



**'We willen ons allemaal
zo graag groot houden
voor elkaar. Dat gaat ten
koste van de kwaliteit
van het leven.'**

‘Die knutselzorg in iemands laatste dagen boeit mij enorm’

TEKST ILONA DE LANGE BEELD NIEK STAM

Astrid Broeders noemt haar werk als hospiceverpleegkundige ‘haar grote liefde’, hoewel ze daar gauw aan toevoegt: ‘Naast Christus natuurlijk.’ Achttien jaar tussen stervende mensen leerde haar over het belang van verzoening.

De serre aan de voorkant van de oude, witte villa biedt een uitzicht op een bijna bloeiende magnolia en het glooiende park aan de overkant van de weg. Hospice Rozenheuvel in Rozendaal is een plaatje en zuster en verpleegkundige Astrid Broeders past er precies in wanneer ze staat te praten met een vrijwilliger die de tuin onderhoudt.

Zuster en verpleegkundige is geen tautologie. ‘Ik ben verpleegkundige, toegewijd in het celibaat en ik ben van Christus, ik kan het niet uit elkaar halen’, zegt Broeders als we even later aan een picknicktafel tussen de bomen zitten. De palliatieve zorg noemt ze de liefde van haar leven, ‘naast Christus natuurlijk’. ‘Palliatieve zorg gaat niet om de dagen verlengen, maar kwaliteit van leven toevoegen aan de laatste dagen van iemand. Het is heel veel ‘knutselzorg’, creatieve zorg, en dat boeit mij enorm.’ Ze is nu achttien jaar verpleegkundige in het hospice bij Arnhem; zuster is ze al veel langer. Broeders, die rooms-katholiek werd opgevoed, kwam tot een persoonlijk geloof op haar negentiende. ‘Twee jaar lang had ik boekenkast van mijn ouders leeggeplukt. Een van de boeken was *Het kruis in de asfaltjungle* en ik verwonderde mij erover dat de mensen in dit boek, letterlijk, met God leefden. Toen ik beseftte dat ik geloofde, kreeg ik een shock op een positieve manier. Als ik geloof dat Jezus leeft, dan is dat iemand die ik moet kunnen leren kennen.’

Via de gebedsgroep van haar ouders leert ze zelf persoonlijk te bidden. ‘En dat was vooral stil gebed, gewoon bij Jezus zijn. Ik had in mijn kamer een laag rotan tafeltje met daarop mijn bijbel en een icoon. Mijn kruisbeeldje had ik van de muur gehaald en daar zat ik dan mee in mijn hand.’ Om te verduidelijken hoe dat bidden in stilte is, haalt Broeders een verhaal aan van een priester die aan een boer vraagt waarom hij zo veel in de kapel zit. ‘Die boer antwoordde: “Och, ik kijk naar Hem en Hij naar mij.” Dát is een liefdesrelatie: gewoon in Jezus’ nabijheid zijn.’

Op de vraag welk beeld ze van Jezus heeft, denkt Broeders even na. ‘De Jezus naar wie Johannes zich vertrouwelijk toebuigt op Witte Donderdag, als ze samen om de Pesach maaltijd zitten. Dat zie ik voor me. Niet per se de genezende Jezus, of de onderwijzende, maar de intieme, zoals hij soms zijn apostelen apart nam. Hij en ik.’

moment van roeping

Als jonge twintiger wordt ze op een ochtend wakker en is het glashelder: ze moet het religieuze leven in. ‘Het was voor het eerst dat ik God zo duidelijk hoorde spreken. En ik wist het, maar had nog wel twee dingetjes: U moet me vrij maken van het verlangen naar het huwelijk en U moet mij vreugde geven.’ Ze ervoer dat God dat deed. Broeders is nu al ruim twintig jaar zuster van de Gemeenschap Emmanuel. Zelf woont ze alleen, in Arnhem; waar het geografisch mogelijk is, wonen zusters samen. ‘We zijn als zusters aan elkaar gegeven en hebben een gemeenschapsleven met elkaar; zo delen we wellichts op een avond waarmee we bezig zijn, wat ons heeft geraakt en wat onze weg met Onze Lieve Heer is op dit moment.’ Een medezuster is Isabella Wijnberg, advocaat op de

