

In beweging

kwartaalblad van de Christengemeenschap
Michaël 2011

Welk levenseinde ?



In beweging

kwartaalblad van de Christengemeenschap
15e jaargang nr. 4, Michaël 2011

Inhoud van dit nummer

Van de redactie 1

Toen de kastanjes vielen 1

Thema: Welk levenseinde? 2

Serie: Op de groei 14

Michaëltijd 17

Bestuur en instellingen 22

Berichten uit de gemeenten 24

Allerlei 26

Internationaal 29

Boeken 32

Aankondigingen 36

Gestorvenen 35

Redactie

Nelle Amons, Bastiaan Baan,
Jolanda van Dam, Jos van Damme,
Marianne de Nooi, Maria Rijkse

Redactieadres

In beweging, p/a mw. J. van Dam,
Putterweg 64, 3851 GE Ermelo
tel. 0341-550606
e-mail: inbeweging@unica4.nl
Ook voor inlichtingen over abonnementen

Financiën en advertenties

Jos van Damme, tel. 0318-416079
e-mail: josvandamme@chello.nl

Druk

Drukkerij Modern, Bennekom

Kopijdata

Adventnummer 1 oktober 2011

Paasnummer 1 februari 2012

Kopij graag aanleveren per e-mail
(inbeweging@unica4.nl).

De redactie behoudt zich het recht voor
ingezonden kopij in te korten of niet te
plaatsen.

*Illustratie omslag: 'De gestorvene in de
boot'. Grafsteen (300 n.Chr), Kom Abu
Billu (Egypte)*

De Christengemeenschap in Nederland en Vlaanderen Adressen en tijden van diensten

M=mensenvrijdijnsdienst, K=zondagsdienst voor de
kinderen, info: gezien onregelmatigheid navraag nodig.

Alkmaar, Oude Kanaaldijk 9, 1825 AT, 072-5613144
M zo 10, di 9, do 10, za 9 (info), K zo 9 (info)

Amsterdam, A.J. Ernststraat 869, 1081 HL, 020-
6420769, bgg 6628346, M zo 10, di 7, wo 9, do 9,
za 9 (info), K zo 9.30 (info)

Antwerpen, H. Consciencelaan 107, B-2640 Mortsel,
03-8305860, M zo 10, wo 7 (info), do 10 (info),
vr 9.30, K zo 9.15 (info)

Arnhem, Brugstraat 5, 6811 MB, 026-3621769
M zo 10 (info), do 9.30 (info), K zo 9.30 (info)

Den Haag, Groot Hertoginnelaan 2, 2517 EG, 070-
3634898, M zo 10.15, wo 10 (info), do 8 (info),
vr 10.30 (info), K zo 9.30

Driebergen, Rijsenburgselaan 2a, 3972 EJ, 0343-
517467, M zo 10.30 (info), do 9.30 (info), K zo 10
(info)

Eindhoven, Dorpstraat 122, 5504 CV, Veldhoven, 040-
2221009, bgg 2520498, M zo 9.30 of 10.45 (info),
wo 9.30 (info), vr 9.30, K zo 10 (info)

Het Gooi, Veldweg 1, Bussum, 1404 CV, 035-
5417957, bgg 6563160, M zo 10, do 10 (info),
K zo 9.20 (info)

Groningen, Lauwersstraat 3, 9225 HD, 0592-347059,
bgg 0594-659558, M zo 10.30 (info), do 10 (info),
K zo 10 (info)

Leeuwarden, Droevendal 9, 8911 KK, 0594-659558
M zo 10.30 (info), wo 9.15 (info), K zo 9.45 (info)

Leiden, Vestestraat 39-49, 1077 GN, 071-5121459,
bgg 020-6628346, M zo 10.30 (info), za 10.30
(info), K zo 10 (info)

Meppel, Catharinastraat 44, 7941 JG, 0522-452699
bgg 0521-578178, M zo 10.15 (info), K zo 9.45
(info)

Middelburg, Lange Noordstraat 62 (geen postadres),
0118-591628, bgg 583352, M zo 10 (info) K
zo 9.15 (info)

Rotterdam, Lumeystraat 33, 3039 ZN, 010-6652586,
bgg 4612203, M zo 10.30, di 9.30, wo 9.30,
vr 7.30, K zo 10

West-Brabant, Minckelersstraat 27 (geen postadres),
Breda, 076-5422983, bgg 5021945 M za 9.30 (info)

Zeist, van Tetslaan 4, 3707 KD, 030-6913868, bgg
6921173, M zo 10.30, di 8, wo 9, vr 10 (info), za
9, K zo 9.30

Zutphen, Badhuisweg 27, 7201 GM, 0575-541288,
bgg 06-40717174, M zo 10.30, di 9.15 (info),
do 9.15 (info), za 10 (info), K zo 10 (info)

Landelijk secretariaat: 070-3451506

Groot Hertoginnelaan 4

2517 EG Den Haag

E-mail: secretariaat@christengemeenschap.nl

Website: www.christengemeenschap.nl

Van de redactie

Graag stel ik als nieuw redactielid aan u voor: Maria Rijkse. Nadat zij aan de vergaderingen en het productieproces van de afgelopen drie nummers van In beweging had deelgenomen, besloot de synode in te stemmen met haar benoeming tot redactielid. Als voormalig eindredacteur van het blad Dynamisch Perspectief gaat zij zich in de redactie bezighouden met redactie- en correctiewerk en als 'ambassadeur' onderzoekt zij hoe In beweging een breder lezerspubliek kan bereiken.

In het themagedeelte van dit Michaëlnummer vindt u een serie artikelen, die vanuit verschillende blikrichtingen ingaan op het einde van het leven. In verband met de geheel herziene herdruk van de klassieker 'Kindersprekuren' stelde Judith van der Bend voor de serie over religieuze opvoeding 'Op de groei' een aantal vragen aan de kinderarts Edmond Schoorel. Binnen afzienbare tijd kunt u de reeds verschenen artikelen uit deze serie over opvoeding vinden op www.christengemeenschap.nl / In beweging, waar ook een aantal andere thematisch gebundelde artikelen uit In beweging te lezen zijn, met daarbij het alfabetisch trefwoordenregister.

Marianne de Noij

Toen de kastanjes vielen ...

In mei, een kleine tien jaar geleden, had ik met iemand een gesprek. Het ging om een oriëntatie op het lidmaatschap. Toen ik het gesprek afrondde, was er behoefte aan een vervolg. Ik bladerde in mijn agenda: juni, juli? Mijn tegenover schudde haar hoofd. "Niet in de zomer, in het najaar", was haar reactie. En toen ik haar vragend aankeek, vervolgde zij: "als de kastanjes vallen". Ik schoot in de lach, geen afspraak dus, maar wachten... "tot de kastanjes vallen", herhaalde zij. Zo gingen we uit elkaar.

De kastanjabomen hebben me van kind af aan geboeid. Toen in mei stonden zij volop in bloei. De wit-rossige, rechtop staande bloeiwijze herinnert aan de kaarsen van een kerstboom. Over enkele weken echter zouden de geopende bloemkelken plaatsmaken voor kleine, stekelige, groene vruchten, die gedurende de zomermaanden groeien en rijpen. Een proces van omstulping: openheid naar buiten verandert in geslotenheid en gerichtheid naar binnen.

Het werd eind september. Ik was te voet onderweg naar een vergadering, toen er vlak voor me een groene vrucht op de verharde weg viel en openbarstte. Een glanzend bruine kastanje rolde voor mijn voeten. Ik raapte hem op. Dit was immers het afgesproken teken. Diezelfde dag belde ik voor een afspraak en in oktober trad de persoon als lid toe tot onze gemeente. Pas later drong de beeldwaarde van dit teken goed tot me door. De vrucht was in het verborgene gerijpt, los gekomen van de boom en vrij van de beschermende, nauw sluitende vruchtmantel. Zo had ook het besluit om lid te worden in stilte kunnen rijpen, totdat het 'ja' vanuit een innerlijke vrije kracht gesproken kon worden.

Katarina Knijpenga

Thema: Welk levenseinde?

Vroeg of laat krijgt iedereen te maken met het levenseinde van een andere mens of met de eindigheid van het eigen leven. Menigeen beleeft dit als iets zeer ingrijpends. Hoe kun je hier tijdens je leven een verhouding toe vinden? Nelle Amons ging op bezoek bij een hospice, een plek waar mensen in alle rust kunnen sterven en stelde haar vragen aan een geestelijk verzorger die stervenden vergezelt en aan een psychosociaal medewerker die nabestaanden begeleidt. Ethicus Hans van Delden ontvouwt een aantal gedachten over menswaardig sterven. En tot slot moedigt Bastiaan Baan de lezer aan om bij leven het eigen sterven ook daadwerkelijk voor te bereiden.

Naar het levenseinde in een hospice

*een interview door Nelle Amons met Ingrid Deij (gemeente Zeist)
en Christiane Voit (gemeente Arnhem)*

In het Hospice Heuvelrug in Zeist, waar Ingrid Deij (geestelijk verzorger) en Christiane Voit (verzorger naasten) werken, vindt een aantal malen per jaar een herdenking plaats van de overledenen. Nelle Amons is uitgenodigd voor deze herdenking, die ditmaal wordt gehouden voor de twintig gasten die daar tussen Kerstmis en Pasen gestorven zijn.

Voor nabestaanden en medewerkers vormt de herdenking een apotheose, een laatste slotakkoord van de aandacht die zij aan hun dierbaren en gasten in deze bijzondere periode van hun leven hebben besteed. Voor de eersten betekent het meemaken van de herdenking bovendien een kans om de plek, waar het stervensproces van hun vader, moeder, zus of broer of zelfs kind zich afspeelde, in hun rouwproces te kunnen integreren. De vorm van de herdenking is in de loop der tijd door Christiane en Ingrid ontwikkeld: er is muziek, een door Ingrid gecomponeerd lied, familieleden kunnen iets vertellen over hun overleden dierbare, er is een verhaal over een thema – deze keer is dat ‘Levenswegen’ – en iedere gestorvene wordt herdacht door zijn of haar naam te noemen en voor ieder een kaarsje aan te steken.

