

Een spiritualiteit van de zorg



HENRI
NOUWEN

Een
spiritualiteit
van de

zorg

Inleiding Wil Derkse

Eindredactie

John S. Mogabgab



LANNOO

Het werk en gedachtegoed van Henri Nouwen
wordt bevorderd door de Henri Nouwen Stichting,
Avenue Concordia 117, NL-3062 LG Rotterdam.
www.nouwen.org

www.lannoo.com

Omslagontwerp Studio Lannoo

Oorspronkelijke titel *A Spirituality of Caregiving*

Oorspronkelijke uitgever Upper Room Books, Nashville

Nederlandse vertaling Maria ter Steeg

© Erven Henri Nouwen en Uitgeverij Lannoo nv, Tiel

D/2014/45/214 – NUR 728 – ISBN 978 94 014 1554 5

Inhoud

- 7** Over de reeks *Spiritualiteit in de praktijk*
- 8** Woord vooraf – Sue Mosteller
- 13** Inleiding – Wil Derkse
- 17** Een kostbaar iets
- 21** Geroepen
- 29** In de praktijk
- 41** De uitdaging
- 51** Methodes
- 57** Zegen
- 60** Over Henri Nouwen
- 62** Noten
- 64** In dezelfde reeks
Van dezelfde auteur

Over de reeks

Spiritualiteit in de praktijk

Henri Nouwen zocht de kern van het leven op. Hij kon er niet afstandelijk naar kijken: nieuwe ervaringen en relaties vloog hij altijd in volle vaart binnen. Hij bekeek de wereld met de gretigheid van een kind, overtuigd dat hij midden in het leven de God zou vinden die onvoorwaardelijk van ons houdt. Met al zijn hartstocht wilde Henri ons helpen om die God te vinden die zo verweven is met ons bestaan. Heel zijn leven en zijn pastoraat waren daarop gericht.

De reeks *Spiritualiteit van Henri Nouwen* bundelt Henri's gedachten, zijn bewogen betrokkenheid bij kwesties en zorgen van onze tijd. Deze nieuwe reeks kwam tot stand dankzij de samenwerking tussen de *Henri Nouwen Society* en *Upper Room Ministries*. De reeks wil thema's die Henri na aan het hart lagen, op een nieuwe manier presenteren. Wij hopen dat uit elk boekdeeltje blijkt dat God in het dagelijks leven dichter bij ons is dan wij denken.

Woord vooraf

Sue Mosteller

Henri Nouwen was een gevoelsmens. Hij luisterde graag naar anderen, wilde hen tot rust brengen, steunen en troosten. Misschien wilde hij daarom, al vanaf zijn vroegste jeugd, iemand zijn die voor anderen zorgt – een pastor, een vriend, een broer, een leraar en een schrijver. Ik denk dat hij in zijn jonge jaren veel verwachtte van zijn roeping om er voor anderen te zijn. Hij heeft dat met name kunnen waarmaken aan het begin van zijn loopbaan, op een aantal universiteiten. Het was zijn passie om studenten toe te rusten voor het leven, hij zocht met hen naar creatieve vormen van gebed en gesprek en liet hen buiten de lessen bij hem samenkomen om met elkaar te praten. Hij was niet alleen hun professor, hij werd ook een broer en vriend voor hen.

Mettertijd – misschien omdat hij te zeer alleen was, kritiek kreeg van collega's, overbelast was en klem zat in een slecht werkend systeem – moest Henri meemaken dat hij vrienden verloor, ernstig vereenzaamde en oververmoeid, geprikkeld en verbitterd raakte. Langzaam realiseerde hij zich dat hij steeds minder energie overhield om voor anderen te zorgen en dat zijn inzet voor anderen toenemend

gekleurd werd door onverwerkte boosheid en innerlijke conflicten.

Henri kon gelukkig zeven maanden verlof nemen om in een trappistenklooster alles stil te zetten en zijn problemen eerlijk onder ogen te zien. Hij was verstandig genoeg om te weten dat er niets mis was met zijn verlangen om voor anderen te zorgen. Hij was ook bescheiden genoeg om zijn cynisme bespreekbaar te maken en van wijze vrienden daarop reacties toe te laten. En hij was moedig genoeg om in zichzelf het nodige te willen veranderen, zodat zijn authentiek menselijke verlangen om voor anderen te zorgen weer kon opbloeien en hoop geven aan anderen.

