

Pleidooi voor de ziel

Onlangs verschenen het boek: **'Pleidooi voor de Ziel'**.

Mijn naam is **Gemma van den Akker** en woon in Siebengewald Noord Limburg.

Ik neem je mee naar 2013. Werkzaam als verpleegkundige in het Hospice en daarnaast als zelfstandig gevestigd natuurgeneeskundig therapeut is mijn leven dynamisch en ik voel me gelukkig. De laatste jaren echter ontstaan er steeds meer onverklaarbare lichamelijke klachten totdat het in 2013 opeens helemaal mis gaat. Met een darmperforatie beland ik met spoed in het ziekenhuis een lange opname volgt en ondertussen raak ik vreemd genoeg in de war. Niemand snapt wat er aan de hand is.

Na ontslag, neemt thuis de verwardheid en de immense pijn toe, ik verzoek vergeefs om euthanasie, vlucht naar het buitenland, maar beland via de luchthaven in Duitsland in een isoleercel in Venlo van waaruit een gedwongen opname in de psychiatrie volgt. Er is sprake van een ernstige psychose en nog steeds is niet duidelijk waarom.

Op de gesloten afdeling begint mijn helletocht pas echt. Een diagnose ontbreekt nog altijd en ik behoor samen met de andere mensen op de groep tot de afgeschrevenen, tot de 'gekken' en wordt er in de bejegening niet echt vriendelijk met ons omgegaan. Het boek beschrijft een onthutsend beeld van een volstrekt in de steek gelaten mens en een worsteling naar de betekenis van dit alles.

In die tijd heb ik helaas ook niet eens een achterban die het voor me kan opnemen en zo ben ik overgeleverd, afhankelijk en kwetsbaar tot op het bot. Mijn buik is nog steeds erg ziek en ontzettend pijnlijk, daar wordt echter niet voor behandeld. Ik kan niet meer. Door god en alleman verlaten en ik mag met niemand contact hebben, zelfs niet met mijn kinderen. Pas veel later komt er per toeval een vermoeden dat er sprake kan zijn van een tumor in mijn hoofd. Vanaf dán word ik serieus genomen, pas dan is men aardiger. Maar ik was toch nog steeds dezelfde mens?

Daar, in 2013 voelde ik al dat ik wilde schrijven. Als ik zou kunnen overleven en als het me zou lukken uit deze instelling te ontkomen, dan wilde ik dit verhaal absoluut delen met de buitenwereld.

Uiteindelijk heeft het nog een maand geduurd voordat ik naar huis mocht om te kunnen worden behandeld voor de inmiddels vastgestelde tumor in mijn hoofd.

Er volgen enkele jaren van operaties om de tumor te verwijderen, revalidaties en nogmaals operaties om het tumorproces opnieuw te kunnen stoppen. Tot 2018 was ik veelal bedlegerig maar in 2019 kon ik dan eindelijk met schrijven beginnen.

In mijn diepgaande ervaring heb ik steeds gevoeld hoe ongelooflijk belangrijk het is dat er oog blijft voor een menselijke kant, voor de innerlijke wereld van een mens. Vooral wanneer de nadruk ligt op de technische medische aandacht en de menselijke kant onderbelicht blijft, dan reikt die zorg niet ver genoeg. Dat kan dan bovendien voor veel onnodige ellende zorgen. Zeker wanneer de patiënt kwetsbaar is en/of afhankelijk van de zorg van een ander.

In mijn geval was ik bijvoorbeeld aan de buitenkant duidelijk in de war. Dat kon ik evengoed zelf wel waarnemen. Echter tegelijkertijd had ik ook voortdurend contact met mijn dieperliggende bewustzijn, met mijn gevoelslaag, mijn menselijke bewustzijn, mijn waardigheid als mens. En dat was helder, dat was intact en ongeschonden. Ik kon dat alleen niet helder onder woorden brengen, mijn communicatie via woorden was ronduit beperkt. Van binnen wist ik heel goed wat ik wilde zeggen of vragen; de woorden kwamen alleen als wartaal vervormd en onduidelijk uit mijn mond.

Hier heb ik zó duidelijk gevoeld hoe belangrijk het is dat er altijd, maar dan ook altijd rekening wordt gehouden met het onderliggende feilloze menselijke niveau, waarin een mens altijd wél zichzelf kan registreren. Hoe verward, beperkt, vreemd, dement, comateus iemand ook is.

Want ook al is de buitenkant anders, toch blijft een mens van binnen een volwaardig mens. En dáár ligt meteen de verbindende factor voor contact. Dáár ligt tevens de onmisbare factor om uiteindelijk weer te kunnen opknappen. Namelijk wanneer je in je menselijke kant, in je essentieel laag wordt uitgenodigd, wordt betrokken, gezien en erkend, dat kun je als patiënt ervaren dat er oog is voor jou. Dat het over JOU gaat. Dat je er ondanks al je gebreken je er evengoed toe doet. Onvoorwaardelijk.

