

Hoe het ook loopt

Verhalen over verlies,
veerkracht en vertrouwen

Annelies Brinkhuis



Hoe het ook loopt

Verhalen over verlies,
veerkracht en vertrouwen

Annelies Brinkhuis

Het is wat je accepteert dat het is

Inge



MORGENLAND UITGEVERIJ

Voorwoord

Toen ik mijn eerste twee boeken schreef, werkte ik nog als uitvaartspreker. In dat stille domein van rouw, gemis en herinnering. Ik schreef over de periode rondom het afscheid. Over de momenten waarop het levensverhaal voltooid is en de achterblijvers het moeten doen met dat wat was. Nu sta ik ergens anders langs de levenslijn. Mijn huidige werk als geestelijk verzorger speelt zich af vóórdát het doek valt. In dat onzekere, rommelige, prachtige, frustrerende, ontroerende stuk dat we ‘leven’ noemen.

In dit werk ontmoet ik mensen op momenten waarop het leven voor hen een andere wending neemt dan verwacht. Momenten waarop zekerheden verschuiven en vragen zich niet makkelijk laten beantwoorden. Waarop zichtbaar wordt hoe mensen omgaan met verlies, met verandering, met wat hen overkomt. Soms zoekend, soms struikelend, maar vaak ook met onverwachte veerkracht. De verhalen in deze bundel zijn geworteld in die ontmoetingen. En in de ruimte daaromheen: op wandelpaden, in herinneringen en in mijn eigen leven. Want hoe verschillend onze wegen ook zijn, de vragen die we tegenkomen raken elkaar. Juist op belangrijke kruispunten.

Wat ik zie en hoor, neem ik met me mee en vindt zijn weg naar papier. Schrijven is een van mijn manieren om me te verhouden tot wat er op mijn pad komt. Om woorden te vinden voor wat zich niet altijd laat begrijpen. Om te zien waar ik anders misschien te snel aan voorbijga. Dat maakt van dit boek geen zoektocht naar antwoorden, maar eerder een uitnodiging om even stil te staan bij wat zich aandient.

Alle verhalen zijn geschreven vanuit mijn perspectief. Het zijn mijn waarnemingen, mijn gedachten en mijn gevoelens. En daarmee ook mijn beperkingen. Wat ik zie en hoe ik het begrijp, is namelijk nooit het hele verhaal. Hooguit mijn versie ervan, met alles wat ik heb opgemerkt én met alles wat ik heb gemist. Mijn ervaringen zijn gebaseerd op de plekken waar ik werkzaam ben (geweest) binnen

het ziekenhuis en de ouderenzorg. Daarmee blijft er vanzelf ook veel buiten beeld: andere werkvelden, andere culturen en achtergronden, andere perspectieven.

De mensen over wie ik schrijf, bestaan werkelijk. Tegelijkertijd zijn de verhalen niet één op één te herleiden tot bestaande personen. Om hun privacy te beschermen heb ik namen en details veranderd, situaties samengevoegd en accenten verlegd. Wat bewaard blijft, is de kern van wat zich tussen mensen kan afspelen op kwetsbare momenten. Hun verhalen zijn mij toevertrouwd. Dat vraagt om aandacht, om terughoudendheid en om het besef dat ik slechts een klein stukje met hen heb mogen oplopen.

Vanuit deze persoonlijke verhalen kijk ik als geestelijk verzorger ook verder. Wat zichtbaar wordt in individuele gesprekken raakt vaak ook aan de visie en het beleid van een organisatie, aan bredere vraagstukken binnen zorgteams. Hoe ziet goede zorg eruit? Wat vraagt dat van ons? Hoe kan er ruimte blijven voor de menselijke maat? De ontmoetingen met mensen vormen echter de basis van mijn werk. Alles begint immers bij luisteren, naar wat mensen dragen, verliezen, hopen of proberen vol te houden. In dit boek staan hun verhalen centraal.

Tot slot: in sommige verhalen gebruik ik het woord ‘dementie’ als overkoepelende term. Ik ben me ervan bewust dat dit een vereenvoudiging is van een complex ziektebeeld. Voor de leesbaarheid heb ik er echter voor gekozen deze verzamelnaam te hanteren.

Wanneer je na al deze disclaimers het gevoel hebt dat ik vooral probeer om alles zo zorgvuldig mogelijk in te kleden: dat zou zomaar kunnen kloppen. Dat hoort bij het vak, maar ook bij mij. Het is dan ook niet gek dat wij elkaar hebben gevonden.

Genoeg daarover.

Laten we samen op pad gaan en zien hoe het loopt.