In de daaropvolgende jaren bracht Henri, met vallen en opstaan, een paar radicale veranderingen aan in zijn leven, zonder zijn primaire verlangen om voor anderen te zorgen op te geven. Eenmaal gearriveerd in de Ark Daybreak, was hij bereid om de verantwoordelijkheid op zich te nemen voor de verzorging van Adam, een van de leden van de gemeenschap, hoewel hij zich daartoe nauwelijks in staat voelde. Mensen van Daybreak herinneren zich de dag van Henri's aankomst daar, en hoe hij in het begin terugdeinsde voor de vraag van de gemeenschap om Adams verzorger te worden. Dat was aanvankelijk zo'n enorme opgave voor hem, dat hij smeekte om voor iemand ánders verantwoordelijk te mogen zijn. Adam had veel handicaps en kon onder andere niet praten; dat maakte het voor Henri heel moeilijk om van bijvoorbeeld het baden van Adam een vertrouwelijk moment te maken en om te ontdekken dat het aankleden

en eten geven van Adam kansen waren om 'Adam te leren kennen'.

Henri was een man van het woord. In zijn relaties moest hij het hebben van gesprekken. Maar praten was er bij Adam niet bij en Henri moest er steeds weer aan herinnerd worden dat hij de tijd die hij doorbracht met Adam, niet moest zien als een reeks taken die hij moest afwerken, maar dat hij een andere manier moest vinden om met Adam te communiceren om zo 'bij hem' te zijn. Langzaam, heel langzaam werd Adam een vriend die een apart plaatsje in Henri's hart kreeg en hem in staat stelde om helder uit te drukken wat zijn spiritualiteit van het zorgen inhield. Het is verhelderend wat Henri schrijft in zijn boek: 'Adam werd mijn vriend, mijn leraar en mijn gids.'

Zou je niet eerder verwachten dat zulke woorden uit de mond van Adam kwamen? Meestal is het de broze patiënt die op deze manier zijn dankbaarheid uitdrukt voor degene die goed voor hem zorgt. Maar in dit geval is degene die zogenaamd de sterkste van de twee is, degene die een geschenk van onschatbare waarde ontvangt van de zogenaamde 'niet-functionerende' ander!

Daar ligt de kern van Henri's spiritualiteit van het zorgen: in de wederkerigheid tussen twee mensen die samengebracht zijn vanwege de broosheid van de een en de kracht van de ander, in een relatie die doorgaans heel mooi is en toch vaak erg veeleisend. Vanuit zijn eigen ervaring als verzorger verwoordt hij de behoefte aan een relatie en wij weten allemaal: die relatie is de basis waarop alles berust, maar vaak hebben we die uit het oog verloren

omdat wij zelf overbelast zijn. Wellicht waren wij te veel alleen, oververmoeid, ontmoedigd of onderdeel van een slecht werkend systeem van gezondheidszorg.

Henri's spiritualiteit van het zorgen bemoedigt ons om anders om te gaan met onze zorg voor anderen. Henri wist uit eigen ervaring hoezeer zorgverleners hun negatieve emoties en angsten onderdrukken en maar verder zwoegen om de eindeloze en onvermijdelijke dagelijkse taken klaar te krijgen, zonder tijd te maken voor menselijk contact, dat toch zo wezenlijk is. Henri wist wat het was om woede te voelen opkomen, allerlei wisselende emoties, schuldgevoel en het diepe verlangen naar erkenning, hulp en bevrijding. En hij kende ook het wanhopige gevoel tekort te schieten, een gevoel dat zoveel zorgverleners overvalt als zij tijd en energie proberen te vinden om op een creatievere manier te werk te gaan, een manier die meer voldoening en vitaliteit geeft.

Henri moedigt daartoe op een rustige manier aan, en dat komt voort uit compassie. Hij wil dat wij ons hart opnieuw durven openstellen en onze diepste menselijke verlangens erkennen. Met zijn suggesties hoe wij tijd kunnen nemen om bij iemand in nood 'aanwezig' te zijn, wil hij ons bemoedigen om vol te houden, de pijn te verdragen die besloten ligt in moeizame verhoudingen en te geloven in wat wij niet kunnen zien, horen of voelen, maar waarvan wij weten dat het van levensbelang is en de diepste waarheid.

Misschien kunnen wij, als wij dit boek lezen, Henri even voor óns laten zorgen. Misschien kunnen wij heel even toelaten dat iemand echt begrijpt wat wij doormaken, dat

iemand echt meevoelt en een vriend voor ons wil zijn, een leraar en een gids.

