

## Lezing expertmeeting 9 oktober 2019

### 1. Korte inleiding over mijzelf

Ik ben een vrouw van 58 jaar, geboren en getogen in Noord-Holland. Na mijn middelbare school gekozen voor het beroep van diëtist en dit 17 jaar uitgeoefend in de thuiszorg. Tijdens mijn werk als diëtist ben ik gestart met een studie theologie uit pure interesse. Ik was opgegroeid in een evangelisch-orthodox protestants milieu en kon daar niet mee uit de voeten. Binnen de studie theologie zocht ik vooral ruimte. Ik ben afgestudeerd in Oude Testament, vrouwenstudies en filosofie. De ruimte die ik zelf ervaren had, wilde ik ook anderen laten ervaren. Na de studie heb ik eerst 10 jaar als dominee gewerkt, tot het geld in de kerk opraakte. Daarna kwam een vacature als geestelijk verzorger vooral praktisch gezien goed uit. In deze functie moest ik wel zoeken naar een goede invulling: als protestantse dominee was ik veel in gesprek over geloofsvragen. Als geestelijk verzorger in een Rooms-katholiek milieu in Zuid Limburg lukte dat niet. Mensen zijn hier niet gewend om over hun geloof te spreken. Dat is meer vanzelfsprekend aanwezig en letterlijk werd gezegd: ik begrijp niet wat u bedoelt, ik heb altijd gedaan wat de pastoor heeft gezegd... Ik ben als geestelijk verzorger nauwelijks bezig met geloofsvragen, maar veel meer met algemene levensvragen. Wel leid ik vieringen, die vooral Rooms-katholiek ingevuld zijn.

Vorig jaar ben ik gestart met een opleiding tot coach en sinds dit jaar werk ik 3 dagen als teamcoach en individueel coach voor de medewerkers en 1,5 dag als geestelijk verzorger.

### 2. Rituelen

Ik zie mijzelf niet als een expert in rituelen. Wel ben ik altijd al gevoelig geweest voor rituelen. Als kind trok ik blaadjes van bloemetjes: hij houdt van mij, hij houdt niet van mij... Een kaarsje aansteken, dat deden wij als protestanten niet. Maar toen dit wel langzaam onze kerken binnensloop, vond ik dat meteen aansprekend. Toen ik binnen mijn studie theologie een verhaal hoorde over iemand met een ernstig trauma, waarbij de predikant uiteindelijk samen met diegene een brief had geschreven en die in een ritueel verbrand, sloeg ik op als een mooie mogelijkheid. In vieringen bouwde ik als predikant rituelen in: iets met steentjes, blaadjes, olie, kaarsen, kleuren: ik was altijd op zoek naar mogelijkheden om niet alleen te horen en te denken, maar ook iets te ervaren.

### 3. Mevrouw B: ritueel in de herhaling na jeugdtrauma

Bij mijn start als geestelijk verzorger werd ik op een gesloten afdeling door de teamleider gewezen op een bewoonster: mevrouw B. Zij had één dochter, die onlangs overleden was. Toen ze het haar vertelde, was haar verdriet erg groot. Misschien kon ik als eerste aan haar aandacht besteden. Ze zat in de huiskamer, toen ik de eerste keer binnenkwam. Ik ging naast haar zitten en vroeg hoe het met haar ging en waar ze vandaan kwam. Ze vertelde honderduit, maar niets over haar dochter. Wel over vroeger: haar vader, die dronk. En hoe dit in het gezin was. Hoe hij al het geld hieraan besteedde en ook in dronken buien het gezin mishandelde, vooral haar moeder. Ze vond het frappant: ze had hier net vannacht aan moeten denken.

Ik bleef haar wekelijks bezoeken en het verhaal bleef elke week terugkomen. Aan andere medewerkers vertelde ze dit nooit. Uiteindelijk bedacht ik me dat er misschien iets anders zou moeten gebeuren dan alleen praten: dit leek geen effect te hebben op haar beleving. Ik stelde voor om samen naar de kapel te gaan, kaarsjes aan te steken, briefjes te schrijven en te verbranden. Dat wilde ze wel.

