

Blijvende blijdschap

Ook u hebt dan nu wel droefheid, maar Ik zal u weerzien, en uw hart zal zich verblijden, en niemand zal uw blijdschap van u wegnemen.

Johannes 16:22

Tekst: ds. P. Baas

Komende zondag is het Wezenzondag. De discipelen blijven na de hemelvaart van hun Meester verweesd achter. Maar Jezus belooft een blijdschap die blijvend is.

In de woorden van Jezus wisselen droefheid en blijdschap elkaar af. Dat herkennen wij – stemmingswisselingen. Sinds corona schijnen meer mensen er last van te hebben. Alleen al de dagelijkse stroom aan deprimerend nieuws heeft een negatieve invloed op onze stemming. Nu kun je die stemming ook weer positief beïnvloeden door minder nieuws te consumeren, je te laten inspireren door een goed boek of met iemand te bellen. Zo jojoën we op en neer. Ook ons geloof beweegt daar in mee. Soms zit je in diepten van ellenden, dan ben je er weer helemaal bovenop en zing je het uit.

Geboorte

Dat mag zo zijn, toch heeft Jezus het in dit woord tot Zijn discipelen nog over iets anders. Hij spreekt over een droefheid die voorbijgaat en een blijdschap die blijft. Het is, zegt Jezus, als met een vrouw die moet bevallen. Eerst heeft ze het zwaar, maar als alles achter de rug is, denkt ze niet meer aan de pijn, omdat ze zielsblij is met haar kind. Jezus spreekt hier in beelden over Zijn dood en opstanding. Pasen is als een geboorte – nieuw leven. Uit de chaos van de dood en de zonde wordt Christus geboren. Met grote blijdschap geeft het Evangelie er kennis van. De vraag is wat het met ons doet. Vinden we vreugde in Hem, Die onze blijdschap is?

Daartoe worden we elke zondag opgewekt. Ook op de zondag die in de traditie van de kerk ‘Wezenzondag’ heet. De stemming kan op deze zondag tussen Hemelvaartsdag en Pinksteren zomaar omslaan. Van vreugde om het volbrachte werk naar weemoed en verweesdheid – was Jezus nog maar hier. Waar is Hij eigenlijk? ‘Ik ga weg,’ heeft Hij gezegd. En Hij ging. Hij zou weer tot ons komen, maar dat duurt nu al bijna tweeduizend jaar. Soms denk je: komt Hij wel? Als het nu eens allemaal verzonnen is: God verzonnen, Jezus, de opstanding? Wat komt er nu eigenlijk van dat nieuwe leven terecht? En zo zink je weg in droefgeestigheid. Is dat niet de aanvechting, de verzoeking?

Laatste woord

Nu is de droefheid waar Jezus over spreekt méér dan

een stemming, net zoals de blijdschap in Christus geen stemming is, maar werkelijkheid vanuit Pasen. Ook de droefheid heeft met de werkelijkheid te maken, namelijk dat Jezus moest sterven, dat er voor Hem op deze aarde geen plaats was, behalve aan een kruis en in een graf. En dat allemaal vanwege ons. Ons leven is zó dat het Christus’ dood betekende. Er is dan ook een terechte droefheid.

Paulus wist daar, getuige Romeinen 7, alles van. ‘Ik ellendig mens!’ horen we hem uitroepen in een mengeling van verdriet en frustratie. Wat kan de zonde die in je woont je eronder krijgen. Toch heeft ook dan de blijdschap de overhand – ‘Ik dank God door Jezus Christus, onze Heere!’ Want Hij is het in Wie wij verlossing hebben van de doem van zonde en dood en daarmee van alle doemdenken. Dat weegt het zwaarst en moet dan ook het zwaarst wegen in ons leven. Blijdschap heeft het laatste, blijvende woord.

Ontvangen

Deze blijdschap is net als geloof geen kwestie van bezitten, maar van ontvangen. In het avondmaal krijgen we (weer) deel aan Christus en Zijn vreugde. Aan tafel wordt de blijdschap geschonken, gevoed, verfrist. Brood en wijn zijn ook medicijn tegen aanvechting en verzoeking. In alle droefheid verwachten we onze Heere Jezus Christus uit de hemel met opgeheven hoofd.

