

Hans Sipel in zijn boek *Stemmen van de ziel*: 'Mijn moeder wilde iets herbeleven'

Dementie kan een reiniging van de ziel zijn

Als Hans Sipel's moeder dement wordt, besluiten zijn vader, zijn broer en Hans haar thuis te verzorgen. Want uit haar gedrag en mededelingen die ze doet tijdens psychoses en juist heldere momenten, concluderen Hans en zijn familie dat zijn moeder een groot geheim heeft dat nog moet worden verteld. Een zware tijd volgt waarin het geduld en uithoudingsvermogen van Hans' vader, zijn twee zonen en hun echtgenotes danig op de proef worden gesteld. Maar allen geloven de voorspelling van hun moeder over diens nabije dood en maken daarom zoveel mogelijk tijd vrij om de resterende tijd bij haar te kunnen zijn. Aan het eind van de rit krijgt iedereen wat hij nodig heeft: Hans' moeder gemoedsrust en zijn vader, hijzelf en zijn broer inzicht in de pijn die hun vrouw en moeder haar hele leven met zich meedroeg.

door Chantal Overgaauw

Als iemand dement wordt, slibben haar-vaten dicht en worden hersencellen aangetast. Dat is de wetenschappelijke verklaring voor dementie. Hans Sipel stelt na het ziekteproces van zijn moeder vraagtekens bij de aanname. Volgens hem is de geest meer dan een product van de hersenen en kan dementerende een functie hebben. Zoals het verwerken van een trauma. Om de bijzondere momenten die zag had bij zijn dementerende moeder te delen en de discussie over het bestaan van een ziel op gang te brengen, schreef hij een boek over het door hem aanschouwde dementieproces. *Stemmen van de Ziel* gaat over de diepere lagen van de geest die in de nevelen van de dementie aan de oppervlakte komen. De geest van een dementerende houdt niet op te bestaan als hersencellen worden aangetast, is de overtuiging van Hans.

'We moeten durven zien dat de menselijke geest meer is dan een verzameling biochemische reacties', zegt Hans Sipel in een Haags herenhuis. 'Zo op het eerste gezicht lijkt het verhaal van mijn moeder een vreselijke herbeleving. Je kunt het ook zien als een reinigingsproces van de ziel. Dat is soms nodig. In onze moderne tijd, gestoeld op de verlichting, wordt de ziel ontkend. Ze bestaat niet, ook niet in de westerse geneeskunde. Dat is wat mij betreft een erg reductionistisch mensbeeld. In oude beschavingen en religies is nog sprake van een ziel. De geest gaat vooraf aan de materie. Het is eigenlijk nogal uitzonderlijk dat wij denken dat het andersom is.'

Het dementieproces van Hans' moeder begon, zoals dat vaak het geval is, voorzichtig met vergeetachtigheid en wisselende stemmingen. De eerste verschijnselen traden al op drie jaar voor haar

dood in 2004. Toen zijn moeder bij een valpartij, iets wat steeds vaker voorkwam, haar pols brak, drong Hans' vader bij de huisarts op een Alzheimerstest. Vlak voor de Kerst van 2003 slikte Hans' moeder haar eerste medicijnen tegen Alzheimer.

Ondanks de medicatie kreeg Hans' moeder steeds vaker enorme woedeaanvallen en raakte ze in psychoses. Terwijl ze op heldere momenten heel duidelijk kon verwoorden dat ze binnenkort zou sterven en vooral niet alleen gelaten wilde worden. Toen ze nieuwe medicijnen kreeg voorgeschreven, protesteerde ze heviger dan ooit. Hans' vader, met wie zijn moeder bijna vijftig jaar getrouwd was, leed het meest onder de uitbarstingen. Hij zocht in de emotionele chaos houvast bij vaste tijdstippen voor bezigheden en gewoontes, iets waartegen zijn moeder hevig protesteerde. Terwijl ze altijd een vrouw was geweest die zich haar hele leven had geschikt en aangepast. Uiteindelijk bezweek de vader voor de protesten van zijn vrouw en besloot hij de medicatie te staken.

'Waarom hebben jullie me hier alleen gelaten', schreeuwde ze woedend toen mijn vader en mijn broer de ziekenhuiszaal opkwamen. Ze snikte het uit. 'Jullie willen me hier wegstoppen.'

