
TourNesol

Hoogtepunt in het breedtewerk van een geestelijk verzorger

Als geestelijk verzorgers zoeken we doorgaans de diepte. In het oktobernummer van *Zin in Zorg* (tijdschrift van Reliëf)¹ over geestelijke verzorging roepen Carlo Leget en Thijs Tromp ons op in de breedte aanwezig te zijn in de organisatie. Jos van Leur blikt terug op 29 jaar geestelijke verzorging in de breedte. Met als hoogtepunt de TourNesol.

Jos van Leur

TOEN IK IN DE JAREN ZEVENTIG in Utrecht theologie studeerde, voetbalde ik tot veler verbazing bij DESTO. Dat ik in een koor zong paste in het beeld. Maar een dominee die voetbalt?

Die ervaringskunde kwam van pas toen ik begon als geestelijk verzorger in psychiatrisch centrum De Wellen in Apeldoorn. In de lopende voetbalcompetitie sloot ik me aan bij het team Onderhoud. Al snel was ik *geestelijk onderhouder* en *schopper naast God*.

De geestelijk verzorger die breed in beeld is moet wel tegen een stootje kunnen. En ook tegen zijn verlies. Op mijn eerste werkplek bij verstandelijk beperkten kaartte ik in de middagpauze regelmatig met collega's. De meeste stuivers die ik inzette gingen verloren, maar in de samenwerking betaalde het kaarten zich wel uit. Eten in het personeelsrestaurant is een voedingsbodem voor breed samenwerken. Nog altijd aanwezige vooroordelen verdwijnen, omdat soep daar nooit heet gegeten wordt.

Een brede vorming helpt om breed te werken. Toen een beeldend therapeut vertrok van de therapeutische gemeenschap, vroeg men mij zijn filmmodule over te nemen, want ik heb Literatuurwetenschap gestudeerd. Met bovendien de opleiding Journalistiek voor academici in mijn bagage kon ik me ook zichtbaar maken in het maandblad van de instelling met columns en interviews. Toen een psychiater in opleiding een meer wetenschappelijk blad wilde uitgeven, betrok hij mij daarbij. Het klikte. We gingen samen skeeleren en bezochten de uitreiking van de Ida Gerhardt poëzieprijs. Later werd hij lid van de Raad van Bestuur. Hij stimuleerde ons als Dienst Geestelijke Verzorging

Lid van Raad van Bestuur: Hulde en diepe buiging voor wat jullie voor elkaar hebben gekregen. Beter bewijs dat we bij GGNet met hart en ziel er willen zijn voor onze patiënten is er niet!



Deelnemer: De Ventoux heeft bij mij heel veel emoties losgeweekt. Ik ben tijdens de rit heel diep in mezelf terecht gekomen en dat heeft heel veel emotionele herinneringen aan twee dierbare personen opnieuw losgeweekt en mede daardoor ben ik in een soort berusting ben gekomen en kon ik genieten van de mooie omgeving. Op een gegeven moment heb ik de stap verder genomen naar boven, en ondanks dat ik totaal geen macht in mijn benen had door de lange reis en de dag ervoor was het voor mij geen enkele optie om te stoppen, omdat ik wist dat er bovenop de top mijn dierbaren bij me zouden zijn. Ook nu nog zit ik elke keer met tranen in mijn ogen als ik de Ventoux in gedachten nogmaals beklim. Deze trip naar Frankrijk is voor mij een opeenvolging geweest van mooie momenten en zal ook niet snel door iets te overtreffen zijn.

een studiedag te organiseren over schuld en schaamte, en instituutbreed te kijken naar bezieling. Een collega kreeg de ruimte om moreel beraad aan te sturen. Soms heb je geluk bij het breed in beeld blijven.

TourNesol

Me mee laten voeren op de stroom van een inspiratiebron brengt ook verder in de breedte. De Belgische tv bracht een documentaire waarin te zien is hoe mensen van psychiatrisch ziekenhuis Sint-Annendael zwoegen op hun fiets tegen de Galibier en het klooster bezoeken waar Vincent van Gogh verbleef. Ik hoorde hun persoonlijke verhalen. Ik voelde hun diepe voldoening bij deze tocht en raakte ontroerd en dacht: wij ook! Collega's nodigde ik bij mij thuis uit om de documentaire te bekijken. Een psychiater, een spv'er van de crisisdienst, een beeldend therapeut, een bewegingsagoog, een verpleegkundige, een pmt-r, en een activiteitenbegeleider. Ook zij raakten enthousiast. De Belgische bron stroomt GGNet binnen.

