

4 Bikoer choliem | ביקור חולים

GAN
ALEF
BET
GIMMEL
DALET
HEE
WAW



Word maar gauw beter!

©JELED-NIK Afdeling Onderwijs

Henny van het Hoofd
Illustraties: Marchien Mayer

Mits-wat? Mitswot! Deel 4: Ziekenbezoek (groep 7 en 8)

Met dank aan Leila Notoadikusumo van de joodse basisschool Rosj Pina voor feedback en ideeën.

Dit werkboekje is onderdeel van het landelijke JELED leerplan voor joodse les aan kinderen.

Meer informatie: www.jeled.net of henny@nik.nl

J.E.L.E.D. – Jewish European Learning Experience **Dot.net**

In dit werkboekje ga je leren wat ביקור חולים *bikoer choliem* (ziekenbezoek) inhoudt en hoe je deze mitswa kunt doen.

OPDRACHT 1

In de winter, als het buiten koud is, worden veel mensen verkouden of krijgen ze griep. Iedereen is wel eens een keertje ziek - gelukkig is het meestal niet zo erg en ben je na een paar dagen weer beter.



» *Besprek en maak deze opdracht samen met een van je klasgenoten*

1 Wanneer was je voor het laatst ziek? Wat had je?

2 Wat vond je niet zo fijn aan ziek zijn?

3 Was er iets dat je juist wel fijn vond aan ziek zijn?

OPDRACHT 2

Je ligt in je bed. Snipverkouden. De berg tissues stapelt zich op en je kan geen hoestdrank meer zien. Het is erg prettig als iemand dan een beetje voor je zorgt en je wat afleiding geeft!

» *Bekijk het filmpje van Dylan Haegens met tien tips voor als je ziek bent*
<https://www.youtube.com/watch?v=JDYueEPZyk8>

Welke twee tips vind je de beste? Waarom?

Wat is jouw tip voor iemand die ziek is?

Mensen hebben soms griep, zijn verkouden, hebben oorontsteking of iets ernstigs en liggen in het ziekenhuis. Een leuk bezoek kan een welkome afleiding zijn voor een zieke.

Eigenlijk valt alles wat je kan doen om een zieke zich beter te laten voelen onder de mitswa van בִּיקוּר חוֹלִים *bikoer choliem*, ziekenbezoek.

In de Tora wordt verteld, dat Hakadosj Baroech Hoe het goede voorbeeld gaf en bij Avraham op bezoek ging. Avraham was kort daarvoor besneden en had pijn.

De mitswa van (ziekenbezoek) wordt afgeleid van deze pasoek:



Wajikra 19:18

Iedereen is verplicht om de mitswa van bikoer choliem te doen en het maakt niet uit wie de patiënt is: jong of oud, man of vrouw, joods of niet joods. Elke zieke heeft recht op aandacht en een bezoekje.

Ziekenbezoek is een van de mitswot waarvoor geen limiet is, je doet deze mitswa wanneer het nodig is en bent er dus nooit mee 'klaar'. Hoe vaker, hoe beter dus!



Ziekenhuis in Jeruzalem met een wel heel toepasselijke naam!

Ken jij iemand in je omgeving die ziek is? Misschien is je vriendinnetje snipverkouden, heeft je moeder hoofdpijn of ligt de opa van je buurvrouw in het ziekenhuis. Allemaal mensen die jij een beter gevoel kan geven. Kijk eens rond in de klas of er iemand ziek is. Stuur een mail of appje of bel even om te vragen hoe het gaat en of de zieke het fijn vindt als je langs komt. Of maak een mooie beterschapskaart en stuur die als verrassing aan de zieke.



Het doel van bikoer choliem is om een zieke een beetje afleiding en gezelschap te geven, en om te weten te komen wat je zou kunnen doen om hem of haar te helpen. Maar het bezoek mag natuurlijk nooit te vermoeiend of belastend zijn voor de zieke.

Volgens de joodse geleerden zijn er drie regels waar je rekening mee moet houden bij ziekenbezoek:

- 1 Zorg ervoor dat de zieke zich door jouw bezoek een beetje beter voelt.
- 2 Check of de zieke alles heeft wat nodig is om beter te worden.
- 3 *Dawwen* (zeg tefila) voor de zieke.

Regel 1

Wanneer je een zieke bezoekt, doe dat dan opgewekt en met een goed humeur. Spreek op een rustige, plezierige manier. בִּיקוּר *bikoer* (bezoek) lijkt op בִּקְרָר *boker* (ochtend) – het is de bedoeling dat je een zieke, die vaak wat somber gestemd is, de hoop op de volgende morgen en genezing geeft.



- ☆ Waarom zou het niet goed zijn, als je een zieke bezoekt met een bezorgd of verdrietig gezicht?
-

Probeer aan te voelen waar de zieke op het moment van jouw bezoek behoefte aan heeft – of vraag het. De een heeft graag dat je luistert, terwijl de ander juist wil dat je gezellig kletst, samen een spelletje speelt of een leuke mop vertelt.



