

Over 120 jaar...

wat wil ik dan?



Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Medisch urgentiepakket	5
Woonzorgcentra	6
Terminaal ziek	7
Ziekenbezoek en pastorale zorg	8
Financiën	8
Uitvaart	9
Orgaandonatie	10
<i>Orgaandonatie na de dood</i>	10
<i>Orgaandonatie bij leven</i>	11
<i>Obductie, sectie, autopsie</i>	11
<i>Lichaam ter beschikking stellen van de wetenschap</i>	12
Euthanasie	13
Wilsverklaring	14
Levenstestament	14
Levensvragen, ethisch testament	14
Sterven, begraven en rouw	16
<i>Kosten</i>	18
<i>Adressen en contactgegevens</i>	18
<i>Joodse gebruiken omtrent sterven en rouw</i>	20
Naderend sterven	21
<i>Bij iemand blijven</i>	21
<i>Widoej en sjeimes</i>	21
Na het overlijden	22
<i>Tahara</i>	23
<i>Begrafenis</i>	23
<i>Crematie</i>	25
<i>Grafrecht, grafruiming in Nederland</i>	25
<i>Periode van rouw</i>	26
<i>Matseva (grafsteen)</i>	27
<i>Rouwadvertentie</i>	28
<i>Jaartijd, individuele gedenkdag</i>	28
Verklarende woordenlijst	30
Adressen en contactgegevens	31
<i>Zorg en welzijn</i>	31
<i>Begraven</i>	32
Colofon	34

Voorwoord

‘Tot 120!’ is een gevleugelde uitspraak in de Joodse traditie. We wensen elkaar toe dat we net zo oud mogen worden als Mozes, die de gezegende leeftijd van 120 jaar bereikte. Dit gebruik geeft aan hoezeer het Jodendom op het leven gericht is, op de wens om een hoge leeftijd te bereiken en zo veel mogelijk uit het leven te halen. Toch komt er voor iedereen een moment waarop het leven ten einde loopt. De periode die daaraan voorafgaat kan veel vragen oproepen. Met dit boekje hopen wij u wegwijs te maken in deze belangrijke periode om u te helpen bij het maken van de juiste keuzes.

In de eerste plaats willen wij u hier informatie geven over algemene zaken waar iedereen in deze periode mee te maken krijgt en u aanwijzen waar u met specifieke vragen terecht kan. Een voorbeeld is het regelen van financiële zaken, zoals het opstellen van een testament of het vastleggen van uitvaartwensen. Er zijn hier in Nederland veel hulpmiddelen voor beschikbaar en wij helpen u graag de juiste informatie te vinden. Het is raadzaam om dit soort zaken goed vast te leggen, niet alleen voor uzelf, maar ook om te voorkomen dat uw nabestaanden later moeilijke beslissingen moeten nemen.

Daarnaast beoogt dit boekje u informatie te geven over de Joodse benadering van deze levensfase. U vindt hier informatie over Joodse visies op onderwerpen zoals de dood en rouw en gerelateerde zaken zoals orgaandonatie en euthanasie. Ook dient het als gids tot de Joodse gebruiken rond het sterven. Tradities zorgen voor zekerheid en duidelijkheid, en ze geven houvast aan de betrokkenen. Het sterven, de uitvaart en de rouwperiode zijn in het Jodendom omkleed met veel gebruiken, regels en tradities, die we in dit boekje kort zullen uitleggen. Daarbij vindt u ook de contactgegevens van diverse Joodse instellingen, van zorginstellingen tot begraafplaatsen, die u in deze periode wellicht nodig zult hebben. Hebreeuwse en Jiddische termen en ander jargon zijn in de lopende tekst cursief gezet en de betekenis van die woorden vindt u in de verklarende woordenlijst achterin dit boekje.

Dit boekje is bedoeld als gids en naslagwerk. U kunt het gebruiken als leidraad om uw laatste wensen met uw dierbaren te bespreken en eventueel vast te leggen. Het lezen van dit boekje of het bespreken ervan

kan dan ook emotioneel of confronterend zijn. Misschien wilt u het eerst eens alleen bekijken voordat u het met anderen bespreekt, of zult u het tijdens het lezen af en toe weg moeten leggen. Neem de tijd om over de besproken onderwerpen na te denken en vraag om hulp als u daar behoefte aan hebt. JMW kan u daarbij helpen.

Wij hebben dit boekje bewust samengesteld om de 'Joodse kant' van de laatste levensfase te belichten. Niet-Joodse gidsen voor de vormgeving/ begeleiding van die levensfase bestaan al. Waar dat relevant is, zullen wij naar zulke gidsen verwijzen. Dat neemt niet weg dat u ook voor vragen over niet-Joodse aspecten van de laatste levensfase bij JMW terecht kunt. Schroom niet om contact met ons op te nemen.

In het Jodendom bestaat er niet één algemeen gedeelde visie op welk onderwerp dan ook; met de onderwerpen die hier aan bod komen is dat niet anders. De samenstellers hebben dan ook geprobeerd om een beeld te geven van de pluriformiteit aan meningen binnen de Joodse gemeenschap. Wij menen hiermee recht te doen aan de Joodse traditie, die diffuus is en vele meningsverschillen kent. Op deze manier willen wij een zo groot mogelijk deel van de Joden in Nederland, van orthodox tot atheïstisch, bedienen.

De onderwerpen die in dit boekje besproken worden, gaan over de laatste fase van iemands leven. Toch is dit boekje niet alleen van belang voor mensen die zich al in die levensfase bevinden, in de eerste plaats omdat men dit soort beslissingen niet altijd alleen neemt. Misschien betreft u er een naaste bij, zoals een vriend of familielid. Ook voor hen is dit boekje relevant.

Daarnaast is het voor iedereen verstandig om bepaalde zaken al vóór het bereiken van de laatste levensfase geregeld te hebben. U kunt nooit van tevoren weten wanneer u een medisch urgentiepakket nodig zult hebben. En wanneer u niet zelf een beslissing neemt over donorregistratie, dan loopt u het risico dat er na uw dood iets gebeurt wat u helemaal niet gewenst had. Niemand weet wat de toekomst brengt. Maar mocht er *chas wechalila* iets gebeuren, dan is het fijn wanneer u bepaalde zaken al hebt overdacht en vastgelegd. Dit boekje is daarom relevant voor oud én jong.

Wij hopen dat het boekje u zal helpen om de beslissingen te nemen die voor u liggen. Voor vragen over het boekje of hulp in deze fase van uw leven kunt u altijd contact opnemen met JMW. Onze medewerkers staan klaar om u te helpen. Onze contactgegevens vindt u achterin.

Medisch urgentiepakket

Voor wie ongeneeslijk ziek is, is het raadzaam een zogeheten ‘medisch urgentiepakket’ te maken. Schrijf op een (kleurige) envelop uw naam en ‘medische urgentie’. Leg de envelop thuis op een duidelijke plek. Als u dan alleen thuis bent en er gebeurt iets, dan kan de envelop worden gevonden en meegenomen naar het ziekenhuis. Geef eenzelfde envelop ook aan uw vertegenwoordiger(s).

Stop de onderstaande documenten in de envelop:

- een pagina met uw medische geschiedenis, uw huidige medicatie en alle benodigde informatie voor een ziekenhuisopname
- kopie van uw paspoort/identiteitskaart (met een streep door uw burgerservicenummer en pasfoto i.v.m. privacy)
- kopie van uw verzekeringspasje en gegevens zorgverzekering
- kopie gegevens uitvaartverzorger van uw voorkeur
- kopie donorverklaring
- adressenlijst van mensen die u voor uw uitvaart wilt laten uitnodigen, en mogelijk ook namen van mensen die u juist niet wilt laten uitnodigen

Indien van toepassing kunt u bijvoegen:

- kopie van een eventuele euthanasieverklaring
- kopie gegevens uitvaartverzekering
- eventuele wilsverklaring tot niet-reanimeren
- kopie van lidmaatschap Joods Begraffeniswezen
- kopie lidmaatschap Joodse gemeente en gegevens Joodse gemeente (telefoonnummers Rabbinaat)

Woonzorgcentra

In Nederland is het beleid erop gericht om mensen die verplegende hulp nodig hebben zo lang mogelijk thuis te laten wonen. Wanneer blijkt dat iemand om wat voor reden dan ook niet meer zelfstandig kan wonen, dan komt het verpleeghuis in zicht. Om een plek te kunnen krijgen in een verpleeghuis is een zogenoemde WLZ-indicatie nodig. Die indicatie wordt afgegeven door het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) en kan door uzelf of door uw huisarts worden aangevraagd.

