



‘ALS EEN SCHADUW OF EEN VRIEND’

POPUP-Viering

In en om het bezookhuisje van verpleeghuis De Nieuwe Plantage

Welkom door Henriette van Woudenberg (Manager Zorg & Welzijn)

Een lichtje

We steken een lichtje aan bij de gedachtenistafel van verpleeghuis De Nieuwe Plantage. Hier liggen steentjes met de namen van de mensen die in de afgelopen tien weken, sinds het verpleeghuis dicht is, overleden. We branden een kaarsje voor hen, voor wie hier wonen, voor wie hier werken en voor familie, vrienden en mantelzorgers.

Het is ongenoemd gebleven bij de opname, maar onze gedachten gaan deze ochtend ook uit naar George Floyd, degene die hem moeten missen en de mensen die geraakt worden door het onrecht dat hem is gedaan.

Groet door Martijn Junte (Geestelijk Verzorger)

‘Is onze hulp de taal van de Ene?
Heeft hij er aarde en hemel mee gemaakt?
Laat hij dan trouw zijn, waarachtig en eerlijk,
als het werk dat zijn hand begon.

Om de genade.
Voor vrede en gerechtigheid.

Kyriegebed

Missa Criolla: Kyrie van Ariel Ramirez, uitvoering: Reinilde Zevenbergen-Buijs (harp), Jan Douwes (bariton) & Ard Verkerke (tenor).

Als een schaduw of een vriend door Martijn Junte

Van binnen naar buiten

Christo Motz (christomotz.com), expert op het gebied van weerbaarheid en overlevingstechnieken noemt vier zaken in een crisis van cruciaal belang.

Het begint met ‘mentale rust’. Beoefen een spirituele discipline: meditatie, gebed, geestelijke zang, mindfulness, yoga, you name it, voor een gezonde mentaliteit.

Daarnaast is een gezond lichaam belangrijk, dus: 'eet gezond' en 'slaap genoeg' (twee en drie).

Het vierde is 'verbondenheid'. Zoek je homebase. Verbind je met je gemeenschap. Reach out.

Iemand die onder druk staat, ervaart gemakkelijk dat hij of zij er alleen voor staan. Dat heeft een geweldig ondermijnend effect op zelfbeeld, motivatie, perspectief. Het hele systeem dat onder gewone omstandigheden goede gemotiveerde inzet mogelijk maakt, komt onder druk te staan. Zo komt de crisis van buiten naar binnen.

Een houding van aandacht voor deze vier genoemde zaken kan de weg naar binnen afsluiten en de crisis buiten houden. Volgens Christo Motz is het onder omstandigheden ook mogelijk om de omgekeerde weg te bewandelen: een crisis bestrijdt je van binnen naar buiten, met de juiste houding.

Daarover wil ik met u nadenken. Een goede boodschap: u krijgt een spiegel voorgehouden uit het hart van de coronacrisis.

Over angst

Onder gewone omstandigheden vormen afgesloten woonvormen als verpleeghuizen al een uitdaging. Een bezoek kan onverwacht confronterend zijn. Je ontmoet er mensen, ouderen, die je in het dagelijks leven zelden tegenkomt. Je komt er ook niet zomaar binnen. Eigenlijk alleen om dierbaren te ontmoeten die er wonen omdat ze niet langer voor zichzelf kunnen zorgen.

Op deze plek aan de rand van onze samenleving heeft zich een stille ramp voltrokken. Verpleeghuizen zijn hard geraakt door de coronacrisis. Dat laat niemand onberoerd en dat roept van alles op:

Schofferende uitingen van een columniste als Marianne Zwagerman, zij sprak unverfrozen over dor hout.

Maar ook deernis en mededogen.

Uitingen van moral support voor de helden van de zorg.

Besef welke behoefte er leeft aan nabijheid, maar ook frustratie en angst.

Frustratie omdat mensen hun dierbaren niet kunnen zien en zich zorgen maken om hun welzijn. Ze kunnen niets doen dan afwachten en vertrouwen dat er goede zorg is in het huis.