Houd je bezoek kort en let goed op de reacties van de zieke, zodat je weet wanneer het tijd is om weg te gaan.

- ☆ Waarom mag ziekenbezoek niet te lang duren?
-

OPDRACHT 3

Dit filmpje laat zien hoe je de mitswa van bikoer cholim juist **NIET** moet doen ('how not to perform the mitzwah of bikur cholim'). <https://www.youtube.com/watch?v=kUXL1tjCHBU>

Het filmpje is Engels en er wordt veel in gesproken, maar het gaat vooral om wat je ziet. Wat doen degenen die de zieke bezoeken volgens jou niet goed?

- » Noem drie voorbeelden die je in het filmpje ziet die niet zo prettig zijn voor een zieke:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

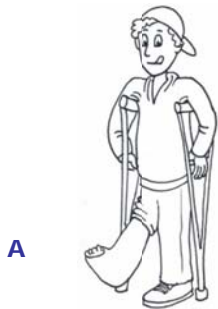
Regel 2

Als je bij een zieke langs gaat, is het fijn om iets aardigs mee te nemen. Dat kan een klein cadeautje zijn, iets te lezen of wat gezonds om te eten zodat de zieke zich snel weer beter voelt. En wat dacht je van een mooie bos bloemen, of een poster van de hele klas waar iedereen iets liefs op heeft geschreven?

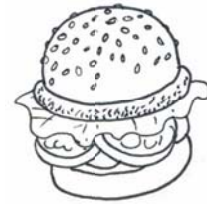
OPDRACHT 4

Wanneer je iets aardigs meebrengt voor een zieke, moet er natuurlijk wel op letten dat het een toepasselijk cadeautje is!

» Schrijf bij de cadeautjes rechts de letter van de zieke voor wie het NIET geschikt is.



Niet voor F



Niet voor _____



Niet voor _____



Niet voor _____



Niet voor _____



Niet voor _____

Regel 3

Tenslotte is het altijd goed om voor een zieke te dawwenen. Dat kan in sjoel, maar ook thuis. In de amida kun je een speciaal gedeelte invoegen voor een zieke. Het is het mooiste om de joodse naam van de zieke te gebruiken en de naam van zijn of haar moeder, bijvoorbeeld Rivka bat Channa of Jakov ben Lea.

Als je iemands joodse naam niet weet, wanneer iemand geen joodse naam heeft of als het om een niet joodse zieke gaat, gebruik je de 'gewone' namen, bijvoorbeeld Nina bat Evelien of Mike ben Sylvia.

*OPDRACHT 5

Moge het Uw wil zijn	יְהִי רְצוֹן מִלְפָּנֶיךָ
Eeuwige onze God	יְיָ אֱלֹהֵינוּ
en God van onze voorouders	וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ
dat u spoedig stuurt	שְׁתַּשְׁלַח מְהֵרָה
volledige genezing	רְפוּאָה שְׁלֵמָה
uit de hemel.	מִן הַשָּׁמַיִם
Geestelijke genezing	רְפוּאָת הַנְּפֹשׁ
en lichamelijke genezing	וּרְפוּאָת הַגּוּף
aan de zieke (<i>naam</i>) zoon van (<i>naam moeder</i>)	לְהַחֲזִיקָה ... בֶּן ...
aan de zieke (<i>naam</i>) dochter van (<i>naam moeder</i>)	לְהַחֲזִיקָה ... בַּת ...
samen met de andere zieken van Jisraeel	בְּתוֹךְ שְׂאֵר חוֹלֵי יִשְׂרָאֵל

☆ Wat is het verschil tussen רְפוּאָת הַנְּפֹשׁ en וּרְפוּאָת הַגּוּף? Waarom zouden we om zowel geestelijke als lichamelijke genezing vragen?

☆ In het Nederlands wens je een zieke 'van harte beterschap', in het Ivriet zeg je רְפוּאָה שְׁלֵמָה *refoe'a sjelema* - volledige genezing. Wat is het verschil?

☆ In sjoel wordt na het lajenen door de rabbijn een speciale beracha gezegd voor wie een 'extra steuntje van boven' goed kan gebruiken, bijvoorbeeld Israëlische soldaten. Van deze beracha bestaat ook een versie voor zieken. Hoe heet deze beracha?

O gomel bensjen O tefila voor Israël O misjeberach

Check je antwoord op blz 151 van de Dasberg sidoer of op blz 213 van de Sjabbatsidoer.

OPDRACHT 6

» Lees het verhaal en beantwoord de vraag.

De tovergranaatappel

Drie broers

Er waren eens drie broers, die besloten een verre reis te gaan maken. Ze zouden alle drie naar een ander land gaan en van daar iets heel bijzonders meebrengen. Ze spraken af elkaar over tien jaar weer te zien.

De oudste broer ging naar het westen. Hij ontmoette een tovenaar met een glazen bol, waarmee je in een oogopslag kon zien wat er op de hele wereld gebeurde. 'Die wil ik hebben!', dacht de oudste broer. 'Ik weet zeker dat mijn broers zoiets bijzonders nooit zullen vinden'. En hij kocht de glazen bol van de tovenaar.