Wanneer het inderdaad zover is dat iemand niet meer zelfstandig kan wonen, zullen sommige mensen met een Joodse achtergrond het liefst naar een Joodse zorginstelling verhuizen. In die zorginstellingen wordt speciale aandacht gegeven aan de Joodse traditie en kan koosjer worden gegeten. Nederland kent twee van zulke woonzorgcentra: Beth Shalom in Amsterdam en het mr. L.E. Visserhuis in Den Haag.

Beth Shalom

Kastelenstraat 80
1083 DE Amsterdam
Tel. 020 - 504 73 00
www.cordaan.nl/locatie/beth-shalom

Wanneer u bewoner van Beth Shalom wilt worden, neemt u contact op met het Cliënten Servicebureau: 088 - 267 32 26

mr. L.E. Visserhuis

Theo Mann-Bouwmeesterlaan 75
2597 GV Den Haag
Tel. 070 - 314 38 00
www.jbc-visserhuis.nl

Neemt u voor meer informatie contact op via het formulier op de website of via bovenstaand telefoonnummer

Sommigen kiezen ervoor om tijdens de laatste periode van hun leven Nederland voor Israël te verruilen. In Israël staan twee Nederlandse verzorgingstehuizen voor Nederlandse ouderen, in Herzliya en Haifa.

Beth Juliana
David Raziël 22
4681222 Herzliya
Tel. +972 9 970 46 46
www.beth-juliana.co.il/

Beth Joles
Kikar Ha'Rakafot 1
34749 Haifa
Tel. +972 77 737 41 00
www.joles.co.il/nl

Voor wie volgens de richtlijnen van de Wuv erkend is als oorlogsslachtoffer, is er in sommige gevallen een vergoeding beschikbaar voor het verhuizen naar een verpleeghuis in Israël. Neem voor meer informatie contact op met JMW.

Nederlanders die besluiten naar Israël te verhuizen ('Alia' te maken) kunnen het beste contact opnemen met de Irgoen Olei Holland, een Israëlische organisatie voor Nederlandse immigranten. Zij kunnen u wegwijs maken in de juridische regeling van emigratie en u in contact brengen met de Nederlandse verzorgingstehuizen.

Irgoen Olei Holland
Oranim 1 (commercieel centrum Ramat Ilan)
5405201 Givat Shmuel
Tel. +972 3 562 56 11
www.ioh.co.il/
ioh@netvision.net.il

Terminaal ziek

Binnen de Joodse visie staat de kwaliteit van het leven centraal, ook wanneer iemand ongeneeslijk ziek is. Vanuit deze gedachte is in Nederland het Joods Hospice Immanuel opgericht, dat palliatief terminale zorg biedt aan mensen met een levensverwachting van drie maanden of minder. Dat betekent dat er niet wordt meegewerkt aan euthanasie. In het hospice is het mogelijk om uw leven ook in de laatste levensfase volgens de Joodse

traditie in te vullen. Alle bewoners mogen – met respect voor de identiteit van het huis – het leven dat ze thuis leefden voortzetten. Iedereen, Joods of niet, is welkom in het hospice. Hospice Immanuel staat in Amsterdam-Buitenveldert.

Joods Hospice Immanuel
Amstelveenseweg 665
1081 JD Amsterdam
Tel. 020 - 44 20 676
Fax 020 - 44 20 681
info@joodshospiceimmanuel.nl

Ziekenbezoek en pastorale zorg

Veel mensen voelen in de laatste levensfase op enig moment de behoefte om met iemand over het levenseinde te praten. Voor velen is dat hun partner of een andere naaste, maar sommigen willen graag (ook) een gesprek met iemand van buitenaf.

Het bezoeken van de zieken is een belangrijke mitswa binnen de Joodse traditie. De meeste Joodse gemeenten hebben dan ook rabbijnen, pastoraal werkers en vrijwilligers die zieken bezoeken. Het is natuurlijk ook mogelijk om zulke gesprekken te voeren met mensen van buiten de Joodse gemeenschap, zoals bijvoorbeeld een humanistisch geestelijk verzorger. Voor een gesprek met een rabbijn of iemand anders uit de Joodse gemeenschap kunt u contact opnemen met de desbetreffende Joodse gemeente. Voor hulp bij het vinden van een andere gesprekspartner neemt u contact op met JMW. U kunt dan bezoek krijgen van een maatschappelijk werker, of u kunt worden doorverwezen naar een geestelijk verzorger. Onze contactgegevens vindt u achterin dit boekje.

Financiën

In deze fase van uw leven is het verstandig om alvast enkele financiële zaken te regelen voor uw nabestaanden. Op de site van het Nibud (www.nibud.nl) vindt u veel financiële informatie, waaronder informatie rondom het overlijden (onder de categorie ‘Levenssituaties’).

De volgende onderwerpen komen daar aan bod:

- uitvaartverzekeringen
- het regelen van uw erfenis
- het nabestaandenpensioen
- uw inkomen na het overlijden van een partner
- de kosten van een uitvaart
- omgaan met minder inkomen
- banksparen of lijfrente (onder het thema 'Pensioen en vermogen')

Voor vragen over of hulp bij het regelen van dit soort zaken kunt u altijd contact opnemen met een maatschappelijk werker van JMW. Dat kan met vragen over uw eigen situatie, maar ook als u zaken voor een ander moet regelen. Onze contactgegevens vindt u achterin dit boekje.

Uitvaart

Als u specifieke wensen hebt voor uw uitvaart, is het verstandig deze op papier vast te leggen en ze kenbaar te maken aan uw naasten. Verschillende uitvaartverzorgers, waaronder Dela en Monuta, hebben op hun websites handige checklists aan de hand waarvan u uw wensen kunt vastleggen.

www.monuta.nl/uitvaart/uitvaart-regelen/checklist-uitvaart-regelen

www.dela.nl/uitvaart/voor-de-uitvaart/een-uitvaart-regelen

Als u ervoor kiest om op een Joodse begraafplaats begraven te worden is er, vanwege de uniformiteit van de uitvaart volgens de Joodse traditie, minder ruimte voor persoonlijke invulling. Verderop in dit boekje leest u daarover meer.

Orgaandonatie

Vanaf 1 juli 2020 geldt de nieuwe donorwet. Daarmee wil de overheid mensen die nog geen keuze in het donorregister hebben vastgelegd stimuleren om dat wel te doen. Wie na een aantal brieven nog steeds geen keuze heeft ingevuld in het register, wordt automatisch geregistreerd met 'geen bezwaar' tegen orgaandonatie. Dit geldt voor iedereen in Nederland van 18 jaar en ouder die ingeschreven staat bij een gemeente. De wet laat voor de nabestaanden wel de mogelijkheid open om bezwaar te maken tegen de orgaandonatie.

Orgaandonatie na de dood

Er bestaat geen eenduidige Joodse visie op orgaandonatie. Een veelgehoord misverstand is dat orgaandonatie volgens de Joodse traditie verboden is, omdat het lichaam intact moet zijn voor de *techiat hametiem*, 'de wederopstanding van de doden', in de *olam haba*, 'de komende wereld' na de dood of aan het einde der tijden. Volgens de meeste geleerden is er geen *halachische* basis voor dit idee. Wel zijn er verschillende *halachische* argumenten aan te voeren tegen orgaandonatie, waaronder de verboden op het verminken van of het voordeel halen uit een stoffelijk overschot en het gebod om een lichaam snel te begraven. Toch zijn de meeste rabbijnen, van orthodox tot liberaal, het erover eens dat de potentie van orgaandonatie om levens te redden al deze bezwaren terzijde schuift. Hierbij doen zij een beroep op het principe van *pikoeach nefesj*, 'het redden van een mensenleven'. De Joodse traditie leert dat, wanneer er een mensenleven gered kan worden, andere wetten overtreden mogen en soms zelfs moeten worden.

