. Ouderenbezoekers kunnen wél de tijd nemen om te praten over hoe iemand mentaal in het leven staat. Dat is moeilijk bij iemand die begint te dementeren, maar ook dan is de belangrijkste vraag nog steeds: 'Hoe is het nu met u?'

Met het geestelijk aspect komen op het terrein van het pastoraat. Dat kunnen we breder noemen: het terrein van de zin van het leven. Iedereen kan diverse w-vragen stellen bij zijn leven: waarvandaan, waartoe, waarom, waarnaartoe? Antwoorden op deze vragen hebben met de levensbeschouwing te maken. Dat kan een ongelovige, christelijke of nog andere kijk op leven en dood zijn. Het geestelijk leven van een oudere wordt gestempeld door het lichamelijke (on)gemak en door het mentale welbevinden. Een mens is soms te moe om te bidden. Het is ook andersom. Als iemand zijn leven door Christus verbonden weet met God, beïnvloedt dat ook hoe hij de ouderdom draagt en zich daar mentaal toe verhoudt.

Opnieuw geldt dat veel familieleden geen sterren zijn in het geestelijk ondersteunen van een oude vader, moeder, opa of oma, tante of oom. Ook christenen die beweren dat het geloof het allerbelangrijkste van hun leven is, kunnen er soms maar moeilijk over praten met familie. Ze missen vrijmoedigheid om God en geloof aan de orde te stellen. Hier kan een pastor en ook een gewone ouderenbezoek(st)er veel betekenen voor een oudere. Omdat die persoonlijke afstand hebben tot een oudere durft de oudere zelf meer te zeggen en kan een bezoeker daar vrijmoedig op reageren. Uit de bijbel lezen, er iets bij zeggen, bidden en zingen zijn de geëigende middelen om te gebruiken. Samen met de oudere probeert een bezoeker dan met de w-vragen om te gaan.

De sociale invalshoek is ook belangrijk en heb ik tussendoor al aangestipt. De ouderdom wordt zwaarder of lichter door de aanwezigheid of afwezigheid van mensen om de oudere heen. De support van mantelzorgers en zorgverleners versterkt de draagkracht van een oudere. Het lukt niet meer elke oudere om zijn eigen contacten te onderhouden. Niet alleen de ouderen zelf zijn in verval, maar ook hun sociale netwerk. Vrienden en familieleden van dezelfde generatie zijn ook oud en zwak of al overleden. Zelf het contact onderhouden (door te telefoneren of te schrijven of te mailen) gaat soms ook niet meer. Een oudere is dan echt afhankelijk van de goede wil van jongere anderen. Alle invalshoeken hangen samen. Het sociale aspect heeft dus invloed op het lichamelijke, mentale en geestelijke welzijn van ouderen. Een oudere die bidt om Gods aanwezigheid en een uurtje later hartelijk bezoek krijgt, kan daarin gebedsverhooring zien. Een oudere die steeds eenzamer wordt, kan zich ook door God verlaten voelen. Weer zeg ik: familie en ouderenbezoekers vullen elkaar hier aan. De kerkelijke gemeente is een sociaal vangnet voor veel ouderen. De pastorale bezoekers kunnen er op letten dat niemand per ongeluk vergeten wordt.

Bij het naderen van de dood

Als de dood zich aandient reageren mensen verschillend. Dat is heeft meestal gewoon met hun karakter te maken. De meeste mensen sterven zo ze geleefd hebben. Soms is het echter ook verrassend hoe mensen zich in de laatste levensfase opstellen. 'Mijn vader was een harde man, maar de laatste maanden van zijn leven was hij mild.' Mijn oma was een plichtsgetrouwe gelovige maar ze sprak er nooit over. Dat deed ze wél in de laatste weken en dat was ontroerend.' 'Het lijkt wel of ik mijn vrouw pas echt heb leren kennen in de laatste periode van haar leven.'

Ik noem verschillende houdingen van ouderen (of zieken) die weten dat ze nog maar kort te leven hebben. De rij kan langer gemaakt worden.

