

*Kwetsbare mensen kunnen een woordeloos appèl doen op hun omgeving. In een zorgrelatie wordt niet alleen aandacht besteed aan concrete behoeften, maar spelen ook verwachtingen mee die niet zo aan de oppervlakte liggen.*

*Open ogen en oren, aanwezig zijn, vertrouwen en overgave zijn van onschatbare betekenis bij zorgverlening en psychotherapie.*

*Over spiritualiteit gesproken!*

## **SPITITUALITEIT IN DE ZORGVERLENING**

### **Inleiding**

Persoonlijk: Roel Hekking,

- theologie gestudeerd in Tilburg;
- parochiewerk in Oss én gedurende een kleine 10 jaar met veel plezier in de parochie Woensel-Midden, met name kerkwijk St Jan in Eindhoven en als vormingswerker in dekenaat. Een van de zaken die ik heb opgezet zijn gespreksgroepen voor rouwenden – dekenaal in samenwerking met wat toen heette het Riagg.
- Omdat de sfeer in het bisdom steeds donkerder werd en een baan als vormingswerker door het bisdom eigenlijk werd gedwarsboomd, heb ik toen gekozen voor de zorgverlening – iets dat ik vroeg of laat toch zou gaan doen. En nu werk ik 20 jaar binnen wat nu heet De Zorggroep, een grote zorginstelling in Noord en Midden Limburg voor met name ouderenzorg. Ik werk dus met name in verzorgings- en verpleeghuizen, in Venlo, die overigens ook hun zorg steeds meer buiten de muren aan mensen thuis leveren en zo kom ik dan soms weer bij mijn oude liefde terecht: het werken in de wijk. In al die jaren heb ik ook nationaal en internationaal aan de weg mogen timmeren binnen de beroepsvereniging voor Geestelijke Verzorgers in zorginstellingen de VGVZ – een vereniging van 900 leden van alle denominaties.
- Intussen woon ik samen met mijn vrouw met veel plezier in het witte stadje Thorn – ruim een half uurtje rijden van ons vertrouwde Eindhoven. Af en toe kom ik voor het werk hier als ik als vervolg van het rouwgroepenwerk, nog een keer per jaar een verwerkingsgroep voor nabestaanden na zelfdoding begeleidt.

Ik vertel u dit allemaal zo uitgebreid, zodat u de voorbeelden die ik straks in mijn verhaal zal vertellen ook kunt plaatsen in mijn levensverhaal.

Ik ben dus geen wetenschapper, zoals nog al wat andere zeergeleerde sprekers die u hier hoort, maar ik ben een man van de praktijk, die zich beweegt midden op het snijvlak van spiritualiteit en zorgverlening. Ik doe mijn best om wat ik zeg ook wetenschappelijk verantwoord te laten zijn, maar het gaat er mij vooral om u een beeld vanuit de praktijk te schetsen hoe de twee grootheden spiritualiteit en zorgverlening in deze tijd al of niet samen kunnen gaan.

**De opbouw van mijn verhaal** is eigenlijk heel logisch: eerst zal ik met u het begrip spiritualiteit verkennen, natuurlijk met het doel in ons achterhoofd om te ontdekken wat spiritualiteit en zorgverlening met elkaar te maken hebben. Vervolgens zullen we hetzelfde doen met het begrip zorgverlening en tot slot in het derde deel zullen we expliciet kijken waar spiritualiteit en zorgverlening in onze tijd samen kunnen gaan. Immers mij is gevraagd om te praten over spiritualiteit in de zorgverlening.

Daarover vooraf nog een kleine opmerking:

als het gaat over spiritualiteit in de zorgverlening, dan kunnen er twee dingen mee bedoeld worden: het kan betekenen: het zorgen voor de spiritualiteit van mensen, binnen de zorgverlening, mijn dagelijks werk dus. Maar het kan ook betekenen: de spirituele kanten van de zorg. In mijn verhaal zal met name het accent liggen op het laatste, maar u kunt zich voorstellen dat ik als geestelijk verzorger het niet kan laten af en toe

iets te laten doorschemeren over de zorg voor spiritualiteit en misschien kunnen we na afloop zeggen dat die twee veel met elkaar te maken hebben.

## Deel 1: Spiritualiteit

Maar nu eerst naar de vraag: wat bedoelen we met spiritualiteit? Nou u voelt het al: terwijl ik het woord uitspreek, komen er in onze hoofden en misschien ook in onze harten evenzoveel definities en associaties naar boven als er mensen in deze zaal zijn. Spiritualiteit is een containerbegrip waar veel onder geschoven kan worden en ook wordt. Maar stel dat we de tijd konden nemen om een rondgang te maken en aan elkaar te vragen wat het woord bij ons oproept, dan zou het heel goed kunnen zijn, dat al die verschillende associaties terug te brengen zijn tot een beperkt aantal items, van waaruit we tot een gezamenlijke definitie konden komen. En zo is het ook in de literatuur over spiritualiteit. Er is enorm veel verscheidenheid, maar er zijn een aantal belangrijke items te onderscheiden die steeds weer terugkeren. Ik noem u er een aantal die in mijn ogen de belangrijkste zijn:

1. Spiritualiteit heeft te maken met iets of iemand dat of die ons overstijgt; groter is dan wij: God, de Liefde met een hoofdletter, het Zijn, de Ene of welke namen aan dit ons overstijgende ook gegeven worden.
2. Ten tweede zien we dat spiritualiteit te maken heeft met een praktijk, bijvoorbeeld het doen van spirituele oefeningen, meditatie, gebed. Maar ook het doen van goede werken of het zorgen voor mensen die het moeilijk hebben, worden vaak als een spirituele praktijk gezien.
3. Dan 3: spiritualiteit is niet alleen iets voor in de kerk of op de meditatiekruk in het meditatiecentrum, het is vindbaar, toepasbaar in het leven van alle dag, dus ook in iets als dagelijkse zorgverlening. U hebt daar vorige maand veel over gehoord van professor Maaïke de Haardt.
4. Ten vierde: spiritualiteit is niet los te verkrijgen, maar ingebed in het leven en persoonlijk levensverhaal van mensen.
5. Maar, ten vijfde, spiritualiteit is ook in een ander opzicht niet los verkrijgbaar: het ingebed in en krijgt vorm in een bepaalde school, of traditie, zoals een godsdienst of levensbeschouwing, die op hun buurt weer zijn ingebed in een bepaalde cultuur.