Meer nog, we vieren feest, omdat Hij bij ons is door Zijn Geest. Het avondmaal is het feest van de blijdschap die meer is dan een oppervlakkige, grillige stemming. We vieren dat Christus onze hoogste vreugde is, we vieren dat we er zelf bij mogen horen, we vieren elkaars aanwezigheid. Is er hier beneden een grotere blijdschap dan momenten als deze waarin je vrij bent van verdriet?

Daarom zouden we veel vaker het avondmaal moeten vieren en zeker ook op Wezenzondag. Zoals elke zondag is ook dit een paasdag. Crisis of geen crisis, dit is de dag die de Heere gemaakt heeft om bij Christus te zijn, zielsblij met Hem.

*Laat ons verheugd, van zorg ontslagen,
Hem roemen die ons blijdschap geeft!* ■



Ds. P. Baas
is predikant van de
hervormde gemeente
te Houten.



Palliatieve zorg helpt vaak om de laatste levensfase en het levenseinde beter te kunnen dragen.

Palliatieve zorg richt zich naar ziel en lichaam op welbevinden van patiënt

Barmhartig tot het einde

Nederlanders weten beter wat euthanasie is dan wat palliatieve zorg is. Euthanasie en een ‘voltooid leven’ krijgen met regelmaat alle aandacht. De zelfgekozen dood wordt daarbij neergezet als dé manier om waardig te sterven. Er is echter veel meer te zeggen.

Tekst: Elise van Hoek

De christelijke gemeente heeft de zorg voor zieken en stervenden al eeuwen op zich genomen. Aan de zes werken van barmhartigheid uit Mattheüs 25 werd in de Middeleeuwen ten tijde van de pestepidemieën een zevende werk toegevoegd: het moeilijke en gevaarlijke werk van het begraven van de doden.

De zorg voor stervenden ontwikkelde zich tot wat wij nu kennen als palliatieve zorg: zorg in de laatste fase van het leven met aandacht voor de héle mens.

Weerstand

In onze samenleving met een hoogtechnologische gezondheidszorg kunnen zieken genezen. Anderen

genezen niet, maar krijgen langdurige behandelingen en kunnen, ondanks een chronische ziekte, een hoge leeftijd bereiken. ‘Als je maar gezond bent..’ is een veelgehoord ideaal. Tegelijkertijd is door al deze mogelijkheden het besef van onze sterfelijkheid naar de achtergrond verdwenen.

Dit is niet het enige. Nadenken over het levenseinde wekt bij veel mensen ook een natuurlijke weerstand op. God schiep ons voor het leven in de eenheid van ziel en lichaam. Sterven is daarom een tegennatuurlijk iets en leven en dood zijn elkaars tegenpolen. De apostel Paulus noemt de dood de laatste vijand (1 Kor.15:26). Ook al mogen we weten dat de dood door Christus overwonnen is, toch leeft bij veel

Speciaal voor mensen werkzaam in het pastoraat publiceert de NPV de brochure *Van betekenis tot het einde: Pastoraat en het levenseinde*. De brochure is verkrijgbaar via de webshop op www.npvzorg.nl.

mensen op de bodem van hun hart angst voor de dood. Er kan – soms onbewust – angst en weerstand tegen leven tegen lijden en ontluistering.

Ook kan er sprake zijn van niet na willen denken over het levenseinde, onvermogen om na te denken over zichzelf of de eigen levensgeschiedenis. Ten slotte zijn er ook mensen die nadenken of spreken over het levenseinde zinloos vinden. Je weet toch immers niet hoe je levenseinde zal verlopen?

Waarom zou het goed zijn om tijdig stil te staan bij die laatste fase en er met anderen over te spreken?

Uitbehandeld

In tijden van ziekte kan er zoveel op mensen afkomen dat er nauwelijks tijd of ruimte is om te spreken over wat werkelijk van betekenis is. Ook kan er een drempel zijn om het gesprek aan te gaan met nabije naasten. Het kan confronterend zijn te spreken over eindigheid en verlies, over het eigen sterven, over geloofsvragen. Hoe zal de ander reageren? Kan die het wel aan? Wat durf ik zelf onder woorden te brengen?

In de praktijk blijkt dat artsen het net als patiënten vaak moeilijk vinden om in gesprek te gaan als een behandeling niet aanslaat of een ziekte niet te genezen is. Als iemand 'uitbehandeld' is, betekent dat echter niet dat er nu niets meer gedaan kan worden. Juist in deze fase is een patiënt erg geholpen met goede zorg en ondersteuning.