Wanneer iemand komt te overlijden is het in beginsel dus *halachisch* toegestaan om de organen van deze persoon te gebruiken om een ander mensenleven te redden. Toch staan niet alle rabbijnen, waaronder de orthodoxe rabbijnen in Nederland, orgaandonatie toe. Dat komt door de problematiek omtrent het bepalen van het moment van de dood. Internationaal is er een minderheid aan rabbijnen die 'de hersendood', dat wil zeggen het onomkeerbare moment waarop er geen activiteit meer in de hersenen is en er geen bloed meer doorheen stroomt, afwijzen als punt van overlijden. De meeste andere rabbijnen accepteren deze definitie van de dood wel, wat voor hen in principe orgaandonatie toelaatbaar maakt. Ook het orthodoxe rabbinaat in Nederland accepteert, in navolging van

het Israëliësche opperrabbinaat, de hersendood als moment van overlijden. Toch staan zij orgaandonatie in Nederland (nog) niet toe, omdat er in Nederland, in tegenstelling tot in Israël en andere landen, nog geen afspraken bestaan tussen medici en het rabbinaat over de te volgen procedure bij het vaststellen van de hersendood. Op het moment van schrijven van dit boekje (2020) is het orthodoxe rabbinaat in overleg met medici en andere experts om een dergelijke procedure ook in Nederland vast te leggen, waarna zij orgaandonatie ook hier zouden toestaan. Alle liberale rabbijnen in Nederland accepteren de hersendood eveneens als het punt van overlijden en zien verder geen probleem met de huidige procedure in Nederland, waardoor zij orgaandonatie in vrijwel alle gevallen toestaan.

Het is belangrijk om te weten dat uw keuze om wel of geen orgaandonor te zijn geen invloed heeft op een Joodse begrafenis. Ook wanneer u ervoor kiest om u te registreren als donor kunt u Joods begraven worden, met alle rituelen die daarbij horen.

Orgaandonatie bij leven

Bij orgaandonatie door levende donoren spelen andere principes een rol. De vraag of iemand wel of niet overleden is, is hier immers niet relevant, waardoor er geen belemmering voor orgaandonatie bij leven zou lijken te zijn. Het Jodendom kent echter ook het principe dat het eigen leven in de meeste gevallen voorgaat op het leven van een ander. Dat wil zeggen dat iemand zichzelf niet in levensgevaar hoeft te brengen om het leven van een ander te redden. Wanneer we het hebben over orgaandonatie bij leven gaat het meestal om het doneren van een nier. De mens heeft twee nieren en kan over het algemeen prima leven met maar één nier. Daarnaast is de medische wetenschap inmiddels zo ver gevorderd dat de operatie voor de transplantatie van een nier weinig risico's kent. Daarom hebben de meeste rabbijnen vaak geen bezwaar tegen het doneren van bijvoorbeeld een nier. Wanneer echter duidelijk is dat de ingreep grote risico's met zich meebrengt voor de donor, dan zal de donatie waarschijnlijk niet *halachisch* goedgekeurd worden.

Obductie, sectie, autopsie

In sommige gevallen zal een arts uw nabestaanden vragen of er na het overlijden onderzoek mag worden gedaan op uw lichaam. Dit wordt obductie, sectie of autopsie genoemd. Op deze manier kunnen artsen

onderzoeken wat er in de laatste levensfase is gebeurd, de doodsoorzaak vaststellen en in het geval van erfelijke of onbekende ziektes eventuele gevolgen voor de familie of anderen achterhalen. Ook wordt obductie uitgevoerd ten behoeve van het onderwijs en de wetenschap. U kunt zelf in een wilsbeschikking aangeven of u artsen na uw overlijden toestaat om een dergelijk onderzoek te verrichten. Op deze manier beslist u zelf over wat er met uw lichaam gebeurt na uw overlijden. Neemt u deze wens niet op in een wilsverklaring, dan beslissen uw nabestaanden. In sommige gevallen is er geen toestemming nodig voor obductie. Dit is het geval wanneer er een vermoeden bestaat van een misdrijf, ongeval of medische fout, wat een onderzoek noodzakelijk maakt.

Het verbod op het verminken van een lichaam, dat een *halachisch* bezwaar vormt tegen orgaandonatie, speelt ook bij obductie een rol. In beginsel is obductie door dit verbod niet toegestaan volgens de *halacha*. Er bestaan echter uitzonderingen, namelijk wanneer de obductie verplicht wordt door de lokale autoriteiten of wanneer met het verrichten ervan mensenlevens gered kunnen worden (*pikoeach nefesj*). Wanneer nabestaanden geconfronteerd worden met de vraag of een arts obductie mag doen, kunnen zij een rabbijn consulteren die zal beoordelen of de desbetreffende situatie onder de uitzonderingsregels valt. Het wel of niet toestemming verlenen voor obductie heeft geen gevolgen voor een Joodse begrafenis. Wie ervoor kiest kan nog steeds een *tahara* krijgen en op een Joodse begraafplaats worden begraven.

Lichaam ter beschikking stellen van de wetenschap

Sommige mensen kiezen ervoor om hun lichaam na hun overlijden ter beschikking te stellen aan de wetenschap. Als u dit wenst te doen, dient u zelf contact op te nemen met een anatomisch instituut of universiteit. De meerderheid van de rabbijnen, zowel orthodox als liberaal, is van mening dat het *halachisch* niet geoorloofd is om het lichaam ter beschikking te stellen van de wetenschap. De bezwaren hiertegen zijn vergelijkbaar met de bezwaren tegen orgaandonatie. Over het algemeen krijgen de nabestaanden het lichaam van de overledene niet terug van het instituut, waardoor er ook geen *lewaje* of crematie kan plaatsvinden. Wanneer een stoffelijk overschot wel wordt teruggegeven, kan dit op een Joodse begraafplaats worden begraven. Het is goed om te weten dat er in Nederland geen tekort is van mensen die hun lichaam ter beschikking stellen van de wetenschap. De laatste jaren wordt zelfs gesproken van een surplus.

Euthanasie

Volgens de Nederlandse wet is euthanasie in sommige gevallen toegestaan. Het gaat om situaties waarin iemand ondraaglijk en uitzichtloos lijdt. Wat ondraaglijk en uitzichtloos lijden precies inhoudt verschilt per situatie en wordt altijd door ten minste twee artsen beoordeeld. De regels hieromtrent zijn vastgelegd in de 'Wet toetsing levensbeëindiging op verzoek en hulp bij zelfdoding'. In deze wet zijn zes zorgvuldigheidseisen vastgelegd. Alleen als aan deze zorgvuldigheidseisen is voldaan, is de meewerkend arts niet strafbaar.

Binnen de Joodse traditie neemt de heiligheid van het leven een centrale plaats in. Het verkorten van iemands levensduur is verboden, en euthanasie is daarom over het algemeen niet toegestaan. Enkele rabbijnen interpreteren deze regel zeer strikt. Zij vinden dat het leven in elke situatie voorrang heeft en dat al het mogelijke gedaan moet worden om het menselijk leven in stand te houden. Anderzijds zijn er rabbijnen die stellen dat de Joodse traditie voorschrijft dat de dood op natuurlijke wijze moet intreden. Het stopzetten van medische handelingen die enkel het leven verlengen en niet de ziekte bestrijden is volgens sommige rabbijnen toegestaan, en volgens andere zelfs verplicht, in gevallen dat dit een einde maakt aan het lijden van de persoon in kwestie. Zij maken dus onderscheid tussen euthanasie, als het actief beëindigen van een leven, en het onthouden van levensverlengende maatregelen waarna de dood vanzelf intreedt. Dat tweede is volgens deze rabbijnen wel toegestaan. Binnen de liberale stroming van het Jodendom wordt deze visie breed gedragen. Er is zelfs een minderheid van liberale rabbijnen die stelt dat actieve euthanasie binnen de Joodse wet geoorloofd is. In het algemeen valt te stellen dat de meeste rabbijnen, van orthodox tot liberaal, elke actieve rol in het bespoedigen van iemands dood afkeuren, en dat liberale rabbijnen vaker openstaan voor uitzonderingen, zolang de dood op natuurlijke wijze intreedt. Het is echter een misverstand om te stellen dat het in stand houden van iemands leven binnen de orthodoxe traditie altijd voorrang heeft boven andere regels. Pijnbestrijding met palliatieve sedatie is bovendien in alle gevallen toegestaan. Wat wel en niet mag volgens de Joodse traditie is hoe dan ook sterk afhankelijk van uw persoonlijke situatie. De eventuele keuze voor euthanasie heeft geen gevolgen voor een Joodse uitvaart. Wie ervoor kiest kan nog steeds een *tahara* krijgen en op een Joodse begraafplaats worden begraven.