We geven het project de naam TourNesol. Tournesol is het Franse woord voor zonnebloem, dat letterlijk *draaien naar de zon* betekent. We gaan fietsen uit het dal naar de top van de Mont Ventoux, en zullen de kliniek in Saint-Rémy bezoeken waar Van Gogh zonnebloemen schilderde. Deelnemers geven zich op. Een cliënt uit de forensische psychiatrie maakt een affiche met Vincent van Gogh op een racefiets en een bos zonnebloemen op zijn rug. Een groep gaat spinnen bij de bewegingsagoog. Samen trainen we eerst over licht stijgende wegen, later over steile heuvels op de Posbank. Een oudere vrouw durft eerst niet te dalen, en gaat bergaf haar drempel over. Een handige deelnemer plaatst er op het laatst toch nog een tandje bij voor de onzekere man van bijna zeventig.

Ervaringsdeskundigen in depressie, wereldkampioen schaatsen Stefan Groothuis² en hoogleraar Letterkunde Maarten van Buuren ('Als ik niets meer kan, zelfs niet meer lezen, dan kan alleen lichaamsbeweging me nog weerhouden van de ondergang. Wande-

Deelnemer: Het was niet alleen een mooie ervaring om de top van de Mont Ventoux te bereiken, het was ook een bekroning op het vele trainen vooraf. Door de beklimming is mijn enthousiasme voor het fietsen des te meer aangewakkerd en zie ik zeer uit naar een volgende berg.

len als het niet anders kan, maar liever fietsen, urenlang fietsen, het liefst door de bergen³⁾ houden een stimulerend verhaal in de kapel. Wij gaan op weg. Ik was als protestant twee keer begeleider van een groep naar Lourdes. TourNesol is een ander verhaal, want we nestelen ons niet op een vertrouwde plek en moeten ontdekken hoe ver we komen. Iemand dichtte in een bundel van psychiatrisch ziekenhuis Brinkgreven: 'Waarom gaf ik jou een jas / toen je zei: ik heb het koud / en niet de zon.'⁴ Een jas lijkt het hoogst haalbare. In TourNesol reiken we naar de zon.

Vertrek

Vrijdag 6 september veranderen voedsel, reservemateriaal, koffers, tassen en vijftien fietsen mijn kamer in een pakhuis. Eén van de deelnemers belt midden in de nacht dat hij toch niet meegaat. Zaterdag 7 september vertrekken we. De bus met de fietsen voorop en daarachter twee busjes met deelnemers. We komen laat aan in de jeugdherberg van Carpentras. Ondanks de intensieve reis blijft de stemming goed. Zondag 8 september plunderen de psychiater en een verpleegkundige de Intermarché voor het ontbijt, omdat de jeugdherberg in het weekend geen maaltijden levert. Bewondering over de mooie natuur resoneert tijdens een tocht door de Gorges de la Nesque, vooral

bij de deelnemers die nog nooit in het buitenland zijn geweest. Als we 's avonds pasta stapelen valt, in de afwisseling van levensbeschouwelijke gesprekken en domme humor, het verschil tussen cliënten en begeleiders weg.

Ventoux

Maandag 9 september schittert de kale top van de Ventoux in de zon. Een baard van verdampend vocht reikt niet verder dan halwege de berg. Op de parkeerplaats in Sault is de spanning voelbaar. Na een korte daling langs de helaas net geplukte lavendelvelden begint de klim van meer dan twintig kilometer. Ieder in eigen tempo. Voor één deelnemer is de top te hoog gegrepen. We hebben afgesproken dat zij klimt tot het echt niet meer gaat. Op dat punt stapt zij in de bus. Ik blijf bij de achterste groep. We draaien door. Het vlakke stuk voor Chalet Reynard wordt met gejuich begroet. Na Chalet komen we op de kale berg. Ondanks de harde wind rijdt een vrouw het liefst zelf op kop. Ze wil niet geduwd worden. 'Eerst naar de bocht en dan pas stoppen', herhaalt ze hardop. De toren van de top komt dichterbij, als we een deelnemer oppikken. Hij zit er door, maar geeft niet op.

Deelnemer: Super mooie week. Ik ben nog steeds aan het nagenieten. Ik heb vijf positieve punten op geschreven waar ik aan wil werken, soort nieuwe doelen. Het heeft mij zeer goed gedaan.

Boven wacht iedereen op de laatste. Als tegen vieren allen de top hebben bereikt vallen we elkaar in de armen. Tranen en trots. Een aantal deelnemers zet hun fiets in de

Deelnemer: Wauw wat een geweldige vijf dagen. Een ervaring om helemaal uit je schulp te komen. Ik wist niet dat ik zoveel in mijn schulpje had. "De Mont Ventoux" was voor mij een zware tocht, maar ik heb het gehaald. Wat er dan door je heen gaat kan ik alleen voor mezelf beschrijven, heb het aan mijn overleden broertje opgedragen en aan mijn zus die kanker heeft. Ik ben trots op mezelf en ik ben er sterker uitgekomen.

bus. De rest durft te dalen. Eerst tot Chalet Reynard. 'Voorzichtig in de wind!' In het chalet drinken we wat en krijgt iedereen een medaille, gemaakt door mensen van GGNet. Dan dalen we door. Tegen het eind van de daling stapt de kopdaler noodgedwongen in de bus na een klapband. Op de parkeerplaats is het aangenaam warm voor louter winnaars in het licht van een ander gedicht: 'Varianten die geen kampioenschap pakken / vlechten voor zichzelf de mooiste lauwertakken.'⁵ Onder het eten smaakt zelfs de wijn uit een pak. Na de verhalen volgt de vermoeidheid. Om tien uur liggen de eersten uitgeteld op bed.