En hier wil ik klein zijspoortje bewandelen dat toch heel belangrijk is. In onze westerse, maar met name ook in onze Nederlandse cultuur, is spiritualiteit niet meer vanzelfsprekend exclusief ingebed in de, laat ik zeggen, officiële godsdiensten. Met de **secularisatie**, het proces van loskomen van de vanzelfsprekende eenheid tussen godsdienst en het individueel en maatschappelijk leven, met dat secularisatieproces zijn de levensbeschouwelijke collectieven, zoals de kerken, opengebarsten. In die collectieven lag alles vast: de antwoorden op onze levens- en ethische vragen, maar ook de hiërarchische orde en de praktijk van ritueel en gebed. Door een complex van factoren zijn de collectieven opengebarsten en om een lang verhaal kort te maken, is mijn inziens de situatie van religieuze en niet religieuze levensbeschouwingen nu, of we het leuk vinden of niet, die van een marktsituatie geworden. Wij, min of meer, mondige burgers, lopen als het ware bewust en onbewust over de levensbeschouwelijke markt op zoek naar zingeving. En zo komen we bv langs het marktkraampje kerk en nemen wat bij ons past en ons zinnig lijkt. Maar slechts een enkeling neemt alles wat in één kraampje, bijvoorbeeld dat van de kerk, te bieden heeft. De meesten van ons nemen een deel, dat ons past en lopen door en komen vervolgens bv bij het kraampje Yoga of zen-meditatie of het kraampje van een mooie film of een mooi boek, dat ons aanspreekt. Of we komen bij het kraampje Begijnenhofgesprekken en we nemen daarvan mee naar huis wat ons past en dan lopen we weer door. En zo stellen we ons eigen levensbeschouwelijke rugzak samen, waar we het mee doen, waar we mee kunnen leven. Want we zijn mensen en mensen zoeken naar zin, bewust of onbewust. En spiritualiteit speelt daarin een belangrijke rol, want ofschoon de ontkerkelijking toeneemt, neemt de behoefte aan spiritualiteit niet af, integendeel op die levensbeschouwelijke markt zijn het aantal kraampjes met een spiritueel aanbod niet te tellen. Blijkbaar blijven mensen zoeken naar wegen om hun geloven of aanvoelen dat er meer is tussen hemel en aarde vorm te geven. Spiritualiteit is ook in deze nieuwe vormen ingebed in een traditie of school en dus niet los verkrijgbaar, maar het is niet alleen meer – en daar ging dit zijspoortje over – vanzelfsprekend in een kerk of collectieve levensbeschouwing te verkrijgen. Zo kun je spreken van algemene spiritualiteit,

christelijke spiritualiteit en kerkelijke spiritualiteit, allemaal verkrijgbaar op die levens beschouwelijke markt.

Het is overigens jammer dat de kerken deze marktsituatie niet erkennen, maar handelen of ze nog in het collectief leven en over individu en maatschappij nog alles te zeggen hebben. Het zou veel verstandiger zijn, wanneer ze zich bewust van de marktsituatie hun best gingen doen om hun prachtige koopwaar eens goed, eigentijds, aan de man te brengen, zonder uiteraard hun eigenheid te verliezen.

6. Ik kom dan aan het zesde item: wezenlijk voor spiritualiteit is het procesmatig karakter ervan. In levensbeschouwingen waarin het collectieve, algemeen geldende en vanzelfsprekende, centraal staan - zoals bv in de Islam nog sterk -, ligt ook de spiritualiteit vast. Het gaat bij spiritualiteit dan veel meer om het leren van voorgegeven spirituele praktijken, zoals wij vroeger de catechismus en de gebeden moesten leren. In onze cultuur, waar de vanzelfsprekende collectieven zijn opengebarsten, is spiritualiteit veel meer een onderdeel geworden van het zingevingproces. Ik zou spiritualiteit dan willen definiëren als *zingeving in relatie met het ons overstijgende*. Spiritualiteit is dan het gaan van een weg. We komen daar zo op terug.
7. Dan tot slot punt zeven: spiritualiteit heeft voor mij alles met mystiek te maken. Ik ga daar wat uitgebreider op in.

Nou is **mystiek** ook zo'n container begrip – dus ik weet niet of ik het voor u nu duidelijker maak, maar ik zal graag een poging wagen. Voor mij is de kern van mystiek, het woord ervaring. Christelijke Mystici spreken altijd over hun godservaring, niet christelijke mystici over Zijnservaring, of de ervaring van de leegte of de oerenergie. Laten we ons even tot de christelijke mystiek beperken (waarbij we ons moeten realiseren dat het terrein mystiek zich het beste leent voor oecumene en het interreligieuze gesprek. Een tekst van de moslim mysticus Rumi is niet te onderscheiden van een christelijke tekst). U kent ze wel de grote christelijke mystici: Johannes van het Kruis, Theresia van Avilla, Meester Eckhart om maar enkele van de hele bekende te noemen. Als zij spreken over hun godservaring, doen ze dat in gedichten of preken. Dat is ook logisch: god is niet te beschrijven als een tafel – iets dat in de kerkelijke theologie steeds weer geprobeerd wordt, alsof we precies weten wie Hij is, alsof Hij te bewijzen is, als een empirische vast te stellen grootheid. Neen, zeggen de mystici en ze spreken over hun godservaring in poëtische taal, zoals je dat ook over liefde of vriendschap doet. God is zo totaal anders dan wij, dat we slechts van hem kunnen houden als van Niemand, zegt meester Eckhart. Elk beeld van God dat wij, vanuit onze menselijke onmacht, projecteren, klopt niet. God is slechts te kennen, wanneer we alle afgodsbeelden die we van hem hebben, hebben afgebroken. Daartoe moet een mens 'leeg worden van zichzelf en alle dingen', zegt Eckhart letterlijk. God is slechts te kennen in de totale stilte, in de nacht, zegt Johannes van het Kruis, wanneer alle valse zekerheden niet meer werken. Kennen is dus niet kennen met het hoofd, maar het is een ervaren in het hier en nu. Ze spreken van eenwording met het goddelijke, een groot geluk, een zeker weten dat het goed is en goed komt, want je weet je gedragen en alles lijkt meer vanuit zichzelf te gaan.

