

N.B. Opbaren met graszoden bij langduriger opbaring.

Deze methode is weliswaar in de meeste gevallen geschikt voor de eerste 3 á 4 dagen, maar niet altijd voor een langere periode. Tot voor kort had de begrafenis/ crematie meestal redelijk snel na deze 3-dagen-tijd plaats. Maar in de laatste jaren is de tendens ontstaan (door de mogelijkheid van mechanische koeling) om de tijd tussen het sterven en begraven/cremeren op te rekken. Als zo'n langere tijd onontkoombaar is, is het goed te beseffen dat het overleden lichaam van nature afkoelt en niet meer de temperatuur van de omgeving aanneemt. Ook moeten we ons realiseren dat geur bij het proces van het sterven hoort. We kunnen in het laatste geval gebruik maken van goede natuurlijke geurmiddelen.

We hoeven dus het opbaren met graszoden voor de eerste 3 dagen niet à priori af te wijzen. Zo nodig kan men – na overleg – wel tevoren de mechanische koeling al aanbrenge, maar deze pas inschakelen als het nodig is, of na de 3^e dag.

In gevallen van een reeds door ziekte, medicijngebruik of ongeval snel ingezet verval van levenskrachten of andere extreme omstandigheden kan vanaf het begin de keuze voor mechanische koeling na het sterven wenselijk zijn. In deze situaties kunnen we dankbaar gebruik maken van de verworvenheden van de moderne techniek.

Steeds geldt echter dat een wakker bewustzijn, duidelijkheid over de gewilde keuze en vertrouwen in deze periode kunnen bijdragen tot het welslagen van wat wordt gewenst.

In plaats van Weleda kwarts D8 kan men ook voor kwarts kiezen dat in de biodynamische landbouw wordt gebruikt voor bereiding van het koehoorn-kiesel-preparaat. Eén portie is goed voor 10 liter. Dit kan men (liefst in lauwater) oplossen door een uur lang om en om links- en rechtsom te roeren met een houten lepel in een emmer, zodat een draaikolk ontstaat.

Kwartspoeder moet in een glazen potje op een lichte plek bewaard worden en af en toe even geschud worden.

Verdere informatie is te verkrijgen bij de Vereniging voor Biologisch-Dynamische Landbouw en Voeding, tel. 0321 315937.

Marijcke van Hasselt, Apeldoorn.



Opbaren met graszoden

Introductie, koeling en het proces na het sterven.

In het algemeen is voor nabestaanden de koeling een onderdeel van de uitvaartzorg waar men nog weinig van af weet. Door die onwetendheid is er snel angst voor verval en geurtjes. Men zal dan afgaan op de adviezen van de uitvaartverzorgster. Deze zal meestal voor mechanische koeling kiezen, omdat dit 't meest garant staat voor goede conservering tot de begrafenis of crematie. Maar is dit aspect het enige wat van belang is voor onze keuze?

Wanneer we uitgaan van wat er in de dagen na het sterven plaatsvindt, kan een andere keuze wenselijk zijn. Het sterven is namelijk niet een gebeuren van één moment, het is een proces. Een proces van het loslaten van de niet-fysieke wezensdelen die tot aan het overlijden met het fysieke lichaam verbonden zijn. Dit proces duurt ongeveer drie dagen. In die periode maakt het levenslichaam, dat onmisbaar was voor het levende fysieke lichaam, zich geleidelijk daarvan los waardoor het fysieke lichaam in verval raakt.

Het loskomen van het levenslichaam gaat gepaard met twee voor de overledene belangrijke gebeurtenissen:

- hij ziet voor het eerst van buitenaf het eigen lichaam (dat ben ik!)

- hij ziet de beelden van zijn voorbije leven in één groots panorama verschijnen; want door het loskomen van het levenslichaam komen de herinneringen vrij.

Beide beelden zijn voor de overledene van groot belang voor het verwerken van het voorbije leven tijdens zijn reis in de geestelijke wereld. Steeds kijkt hij daarnaar terug. Daarom is het wenselijk ervoor te zorgen dat dit proces ongestoord plaatsvindt in de hierbij behorende natuurlijke tijdsduur.

Bij mechanische koeling ligt het accent op het snel verlagen van de lichaamstemperatuur. Dit heeft als keerzijde dat door deze snelle koeling het proces van het van-elkaar-losraken van het fysieke lichaam en het levenslichaam vertraagd wordt. Soms is het zichtbaar als een verstarring op het gelaat van de overledene door de te grote koude. Ook kan door de trillingen en de geluiden van het af- en aanslaan van de motor onrust in de opbaarruimte ontstaan, soms ook een koude tocht, beide veroorzaakt door het binnenhalen van onnatuurlijke elementen in een natuurlijk proces. Ook kan het lijken of de overledene door de te grote koude verstart raakt.

Om dit te voorkomen is in Zwitserland een alternatieve methode ontwikkeld, waarmee ook in ons land al jarenlang positieve ervaringen zijn opgedaan. De koelte wordt verzorgd door graszoden, die vochtig gehouden worden met verstoven water, waarin rozemarijn en kwarts opgelost zijn. Dit blijkt in een opbaarruimte te zorgen voor een aangename koele atmosfeer. Wanneer je eerder gewaakt hebt in situaties waarin sprake is van mechanische koeling, is deze methode een weldadige ervaring. Het is of de hele ruimte meehelpt om een heilzame omhulling te scheppen voor de overledene. Evenals tijdens het genoemde proces van loslaten zijn ook hier niet-materieel-waarneembare levenskrachten werkzaam. En die blijken in de meeste gevallen te voldoen. Deze methode is eenvoudig toe te passen. Zie voor de praktische kant hiernaast.

Praktische aanwijzingen

* De voorbereidingen:

- Kies een koele ruimte. Het is raadzaam de overledene zo min mogelijk te verplaatsen. Gebruik met betrekking tot de kist en de (be)kleding liever geen kunststof. Houd ramen gesloten.

- Leg tevoren op de plaats waar het bed staat of de baar komt te staan op de vloer een stuk plastic (evt. vuilniszakken) ter grootte van het bed/de baar.

- Leg dikke graszoden op 2 á 3 grote dienbladen, bakplaten of fornuisdeksels en plaats die op het plastic. Deze plaggen kun je gewoon uitsteken. Het gras kan na afloop weer op zijn plaats worden teruggelegd.

- Doe in een plantensproeier met 2 liter inhoud: (regen)water, 20 druppels Weleda kwarts D8 (of het B.D. kwartspoeder, zie slot) en een dopje Weleda Rozemarijn-badmelk. Rozemarijn stimuleert de verdamping, kwarts (bergkristal, silicium) ondersteunt de werking door zijn vormkracht en door zijn lichtdragend en -doorlatend vermogen. Het bijtijds in huis halen van Rozemarijn-badmelk en kwarts is aan te bevelen.

- Plaats in de opbaarruimte twee bakjes met (regen)water waarin tevoren een paar druppels Weleda Rozemarijn-badmelk zijn gedaan. Als het erg warm is eventueel ook een emmer koud water, dat men 2 x per etmaal ververs.

* In de 3 dagen:

Besproei in deze dagen de graszoden 2 x per dag royaal met de kwarts/rozemarijnoplossing. Liefst 's morgens vroeg bij zonsopgang en midden in de middag. De sproeifles eerst even schudden.