



Dementie als hoogstaand zielenwerk

Tot 2007 wist ik praktisch niets van en over dementie, behalve dat het maatschappelijk werd bestempeld als een vreselijke aftakelingsziekte. Aan het eind van dat jaar ontmoette ik Mellie Uyldert; zij was toen 99 jaar. Ik kende Mellie van haar boeken over o.a. astrologie, kruiden en edelstenen, en bewonderde de wijsheid en bevoegenheid van deze vrouw. Zij dementeerde licht. Brandende vragen kwamen in mij op: **Waarom? Waarom zij, een vrouw die zo puur en zuiver geleefd had, en die zich van zoveel bewust was? Wat voor nut had dit, voor haar en haar omgeving? In de daaropvolgende jaren kreeg ik daar antwoorden op die ik graag met u wil delen.**

Een laatste levensfase

Na de eerste ontmoetingen met Mellie verdiepte ik mij in dementie en leerde ik hoe de reguliere gezondheidszorg omging met deze gesteldheid. Ik kreeg echter geen bevredigend antwoord op de vragen die ik had. Mijn bezoeken aan Mellie vonden met tussenpozen van twee, drie maanden plaats. Door deze bezoeken ontstond er een bijzondere band met haar. Zonder woorden wisten wij elkaar te bereiken en leerde ik veel van haar over de levensfase waarin zij zich bevond. In de huiskamer van het verpleegtehuis waar ik Mellie ontmoette, kon ik in alle rust de verschillende vormen van dementie bij de bewoners waarnemen, én de manier van verzorging in het tehuis door de verpleegkundigen en verzorgenden, en de benadering door de vrijwilligers. Het boek 'Dimensies achter dementie', dat door Marieke de Vrij is geschreven, kwam op mijn pad. De inspiraties van Marieke maakten diepe indruk op mij: ik voelde herkenning en bevestiging van de manier waarop ik met Mellie omging.

Dementie is een levensfase van verwerking van dat wat innerlijk gespeeld heeft, maar niet gezien c.q. verwerkt kon worden op het moment dat het zich aandienende. Het bewuste denken ontbreekt en controleert niet meer. Het verteren van een levenlang emoties opkroppen t.a.v. bepaalde thema's vindt bij dementie langgerekt en

soepel plaats. Dementie is daardoor behulpzaam bij het losmaakproces van de ziel van het stoffelijke naar het onstoffelijke leven.

Omgang met dementerenden

Marieke gaat in haar boek uitgebreid in op de spirituele inzichten rondom het feit waarom dementie kan ontstaan en de specifieke vormen die voortkomen uit allerlei persoonlijkheidsachtergronden. Tijdens de ontmoetingen met een dierbare die dementeert, kan de betrokkene een liefdevolle bijdrage leveren aan deze laatste levensfase. Als daar niet eerder ervaring mee is opgedaan, is dat niet gemakkelijk.

‘Dementie is een levensfase van verwerking van dat wat innerlijk gespeeld heeft, maar niet gezien c.q. verwerkt kon worden op het moment dat het zich aandienende’

Daarom zijn de volgende adviezen van Marieke een prachtige steun in de benadering van een dementerende dierbare:

Maak oogcontact en droom regelmatig samen weg, gebruik korte zinnen met duidelijk voelbare komma's en punten erin, gebruik bekende woorden, kleeft je – indien mogelijk - herkenbaar. Het is een geruststelling als je iemand vanuit liefde en zachtheid in betrokkenheid af en toe aanraakt, met de naam aanspreekt en wacht tot die ander reageert.

Ik denk dat als je jezelf verdiept in hoe jij benaderd zou willen worden als mens, je niet veel moeite hoeft te doen om je invoelingsvermogen te activeren bij de benadering van een dementerende.

Naar aanleiding van de roman 'Vleugels van liefde', die ik schreef over Mellie Uyldert en dementie, had ik in 2011 een gesprek met Marieke waarin nieuwe inspiraties vrijgegeven werden over de bevordering van de omgang met dementerenden.