- Proactieve mensen nemen zelf de beslissingen ter voorbereiding van hun sterven. Eigenwijs: 'Ik heb alles zelf in de hand...' Of zorgzaam: 'Dan hoeven anderen er niet over na te denken...' Ze stellen zelf de rouwkaart op en de liturgie voor de rouwdienst en geven aanwijzingen voor de verdeling van de erfenis.
- Onbevangen mensen denken: zolang ik er ben is de dood er niet en als de dood er is, ben ik er niet. 'We zien wel... niet te veel aan denken maar...' 'Ik ben nieuwsgierig naar wat er komt na de dood...' Rustig leven ze naar het einde toe. 'Ik heb mijn best gedaan in het leven. Meer kon niet...'
- Rationele mensen willen alleen maar feitelijke informatie over ziekte en sterven horen. Emoties drukken ze weg. Ze praten er niet over. Tot op de laatste levensdag hebben ze het over gewone dingen ('Vergeet je de was niet uit de trommel te halen?' 'Hoe is het met je moeder, die was toch zo verkouden?')

- Verzetsstrijders willen tot het laatste moment doorgaan in het gevecht om de dood buiten hun leven te houden. Elk medicijn en elke therapie wordt aangegrepen om het leven te rekken.
- Paniekerige mensen zijn zelf onrustig en maken hun omgeving ook gespannen. Hun gedachten en gevoelens gaan alle kanten op. Angst en onzekerheid overheersen. Dat neemt af of juist toe als de dood nadert. Ze kunnen heel stil of juist druk zijn.
- Sociale mensen hechten aan familie en vrienden. Ze voelen de pijn van het afscheid diep en willen echt afscheid nemen. Als het kan laten ze voor alle dierbaren een woord of briefje achter.
- Onkwetsbare – maar in werkelijkheid gevoelige – mensen willen niet dat anderen hen in hun zwakte zien. Ze weren bezoek af. Op de vraag hoe het gaat, antwoorden ze steevast met 'Goed!' om het gesprek erover te vermijden. Ze vragen om geen berichten over hun ziekteproces op te nemen in het kerkblad.
- Gelovige mensen stralen rust en overgave uit of juist onrust en onzekerheid. Dat heeft met karakter maar nog meer met de geloofsopvoeding van vroeger en theologie van hun eigen gemeente te maken. 'Ik geloof niet meer in een God met een rood potlood, zoals ik vroeger geleerd heb!' 'Ik kan God niet ontmoeten, ik weet niet of ik uitverkoren ben...!' 'Ik verlang naar Jezus!' 'Here help mij erdoorheen!' zijn allemaal geloofsuitspraken die effect hebben op de beleving van de laatste levensfase en de kijk op de naderende dood. Mensen die verlangen om heen te gaan, verlangen niet alleen naar Christus (Phil 1:23). Het verlangen kan ook naar een overleden man of vrouw zijn, of naar een gestorven dochttertje (vgl 2 Sam. 12:23).

Eén opmerking hierbij: dit alles kan uiteraard gecombineerd voorkomen of in fases afgewisseld.

Bang voor de dood

Iemand die veertig jaar wordt, bedenkt met schrik dat hij misschien al op de helft van zijn leven is. Iemand die vijftig jaar wordt, vermoedt dat hij al óver de helft van zijn leven is, maar ligt daarvan niet wakker. Iemand die 90 jaar wordt en al een kwetsbare gezondheid heeft wéét dat de dood niet ver weg meer kan zijn, maar wil er nog steeds liever niet aan denken. Hij is bang om te sterven, net als ieder ander mens, gelovig of ongelovig. In de angst voor de dood komen verschillende angsten samen, waarvan overigens niet iedereen evenveel last heeft.

- Angst voor het sterven zelf. Wat is dat, hoe gaat dat? Angst voor het grote onbekende. Angst voor het alléén sterven. Niemand kan je erbij helpen.
- Angst voor het afscheid, voor het loslaten en achterlaten van geliefden; wordt er goed voor hen gezorgd? Denk ook aan het loslaten van een gehandicapte of zieke zoon of dochter. Angst en verdriet mengen zich.

- Angst voor toenemend lijden, voor benauwdheid, voor pijn, voor het wegvallen van lichaamsfuncties. Angst voor machteloosheid, voor de grip op jezelf verliezen.
- Angst voor het definitieve, het onvermijdelijke. Het leven dat geleefd is, kan niet meer overgedaan worden. Bepaalde doelen zullen niet meer gehaald worden. Gemiste kansen blijven nu voor altijd gemiste kansen. Bepaalde fouten kunnen niet meer hersteld worden.
- Angst voor het dood zijn, voor het leven na de dood. Hoe is het om na het sterven God te ontmoeten? De angst voor het oordeel van God kan groot zijn. Is er een hel? Hoe zal het eeuwige leven in de hemel zijn? Is dat aantrekkelijk of schrikt de eeuwigheid ervan juist af? Sommige ouderen worden onrustig van hun eigen gebrek aan hemelverlangen.