Inhoud

Voorwoord	7	Twijfel	115
<i>Loop je mee</i>	13	Moeder	118
Zo dus	14	Kamer	121
Zijn	17	Bankje	124
Meccano	20	Thuis	128
Hartje	23	Elf	131
Schuld	25	Slofjes	133
Kant	29	Dilemma	136
Meisje	31	Amen	140
Kennen	34	Rouw	144
Inge	37	Intermezzo	147
Woensdag	40	Zingen	150
Gordijnen	43	Fixen	152
Rollator	46	Genoeg	155
Wieg	49	Woorden	159
Opa	53	Voetsporen	162
Gewoon lopen	56	Klok	165
Stem	58	Kring	168
Bofdag	62	Bidden	173
Moment	66	Samen	176
Cor	69	Blauw	179
Zin	72	Klapstoel	182
Hoop	75	Bijbeltje	186
Buurvrouw	79	Filosoof	189
Op weg	82	Aankomen	193
Carpe diem	84	Bloot	196
Huis	88	Wat het is	199
Kern	91	Gesprek	202
Overgave	94	Nieren	205
Vertragen	97	Heilig	210
Rand	104	Lente	212
Onderweg	107	Slaap	215
Lijden	112	Verder	218
		Dankwoord	221
		Over Annelies	223

Loop je mee

loop dan maar
achter me aan

al mag je ook best
even aarzelen
blijven staan

terugdeinzen
voor zorgen
goed verborgen
achter deuren
die zomaar

openschuiven
opengaan

neem je tijd
gevangen in
ruimte
die buiten
van binnen scheidt

tochtsluis
van het leven
die ons
doet geloven
de dood te weren
al is het maar
voor even

wachten
tot je verder mag
de gangen door

waar zorgen
zich voegen
naar leven
of dood

daar houd je groot
of laat je gaan

het leven
de mensen
die hopen en bidden,
verlangen en dromen
en wensen
zoveel wensen

en toch ook weer
niets meer
dan die ene:

vastgehouden
liefgehouden

door mensen van buiten
nog vrij

die aarzelend
in de opening staan
en kijken en horen
en voelen

en weten:
die ander
zijn wij

Zo dus

Wanneer heb ik besloten om het anders te gaan doen? En was het wel een besluit? Of is het langzaam mijn leven binnengeslopen?

Er was een moment dat ik beroepshalve voorging tijdens een uitvaart. Zoals altijd honderd procent. Op de toppen van mijn kunnen. Minstens voor een tien. Tot mijn lichaam me ineens influissterde, of eigenlijk vrij duidelijk toesprak: 'Ik weet niet of ik deze spanning keer op keer nog wel wil verdragen'. Ik nam na afloop de dankbaarheid van de familie in ontvangst en merkte ineens dat het niet meer genoeg was.

Ik ging naast mijn werk weer studeren: religiewetenschappen. Ik stortte me niet in het studentenleven, maar genoot wel intens van een omgeving waar kennis, enthousiasme en jeugdige overmoed in de lucht hingen. Noem het een midlifecrisis, maar dan wel eentje waar je studiepunten voor krijgt.

In familie- en vriendenkring vielen in korte tijd veel lieve mensen weg. Mensen die het leven nog lang niet zat waren. Ik leerde een les die mijn uitvaartwerk me al vaker had gegeven, maar waarnaar ik niet altijd goed had geluisterd. Een les die zich het best laat samenvatten met: Leef! Een lekkere meezinger die het goed doet op feesten en partijen, maar ook wel vaker bij een uitvaart zou mogen klinken.

Toen kwam die periode waarin de kinderen – relatie verbroken, zo snel geen nieuwe woonruimte – plotseling weer allemaal op het nest zaten. Oude rolpatronen werden moeiteloos van stal gehaald. Gek hoe snel dat gaat. Ik werd weer de zorgende moederkloek, maar voelde tegelijkertijd dat die rol me niet meer op het lijf geschreven was.

Dat lijf liet zich trouwens sowieso niet langer wegstoppen. Geen ondergeschoven kindje meer, maar een factor van betekenis. Want het hoofd kan van alles willen, maar als het lichaam niet meer meewerkt aan het circus van bordjes-op-stokjes hooghouden en wachten op applaus na afloop, dan krijg je de tent niet meer vol.

Dat was ook de tijd waarin ik hoorde over hormonen die zich tij-

dens de overgang gaan reorganiseren: de een treedt vroegtijdig uit, de ander mag vol aan de bak. Iets wat ook aan mij niet ongemerkt voorbij was gegaan. Wat nieuw voor me was, is dat dit ook iets doet met je behoefte om voor alles en iedereen te zorgen. Die neemt namelijk af. Ik had dat bij mezelf weliswaar vaag opgemerkt, maar kon het niet goed plaatsen. Dat er een biologische verklaring voor was, beviel me wel.