Zuidas. Weer een ander is cellist en muziekdocent. Allemaal dragen ze blauw-witte kleding en een kruisje. Dat geeft haar een voorsprong in haar werk, zegt Broeders. ‘Al mijn collega’s hier zijn christelijk, maar door het kruisje om mijn nek word ik snel hierop aangesproken. Ik ben waakzaam in er zelf over beginnen, maar ik heb mijn voelsprietten uitstaan. Soms hebben mensen het nodig dat je het even aantipt en dan pakken ze het vast, soms letterlijk. Na een vraag of ze met mij samen het Onze Vader willen bidden, pakken ze soms mijn handen vast. Dat rapporteer ik en zet ik in het zorgplan van de persoon. Het zorgplan, de kwaliteit van het leven, is op alle niveaus dus ook existentieel.’

‘Hij kent de doodsangst’

De grote waarom-vragen spelen bij patiënten en daar heeft Broeders niet altijd een antwoord op. ‘Ik kan alleen zeggen dat er iemand is die hun lijden begrijpt. Of eigenlijk zijn het er twee; zeker als iemand katholiek is, durf ik dat te zeggen. Tegen Maria werd gezegd: “Jouw hart zal door een zwaard worden doorboord.” Zij stond onder het kruis en zag haar Zoon een gruwelijke dood sterven. Maria begreep ook niet hoe het allemaal moest geschieden.

Daar praat ik wel eens met mensen over. Ik kan alleen zeggen: Hij begrijpt al ons lijden. Hij kent de eenzaamheid, de verlatenheid, de doodsangst. Hij kent de pijn van de doornenkroon en van verstikking aan het kruis. We mogen naar hem toe om te vragen om kracht, of verlichting. Daarvoor bidden we ook vaak.’ Broeders merkt dat het niet erg is als er niet overal een antwoord op is. ‘Als er maar over gepraat kan worden – over dat verdriet en de teleurstelling. Mijn patiënten maken me bewust in mijn omgang met mensen, dat we allemaal fragiel zijn en dat we ons zo graag groot willen houden voor elkaar. Dat gaat ten koste van de kwaliteit van het leven. Zo maak ik geliefden mee die zeggen: ik wil mijn stervende vrouw niet belasten met mijn verdriet, terwijl de andere geliefde tegen mij zegt: ik wil mijn man niet belasten met mijn angst.

Ja, die twee moet je bij elkaar brengen. Zodat ze kunnen uitspreken: “Je gaat sterven, schat, wat vreselijk.” “En jij blijft achter, wat vreselijk.” Mensen worden moe door dat verstopertje spelen. Ze moeten bij elkaar komen.’

bidden voor patiënten

Naast haar eigen stille gebedsleven, bidt ze ook elke avond voor haar patiënten. ‘Dat is iets anders dan je werk mee naar huis nemen; ik pieker niet over hen.’

Wat heeft ze in al die jaren van gebed over Christus geleerd? Broeders denkt even na: ‘Ik heb Christus leren kennen in zijn onvoorwaardelijke liefde. Ik mag terugkomen, na een dag fouten maken. Ik vul dingen voor mensen in, blijf soms hangen in mijn boosheid. En elke keer mag ik dan weer bidden: daar ben ik wéér, daar ben ik wéér. Hij heeft geduld met mij. En soms denk ik: hier ben ik doorheen gegroeid. Ik ben minder geagiteerd en soms valt dat dan toch weer tegen. ▶

Wat dat betreft is een hospice een goede leerschool. Ik werk samen met verschillende collega's en ik heb niet met elke patiënt een klik; het is gewoon de maatschappij die hier ligt. Met sommigen lach je een breuk en anderen zijn erg verveelend, al zijn die laatste op twee handen te tellen. Als ik zie dat iemand belt voor de zesde keer, dan bid ik in de verpleegpost, of al lopend: "Kom, Heilige Geest, maak mijn hart open, want er is iets wat deze mens nodig heeft." Na achttien jaar weet ik: ieder mens is uiteindelijk zo mooi. We zijn zulke kleine mensjes, vol verwondingen. Als mensen die verwondingen met je delen, dan ga je van ze houden.' Maar, zegt Broeders, je moet het werk in het hospice niet romantiseren. 'Na een dagdienst wil ik gewoon om vier uur naar huis en mijn wandelvakanties in de bergen heb ik ook nodig.'

