

De passie van leven, liefde en dood. Ari van Buuren. 2009. Uitgeverij Ten Have.

NABESCHOUWING

door Jan Taal

Als je partner ziek is ben jezelf ook ziek. Vanuit dit perspectief schrijft Ari van Buuren. Samen sta je sterk. Wat in de praktijk zoveel betekent als: jij lijdt en ik lijd. Hoop en wanhoop, liefde, tederheid, boosheid en verdriet, Ari en Yvonne deelden dit op een intense wijze. Door diepe dalen en naar grote hoogten. Dit is een ontroerend boek. Een relaas van hoe je elkaar bij kunt staan, beiden aangetast in de diepste voegen van het bestaan. Troost is het belangrijkste geneesmiddel dat bestaat. Het is het licht in de duisternis, de tedere hand, het liefdevolle gebaar, de warme blik in de ogen. Ik ben met jou waar je ook bent, waar je ook heen gaat. Als een gans ziek is en niet verder kan vliegen op de grote trektocht, dan blijven één of twee getrouwen aan zijn of haar zijde. Ari is aan de zijde van Yvonne gebleven. Dit boek is een voortzetting hiervan.

In de immense onderneming die de moderne kankerbestrijding is – productiefabriek met nijvere werkplaatsen, technische hoogstand, apparaten en giftige stoffen, groot- en kleinhandel tegelijk, is troost veelal een ondergeschoven kind. Toch bleek in ons onderzoek naar wat hulpverleners als de essentie van hun vak beschouwen, dat de meesten het troostende contact met de patiënt als de kern van de zorg zien. Hand en hart worden het meest genoemd als symbool voor contact en de zon als symbool voor warmte en vrolijkheid¹. Patiënten hebben de warme aandacht en genegenheid nodig van hun naasten én van hun zorgverleners. Interessant is wat over placebo's bekend is. Placebo's - een als geneesmiddel voorgeschreven en aangeprezen middel zonder werkzame bestanddelen - hebben een helende werking. Onderzoekers spreken van een effectiviteit van 30 tot 60%. Het helende effect blijkt nog groter als de arts, net als de patiënt, ook denkt dat het een echt medicijn is! Hoe enthousiaster en zekerder de behandelaar is van zijn zaak, hoe groter het effect. De overtuiging van de arts is dus van wezenlijk belang in genezingsprocessen. De moderne dokter wil echter niet als een magiër gezien worden. De meeste patiënten zien het liefst een mens die vertrouwen, hoop en troost uitstraalt. Is er in de postmoderne tijd, met zulke grote medisch-technische vooruitgangen, een sluipende ziekte ingetreden, namelijk een toenemend gebrek aan ouderwetse troost en een te veel aan kou, isolement en eenzaamheid?

De tocht van Yvonne en Ari is een relaas vol van liefde en lijden, leven en dood. Hier zijn twee onderzoekende geesten aan het woord, met een ongelooflijke drang om alles te exploreren, het lichamelijke én het geestelijke. Inherent aan pijn en lijden is het verlangen naar verlossing. Terug naar de gezegende staat heel te zijn. Samen streven zij dit na, intens delen zij geluk en ongeluk, ziekzijn en behandelingen, hoop en wanhoop. Aan het eind schrijft Ari dat het misschien wel de diepste en spiritueelste veertien maanden van zijn leven waren. Maar de diepe afgronden, vertwijfeling en pijn zijn er niet minder om. Kanker is een verschrikkelijke ziekte.

Voor het verwerken van kanker bestaat geen recept. Ook Yvonne en Ari gingen wat dit betreft een onbekend land in. Het verslag van hun weg is een beeldrijk verhaal, vol met persoonlijke, diep doorleefde emotionaliteit, dromen, metaforen en archetypen. Authentiek en onopgesmukt.