Hier is iemand die zeker weet dat zorgen voor anderen een heel diep menselijk verlangen is. Hier is iemand die ons is voorgegaan en ons wijsheid en moed toewenst om te doen wat voor ons ligt. Hier is iemand die ons helpt vanuit zijn eigen ervaring, vol meeleven. Hij formuleert een belofte die hoop geeft: 'Zorgen voor anderen kan je innerlijk heel en vrij maken. Zowel degene die verzorgd wordt als degene die zorgt, wordt omgevormd.'

Sue Mosteller

The Henri Nouwen Legacy Trust

Inleiding

Wil Derkse

In de rijkgeschakeerde tradities van de spirituele scholen lijkt de toeleg op aandachtige zorg, zorgvuldigheid en toewijding een gemeenschappelijke trek te zijn. Je kunt je moeilijk een spirituele school voorstellen waarin slordigheid, oppervlakkigheid en verwaarlozing worden geprezen. Zorg en toewijding hebben voorts altijd iets, of iemand, op het oog dat concreet en reëel is, net als de andere aspecten van het spirituele leven, dat altijd concreet en praktisch is, wil het werkelijk levensomvormend zijn. De omschrijving ‘spiritualiteit in de praktijk’ is dan ook tautologisch.

In de mooie bundel *Dierbare woorden* van de Nederlandse filosoof Cornelis Verhoeven (1928-2001) is ‘toewijding’ misschien wel het woord dat hem het meest dierbaar was. Verhoeven brengt toewijding en zorg met elkaar in verband. Hij denkt daarbij eerder ‘aan aandacht en vakmanschap dan aan iets vrooms of heldhaftigs’. Toewijding en zorg zijn wezenlijk gericht op iets of iemand buiten jezelf, terwijl dat ‘zelf’ er wel zo veel mogelijk ‘bij’ wil zijn: ‘Toewijding is een belangeloze zorg die niet de indruk wekt door iets anders dan het voorwerp van die zorg geïnspireerd te worden.’

Ik moest regelmatig aan deze woorden van Cornelis Verhoeven denken bij het lezen van de hier bijeengebrachte teksten van Henri Nouwen over de zorg. Het verbaast natuurlijk niet dat deze productieve en veelzijdige spirituele schrijver ook regelmatig thema's aan de orde stelt die met zorg te maken hebben. Maar zoals zo vaak bij Henri Nouwen is het de omvorming van zijn eigen levenspraktijk geweest die zijn perspectief op een dimensie van spiritualiteit heeft verrijkt en verdiept. De periodes bijvoorbeeld waarin hij langdurig in een trappistenabdij verbleef, hebben hem grondig ondersteboven gekeerd en hem geconfronteerd met kanten van zijn persoon die wel wat transformatie behoefden, zoals zijn verlangen om te schitteren en applaus te ontvangen, om bijzonder werk te doen, om 'spectaculaire' spirituele gebedservaringen op te doen. Abt John Eudes Bamberger heeft hem toen geduldig begeleid in het doorleven van het lange zevende hoofdstuk van de Benedictusregel: dat over de nederigheid of deemoed. Henri Nouwen leerde een meer realistisch zelfbeeld te ontwikkelen, en een realistischer beeld van zijn eigen groeimogelijkheden.

Iets vergelijkbaars maakte hij later mee door zijn persoonlijke omvormingsproces in gemeenschappen van L'Arche, waarin hij heel concrete zorgtaken op zich nam, zoals die voor Adam – die voor hem een vriend werd in plaats van een zorgbehoevende met wie geen contact mogelijk zou zijn. Dat spiritualiteit en zorg samenhangen met de kunst van het luisteren was hem als deskundige op het gebied van de pastorale psychologie natuurlijk genoegzaam bekend en

had hij ook beleefd in gesprekken en begeleiding. Hij had zeker al leren luisteren met het toegenegen oor van het hart, zoals Sint-Benedictus dat zegt in de openingszin van zijn Regel. Maar nu kreeg die kunst van het luisteren een nieuwe dimensie: het kunnen accepteren van de passiviteit van het loutere erbij zijn, het openstellen van het hart voor iemand die naar het schijnt ‘niets te zeggen heeft’. Daarbij kwam nog het leren omgaan met de eigen onhandigheid in basale zorgende handelingen en taken. Nog een levensles was voor Henri Nouwen de ervaring dat zorg alleen in gemeenschap mogelijk is: zorg en gemeenschap voeden elkaar wederzijds. Daarmee verbonden is de ervaring dat ‘zorgverlening’ geen eenrichtingsproces is: we hebben diegenen die onze zorg nodig hebben ook van onze kant nodig voor de eigen emotionele, fysieke en spirituele ondersteuning en groei. Broosheid en kracht zijn aan beide kanten reële gegevenheden. Henri ontdekt zijn eigen broosheid aan Adam; Adam beschikt over een stille kracht die Henri omvormt, zelfs zodanig dat er in Henri een genezingsproces van zijn ziel plaatsvindt. De omgang tussen beiden is ook een omgang met de beperkingen aan beide kanten. In dit proces komen beiden meer tot leven – wat het oogmerk is van iedere spiritualiteit. In de woorden van Ireneüs van Lyon (bisschop en theoloog in de 2e eeuw): ‘*Gloria Dei, homo vivens; vita hominis visio Dei*’ – ‘Gods glorie is de levende mens; menselijk leven is op God gericht’ – en wel te herkennen in de mens die nu tegenover je staat en je nodig heeft.