Wilsverklaring

U doet er goed aan om uw wensen en verwachtingen met betrekking tot de zorg die u tijdens uw levenseinde wenst te ontvangen tijdig met uw naasten te bespreken. Het vastleggen van dit soort wensen kan in een zogenoemde wilsverklaring. Hierin neemt u op in welke situaties u geen levensverlengende behandelingen meer wilt, en of u in geval van ondraaglijk en uitzichtloos lijden uw leven vroegtijdig wenst te laten beëindigen door een arts. Als u die zaken in een wilsverklaring vastlegt, weet u zeker dat uw wensen gerespecteerd worden, ook wanneer u ze op dat moment zelf niet meer kunt uiten. Voor een wilsverklaring hoeft u niet naar de notaris; u kunt die zelf thuis opstellen. Meer informatie over wilsverklaringen vindt u op de website van de rijksoverheid:

www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/levenseinde-en-euthanasie/vraag-en-antwoord/wilsverklaring-opstellen

Zoekt u hulp bij het opstellen van uw wilsverklaring? Een maatschappelijk werker van JMW helpt u er graag mee. De contactgegevens van JMW vindt u achterin dit boekje.

Levenstestament

Als u niet alleen uw wensen rondom medisch handelen, maar ook omtrent uw financiën wilt vastleggen, dan hebt u een levenstestament nodig. Hierin legt u zowel uw medische als uw financiële wensen vast, voor de situatie waarin u niet meer zelfstandig kunt handelen. U kunt zo zelf bepalen wie u wel mag vertegenwoordigen en wie niet. Een levenstestament moet u laten opmaken door een notaris en dat kost dus geld.

Levensvragen, ethisch testament

Wezenlijke veranderingen in het bestaan roepen vrijwel altijd vragen op. Het naderen van het levenseinde is zo'n verandering. Heeft mijn leven zin gehad? Wat laat ik na aan deze wereld? Kortom, levensvragen die opkomen wanneer iemand met een beperkt levensperspectief geconfronteerd wordt. Het vertellen van uw levensverhaal kan u helpen

uw leven in kaart te brengen en dit soort vragen te beantwoorden. Vergeten herinneringen komen zo weer naar boven en maken uw levensverhaal compleet. Het delen en doorgeven van uw persoonlijke geschiedenis biedt daarnaast vaak een opening voor gesprek met uw naasten. Het is een manier om terug te kijken op uw leven en op wat dat leven betekent heeft, om iets daarvan door te geven aan volgende generaties en om het leven waardig af te sluiten.

Het Jodendom kent een traditie waarin dit gebeurt, de zogenaamde *tsavaä* of 'ethisch testament'. Het was voor Joodse geleerden gebruikelijk om een dergelijk ethisch testament op te stellen. Daarin legde de stervende zijn wijsheden en leringen voor de volgende generatie vast en verzekerde zo zijn spirituele nalatenschap. Ook stelden ouders dergelijke documenten voor hun kinderen op, waarin laatste spirituele of praktische adviezen werden gegeven.

In de Verenigde Staten wordt het schrijven van een dergelijk ethisch testament steeds populairder. Verschillende wetenschappelijke onderzoeken¹ concluderen dat het schrijven van een ethisch testament positieve lichamelijke en geestelijke effecten kan hebben. Enerzijds kan het proces van het schrijven zelf positieve gevolgen hebben. Het is een manier om de confrontatie met de naderende dood aan te gaan en grip te krijgen op deze laatste levensfase. Het is een bevredigende manier om het leven af te sluiten, vermindert daardoor angst en stress en verlicht zo het lijden in de laatste levensfase. Anderzijds kan ook het eventuele eindproduct positieve effecten hebben. Het document geeft de schrijver de mogelijkheid om zelf vast te leggen hoe deze herinnerd wenst te worden, om zijn levensovertuigingen en adviezen te delen en om nabestaanden een tastbare herinnering te geven. Zo gaat de kennis en wijsheid over van generatie op generatie, *ledor wador*.

Ook voor u kan het fijn zijn om een ethisch testament op te stellen. Verschillende maatschappelijk werkers bij JMW zijn getraind in zogenoemde 'life-review' technieken en kunnen u begeleiden in een dergelijk proces. Dat proces kan een fysiek eindproduct opleveren, maar dat hoeft niet: die keuze is vanzelfsprekend aan u.

¹ Zie bijvoorbeeld: Baines, B. K. (2003). Ethical will: Creating meaning at the end of life. *Home Health Care Management & Practice*, 15(2), 140–146.

Sterven, begraven en rouw

De periode van sterven en rouw wordt in de Joodse traditie met veel rituelen en vaste gebruiken omkleed. Wanneer u kiest voor een Joodse begrafenis bij een van de Joodse gemeenten in Nederland, zal de dienstdoende rabbijn, rabbinaal medewerker of vertegenwoordiger van de *chevra kadiesja* deze gebruiken met u en uw nabestaanden doornemen.

De Joodse begraafplaatsen in Nederland zijn grofweg in te delen in drie categorieën: orthodox, liberaal en modern-progressief.

Orthodox

Wie een orthodox-Joodse begrafenis wenst in Amsterdam, regelt dit via het Joods Begrafeniswezen (JBW). Het JBW heeft vier begraafplaatsen in beheer, waarvan de begraafplaatsen in Muiderberg en Diemen nog in gebruik zijn. Buiten de regio Amsterdam zijn er door heel Nederland heen orthodox-Joodse begraafplaatsen. Begravenissen op deze begraafplaatsen worden doorgaans uitgevoerd door de *chevra kadiesja* van de lokale Joodse gemeente. Voor Sefardische – of Spaans-Portugese – Joden is er de begraafplaats Beth Haim in Ouderkerk aan de Amstel. Ook op Beth Haim worden de begravenissen verzorgd door het JBW. Op de orthodox-Joodse begraafplaatsen worden enkel mensen begraven die Joods zijn volgens de regels van het rabbinaat van het Nederlands-Israëlitisch Kerkgenootschap (NIK) of Portugees-Israëlitisch Kerkgenootschap (PIK).

Liberaal

De Liberaal Joodse Gemeenten (LJG) in Nederland hebben vier begraafplaatsen. De stichting Gan Hasjalom, onderdeel van de LJG Amsterdam, beheert de begraafplaatsen in Amstelveen en Hoofddorp. Voor Den Haag en Rotterdam bestaat de begraafplaats Beth Hachaim, en de LJG Twente beschikt over een afgescheiden hoek, genaamd Beth ha'Olam, op de Algemene Begraafplaats Twente. Op deze begraafplaatsen worden enkel mensen begraven die Joods zijn volgens de regels van het rabbinaat van de LJG. Mensen met alleen een Joodse vader kunnen op de begraafplaatsen van de LJG niet begraven worden, tenzij ze hun Joodse status laten bevestigen door de rabbijnen van de LJG. Voor mensen met een Joodse vader is dat vrijwel altijd mogelijk.

Modern-progressief

De modern-progressieve gemeente Beit Ha'Chidush heeft een eigen grafveld tot haar beschikking op De Nieuwe Ooster begraafplaats in Amsterdam (vak 55). Uniek aan dit grafveld is dat naast mensen die volgens de gebruikelijke regels als Jood of Jodin worden beschouwd, ook (al dan niet volwassen) kinderen van een Joodse vader, en/of niet-Joodse echtgenoten, partners en kinderen van mensen met een Joodse familielijn hier begraven kunnen worden.

Lidmaatschap

Wanneer u weet dat u Joods begraven wilt worden is het verstandig dit van tevoren te regelen. Indien u een orthodox-Joodse begrafenis wenst in de regio Amsterdam (Muiderberg, Diemen of Ouderkerk), betekent dit dat u lid wordt van een van de orthodox-Joodse gemeenten (aangesloten bij het NIK of PIK) en van het Joods Begrafeniswezen. Uw lidmaatschap van het JBW verzekert u van een begrafenis op een van de Joodse begraafplaatsen en de gebruiken die daarbij horen. Ook worden bepaalde kosten die daarmee gepaard gaan kwijtgescholden. Het gaat hier dus om twee lidmaatschappen. Voor meer informatie neemt u contact op met het Joods Begrafeniswezen in Amsterdam. Voor een orthodox-Joodse *lewaje* op een van de begraafplaatsen in de rest van Nederland (de *mediene*) is het verstandig om lid te zijn van de plaatselijke Joodse gemeente. Wie lid is van een Joodse gemeente is doorgaans verzekerd van een *lewaje* op de lokale begraafplaats, verzorgd door de *chevra kadiesja*. Neem hiervoor altijd tijdig contact op met de desbetreffende Joodse gemeente.

Wie op een van de begraafplaatsen van de Liberaal Joodse Gemeenten begraven wil worden, raden wij aan om lid te worden van een van de LJG's in Nederland. Niet alleen omdat leden verzekerd zijn van een plek op een van de begraafplaatsen van de LJG's, maar ook omdat het op die manier veelal financieel gunstiger is. Voor meer informatie neemt u contact op met het rabbinaat van een van de LJG's.