Van Gogh

Dinsdag 10 september stappen we na het ontbijt in de busjes. Niemand is nu nerveus. Vlak voor Saint-Rémy zien de in het restaurant aangeschoven psychiater en zijn vrouw in hun vakantie hoe een aantal deelnemers hun drempel over gaat door slakken naar binnen te werken. Helaas is psychiater Bourdon van Saint-Paul niet aanwezig om ons in de kliniek te tonen waar Van Gogh een jaar verbleef. Wel is er een gids die ons vertelt dat Van Gogh in het ene jaar dat hij in het Saint-Paulklooster verbleef honderdvijftig schilderijen heeft gemaakt en dat op een schilderij met vele blauwe irissen en één witte die ene witte metafoor is voor de ontheemde Van Gogh. Door een openstaande deur in de kloostertuin signaleren we schilderende patiënten. Na afloop drinken we koffie en thee met perentaart. 'Dit is geen doorsnee plek', zegt een deelnemer. Na het avondeten in de jeugdherberg gaat een groep helemaal op in een spel. De psychiater wint en is zo blij als een kind.

Woensdag 11 september ontstaan bij het ontbijt weer zulke intensieve gesprekken dat we bijna vergeten op tijd te vertrekken. Bij Mâcon staan we drie uur in de file. De



Psychiater: Als psychiater ben ik heel verrast hoe mensen inclusief ikzelf in een andere rol met elkaar interacteren. De patiënten werden duidelijk in hun kracht gezet en als professional denk ik dan meteen aan de vraag of dit een alternatief voor E(lectro) C(onvulsie) T(herapie) kan zijn. Dat was natuurlijk humoristisch bedoeld, maar er zit een belangrijke kern ter overweging in. Ik heb dingen geobserveerd die zinvol zijn voor de diagnostiek en voor de behandeling. Zoals wij patiënten hebben meegemaakt ziet een behandelaar een patiënt zelden. Ik heb met een collega contact gezocht omdat die gewoon moet weten hoe zijn patiënt het in dit project deed (wat ik persoonlijk nooit zou durven verwachten bij iemand met zijn diagnose en de zware medicatie die hij gebruikt).

stemming blijft goed. Om kwart voor één in komen we aan in Apeldoorn. Voor de laatste keer omhelzen we elkaar. De deelnemers verdwijnen in de duisternis, maar wel met de zon in hun bagage. Alle TourNesolgan- gers hebben een bron om uit te putten voor de rest van hun leven, zo blijkt uit de reac- ties.

Spv-'er bij crisisdienst: Dit project heeft meer effect dan alle praatsessies, en anders kun je er ook mooi op terugrijpen in de praatsessies.

Muziek

Na TourNesol ging ik in de Breedband (tja, dat is echt de naam) van GGNet. Op de Nati- onale Verwendag deed ik voor de eerste keer mee als gitarist en zag hoe patiënten zelfs swingden op *They sentenced me to twenty years of boredom for trying to change the system from within. I'm coming now, I'm coming to reward them. First we take Manhattan, then we take Ber- lin.*

Breed werken, daar zit muziek in voor gees- telijk verzorgers. Carlo en Thijs: We are com- ing. First we take...

Jos van der Leur
geestelijk verzorger GGNet

Met dank aan Marc Hellinckx, de initiatiefnemer in België die mij de dvd van hun project stuurde.

Noten

- 1 *Zin in Zorg, tijdschrift over zorg, ethiek en levensbeschouwing*, jaargang 15 (oktober 2013), thema Geestelijke Verzorging.
- 2 In het blad *Nu Sport*, nr. 2 van 2013, p. 108. vertelt wereldkampioen schaatsen (sprint) Stefan Groothuis in een interview over zijn depressie onder de kop: *Ik ben kierewiet geweest.*
- 3 Maarten van Buuren: *Kikker gaat vissen of over het leed dat leven heet* (Lemniscaat, Rotterdam 2008).
- 4 J. Koehoorn e.a. (red.), *Wie geen doel heeft kan niet verdwalen*, dichtbundel t.g.v. 100 jaar APZ Brinkgreven (Psychiatrisch ziekenhuis Brinkgreven, Deventer 1992).
- 5 Zie noot 4.

Collega: Dat is toch waar het in het leven om gaat. Samen zijn, diep gaan, herstel en balans.