Kun je door middel van spiritualiteit deze prachtige ervaring dan **bewerken**, voor elkaar krijgen? Ja en neen, eerst het neen: we hebben god of het goddelijke of 'het Zijn' niet in onze zak; een godservaring, één worden met het goddelijke wanneer het ons overkomt, weten we zeker, niet met het hoofd maar met het hart. Maar het overkomt ons: er is dan ook geen sprake van zingéving, maar van zinvinding, zin-ontvangen. Kunnen we dan helemaal niets doen om dat grote geluk waarover de mystici spreken te ervaren. Hier is het ja: we kunnen proberen ons ik af te stemmen op wat wij denken en voelen als dat geluk. Bijvoorbeeld door te leren stil te worden, 'leeg te worden van onszelf en alle dingen', in bv meditatie of door goede werken te doen, of door met elkaar te filosoferen op zondagmorgen. Dat zijn de geestelijke oefeningen.

En hier komen we bij de metafoor van **de weg**. Mystici spreken over het gaan van de Weg, en het gaan van de weg naar de Weg. Het gaan van de Weg en van de weg naar de Weg begint uit een verlangen, een tekort, onvervuldheid. Het verlangen zet aan om de Weg te gaan, totdat je ervaart dat niet jij de weg gaat, maar de Weg in jou gaat. Voor Kees Waaijman, die een dik standaardwerk

schreef over spiritualiteit. is *omvorming* wezenlijk voor spiritualiteit. Niet langer ben jij, je ego, het centrum van de wereld; maar als je in staat bent ‘jezelf en alle dingen los te laten’, leeg te worden van alle afgoden in jezelf, en je over te geven aan het hier en nu, aan het niet-doen (ook in het doen, zoals de taoïsten zeggen), dan kom je in contact met de diepste lagen van je ziel en mag je daar verbondenheid ervaren met het al, met God. Niet jij handelt dan nog langer, maar God, het Zijn, de Liefde, handelt via jou. Die omvorming gebeurt niet in een enkele verlichtingservaring, waarna je als verlichtte meester op een berg of troon kunt gaan zitten rusten, maar het is een steeds opnieuw aangaan: steeds weer ‘leegworden van jezelf en al het anderen’, steeds opnieuw, hier en nu. Eckhart zegt het zo: “Naarmate we slagen in deze afgescheidenheid, zijn we in aanraking met een diepere laag in ons wezen, een laag die niet door toeval en contingentie wordt gekenmerkt. Op deze laag zijn mensen (en eigenlijk alle werkelijkheid) wezenlijk verbonden met God en alle dingen”.

Er zijn **vele mystieke wegen**, methoden, meesters en scholen op de levensbeschouwelijke markt, die ons bij dit spirituele, mystieke proces hulp aanbieden. Kijk maar in elke boekwinkel of in het programma van de Maand van de Spiritualiteit in Trouw van gisteren. Maar er is geen enkele garantie op succes. Want hoe snel, vullen we het goddelijke zelf weer in, denken (!) we het te kunnen vinden, als we maar hard werken, hard mediteren, hard voor anderen zorgen. Maar ... als het ons mag overkomen weten we het zeker, en hoeven er niet zo nodig mee te koop te lopen. Maar hoe weten we het dan, of die persoon, die meester betrouwbaar is of de godservaring wel echt is? Er is immers geen sprake van empirisch vaststellen of meten. God is geen tafel.

Er is geen ander meetinstrument dan je eigen hart, je eigen ziel. In je hart weet je, voel je of de godservaring waar iemand over verteld echt is. Zoiets als met muziek of kunst. Soms hoor je een pianist virtuoos spelen, knap en technisch perfect. Maar toch is het dood, zielloos. Maar we kennen ook allemaal die musicus of zanger die speelt of zingt met innerlijke bezieling – alsof hij op een of andere manier direct is aangesloten op iets als het goddelijke. Het is technisch in orde, maar het is zoveel meer dan dat. Je weet het, omdat je geraakt wordt als of het in aansluiting zijn van de muzikant met zijn ‘ziel’ en daardoor met het ‘al’, jou raakt in jouw ziel. Als dit gebeurt in een muziekuivoering wordt het muisstil, ieder luistert met het hart, geraakt, ontroerd. En zo kan het ook in de schilderkunst zijn: Leonardi da Vinci, een technisch perfecte schilder, maar het gaat veel meer om de bezieling die je voelt als je naar het schitterende werk van Sandro Botticelli kijkt.

Maar laten we het dichterbij huis zoeken; ieder van ons kent in zijn familie, vrienden of kennissenkring wel mensen die eruit springen, die het hebben. Ze zijn aardig voor zichzelf en ieder ander, pretenderen niets, zijn aanwezig in alles wat ze doen. Het is voor iedereen een genot om met zo iemand in contact te zijn.

En een voorbeeld uit de zorgverlening. En dan geef ik u daarmee vast een doorkijkje naar het derde deel van mijn verhaal: spiritualiteit in de zorgverlening. Ieder van ons die ooit in het ziekenhuis heeft gelegen of er op bezoek gaat, kent ze, de verpleegkundigen die ‘het hebben’ en de verpleegkundigen ‘die het niet hebben en (dat zeggen we er ook altijd bij) het ook nooit zullen leren’. Wat hebben ze dan die goede verpleegkundige? Het gaat niet om de verpleeg-technische vaardigheden; het gaat om de manier waarop ze werken, de manier waarop ze u bejegenen en communiceren. Ze zijn aanwezig in wat ze doen, ze werken zorgvuldig en vooral beziel, in contact met iets wat ons allemaal verbindt.

Ik noem de voor mij belangrijke elementen van spiritualiteit nog even op: het heeft alles te maken met het ons overstijgend; het is een praktijk; het uit zich niet alleen op de meditatiekruk of in de kerk, maar in het leven van alledag; het is ingebed in het persoonlijk levensverhaal en in een school of traditie, niet langer in collectieven, maar veel meer in het persoonlijk proces van zingeving; en het heeft alles te maken met de mystieke eenwording en het gaan van de mystieke Weg. Uit deze elementen is een mooie definitie te fabriceren, maar dan leggen we het weer zo vast.