Innerlijke beelden geven weer wat mensen bezielt en het geeft hun de gelegenheid om daar op een creatieve manier invloed op uit te oefenen. Contact maken met je innerlijke beeldenwereld geeft toegang tot dieper gelegen bronnen in jezelf en tot zingeving. Immers, de niet-bedachte, authentieke beelden in het innerlijk vormen de bouwstenen van wat mensen zijn en doen, van hun identiteit.

De verbeelding geeft de persoon ruimte voor het irrationele, voor wat vaak nog onbegrijpelijk en onzegbaar is. Zij doet recht aan wat van binnen leeft. Imaginatie (mentale en creatieve verbeelding) leert je de beelden bewust te gebruiken. In elk leerproces is dat belangrijk en bij een ernstige ziekte als kanker kan het geweldig helpen. Je lichaam is aangetast door de ziekte en door de vaak intensieve behandelingen. Je wordt geconfronteerd met je eindigheid, met de dood, angst, verdriet en pijn. Alles staat op losse schroeven, ook je zelfvertrouwen en gevoel van eigenwaarde. Imaginatie kan helpen om nieuwe geestelijke en lichamelijke vitaliteit te vinden. Het bekrachtigt en helpt hernieuwde betekenis en inhoud te geven aan leven.ⁱⁱ

Een goed voorbeeld hiervan zijn Yvonne's beelden in een episode waarin zij grote onzekerheid ervaart over de medische uitslagen en geen houvast voelt. Als zij dit onderzoekt, ziet zij een enge harige spin in haar hart, waarvan zij immens schrikt. Het is een grote roodholspin in een glibberig hol. Als zij contact maakt met de spin, dan komt het besef: 'als ik kan zijn als de spin, me thuis kan voelen in een glibberige omgeving zonder houvast, dan ben ik al een heel eind.' De spin blijkt nuttige kwaliteiten te hebben. Terug kunnen kruipen in je hol, afstand nemen om nieuwe energie te verzamelen, rust vinden. De spin als boodschapper en helper uit het diepere Zelf, de bron van creativiteit en ongekende vermogens die in ieder mens verscholen is. Ook dat kan imaginatie brengen.

Vijf maanden later, als de uitzaaiingen in de hersenen voor uitval en andere narigheid zorgen, komt de spin in Yvonne bewustzijn terug om haar te helpen zich thuis te voelen in een glibberige wereld zonder houvast. Er is wat is.

Dat de verbeelding van immens belang is bij het verwerken en het vinden van nieuwe wegen als kanker aan onze grondvesten schudt, wordt door het moderne breinonderzoek met de dag nadrukkelijker bevestigd. De ontdekking van spiegelneuronen in 1996 door Rizzolatti en Gallese heeft een stroom van neuropsychologisch onderzoek op gang gebracht. Dat toont in toenemende mate aan dat verbeelden nieuwe neurologische verbindingen in het brein baant en daarmee een belangrijke rol vervult in leerprocessen. Beter leren omgaan met het aangetaste lichaam en nieuwe wegen vinden in het veranderde leven kan mede door de verbeelding gestimuleerd en in gang gezet worden.ⁱⁱⁱ

Dit boek verhaalt ook hoe je elkaar kwijt kunt raken, verwijderd door de enorme psychische krachten die er in je los komen oog in oog met de voortschrijding van de ziekte en langzame aftakeling en dood. Weliswaar kan de confrontatie met de dood de kleuren van het leven intenser naar voren brengen zoals Jacqueline van der Waals en Anees Sheikh^{iv} beschrijven, maar het kan je ook in diep verborgen lagen van jezelf brengen. Het kan je doen zakken in de zwarte modder van je zieleven, waar depressie en destructie heerst, zoals Yvonne in een cruciale fase meemaakt.