Heilzaam effect

De focus is alleen heel anders. Was de behandeling eerst gericht op genezing, nu ligt de nadruk meer op het verminderen van klachten, pijn en problemen. Niet het genezen van de ziekte staat centraal, maar het welbevinden, naar ziel en lichaam, van de patiënt. Daarmee richt deze palliatieve zorg zich op een heel andere manier van 'heel maken'. Die zorg helpt vaak om de laatste levensfase en het levenseinde beter te kunnen dragen. Ook vragen rond leven en dood kunnen aan de orde komen, zodat iemand zich kan voorbereiden op het sterven.

Het heilzame effect van palliatieve zorg blijkt ook uit wetenschappelijk onderzoek. Goede palliatieve zorg verbetert niet alleen de levenskwaliteit, maar kan in bepaalde gevallen zelfs de levensverwachting verlengen. Dit staat in schril contrast met het, soms tegen beter weten in, doelbewust voortzetten van behandelingen.

Opgedrongen

Euthanasie is voor veel mensen geen uiterste redmiddel meer, maar een eerste keuze. Euthanasie is in het denken 'doodnormaal' geworden. De rol van de media moeten op dit punt we niet onderschatten. Ten minste zo belangrijk als de stijgende normaliteit zijn de vele gevallen waarbij euthanasie niet wordt uitgevoerd om een stervensproces te bekorten, maar om iemand te doden die nog langere tijd te leven zou hebben.

De dubbele vergrijzing leidt tot eigen problemen. Waar de overheid zelfredzaamheid benadrukt, hebben ouderen er moeite mee hun netwerk te belasten of ontbreekt dit netwerk. Waar verbondenheid afneemt, door afnemende mobiliteit of het wegvallen van geliefden, neemt de kans op eenzaamheid sterk toe. Dit alles kan een flinke afbreuk doen aan de waarde die mensen aan het leven hechten. Wanneer er onvoldoende oog is voor deze problematiek, kan euthanasie een oplossing in eigen regie lijken, maar is ze in werkelijkheid niet opgedrongen door ziekte, maar door de omstandigheden.

Opmerkelijk zijn ook de regionale verschillen en de culturele aspecten die een rol spelen. Zo komt een euthanasievraag bijvoorbeeld nauwelijks voor bij niet-westerse allochtonen. Tegelijk helpt het om ons te realiseren dat zo'n vier procent van de mensen sterft door euthanasie. De overgrote meerderheid sterft een natuurlijke dood. Des te belangrijker is het daarom te investeren in palliatieve zorg.

Stijging palliatieve sedatie

Een onderdeel van palliatieve zorg kan palliatieve sedatie zijn. Dit is het verlagen van het bewustzijn van een patiënt in de laatste levensfase. Palliatieve sedatie is normaal medisch handelen dat, op de juiste wijze toegepast, het leven niet bekort. De patiënt komt te overlijden aan de onderliggende ziekte. Hierin onderscheidt palliatieve sedatie zich van euthanasie.

Opmerkelijk is dat de laatste jaren een sterke stijging zichtbaar is in het gebruik van palliatieve sedatie. Daar zijn verschillende verklaringen voor: (huis)artsen zijn beter op de hoogte van deze middelen en passen ze daarom vaker toen. Ook is er sprake van een toenemende druk van familie bij het verzoek om sedatie, en er wordt ook sedatie toegepast zonder overleg met patiënt of familie. Ook zijn er niet correct toegepaste vormen van palliatieve sedatie, bijvoorbeeld ter bestrijding van symptomen die een andere (zingeving)problematiek betreffen of met het doel het leven te bekorten. Lopend onderzoek moet hier meer duidelijkheid over geven.

Nieuwe vragen door corona

De coronacrisis zet ook palliatieve zorg in een ander licht. Het overgrote deel van coronapatiënten sterft niet op de IC, maar op een andere ziekenhuisafdeling, »

in een zorginstelling of thuis. Opeens kan een besmetting bij een relatief gezond iemand levensbedreigend worden. Bij een ernstig verlopende COVID-19 infectie is meestal sprake van uitputting en ernstig zuurstoftekort en verloopt de stervensfase vaak plotseling en snel. Nabijheid en gesprek met geliefden of zorgverleners worden nu belemmerd door afstand of beschermende middelen. Ziekenhuizen en zorgorganisaties zetten overal palliatieve afdelingen op voor coronapatiënten. Het doel hiervan is om stervende patiënten en hun familie beter en met meer rust te kunnen begeleiden. Nieuw dilemma's doen zich ook voor: onder zorgverleners speelt de vraag of er voldoende middelen voor goede palliatieve zorg beschikbaar zijn, zoals medicatie voor sedatie of infuuspompen.