Het gebeuren van deze avond laat zien, wat een mens voor sfeer, voor omgeving in wijsste zin mag verwachten wanneer hij of zij in

dit hospice zijn leven voltooit. De warmte en liefde voor de gasten en hun nabestaanden waren zichtbaar en tastbaar.

Gast in het hospice kun je worden als er een levensverwachting is van minder dan drie maanden. Mensen komen naar het hospice omdat zij in hun thuissituatie niet voldoende draagkracht vinden voor het moeilijke laatste deel van hun leven. Hospice Heuvelrug is een zgn. High Care Hospice: alle zorg die medisch, sociaal en spiritueel nodig is kan geboden worden. De verpleegkundige staf is gekwalificeerd, de vrijwilligers opgeleid.

Geestelijke verzorging voor de gast

Ingrid Deij werkt als geestelijk verzorger in het hospice. “Ik maak met alle gasten kennis door onaangekondigd met hen een praatje te maken en duidelijk te maken dat een gast met mij over alles kán, maar niet móet spreken. Gasten komen in eerste instantie niet vaak met vragen; die komen tijdens een gesprek pas naar boven.

Van binnen gebeurt er natuurlijk van alles, maar dat is maar halfbewust, niet gemakkelijk in woorden te vangen. Toch krijgt een mens pas innerlijk ruimte als je dat wat je bezighoudt kunt uitspreken. Je kunt er dan naar kijken, er over nadenken, er een verhouding toe krijgen, misschien merken dat je er bij nader inzien toch ook anders naar kunt kijken.

Vaak begint een gesprek met zo- iets simpels als: 'Hoe gaat het nu met u?', of: 'Gaaf het een beetje hier?', 'Hoe gaat het in de nacht?'. Zo wordt de gast uitgenodigd om bij zichzelf naar binnen te gaan. Wat er dan komt is heel uiteenlopend, afhankelijk van wie het is. Er is niets zo persoonlijk als de laatste fase; trouwens, iedere mens is een uniek wezen, een mysterie, ook voor zichzelf.

Velen vinden het idee gestorven te zullen zijn minder zwaar dan de weg erheen, waar ze direct voor staan. Wachten op de dood kan soms zwaar zijn, ook voor de familie.

Sommigen hebben veel zorgen over hun kinderen, redden die het zonder mij? Er is dan vaak ook verdriet, omdat je ze niet groot zult zien worden. In het gesprek nodig ik de ander dan uit om daarover wat te vertellen. Soms vertel ik ook wel hoe andere gasten hetzelfde probleem hebben ervaren of met hun familie hebben besproken.

Wanneer mensen merken dat ik echt luister, komen pas andere zaken die hen dwars zitten, dingen die gevoelig liggen, zorgen baren. Of iets dat nog niet 'af' is, onverwerkte dingen van vroeger of juist nieuwe inzichten uit de afgelopen jaren."

Ingrid heeft ook een brugfunctie naar een eigen kerkelijke gemeente of parochie (soms naar de moskee), coördineert dat er eventueel een ziekencommunie kan komen of een Ziekenzalving. "Een belangrijke vraag die alle mensen van het team wel stellen is, wat mensen nu nog graag willen, wat belangrijk is voor ze, wat prioriteit heeft. Anders kun je ook niet samen de goede besluiten nemen en de zorg geven die voor de ander past.

Een andere vraag kan zijn, hoe iemand eerder in het leven met moeilijke dingen kon omgaan. Wat heeft haar of hem eerder geholpen? Dat kan nu houvast geven. Waar haal je de kracht vandaan om nu de aftakeling



Christiane Voit (links) en Ingrid Deij (rechts)

(geen energie meer), de ontluistering (hulp bij douchen, op de po-stoel moeten, ontlasting soms in bed moeten doen), de afhankelijkheid (steeds minder zelf kunnen), de pijn, de benauwdheid, de innerlijke eenzaamheid of angst te kunnen dragen? Dat hebben mensen vaak niet helder. Ze krijgen bezoek, dat helpt hen. Het is zo gezellig mogelijk in het hospice en er is altijd ook de TV als afleiding. Maar van binnen blijft het stilte rommelen en het kan zinvol zijn als ze daar met hulp van een 'veilige vreemde', die ik voor hen ben, naar durven kijken. En natuurlijk is er de - vaak onuitgesproken - vraag om nabijheid, troost en compassie. Dat erkend wordt dat het zwaar is. Samen bidden of iets uit de bijbel voorlezen kan dan nieuwe ruimte geven."

Zorg voor de familie

Christiane Voit werkt als psychosociaal medewerker en begeleidt de families in hun veranderingsproces van naasten tot nabestaanden. Tot een jaar na het sterven van hun dierbare kunnen ze een beroep haar doen. "Als 'verlieskundige' heb ik te maken met anticiperen de rouw, de voorbereiding op het verlies en de tijd dat hun dierbare er niet meer zal zijn. Een belangrijk iemand verliezen in je leven raakt aan je gevoelens en gedachten. Als er ruimte komt voor wat er in jezelf leeft, komt er ho-

pelijk ook ruimte voor de ander, voor elkaar. Hiervoor mag ik de tijd nemen. In een eerste kennismaking wordt een genogram (familie stamboom) getekend. Als ik de familie dan uitnodig om over die verbanden en relaties te spreken, dan hoef ik niet veel meer te vragen. Dan luister ik meer dan dat ik vraag. Een andersoortige ingangsvraag kan zijn: Je hebt lang voor je moeder gezorgd. Vandaag heb je haar naar het hospice gebracht. Kun je wat vertellen over de afgelopen tijd? De ziekte of de zieke heeft de laatste tijd in het middelpunt gestaan: hoe heb je het volgehouden?

De vraag hoe het met hen zelf gaat geeft hun erkenning. Gevoelens van machteloosheid en boosheid voeren vaak de boventoon. Als mensen niets meer kunnen doen, voelen ze zich snel machteloos. Het vraagt veel om aan een sterfbed te zitten en te merken dat het 'er zijn' belangrijker is dan antwoorden of oplossingen vinden. Hoe doe je dat: zitten, waarnemen, stil worden? Er is boosheid als het anders loopt dan verwacht, zoals bij de echtgenoot die al jaren met een zwakke gezondheid tobt en nu aan het sterfbed van zijn vrouw zit: 'Zij laat me in de steek! We hadden een andere afspraak: ik zou eerder gaan.' Dan nodig ik uit in dat gevoel te staan, het te onderzoeken en niet weg te schuiven. In de boosheid ligt namelijk ook de kracht om staande te blijven in het verlies.

Maar het komt ook voor dat de vraag heel praktisch is: 'Naar wie moeten we gaan om een budget uitvaart te regelen?' Dan is er bijvoorbeeld weinig geld, omdat het familiebedrijf kapot is gegaan. Dan kan onder die zakelijke vraag angst zitten, teleurstelling of boosheid naar de persoon die het familiebedrijf zo slecht geleid heeft dat het failliet ging. Ik tast af of dat zo is en daardoor komt er ruimte voor de emoties en krijgt de familie ook concrete informatie mee waar om gevraagd werd."

Veilige vreemden

Zowel Christiane als Ingrid zien zichzelf als 'veilige vreemden', die ervaren en deskundig

zijn. Bij hen kunnen oude koeien uit de sloot gehaald worden, losse draadjes worden afgehecht. Boven alles geldt echter: de gast is autonoom, veel kan, niets moet. De gast bepaalt zelf met zijn naasten wat er gebeurt.

Ingrid: "Voor de stervende zelf is vooral de relatie met het eigen leven van belang. 'Hoe heb ik eigenlijk geleefd? Hoe heb ik het gedaan?' Voor een zieke in de laatste fase wordt de wereld steeds kleiner. Alleen dat wat essentieel is, vaak de liefdevolle verbondenheid met de naasten of het geloof, draagt dan nog."

Christiane: "De stervende moet het leven loslaten, de naasten het leven van samenzijn. Wat draagt je door de dood heen? Hoe laat je los en blijf je verbonden?"

Ingrid: "Ik ervaar ons wel eens als vroedvrouwen bij de dood, bij de geboorte in de geestelijke wereld." Christiane vertelt daarop: "Ik wilde vroedvrouw worden, maar dat werd het niet. Nu ben ik vroedvrouw aan de andere kant van het leven. Ik zie mezelf ook wel als poortwachter, brugwachter."

Ingrid merkt op: "Stervenden zien veel meer dan wij en dan hun naasten, zij zien soms achter de geestelijk verzorger het hoger Ik of engelen of zelfs Christus." Christiane kan dit beamen: "In een ogenblik van 'aha, zo is het', als er erkenning en inzicht oplicht. De stervende kan een realiteit van onvoorwaardelijke liefde ervaren, een lichtervaring."

Ingrid: "Het grootste dat ik als geestelijk verzorger voor de stervende kan doen, is hem of haar opdragen aan de goddelijke wereld, bidden om ontferming en mededogen. Ook na hun sterven kan ik voor hen bidden of een spreuk voor hen zeggen." Christiane: "De families opdragen helpt mij om hen los te laten en mijn zielenleven gezond te houden."

Wat heeft dit werk jullie beiden gebracht en kunnen jullie het thuis gemakkelijk loslaten?

Ingrid: "Ik heb geleerd wat het betekent om tot de essentie te komen. Ik heb het sterven meer en meer als een proces van metamorfose leren kennen. Zo heb ik ook levenslessen geleerd voor het eigen leven. Ik kan op het



'De roep van de dood', Käthe Kollwitz (1935). Uit: Ilse Kleberger, 'Käthe Kollwitz', uitg. Vrij Geestesleven Zeist

werk loslaten door bijvoorbeeld een verslag te schrijven, wat al afstand schept. Thuis bid ik dagelijks voor de gasten, de geestelijke wereld kan veel meer voor hen betekenen dan ik. Ook ben ik er diep van doordrongen geraakt, dat alles wat ons overkomt bij ons hoort en daarom niet angstig hoeft te maken. Ik merk vooral met veel meer liefde en mededogen naar anderen te kunnen kijken en tegelijk te ervaren dat je gedragen wordt, door de anderen, maar ook door de geestelijke wereld."