Er was de pelgrimsretraite waarin ik - hoe kan het ook anders - veel zou gaan wandelen, met als bijvangst hopelijk enige nieuwe inzichten. Het waren volle dagen waarin ons van alles werd aange-reikt, maar het eureka-moment kwam tijdens een wandeling. Op een kruising. Hoe symbolisch wil je het hebben? Rechtdoor voor vijftien kilometer of, voor wie het wel genoeg vond, rechtsaf voor tien. Ik besloot rechtsaf te slaan. Ik! Die bij voorkeur kiest voor de overtreffende trap van ver, moeilijk, zwaar en uitdagend. Ik koos de korte weg. En de wereld stopte niet eens met draaien.

Van buiten veranderde er in eerste instantie weinig. Ik stopte nog altijd mijn ziel en zaligheid in uitvaarten, zorgde voor alles en iedereen, studeerde me een weg door boeken en colleges. En door levensvragen die niet eens tentamenstof waren. Maar van binnen was het al aan het schuiven.

Toen ik, eenmaal afgestudeerd, stopte met mijn uitvaartwerk en begon als geestelijk verzorger, kwam de rust. Een baan waarin niet alles altijd hoeft te pieken, maar waarin aanwezigheid vaak belangrijker is dan prestatie. Waar stilte net zo waardevol kan zijn als woorden. De stap naar geestelijk verzorger voelde als een logisch vervolg.

Mijn wandelingen liepen ondertussen ongemerkt op van tien naar vijftien naar twintig kilometer. Deze keer niet als prestatie, maar omdat ik ontdekte waarin de kracht van langeafstandswandelingen schuilt: het lijf dat zijn eigen tempo mag vinden en het hoofd dat eindelijk gaat volgen. Wandelen werd voor mij losmaken. Van werk, van gezin, van rollen en verwachtingen. Waar ik vroeger nau-

welijks een weekend weg kon, altijd verbonden met thuis, werden tijdens lange wandelingen de lijntjes langzaam losser. Niet doorgeslipt, wel gevierd. Er kwam adem. Ruimte. En ja, uiteindelijk ook letterlijk, want de volwassen kuikens vlogen weer uit. Iedereen blij.

Als ik het nu zo samenvat, klinkt het bijna als een goed onderbouwd levensplan: een kwestie van de routebordjes volgen en op het juiste moment de juiste afslag nemen. Zet het achter elkaar en het lijkt alsof ik precies wist welke kant ik op wilde.

Dat wist ik niet.

Maar misschien is dat wel hoe het leven loopt: je gaat aan de wandel, je slaat eens af, je komt ergens aan, kijkt achterom en denkt: ach ja, zo dus.

Zijn

Wie een advertentie zou plaatsen met de tekst: 'Mens zoekt zin' heeft grote kans dat er een geestelijk verzorger reageert. Geestelijk verzorgers zijn professionele zinzoekers: mensen die luisteren naar wat iemand bezighoudt, naar wat een leven betekenis geeft. Ze horen wat er gezegd wordt. En wat tussen de regels blijft hangen. Ze schuiven aan wanneer het leven niet meer vanzelf spreekt en vragen oproept. Vragen waarop geen simpel antwoord is. Trage vragen. Waarom overkomt mij dit? Wat heeft mijn leven nog voor zin? Hoe moet ik hiermee verder?

De mensen die ons voorgingen waren dominee, priester, pastoor, aalmoezenier. Zij boden begeleiding vanuit een religieus perspectief waar antwoord en troost werden gezocht binnen het geloof. Eeuwenlang was dit een vertrouwde bedding, maar gaandeweg is die vanzelfsprekendheid voor veel mensen verdwenen.

Inmiddels staan we als beroepsgroep stevig op eigen benen. Geestelijk verzorgers zijn niet meer vanzelfsprekend verbonden aan één kerk of geloof, maar aan alles wat een mens kan bezighouden wanneer het leven anders loopt dan gedacht. Ze dragen geen oplossingen aan, maar kunnen wel helpen zoeken. Naar woorden, naar hoop, naar iets van betekenis. En soms is het niet meer dan samen de stilte verdragen. Simpelweg er zijn.

Tot zover de theorie.

Als kersverse geestelijk verzorger maak ik mijn eerste rondje door het ziekenhuis. Vol goede zin ga ik op weg naar de afdeling interne geneeskunde. Ik meld me bij de verpleegpost met de vraag of er patiënten zijn opgenomen voor wie ik iets zou kunnen betekenen. Er wordt kort achter de schermen overlegd, waarna de verpleegkundige van dienst me komt vertellen 'dat er op dit moment geen patiënten liggen die gelovig zijn'. Ik leg uit dat ik er niet alleen voor 'gelovige mensen' ben, wie dat ook precies mogen zijn. Ze haalt laconiek haar schouders op en zegt dat ik dan zelf maar een rondje moet maken. Ik blijf even besluiteloos staan. Dan pak ik mezelf bij

de kladden, want, zoals we thuis altijd zeggen als iets anders loopt dan gepland: ‘We zijn er nou toch!’

