

Atie Peet-Vreman

Paauze

Dagboek voor de tussentijd

Kuriani



Buijten & Schipperheijn *Motief*
Amsterdam

Bronnen en Rechten

© 2017 Buijten & Schipperheijn Motief, Amsterdam

© 2017 meditaties: Atie Peet-Vreman

© 2017 foto's: Henny Luchies

Vormgeving: Theresia Koelewijn

ISBN 978-90-5881-953-6

Behoudens uitzonderingen krachtens de Auteurswet van 1912 mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgevers.

Tenzij anders is aangegeven is gebruikgemaakt van de Nieuwe Bijbelvertaling (NBV).

In deze uitgave zijn naast de tekst van de auteur enkele gedichten en liederen opgenomen.

De herkomst staat onder de gedichten vermeld.

Op een aantal gedichten rusten geen auteursrechten meer.

In een enkel geval waar mogelijk nog rechten gelden, is het niet gelukt de auteursrechthebbenden te traceren. Mocht iemand menen auteursrechten te kunnen doen gelden op een van in deze uitgave opgenomen gedichten, dan kan zij/hij contact opnemen met de uitgever, Buijten & Schipperheijn te Amsterdam (rechten@buijten.nl).

Inhoud

Een schitterend boekje	4
Ten geleide	6
Week 1 Rust	9
Week 2 Elia	23
Week 3 Innerlijke ruimte	37
Week 4 Ik – de ander	51
Week 5 Doen – laten	65
Week 6 Vasthouden – loslaten	79
Week 7 Vergeven – vergeten	93
Week 8 Geloven – weten	107
Week 9 Alledaags	121
Week 10 Apostolicum	135
Week 11 Apostolicum (vervolg)	149
Week 12 Petrus	163
Feestdagen	176
Tekstregister	192

Een schitterend boekje

Mensen die ongeneeslijk ziek zijn, en ook hun naasten, hebben altijd gezocht naar houvast. Het christelijk geloof heeft de afgelopen tweeduizend jaar aan miljarden mensen houvast, steun en inspiratie gegeven in goede en slechte dagen. Dat doet het nog steeds, hoewel dit tegenwoordig in ons land voor minder mensen lijkt te gelden dan vroeger.

Een kleine twintig jaar geleden begon ik onderzoek te doen op twee verpleeghuisafdelingen in Rotterdam waar mensen palliatieve zorg ontvangen. Ik was op zoek naar een eenvoudige manier om mensen van allerlei herkomst te steunen bij hun grote levensvragen. Tijdens een van mijn leestochten stuitte ik op een oud, middeleeuws boekje met de titel *Ars moriendi* ofwel ‘stervenskunst’. Het was vijfhonderd jaar geleden geschreven om mensen voor te bereiden op het levenseinde, en draaide om vijf christelijke thema’s: geloof, hoop, liefde, nederigheid en geduld. De eenvoud en diepe wijsheid die eruit spraken, fascineerden mij. Maar ik zag ook al gauw dat het slechts voor weinig mensen toegankelijk zou zijn. Dus maakte ik een eigentijdse versie, waarin alles draaide om het begrip ‘innerlijke ruimte’: de ervaring van innerlijke vrijheid waarin mensen het kunnen uithouden in hun situatie en kunnen openstaan voor nieuwe perspectieven.

Het ‘ars moriendi’ model dat ik ontwikkelde (ook wel ‘de diamant’ genoemd vanwege de vorm) probeert te verhelderen welke algemeen menselijke spanningsvelden er liggen onder de vijf christelijke thema’s uit de middeleeuwen. Ieder mens moet een balans zien te vinden tussen de verbinding met zichzelf en de ander, doen en laten, vasthouden en loslaten, vergeven en vergeten, geloven en weten.