Angst gaat dieper en leeft breder. Angst knaagt en ondermijnt. Een nieuwe angst, een nieuwe laag van vrees om besmet te raken. Dit ondermijnt de samenhang, die we zo nodig hebben. Dus: als het coronabeleid werkelijk zou draaien om 'voorkom dat je besmet raakt', dan schiep het wantrouwen.

Soms zie je het nog op straat. Er zijn mensen waaraan je ziet dat ze nabijheid van anderen vrezen.

Een subtiel misverstand

Deze vrees is het gevolg van een subtiel misverstand. Het goede nieuws is namelijk dat alleen risicogroepen extra voorzichtig hoeven zijn. De meeste mensen mogen uitgaan van een ander adagium: ‘zorg dat je anderen niet besmet’.

Kijk, we mogen ons niet onkwetsbaar te wanen. Er zijn natuurlijk risico's, maar wie gezond is, mag verwachten een besmetting te boven te komen. Alleen, om te voorkomen dat de risicogroepen besmet raken, moeten we ons gedrag zo afstemmen dat we de kans zelf een besmettingsbron te worden minimaliseren.

Dus: let op symptomen: koorts, verkoudheid.

Was regelmatig je handen met zeep.

Hou anderhalve meter afstand.

Draag desnoods een mondkapje.

Alles om te voorkomen dat je anderen besmet.

Dit adagium voelt anders. Het werkt verbindend.

Het is een oproep om te zien naar elkaar.

Elkaar gezond houden, in het bijzonder de kwetsbare groepen.

Gesloten verpleeghuizen

Genoemd adagium staat met grote letters boven de beslissing om de verpleeghuizen te sluiten voor iedereen behalve zorg en behandeling. De tragedie van de crisis is dat deze maatregelen soms te laat kwamen. De gevolgen waren dan dramatisch. Er hebben zich hartverscheurende taferelen afgespeeld.

Andere huizen leerden van deze harde les. Zij konden zo het aantal besmettingen beperken. Niet in de hand houden, want SARS-CoV-2 laat zich niet in de hand houden. Er zijn maar enkele plaatsen waar met vakkundigheid en een flinke dosis geluk het aantal besmettingen beperkt is gebleven.

Wat alle huizen gemeen hebben echter is dat de maatregelen om besmetting te beperken een grote wissel hebben getrokken op de mensen die er wonen en werken.

Het leven van alledag raakte ontregeld. Mensen die er regelmatig kwamen, zoals mantelzorgers, vrijwilligers en sommige behandelaren, bleven weg. De toch al geringe bewegingsvrijheid raakte verder beperkt. Lange gangen waar het goed dwalen was, zoals sommige ouderen graag doen, werden korter. Deuren tussen afdelingen werden gesloten. Kamerdeuren gingen op slot, als er alleen maar een verdenking was. Hele afdelingen gingen in isolatie, in cohort zoals dat heet. Daardoor kregen bewoners meer vrijheid, maar de zorg kwam alleen nog in volle bepakking binnen: schort, handschoenen, bril, mondkapje.

Onbedoelde effecten

‘Ik ken u niet’, zei een mevrouw eens toen ik ergens zo gekleed aankwam.

‘Ik u wel hoor’, zei ik opgewekt.

‘Hmm’, zei ze, ‘of toch? Ik herken geloof ik wel uw voorhoofd’.

Tja, ik heb een geprononceerd, hoog voorhoofd, maar daar gaat het hier niet om. We komen hier uit bij de basale behoefte aan herkenning, aan de wederkerigheid van het menselijke contact. Die behoefte is zo groot dat een flink, naakt voorhoofd al in een behoefte voorziet.

Daarmee komen we tot de kern van de zaak. De maatregelen die bedoeld waren om mensen te beschermen en goede zorg te bieden, kregen onbedoeld een hardheid die slachtoffers maakte. Ze verkeerden ze in hun tegendeel.

Straks zal Nikki Mahes-Dielingen haar herinneringen aan Bep met u delen. Zij woonde op de Nieuwe Plantage: een kwetsbare, dierbare, bijzondere, karakteristieke bewoner. Op tragische wijze echter ondermijnden de onbedoelde gevolgen van de zorg in het verpleeghuis haar gezondheid.