Want net als vele anderen wil ook Yvonne de patiënt zijn die wonderbaarlijk geneest. Als ze zich realiseert dat die genezing niet komt, openbaart zich een diepe depressie. Ze spreekt van een diepe kuil vol zwarte modder. Het is de keerzijde van hoop die dit veroorzaakt. Want als hoop een geforceerde valse hoop is geworden, tegen beter weten in, dan gaat zij dienen als dominante onderdrukker van het reëel aanvaarden van de fysieke realiteit van de voortschrijdende ziekte. Wanhopige hoop. Yvonne zakt weg tot diep in de modder. 'Met mij alles de dood in'. Woede en destructie openbaren zich. Ari ondertussen bevindt zich in het oog van de orkaan, want hij als partner wordt er als eerste mee geconfronteerd.

Yvonne durft ernaar te kijken en er met haar hele hebben en houden contact mee te maken. Een immense onderneming. Dan blijkt in de destructieve woede juist ook levensdrift te zitten. In Yvonne's beeldenwereld meldt zich een groot struisvogelei. Een groot ei waarin de Yvonne zit die een enorme levensdrift bezit. 'Ik wil er zijn, ik mag er zijn.' Het blijkt dat zij daar al sinds haar vroegste jeugd aan heeft getwijfeld. Een oerkracht die Yvonne's en Ari's relatie zwaar onder druk zet. Maar ook dit gaan zij samen te lijf. Dat maakt dit boek tot zo'n uniek en bezielend document.

Openhartig wordt in dit boek over al deze zaken geschreven, met citaten uit beider dagboeken. Schouder aan schouder keren zij zich steeds weer naar het licht toe, als in een zonnebloemenveld, met de medebloemen, medemensen. Tezamen buig je, maar breek je niet. Meedraaien naar het licht van de zon. 'Het licht doorwandelt de zonnebloem tot in haar wortels, het is een innerlijke reis, een transformatie,' schrijft Ari. Uiteindelijk heeft de zonnebloem van Yvonne's lichaam diep gebogen, de grond geraakt en is teruggegeven aan de aarde.

Het zijn de psychologische en spirituele aspecten die dit boek zo belangwekkend maken. De theologische en mystieke achtergrond van de schrijver geven het boek daarbij een bijzondere lading. De rijkdom aan metaforen en aan psychologische en spirituele ervaringen spat van menige bladzijde af.

Aan de andere kant helpen zijn rijke ervaring als geestelijk verzorger in een groot ziekenhuis en als predikant, evenals zijn grote kennis als het gaat om leven en dood, Ari ook weer niet, want nu is hij zelf onderwerp en vooral lijdend voorwerp. In zijn werk heeft Ari dagelijks te maken met de geestelijke problemen van anderen, nu wordt hij er zelf hartgrondig mee geconfronteerd en is hij van empathisch naar pathisch gegaan. Dit boek verhaalt hiervan en van de intense aandacht en troost die twee mensen met en voor elkaar hebben. Een bijzondere reis vol beelden, spiritualiteit en rijke emotionaliteit.

Voor mij als therapeut was het meeslepend en inspirerend om via de imaginatie-sessies deel te nemen. Met veel respect denk ik terug aan de vele begeesterde momenten.

Moge dit boek voor velen een inspiratie zijn om in de confrontatie met de verschrikkelijke ziekte die kanker is, daar waar duisternis heerst ook licht te vinden of een kaars aan te steken.

Jan Taal is eerstelijns- en gezondheidszorgpsycholoog en is als trainer verbonden aan de School voor Imaginatie. Hij is oprichter van de stichting Kanker in Beeld.

ⁱ Straalen, P. en Taal, J. (2001). *Tekenen voor de Zorg, de verbeelding van een vak*.

ⁱⁱ Taal, J. (2003). Verbeeldingsprocessen en de verwerking van kanker, beeldende therapie en imaginatie. In: C. Holzspies & J. Taal (ed.). *Kanker in Beeld. Verwerking door creatieve expressie*. 2003. www.imaginatie.nl/artikelen/creativiteit.htm

Taal, J. (1994). Imaginatie-therapie. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 4, 227-246.

ⁱⁱⁱ Voor meer over spiegelneuronen kijk op: www.imaginatie.nl

^{iv} Sheikh, A.A. (1991). *Death Imagery*.