Voor een begrafenis op het Joodse grafveld op begraafplaats De Nieuwe Ooster geldt dat daar vooraf afspraken over moeten worden gemaakt met het bestuur van Beit Ha'Chidush. Lidmaatschap van Beit Ha'Chidush is geen vereiste, maar houd er rekening mee dat er een beperkt aantal plaatsen beschikbaar is voor mensen die geen lid of vriend zijn van deze gemeente. Na toestemming van het bestuur kan men zelf een plek

reserveren bij De Nieuwe Ooster. Voor meer informatie neemt u contact op met het bestuur van Beit Ha'Chidush.

Bij alle gemeenten geldt dat de volledige begrafenis door het rabbinaat, in samenwerking met de *chevra kadiesja*, wordt verzorgd. Dat geldt eveneens voor de rouwgebruiken achteraf, zoals de *sjivve*. In geen van de gevallen is lidmaatschap van een Joods kerkgenootschap voorwaarde voor het krijgen van een Joodse begrafenis. Ook Joden die geen lid waren van de Joodse gemeente kunnen Joods begraven worden. Er zal dan echter bewezen moeten worden dat de overledene Joods was, en er zal een flinke inkoopsom moeten worden betaald. Wanneer u zeker weet dat u een Joodse begrafenis wenst, is lidmaatschap daarom aan te raden. Neem op tijd contact op met een rabbijn van het NIK of PIK, de LJG of Beit Ha'Chidush als u een Joodse begrafenis wenst. Verwijzingen naar de rabbinaten vindt u op pagina 33 van dit boekje.

Kosten

De kosten voor een begrafenis en aanverwante zaken zijn hoog. U kunt echter bepaalde regelingen treffen om te voorkomen dat uw nabestaanden plotseling met hoge uitgaven geconfronteerd worden. Een bekende oplossing is de uitvaartverzekering. Indien u hiervoor kiest en weet dat u Joods begraven wilt worden, is het raadzaam een verzekering te kiezen die een geldbedrag uitkeert en geen verzekering die diensten in natura verleent. Deze diensten in natura sluiten vaak niet aan bij Joodse begrafenissen. U kunt natuurlijk ook zelf geld opzijzetten voor dit doel op een aparte spaar-, deposito- of beleggingsrekening.

Adressen en contactgegevens

Het Joods Begrafeniswezen

Ter Kleef 6
1081 AM Amsterdam
Tel. 020 - 646 25 45
jbw@hetjbw.nl
www.hetjbw.nl

NIK begraafplaatsen

Consul-beheerder: Eduard J. P. Huisman

Tel. 020 - 301 84 82

Mob. 06 - 31 63 31 40

huisman@nik.nl

Beth Haim

Kerkstraat 10

Ouderkerk aan de Amstel

Postbus 160

1190 AD Ouderkerk aan de Amstel

Tel. 06 - 53 72 53 35

info@bethhaim.nl

www.bethhaim.nl

Gan haOlam (LJG Twente)

Hengelosestraat 487

7521 AG Enschede

+49 151 14 62 51 59

secretaris@ljgtwente.nl

www.ljgtwente.nl

Beth Hachaim (LJG Den Haag en Rotterdam)

Eikelenburglaan 7

2286 KA Rijswijk

Tel. 010 - 414 65 95

rlhene@planet.nl

www.ljgdenhaag.nl

www.ljgrotterdam.nl

Beit Ha'Chidush

Postbus 10759

1001 ET Amsterdam

info@beithachidush.nl

Tel. 020 - 261 74 67

Begraafplaats 'De Nieuwe Ooster'

Kruislaan 126

1097 GA Amsterdam

Gan Hasjalom (LJG Amsterdam)
Saskia van Uylenburgweg 4
1183 DK Amstelveen
Hoofdweg 395/Vijfhuizerweg
2131 MS Hoofddorp
020 - 540 01 36
rabbinaat@ljpg.nl
www.verbond.eu

Joodse gebruiken omtrent sterven en rouw

In de rest van deze paragraaf vindt u een overzicht van de Joodse gebruiken omtrent sterven en rouw. Ook wie niet Joods begraven wil worden, kan de wens hebben dat tijdens de uitvaart of in de rouwperiode daarna enkele Joodse gebruiken in acht genomen worden. Ook bij een 'reguliere' uitvaart is het in veel gevallen mogelijk om Joodse elementen aan de dienst toe te voegen. Indien u dit wenst, zorg er dan voor dat uw nabestaanden daarvan op de hoogte zijn.

De Joodse traditie kent veel rituelen en gebruiken rondom sterven en rouw. Soms zijn die gebruiken erop gericht steun te geven aan de nabestaanden. Door het bieden van structuur en het laten uitvoeren van handelingen kunnen zulke gebruiken voor veel mensen enigszins de zwaarte van het verlies verlichten. Andere gebruiken richten zich juist op de overledene. *Kevod hameet*, het eren van de overledenen, is een centraal begrip in de Joodse traditie en een belangrijke *mitswa*. Het idee dat het lichaam van en de herinnering aan de overledene met respect behandeld dienen te worden vormt de basis voor de vele gebruiken en tradities die we hieronder zullen beschrijven.

Het volgende overzicht van gebruiken en rituelen is geen voorschrijving en is ook niet uitputtend. Het is vooral de bedoeling om de meest gangbare rituelen en gebruiken te omschrijven. Het overzicht dient ter inspiratie, vooral voor mensen die verder van de Joodse traditie afstaan. Het kan gebruikt worden als leidraad voor keuzes over hoe u uw levenseinde op een Joodse manier zou kunnen invullen. Wie de exacte Joodse wetgeving wil volgen doet er altijd goed aan contact op te nemen met een rabbijn.

Naderend sterven

Bij iemand blijven

Net als in veel andere tradities is het bij Joden gebruikelijk om een stervende niet alleen te laten. Dit gebruik heeft waarde voor zowel de stervende als voor de nabestaanden. De stervende weet zich geborgen door zijn naasten en/of de gemeenschap, waardoor eventuele gevoelens van eenzaamheid, stress en angst in deze laatste levensfase zullen afnemen. Voor de nabestaanden is het een manier om tijdens de stervensfase afscheid te nemen. Het wezenlijke waarnemen van het sterven zorgt ervoor dat de realiteit niet ontkend kan worden, wat het 'loslaten' en weer oppakken van het leven zal vergemakkelijken. Het kan zijn dat u in deze laatste levensfase behoefte hebt aan een gesprek met een rabbijn, geestelijk verzorger of pastoraal of maatschappelijk werker. Voor een gesprek met een rabbijn kunt u zich altijd wenden tot het rabbinaat van een van de Joodse gemeenten in Nederland, en voor een maatschappelijk werker tot JMW. JMW kan u ook helpen met het vinden van een andere geestelijk verzorger of pastoraal werker.

Widoej en sjeimes

Op welke manier wilt u als mens het leven verlaten? Wat zijn uw laatste woorden? Het is binnen de Joodse traditie gebruikelijk voor een stervende om, wanneer de dood nadert, een laatste gebed uit te spreken. Dat gebed bestaat uit de *widoej*, de zondenbelijdenis, en het *sjeimes*, een vorm van het *Sjema* die ook aan het einde van de *Jom Kipoer*-dienst gezegd wordt. In tegenstelling tot de zondenbelijdenis op *Jom Kipoer*, die door de gemeenschap tezamen gezegd wordt en dus een gemeenschappelijk karakter heeft, gaat het bij deze zondenbelijdenis om een persoonlijk gebed. Wanneer de stervende zelf niet in staat is om deze teksten uit te spreken kan een ander dat voor hem doen. Vaak worden de teksten samen gezegd door de stervende en zijn naasten.

Het *Sjema*, dat in deze gebeden centraal staat, wordt als een van de belangrijkste teksten van het Jodendom beschouwd. Het is eigenlijk niet echt een gebed: er wordt nergens om gevraagd en Gods naam wordt niet geprezen. Het is eerder een verklaring waarin men de eenheid van God benoemt, een centrale gedachte in het Jodendom. Voor velen heeft het uitspreken van deze tekst vlak voor het sterven dan ook niet per se een religieus karakter. Het is ook, en voor velen in de eerste plaats, een manier

om verbondenheid met het Jodendom uit te drukken, een bevestiging van iemands Joodse identiteit, juist in de laatste fase van het leven. Ook voor mensen die niet of nauwelijks een religieus-Joods leven hebben geleid is dit gebruik vaak van grote emotionele waarde. Het is een mooie manier om samen met uw naasten het leven af te sluiten, om u tijdens het laatste moment van uw leven verbonden te voelen met alle mensen die u voorgingen en die u zullen volgen.