We zullen haar verhaal vertellen.

We zullen stilstaan bij wat het betekende voor dit huis.

We zullen horen hoe je hiermee omgaat als dit je dagelijkse werk is.

Waar raakt het je?

Hoe deal je ermee?

Het antwoord is eigenlijk heel simpel: dealen en doorgaan. Er is geen andere optie. Iedereen die hier woont, heeft zorg, aandacht en liefde nodig. Zelf kunnen ze er niet meer voor zorgen.

Het verhaal van deze kwetsbare vrouw is de overdenking voor deze zondag. Het is een verhaal als een spiegel. Hoor het alsof je het zelf was.

Het gedicht ‘Goedheid’, hier gekozen als vertaling voor *kindness*, van Naomi Shihab Nye roept dit proces in een aantal beelden op en schetst de achtergrond waartegen het plaatsvindt: goedheid als schaduw of als vriend. Ik draag het gedicht voor als onze lezing van vandaag.

Lezing:

Goedheid

Naomi Shihab Nye, 1952

Voor je weet wat goedheid werkelijk is,
moet je dingen kwijt raken,
voelen hoe de toekomst oplost in een ogenblik,
als zout in een lichte bouillon.

Wat je in de hand had,

wat je telde en zorgvuldig spaarde,
dat alles moet weg om te weten te komen
hoe verlaten het landschap kan zijn
temidden van streken van goedheid.
Hoe je maar door rijdt,
denkend dat de bus nooit stoppen zal,
de passagiers zullen mais en kip etend
voor altijd uit het raam staren.

Voor je het tedere gewicht van goedheid leert kennen
moet je op reis waar de Indiaan in een witte poncho
dood ligt langs de kant van de weg.
Je moet zien dat jij dit had kunnen zijn,
hoe ook hij iemand was
die door de nacht trok vol plannen
en enkel de adem die hem in leven hield.

Voor je goedheid leert kennen als het diepste innerlijk,
moet je verdriet leren kennen als het andere diepste.
Je moet opstaan met je verdriet.
Je moet het aanspreken tot je stem
de draad oppakt van alle verdriet
en je de omvang ziet van het doek.

Dan is alleen goedheid nog van belang,
alleen goedheid strikt je veters
en stuurt je erop uit de dag in om brieven te posten en brood te kopen,
alleen goedheid licht het hoofd op
uit de menigte van de wereld om te zeggen
Ik ben het waar je steeds naar zoekt
en gaat dan overal met je mee
als een schaduw of een vriend.

Colombia

(werkvertaling uit het Engels door Martijn Junte*)

Lied

Am Tage Aller Seelen “Litanei auf das Fest aller Seelen” Franz Schubert (D.343),
uitvoering door Reinilde Zevenbergen-Buijs (harp) & Jan Douwes (bariton).

Overdenking

Herinneringen aan Bep door Nikki Mahes-Dielingen

Muziek

Spiegel im Spiegel Arvo Pärt, arrangement en uitvoering: Reinilde Zevenbergen-Buijs (harp) & Ard Verkerke (tenor).

Gebed van barmhartigheid

Naar: de Metta Sutta

Laat al wat leeft gelukkig zijn en vrede vinden.

Wie of wat ze ook zijn:

sterk of zwak,

groot of klein,

zichtbaar of onzichtbaar,

ver weg of nabij,

of ze al geboren zijn of nog geboren moeten worden,

mogen ze allemaal gelukkig zijn!

Laat niemand een ander bedriegen

of met geringschatting behandelen.

Laat niemand uit ergernis of boze opzet

een ander ongeluk toewensen.

Zoals een moeder met haar leven

haar enig kind beschermt en behoedt,

laten wij zo voor al wat is en al wat leeft,

waar ook ter wereld,

een grenzeloos gevoel

van liefdevolle vriendelijkheid koesteren:

zonder haat, zonder vijandschap,

zonder begrenzing, ja, naar alle richtingen.