**Tot slot**, van dit deel over spiritualiteit nog even de vraag naar de **ethische consequenties** van spiritualiteit. Als de kern van spiritualiteit is het komen tot een ervaring van eenwording met het goddelijke, is dat dan niet een erg individuele zaak en wat heeft het dan te maken met het tussenmenselijke, met het relationele. Anders gezegd: leidt verlichting ertoe dat iets als naastenliefde of maatschappelijke betrokkenheid ook groeit?

We zijn het er denk ik over eens, dat als spiritualiteit alleen zou leiden tot individueel geluk, we dan niet kunnen spreken van echte spiritualiteit en ook niet van christelijke spiritualiteit. Zet de lamp niet onder de korenmaat, zegt Christus. Han de Wit heeft een prachtig, maar ingewikkeld boek, geschreven, Contemplatieve psychologie, waarin hij de psychologie beschrijft van de contemplatieve, zeg mystieke tradities. Op een gegeven moment vraagt hij zich af, waaraan je kunt zien of iemand op de goede mystieke weg is, of iemand een werkelijke godservaring heeft, verlicht is? Het antwoord, na al die ingewikkelde beschrijvingen van wat de mystieke weg in al die tradities inhoudt, is fantastisch eenvoudig: zo iemand moet voelbaar een steeds aardiger mens zijn.

En Meester Eckhart zegt het zo: 'Het is onmogelijk, zegt hij, om vanuit de eenheid de medemens minder lief te hebben dan jezelf, of de ene medemens meer of minder lief te hebben dan een andere medemens'. Einde citaat. God met wie ik een wordt, kan alleen maar liefde geven. Maar pas op en hier komt iets heel belangrijks – ook voor ons thema spiritualiteit en zorgverlening: het komt er op aan dat deze naastenliefde of de zorg voor de naasten, niet voortkomt uit een of ander externe morele regel of christelijke visie, maar werkelijk voortkomt uit de eenwording met het innerlijk licht (om maar weer een andere metafoor te gebruiken) en door dat licht wordt doorstraald.

U merkt het, ik ligt al een tipje van de sluier op, van het antwoord op de vraag hoe spiritualiteit en zorgverlening samenhangen, maar voordat we daar verder op in gaan in het deel 3 van mijn verhaal gaan we ons nu eerst mee bezig houden met wat we onder zorgverlening verstaan in het deel 2.

## Deel 2: Zorgverlening

Dus, wat is zorgverlening: wat roept dit woord bij u op? Het zou leuk zijn om net als we net als bij spiritualiteit de tijd hadden om weer een rondje te maken en zien dat het woord weer een veelvoud aan associaties bij ons oproept. Laten we associëren:

In het woord zorgverlening zit het woord zorg: het verlenen van zorg, wat je doet **voor iemand die zorg nodig heeft**, iemand die iets niet kan; daar zorg jij dan voor.

Maar het ligt natuurlijk breder: je zorgt ook voor elkaar en voor jezelf, **zonder dat de ander echt iets nodig heeft**. Mijn vrouw zorgde vanmorgen voor thee; had ik zelf ook kunnen doen, maar zij zorgde ervoor en daarmee zorgde ze ook voor mij. In haar zorg zit iets van vrijgevigheid: het is niet nodig, maar ze doet het toch.

In die zin zijn we de hele dag aan het zorgen voor elkaar en voor onszelf. Zo is er vandaag door de werkgroep die deze lezingen organiseert goed gezorgd. De zaal is in orde en straks is er koffie of thee. Er is al heel wat zorg verleend.

Er is hierbij ook een hele interessante associatie die bij mij naar boven komt als ik het woordje zorg hoor. Dat is: **'iets met zorg'** doen; dat is **zorgvuldig** doen. Wanneer doe je iets zorgvuldig ....Daar komen we op terug!

Maar als we het woordje zorgverlening horen, denken we meestal toch meteen, aan het verlenen van zorg aan iemand die iets zelf niet kan, iemand over wie je **bezorgd** bent. We gaan zorgen vanuit onze bezorgdheid, omdat de ander de dagelijkse zorg zelf niet meer kan: een zieke huisgenoot, buurman of familielid. En dat is toch anders dan het kopje thee van vanmorgen, want als we onze zieke huisgenoot niet de zorg geven, die hij zichzelf niet meer kan geven, zou hij na een paar dagen verkommeren. We gaan zorgen, omdat we ons diep **van binnen verplicht** voelen, zoals we gaan helpen als voor ons op straat iemand zien vallen. Er is geen ander motief tot hulpverlenend handelen dan deze plicht, zegt Warmenhoven. En u kent allemaal wel het denken hierover van **Levinas**, die zegt dat in het gelaat van de ander het ethisch appel ligt om die ander niet te laten verkommeren. Er is dus een diepe drijfveer tot zorg, plicht, ethisch reveil, religieuze geïnspireerd tot zorg voor de naasten. Ja en dat is in zekere zin spiritualiteit in de zorg. Het lijkt wel of we al weer in het derde deel van mijn verhaal zijn beland: spiritualiteit in de zorgverlening. Want inderdaad vanuit die vaak spirituele drijfveer tot naastenliefde, organiseerde men de zorgverlening waar de hulp van huisgenoten of burens ontoereikend bleek. En zo ontstond de **officiële zorgverlening**, medische zorg en psychische zorg. Eerst sterk gedragen door religieuzen, met namen zusters en diaconessen, later overgenomen door de samenleving (over secularisatie gesproken!).