Tevens is het gebruikelijk om, wanneer men hoort dat iemand overleden is, de woorden '*baroech Dajan haëmet*' te zeggen. Wie aanwezig is bij het overlijden zegt deze woorden nadat een arts of verpleegkundige de dood bevestigd heeft. Binnen de orthodoxie is het gebruikelijk voor de directe nabestaanden om de volledige *bracha* van *baroech Dajan haëmet* uit te spreken tijdens de *lewaje*, waarbij zij een deel van hun kleding scheuren als teken van rouw. Liberale Joden zien doorgaans af van dit gebruik en zeggen de volledige *bracha* enkele minuten na het overlijden, wanneer de dood is bevestigd.

Baroech Dajan haëmet betekent 'Geprezen is de ware Rechter'. Voor de nabestaanden voelt de dood van een naaste zelden als een rechtvaardige gebeurtenis. Deze uitspraak is een manier om uiting te geven aan dat gevoel van onrecht. Ondanks dat onbegrip spreekt men de hoop, of misschien de overtuiging uit, dat God rechtvaardig is. Dat maakt de dood van een naaste niet rechtvaardig, maar benoemt het wel als onderdeel van een proces dat uiteindelijk rechtvaardig is: dit is het leven dat wij te accepteren hebben.

Na het overlijden

Onmiddellijk na het overlijden wordt er een wit laken over het lichaam gelegd. Rond het lichaam worden een of meerdere kaarsen aangestoken die het licht van het leven en/of de ziel van de overledenen symboliseren. Op *sabbat* en de Joodse feestdagen gelden andere rituelen.

Als de overledene Joods begraven wordt, is het advies van het Joods Begraveniswezen of de rabbijn die de *lewaje* begeleidt vaak om de dood zo snel mogelijk te melden. De meeste doden worden namelijk de dag na hun overlijden, of tenminste binnen achtenveertig uur, begraven.

Deze snelheid zorgt ervoor dat de praktische zaken voor de uitvaart snel geregeld moeten worden, en dat de nabestaanden daarna al snel de tijd en ruimte krijgen om aan het rouwproces te beginnen. Het is goed om te weten dat de leden van de *chevra kadiesja* vaak al snel voor de deur staan. Als u langer de tijd nodig hebt om privé afscheid te nemen, dan kunt u het beste even wachten met bellen. Net als tijdens het stervensproces probeert men het lichaam niet alleen te laten tot het begraven is.

Tahara

Volgens traditioneel Joods gebruik wordt de overledene ritueel voorbereid voor de begrafenis. Dit heet een *tahara* en wordt over het algemeen uitgevoerd door de *chevra kadiesja*, het begrafenisgezelschap dat doorgaans uit vrijwilligers van de Joodse gemeente bestaat. Zij reinigen het lichaam en kleden het in een wit doodsgewaad, *tachrichien*, en eventueel ook in een *talliet*, een gebedsmantel. Vervolgens wordt de overledene in een eenvoudige houten kist gelegd. Daarna strooit men aarde uit Israël in de kist, waarbij de woorden *wechiper admato amo* (Devariem/Deuteronomium 32:43) uitgesproken worden. Indien de overledene met een *talliet* begraven wordt, dient een van de *tsietsiet* te worden afgesneden en los in de kist te worden gelegd. De hoek van de *talliet* waarvan de *tsietsiet* is afgesneden laat men uit de kist hangen. Voorafgaand aan en tijdens de *tahara* worden gebeden uitgesproken. Het ritueel wordt vaak beëindigd te midden van naaste familieleden, die de overledene dan witte sokken kunnen aandoen. Zo hebben de nabestaanden een kans om deel te nemen aan het ritueel, door een laatste keer hun naaste te verzorgen. Aan het einde van het ritueel wordt de kist gesloten en deze zal daarna niet meer worden geopend. Het opbaren van een overledene is daarom een gebruik dat niet binnen de Joodse traditie past. De kist wordt gesloten gehouden uit respect voor de overledene. Het lichaam ziet er dan nog hetzelfde uit, maar omdat de ziel ontbreekt is het niet meer dezelfde persoon. Door dit gebruik kunnen de nabestaanden zich de overledene herinneren als de persoon die hij was en kan men zijn goede daden herdenken.

Begrafenis

In orthodoxe kringen scheuren de naaste familieleden een deel van hun kleding (*kria*) om het rouwproces in te leiden. Traditioneel draagt men het gescheurde kledingstuk de rest van de *sjivve*-periode (de week van rouw, zie uitleg hieronder). Het scheuren van de kleding als teken van rouw is

een heel oud gebruik en wordt al genoemd in de Bijbel. Het is een manier om uiting te geven aan het verdriet door middel van een handeling. De gescheurde kleding kan gezien worden als symbool voor de scheur in het leven van de nabestaanden die het verlies met zich meebrengt.

Een Joodse begrafenis (*lewaje*) is eenvoudig. Zoals eerder beschreven, wordt de overledene in een wit gewaad gekleed en in een eenvoudige houten kist gelegd. Deze kleding en kist zijn voor alle overledenen hetzelfde, om aan te geven dat allen in de dood gelijk zijn. Hetzelfde principe geldt voor een Joodse begrafenis: deze is in beginsel voor allen gelijk. Er is daarom beperkte ruimte voor een persoonlijke invulling van de dienst.

Het verloop van de dienst is eveneens eenvoudig. Er worden gebeden en teksten uitgesproken, sommige tijdens de dienst in de aula en andere aan het graf. Welke teksten er precies opgezegd worden verschilt per Joodse gemeente. Over het algemeen worden daarbij in ieder geval Psalmen 90:17 en 91, het mystieke *ana bechoach*, het *El male rachamiem*, en het *tsidoek hadien* opgezegd en spreken de nabestaanden het *kaddiesj* uit. Tijdens het *El male rachamiem*, het gebed voor de zielenrust, wordt de Joodse naam van de overledene genoemd. Ook wordt er, door naasten of de rabbijn, een grafrede uitgesproken, hetgeen in het Hebreeuws een *hespeed* genoemd wordt. Door te vertellen wat de overledene heeft betekend voor de mensen om hem heen, laten we zien hoe groot het verlies is. Daarnaast geeft het de spreker de mogelijkheid om publiekelijk te rouwen. Door een moment te nemen om in het openbaar afscheid te nemen en te rouwen, kan het persoonlijke rouwproces iets verlicht worden. Het is tevens een manier om aansluiting te vinden bij de gemeenschap en zich door die gemeenschap gesterkt te voelen, want rouwen doet men niet alleen. Het spelen van muziek tijdens de dienst is in Joodse kringen ongebruikelijk.

Wanneer de kist de aula verlaat, wordt deze gedragen door zes personen (heren in het geval van een orthodoxe begrafenis). Deze taak wordt over het algemeen door naasten van de overledene vervuld. Nadat de naasten de kist in het graf hebben laten zakken, scheppen alle aanwezigen, te beginnen met de nabestaanden, drie scheppen zand in het graf om het te dichten. De schep wordt daarbij niet aan elkaar doorgegeven, maar terug in de grond gestoken, waarna de volgende hem er weer uitpakt. Het begeleiden van de overledene naar diens laatste rustplaats is niet alleen

een zeer belangrijk gebod in de Joodse traditie; het is ook een mooie manier om de overledene een laatste eer te bewijzen. Hierin denkt de traditie niet alleen aan de overledene, maar ook aan de nabestaanden. Iemand een laatste eer bewijzen kan bijdragen aan een gevoel iets af te sluiten. Door de begrafenis in te vullen met elementen waarbij de rouwenden zelf bepaalde handelingen verrichten, wordt rouwen een actief proces. Dat het spelen van een actieve rol kan helpen bij de acceptatie van het verlies is geheel in lijn met de hedendaagse visie op rouw en rouwverwerking.

Hoewel er geen verbod op bestaat, is het in Joodse kringen ongebruikelijk om bloemen mee te nemen naar een begrafenis. In plaats daarvan wordt vaak *tsedaka* gegeven, oftewel, er wordt geld gedoneerd aan een goed doel in naam van de overledene. Op deze manier leeft de herinnering aan de overledenen voort in de goede daden die in hun naam gedaan worden. Bij het bezoek aan een graf kan men wel een steentje op de *matseva* (grafsteen) leggen.