Die onmisbare factor heb ik genoemd: de ziel. Een ziel als fundament van ons bestaan. En omdat het woord ziel bij mensen weerstand kan oproepen heb ik in dit boek de moeite genomen hierover uitleg te geven aan de hand van regulier wetenschappelijk onderzoek en onderzoeken uit de nieuwe wetenschap. Een ziel is niet iets verhevens, vaags of metafysisch. Het is een unieke grondtoon, simpelweg de kracht van onze essentie. Het woord ziel kan vertaald worden in: bewustzijn, bewustzijn van het hart, medemenselijkheid, mededogen, onvoorwaardelijke liefde, begrip. Maar geen van allen zijn deze termen los van elkaar volledig. Ziel is hetgeen wat ALLES omvat. Dat verklaart de keuze voor de titel: 'Pleidooi voor de Ziel'.

Ooit was het woord en de werkvorm 'ziel' een algemeen begrip, geïntegreerd in alle aspecten van het leven. Echter ooit is er ook gekozen om dit uit de reguliere wetenschap en geschriften te verwijderen. Nu nog altijd leven we in deze erfenis van een ziel-loosheid. Zo bedienen we ons bijvoorbeeld nog altijd van een zielloze psychologie.

Wat voor mij en voor de andere groepsleden op die psychiatrische afdeling zó het verschil had kunnen maken en waardoor wij ons als mens opgenomen hadden kunnen voelen, hier werd het zo duidelijk wat er in die zieke ziekenzorg zo schrijnend ontbreekt. Daarom zijn er in het boek hele praktische en meest belangrijke handreikingen gedaan. Stuk voor stuk aanbevelingen die ertoe bijdragen dat een mens niet alleen wordt gelaten in zijn kwetsbaarheid, in zijn anders zijn, in zijn ellende. Voorwaarden voor een mensgerichte zorg, zodat we er blijvend voor elkaar kunnen zijn.

Een van mijn wensen voor dit boek is dan ook dat het wordt ingezet in opleidingen voor artsen en andere hulpverleners in de zorg. Het zich kunnen verplaatsen in een ander is essentieel.

Het boek kan daarnaast bemoediging en erkenning brengen, zeker bij mensen die door bijvoorbeeld gebrek aan duidelijke diagnose ergens tussen wal en schip raken en zich niet meer gehoord voelen.

Het boek bestaat grofweg uit twee delen. 1. Het ervaringsverhaal wat uiteindelijk dient ter illustratie van de daaruit voortvloeiende aanbevelingen verderop in het boek. 2. De aanbevelingen voor een goede mensgerichte zorg. Praktische handreikingen voor het omgaan met elkaar, de zorg voor een kwetsbaar en afhankelijk mens in het bijzonder. Alle richtlijnen zijn geschreven vanuit mijn ervaring destijds als patiënt.

Waar ik als patiënt met een zeldzame aandoening later heel veel aan heb gehad is de Nederlandse Bijnierverseniging NVACP, zij brengt duidelijke richtlijnen en getoetste informatie. Daarnaast geeft de Facebook patiëntencontactgroep: 'Addison, Cushing, AGS en verwante aandoeningen' een grote steun door het onderlinge contact en het leren van elkaars praktische vragen en ervaringen.

Het boek is onlangs gepubliceerd. Er is veel belangstelling. Uitgeverij Aspekt. ISBN 9789464240610

Verkrijgbaar in alle boekwinkels in Nederland en België, ook online.

Tevens zijn de boeken ook bij Gemma voorradig en kunnen desgewenst gesigneerd opgehaald of verstuurd worden. www.levensakker.nl

Journalisten, artsen en boekrecensies melden: "Het boek is zeer goed geschreven, heel erg spannend, je kunt niet stoppen met lezen." "De schrijfstijl is heel prettig en zo goed dat we meer werk van deze auteur willen." "Door haar ervaringen zo op papier te zetten zijn we van mening dat ze een meesterwerk heeft geschreven. Er zijn weinig boeken die ons geraakt hebben wanneer er verteld wordt over een ziekte-ervaring. Dit boek is duidelijk een uitzondering. Het krijgt 5 sterren."

Mijn huisarts is lovend over het boek en gaf het aan alle 20 medewerkers van zijn praktijk. Het voorwoord is geschreven door de behandelend specialist van het Radboud UMC Nijmegen.

MEER ACTUEEL

Help mee het ziekenhuis te verbeteren

4 mei 2021

Bent u (oud-)patiënt, mantelzorger of anders betrokken bij het Zuyderland ziekenhuis? Lees dan verder! Voor...

De waarde van lotgenotencontact in cijfers!

4 mei 2021

Uitslag Nederlands onderzoek naar de economische waarde van lotgenotencontact. Groepsgewijs lotgenotencontact is heel waardevol voor...

Long-fysiotherapie na Corona

4 mei 2021

Mensen die restklachten ervaren na besmetting met het coronavirus kunnen gebruik maken van (long)fysiotherapie. Deze...

Interview met Peter Mijs

4 mei 2021

In gesprek met Peter Mijs – Wat angst met je kan doen? Peter is 59...