Het unieke boekje dat u nu in handen hebt, bouwt voort op het grondplan van mijn diamantmodel, en voegt daar iets bijzonders aan toe. De vijf algemeen menselijke spanningsvelden worden opnieuw verbonden met het christelijk geloof, door middel van Bijbelteksten en kleine overdenkingen. Die overdenkingen zijn in glasheldere taal geschreven. Ze laten het diamantmodel opnieuw schitteren, in de kleuren van de traditie van waaruit Hospice Kuria leeft en werkt.

Het 25-jarig jubileum van hospice Kuria stemt tot dankbaarheid, evenals dit waardevolle boekje. Ik hoop dat het hospice na een kleine pauze waarin in dankbaarheid gevierd wordt, nog vele jaren een plaats van rust en troost mag zijn. En ik wens dit schitterende boekje daarin een inspirerende rol toe.

Carlo Leget

Carlo Leget is als hoogleraar Zorgethiek en bijzonder hoogleraar Ethische en spirituele vragen in de palliatieve zorg, vanuit de Associatie Hospicezorg Nederland, verbonden aan de Universiteit voor Humanistiek te Utrecht.

Ten geleide

Voor je ligt een boek dat zich prima in de pauze laat lezen. Het woord ‘pauze’ kun je omschrijven als ‘tijd waarin je even stopt met wat je deed’ of ‘onderbreking om te rusten’. De bedoeling van een pauze is dat je tot rust komt om daarna weer met frisse moed de draad op te pakken. Precies dát ben je aan het doen als er uit dit boek wordt gelezen. Je bent opgehouden met datgene waar je mee bezig was en je bent samen gaan eten.

Het is pauze. Of misschien ben je wel op je kamer, alleen, of samen met iemand die heel dicht bij je staat, en is er een stil moment van bezinning. Ook dat kun je pauze noemen. En na die pauze gaat het leven weer verder, met alle vreugden, maar ook met alle zorgen.

Van verschillende bewoners in Kuria die mij toelieten in hun leven en gedachten heb ik geleerd dat het leven in een hospice door hen als pauze ervaren wordt. Zij zijn gestopt met wat ze deden. Noodgedwongen. Hun gewone doen en laten is onderbroken. Het wachten is op wat komen gaat. Het leven is in de pauzestand terechtgekomen. Dat heeft moeilijke kanten: je voelt je eigenlijk niet meer bij het dagelijkse leven betrokken. Maar het heeft ook iets moois: je krijgt tijd om bezig te zijn met datgene wat er echt toe doet in het leven. Je leeft heel intens. Dit boek is vooral geschreven voor allen die in die pauzetijd leven.

Het Nederlandse woord ‘pauze’ is afgeleid van een Grieks woord dat ook in de Bijbel voorkomt. Het betekent daar vooral: ‘rust’. Het is mijn diepe overtuiging dat de echte rust, zowel in de pauze van je gewone dagelijkse dingen, als in de ‘pauze’ aan het eind van je leven op aarde, ten diepste gevonden kan worden bij de Here Jezus. Dat zegt Hij ook Zelf in Matteüs 11: ‘Ik zal je rust geven’. Het is mijn gebed dat allen die dit boek gebruiken in hun pauze – van welke aard die dan ook is – die rust in hun leven mogen ervaren.

Ik schrijf deze pauzegedachten met herinneringen aan alle bewoners van Kuria die mij lieten delen in hun pauzetijd. Mensen met wie ik een stukje van hun levensweg mee mocht lopen. Ik heb veel van hen geleerd.

Gedachten zijn niet altijd in woorden te vangen. Ik ben daarom heel blij dat er naast woorden ook beelden in dit boekje staan. De foto’s zijn bedoeld om van te genieten, om over na te denken en om samen te ontdekken wat de betekenis van de beelden zou kunnen zijn. Mijn collega Henny Luchies maakte de foto’s. Ik dank haar voor de inspirerende samenwerking.