Drs. Elise van Hoek-Burgerhart is als manager beleidsbeïnvloeding werkzaam bij NPV | Zorg voor het leven.

Geen standaard zorg

De afgelopen decennia heeft palliatieve zorg een behoorlijke vlucht genomen. Dit gebeurde echter niet vanuit samenhangend beleid, maar vooral door gedreven pioniers, ondersteund door beleidsmakers en financiers, die de noodzaak enthousiast ondersteunden. De NPV was en is bij verschillende van deze initiatieven betrokken, zowel in hospices, als in

onderzoek of in vormen van voorlichting. Nu is vooral de noodzaak voor politiek en beleidsmakers om binnen een logisch verband structurele financiering te bieden.

Palliatieve zorg is echter nog steeds geen 'standaard' zorg die overal op dezelfde wijze aangeboden wordt. Een betrokken huisarts, een kundige verpleegkundige of vrijwilligers thuis of in hospices kunnen hier echt het verschil maken en zorg op maat bieden. Een belangrijke rol spelen hier ook predikanten, geestelijk verzorgers, overige ambtsdragers of mannen en vrouwen die pastorale zorg geven. Zingevingsvragen kunnen juist in deze omstandigheden naar voren komen. Een goed gesprek kan angst verlichten, troosten en bemoedigen. Dan dragen al deze mensen iets bij aan palliatieve zorg. Zo mag de christelijke gemeente iets waar maken van Christus' woorden: 'Ik ben ziek geweest en u hebt Mij bezocht.' ■

De Waarheidsvriend



Behoeftte aan toerusting en bezinning?

Neem een jaarabonnement voor slechts € 49 en ontvang De Waarheidsvriend twee maanden gratis. Of vraag een cadeau-bon aan en schenk een jaarabonnement.

Ga naar www.dewaarheidsvriend.nl/word-abonnee of bel ons op 055-5766660.

Wij wensen u, mede namens de overige duizenden abonnees, veel leesgenoegen toe.

Gebed ten tijde van de coronacrisis

*Trouwe God en Vader,
Wij loven en prijzen Uw heerlijke Naam.
U de Schepper, de Onderhouder, de barmhartige en genadige
God.
U Die Uw eigen Zoon niet voor Uzelf hebt gehouden, maar Die
Hem voor ons allen hebt overgegeven.
Om ons met Hem alle dingen te schenken.*

*Wij belijden U onze zonden.
Onze weinig rentmeesterlijke omgang met Uw goede
schepping.
Onze omgang met dieren, vaak op gespannen voet met de
economie van het Koninkrijk.
Onze overmoed, van waaruit wij dachten alles te kunnen
'maken'.
Zelfs dachten te kunnen beschikken over leven en dood.*

*U, Die wereldwijd gesproken hebt, doe ons Uw stem verstaan.
Wij danken U dat U behalve een slaande hand ook een helen-
de hand hebt.
Geef dat we de pijn van Uw slaande hand voelen, tot inkeer en
ommekeer.
Maar dan we ook de kracht en de troost van Uw andere hand
mogen ervaren.
En dat we ons geborgen mogen weten in Uw doorboorde
handen.*

*Wij bidden U, nu er versoepeling is gekomen, bewaar voor een
nieuwe uitbraak.
Wij bidden U, als kerken weer voorzichtig opengaan, geef ver-
langen om op te gaan.
Geef een terugkeer tot U, de hemelse Vader, een wereldwijde
opleving.
Geef dat deze hele crisis in alle opzichten mag meewerken ten
goede.*

*Wij bidden voor hen die op belangrijke en verantwoordelijke
posten staan.
Voor hen die financieel zo getroffen worden.
Voor hen die door dit alles vervallen in armoede en
hongersnood.
Voor hen die treuren om het verlies van geliefden.
Voor hen die in angst of barre eenzaamheid leven of sterven.
'Heer, ontferm U.'*

*Verhoor ons omwille van Hem, onze Heere Jezus Christus, Uw
Zoon,
Die met U en de Heilige Geest, een enig God, leeft en regeert
in eeuwigheid.*

*Amen.
Ds. H. Liefing*