

‘Zinervaringen dragen bij aan het gevoel dat je mens bent’

‘Gelovig of niet, elk mens verlangt ernaar om een zinvol leven te leiden. Iedereen zoekt oriëntatiepunten om zo goed mogelijk te leven.’ Daar gaat Nel Bartlema, geestelijk verzorger in het Amsterdamse Antoni van Leeuwenhoek ziekenhuis (NKI-AVL), vanuit.

Nel Bartlema doet haar werk vanuit een humanistische levensbeschouwing. Toch denken verwijzers in het ziekenhuis er niet altijd aan om een patiënt die ‘niets gelooft’ naar haar te verwijzen. Zingeving – het verlangen om een zinvol leven te leiden – en zeker spiritualiteit worden vaak in verband gebracht met godsdienst.

Nel Bartlema ziet het breder. ‘Wie ben je, waar ga je naartoe en waar kom je vandaan?’ zegt ze. ‘Ik vind dat zingeving daarover gaat.’ Ze praat met patiënten over wie ze zijn, over welke verwachtingen en wensen ze hebben en welke onderwerpen een rol spelen in hun leven. Ze stelt vragen, met in haar achterhoofd de pijlers van zingeving, zoals levensperspectief, mensbeeld, wereldbeeld, moraal, zelfbeeld en de kracht om wensen om te zetten in daden.

Op deze manier praat ze er natuurlijk niet over met haar cliënten. Ook lang niet altijd gaan de gesprekken over zingeving. Ze vertelt over een gesprek dat ze had met een jonge vrouw die haar vader aan kanker had verloren. Nu lag ook haar moeder op sterven. ‘In zo’n situatie is het levensperspectief vol angst. Dan kun je geen gesprek voeren over zingeving, over dingen die ertoe doen in het leven. Je probeert iemand dan alleen maar zo goed mogelijk op te vangen.’

Als je kanker krijgt, verandert je leven acuut in een chaos. Veel mensen zijn dan vooral bezig met overleven en komen aan vragen over zingeving niet eens toe. Ook om andere redenen kunnen mensen vooral gericht zijn op overleven, bijvoorbeeld doordat ze veel slechte ervaringen hebben opgedaan in hun leven. De geestelijk verzorger geeft de patiënten ruimte om hun verhaal te doen. Ze geeft geen richting aan en veroordeelt niet, hoewel ze als mens natuurlijk niet neutraal is. Vaak ook luistert ze.

De jonge vrouw vroeg haar om samen afscheid te nemen van haar moeder. Dat wilde Bartlema. ‘Ik kon niets betekenen voor de moeder,’ zegt ze, ‘hoewel ik wist dat ze een moeilijk leven heeft

gehad. Ze wilde daar niet over praten en doordat ze benauwd was, kon ze dat ook niet meer. Toch was het een waardevol bezoek, omdat je samen de machteloosheid ervaart. Voor iedereen was de situatie moeilijk en onbegrijpelijk, maar voor een kort moment voelde iedereen die aanwezig was zich verbonden met elkaar.’

Bartlema ziet het als een belangrijk onderdeel van haar taak om een ‘plek’, een adres te zijn waar mensen terecht kunnen op momenten dat ze het moeilijk hebben. ‘Het is een soort trouw die je als geestelijk verzorger laat zien’, zegt ze. ‘Het gaat er dan vooral om dat je er bent. Soms hoeft je helemaal niets te zeggen en verloopt een bezoek in stilte.’

In langer lopende contacten is er meer gelegenheid om over zingeving te praten. Veel mensen vragen zich bijvoorbeeld af of het goed is wat ze doen, of het ‘mag’. Mag je denken wat je denkt? Is het wel goed dat je niet na elke uitslag opbelt naar je familie? Kun je die verjaardag overslaan als je je moe voelt door de bestraling of chemotherapie? ‘Het gaat eigenlijk over wie de baas is over je leven’, zegt Bartlema. ‘Is dat God, zijn dat je ouders, is dat je echtgenoot of zijn het je kinderen, je burens, is het je lichaam of kom je zelf ook nog aan de beurt?’

Volgens Bartlema is zingeving een verzameling van ervaringen die je in staat stellen na te denken over wat je wilt, over wie je bent en over wat je wilt gaan doen. Je krijgt daardoor het gevoel dat je begrijpt wat er gebeurt, dat je erbij betrokken bent en dat wat je doet bij je past. Relaties met anderen zijn ook altijd van groot belang voor de ervaring dat het leven zin heeft. Iedereen wil graag dat het er voor anderen toe doet dat hij er is. Ook als iemand kanker heeft, kan hij momenten hebben die hij als zingevend ervaart.

‘Naarmate je meer van die ervaringsmomenten hebt, krijg je meer grip op je leven’, zegt Bartlema. ‘Zinervaringen dragen bij aan het gevoel dat je mens bent.’