

## Rituelen voor stervenden

Toen de uitnodiging voor de workshop 'Aandacht in actie, rituelen voor stervenden' per mail verscheen, zal een aantal zorgvrijwilligers zich wellicht hebben afgevraagd of zij tijdens de verzorging van de gasten überhaupt wel aan rituelen toe zouden kunnen komen. Toch kwamen ongeveer 45 vrijwilligers op de thema avond van 13 november af.

De avond werd gepresenteerd door Carola Kruijswijk van *Leefgetijden* ritueelbegeleiding. Carola werkt zelf als vrijwilliger in een hospice en weet dus waarover zij praat. De avond was niet bedoeld om les te geven in andere culturen en evenmin om zoveel bagage mee te geven, dat de aanwezigen zichzelf na afloop naar huis moesten slepen. Het doel was het bewustzijn te vergroten en inzicht te geven in de kleine dingen en handelingen die het sterfproces van de gasten in het hospice zo kunnen verlichten.

### Het sterfproces van dichtbij



Als vrijwilliger in het hospice maak je sterfprocessen van dichtbij mee. Je ziet hoe verschillend de gasten in hun laatste fase van hun leven kunnen reageren. De één wil nog terugkijken met al haar fotoboeken, de ander weet niet precies hoe hij afscheid wil nemen van zijn kinderen en weer een ander zoekt troost voor de dingen die in zijn leven niet gelukt zijn. Soms wil de gast vrede sluiten met iemand met wie hij in onmin heeft geleefd. Een ander wil helemaal niets. De geestelijk verzorger heeft, als de gast daar behoefte aan heeft, als eerste de taak om stervenden spiritueel bij te staan.

### Symbolische handeling

Maar ook de vrijwilligers kunnen de laatste levensfase verzachten met kleine rituelen. Een ritueel is volgens Carola een "symbolische handeling, met aandacht uitgevoerd, om stil te staan bij iets dat belangrijk voor de gast is". De vraag was of vrijwilligers wel tijd hebben of kunnen maar ook durven nemen om aandacht te besteden aan dergelijke rituelen. In het hospice liggen al vele taken op hen te wachten. Deze avond werd al snel duidelijk dat het er uiteindelijk om gaat de balans te vinden tussen spiritualiteit en huishoudelijke- en zorgtaken. Daarbij is het afstemmen op de ander, onze gast en op collega-vrijwilligers onderling, van grote waarde. En uiteraard blijft het uitgangspunt altijd dat de aandacht primair uitgaat naar de gast.



### De rol van rituelen

Op deze thema-avond verkenden we ook de rol van rituelen in de stervensfase. Waar komen ze vandaan? Wat kunnen rituelen betekenen voor mensen in de laatste fase van hun leven?

Voorbeelden werden aangedragen hoe kennis van rituelen en creatieve vormen het werk van vrijwilliger kan verrijken. Toch is en blijft het aftasten bij de stervende een gevoelskwestie. De vraag is vaak: "Begin ik erover en zo ja, hoe doe ik dat?". Carola gaf diverse handreikingen om dit voor de vrijwilligers iets gemakkelijker te maken. De inspirerende thema avond, die vele vrijwilligers aan het denken heeft gezet, werd door Monuta Leiden vanuit het Charity Fund financieel en middels een uitwerkingsboekje ondersteund.

### Innerlijke ruimte

*Gun jezelf de tijd  
Om je voor te bereiden  
En eventuele spanningen los te laten  
Zodat je rustig wordt en rust kan uitstralen*

*Carlo Leget*