leren kijken

Als Broeders over haar werk en de creatieve zorg vertelt, wordt ze vurig. Palliatieve zorg staat nog steeds in de kinderschoenen in Nederland, maar het begint steeds meer erkenning te krijgen, vindt ze. 'Er is gelukkig veel meer bekend over pijn, benauwdheid en verschillende oorzaken van verwardheid rondom het sterven. Wij zetten soms medicijnen in omwille van hun bijwerking. Een huisarts kan verbaasd reageren als ik om antidepressiva vraag voor een patiënt, maar ik weet dat de bijwerking de zenuwpijn van een patiënt gaat verlichten.' Het is een andere tak van sport dan levensverlengende zorg.

Ze zegt dankbaar te zijn om in een christelijk hospice te werken waar geen euthanasie wordt verricht. 'Vanuit geloofsvisie vind ik dat het niet aan ons is om het heft in handen te nemen, maar ook meer liberale gelovigen of niet-gelovigen om mij heen vinden euthanasie vaak te abrupt. Ik geloof dat het soms uit wanhoop, eenzaamheid of het 'niet belasten van een ander' is dat mensen om euthanasie vragen, en dat het anders had gekund.

Zo hebben we met onze kennis iets kunnen doen voor de zus van een goede vriendin die al twee weken lang non-stop aan het braken was. Dan gaat je lijf kapot en kun je niet meer, want je slaapt ook niet. Zij lag niet hier en bleek niet de juiste medicatie te krijgen. Door dit te veranderen, nadat we eerst de huisarts hadden moeten overtuigen, is het braken gestopt en heeft deze jonge vrouw nog waardevolle weken gehad met haar man en kinderen.'

Uiteindelijk is ze met palliatieve sedatie overleden. 'Daarbij is het doel niet een leven beëindigen, maar de klachten bestrijden. Als je kijkt naar morfine, dan is dat vaak zo beladen voor veel mensen: als morfine erbij komt, gaat iemand dus dood. Nee, morfine gaat kwaliteit van leven geven. En sommige mensen hier worden leeggezogen door vermoeidheid. Dan kunnen we een kortwerkend slaapmiddel geven in de middag, waardoor iemand 's avonds energie heeft om te eten en

familie te zien. Je leert hier naar de patiënten te kijken. Soms denken familieleden dat hun geliefde veel pijn heeft omdat hij kreunt en zucht in z'n slaap; dan ga ik naast hen zitten en samen kijken: "Zie je, hij is aan het dromen."

Mensen worden hier alleen maar kwetsbaarder. Soms zijn ze heel stellig in het zelf willen douchen. Dat is begrijpelijk en prima. Maar als we zien hoeveel energie het hun kost, dan gaan we in gesprek. "Zal ik je wassen, maar jij wast zelf van anderen en je gezicht? Dan maak ik ondertussen het bed op." Het zijn allemaal stappen in loslaten – uiteindelijk moeten gasten hier alles loslaten. Hun privacy, hun familie en hun leven.

De afgelopen achttien jaar heb ik zo veel respect gekregen voor stervenden. Ik leer van hen, in het loslaten bijvoorbeeld. De afgelopen jaren heb ik dingen moeten loslaten. Daardoor leerde ik dat de wereld niet afhankelijk is van mij. Loslaten doet pijn, maar ik weet: daar waar ik loslaat, ontstaat ruimte voor wat anders.

Onze situatie verschilt, maar de bewoners en ik zijn gelijken. Ik probeer daaraan altijd uitdrukking te geven door te gaan zitten of hurken naast hem of haar. Ik wil niet boven hen uit torenen naast het bed.