Of we nu lopen of staan,

of we zitten of liggen

laat ons toegewijd deze gezindheid bewaren.

Collecte

Een ijscowagen bij de feestelijke heropening van verpleeghuis De Nieuwe Plantage als de acute crisis is geluwd.

Bidden voor vrede

Priez pour Paix, Francis Poulenc (FP.95) uitgevoerd door Reinilde Zevenbergen-Buijs & Jan Douwes

Tot slot

‘Gooi het eens over een andere boeg’, een korte vertelling naar Johannes 21, 2-11

Aan het einde van het Johannes-evangelie hebben de leerlingen van Jezus

Jeruzalem verlaten. Ze zijn terug gegaan naar Galilea. Daar hebben ze hun oude

vak weer opgepakt: vissen. Een groot succes is het niet. Ze vangen niets. Een man

op het strand roept hen toe: “Hé, gooi het toch eens over een andere boeg!” Ze denken te doen wat hij zegt wanneer ze het net uitzetten aan de andere kant en met een boot vol vis aan land komen. Uiteraard is de man op het strand niemand anders dan Jezus zelf. Hij rookt wat visjes op een vuurtje. “Ach,” zegt hij, “jullie hebbenje eigen vis meegebracht. Leg het er gerust bij.” In het gesprek dat dan volgt, ontdekken ze dat zijn oproep niet van vistedische aard was. Hij bedoelde dat ze niet terug moesten naar vroeger, maar de steven wendden naar de toekomst. Ik stel voor dat we die oproep serieus nemen. Kom op, ga die lege kerk uit en zoek een plek om fijn up te poppen, zoals wij vandaag bij De Nieuwe Plantage. Dit was mijn visje. Ik kijk uit naar de uwe.

Zegen

‘Geluk’

=====

Met dank aan: Aafje – thuiszorg, huizen zorghotels



Crew:

Regie: Jeroen Bos

Camera/licht: Jop Duyn

Geluid: Henk Schep

Cast:

Reinilde Zevenbergen (Harp)

Jan Douwes (Bariton)

Ad Verkerke (Tenor)

Henriette van Waardenberg (Manager Zorg & Behandeling)

Nikki Mahes-Dielingen (Verpleegkundige)

Martijn Junte (Geestelijk Verzorger)

Elizabeth In 't Hout (bewoner)

Alice Vermeulen (familie)

* Omdat het gedicht Kindness de lezing is van deze zondag heb ik gekozen voor verstaanbaarheid boven oorspronkelijkheid. De vertaling is van mijzelf. Ik heb gekozen om *kindness* te vertalen als goedheid omdat dit woord beter aansluit bij het ritme van het gedicht. De overlap in betekenis tussen het Engelse kindness en het Nederlandse goedheid is dusdanig, dat het ook als vertaling te verdedigen is. Omdat hier ruimte is voor de oorspronkelijke versie zet ik het er alsnog bij.

Kindness

Naomi Shihab Nye, 1952

Before you know what kindness really is
you must lose things,
feel the future dissolve in a moment
like salt in a weakened broth.
What you held in your hand,
what you counted and carefully saved,
all this must go so you know
how desolate the landscape can be
between the regions of kindness.
How you ride and ride
thinking the bus will never stop,
the passengers eating maize and chicken
will stare out the window forever.

Before you learn the tender gravity of kindness,
you must travel where the Indian in a white poncho
lies dead by the side of the road.
You must see how this could be you,
how he too was someone
who journeyed through the night with plans
and the simple breath that kept him alive.

Before you know kindness as the deepest thing inside,
you must know sorrow as the other deepest thing.
You must wake up with sorrow.
You must speak to it till your voice
catches the thread of all sorrows
and you see the size of the cloth.

Then it is only kindness that makes sense anymore,
only kindness that ties your shoes
and sends you out into the day to mail letters and purchase bread,
only kindness that raises its head
from the crowd of the world to say

it is I you have been looking for,
and then goes with you every where
like a shadow or a friend.

Colombia

Martijn Junte, mei 2020