## 1<sup>e</sup> ritueel

De week daarna ga ik met mevrouw B zitten aan een tafeltje met twee stoelen, waarop een schaal staat. Er liggen waxinekaarsjes, briefjes en een pen. We nemen plaats aan de tafel, en ik leg uit waarom we hier zijn. Mevrouw B knikt en vertelt opnieuw wat er vroeger gebeurde. Ik stel voor dat we voor alle mensen die erbij horen een kaarsje aansteken. Dat vindt ze goed. Eerst een kaarsje voor haar zelf, dan voor het hele gezin uit haar jeugdijaren. Ze noemt ze allemaal bij de naam. Ik help haar om een klein briefje aan iedereen te schrijven. Ik schrijf en help om de juiste formulering te vinden, maar mevrouw B vertelt. Ze schrijft aan haar moeder dat ze beter verdiend heeft en aan haar vader: 'Je bent een batraaf!' Dit is een Zuid-Nederlands woord voor deugniet. Ze toont zich tevreden met dit briefje: glimt ervan. Ook komen er briefjes voor haar broers en zus. Na het opschrijven van al die berichten, leg ik uit dat we nu de briefjes zullen verbranden. Zo kan ze de boodschap daarop kwijtraken: " We brengen het bij God." Dat vindt ze meteen goed, en ze verbrandt alle briefjes zelf, met overtuiging. Mevrouw B is er duidelijk bij betrokken, en gaat op in het spel. Tot slot bidden we een Onze Vader en een Wees Gegroet en zing ik een uitgeprint lied: Blijf mij nabij. Dan doof ik de kaarsen, en verlaten we het stiltecentrum. Mevrouw B lijkt tevreden en gaat weer rustig zitten op haar plaats in de huiskamer. Ik vraag de verzorging haar te observeren.

## Herhaling

In de periode na het eerste ritueel bezoek ik wekelijks mevrouw B. Er is een opvallend verschil met de gesprekken vóór die tijd: mevrouw B spreekt niet meer over haar vader, noch over de situatie vroeger thuis. Ze vertelt alleen steeds dat het goed met haar gaat, praat over alledaagse dingen. Na anderhalve maand komt het verhaal langzaam wel weer terug, tot het na drie maanden weer net zo vaak en uitgebreid wordt verteld als voor het ritueel. Ik was eerst teleurgesteld, maar besloot vervolgens om het ritueel opnieuw aan te bieden. Mevrouw B leek nog te beseffen wat dit was, en wilde wel opnieuw naar het stiltecentrum om kaarsjes aan te steken, briefjes te schrijven en die te verbranden.

Het ritueel herhaalt zich dan op vergelijkbare wijze. Tussendoor vertelt mevrouw B nog meer dan de vorige keer. Mevrouw B geeft aan dat ze erg blij met het ritueel is. Ik breng haar terug naar haar afdeling, en krijg van Mevrouw B een zoen als afscheid. Het lied neemt ze dit keer mee en wil het niet afgeven.

Ook nu blijven in het vervolg de gesprekken over haar vader en de thuissituatie vroeger uit. Dat duurt weer ongeveer anderhalve maand. Dan komt het terug. Sneller dan de eerste keer stel ik voor om weer naar het stiltecentrum te gaan voor het inmiddels bekende ritueel. Dat wil ze wel weer. Het derde ritueel vindt daarom twee maanden na het tweede ritueel plaats.

Het derde ritueel is een herhaling van het eerste en tweede ritueel, zonder bijzondere variaties. Mevrouw B is hier opnieuw heel blij mee. Het ritueel was in eerste instantie bedoeld als een overgangsritueel. Maar het wordt nu een soort bestendigheidsritueel, dat als houvast gaat functioneren.

De verhalen over vroeger blijven hierna iets langer weg, maar na drie maanden zijn ze toch weer helemaal terug. Dan wil ze graag nog eens het ritueel en ik stel voor haar oudste broer K er bij te halen. Misschien kan hij bevestigen wat er gebeurd is en maakt zijn aanwezigheid haar rustiger. Ze hebben samen veel meegemaakt en gedeeld, en hij komt nog regelmatig bij haar op bezoek.

Tijdens dit vierde ritueel vertelt de aanwezige broer veel. Dat zorgt voor minder ruimte voor mevrouw B en het ritueel. Er komt nieuwe informatie en mevrouw B is stiller. Het ritueel duurt nu wel twee uur.

Op de afdeling vraag ik met nadruk om haar in de gaten te houden, in verband met mogelijk ontstane onrust.