Crematie

Ondanks het feit dat er geen direct verbod op crematie bestaat in de *halacha*, zijn vrijwel alle autoriteiten het erover eens dat crematie haaks staat op de Joodse traditie. Crematie is daarmee dus verboden. Het liberale Jodendom heeft een iets mildere opvatting omtrent crematie en laat het wel toe. In beginsel wordt men ontmoedigd te kiezen voor een crematie, maar bij een sterke wens kan een rabbijn van de LJG toch een crematie begeleiden. De tradities die bij een begrafenis gebruikelijk zijn, zoals de *tahara*, worden in dat geval ook uitgevoerd. De urn met as kan bij de LJG's vervolgens ook op de Joodse begraafplaats worden begraven in een zogenoemd urngraf. Indien dit uw wens is, is het raadzaam dit tijdig met een rabbijn te bespreken.

Grafrecht, grafruiming in Nederland

Op Joodse begraafplaatsen geldt een eeuwig grafrecht, vanwege het geloof in een wederopstanding van de doden, *techiat hametiem*. De graven worden dus niet geruimd. Op een reguliere begraafplaats ligt dat anders. De regels hiervoor zijn vastgelegd in artikel 28 van de Nederlandse 'Wet op de lijkbezorging'. Over het algemeen koopt men het gebruik van het graf voor een periode van tien jaar, waarna deze periode verlengd kan worden. Het is vaak ook mogelijk om de grafrechten voor onbepaalde tijd

af te kopen; dit is echter niet hetzelfde als een eeuwigdurend grafrecht. Wanneer de grafrechten voor onbepaalde tijd zijn afgekocht kunnen ze in de toekomst om verschillende redenen alsnog komen te vervallen.

Periode van rouw

In de geestelijke gezondheidszorg is men zeer bekend met de positieve psychologische effecten van rouwen in het openbaar, en het belang voor nabestaanden om het verlies van een naaste te accepteren. De Joodse traditie kent een uitgebreid stelsel aan gebruiken en tradities voor rouwenden, die in eerste instantie bedoeld lijken om ze te helpen deze moeilijke tijd door te komen en het verlies goed te verwerken. De eeuwenoude Joodse traditie biedt een leidraad die de rouwende door het proces van rouwverwerking leidt. De Joodse rouwperiode duurt een jaar en is onderverdeeld in vier delen: *aninoet*, *sjiva*, *sjelosjiem* en *aveloet*.

Aninoet is de periode die begint op het moment van overlijden en eindigt met de begrafenis. In deze periode zullen de nabestaanden vaak nog overmand zijn door emoties. Daarom zijn de nabestaanden in deze tijd ontheven van bepaalde religieuze verplichtingen. Na de begrafenis volgt een periode van zeven dagen die de *sjiva* of *sjivve* genoemd wordt; hiernaar verwijst de uitdrukking ‘*sjiva/sjivve* zitten’. Deze eerste zeven dagen na de begrafenis houden de nabestaanden korte herdenkingsdiensten in het huis van de overledene en ontvangen ze condoleancebezoek. In het huis zijn alle spiegels bedekt met een laken, en de nabestaanden zitten op een laag stoeltje, wat symbool staat voor de nederigheid en voor het verdriet dat de rouwenden aan de grond gebracht heeft. Bezoekers brengen eten mee zodat de rouwenden zich volledig op hun verdriet kunnen concentreren, zodat zij alle ruimte hebben om het verlies te accepteren. De periode van *sjivve* wordt gevolgd door drie weken van lichtere rouw. Samen met de periode van *sjivve* wordt deze tijd *sjelosjiem* genoemd (het Hebreeuwse woord voor het getal dertig). Hoewel men in deze periode weer voorzichtig deelneemt aan het reguliere leven, gelden er nog enkele restricties. Zo is het gebruikelijk dat de nabestaanden in deze periode hun haar niet knippen, dat mannen hun baard laten staan, dat men geen nieuwe kleding koopt en dat er niet aan feestelijkheden wordt deelgenomen. De laatste elf maanden van rouw heten – wederom samen met de voorgaande periodes – *aveloet*, en worden alleen in acht genomen na het verlies van een van de ouders. In deze periode worden er eveneens geen feestelijkheden bezocht en zeggen de nabestaanden

dagelijks het *kaddiesj*. Het is gebruikelijk om tijdens het hele jaar van rouw een herdenkingslichtje te laten branden, om het lichtje vervolgens jaarlijks aan te steken. Zie daarvoor 'jaartijd' hieronder.

Het in acht nemen van de periode van rouw wordt door veel mensen, van religieus tot seculier, als erg waardevol ervaren. Op deze manier komt men omgeven door vrienden, familie en naasten de eerste periode van rouw door, en staat men niet alleen in de eerste dagen na de uitvaart. Dat neemt het verdriet niet weg, maar zorgt wel voor steun en troost. Het biedt een kans om herinneringen aan de overledene op te halen en zo met elkaar te delen wat de persoon voor zijn nabestaanden betekend heeft. De positieve ervaringen zijn niet alleen spiritueel, maar kunnen ook vanuit een psychologisch oogpunt verklaard worden. Rouwen is een gezonde reactie op verlies. Onverwerkt verlies kan in bepaalde gevallen tot mentale problemen leiden bij de nabestaanden. Rouwen is belangrijk en iedereen doet het op zijn eigen manier. De Joodse traditie biedt een goede leidraad om het rouwen vorm te geven.

Matseva (grafsteen)

Het is binnen het Jodendom gebruikelijk om een bepaalde tijd te wachten met het plaatsen van de grafsteen. In sommige landen wacht men een maand (tot het einde van de *sjelosjiem*); in andere landen wacht men het gehele rouwjaar. Ook in Nederland wordt er vaak een jaar gewacht met het plaatsen van de *matseva*. Veel mensen kiezen ervoor (opnieuw) samen te komen bij het graf voor de onthulling van de *matseva*, waarbij de nabestaanden eventueel het *kaddiesj* zeggen. Voor de tekst op de grafsteen bestaan een paar gebruiken. Zo staan bovenaan de steen vaak de Hebreeuwse letters *pee noen* (voor *po nikbar*, 'hier is begraven' of *po nitman*, 'hier rust') en onderaan de letters *tav noen tsadi bet hee* (voor *tehee nisjmato tserora bitseror hachajiem*, 'moge zijn ziel gebundeld worden in de bundel van het eeuwige leven'). Als de overledene een koheen (priester) was, worden er vaak twee handen op de grafsteen afgebeeld, die verwijzen naar de priesterlijke zegen: *birkat kohaniem*. Voor een overleden leviet wordt soms een kan op de grafsteen afgebeeld, die verwijst naar het wassen van de handen.

Niet alle bedrijven die grafstenen maken hebben de kennis in huis om Hebreeuwse tekst op de grafsteen te zetten. Enkele bedrijven in Nederland hebben die kennis wel, waaronder de volgende:

- Jan Reek, Neutronweg 9, 1627 LG Hoorn.
- Barens, Mortelmolen 5, 1185 XV Amstelveen, tel. 020 - 641 23 08.
- Corbeel, Snelliusstraat 3, 7102 ED Winterswijk, tel. 0543 - 51 33 88.
- Cortlever Agricola, Visseringweg 68, 1102 AT Diemen, tel. 020 - 699 35 58
- Hesselink, Gerritsenweg 6, 7202 BP Zutphen, tel. 0575 - 54 67 88
- Lavertu, Jan Rebelstraat 24, 1069 CC Amsterdam, tel. 020 - 610 30 86
- Maes Natuursteen, IJweg 98, 1161 GC Zwanenburg, tel. 020 - 497 71 05
- Tetterode Natuursteen, Van der Madeweg 18, 1115 RE Amsterdam, tel. 020 - 665 05 67
- Silent Stones Rotterdam, Rusthoflaan 34, 3034 XL Rotterdam, tel. 010 - 412 98 16
- Steenhouwerij Jongerius, Schaverijstraat 59, 3034 XL Utrecht, tel. 030 - 244 40 04

U dient altijd overleg te hebben met de beheerder van de begraafplaats waar de steen geplaatst dient te worden. De verschillende begraafplaatsen kennen verschillende regels over waar de grafstenen aan moeten voldoen.

Rouwadvertentie

Voor het maken van een rouwadvertentie zijn in het Jodendom geen vastgestelde richtlijnen. Joodse rouwadvertenties bevatten wel vaak Hebreeuwse tekst; de volgende drie Hebreeuwse teksten ziet men vaak.

ברוך דיין האמת

Boven aan het overlijdensbericht staat regelmatig in Hebreeuwse letters *baroech Dajan haëmet*: ‘Gezegend is de ware Rechter’.

ז"ל

Achter de naam van de overledene — of een inmiddels gestorven ondertekenaar — worden soms de letters ‘z.l.’ geplaatst, wat staat voor *zichrono/zichrona livrach*: ‘Zijn/Haar nagedachtenis zij tot zegen’.