Christiane: "Ik weet nu hoe belangrijk het is mijn eigen sterfelijkheid onder ogen te zien en niet uit te stellen, wat nu nog gedaan moet en kan worden. De dood heeft mij veranderd. Hoe sta ik in het nu? Is er nog iets goed te maken? Met wie moet ik nog wat vereffenen? Ik probeer dit ook naar mijn eigen gezinsleden in praktijk te brengen, waardoor de relatie onderling veel opener is geworden. Kijken met mededogen is zeker iets, wat ik geleerd heb."

Na het overlijden

Na het overlijden wordt in het hospice – liefst samen met de familie – de laatste zorg verleend. Daarbij wordt ervoor gezorgd een sfeer van rust te creëren en te bewaren. Er zijn kleine rituelen. Christiane: “Wij steken een kaars in een windlicht aan als een overledene in het hospice opgebaard ligt, we gebruiken een gekleurde doek als deken over de overledene, waarin wij vouwen leggen als ‘trappetjes naar de hemel’, we geven een kaars mee aan de familie als symbool van warmte, verbondenheid en licht: dat de ander er is en er voor ons blijft. Samen met de familie dragen we de overledene uit.

Opbaren kan overal gebeuren, ook in ons gebouw, waar een opbaringsruimte is of in die van Zorghotel Bovenwegen. De familie maakt de keuze, wij staan daarbuiten. Hooguit heb ik een adviserende rol. We weten wel uit ervaring, dat opbaren thuis een hulp is om het verlies gemakkelijker in het leven te integreren, zeker als jonge kinderen deel uitma-

ken van de sociale kring van de gestorvene.” Ingrid: “De vervolgstappen en de uitvaart bespreekbaar maken maakt deel uit van de taken van de geestelijk verzorger in het anticiperen op het verlies. Het is een voorbereiden op het afscheid nemen. Betrokken bij de vorm van de uitvaart ben ik alleen, wanneer ik op verzoek van de familie de uitvaart (deels) leidt. Dat gebeurt misschien een keer per jaar. Een groep vrijwilligers heeft het op zich genomen om de brug te slaan tussen het verblijf in het hospice en de uitvaart. Zij vertegenwoordigen dan het hospice bij de condoleance en de uitvaartbijeenkomst.”

Op het sterven kun je je voorbereiden door oog te krijgen voor hoe je met andere verlieservaringen in het leven omgaat. Ook de boeken van Elisabeth Kübler-Ross en het Tibetaanse Dodenboek kunnen daarbij een hulp zijn. Zie verder de website www.wederzijdsstervenscultuur.nl, waar vele titels genoemd worden.

Morele uitgangspunten rond palliatieve sedatie

door Hans van Delden (hoogleraar medische ethiek, gemeente Zeist)*

‘Palliatieve sedatie’ is een medische ingreep, waarbij het bewustzijn met behulp van medicijnen wordt verlaagd (sedatie) ter verlichting (palliatie) van het lijden in de laatste fase van het leven. De vraag ‘wat gebeurt er met palliatieve sedatie?’ is ook een morele vraag. Want het proces alleen maar beschrijven is maar één kant van de zaak. De moeilijkheid is dat we eigenlijk niet objectief, neutraal zo’n term kunnen neerzetten. Bijna altijd zit er al een lading in de term die we gebruiken. Ik zal proberen dat zo min mogelijk te doen omdat ik denk, dat het goed is zo’n term zo zuiver en objectief mogelijk te hanteren.

Rondom de term ‘palliatieve sedatie’ woedt een terminologisch debat. De een noemt het palliatieve sedatie, de ander: terminale sedatie, een volgende diepe sedatie. In het buitenland: *slow euthanasia*. Zo zijn er veel termen in omloop die in ieder geval iets vergelijkbaars aanduiden. Er is voor Nederland nog geen consensus, maar ik denk dat we er naartoe

groeien, dat palliatieve sedatie een soort overkoepelend begrip wordt waaronder diverse situaties gevangen kunnen worden. Als we bij deze term in een twee-bij-twee tabel denken, dan staat aan de ene kant ‘oppervlakkig en diep’ en aan de andere kant ‘met tussenpozen en continu’.

Zo ontstaan er vier hokjes: oppervlakkig en

met tussenpozen of oppervlakkig en langdurig; aan de andere kant: diep en met tussenpozen en diep en continu. Al die situaties vallen wat mij betreft onder de term 'palliatieve sedatie'. Maar de situatie waar het meeste debat over wordt gevoerd betreft de continue, diepe sedatie.

Als een dokter in de palliatieve zorg – en dan heb ik het in het algemeen over ongeneeslijk zieke mensen – besluit om iets van onrust te bestrijden en hij doet dat op een manier die heel oppervlakkig is, dan kun je dat best palliatieve sedatie noemen, maar er ontstaan niet allerlei morele vragen over. Als deze arts dat kortdurend doet en de patiënt wordt weer wakker en kan, nadat er rust is gebracht, weer verder, dan zult u ook daarbij niet veel morele vragen stellen. Ik denk dat de spannendste situatie in moreel opzicht de situatie is, waarin de patiënt continu, tot aan het overlijden, diep wordt gesedeerd. Met sederen bedoel ik: het bewustzijn ontnemen. Iemand zodanig stoffen toedienen, dat het bewustzijn verdwijnt. Als ik dus spreek over palliatieve sedatie dan bedoel ik de variant: diep en continu, tot aan het overlijden.

Dit betekent dat over het algemeen de patiënt niet in staat zal zijn om zelf te drinken. Dat volgt uit de diepe bewusteloosheid. Daar begint in zekere zin het probleem. Wanneer iemand in een diepe, gesedeerde toestand wordt gebracht en niet wordt voorzien van voeding en vocht, dan gaat hij dood. Het kan langer duren dan bij een ernstig zieke patiënt die in de palliatieve fase verkeert, maar ook een gezond mens die langdurig geen voeding en vocht tot zich neemt, sterft. Dat kan het gevolg zijn van continue, diepe sedatie.

Rug tegen de muur

Tot nu toe heb ik mij beperkt tot de beschrijving: wat is het en hoe gebruik ik die term? Maar de volgende vraag is dan: wanneer zou een dokter dat doen? Het antwoord is: als hij met zijn rug tegen de muur staat. Dat wil zeggen, dat de normale middelen om pijn, om onrust te bestrijden en allerlei vormen van

ellende die zouden kunnen ontstaan in het laatste stuk van zo'n palliatieve fase, niet meer voldoende zijn. Als zo'n situatie ontstaat, dan is het enige wat rest: het bewustzijn van de symptomen bestrijden. Als we het niet via de pijnstillers kunnen, laten we dan iemand in slaap brengen, in een soort van diepe bewusteloosheid, zodat hij het niet merkt. Dat is dan de aanname. Dat is de situatie waarin een arts zou kunnen besluiten om deze vorm van diepe sedatie toe te passen, als er geen andere middelen meer zijn om de symptomen zelf te bestrijden.

Komt het vaak voor? Deze variant van continue, diepe sedatie komt in Nederland een kleine 10.000 keer per jaar voor, bij ongeveer 6% van de mensen die overlijden. We hebben er sinds 1990 vrij veel onderzoek naar gedaan. We hebben onderzoek gedaan naar het voorkomen van beslissingen rond het levenseinde. Dat hebben we in 1995, in 2001 en in 2005 herhaald. Dan zie je dat palliatieve sedatie toeneemt. Wat je ook ziet en dat is opmerkelijk – ik leg dit naast elkaar, maar ik leg geen causaal verband – is dat de euthanasie afneemt. Volgens de onderzoeken besluit een arts regelmatig om op deze manier diep te sederen, zodanig dat de patiënt niet zelf kan zorgen voor voldoende vocht en voeding. Toen in 2003 de getallen van ons onderzoek van 2001 naar buiten kwamen, vroeg de heer de Wijckersloot, de voorzitter van de vergadering van procureurs generaal (het hoogste college in het Openbaar Ministerie) zich af wat er eigenlijk gebeurde en of het niet situaties betrof die eigenlijk gemeld moesten worden, zoals ook bij euthanasie gebeurt. Het is een vraag geweest waar de KNMG, de beroepsorganisatie van artsen, direct op is ingesprongen. Er is een commissie gekomen die naar deze situatie gekeken heeft en die daarover in 2005 een rapport heeft gepubliceerd. In dat rapport is naar mijn idee in zekere zin een verkeerde route gekozen, want het was zó nadrukkelijk de bedoeling van de KNMG om palliatieve sedatie en euthanasie als *worlds apart*, twee totaal verschillende zaken

neer te zetten, dat het wat mij betreft te sterk gedaan is. Dat zie je al aan de definitie die ze hanteren. Voor hen is palliatieve sedatie alleen maar palliatieve sedatie als de juiste redenen aanwezig waren, de juiste middelen werden gehanteerd en de patiënt een levensverwachting had van één à twee weken.

Ik begrijp wel waarom ze dat doen, maar volgens mij zit er een grote denkfout in. Ik kan u dit illustreren als ik u vertel, dat ik deze lamp alleen maar een lamp noem als ik het een mooie lamp vind. Ik vind het eigenlijk niet zo'n mooie lamp, dus het is geen lamp. U merkt aan dit voorbeeld: als je een oordeel gaat vermengen met een beschrijving, dan gebeurt er iets gekks. We gaan ons plotseling afvragen: Van Delden vindt dat geen mooie lamp, dus is het geen lamp. Maar wat is het dan? Dat is wat er gebeurt door die KNMG-nota. Het wordt neergezet als: het is het alleen maar palliatieve sedatie als je het goed doet. Dus vraag je je af: wat is het als je het niet goed doet? Volgens mij kun je dus beter een zakelijke definitie hanteren en je vervolgens afvragen: onder welke omstandigheden mag dat dan? Vandaar dat ik u daarstraks de definitie gaf van wat in mijn verhaal palliatieve sedatie is. Dat is continu, tot aan het overlijden diep sederen van de patiënt.

Palliatieve sedatie of euthanasie?