Die officiële zorg werd in Nederland goed georganiseerd: zo goed dat hij veel te duur is geworden. En om hem weer betaalbaar zijn er allerlei veranderingen ingezet, waaronder de zogenaamde marktwerking de

voornaamste is. Zorg wordt een **marktproduct**, dat je, met behulp van de verzekeraar, kunt inkopen. Dat strijkt velen tegen de haren: immers zorg is toch geen product? Het wezen van de zorg is, dan de redenering, dat je het doet om niet, vanuit die plicht, dat ethisch appel, uit liefde, uit zorg, zoals dat vroeger door de religieuze zusters en diaconessen om niet werd gedaan. **Is met de marktwerking deze spirituele basis in het zorgen om niet uit de zorgverlening verdwenen?**

In ieder geval doet de marktwerking veel met mensen die zorg verlenen, de zorgverleners. Hun werkt wordt steeds weer geherstructureerd. Bezuinigingen dwingt hen hun zorgproducten binnen bepaalde tijd te leveren. Is er nog tijd voor een rustig moment, samen met de zorgontvanger, even alleen voor jezelf. Is men nog in staat om in rust en in contact zorg te verlenen? Is er nog tijd voor spiritualiteit in die zin in de zorg?

Hé, hier gebeurt iets: hier zien we spiritualiteit en zorg in een andere verhouding tot elkaar. **Hier is spiritualiteit niet langer het religieus geïnspireerde morele appel om tot zorg te komen, maar is het een kwaliteit van de zorg zelf: even een rustig moment samen met de zorgontvanger of even alleen voor jezelf.** Is zorg nog wel zorg als dat ontbreekt en het alleen nog maar het afleveren is van een product?

En met deze vragen zitten we midden in het derde deel van onze lezing: namelijk naar de vraag van spiritualiteit in de zorgverlening. Voordat we de vraag kunnen beantwoorden of ook in onze tijd plaats is voor spiritualiteit in de zorg, zullen we eerst nog dieper moeten kijken naar wat we dan onder spiritualiteit in de zorg verstaan.

### **Deel 3: Spiritualiteit in de zorgverlening**

*Casus:*

*Ik heb een drukke dag achter de rug, maar heb mezelf voorgenomen nog even bij mevrouw Jansen (gefingeerde naam) binnen te gaan. Zij is terminaal, gaat binnenkort sterven. Ik zou liever niet gaan, want mevrouw Janssen is niet de gemakkelijkste. Zij is een lastig, egoïstisch mens, om het maar eens even duidelijk te zeggen. En nu ze zo ziek is, is het helemaal geen lolletje om bij haar binnen te gaan. Ze moppert op alles en iedereen en iedere poging tot meeleven, doet ze af met een hatelijke opmerking. Toch ga ik bij haar binnen, uit een soort vaag plichtsbesef. Zo iemand kun je toch niet in de steek laten. Ze ligt met haar rug naar me toe. Ik groet haar en krijg min of meer een snauw terug. Ik ga toch zitten en voel walging bij me naar boven komen. Het stinkt ook nog ontzettend vies op haar kamer. Ik vraag haar hoe het gaat. "Ja, wat denkt u?" en dan volgt de bekende stilte. Ik probeer nog een paar keer iets van een gesprek op gang te brengen, maar het mislukt jammerlijk. Ik val stil en ineens schiet mij te binnen, wat ik van de meditatie weet en vaak beoefend heb: proberen oordeelloos aanwezig zijn en alles wat er is, te nemen zoals het is. Het niet mooier maken en niet lelijker. Ik volg mijn ademhaling en probeer alles te laten wat het is: haar aanwezigheid, mijn walging, de geuren en de geluiden, mijn gedachten, mijn oordelen: alles laat ik er zijn, zoals het is. Ik voel haar kwetsbaarheid, maar ook mijn eigen kwetsbaarheid en dat raakt me, geeft iets gemeenschappelijks. Langzaam kom ik tot rust, er komt ruimte ... mijn adem ... in en uit. Plotseling draait ze zich om, ik zie een traan op haar gezicht. "Is het zo erg?" vraag ik.*

Ik vertel u deze casus omdat er naar mijn gevoel iets gebeurt, dat wezenlijk is voor de zorg en wezenlijk voor spiritualiteit in de zorg. Wat maakt dat ik uiteindelijk in contact kom met deze vrouw? Het is niet het moreel principe dat ik haar niet in de steek kan laten, (hoewel dat me wel motiveerde om naar binnen te gaan), het is ook niet het appel dat uitgaat van haar gelaat en mij oproept tot ethisch handelen. Neen, het is de acceptatie dat het is zoals het is, inclusief haar afstotelijkheid en de stank en mijn walging.

Ik moest aan deze casus denken toen ik bij de moraal theoloog Frans Vosman las over Emanuel Housset.

(Professor Frans Vosman is een van degenen die het beste uit de katholieke traditie probeert te vertalen en bruikbaar te maken voor onze tijd. De officiële kerk zou dolblij moeten zijn met zo'n man, maar zoals ook met mystici gebeurde in de loop van de kerkgeschiedenis, wordt ook Vosman door de officiële kerk niet serieus genomen. Maar dit terzijde. )

Housset, aldus Vosman, verleent aan de zorgverlening een hele eigen basis, namelijk het vanuit het stilstaan bij de ander en de situatie geraakt worden door de menselijkheid van de ander en van zichzelf. Dat is het echte medelijden dat de grond moet zijn voor elke zorg. Het echte medelijden onderscheidt Housset van een vals medelijden. Het valse medelijden kenmerkt zich door een *gevoel* van bewogenheid bij de aanblik van de pijn van ander en dan, meteen gevolgd door een helpend handelen. Het gebeurt heel snel, het is eigenlijk die morele drijfveer die ons doet zorgverlenen, in het klein en in het groot. Niets mis mee, maar, zegt

Housset, als je de ander meteen gaat helpen, sla je iets wezenlijks over. Misschien krijg je wel een heel goed gevoel bij de zorg die je dan verleend, maar je slaat iets over, namelijk je blijft niet stil staan, stil staan bij de ander in zijn kwetsbaarheid/hulpeloosheid en bij jou zelf in jouw kwetsbaarheid/hulpeloosheid. Als je zou stil staan bij de kwetsbaarheid/hulpeloosheid van de ander en van jezelf, dan kan het gebeuren dat je diep van binnen, lijfelijk voelbaar, geraakt wordt, al is het maar door de stank en de walging. In het geval van mevrouw Janssen zou ik, wanneer ik niet de ingeving had gekregen eens te proberen oordeelloos naar de situatie te kijken, geprobeerd hebben haar te helpen, zoals ik dat ook eerst als maar probeerde te doen. Maar Mevrouw Janssen was echt genoeg om elke vorm van vals medelijden af te wimpelen. De ingeving om oordeelloos proberen te kijken, bracht me in het hier en nu en kon ik alles accepteren zoals het was. Toen werd ik werd geraakt door haar kwetsbaarheid, maar ook die van mezelf. Dan kom je aldus Housset in contact met het leven zelf zoals het zich in de ander en in jezelf tot uitdrukking brengt, zich toont. Daar ligt het gemeenschappelijk behoren van alle mensen tot het leven, de diepste solidariteit, een ervaring van eenheid die doet denken aan de mystieke ervaring van Eckhart, een eenheid die ver voor alle compassie of vals medelijden ligt. Ligt daar niet een heel diep aanknopingspunt voor spiritualiteit in de zorgverlening?