Gelovigen kunnen net zoveel last hebben van stervensangst als ongelovigen omdat sterven voor iedereen strijdig is met de wil tot leven. Stervensangst is normaal. Bij sommige mensen neemt de stervensangst toe naarmate het moment dichterbij komt. Dat kan trouwens verschillende oorzaken hebben en zelfs de bijwerking van medicijnen zijn. De meeste mensen worden wel (weer) rustig. Soms wordt de rust door pillen gebracht. Zowel bij de toename van de angst als bij het weer rustig worden, speelt het geloof een rol. Sommige gelovigen zijn namelijk erg bang voor het oordeel van God. Gelukkig vinden velen ook de rust in God.

We spreken wel over 'stervensgenade': iemand mag in vol vertrouwen op God de dood tegemoet treden. Hij of zij wordt losgemaakt van de banden die er met het aardse leven zijn (vgl. Luk. 6:37). Daarvan krijgt niet iedere gelovige evenveel. Sommigen ontvangen die rust pas in hun laatste uren. Het evangelie leert ons niet dat de Here Jezus de angst voor het sterven heeft weggenomen. Wél dat we niet bang meer hoeven te zijn voor het oordeel van God. De Here Jezus is de bevrijder voor ieder gebonden en verslagen mensenkind (Luk. 4:18,19). Ook de dood kan niet scheiden van Zijn liefde (Rom. 8:38,39). God die roept, is getrouw en zal Zijn kinderen bevestigen tot het einde toe (1 Kor. 1:8,9).

Misschien is het idee dat een echte gelovige rustig hoort te sterven trouwens meer heidens dan christelijk. 'Stoicijnse' kalmte komt bij de heidense filosofen vandaan. De Griekse filosoof Socrates stierf door het op bevel leegdrinken van de gifbeker. Hij was daarbij hij zeer rustig. Toen de Here Jezus in de hof van Gethsemané de dood dichtbij wist, was Hij zeer beangst (Luk. 22:44). Op de een of andere manier is ook onder christenen Socrates een groter voorbeeld voor het sterven geworden dan de Here Jezus!

Op bezoek

Wat doen wij bij oudere mensen in de laatste levensfase? We gaan op bezoek. Dat is bijzonder! U gaat, als u pastoraal bezoeker bent namens de gemeente, niet op eigen initiatief maar namens Christus zelf. Hij is uw zender en

dat geeft gewicht aan de zaak maar ook ontspanning. U mag ook geloven dat de Heilige Geest u ondersteunt in uw bezoekwerk.

Wat kunnen we dan doen of zeggen?

1. We gaan in eerste instantie niets doen of zeggen. We gaan er gewoon zijn, al wordt er weinig gezegd. We hebben tijd voor de ander. We tonen belangstelling. Als wij iets doen of zeggen is dat in aansluiting op wat de oudere vertelt of waarnaar de oudere verlangt. In het luisteren sluiten we aan bij de feiten die de oudere vertelt én bij de gevoelens die hij toont. We luisteren geduldig, ook als de oudere in herhaling valt of al verward raakt. Als we dit met enige regelmaat doen, lopen we zo even op met de ander op het laatste stukje van zijn levensweg en ervaart hij dat hij niet alleen is. In ons contact delen we gemeenschap. Dat lijkt een hoog doel maar is gewoon mens zijn met een medemens.
2. We zijn ontspannen en gezellig maar spelen geen toneel alsof de oudere nog 100 jaar voor zich heeft. Er wordt toch al zoveel toneel gespeeld in verpleeghuizen en zorgcentra. Daar wordt geïnvesteerd in het leven en voor wat daarna komt is niet zoveel interesse. Er is wel een middag met volksdansen, er wordt wel sinterklaas gevierd, maar er is geen avond over: hoe bereiden wij ons (of ons familielid) voor op het sterven en de reis naar Gods eeuwigheid. Niet iedereen vindt zo'n bezinningsavond een goed idee. Maar: midden tussen sterfgevallen leven en tegelijk net doen alsof de dood ver weg is, is psychisch ook niet helpend. Niet spreken over iets waaraan iedereen denkt, is drukkend. Familieleden blokkeren soms het gesprek over de dood. 'Niet aan denken ma. Daar wordt u maar somber van!' Dat is een vergissing. Van het niet spreken erover wordt een oudere juist eenzaam en somber.
3. We zijn serieus, maar helpen een oudere ook niet de put in. We gaan geen sombere praatjes zitten houden. Ouderen worden immers toch al vaak geconfronteerd met de dood door het wegvallen van veel mensen om hen heen (of van volwassen kinderen!). 'Ja, mijnheer NN, ik heb gehoord dat uw broer overleden is. U bent nu de laatste van uw familie en dus de volgende die aan de beurt is...!' Dat heeft mijnheer NN zelf ook al bedacht en hebben diverse neven en nichten ook al gezegd. Het is heel anders wanneer je vraagt: 'Mijnheer NN, wat doet het overlijden van uw broer met u?'
4. Wij gaan niets opdringen over God, maar door vragen te stellen komen we wel te spreken over God. Spreken óver God is niet alles. Als we de mogelijkheid hebben, lezen we uit de bijbel, bidden en zingen we met de ouderen. Zo komen we tot een ontmoeting mét God. Dat is een kleine viering in de huiskamer en die is weer des te belangrijker als mensen niet meer in de kerkdienst kunnen komen. We respecteren het als iemand daaraan geen behoefte heeft, maar kunnen dan nog wel vragen wat daarachter zit.