Hierna blijft het verhaal niet weg, maar vertelt ze het nog af en toe. Ze weet nog wel van het gesprek, dat ze samen met de geestelijk verzorger en haar broer heeft gehad. Dit gesprek lijkt geen extra emotie te hebben losgemaakt, en in het vervolg maakt ze een rustige, tevreden indruk. Langzaam neemt haar cognitief vermogen af en ontstaat afasie. Ze balt nog wel eens haar vuist in een gesprek: 'mijn vader...' Ik begrijp wat ze bedoelt en kan het verhaal aanvullen. Dat stemt mevrouw B tevreden en ze knikt. Ze wil graag contact. Twee jaar na het laatste ritueel komt de pijn van vroeger terug in het gesprek, gedurende een maand. Als ik met haar een kaarsje opsteek, is ze daar blij mee. Daarom komt de gedachte aan opnieuw een ritueel op.

Het vijfde ritueel vindt plaats. De verhalen zijn anders dit keer: ze verwoordt - al gaat het inmiddels moeizaam - nu vooral wat de mensen over haar en haar gezin spraken en dachten. Op de briefjes komen hier woorden voor.

#### Vervolg

In de periode na het vijfde ritueel is mevrouw B op de afdeling steeds rustig en tevreden. Zij heeft nu zeer regelmatig een pop op schoot, waar ze blij mee is en die ze aandacht en zorg geeft. Dit geeft haar een veilig gevoel. Meestal geeft ze aan dat het goed met haar gaat. Een keer zegt ze daarbij: 'geen ruzie!' Als ze mijn vieringen bezoekt, zingt ze graag mee en spreekt gebeden uit. Soms is wel boosheid zichtbaar: een gefronst voorhoofd, en gebalde vuist. Ze lijkt altijd blij als ze dan even kan 'vertellen'. Omdat ik op de hoogte ben van haar situatie, kan dit zonder veel woorden.

Vijf jaar later start ik op de afdeling een ontmoetingsgroep 'Sprekende handen' samen met een muziektherapeut. Omdat mevrouw B zich slecht kon uiten was ze daar eerst niet bij aanwezig. Bij een latere bijeenkomst schuift de verzorging haar aan: ze genoot er zichtbaar van, zong mee en probeerde antwoorden te geven. Ook deze ontmoetingsgroep is rond rituelen opgebouwd: de handen als centraal thema, een lichtje in een kandelaar van twee handen gaat aan bij de start en uit aan het einde, handen van alle aanwezigen worden getekend op het tafelkleed en het themaliedje roept bij start en afsluiting steeds de herinnering aan de handen op en wat deze allemaal gedaan hebben.

De laatste gesprekken die ik met mevrouw B voer, zijn steeds kort. Als ik vraag hoe het met haar gaat, knikt en lacht ze. 'Goed!' Soms voegt ze nog toe: 'Heel goed!' Als deze casus geschreven wordt, leeft ze nog, maar is ze niet meer in staat tot spreken. Inmiddels is mevrouw overleden.

#### 4. Meneer H: onbegrepen gedrag

Meneer H is nog niet zo lang opgenomen in het verpleeghuis. Hij zit in een rolstoel, heeft een herseninfarct gehad. Zijn vrouw is overleden, hij heeft een dochter en een zoon, maar met de zoon geen contact. Hij komt uit Amsterdam. Overdag zit hij in het restaurant, waar hij roepgedrag vertoont. Hij hoort slecht. Hij is niet gelovig, geeft hij zelf aan. Als ik in het restaurant een viering doe, vindt hij het prima om er gewoon bij te zitten, maar het zegt hem niets.

Ik ga met hem in gesprek, wat moeizaam gaat. Hij vertelt over het verbroken contact met zijn zoon, en dat hij zich daarbij heeft neergelegd. Hij vindt het altijd fijn om persoonlijke aandacht te krijgen.

Na een aantal weken begint hij te praten over zijn vader, die vermoordt is in de oorlog. Dat heeft hij zien gebeuren. Hij was 14 en moest daarna zorgen voor inkomen van het gezin. Dit heeft grote impact op zijn leven gehad en komt blijkbaar nu sterk naar boven. Dit verhaal vertelt hij aan meer medewerkers. Steeds benoemt hij het als: dat mijn vader vermoord is in de oorlog.

Ik vraag hem wat hem zou helpen om beter met deze herinnering om te kunnen gaan. Hij weet het niet. Als ik voorstel om eens samen kaarsjes aan te steken, briefjes te schrijven en die te verbranden, wil hij dat wel. Ik laat weten aan arts, psycholoog en eerst verantwoordelijk verzorgende dat we dit gaan doen.

De week daarna zet ik alles klaar in het stiltecentrum en haal meneer op. Hij gaat nog steeds akkoord met het ritueel, maar ik weet niet of hij de afspraak nog weet.