*Atie Peet-Vreman,
geestelijk verzorger hospice Kuria*



RUST

Week 1

Dag 1

Lezen:

Genesis 1:26-2:4

Kerntekst:

Genesis 2:2


Rustdag

Bij het woord 'rust' denken sommige mensen misschien aan het bejaardenhuis. Vroeger werd dat een rusthuis genoemd. We lezen dat God gaat rusten. Maar hoezo, God is toch niet te vergelijken met een oud mannetje dat afgeleefd achter de geraniums gaat zitten? Hoe kan het dat God moe lijkt te zijn? Hij is toch de Almachtige?

Met het 'rusten' van God wordt niet bedoeld dat Hij moe is. Toen God ging rusten van Zijn scheppingswerk, was het werk klaar. De schepping was geworden zoals God die bedoeld had en Hij kon ervan gaan genieten. De schepping was tot haar doel gekomen.

God heiligde de zevende dag. Dat betekent: die dag werd apart gezet. Dat deed de Here niet alleen voor Zichzelf, maar ook voor de mensen. Mensen zoals jij, die druk zijn met van alles en nog wat. Die de hele dag telefoontjes plegen, en via social media in contact staan met anderen. Mensen die druk zijn met ziek zijn of met dingen regelen. Onrustige, gestreste mensen. Die zich zorgen maken. Je krijgt die aparte dag van God om even afstand te nemen van het alledaagse en tot rust te komen. Het is een gelegenheid om op adem te komen bij God en Hem te danken voor alle goede dingen die Hij je geeft in Zijn schepping en in Zijn Zoon Jezus Christus.

Als je zo in het leven staat, vanuit de rust die God je geeft, dan ben je tot je doel gekomen. Bevrijd van rusteloosheid en zinloosheid. Je leven heeft een bestemming.



Hart, onrustig, vol van zorgen,
vleugellam geslagen ziel,
hoop op God en wees geborgen.
Hij verheft wie nederviel.
Eens verschijn ik voor den Heer,
vindt mijn ziel het danklied weer.
Hij, mijn God, Hij heeft mijn leven
altijd aan de dood ontheven.

Psalm 42:7

Uit: *Liedboek voor de Kerken* (1973)

RUST

Week 1

Dag 2

Lezen:
Psalm 42

Onrust

Zie je dat kleine vogeltje zitten? Tegen het raam aan gevlogen en op de grond gevallen. Vleugeltje beschadigd. En nu kan het geen kant meer op. Zo voelt de dichter van psalm 42 zich. De berijming luidt: 'Hart onrustig, vol van zorgen, vleugellam geslagen ziel'. En zo kan het eraan toe zijn in je binnenste. Je ziel is bedroefd en onrustig. Je zit in het nauw. Waardoor eigenlijk?

Degene die deze psalm heel lang geleden schreef, weet het wel. Hij is ver bij God vandaan. Ver bij de tempel vandaan. Ver bij het volk van God vandaan. Eén ding is duidelijk: het is daar niet fijn. Het lijkt wel alsof de Here hem vergeten is. De golven van het leven beuken over zijn ziel. De dichter vergiet heel wat tranen. Mensen in de omgeving van de dichter lachen hem uit: 'Waar is je God? Waarom zit jij hier? Kan God jou niet helpen? Zie je wel, jouw God bestaat niet.' Zijn ziel wordt er onrustig van. Hoe komt het dat God zo ver weg lijkt? Waarom helpt Hij niet?

Totdat de dichter zichzelf wakker schudt: 'Waarom stel ik zulke domme vragen? Waarom ben ik onrustig en zit ik hier als een ineengedoken vogeltje? God is niet weg – ik ben ver weg! Vestig je hoop op God! Want God ziet mij en redt mij. De God die ik ken van vroeger, de God die er altijd al was, is er nu ook! Daarom hoef ik geen onrustig hart te hebben!' En dan mag hij ervaren wat Augustinus zei: 'Onrustig is ons hart, totdat het rust vindt in U!'