Zorg en toewijding gedijen alleen in een klimaat van oefening, geduld en generositeit, niet in een omgeving van haast, hectiek en hebzucht. Deze bundel met gedachten van Henri Nouwen over de zorg is ook te lezen als een kritische blik op wat er in de ‘zorgsector’ gaande is. We horen vaak spreken over ‘zorgondernemers’, ‘prestatie-indicatoren’ in de zorg, en andere termen die eerder met het bedrijfsleven worden geassocieerd. Zorgvuldigheid, toewijding en aandacht staan op gespannen voet met het klimaat van een bedrijfseconomisch ‘dichtgetimmerde’ zorgonderneming. Henri Nouwen had iets dergelijks eerder al ervaren in zijn werk op zeer prestatiegerichte universiteiten in de Verenigde Staten, die steeds in de weer zijn om hoger te scoren in de *rankings*. In de gezondheidszorg en verwante sectoren is iets soortgelijks gaande, een proces dat bedreigend is voor kwaliteit, voldoening en vitaliteit. Deze bundel met teksten van Henri Nouwen biedt inspiratie voor wie in de zorg werkzaam is en ook voor wie thuis intensieve zorgtaken draagt. Ook bestuurders in deze sector zouden het als het ware op hun nachtkastje bij de hand moeten hebben, zodat men eraan herinnerd wordt waartoe zorg eigenlijk *dient*.

Wil Derkse, auteur van *Een levensregel voor beginners* en *Over vriendschap*.



Een kostbaar iets

*Christen zijn is geen zaak
van jou alleen.¹*

Wat houdt *zorgen* in? Het Engelse woord *care* komt van het woord *kara*, en dat betekent klagen, rouwen, meelijden met iemand, delen in de pijn van iemand anders. Zorgen voor iemand betekent dat je het verdriet deelt van mensen die ziek zijn, verward, eenzaam, geïsoleerd en vergeten en dat je hun lijden in jezelf herkent en voelt. Zorgen voor iemand betekent dat je deel gaat uitmaken van de wereld van mensen die gebroken en machteloos zijn en samen met hen gemeenschap opbouwt. Zorgen betekent aanwezig zijn bij wie te lijden heeft, erbij blijven, ook als je niets kunt doen om verandering te brengen in hun situatie.

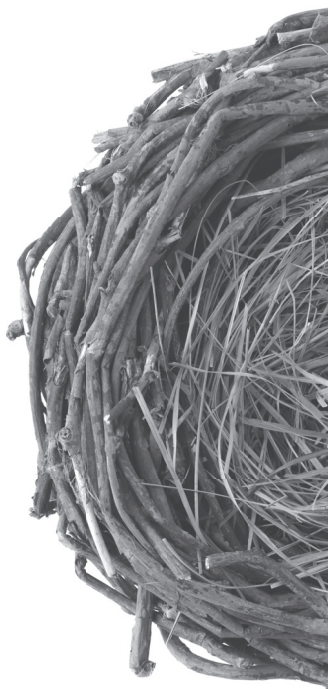
Zorgen is de meest menselijke handeling die er bestaat. Ze is het gevolg van de moedige erkenning dat wij elkaar allemaal nodig hebben. Het is de genadige compassie die ons verbindt met broeders en zusters die zijn zoals wij en die dezelfde mooie, maar ook pijnlijke levensweg gaan.

Als wij voor elkaar zorgen, bezitten wij iets kostbaars. Zorgen is iets kostbaars, omdat het op meer dan alleen genezing gericht is. Zorgen kan ons innerlijk heel en vrij maken: zowel degene die verzorgd wordt als degene die zorgt, ze worden beiden omgevormd. Degene die zorgt en degene die zorg ontvangt zijn allebei sterk, maar ook allebei kwetsbaar, ieder op een eigen manier. De zorgende relatie die wij met elkaar opbouwen, schept daarom een band, die een onverwacht geschenk op ons pad brengt.