De middelste broer reisde naar het oosten. Op een dag zag hij een oude tapijthandelaar. Voor hem lag een stapel gekleurde tapijten. Toen de broer goed keek, zag hij dat het onderste tapijt een beetje bewoog! De handelaar boog zich naar hem toe en fluisterde: 'dit is een vliegend tapijt. Als je het koopt, kun je overal naar toe reizen, zo snel als je maar wilt'. 'Dat is echt heel bijzonder', dacht de middelste broer. 'Ik weet zeker dat mijn broers zoiets nooit zullen vinden'. En hij kocht het vliegende tapijt van de oude handelaar.

De jongste broer ging naar het zuiden. Op een open plek middenin een dicht bos ontdekte hij een bijzondere boom met prachtige orangerode bloemen. Toen hij dichterbij kwam, zag hij een granaatappel tussen de bloemen. 'Vreemd', dacht de broer. 'Zoveel bloemen, en maar één vrucht'. Toen hij de granaatappel wilde plukken, viel die vanzelf in zijn hand. Meteen daarna was de hele boom verdwenen. 'Het kan niet anders, of dit is een tovergranaatappel. Ik ben benieuwd, wat ik er allemaal mee kan doen. Ik weet zeker, dat mijn broers zoiets bijzonders nooit zullen vinden'.



Na tien jaar ontmoetten de broers elkaar weer. Ze vertelden over hun belevenissen en lieten zien wat voor bijzonders ze hadden meegebracht. De oudste broer zei: 'ik heb een glazen bol meegebracht. Ik zal er in kijken en jullie vertellen wat ik zie'. Gespannen wachtten de broers af. 'Ik zie een prinses', zei de oudste broer. Ze woont in een ver land en is heel ernstig ziek'. 'We moeten haar helpen!' riep de middelste broer. 'Vlug, kom allemaal op mijn tapijt staan, dan vliegen we meteen naar haar toe!' Binnen een minuut waren de drie broers al aangekomen bij het paleis waar de zieke prinses woonde.

Eén zieke prinses

Daar was alles in rep en roer. De koning liep handenwringend rond. 'Wat moet ik doen? Mijn lieve dochter wordt met de dag zieker. Ik heb alle artsen in het land geraadpleegd, maar niemand wat ze mankeert'. 'De koning is echt wanhopig', fluisterde een bediende tegen de drie broers. 'Wie er voor zorgt dat de prinses beter wordt, mag met haar trouwen en krijgt de helft van het koninkrijk'.

Ineens hoorde de jongste broer fluisteren: 'granaatappel'. Niemand anders leek het gehoord te hebben. Hij ging naar de koning toe en zei: 'mogen wij proberen of we de prinses kunnen genezen?'. De koning liet meteen de drie broers naar de slaapkamer van de prinses brengen.

De jongste broer ging op de rand van het bed zitten en sneed de granaatappel open. Hij haalde er een paar pitjes uit en gaf die aan de prinses. Bij ieder granaatappelpitje dat ze at, knapte de prinses ietsje meer op. Ze kreeg weer kleur op haar wangen, ging rechtop zitten en was al gauw weer helemaal beter.

De koning was dolgelukkig. Hij omhelsde de prinses en zei tegen de drie broers: 'degene die mijn dochter heeft genezen, mag met haar trouwen!'.

'Dat ben ik!', zei de oudste broer. Want als ik niet in mijn glazen bol had gekeken, hadden we nooit geweten dat de prinses ziek was'. 'Nee lieve broer, zonder mijn tapijt waren we nooit op tijd bij de prinses geweest. Ik ben degene die met haar gaat trouwen!'. De jongste broer zei: 'maar ze is genezen door mijn granaatappel'.

De koning vroeg raad aan zijn dochter. 'Met wie van de drie broers wil je trouwen?'. De prinses zei: 'ik wil ze eerst een vraag stellen, daarna zal ik beslissen'. Ze keek de oudste broer aan en zei: 'is er iets veranderd aan de glazen bol?' 'Nee, ik kan nog steeds zien wat er overal in de wereld gebeurt'. De prinses vroeg aan de middelste broer: 'is er iets anders aan je tapijt?'. 'Nee, het is nog steeds vliegensvlug'.

Daarna stelde ze dezelfde vraag aan de jongste broer. 'Ja, de granaatappel is niet meer heel. Want ik heb hem open gesneden om jou te redden'. 'Dan ben jij degene met wie ik wil trouwen', zei de prinses. 'Want jij hebt het meeste voor me gedaan. Je hebt me als enige iets gegeven, dat van jezelf was'.





Waarom viel de keuze van de prinses op de jongste broer?



Wat kunnen we uit dit verhaal leren over bikoer choliem?

KLASSENOPDRACHT



Bedenk samen een plan om een zieke een plezier te doen, die je niet kunt bezoeken omdat hij of zij te ver weg woont. Je mag daarbij sociale media gebruiken.