### Casus

*Er zitten 8 mensen in een kring. 7 van hen hebben een dierbare verloren door zelfdoding. Mijn collega Anka Steinfort en ik, nummer 7 en 8 van de groep, kijken elkaar even aan: "Zullen we beginnen?" "Ja" en het is of we op datzelfde moment een andere ruimte betreden. De gezellige koffiepraat is afgelopen. We beginnen. Het verschil tussen koffiepraat en de manier van spreken, wanneer we beginnen, is voor een deel objectief vast te stellen. Zo proberen we, als we begonnen zijn, niet meer te spreken in 'men vindt' of 'het is', maar alleen maar in de ik-vorm: "zeg liever: 'ik vind', dan 'het is'", vragen we deelnemers uitnodigend. Dat brengt hen namelijk bij hun ervaringen en beleving. En over belevingen en ervaringen valt niet te twisten; dus we gaan ook nooit in discussie, maar laten ieders ervaring zijn zoals hij is. Maar dat soort dingen vormen de techniek van het groepswork; belangrijk, maar niet wezenlijk. De ruimte die we betreden als we beginnen, bestaat uit meer dan die techniek. Ik noem het wel een heilige ruimte, zoals wanneer de bel gaat als er een liturgieviering begint. Wat er gebeurt kan ik het beste omschrijven met aanwezig raken in het hier en nu. Niet onze vakkennis over de problematiek waar de nabestaanden meekomen, staat centraal, hoewel hij in ons achterhoofd een rol mag blijven spelen, maar het zijn in het hier en nu. Om daar te komen is er maar één weg, wij zelf moeten in het hier en nu geraken, oordeelloos, ja zoals in meditatie. 'Leeg woorden van onszelf en alle dingen'. Even helemaal niet doen – laten. Als we die ruimte in ons zelf maken en de stilte kunnen uithouden en niet meteen schieten in wat wij (vanuit onze therapeutische kennis) denken dat goed is voor de ander, dan kunnen we in de zin van Housset, geraakt worden door de kwetsbaarheid van de ander en van onszelf en door de manier waarop het leven in die ander en in onszelf vorm krijgt. Dat geraakt worden voel je in je lijf, omdat jijzelf ook een mens bent in wie het leven op jouw wijze vorm krijgt. Op een of andere manier voelen de deelnemers die houding, de ruimte die ze daardoor krijgen en komen ze met wat hen op dat moment het meest bezig houdt. Net zoals mw Janssen in het verpleeghuis. Binnen die ruimte, die leegte, vindt omvorming plaats: niet wij zijn belangrijk; onze interventies komen en meestal zijn dat vragen, als het ware vanzelf naar boven, we hoeven er in zekere zin geen moeite voor te doen, laat staan dat we de interventie gaan zitten bedenken. Het is als of we op dat moment gedragen worden door iets dat groter is dan wij. Onze kennis en therapeutisch vermogen doen mee, maar in dienst van het ons overstijgende leven, waarmee we levend verbonden zijn en dat zich laat kennen hier en nu.*

Is dat spiritualiteit in de zorg? Ik denk het wel, zelfs zo dat elke zorg vanuit die spiritueel te noemen houding, zou moeten starten.

Het gaat in deze vorm van spiritualiteit dus niet om het expliciet doen van spirituele oefeningen, het noemen van de naam van God ed. Het gaat om een grondhouding die je heel bewust kunt beoefenen en inoefenen. Om die grondhouding te begrijpen geeft de theorie van Housset inzicht en helpt ook meester Eckhart en al die andere mystici. Maar meester Eckhart in het bijzonder, omdat hij net als in het boeddhisme of in advaita God, met wie in de mystieke ervaring eenheid wordt beleefd, niet wordt ingevuld – van God houden als van niemand. Dat gaat volgens Eckhart zelfs verder dan barmhartigheid, dat Housset zou betitelen als vals medelijden. Want, zegt Eckhart, barmhartigheid betekent dat de mens uit zichzelf treedt om zich te wijden aan de noden van zijn medemensen, waardoor zijn hart wordt bezwaard'. Afscheidenheid (dat is leeg zijn van jezelf en alle dingen) echter laat zich door niets bezwaren, echte afscheidenheid is 'niets anders dan

dat de geest even onbeweeglijk tegenover alles staat wat op hem afkomt aan liefde en leed, eer, schande en smaad´.

Als wij onze nabestaanden groep vanuit deze houding proberen te leiden, lijken we misschien een beetje op die muzikant, die bezielde speelt. Wij kennen ons zaakje goed, de techniek voor dit groepswork is in orde, maar of het tot een inspirerende, bezielde bijeenkomst wordt, hebben we niet helemaal in de hand. We kunnen alleen zorgen dat, als de techniek in orde is, we ons ik weg houden, leeg worden ´van onszelf en alle dingen´, aanwezig zijn in het hier en nu. Steeds opnieuw, want het is niet iets dat je eenmaal verworven zomaar kunt toepassen: het ´leeg worden van jezelf en alle dingen´, moet elke keer weer opnieuw gedaan en gezocht worden. Pas dan is authentiek geraakt worden mogelijk.

Spiritualiteit als zingeving in relatie met het ons overstijgende en dan nog in de zin zoals door de mystici en met name door Eckhart wordt verwoord is, kan dus heel goed een plaats krijgen in de zorgverlening. Sterker nog het is de basis, de grond voor goede zorgverlening.