Ik hoop dan ook dat dit boek inspiratie geeft aan al degenen die personen verzorgen die fysiek, emotioneel of psychologisch niet zonder hulp kunnen, mensen in ziekenhuizen, instellingen, verpleeghuizen of particuliere tehuizen.

Velen van ons weten uit ervaring hoe zwaar het is om zorg te verlenen. Maar het is ook goed om eraan herinnerd te worden hoe zwaar het is om verzorgd te worden. Het is allebei niet gemakkelijk! Maar juist als je voor anderen moet zorgen, kun je een liefdevolle, wederkerige en respectvolle relatie ervaren – dat denk ik echt. Een spirituele verbondenheid die nieuwe mogelijkheden biedt voor levensvervulling en innerlijke heelwording, aan beide kanten.

*Wees barmhartig,
zoals jullie Vader
barmhartig is.
(Lc 6,36)*



Geroepen

*Mijn diepste roeping is
Jezus in zijn lijden aan te
zien en niet vermorzeld te
raken onder zijn pijn, maar
die in mijn hart op te nemen
en er compassie uit te laten
groeien.²*

COMPASSIE EN ZORGEN

In het evangelie zegt Jezus tegen de leerlingen: 'Mijn vrienden zijn jullie, maar dan moeten jullie ook doen wat Ik jullie opdraag' (Joh 15,14). En Hij draagt hun op: 'Wees barmhartig, zoals jullie Vader barmhartig is' (Lc 6,36).

Compassie is allesbehalve gemakkelijk. Het vraagt dat wij innerlijk bereid zijn iemand anders te ontmoeten wanneer hij zwak en kwetsbaar is, eenzaam, kapot. Maar zo'n houding tegenover het lijden ligt ons niet. Wij willen het lijden uit de weg ruimen, we lopen ervan weg of we zoeken er snel een oplossing voor.³

Maar het allermooiste is ons vermogen solidair te worden met wie lijdt. Compassie gaat nooit samen met een oordeel over iemand, want oordelen schept afstand. Het maakt onderscheid tussen mij en iemand anders en dat verhindert dat ik mij echt aan iemand verbind.⁴

Als ik op mijn eigen leven terugkijk, besef ik dat ik mij het meest gesteund en getroost gevoeld heb wanneer iemand tegen mij zei: 'Ik kan je pijn niet wegnemen, ik heb geen oplossing voor je probleem, maar ik kan je beloven dat ik je niet alleen laat en je vast zal houden zo lang en zo goed als ik kan.' Er is veel verdriet en pijn in ons leven. Maar wat een zegen als wij niet alleen gelaten worden in ons verdriet en onze pijn. Dan is compassie een geschenk.⁵

JE PRIORITEITEN VERLEGGEN

Graag vertel ik wat ik zelf meemaakte toen ik voor iemand moest zorgen. Dat was een ervaring die mijn hele leven veranderde. Ik was toen 54 jaar, hele dagen voor anderen in touw als pastor, priester, professor en schrijver. Ik had net een grote overstap gemaakt van een onderwijsbaan aan Harvard University naar een leven als pastor met gehandicapten en hun assistenten in de gemeenschap van de Ark Daybreak in Canada.

Toen ik in Daybreak aankwam in augustus 1986, zag ik Adam voor het eerst. Hij was een heel vriendelijke en rustige man, maar het ernstigst gehandicapte lid van de gemeenschap op dat moment. Ze vroegen me al gauw om Adam 's morgens klaar te maken voor de dag. De hulp aan Adam hield in dat ik hem om 7 uur wakker moest maken en in bad doen, scheren, zijn kleren kiezen en hem aankleden, zijn haar kammen, met hem naar de keuken lopen en zijn ontbijt klaarmaken, naast hem blijven zitten en helpen met eten en drinken, zijn tanden poetsen, zijn jas, handschoenen en pet aandoen, hem in zijn rolstoel zetten, en hem daarin een paar honderd meter verder naar zijn dagbesteding brengen.

Ik was verbijsterd! Dat kon ik toch helemaal niet? 'En als hij valt? Hoe moet ik hem vasthouden bij het lopen? En als ik hem pijn doe en hij kan dat niet zeggen? Stel dat hij een insult krijgt? Ik weet niet eens hoe ik hem moet aankleden! Er kan zoveel fout gaan. Trouwens, ik ken die man niet eens. Ik ben geen verpleegkundige. Ik heb daar helemaal geen opleiding voor gehad!' Een paar van die bezwaren liet ik horen;