Ik begin met de eenpersoonskamers. Dat lijkt me relatief veilig. Zonder pottenkijkers en meeluisteraars. Voor ik de eerste kamer binnenstap, sta ik even stil en haal diep adem. Ooit hoorde ik de term ‘spiritueel voetenvegen’: bewust alles wat jou bezighoudt loslaten, zodat je open en aanwezig de kamer binnenstapt. Het lijkt me de moeite van het proberen waard.

In bed zit een man met een grote hangsnor. Hij leest de krant en kijkt verstoord op als ik richting zijn bed loop. Zijn ogen zoeken mijn naamkaartje waarop ook mijn functie vermeld staat.

‘Ah, ik zie dat er zelfs in het ziekenhuis nog zieltjes gewonnen moeten worden.’ Hij zegt het met een lach, maar de boodschap is duidelijk. ‘Dan mag u wel doorlopen, hoor, aan mij valt geen eer meer te behalen.’

Nog geen minuut later sta ik weer buiten.

In de kamer ernaast ligt iemand aan zoveel apparatuur dat ik er nauwelijks een mens in kan herkennen. Ik loop zachtjes voorbij.

‘Oh, u bent van de kerk.’ Bij mijn derde poging kijkt een oudere dame me welwillend aan.

‘Nou, ik ben eigenlijk...’ begin ik.

‘Jaja, de pastoraal medewerker.’ Ze knikt begrijpend en begint uitgebreid te vertellen over de kerkelijke gemeente waar ze lid van is en die – zo begrijp ik – vrijwel geheel op haar vrijwilligerswerk draait. Ze zullen haar wel missen, maar ja, er kwam even een operatie tussendoor. Gelukkig mag ze snel weer naar huis. En wat fijn dat ik er was, ik mag gerust nog eens komen. Vindt ze gezellig.

In de laatste kamer op dit deel van de gang ligt een oudere man in bed. Hij heeft een zuurstofmasker op en zijn ogen dicht. Een vrouw zit naast hem en houdt zijn hand vast. Ik wil hun samenzijn niet verstoren, maar de vrouw kijkt net op en knikt. Als ik de kamer inloop en me voorstel als geestelijk verzorger, trekt ze wit weg.

‘Gaat mijn man dood dan?’ Ze kijkt me angstig aan.

Ik kies mijn woorden zorgvuldig, maar als ik de kamer verlaat, heb ik het gevoel dat ik hier meer kwaad dan goed heb gedaan.

Omdat de eenpersoonskamers op zijn, verbreed ik mijn werkgebied toch maar naar de tweepersoons. In het voorste bed ligt een vrouw in diepe slaap. In het bed daarachter zit een struise blondine die vanmorgen duidelijk voor de spiegel heeft gestaan. Het haar is hoog opgewerkt en zit prachtig in de krul.

‘Wat ziet u er mooi uit,’ zeg ik, om het ijs te breken.

‘Ja joh,’ klinkt ’t in onvervalst Amsterdams. ‘Niemand die mij gaat vertellen dat je d’r als een slons bij mot legge in een ziekenhuisbed, hè. Maar wat kom jij hier doen dan?’ Ze kijkt me zelfbewust aan, haar kin naar voren.

Ik leg uit dat ik als geestelijk verzorger bij mensen langsga om te luisteren naar wat ze bezighoudt.

‘Oh, maar dan mot je nie bij mij wezen, hoor. Ik heb al jåren geen kerk meer van binnen gezien.’ Haar lach schatert door de kamer. ‘Dan ken je beter naar iemand gaan die ’t ech nodig heb.’

Een tikje gedesillusioneerd raap ik op de gang mijn goede bedoelingen bij elkaar en besluit eerst maar eens mijn collega’s op te zoeken. Die luisteren aandachtig, zoals het goed opgeleide geestelijk verzorgers betaamt. Dit hoort erbij, zeggen ze. Ik moet me vooral niet laten ontmoedigen. Wat meer aan verwachttingsmanagement doen. Af en toe een beetje doorprikken. Vertrouwen blijven houden in het vak. En vooral in eigen kunnen.

Ik knik en slik.

Er volgen meer van dit soort dagen. Dagen die mij vragen stellen waarop ik zo snel geen simpel antwoord kan vinden. En waarop twijfel haar kans schoon ziet.

En toch ben ik nog altijd geestelijk verzorger. Voor wie zoekt, hoopt of het even niet meer weet. Voor wie gelooft, voor wie vervloekt. En zelfs voor wie mij liever ziet gaan.

www.morgenlanduitgeverij.nl

info@morgenlanduitgeverij.nl