Met welke middelen wordt dat gedaan? Er zijn goede en minder goede middelen. Hoe lang een patiënt nog te leven zou hebben gehad? Dat maakt uit voor de morele evalu-



*'Hoofd van een slapende vrouw', Pablo Picasso (1907),
Museum of Modern Art New York*

atie, maar niet voor de beschrijving van het fenomeen.

Dit gezegd hebbende, komen we bij de vraag: wat zijn dan de redenen om te zeggen dat het goed was om dit te doen en wanneer zou je moeten zeggen, dat het misschien wel goed was om te doen, maar dat we het toch anders moeten gaan waarderen, anders moeten gaan behandelen dan de gewone palliatieve sedatie? Het is een beetje cryptisch gezegd, maar ik kom er zo op terug. Om u daarin mee te voeren, wil ik twee situaties beschrijven. Het zijn natuurlijk maar voorbeelden, maar het leek me sprekender dan ze in abstracto te vertellen. Deze situaties kun je gebruiken om

de verschillen te zien.

Eén patiënte overleed niet zo lang geleden tijdens een weekenddienst van mij. Mijn collega had me vrijdags al verteld dat ze hoogstwaarschijnlijk in het weekend zou overlijden. Op zaterdag werd ik gebeld omdat ze erg onrustig was. Omdat ze ook benauwd was, ben ik gaan kijken. Ik zei: "Geef haar maar een beetje Dormicum". Dormicum is zo'n sedativum, een middel waarmee je rustig wordt, waarmee je in slaap kunt komen. Dat gebeurde. De mevrouw gleed wat weg, ze werd rustiger en ontspande wat. Ze was al niet meer helder bij bewustzijn en daarna was dat helemaal niet meer het geval. We hebben het 's avonds nog eens herhaald en zaterdagavond is ze overleden. Je kunt zeggen: dit voldoet aan de definitie. Het was continu, weliswaar niet in de zin van dat er continu iets naar binnenkwam; het was in ieder geval een regelmatige toediening, tot aan het overlijden volgehouden. De sedatie was zó diep dat de patiënte in ieder geval niet voor zichzelf kon zorgen.

Ik heb datzelfde weekend nog geschouwd – dat doet een dokter als een patiënt is overleden – en ik heb een natuurlijke dood afgegeven. Ik heb verklaard dat ik ervan overtuigd was, dat hier een natuurlijk overlijden had plaatsgevonden. Ik zeg dit met zoveel nadruk, omdat ik ook werkelijk denk dat hier weliswaar een begeleiding heeft plaatsgevonden van een laatste moeilijke fase van dit sterfbed, maar dat er op geen enkele manier een reden is geweest aan te nemen dat het tijdstip van overlijden werkelijk beïnvloed is door die twee giften van Dormicum.

Misschien schrok u daarstraks van die 10.000 gevallen en schrikt u nu wat minder, want dit was een situatie waarvan je kunt zeggen: als ze er zo uitzien, dan kunnen we dat getal wat nuanceren. Heel veel van deze gevallen vallen eigenlijk onder het kopje 'normaal medisch handelen'. Dit is een juridische uitdrukking om aan te geven, dat wat de dokter heeft gedaan niet het moment van overlijden heeft beïnvloed en als zodanig ook als een natuurlijk overlijden kan worden afgegeven.

Niemand zal in verband hiermee ooit vergen en wensen, dat er een juridische procedure wordt gevolgd.

Een andere situatie, die ik niet uit eigen ervaring heb, maar die ik wel herhaaldelijk beschreven heb gekregen, is deze. Ik ben als ethicus jarenlang lid geweest van een regionale toetsingscommissie voor euthanasie, waardoor gemelde gevallen beoordeeld en getoetst worden aan de criteria van de wet. In die commissie hebben we herhaaldelijk gevallen gezien, waarin een patiënt om euthanasie had gevraagd en de behandelend dokter op een bepaald moment suggereerde, dat er misschien ook palliatieve sedatie gedaan zou kunnen worden.

Dit is zo'n situatie waarin de patiënt een groot probleem heeft in medische zin, anders zou euthanasie niet aan de orde zijn. Heel vaak zijn het echter situaties waarin de levensverwachting langer is dan die één à twee weken. Natuurlijk is er lijden, anders zou het überhaupt niet aan de orde zijn. Maar dan wordt door iemand, de patiënt of de arts, gesuggereerd dat palliatieve sedatie ook zou kunnen gebeuren. Begrijp me goed, in de gevallen die ik onder ogen kreeg, was dat dus niet het geval, anders hadden ze het niet gemeld; de toetsingscommissie is tenslotte voor de gevallen van euthanasie en niet voor palliatieve sedatie.

Stel nu dat iemand had gezegd: Goed idee. Dat doen we. We gaan niet de route van de euthanasie op, met melding en toetsing, maar we gaan in een geval van langere levensverwachting de kant op van de palliatieve sedatie. Dat wil zeggen: we gaan die persoon in bed leggen – dat ligt hij dus nog niet – en hij krijgt Dormicum, bijvoorbeeld door een infuus. Die persoon zal dan niet in staat zijn om zelf eten en drinken tot zich te nemen en zal dus overlijden. In zo'n geval heeft de dokter het moment van overlijden wel nadrukkelijk beïnvloed. Misschien niet zo precies als bij euthanasie, in de zin van: nu gebeurt het. Want het is een tamelijk oncontroleerbaar proces dat ook langer duurt, maar nadrukkelijk is

daar het begin van het overlijden ingezet op het moment dat je de patiënt sedeert en geen voeding en vocht geeft.

Op het moment dat er sprake is van een situatie met een langere levensverwachting en het meer een keuze is om op die manier het levenseinde te bespoedigen, dan denk ik dat je niet kunt spreken van normaal medisch handelen. Naar mijn mening mag daar niet de verklaring van een natuurlijke dood afgegeven worden. Zo'n geval zou wel getoetst moeten worden door een toetsingscommissie, bijvoorbeeld die voor euthanasie, hoewel die dan een ruimer mandaat moet krijgen. Het lijken mij moreel equivalente gevallen aan gevallen van euthanasie. Dit brengt de verwarring met zich mee.

Genuanceerd oordeel

U kunt misschien zo óók de Amerikaanse term *slow euthanasia plaats*. In zekere zin is het een heel goede term voor het laatste geval, want daar wordt wel degelijk gehandeld met als doel het levenseinde niet alleen te bespoedigen, maar ook af te dwingen, in een situatie waarin de ziekte dat nog niet met zich mee had gebracht. Het duurt wat langer en de middelen die je kiest, bijvoorbeeld Dormicum, zijn precies dezelfde middelen als in de eerste casus. Zo ontstaat de verwarring: dat je met precies hetzelfde middel en met precies dezelfde beschrijving van wat je doet - continue diepe slaap, tot aan het overlijden - moreel gezien twee totaal verschillende situaties kunt beschrijven. Dan denk je: die 10.000, hoe zit dat? Maar u weet nu dat er heel verschillende situaties schuil gaan onder dat grote getal.

Er zijn een aantal dingen die u hieruit kunt afleiden. Het doet er toe hoe het met de patiënt is. Was hij al bijna gestorven, ook als je niets gedaan had, of zou hij nog een aantal weken te gaan hebben? Medisch doet dat er ook heel veel toe, want de ene patiënt was al op sterven na dood, de andere helemaal niet. Als je de laatste voeding en vocht onthoudt, dan ga je een lang traject in dat niet alleen maar gemakkelijk in zichzelf zal zijn. Het vredige dat

ik besprak in de eerste casus is in dit geval niet zo makkelijk te bewerkstelligen, omdat het hier iemand betreft die tot op dat moment tot op zekere hoogte goed gegeten en gedronken heeft en dat houdt plotseling op. Wat dan volgt is een lang traject, dat ook medisch gezien niet alleen maar gemakkelijk is.

Afgezien van de medische situatie doet ook de levensverwachting er toe. Maar ook het antwoord op de vraag: in hoeverre was dit werkelijk het laatste redmiddel dat je kon toepassen? In de eerste casus is dat zo. In de tweede casus was het meer een optie: je kunt zus en je kunt zo. Dan ontstaat wel de vraag waarom we het zo doen. Om de procedures te vermijden? Omdat de patiënt vindt dat hij op een natuurlijker manier kan overlijden of het er uit vindt zien als een natuurlijker manier? Dat kan. Dat zijn belangrijke ijkpunten.

Wat u misschien ook heeft gemerkt is, dat de wens van de patiënt weliswaar belangrijk is, maar misschien nog niet van doorslaggevende aard. In de eerste situatie vroeg de patiënt er niet om. Ook het KNMG zegt: dit is een situatie waarin je probeert een sterfbed zo goed mogelijk te begeleiden en dat kun je ook doen als de patiënt er niet om vraagt. Het lijkt gek, maar het is helemaal niet zo gek. Er kunnen situaties zijn waarin de nood zo duidelijk is dat je niet, afhankelijk van het antwoord de patiënt, gaat handelen of niet. Dat geldt hier tot op zekere hoogte ook. Hier doorheen speelt ook de intentie. Doe je dit om iemand te begeleiden bij het sterven, of doe je dit om de dood te bewerkstelligen?

Dit zijn een paar morele uitgangspunten, waarmee we onderscheid kunnen maken in die grote verzameling van continue, diepe sedaties tot het overlijden, die ons hopelijk in staat stellen om een genuanceerd oordeel en een genuanceerd beeld te vormen. Ik heb de situaties beschreven en vooral gekeken hoe we het medisch handelen ethisch moeten duiden.