Mogelijke gespreksthema's

Vanuit de invalshoek van de sterfelijkheid zijn er gespreksthema's die sommige ouderen zelf niet benoemen omdat ze dat voor zich uit schuiven. Als je als pastoraal bezoeker er een vraag over stelt, is de reactie soms: 'Daarmee wil ik me nu nog niet bezighouden, ik voel me nog te goed'. Een volgende vraag kan dan zijn (maar dan wel iets voorzichtiger geformuleerd): 'Wilt u dan wachten tot u te ziek of te moe bent of te suf bent door de medicijnen om er helder over na te denken?' Bovendien vergeten sommige ouderen dat ze ook gewoon een keer door een herseninfarct uitgeschakeld kunnen worden of op een dag helemaal niet wakker kunnen worden.

De gespreksthema's die nu volgen dragen bij aan de innerlijke heling en rust van de oudere. In ieders leven zit gebrokenheid, pijn, angst. Het zou zo mooi zijn als die min of meer geheeld en tot rust gebracht wordt voordat iemand sterft. De echte heling en rust zijn het werk van God. In het bezoekwerk hoeven niet alle thema's afgehandeld te worden. Het belangrijkste is dat er ruimte is om de relevante zaken te bespreken. Laat de dingen zoveel mogelijk 'per ongeluk' aan de orde komen door zo onbevangen mogelijk met een oudere in gesprek te zijn.

- Kan de oudere nog werken aan de dingen die gedaan of gezegd moeten worden voor het daarvoor te laat is? Dat kan veel kanten opgaan.
 - Misschien wil de oudere nog een bepaalde reis maken, wellicht een herinneringsplek opzoeken.
 - Soms kan de oudere nog proberen beschadigde relaties goed te krijgen. Misschien moet er schuld beleden worden en vergeving worden uitgesproken.
 - Of hij kan nog iets opschrijven, bijvoorbeeld een afscheidsbrief voor de enige kleinzoon.
 - Mogelijk wil hij aanwijzingen geven voor de nalatenschap of al geld bij leven wegschenken. (Citaat van een oudere: 'Ik geef liever met een warme hand dan met een koude hand.')
- Wat zijn de wensen ten aanzien van de rouwkaart, de rouwdienst, de begrafenis? Het is voor de oudere zelf goed om gedachten hierover uit te spreken. Het is ook voor nabestaanden belangrijk en rustgevend dat ze de wensen van de overledene kennen. Soms is het ook ontroerend om alleen via deze weg erachter te komen hoe iemand het naderende sterven beleeft. Overigens zeggen de meeste ouderen dat ze keuzes op dit punt graag aan anderen overlaten. Hoogstens willen ze een bijbelgedeelte noemen dat hen aanspreekt en dat een uitgangspunt kan zijn voor de overdenking in de rouwdienst. Een bijzonder gesprekspunt bij dit punt kan zijn dat iemand de wens uitspreekt om niet begraven maar gecremeerd te worden.
- Als pastoraal bezoekers kunnen we een oudere helpen de levensbalans op te maken. (Dit zit ook al een beetje in de vorige punten.) Hoe is zijn biografie (de feiten uit het leven) en hoe kijkt hij er tegenaan? Waarvan

kan hij nog steeds genieten en waarvoor dankbaar zijn? Met welke keuzes is hij nog steeds blij? Hoe ziet hij de rode draad van Gods leiding niet of wel door zijn biografie lopen? Kan hij (oud) verdriet een plaats geven? Zit er nog ergens wrok tegenover mensen of instituten die de oudere ooit pijn gedaan hebben? Kan hij vergeving schenken en zelf van genade leven? Kan hij dat loslaten waarover hij nog steeds piekert? Kan hij in het licht van de naderende dood zijn beeld van eventueel moeilijke anderen herzien?