Het is mooi om te zien dat in het denken over zorg deze houding ook door moderne denkers wordt omarmt. Ik noem twee heel bekende namen, die van **Andries Baart en van Annelies van Heyst**. Over elk zou een lezing op zich te houden zijn. Ik wil hier heel in het kort hun betekenis noemen:

Andries Baart is de man van de presentie-theorie. Hij heeft een hele degelijke theorie ontwikkeld die heel goed aansluit bij Eckhart en Housset. Als zorgverleners dienen we zo aanwezig te zijn bij de ander, dat zorgverlener en zorgvrager komen bij wat op dit moment voor de zorgvrager er echt toe doet. Baart is heel precies in het beschrijven van het proces van komen tot zorgzame aandacht nodig om werkelijk present te kunnen zijn bij de ander.

Annelies van Heyst is een van de wetenschappers die de zorgethiek in Nederland heeft ontwikkeld. De zorgethiek kenmerkt zich door een relationele kijk op zorgverlening, Uitgangspunt van de zorgverlening is een aandachtige betrokkenheid van de zorgverlener. Ook hier een soort ´leeg worden van je zelf en alle dingen´, voor je komt tot professionele zorgverlening.

Het is opvallend dat beide Baart en van Heyst in hun visie ook uitdrukkelijk spreken over spiritualiteit in de zorgverlening en hun visie sluit goed aan bij de mystiek van meester Eckhart. Wilt u meer weten over de verhouding tussen deze twee coryfeeën van het denken over spiritualiteit in zorgverlening én de mystiek van meester Eckhart, dan raad ik u aan de masterscriptie te lezen van Marianne van de Laar, Dragende grond. Een heel leesbaar en goed verhaal dat getuigt van begrijpen van binnen uit. Van de Laar laat zien hoe de visies van Baart en van Heyst passen op die op van meester Eckhart, maar zij wijst ook op de verschillen: waar Baart en van Heyst toch de eigen inbreng van de zorgverlener in de uiteindelijke zorgverlening hooghouden, laat Van de Laar zien, dat Eckhart toch echt vindt dat vanuit de mystieke eenwording het uiteindelijk God is die handelt door jou heen, op het moment dat we echt ´leeg zijn van onszelf en van alle dingen´. Er is dan gewoon geen ik meer.

## Casus

*Verzorgende Monique komt de slaapkamer van mevrouw Theeuwen binnen. Zij is gehaast, want er wachten nog veel taken te doen op haar zorgroute. Als ze mevrouw Theeuwen uit bed heeft geholpen, gewassen en aangekleed heeft (daar staan 15-20 minuten voor), moet ze bij mevrouw Dirks de steunkousen aan doen (staan 5 minuten voor), dan moet ze dhr van Liempd de wekelijkse douchebeurt geven (half uur) en mevrouw van Dongen controleren en naar de huiskamer brengen. Dan wacht er gelukkig een koffiepauze van half uur.*

*´Goedemorgen mevrouw Theeuwen, wordt u wakker?´ Monique schuift ruw de gordijnen open. Mevrouw Theeuwen schrikt wakker; na een onrustige nacht was ze net lekker in slaap gevallen, maar de gordijnen zijn al open en ze is wakker. Chagrijnig. Ze grauwet Monique een harteloze opmerking toe. Monique: ´U bent altijd zo chagrijnig ´s morgens, dat is echt niet leuk voor ons hoor. U moet eens weten hoe druk we het hebben.´*

Nou u begrijpt wel wat ik met dit voorbeeld wil aangeven. Monique slaat, dat weten we intussen, het wezenlijke over. Ze is met haar hoofd niet bij mevrouw Theeuwen, maar bij de vraag hoe ze de drukke zorgroute voor de koffiepauze gedaan krijgt. Best wel begrijpelijk, gezien het drukke programma, maar ze doet mevrouw Theeuwen geen recht, maar ook zichzelf niet. Ongetwijfeld doet het ruzieachtige gesprek met

mevrouw Theeuwen haar geen goed en zal ze er zelf chagrijnig van worden – leuk straks voor mevrouw Dirks, dhr van Liemd en mevrouw Dongen. Bekaf en mopperig zal ze met haar collega's koffie drinken.

Wat slaat ze over? Stil staan bij mevrouw Theeuwen en de situatie. Present zijn, even gewoon niets doen, al is het maar minder dan een minuut, oordeelloos worden, leeg raken, open zijn, om geraakt te kunnen worden en dan omgevormd, van ik gerichtheid naar aandachtvolle betrokkenheid. Het was dan misschien zo gegaan: 'Goedemorgen, mevrouw Theeuwen, ..... u wordt net wakker, zie ik ..... , wilt u nog even doorslapen, dan kom ik u straks, aan het einde van mijn route verzorgen.' Voorstelbaar is ook dat ze vanuit dat even 'leeg worden van zichzelf en alle dingen', ze onder de verzorging tot de goede vragen was gekomen: 'hoe was uw nacht; hebt u akelig gedroomd?' Dat had het voor mevrouw maar ook voor haarzelf een stuk leuker geweest en ze was zeker minder moe geworden.

Is dat spiritualiteit in de zorg? Ja, het moge duidelijk zijn: het is bezielde zorg. Op die manier zorgen voldoet ook aan alle eigenschappen van spiritualiteit, zoals we dat aan het begin hebben opgesomd:

1. Zo zorgen, heeft te maken met het ons overstijgende, dat we als eerste eigenschap van spiritualiteit noemden.  
Het is niet expliciet gericht op het komen tot een goede relatie met God of het goddelijke of tot een godservaring, zoals we dat bv nastreven in meditatie of een kerkviering. Dat is zorgen voor spiritualiteit, zoals wij geestelijk verzorgers of geestelijk begeleiders dat expliciet doen. Gideon van Dam heeft daarover een prachtig boek geschreven. En zoals uit mijn voorbeelden gebleken is, doen wij dat vanuit dezelfde grondhouding zoals ik die bepleit voor zuster Monique.  
Als we God zien, zoals meester Eckhart, dan is in de zorg even stilstaan en het oordeelloos, leeg aanwezig zijn, in het hier en nu, te zien als een meditatieve oefening, die ons brengt tot bezielde zorg, dus spiritueel. De een, zoals Housset, zal zeggen, je bent dan in contact met het diep menselijke, de ander noemt het dragende grond, of ... ongrond, zoals de Vlaamse mysticus Van Ruysbeek het noemt, om ook maar te voorkomen dat we weer valse grond (weer een afgod) onder onze voeten scheppen; vanuit christelijke spiritualiteit praten we over eenwording met het goddelijke, met God. Maar volgens Eckhart mag je er niets meer over zeggen, want God is niet te kennen met het verstand, maar slechts te ervaren, te ervaren ook in de zorg van alle dag. Dus in die zin is de bezielde zorg zeker spiritueel te noemen, want het heeft alles te maken met het ons overstijgende.
2. Maar ook alle andere eigenschappen van spiritualiteit passen: deze zorg is praktijk gericht, zelfs een praktijk te noemen;
3. ze is alledaags,
4. en niet los verkrijgbaar, want ingebed in het levensverhaal van zorgverlener en zorgontvanger,
5. Maar ook ingebed in de zorgverlening, over het denken over zorg (Baart, Verheyst en van de Laar) en in de oude tradities van de mystici.
6. Het procesmatig karakter lijkt me duidelijk: zorgverlener en ontvanger gaan samen op weg om zin te ervaren,
7. En tot slot: ik hoef niet nog eens te herhalen dat de houding die van de zorgverlener gevraagd wordt, mystiek van aard is.

Tot slot: Allemaal mooi gezegd, maar is dat wel mogelijk om zo te werken in een marktgerichte zorgverlening, waarin we over zorg als een product praten en de bezuinigingen dwingen om het product binnen een precieze tijdsperiode te leveren: steunkousen aantrekken: 5 minuten? Misschien heb ik een gedeeltelijk antwoord gegeven in het voorbeeld van zuster Monique. Natuurlijk is het een hele klus voor de zorg om de zoveelste bezuinigingsronde te verwerken. Ik blijf er buiten of het al of niet terecht is: ik ben geen econoom, noch een politicus. Ik zie wel de pijn én ik zie de integere en dappere pogingen om er iets goeds van te blijven maken. En ik weet een ding zeker: de 10 minuten die zuster Monique heeft voor mevrouw Theeuwen kan ze op verschillende manieren invullen: vanuit haast of vanuit aanwezigheid en aandachtige betrokkenheid. Dat laatste brengt haar veel: als we de ingewikkelde woorden die we tot nu gebruikten even vergeten, brengt het zó zorgen haar meer rust en voldoening, en ze doet de juiste dingen, die haar en mw Theeuwen deugd doen; ze wordt er zorgzaam van. En ik weet zeker dat Monique, wanneer het haar lukt zo te werken, veel minder moe zal zijn en de koffiepauze met haar collega's een stuk gezelliger.

Het is voor mensen als zij ook minder ingewikkeld dan het lijkt. Ze hoeft er niet zo ingewikkeld over te praten als ik vanmorgen doe. Dus vergeet ook u al dit gebazel maar. Zij en haar collegae zijn praktijk mensen; ze voelen het meestal haar fijn waar het om gaat in de zorg. In scholing moet er wel licht gezet worden op wat ze intuïtief al lang aanvoelen: dat gewoon even stilstaan bij wat je doet, heel veel oplevert. Zo simpel is het eigenlijk.

Gelukkig trouwens zie ik binnen de officiële zorgverlening steeds meer openheid voor dit soort gedachten ontstaan en beginnen mensen als Andries Baart en Annelies van Heyst ook binnen de zorg aandacht te krijgen. Het lijkt soms wel of er een besef doordringt dat de grens is bereikt van de protocolisering van de zorg, hoewel het ook nog wel even door zal gaan, want er zitten natuurlijk ook goede kanten aan. Maar het is buitenkant en draagt vaak niet bij tot werkelijke voldoening in het werk. Ik denk dat spiritualiteit zoals we dat hier hebben omschreven een bijdrage kan leveren aan goede zorg. Niet om de goede kanten van de marktwerking weg te duwen, want er is toch ook niets mis mee om goede transparante afspraken te maken over de zorg. Binnen de grenzen van die afspraken is er weldegelijk ruimte voor bezielde, spirituele zorgverlening, zoals ik hopelijk heb laten zien.

Na 20 jaar werken in De Zorggroep mag ik nu meemaken dat er van bovenaf, door RvB, een studiedag wordt georganiseerd voor alle managers en teamleiders over zingeving en spiritualiteit. Dat ik dat nog mag meemaken. De dag zal gaan heten: Zorgen met hoofd, hart en ziel. Er is nog hoop voor spiritualiteit in de zorgverlening. Echt waar.

## Literatuur

Andries Baart, Aandacht. Etudes in presentie. Utrecht 2005

Gideon van Dam, Dichter bij het onuitsprekelijke, over geestelijke begeleiding voor en door pastores, Kampen 2003

Annelies van Heijst, Iemand zien staan. Zorgethiek over erkenning, Kampen 2008

Etty Hillesum, Het verstoorde leven. Dagboek van Etty Hillesum, Amsterdam 1981

Marianne van de Laar, Dragende grond, de betekenis van het denken van Meister Eckhart in de zorgethiek. Masterscriptie Zorg, Ethiek en Beleid, Universiteit van Tilburg, Schijndel, 27-06-2011

Frans Maas, Van God houden als van niemand. Preken van Meester Eckhart, Kampen 1997

Erik van Ruysbeek, Mystiek en mysterie, Deventer 1997

Han de Wit, , Contemplatieve psychologie, Kampen 1987

Kees Waaijman, Spiritualiteit, vormen, grondslagen, methoden, Kampen 2000

C.B. Zuiderhoudt, Meester Eckhart versus advaita, thuis komen in dezelfde bron, Amsterdam 2008

© Op deze informatie is, net als op elk creatiefwerk, Nederlands auteursrecht van toepassing.

Verder is geheel of gedeeltelijk copieren WEL toegestaan mist als bronvermelding de volgende website wordt vermeld: [www.begijnenhofgesprekken.nl](http://www.begijnenhofgesprekken.nl).

Het is niet toegestaan dit te publiceren voor geldelijk gewin tenzij de auteur dit toestaat.