** Deze bijdrage is de samenvatting van een door Hans van Delden gehouden lezing.*

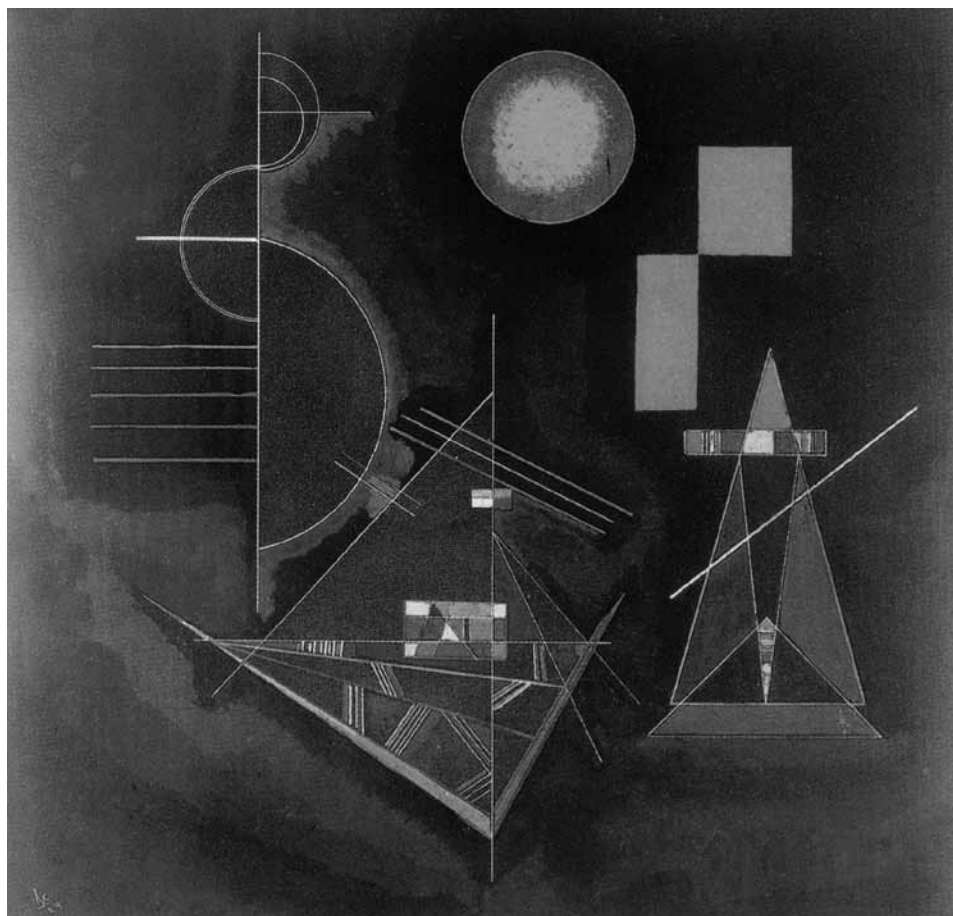
Het bewustzijn van de stervende

door Bastiaan Baan (geestelijke in de gemeente Zeist)

Wat gebeurt er met het bewustzijn van de stervende? De priester heeft de opgave om vooral aan de kant van het bewustzijn te werken, zoals de arts meer de opgave heeft om aan de kant van het leven te werken. Wat gebeurt er met het bewustzijn?

Soms hoor je stervenden, zolang ze kunnen communiceren, duidelijk maken: "Alles wordt heel anders". Deze uitspraak hoorde ik letterlijk van een stervende. De wereld om de stervende heen ziet er anders uit dan in het alledaagse leven. Hij ervaart zichzelf anders dan

in het alledaagse leven. Hij ervaart veelal ook de pijn anders dan tijdens het dagelijks leven. Dat brengt ons op de vraag: wat is ondraaglijk lijden? Kun je het als buitenstaander zo benoemen? Hoe draaglijk of hoe ondraaglijk is het lijden voor de stervende? Dit is een vraag



'Leicht im schwer', Vassily Kandinsky (1929), Boymans van Beuningen Rotterdam

die alleszins te maken heeft met palliatieve sedatie.

Reinolds Price, een hoogleraar die een kwaadaardige vorm van kanker tot aan de rand van de dood meemaakte, beschrijft in zijn boek *A whole new life* (New York, 2000) ondraaglijke pijn. In de wanhoop van het moeten doorstaan van die pijnveraring, vraagt hij zich af: wat moet ik allemaal nog uithouden? "Een lange stilte, toen zei een innerlijke stem dit ene woord: 'Meer'. Ongehoord werkelijk. Heel dichtbij in de ruimte, maar toch onzichtbaar." Er bestaat zoiets als ondraaglijke pijn. Als die zich intensiveert, ontstaat er vroeg of laat een moment, waarin de betreffende in een ander bewustzijn komt – niet meer in, maar buiten het lichaam, tijdens de zogenaamde 'uittrekking'.

Langzamerhand is de uitdrukking 'eindeeloos bewustzijn' van de cardioloog Pim van Lommel gemeengoed geworden. Het is een goede term voor de vorm van bewustzijn die ontstaat aan de rand van de dood. Een paginagroot interview met hem in de Volkskrant had de sprekende titel: Aan alles komt geen eind. Want, zo zegt Pim van Lommel, hersenonderzoek constateert dat er weliswaar een einde komt aan de hersenactiviteit, maar in dat volledige verdwijnen van alle hersenactiviteit ontstaat er bij tijd en wijle een vorm van intensief bewustzijn. Aan het bewustzijn komt geen eind. Aan het lichaam komt een eind, aan het bewustzijn komt geen eind. Aldus de bevindingen van Pim van Lommel.

Ik wil hiermee aanduiden: als je vanuit het lichaam en de fysieke processen kijkt, zie je iets anders dan wanneer je kijkt vanuit de zielsbeleving en weer iets anders dan wanneer je 'van bovenaf', vanuit het geestelijke kijkt. Niet alleen wordt pijn anders ervaren, maar degene die uit het lichaam treedt ziet ook een andere werkelijkheid. Rudolf Steiner, de stichter van de antroposofie, die in staat was de stervende en gestorvene te volgen op zijn weg, schrijft in een brief aan een ernstig zieke vriend (beschreven in: Almut Bockemühl, 'Tijd van sterven', Zeist 1991) hoe de ziekte, de

pijn, er uitzien aan de andere kant.

"En nu helpen engelenhanden u om dit lichaam langzamerhand van zijn vastheid en hardheid te ontdoen. Dat doet pijn, veel pijn. En u hebt waarschijnlijk vaak meer het gevoel gestraft te worden dan geholpen. En toch is het laatste het geval. Wat u nu aan pijn moet doormaken en kunt omzetten in geduld, geeft u de veerkracht voor een nieuw bestaan, waarin u dat dankbaar zult kunnen gebruiken. Ik hoop, dat het u lukt om door de wolken van de pijn heen het ernstige, goede gelaat te zien van de goddelijke vormgever van het lot, die uw lot, uw leven, uw lijden in Zijn liefdevolle handen draagt en u zorgzaam slechts zoveel pijn oplegt als u nog net dragen kunt. Hij schenkt u ook de kracht om bij alle pijn uw verstand te bewaren."

Leren sterven voordat je sterft

Dit is wat ik in verschillende toonaarden aan het sterfbed hoor: de geestelijke wereld bestaat en hij komt me te hulp in de vorm van engelenhanden, in de gestalte van mijn dierbare gestorvenen, in de vorm van mijn hele leven dat aan mijn voeteneinde ligt. Ik citeer hiermee uitspraken van stervenden.

Ik wil met deze conclusie vooral niet suggereren: als de pijn komt, houd je dan taai. Ik wil aanduiden dat er een andere pijnveraring is als de ziel het lichaam verlaat en het sterven nabij komt. Er zijn verschillende factoren die pijn tot een hoogst individuele aangelegenheid maken. We weten dat geen twee mensen dezelfde pijnprikkels op dezelfde wijze ervaren. Wat voor de één een kwelling is, is voor de ander een ervaring die hij niet wil missen.

Het tweede ervaringsgegeven is, dat pijn anders wordt wanneer er in de omgeving zorg en aandacht is. Onderzoeken wijzen uit dat zorg en aandacht de pijnveraring verlichten.

Het derde gegeven is, dat pijn anders wordt ervaren wanneer de dood nabij is. Een bekend verschijnsel: kort voor het sterven lijkt het er vaak op of de stervende ervaart. Het lijkt soms



*Relikwiehouder (ca. 1310), Museum St. Ulrich Regensburg.
Crucifix met vlinder - een beeld voor dood en opstanding*

of de stervende weer gezond wordt. Maar de ervaren arts of verpleegkundige weet: dit is het teken van de acceptatie, de rust, de vrede die vaak vooraf gaat aan het sterven. Ook door partiële uittreding, waardoor pijn anders ervaren wordt.

De oorspronkelijke stervensbegeleiding vond plaats door de priester, eeuwenlang. De priester was degene die het bewustzijn probeerde te begeleiden tot aan en over de drempel van de dood met het gebed, waarmee de stervende, respectievelijk de gestorvene werd begeleid. Tegenwoordig is de zorg voor het grootste deel overgenomen door medici, die de fysieke kant van de stervensbegeleiding behartigen. Een vak op zichzelf. Ik zie een eigentijdse stervensbegeleiding als één waarbij verschillende disciplines, elk vanuit hun eigen zienswijze en blikrichting, proberen een stervende naar lichaam, ziel en geest te begeleiden.

Maar tegelijk is het dringend nodig om al midden in het leven het sterven voor te bereiden. Angelus Silesius zegt: "Wie niet sterft voordat hij sterft, die verderft wanneer hij sterft". Met onze nuchtere zienswijze zouden we tegenwoordig zeggen: Wie niet sterft voordat hij sterft, wordt een hypochonder als hij sterft. Een hypochonder sterft mee met zijn lijf.

Rudolf Steiner formuleert als opgave voor onze tijd – met 'onze tijd' bedoelt hij de komende eeuwen, waarin de aartsengel Michaël regent is – dat we ons bewustzijn moeten ontwikkelen. Het bewustzijn is als een smeulend vuur, als een intiem vuurproces, dat de levenskrachten stukje bij beetje verteert. Dit innerlijke vuurproces bewerkstelligt, dat we in toenemende mate kunnen ervaren dat de dood naast ons staat. De dood wandelt met ons mee door het leven heen. Het is de kunst om zó vertrouwd te worden met de dood, dat we hem met open vizier tegemoet kunnen treden.

In de serie 'Op de groei' komen uiteenlopende aspecten van de religieuze opvoeding - van voor de geboorte tot na de puberteit - aan de orde. De naam van de serie duidt zowel op de groei van het kind, als op de groei die de opvoeder zelf gaandeweg doormaakt. Naar aanleiding van het verschijnen van de geheel herziene 5e druk van Kinderspreekuur, opvoedboek voor ouders, laat Judith van der Bend de kinderarts Edmond Schoorel aan het woord over wat hem op het hart ligt.