Elke patiënt hier neemt zijn leven mee, zijn hobby's, zijn te-

'Na achttien jaar weet ik: ieder mens is uiteindelijk zo mooi.'

leurstellingen, zijn familie. Mensen komen hier soms ook tot vergeving. Daardoor zie ik hoe essentieel het is om goed uit elkaar te gaan. Dat weet ik met mijn verstand, maar ik zie hier wat verwondingen uit verleden op je sterfbed kunnen betekenen. Verzoening is zo belangrijk.'

Broeders onderstreept dit met een voorbeeld. 'We hebben hier eens een weduwe verzorgd die afzonderlijk werd bezocht door haar twee zonen. De mannen hadden een goede band met moeder, maar onderling ruzie. Deze mevrouw stierf maar niet. Haar lichaam had al zo lang niet gedronken of geplast, we snapten niet waarom ze bleef leven. De hospice-arts en een andere collega hebben een gesprek gehad met de twee jongens, hier in een kamertje boven. Ze hebben uitgelegd dat het onvoorstelbaar was dat hun moeder niet stierf, en dat ze dachten dat dit kwam omdat haar moederhart wilde dat de jongens zich zouden verzoenen. Die jongens hebben gepraat en zijn samen naar hun moeder gegaan. De volgende dag is ze overleden.'

nog even tijd nodig

Broeders ziet niet alleen het belang van vergeving tussen mensen onderling, maar ook tussen een mens en God. Ook daar heeft de verpleegkundige verschillende voorbeelden van. 'Er lag hier eens een jonge man die zei dat hij zijn tijd hier nooit had willen missen. Hij had God gevonden in zijn leven, ook al duurde dat korter dan hij had gehoopt.

En een andere patiënt, daar heb ik ook zo van gehouden. Hij lag hier in december en had altijd de lade van zijn nachtkastje half open staan, helemaal gevuld met pepernoten. Hij vroeg mij ook eens waarom ik dat kruisje draag. Deze joviale, sympathieke vent met een goede baan en leuke kinderen noemde zichzelf ook gelovig. Hij was goed terechtgekomen in het leven en maakte zich nergens zorgen over. Tot hij een keer tijdens het wassen zei: "Astrid, ik ben zo hoogmoedig. Wie ben ik om te denken: ik kom er wel?" Op een vrijdag nam ik afscheid van hem, omdat ik geen weekenddienst had en ik verwachtte dat hij de maandag niet zou halen. Dat zei ik ook tegen hem en hij knikte en vroeg of ik voor hem wilde bidden, dat hij nog wat tijd zou krijgen.

Maandagochtend was hij er nog. Hij zei: "Astrid, het is klaar, ik heb vergeving ontvangen, ik ben verzoend met God. Ik heb vorige week gezien hoe trots ik was. Ik dacht dat ik het zonder God wel kon. Maar Hij heeft me de tijd gegeven en dit weekend is het goed gekomen tussen ons." Die middag is hij gestorven.'

Dit paasweekend staat Broeders uitgebreid stil bij verzoening en Christus' opstanding. 'Ik vast gedurende de veertigdagen-tijd, maar in de Stille Week intensiveert mijn gebedsleven. Vanaf Witte Donderdag kun je het Ijdensevangelie haast uur voor uur meemaken. Op Stille Zaterdag haal ik traditiegetrouw alvast de bloemen in huis, die ik zondagochtend op prominente plekken in mijn huis- en gebedskamer zet. In de rooms-katholieke traditie vieren we Pasen tót Pinksteren. Christus' opstanding is te groot om in twee dagen te vieren.' ◀



Astrid Broeders (1964) is geboren in Rotterdam. Ze volgde een opleiding tot basisschoolleerkracht, maar vertrok als jonge twintiger naar Frankrijk voor een tijd van vorming bij de Katholieke Gemeenschap Emmanuel. Weer in Nederland begon ze vervolgens aan de opleiding verpleegkunde. Op haar 35e deed ze na een vormingstijd van elf jaar haar definitieve engagement (intrede) in de Gemeenschap Emmanuel. Ze is verbonden aan de Maria Geboortekerk in Nijmegen. Sinds 2003 werkt ze als verpleegkundige in Hospice Rozenheuvel in Rozendaal. Broeders woont in Arnhem.