- De angsten die hierboven genoemd worden kunnen ook een gespreksthema zijn. Angsten die niet besproken worden groeien als een rollende sneeuwbal. En de '...pammetjes' van een dokter geven wel meer slaap maar nemen de oorzaak van de angst niet weg. Twijfelmoedigheid en onzekerheid mogen bij God gebracht worden. Met Psalm 39:5-8 verbinden we de angsten vanwege vergankelijkheid en het loslaten met het perspectief van de hoop op God. Geloofszekerheid en rust zijn niet iets van mensen zelf. Ze zijn een geschenk. Ouderen dragen vrucht niet omdat ze zelf angst en gebrokenheid overwonnen hebben, maar als ze in goede grond geplant zijn (Psalm 92:13-16). Dat is de grond van Gods Woord met Zijn beloften! De angst voor het oordeel kan ook alleen maar vanuit het Woord weggenomen worden. Laat het evangelie maar in alle eenvoud klinken. Gods liefde gaat echt uit naar zondaren en niet naar mensen die menen de hemel te verdienen (Matth. 18:11, Luk. 9:56). Voor God beleden schuld is géén hinderpaal voor de zaligheid. Lees het verhaal van Zacheus maar (Luk. 19:1-10)
- Bij het pastorale bezoek is er ook oog voor de mantelzorgers. De naasten hebben soms ook behoefte om de balans op te maken (wat was goed en mooien wat niet in het leven met de oude vader, moeder, oma, opa) en te zeggen wat er nog gezegd moet worden. Of ze willen nog bepaalde dingen doen met of voor de oudere. Dat is belangrijk want dat levert mooie momenten op om straks op terug te zien als nabestaanden. De oudere kan gestimuleerd worden om woorden of herinneringen achter te laten voor geliefden, al hoeft dat niet op de manier van vader Jakob (Gen. 49). Zij kunnen op hun beurt uitgedaagd worden om met de oudere te praten, te bidden, te zingen, samen uit de bijbel te lezen.

Uitdagingen

U komt ook op bezoek bij mensen die niet over hun naderende einde willen praten. Dat is vooral moeilijk voor hen zelf, want dat maakt ze eenzaam. Ze zien het namelijk wel aankomen maar zijn blijklaar niet in staat om gedachten en gevoelens daarover te delen. Wat wij kunnen doen is: hartelijk en geduldig zijn. Wie weet, komt er in een zesde gesprekje wél een opening. Wees ook bescheiden. Het is niet onze verantwoordelijkheid hoe iemand zich voorbereidt op de dood, maar van de oudere zelf. U kunt trouwens altijd, zonder druk uit te oefenen, gewoon hardop nadenken en al luisterend naar de oudere, uw vragen stellen.

U komt ook op bezoek bij randkerkelijke mensen die helemaal niet zoveel op hebben met het geloof. Dat zegt niets over de kwaliteit van de gesprekken. Die kunnen beter verlopen dan met gelovige mensen. Probeer aarzelend gelovige of ongelovige mensen niet te pressen zich in geloof voor te bereiden op hun sterven. ('U kunt zoals u nu bent niet sterven...!') Ook zij hebben hun eigen verantwoordelijkheid en hebben zich al een leven lang kunnen verhouden tot God en geloof. U luistert naar hen en u bent degene aan wie zij hun vragen kunnen stellen. U mag op uw beurt vragen of u de boodschap van het evangelie met hen mag delen.

Ouderen als leermeester

U gaat niet alleen naar ouderen in hun laatste levensfase om iets met hen te bepraten. Nogmaals: u gaat eerst luisteren. Dat betekent ook dat ouderen uw leermeester mogen zijn. Wij kunnen van hun wijsheid leren tot de laatste dag waarop ze in ons midden zijn (1Kor. 12:8-10). Hún getuigenis kan óns vertrouwen op God versterken (Ps.71:17,18). Als wij met knikkende knieën naar een stervende gaan, kan diens omhoog gerichte wijsvinger en de daarbij gesproken woorden 'Zijn genade is mij genoeg!' ons diep raken (2 Kor. 12:9).