Ja zeggen tegen het lot van je kind

door Judith van der Bend (gemeente Amsterdam)

Wat zijn grote opvoedingsthema's voor ouders in deze tijd?

"Ik ben geen opvoeder, orthopedagoog of GGZ psycholoog, maar wat ik hier als arts in het Kindertherapeuticum en in het ziekenhuis zie: veel kinderen die niet goed in hun vel zitten: ze kampen met een kwakkelende gezondheid, angsten, slaapproblemen, ADHD, contactstoornissen. Zijn er nog wel 'normale' kinderen van wie je kunt zeggen: die groeien gewoon op, denk ik vaak.

Ik ben onder de indruk van de zorgen van ouders met opgroeiende kinderen. Wat in hun situatie het meest in het oog springt is de haast. Alles moet snel. Ook hier. De problemen moeten het liefst in een minimaal aantal bezoeken worden opgelost; afspraken worden afgezegd of het wordt wat later ... Waar maak je ruimte om je zorgen bespreekbaar te maken?

Het blijkt heel moeilijk om ja te zeggen tegen het lot van je kind. We willen allemaal, dat



ons kind hoog scoort bij de Citotoets, het voetbal- of het hockeyteam. Ook in het sociale gebeuren – en niet te vergeten in de sociale media (Facebook, Hyves) – moet zoon of dochter mee kunnen komen. Ouders hebben heel hoge verwachtingen, van zichzelf én van hun kinderen. Maar een goede opvoeding en snelheid zijn met elkaar in strijd. Daar ligt dé klus van deze tijd.”

Edmond Schoorel pauzeert even en denkt terug aan een verhaal van Kikker en Pad. Pad heeft zaadjes in de tuin geplant. Hij kan niet wachten tot de plantjes opkomen; maar omdat hij denkt dat ze dat niet durven, gaat hij er van alles aan doen om hen gerust te stellen, zoals muziek maken en voorlezen. Dagenlang blijft de aarde in de tuin zwart; uiteindelijk valt Pad van uitputting in slaap. Als Kikker hem wakker maakt, blijken de zaadjes uit zichzelf te zijn opgekomen.

“Dat is een grondthema”, vat Schoorel samen. “Stap uit de haast, zou ik willen zeggen. Ik weet dat de Nederlandse samenleving de werkende ouders hard nodig heeft. Voor de economie en de ouders is dat prima, maar voor een kind ligt het heel anders. Een kind gedijt in de vanzelfsprekendheid der dingen. Hoe meer alles hetzelfde is, hoe beter de levenskrachten van het kind functioneren. In de eerste zeven jaar wordt het fysieke lichaam gevormd; in de volgende periode van zeven jaar wordt aan de leeromstandigheden gewerkt. Er wordt verder gewerkt aan wat in de eerste zeven jaar is opgebouwd. Heeft het kind goed kunnen rusten in een veilige gewoontewereld? Vitaliteit wil zeggen: je kunnen redden in de wereld, een buffer hebben tegen de wereld van de prikkels. Als een kind kan ‘indutten in de vitaliteit’, zal het later minder leerproblemen krijgen; leerstoornissen ontstaan in de eerste zeven jaar.

De vraag is dus: hoe verzorg ik een leefklimaat waarin ik het zelf naar mijn zin heb en waar het voor mijn kinderen een veilig nest is, waar zij kunnen aanhechten aan de gewoontes van het leven? Waar ze geen alerte, kekke, leuke kinderen hoeven te worden die hun vitaliteit

dreigen te verliezen en zodoende inboeten aan gezondheid?

Ik weet dat ik hiermee een moeilijk onderwerp aanroer. Het schuldgevoel zit ouders vaak tot aan de lippen. Maar de kinderen van nu hebben vaak wel vier nesten: thuis, de crèche, twee oma's ..., dat is eigenlijk onmogelijk voor een kind. Als de oppasmoeder eens aan huis zou komen? De Stichting Heemhuys (kleinschalige kinderopvang in huiskameromgeving) vind ik ook een goed initiatief. Het gaat erom dat het kind een nest heeft dat door de ouders zelf wordt verzorgd; waar tevens voor hun eigen gewoonten een plek is, zodat het ook hun eigen nest is. Hiermee komen we al bij de religieuze opvoeding terecht.”

Wat betekent religieuze opvoeding voor u?

“Religieuze opvoeding is het verzorgen van je nest. In de eerste zeven jaar houdt dat in: de leefomgeving van het kind op orde houden, ‘im Einklang mit der Natur’. Daarmee hangt samen dat ouders hun eigen religieuze orde ook dienen te verzorgen: hun eigen plek in de wereldorde, waar ze als ‘ik-wezen’ met ‘ik-verantwoordelijkheid’ aan het werk gaan.

De verzorging van het religieuze leven tijdens de eerste zeven levensjaren van een kind is eigenlijk heel praktisch en helemaal niet verheven. Kort samengevat: BD appels, op tijd naar bed, met een spreukje de nacht in; dat werkt beter dan de Teletubbies voor het slapen gaan. Het centrale religieuze motief ligt voor mij in de mensenwijdingsdienst, waar gesproken wordt over het in vrede zijn met de wereld. Deze vrede hebben we niet van onszelf; die kan ons geschonken worden uit de wereld van de geest.

Voor ouders is het van levensbelang zichzelf op te laden, de binnenwereld gezond te houden: natuur- en muziekbeleving kunnen hierbij een grote hulp zijn, maar voor iedereen ligt dit weer anders. Waar het om gaat is: aansluiting houden met je ‘spirituele broer’; anders kun je niet leven en geen kinderen opvoeden. Het hedonisme viert hoogtij, maar voor veel mensen heeft dit ook een grens.

Hoe word ik mens onder de mensen? Kan ik het goede, het nieuwe, het frisse originele, het ongeschondene in de ander zien? Dit is de kunst van het sociale leven. Het komt niet te pas om iemand slecht te noemen. Je kunt wel zeggen dat iemand slechte dingen doet.

Het ligt aan je eigen ruimte of je iemand 'erbij kunt hebben' of dat je mensen kunt vragen om voor jou ruimte te maken. Ook dat is religieuze opvoeding. In elke klas zitten wel kinderen met 'etiketten'. De vraag aan ouders en leraren is: kun je daar met mildheid naar kijken? Wat moeten wij doen om te zorgen dat er niet wordt gepest, niet wordt veroordeeld? Want pesten is veroordelen."

Wat voegt het boek 'Kinderspreekuur' toe aan de rij van boeken over opvoeding?

"Ik vind het een meesterlijk boek, zoals het achtergrond en voorgrond combineert. Er

worden keuzes gemaakt uit hoofde van inzicht en niet op grond van wat efficiënt of in de mode is. Het is een bruikbaar en praktisch boek. Bij elke herdruk wordt er gekeken of alles nog klopt. Er wordt gezocht naar een modern antwoord op nieuwe situaties, bijvoorbeeld over IVF, de nieuwe inenting. Maar de rugdekking, de christelijke cultuur - inclusiviteit in plaats van exclusiviteit - blijft hetzelfde. Er is terecht veel vraag naar dit boek. Ik hoop dat deze herdruk ook weer zijn weg zal vinden."

Wie is Edmond Schoorel?

Opleiding tot kinderarts in het Zuiderziekenhuis in Rotterdam en het Academisch Ziekenhuis in Leiden (1980). Chef-declinique tot 1981. Opleiding tot antroposofisch arts in het antroposofische ziekenhuis in Herdecke, Duitsland en de Willem Zeylmans van Emmichovenkliniek in Bilt-hoven. Vanaf 1983 antroposofisch werkzaam. Van 1983-1990 kinderarts van een Riagg-jeugdafdeling en in dezelfde periode schoolarts aan een Vrije School. Vanaf 1996 betrokken bij het Kindertherapeuticum en sinds 2000 kinderarts in het Diakonessenhuis in Utrecht/Zeist. Auteur van 'De eerste zeven jaar' en co-auteur van verscheidene andere boeken en brochures. Interesse: problemen van moderne kinderen leren begrijpen, de antroposofie vertalen in praktische, werkzame adviezen, de antroposofische kindergeneeskunde integreren in de gezondheidszorg.



Wanneer u een ervaring uit de religieuze opvoeding van uw (klein)kind wilt delen met de lezers van *In beweging*, stuur uw bijdrage (max. 200 woorden) dan naar het redactieadres. Zie binnen-zijde vooromslag.

Stoeltje voor God

Daniel, 6 jaar, gaat sinds kort naar de kinderdienst. Op Kerstavond nodigen we vrienden met kinderen uit. De moeder van Daniel heeft een apart tafeltje gedekt voor de kinderen. Daniel zet er een extra stoeltje bij, legt er een doek over en zegt: "Dit is het stoeltje van God. God gaat ook mee eten, want hij leert ons van de liefde. Zodat we geen ruzie maken."

Het verzorgen van de aarde

door Michiel Rietveld (landbouwkundig ingenieur, gemeente Driebergen)

Door zorgvuldig en herhaald naar eenzelfde plant te kijken en hem daarbij goed in je op te nemen, merk je dat de ontwikkeling van de plant een beweging, een gebaar vormt. Zo kunnen we in het voorjaar het 'gebaar' proberen te volgen tijdens het groeien van bijvoorbeeld een sneeuwkllokje, krokus of narcis en al oefenend merken dat die planten tot innige vrienden worden. Elk jaar verschijnen ze weer en al gauw wordt het: 'Ha, ben je daar weer?'.

De sleutel tot het begrijpen van hoe dit werkt ligt in de interesse en de aandacht die je voor het wezen van de plant opbrengt. Je hebt je als het ware vereenzelvigd met de beweging van de ontwikkeling van de plant en die kun je daarna op elk moment weer in je ziel oproepen.