ת'נצ'ב'ה

De rouwadvertentie wordt vaak afgesloten met de Hebreeuwse letters T.N.Ts.B.H. Deze afkorting betekent: *Tehee nisjmato/nisjmata* (of *nafsjo/nafsja*) *tseroera bitseror hachajiem*: ‘Moge zijn/haar ziel gebundeld worden in de bundel van het eeuwige leven’.

Jaartijd, individuele gedenkdag

Na afloop van het rouwjaar is het gebruikelijk om de overledene jaarlijks te gedenken op de dag van zijn overlijden. Deze individuele gedenkdag wordt de '*jaartijd*' genoemd. Op de avond voor de dag van overlijden steken de nabestaanden een herdenkingslichtje aan dat vierentwintig uur blijft branden. Hierbij zegt men de woorden *zecher tsadiek livracha* ('de nagedachtenis aan een rechtvaardige zij tot zegen'). Daarnaast zeggen zij het *kaddiesj*. In synagogen wordt tijdens de dienst de naam van de overledene genoemd. Het is tevens gebruikelijk voor een nabestaande om tijdens de aangrenzende *sabbat* te worden opgeroepen, waarbij een *jizkor*-gebed voor de overledene wordt uitgesproken. Spaans-Portugese Joden kennen de traditie van *meldadura* waarbij een groep van minstens tien mannen (een *minjan*) samenkomt op de dag van de *jaartijd* om, in naam van de overledene, samen Tora te leren.

De Joodse traditie leert dat wij mensen ook na hun dood eer kunnen doen toekomen. Door goede daden te doen in hun naam, door het juiste te doen door wat zij ons geleerd hebben, en door hun namen en goede daden te herdenken. 'Zolang wij leven blijven zij leven. Ze zijn een deel van ons, zolang wij hen maar blijven herdenken.'

Verklarende woordenlijst

ana bechoach: een kabbalistisch gebed
aveloet: de laatste elf maanden van rouw
bracha: zegening
baroech Dajan haëmet: ‘Geprezen is de ware Rechter’, een uitspraak die gedaan wordt na het horen over iemands overlijden
chas wechalila: ‘God verhoede’
El male rachamiem: een gebed voor de zielenrust
halacha: het geheel aan Joodse wetgeving
hespeed: grafrede
jaartijd: jaarlijkse individuele gedenkdag
Jom Kipoer: Grote Verzoendag
kaddiesj: Aramees gebed waarin Gods naam geprezen wordt, ook gebruikt bij herdenkingen van overledenen
kria: het scheuren van de kleding door een rouwende
kevod hameet: Joods principe van respect voor de doden
lewaje: begrafenis
matseva/matseive: zerk, grafsteen
mediene: alle (Joodse) gemeenten buiten (regio) Amsterdam
meldadura: leerbijeenkomst op de jaartijd, gebruikelijk onder Sefardische Joden
mitswa/mitswe: gebod
Psalmen: onderdeel van de Tanach, de Hebreeuwse bijbel
sjabbat: de Joodse rustdag
sjeimes: vorm van het Sjema die voor het sterven gezegd wordt
Sjema: een gebed waarin de eenheid van God bevestigd wordt
sjiva/sjivve: de zeven dagen van rouw
sjelosjiem: de eerste dertig dagen van rouw
tachrichien: doodsgewaad
tahara: rituele wassing
talliet: gebedsmantel
tsavaä: ethisch testament
tsidoek hadien: een gebed dat tijdens de uitvaart uitgesproken wordt
tsietsiet: franjedraden bevestigd aan de hoeken van een Taliet
widoej: zondenbelijdenis

Adressen en contactgegevens

Zorg en welzijn

Beth Shalom

Kastelenstraat 80
1083 DE Amsterdam
Tel. 020 - 504 73 00
www.cordaan.nl/locatie/beth-shalom

Mr. L. E. Visserhuis

Theo Mann-Bouwmeesterlaan 75
2597 CV Den Haag
Tel. 070 - 314 38 00
Fax 070 - 314 38 19

Joods Maatschappelijk Werk

Van Boshuizenstraat 12
1093 BA Amsterdam
Tel. 088 - 165 22 00
www.joodswelzijn.nl

Joods Hospice Immanuel

Amstelveenseweg 665
1081 JD Amsterdam
Tel. 020 - 44 20 676
Fax 020 - 44 20 681
info@joodshospiceimmanuel.nl

Beth Juliana (Israël)

David Raziel 22
4681222 Herzliya
Tel. +972 9 970 46 46
www.beth-juliana.co.il/

Beth Joles (Israël)

Kikar Ha'Rakafot 1
34749 Haifa
Tel. +972 77 737 41 00
www.joles.co.il/nl/

Irgoen Olei Holland (Israël)
Oranim 1 (commercieel centrum Ramat Ilan)
5405201 Givat Shmuel
Tel. +972 3 562 56 11
www.ioh.co.il/
ioh@netvision.net.il

Begraven
Het Joods Begraffeniswezen
Ter Kleef 6
1081 AM Amsterdam
jbw@hetjbw.nl
www.hetjbw.nl

NIK begraafplaatsen
Consul-beheerder: Eduard J. P. Huisman
Tel. 020 - 301 84 82
Mob. 06 - 31 63 31 40
huisman@nik.nl

Beth Haim
Kerkstraat 10
Ouderkerk aan de Amstel
Postbus 160
1190 AD Ouderkerk aan de Amstel
Tel. 06 - 53 72 53 35
info@bethhaim.nl
www.bethhaim.nl

Gan Hasjalom (LJG Amsterdam)
Saskia van Uylenburgweg 4
1183 DK Amstelveen
Hoofdweg 395/Vijfhuizerweg
2131 MS Hoofddorp
Tel. 020 - 540 01 36
rabbinaat@ljjg.nl
www.verbond.eu

Beth Hachaim (LJG Den Haag en Rotterdam)

Eikelenburglaan 7
2286 KA Rijswijk
Tel. 010 - 414 65 95
rlhene@planet.nl
www.ljgdenhaag.nl
www.ljgrotterdam.nl

Gan haOlam (LJG Twente)

Hengelosestraat 487
7521 AG Enschede
Tel. +49 151 14 62 51 59
secretaris@ljgtwente.nl
www.ljgtwente.nl

Beit Ha'Chidush

Postbus 10759
1001 ET Amsterdam
info@beithachidush.nl
Tel. 020 - 261 74 67
Begraafplaats 'De Nieuwe Ooster':
Kruislaan 126
1097 GA Amsterdam

Voor de adressen en contactgegevens van de Joodse gemeenten in Nederland verwijzen wij u graag door naar de Loeach van het Nederlands-Israëlitisch Kerkgenootschap of de Joman van het Verbond voor Progressief Jodendom in Nederland. Ook kunt u kijken op de website van het Nederlands-Israëlietisch Kerkgenootschap (NIK) www.nik.nl/dit-is-het-nik/rabbinaten/ en het Nederlands Verbond voor Progressief Jodendom (NVPJ) www.verbond.eu/nl/joodse-gemeenten. Geen toegang tot een van de Joodse agenda's? Neem contact op met JMW: 088 - 165 22 00

Notities

Colofon

Door Asjer Waterman
Naar een idee van Judith Bruinsma
Medewerking van Sasja Martel en Leo Mock

Met dank aan Menno ten Brink, Menachem Sebbag, Tamarah Benima,
Henri Heijmans, Danny Springer, Kaki Markus, Dick Noordhuizen,
Esther van Stratum, Marc Grünfeld, Anique de Leeuw en Judith Meijer

Redactie: Diederik Broeks
Opmaak: Luna 3

JMW
1e druk – februari 2021
2e druk – december 2021
3e druk – oktober 2022

Disclaimer: Dit werk is met de grootst mogelijke aandacht en zorg gemaakt. Toch is het mogelijk dat er fouten in staan. De adressen die zijn opgenomen, zijn wellicht niet meer actueel wanneer u dit boekje leest. Wij menen de opvattingen van de verschillende rabinaten juist te hebben weergegeven maar willen benadrukken dat op basis van de informatie in dit werk geen rechten kunnen worden ontleend. Wanneer het religieuze zaken betreft is het altijd aan te raden een rabbijn van het desbetreffende rabbinaat te consulteren.



Joods Maatschappelijk Werk
Van Boshuizenstraat 12
1093 BA Amsterdam
Tel. 088 - 165 22 00
www.joodswelzijn.nl

FOTO: INCIIMAGE

VORMGEVING: LUNA 3