‘Probeer je innerlijk te openen voor het contact met de ander, dan zul je deze persoon wezenlijk ontmoeten’

Wie dementerenden bezoekt, dient voordat het contact plaatsvindt tot rust te komen. Als je tijdens het bezoek dichtbij de ander zit, kun je - indien mogelijk - liefdevol de knieën, de pols of de handen aanraken, wat maakt dat onrust in de ander wat tot bedaren komt. Haren kunnen worden geborsteld wat, met name aan de achterkant van het hoofd en zeker voor hen die wat langer haar hebben, in verband met de gevoeligheid voor aanraking op die plek, heel voorzichtig en zorgvuldig dient te gebeuren. Het borstelen bevordert het loslaten van herinneringen. Wezenlijk bevruchtend voor de ander is het maken van contact door de palmen van de handen op de schouders te leggen terwijl men achter de persoon staat. Dit rustige gebaar van bemoediging versterkt het eigen innerlijke weten. Door deze zorgvuldige omgang en verstillend leert u de ander beter kennen.

Deze en meerdere adviezen en inspiraties van Marieke kon ik verwerken in mijn roman waarin dementie en liefde onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Toen kon ik nog niet vermoeden dat mijn peettante zou gaan dementeren. Dat gebeurde vorig jaar.

Mijn peettante

Tot dan toe had ik sporadisch contact met mijn peettante, tante Miet. Ik zag haar soms met een verjaardag en soms bij mijn moeder thuis als er een theebronsje was met fietsvriendinnen, waar tante Miet ook bij hoorde. Mijn moeder bezocht tante Miet regelmatig en vertelde mij deze zomer overstuur over haar laatste bezoek aan haar: tante Miet herkende haar niet meer, mijn moeder kon geen 'normaal' gesprek meer met haar voeren. Haar onmacht had tante Miet onrustig gemaakt en het bezoek was ronduit vervelend geweest. Dit verhaal deed mij besluiten om zelf eens poolshoogte te gaan nemen. De eerste keer dat ik haar bezocht, bleef ik rustig in de deuropening staan om te kijken waar ze was. Er zaten een zestal ouderen aan een huiskamertafel. De kamer was ruim en licht, met grote ramen die uitkeken op de tuin en de achterliggende bossen. Ik kreeg tante Miet in het oog en zij zag mij. "Hé, petekind" zei ze. Ik lachte haar toe, nam een stoel en ging naast haar zitten. Ze vroeg me waarom ik kwam en ik vertelde haar rustig dat ik zomaar even bij haar kwam zitten, om even samen te zijn. Het was een fijn bezoek en sindsdien bezoek ik haar minimaal één keer per twee weken.

Toen ik mijn moeder over mijn eerste bezoek en mijn bevindingen vertelde, verbaasde dat haar zeer. Hoe kon dat nu, zulke tegengestelde ervaringen? Voor mij was het duidelijk dat het

vooral lag aan de manier van benadering: mijn moeder ging op bezoek met het idee om bij te praten, zoals ze dat gewend was met het theebronsje en de wekelijkse fietstochten van voorheen, terwijl ik mezelf thuis al voorbereid had om mijn tante in stilte te kunnen ontmoeten en in rust samen te zijn. In een inspiratie van Marieke wordt dit als volgt verwoord:

Probeer je innerlijk te openen, door je eigen ogen open te stellen voor het contact in de ogen van de ander, dan zul je deze persoon wezenlijk ontmoeten. Vanuit een diep innerlijk respect nodig je hem of haar uit om hetzelfde te doen en het is aan hem of haar om er in mee te gaan. En wanneer dat gebeurt, heeft dat een heel diep gevoel van respect naar zichzelf toe tot gevolg.



Liefdevolle benadering

Telkens als ik op bezoek ben geweest bij tante Miet, vertel ik mijn moeder hierover. Over de manier waarop ik mij voorbereid, hoe ik haar benader en hoe het contact is geweest. In december vierde mijn moeder haar tachtigste verjaardag. Het was tevens een reünie voor de ooms en tantes en de neven en nichten. Het was een prachtig feest waarin een fijn familiegevoel bovenmatig aanwezig was. Tante Miet kon er ook bij zijn; zij had een bijzonder goede dag. Tien dagen later bezocht ik haar. Zij begon zelf over dat fijne feest, waar ze met haar kinderen en familie zo van had genoten. Ze werd er emotioneel van. Daarom legde ik een arm om haar schouder en bleef, zelf ook overvallen door emoties, zo samen met haar zitten. Ik vertelde dit later aan mijn moeder. "Wat fijn dat ze het zich nog herinnerde. Ik zal toch ook weer eens gaan", zei ze dapper, want voor mijn moeder is het niet gemakkelijk. Zij heeft zelf een respectabele leeftijd bereikt en voor haar is de leeftijdsfase van ouderdom, en de gebreken en aandoeningen die daarmee gepaard kunnen gaan, confronterend. Ik zie het als een mooie taak om niet alleen tante Miet te begeleiden, maar ook mijn moeder. Om haar te laten zien en voelen, dat ook de

levensfase met dementie van groot belang is en mooi kan zijn. Marieke verwoordt bovenstaande als volgt:

Laat daarom uw hart spreken, keer op keer, en oefen in zorgvuldige omgang opdat u meer inzicht krijgt in dat wat in deze bijzondere persoon omgaat. Wanneer u niet verstilt, leert u de ander niet beter kennen.

Laat het hart spreken

Ik heb gemerkt hoe belangrijk een liefdevolle en rustige sfeer is tijdens een bezoek. Soms is het erg druk op de afdeling en is het duidelijk dat mijn tante dat niet goed verdraagt. Ze maakt dan een geërgerde indruk en klaagt bijvoorbeeld over de harde geluiden; haar gehoor is nog steeds buitengewoon goed. Andere keren is het rustig en stil en verkeren de huisgenoten van mijn tante innerlijk ook in rust. Eén vrouw is vaak goedgehumt en krijgt zowaar een aantal anderen aan het lachen, gewoon door zelf te lachen. Een bezoek kan zo liefdevol en wonderlijk verlopen. Ik ben daarna nog geen enkele keer met een vervelend gevoel naar huis gegaan, integendeel, telkens had ik een dankbaar en vervuld gevoel over het samenzijn.

De fase van dementie is het leegmaken van de koffers van bagage die je nog met je meedraagt, voordat je letterlijk overlijdt. Het brengt uiteindelijk een meer innerlijke belevingsbalans. De oudere mens, al of niet dementerend, heeft z'n eigen kwaliteit van de leringen die hij doorgedaan is, nagelaten aan zijn nageslacht. En in wezen zou dát een grote hulp kunnen zijn om in hen die achterblijven een respectvol gevoel voor de wijsheid van de oudere mens op te roepen.

Nieuwe inspiraties en inzichten

In het boek 'Dimensies achter dementie' staat de in 1996 en 2001 vrijgegeven informatie van de begeleiders van Marieke. Sindsdien is er veel gebeurd en zijn er nieuwe bijeenkomsten geweest waarin vernieuwende en aanvullende inspiraties zijn vrijgegeven. Daarom wordt er gewerkt aan een 4e herdruk, waarin o.a. antwoorden

zullen worden gegeven op de volgende vragen: Wat betekenen bijvoorbeeld medicatie en euthanasie voor het lichaam? Hoe kun je pijnklachten behandelen? Hoe ga je om met agressieve dementerenden? Wat kunnen aanvullende therapieën betekenen voor de dementerenden en welke collectieve invloed gaat er van dementie uit?

Of, zoals Jules van der Veldt, Mariekes levenspartner, het kort samenvatte:

Waar het eigenlijk om gaat, is het ontmantelen van het idee dat dementie een ziektebeeld is. Je dient het als het ware te zien als een humane reis die iemand aflegt, niet alleen ten aanzien van zichzelf, maar ook om het collectieve veld te bevrijden van herinneringsopslag van zaken die het menselijk samenleven aangaan, wat je naar eer en geweten schoon wilt achterlaten.

En zoals Marieke het verwoordde:

Mensen die dementeren, verrichten hoogstaand zielenwerk om als het ware opgeschoond de aarde te verlaten, zonder huiswerk achter te laten voor de gemeenschap.

In het dagelijks leven mocht ik kennismaken met dementerenden, die mij belangrijke levenslessen leerden over deze leeftijdsfase. De inspiraties van Marieke hebben mijn begrip vergroot en steunen en bevestigen mij in mijn manier van omgang met hen. Ik wens dat ze u ook tot steun mogen zijn in een respectvolle omgang met onze dierbare, al of niet dementerende ouderen.

Door:

Marjo Gijsbers



*Schrijver van esoterische romans en
Vriend van Stichting De Vrije Mare.
www.marjogijsbers.com*