Nu is bewegen iets bijzonders. We kennen allemaal het begrip 'lichaamstaal' en we weten: lichaamstaal is eerlijker dan gesproken taal, want het is uitdrukking van de zieletoestand van iemand. Wanneer je iemand niet begrijpt, dan levert het vaak verrassende inzichten en verduidelijkingen op als je zijn of haar bewegingen nadoet. Diezelfde verrassing doet zich voor, als je de beweging van een zich ontwikkelende plant met je lichaam nadoet. Je kunt dan, als je het steeds maar weer herhaalt, innerlijk ervaren dat dat een zielestemming, een gevoel in je oproept. Zo roept het sneeuwkllokje een zielestemming op van 'niet vervulde hoop', de krokus van 'verwachting', de narcis 'ha, ben je daar'. Aarde en mens zijn dus innig met elkaar verbonden en het is daarom in deze 21e eeuw belangrijk om de aarde als een wezen te leren zien. De ziel van dit wezen drukt zich dan uit in de groeigebaren van planten.

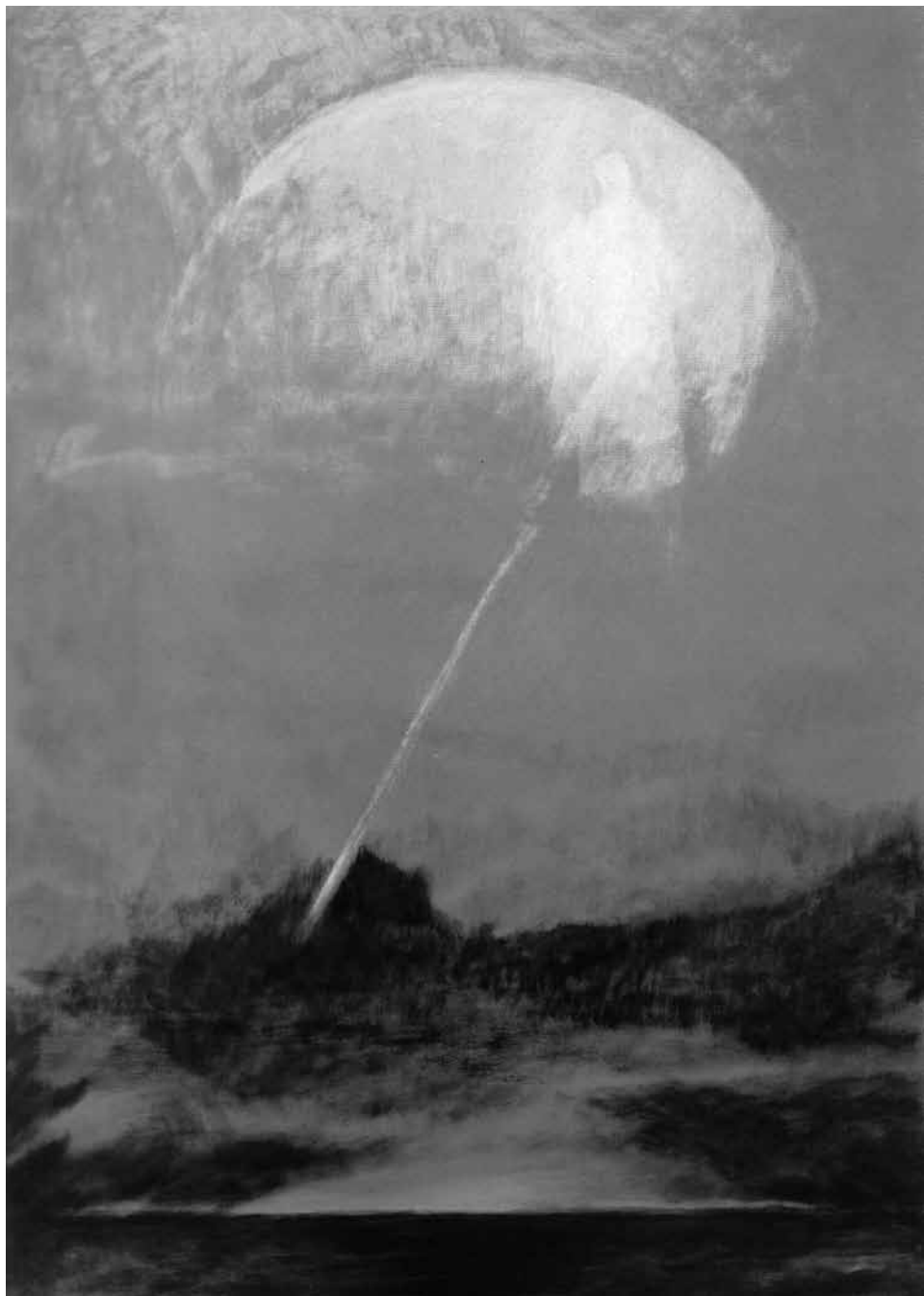
Seizoenswisselingen

Op deze manier kunnen we ook een nieuwe verhouding tot de seizoenen krijgen. We nemen dan waar dat het verwachtingsvolle



Michaël-ikoon in Monte Gargano(Italië).

Deze oudst bekende afbeelding van Michaël toont de aartsengel met in zijn linkerhand de aarde



'Michaël', Ninetta Sombart, uit V. Harlan (2004) 'Ninetta Sombart', uitg. Urachhaus

van de lente bijvoorbeeld in de zomer tot een behouden geworden is. Het is in de zomer alsof alle verwachting zich in de vormenrijkdom heeft uitgelopen. In de ziel kun je dat navoelen en zo de overgang van de lente naar de zomer meemaken.

Rond Sint Jan, zo tussen 20 en 30 juni, komt er een omslagpunt in de natuur. De zon is over haar hoogste punt heen en begint het leven als het ware weer terug de aarde in te leiden. In de tuinbouw is dat het moment waarop we geen asperges meer steken of rabarber oogsten, want doen we dat wel, dan plegen we roofbouw op de krachten van de plant.

Wanneer dan september en oktober komen, trekt het leven zich steeds meer terug. Als je goed oplet, kun je dat al halverwege augustus zien aankomen: het groen van de bossen wordt doffer, de wingerd kleurt, de goud-es laat zien dat de herfsttijd nadert.

In de wintertijd, waarin we Advent en Kerstmis vieren, heeft het leven zich geheel uit zijn uiterlijke openbaring teruggetrokken en is als het ware weer in het organisme van de aarde opgenomen. Je zou ook kunnen zeggen dat het leven zich van zijn stof, zijn substantie ontdaan heeft, bijvoorbeeld in het laten vallen van de bladeren. Dan is de aarde zelf het sterkst innerlijk actief.

De vroegmiddeleeuwse Zuid Duitse mysticus Oetinger heeft het begrip substantie (stof) omschreven als: "lichamelijkheid is het einde van Gods wegen". Nu zijn er verschillende soorten substanties. Er zijn substanties die het licht in zich dragen, waarin nog scheppende wezens werkzaam zijn, maar er zijn ook substanties die geen licht in zich dragen. En daarin zijn weer twee soorten te onderscheiden: die waaruit het licht verdreven is en die waaruit het leven zichzelf heeft teruggetrokken. De laatste zijn in hun werking in zekere zin verder ontwikkeld dan de eerste, want doordat het licht zich heeft teruggetrokken, heeft die substantie het vermogen gekregen om het licht naar een hoger plan door te geven. Deze substanties worden *sal*-(zout-)substanties genoemd: als het licht zich terug trekt, worden

de (*sal*-) kristallisatieprocessen versterkt.

In *sulfur* (zwavel) komen warmte-lichtkrachten tot een einde, door *sal* (zout) worden ze doorgegeven. Zowel zwavel als zout zijn in deze zin omhullingen, dragers van krachten. In de zomer toont het leven de substantie (bladeren, bloemen, tot in de wolkenformaties). Je ziet de zieleuiting van de aarde, die zich uitleeft in de warme zwavelprocessen (*sulfur*). In de wintertijd trekt het leven met de warmte zich terug in de aarde en laat de substantie los. De aarde krijgt uiterlijk daardoor *sal*-karakter en wordt kristalachtig, bijna dood. Maar binnen in de aarde wordt het leven nu tot bewustzijn omgevormd, waarbij de natuurwezens actief en wakker worden.

De perioden van de overgang van zomer naar winter en van winter naar zomer zijn in de natuur de meest spannende. Die overgangen worden begeleid door krachten die in de alchemie mercur-krachten genoemd worden. Door de aard van de cultuur waarin wij op dit moment leven, is voor veel mensen de overgang van de zomer met zijn warmte (*sulfur*) naar de winter met zijn koude (*sal*) heel lastig. We zijn al sowieso op de uiterlijke wereld gericht en de zomer bevordert die gerichtheid ook nog eens. De valkuil is dan, dat wij onszelf in warmte en zon dreigen te verliezen. 'Laat het nog even zomer blijven', doet erg denken aan Fausts verzuchting: "Verweile doch, du bist so schön".

De aartsengel Michaël - die het mercuriale proces van zomer naar winter, van *sulfur* naar *sal* begeleidt - lijdt eronder, dat het de mens vaak nog zo weinig lukt om die overgang in vol bewustzijn mee te maken en zelf vorm te geven. De natuur helpt ons, laat ons ieder jaar zien, wat wij nog moeten leren.

Vroeger, toen Michaël net als nu de rol van tijdgeest vervulde, zette de aartsengel-intelligentie van Michaël zich in voor de goddelijk-geestelijke wereld. Nu richt hij zich met zijn Michaël-intelligentie op het individuele mensenhart, zodat dat zich in vrijheid met de geestelijke wereld kan verbinden. Michaël laat de mens vrij, hij wijst slechts de weg,

hooguit gebarend: 'volg mij na'. Wie zich in het diepst van zijn hart hiermee kan verbinden zal de weg naar Christus vinden, om van daaruit als vrij mens, met liefde te doen wat gedaan moet worden.

Het vieren van Michaëls naamdag kan voor ons het jaarlijkse feest worden dat niet alleen aan die overgang van zomer naar winter herinnert maar ons ook de kracht en moed geeft om de verleidingen van de uiterlijke wereld tot een helderder en ruimer bewustzijn in het innerlijk om te vormen, door leven en warmte van de zomer mee naar binnen te nemen en tot hartekracht te laten worden.