Ik leg uit wat we gaan doen en vraag hem wat hem bezig houdt: ' dat mijn vader vermoord is in de oorlog'. Ik begin met het aansteken van een kaars voor hemzelf en zet die in het midden. Ik vraag zijn voornaam en spreek die uit. Dan wil hij een kaarsje voor zijn vader. We spreken ook zijn naam uit. Een kaarsje voor zijn moeder, en haar naam volgt. Die twee kaarsjes zetten we dicht bij elkaar. Ik vraag voor wie er nog meer een kaarsje moet komen. Hij weet het niet. Ik vraag of er een kaarsje voor zijn vrouw bij moet. Dat vindt hij goed en hij noemt haar naam. Die zet ik aan de overkant van de kaarsjes voor zijn ouders.

Ik schrijf de briefjes. Aan zijn vader eerst. Hij zegt: ' dat ik zijn plaats heb ingenomen' en begint te huilen. Ik vraag door. Hij blijkt de plek van zijn vader te hebben ingenomen in de fabriek, na zijn dood. Daar praten we over. Ik schrijf: *Lieve papa, ik heb jouw plek ingenomen!* Hij keurt het goed. Dan het briefje aan zijn moeder: 'Dat weet ze wel'. Ze heeft hem geholpen toen hij ontslagen werd: ze ging er op af en heeft gezorgd dat hij kon blijven werken. Ik schrijf op: *Lieve mama, je weet het wel. Dank je wel dat je mij geholpen hebt.* Hij keurt het goed. Dan een briefje aan zijn vrouw. Hij verwacht haar met zijn moeder (en mij wordt duidelijk dat ik zijn vrouw hier niet bij had moeten halen!). Maar dan maakt hij toch de overstap naar haar en er komt op het briefje: *Lieve... Bedankt voor de fijne tijd samen.* Blijft nog over een briefje aan hem zelf. Wat zou hij zichzelf willen vertellen? Dat hij stom was... Hij had zijn school af moeten maken. Als we daarover doorpraten blijkt dat hij gestopt is met school omdat hij moest werken. Er komt op het briefje: *Lieve... Wat jammer dat je moest stoppen met school. En wat knap dat je hebt gezorgd voor inkomen voor het gezin.* Dan verbranden we de briefjes één voor één. Ik lees het briefje voor, verbrand het bij het betreffende kaarsjes en in stilte kijken we hoe het briefje langzaam verdwijnt. Ik vraag hem zich voor te stellen dat de boodschap diegene bereikt. Als alle briefjes verbrand zijn vraag ik of ik een gedicht mag voorlezen, dat mag. Ik lees voor van Marinus van den Berg uit een bundel die in het stiltecentrum ligt:

Altijd

Je naam - noem ik hier

je naam - te weinig nog genoemd

je naam - lijkt wel vergeten

je naam - elke dag - in het kloppen van mijn hart

je naam - die mij zoveel veerkracht gaf - en nog

je naam - zo onvergetelijk - zo lief - zo verweg - met wie ik ben - met wie ik worden zal

je naam - gaat altijd - met mij mee.

Ik vraag of hij nog even in stilte wil zitten en dat wil hij. Na een tijdje stilte doof ik het vuur en vertrekken we terug naar het restaurant. Daar terug aangekomen vraag ik wat hij er van vond. Hij vond het vooral anders dan hij gedacht had.

Een halve week later ben ik weer in het restaurant en ga bij hem zitten. Ik vraag hoe het met hem gaat: 'goed'. Wat houdt u bezig? ' Dat die twee vrouwen niet willen toegeven dat ze fout zijn.' Het is niet duidelijk welke vrouwen hij bedoelt, maar het gaat om Duitse vrouwen en de schuld van wat er in de oorlog is gebeurd. Hij denkt dat deze vrouwen hier zijn.

Ik benoem wat we in het stiltecentrum gedaan hebben. Hij weet het nog en heeft het positief ervaren. Ik vraag of het hem helpt: dat is zo, zegt hij. Ook erover praten helpt hem. Ik stel voor om elke vrijdag bij hem langs te komen om te praten en over een paar weken te kijken of we nog eens het ritueel zullen herhalen.

Wat deze casus anders maakt dan de eerste is o.a. dat deze meneer niet gelovig is, en daar ook niets mee heeft. Hij lijkt wel volledig mee te kunnen gaan in het spel van het ritueel. Ook bij hem is er wel iets veranderd in wat hij vertelt na het ritueel. Deze casus is nog actueel, dus het vervolg moet nog komen. Wellicht kan ik op 7 oktober nog iets meer daarover vertellen.