Licht in het donker van de aarde

Wat mijzelf het meest intensief bezighoudt en beroert is de verzorging van de aarde.

Ongeveer zesduizend jaar geleden, in de oer-Perzische cultuurperiode, was de cultuur er een van licht en duisternis. Toentertijd werden voor het eerst planten veredeld: van gras tot graan, van koolzaad tot koolrabi. Deze zgn. cultuurgewassen zijn door priesters ontwikkeld vanuit het inzicht, hoe licht- en warmtekrachten dieper in de aardse stof binnengeleid konden worden. Er werden ook instrumenten ontwikkeld zoals de ploeg; een priesterlijke uitvinding om licht in de duisternis van de aarde te brengen.

Vroeger beheerden de natuurwezens dit goddelijke licht in de landbouwgewassen, een taak die zij in overeenstemming met de goddelijke intelligentie vervulden. Maar dit is veranderd en langzamerhand hebben de natuurwezens hun goddelijke verplichting om

de natuur te verzorgen losgelaten, ze zijn 'van God los' geraakt, iedere dag méér. De planten blijven daardoor in zekere zin onverzorgd achter. Michaël, onze tijdgeest, vraagt nu van ons met onze menselijke harte-intelligentie de goddelijke intelligentie te gaan vervangen, waardoor wij dienaren van Michaël kunnen worden. Dan kan een nieuw licht door de natuurwezens en daarmee door de natuur heen gaan stralen. De grote verleiding is, dat wij ook dienaren van de koude harteloze abstracte intelligentie kunnen worden, die van Ahriman komt. Dan verdrijven we het licht, dan werken we naar een vertechnologisering van het leven, waarbij mensen tot robots kunnen worden.

Met name in de land- en tuinbouw is de keuze tussen harte-intelligentie en harteloze technologie belangrijk voor de boeren bij de verzorging van hun planten en hun akker.

Boeren die kiezen voor de biologisch-dynamische inzichten, maken, zoals wellicht bekend, gebruik van zelfbereide bd-preparaten, die als 'lichtinstrumenten', als 'ploegen en harken' de lichtkrachten binnenleiden in de aarde en daarmee in ons voedsel en deze daardoor gezonder, vitaler maken. Het is niet voor niets dat deze bd-preparaten juist in de Michaëltijd worden bereid en aan de aarde gegeven, zodat ze in de wintertijd hun werk kunnen doen. Wanneer wij later de voeding eten waarvan de licht- en warmtekrachten zo zijn verzorgd, dan ontwikkelen we daarmee ons vermogen om aan de ene kant ons te verbinden met de kosmos en aan de andere kant liefdevol in de wereld te handelen.

Boeken

Vernieuwing van oorspronkelijke geloofskracht

Opkomst van het Christendom in de lage landen - Impulsen voor nu?
Siegwart Knijpenga, uitg. Jaap Verheij Boekproducties 2011, 182 pag.
Te bestellen via www.1boek.nl

door Ferdie Amons (gemeente Driebergen)

Er is al veel geschreven over de kerstening van Nederland en Vlaanderen; zou dan deze nieuwe publicatie nog iets wezenlijks kunnen toevoegen aan de bestaande literatuur? Maar wie dit boek leest, ervaart het als uniek, want het geeft een geheel nieuwe oriëntatie op het onderwerp. Het is geen gewone geschiedschrijving als opsomming van gebeurtenissen in een causaal verband, maar het richt de aandacht op de verschillen tussen de religieuze stromingen die in golven over dit deel van Europa zijn gegaan.

Dit proces begon reeds in de zevende eeuw of zelfs nog vroeger. Knijpenga onderscheidt zeven verschillende persoonlijkheden, die door hun inzet evenzovele stromingen te weeg brachten, die deels met elkaar contact hadden en elkaar ook wederzijds beïnvloedden. Heel wat anders dan het adagium 'Bonifatius in 754 te Dokkum vermoord', zoals in vele scholen in de geschiedenisles met schamele context wordt onderwezen. De schrijver besteedt veel aandacht aan het karakter van deze stromingen, samenhangend met het ty-

pische van de persoonlijkheden die zich toentertijd inzetten voor de verbreiding van het christendom in het gebied.

Uit het boek blijkt de geweldige belezenheid van de auteur. Hij bedt de religieuze boodschappen die werden verbreid in de bestaande sagen- en legendencultuur, die toen algemeen in het bewustzijn van de bevolking aanwezig was. De zeven boden, zoals de schrijver ze noemt, zijn: *Willibrord*, afkomstig uit het Ierse christendom, de gedreven en confronterende *Bonifatius*, *Eloi* de 'hoefsmid' en schatmeester van koningen, *Amandus*, de 'Apostel van Vlaanderen', *Ludger*, de 'voltooier' zoals zijn biograaf hem noemde, *Elias/Lohengrin*, de 'ridder van de graal' en *Charibert van Laon/Floris*, de grootvader van Karel de Grote. Van sommigen is historisch betrekkelijk veel overgeleverd, van anderen weten we maar weinig, maar toch weet de schrijver hun bijzondere invloed op de kerstening van West-Europa duidelijk te maken.

Intrigerend is vooral ook de ondertitel van het boek: *Impulsen voor nu?* Knijpenga laat zich leiden door een boek van Trithemius van Sponheim (1462-1516), die een kosmische blik op de duizenden voorafgaande jaren introduceerde, waarin de geschiedenis van de menselijke ontwikkeling duidelijker wordt: de werking van de planeten met de daarmee samenhangende zeven aartsengelen. Het is voor de schrijver een bruikbare methode gebleken om bij dit soort oude overleveringen na te gaan welke herkenningspunten er zijn. Hij toont daarbij aandacht voor het typische in de periode van de vijfde tot de achtste eeuw dat licht werpt op zijn thema. In een spannende zoektocht ziet Knijpenga overeenkomsten met de werking van aartsengelen, zoals die bekend zijn. Zo ziet hij parallellen tussen de werking van de aartsengel Zachariël (Jupiter-invloed) en het bijzondere van de periode van de komst van het christendom in Nederland. Via een beschouwing over de ontwikkeling van het Nederlandse wereldbewustzijn, de samenkomst van drie volkeren (Franken, Friezen en Saksen), de christianisering vanuit

Opkomst van het christendom in de Lage Landen

Impulsen voor nu?



Siegwart Knijpenga

twee stromingen (de Iers-Keltische uit het westen en die van Rome uit het zuiden) en de ontwikkeling van het Nederlands als volkstaal, komt Knijpenga tenslotte in de huidige tijd, die beheerst wordt door de zonne-aartsengel Michaël. Hier kunnen we de mondigheid van het bewustzijn zien ontstaan. Dat brengt de schrijver tot de belangrijke uitspraak: "Voor een mondige eigentijdse christen leidt dat tot de vraag hoe de oorspronkelijke geloofskracht door het denken opnieuw verhelderd en versterkt kan worden. Onze huidige godenschemering is het wegzinken van het natuurlijke geloof. Een versterking van het bewustzijn kan dit geloof echter op een nieuwe vrije wijze weer tot leven wekken" (p. 152).

Dit lezenswaardige boek laat ons op een omvattende wijze het verband zien tussen de gebeurtenissen tijdens de kerstening eeuwen geleden, met het bijzondere karakter van het hedendaagse christelijke geloof.

Groei en bloei in de moestuin

Een tuin om op te eten!

Prentenboek van Lizzy van Pelt (tekst) en Annie Meussen (illustraties),

Uitgeverij Christofoor 2010, 32 pag. € 13,50

door Maria Rijkssen (gemeente Driebergen)

Mannetje Aard stapt met een handvol zaadjes door zijn moestuin. "Lente! Dit is de mooiste tijd van het jaar. Zaadjes in de grond en groeien maar", zingt hij vrolijk. Mannetje Aard kijkt eens goed naar de zaadjes in zijn hand. "Worden dit nu tomaten of kroppen sla?", vraagt hij zich af. Nu moet hij afwachten wat er allemaal gaat groeien. 't Is alleen jammer dat Mol zoveel molshopen in zijn moestuin maakt! Maar Mol weet veel meer van tuinieren dan Mannetje Aard denkt. Zou Mol Mannetje Aard misschien willen helpen in zijn tuin?

Mannetje Aard is bezig met zijn moestuin en plant zaadjes in de grond. Na een paar maanden zijn de zaadjes uitgegroeid tot sappige tomaten, goudgele maïs en groener dan groene spinazie. Mannetje Aard plant nog veel meer zaadjes: bramen, paprika's, pompoenen. Alles groeit en bloeit. Maar Mannetje Aard maakt bijna een vergissing! Is dat onkruid? Of gewoon een lekkere gezonde peen? Hij trekt heel hard aan de stengel van de wortel om dat stomme onkruid eruit te trekken. Dat hoort niet in zijn tuin.

Mol ziet het allemaal gebeuren en roept dat Mannetje Aard ermee moet stoppen. Wat er nu nog uit ziet als onkruid, kan uitgroeien tot een mooie grote oranje wortel. Maar dat heeft tijd nodig. Mol nodigt Mannetje Aard uit om in haar molshoop te komen om onder de grond te kijken. "Jouw moestuin is daar net zo groot als boven de grond", zegt Mol. Mol leidt Mannetje Aard door de donkere gangen onder grond. Er gaat een nieuwe wereld voor Mannetje Aard open. Hier onder de grond zijn veel planten te zien met wortels in allerlei heldere kleuren. Er groeien prei, radijs, wortel, aardappelen, rode bietjes. Wat boven de grond nog niet zichtbaar is, is hier al wel



duidelijk te herkennen. Mol en Mannetje Aard worden vrienden. Mol helpt met het oogsten van de groente door de planten naar boven te duwen wanneer ze geoogst kunnen worden. Een prentenboek met kleurrijke platen om voor te lezen aan kinderen vanaf 5-6 jaar. Over de illustraties zelf ben ik niet allemaal even enthousiast. Met name Mannetje Aard vind ik wat grof en niet zo kindvriendelijk getekend. Het boek laat kinderen echter op een eenvoudige manier kennis maken met de groei en bloei van planten en groenten, zowel boven de grond als in de geheime wereld onder de grond. Dat vind ik mooi beschreven.