'Dat was onbewust een hele goede beslissing van mijn vader', zegt Hans. Hoewel zijn vader

daarin niet geloofde, waren hij, zijn broer en hun echtgenotes – iedereen kreeg in het boek overigens een fictieve naam – ervan overtuigd dat zijn moeder bedoeelingen had met de woedeaanvallen. Verschillende uitspraken van haar wezen op een onverwerkt trauma en een gebeurtenis aan het begin van het dementieproces riep vragen op. Na een flauwte in een restaurant belandde Hans' moeder in het ziekenhuis. Op die omgeving reageerde ze anders dan ze normaal gesproken zou doen.

'Waarom hebben jullie me hier alleen gelaten', schreeuwde ze woedend toen mijn vader en mijn broer de ziekenhuiszaal opkwamen. Ze snikte het uit. 'Jullie willen me hier wegstoppen.' ... Dit was een werkelijkheid van haar die ze niet kenden en die zoveel vragen oproep over wat zich in haar geest aan het afspele was. ... Dat wat een zorgeloos weekend had moeten worden, had onverwachts een heel andere loop genomen. Het had voor ons gezin één belangrijke boodschap: de dementie van mijn moeder zou voor ons allemaal zwaarder gaan worden. We waren de zorgeloosheid voorbij en mijn moeder had ons meegenomen op haar weg om haar geest te leren doorgronden.'

Hans kreeg steeds meer de indruk dat zijn moeder bezig was met een verwerkingsproces. Haar woede richtte zich vooral tegen haar man aan wie, zo geloofden de andere familieleden, ze nog iets moest vertellen. Als ze Hans in een helder moment tijdens een boswandeling toevertrouwt dat ze bezorgd is of hij, zijn broer en zijn vader het wel aankunnen, weet Hans zeker dat er in zijn moeder een kracht aan het werk was die iets te klaren heeft. 'Voor mij werd steeds duidelijker dat mijn moeder nog iets kwijt wilde', vertelt Hans. 'Voorheen wist ik weinig van dementie. Ik wist alleen dat er vergeetachtigheid bij kwam kijken. Je denkt dat zo iets aan jou voorbijgaat.' Integendeel, Hans, zijn broer en beide echtgenotes moesten alle zeilen bijzetten om hun vader bij te staan bij de woede-uitbarstingen van zijn vrouw. 'Volgens de medici worden dementerenden boos omdat ze de controle over zichzelf kwijt zijn. De artsen leggen daarbij geen relatie met eventuele herinneringen. Ik volgde in die periode een opleiding tot reïncarnatietherapeut en keek anders tegen de menselijke geest aan. Ik wist dat aan het proces dat mijn moeder doormaakte traumaverwerking ten grondslag kon liggen. Omdat ik al een spirituele weg had ingeslagen, kon ik deze mogelijkheid overwegen, anders had ik het wellicht niet gezien. Dan had ik klakkeloos aangenomen wat de medici zeiden en gezegd: geef haar maar medicatie.'



'We hebben mensen nodig die de oude opvattingen durven loslaten'

Foto: Jolanda Hoogendoorn

Steds meer gebeurtenissen volgden die duiden op wat Hans en zijn broer al geloofden. Als Hans' echtgenote zijn moeder probeert te wassen, wordt ze bijna hysterisch. De zonen en hun echtgenotes zoeken de verklaring voor moeders gedrag in een seksueel trauma, iets waar zijn vader niet aan wil. Het kan een verklaring zijn voor de botsingen tussen beide ouders. Hans: 'Mijn vader hechtte meer waarde aan wat de medici zeiden, ook al had hij uit pure wanhoop het medicijngebruik gestaakt. Voor mij was inmiddels wel duidelijk dat mijn moeder iets wilde vertellen. Maar wat dat was, wisten we niet.'

Hans is ervan overtuigd dat het goed was met de medicijnen te stoppen. 'Ik begrijp waarom medicatie wordt toegepast en dat mensen soms zelfs worden vastgebonden. Het heeft alles te

maken met een gebrek aan tijd en te weinig personeel. De situatie heftig zijn dat het nauwelijks nog te hanteren is. Medicijnen kunnen dan uitkomst bieden en mensen rustig houden. Toch ben ik blij dat wij het zo lang hebben volgehouden zonder medicatie. Ik kan het niet bewijzen, maar waarschijnlijk zou mijn moeder met medicijnen waarschijnlijk geen psychosen hebben gehad en zo een herbeleving. Mijn moeder leefde in een andere werkelijkheid die het haar mogelijk maakte haar verhaal te vertellen. Het was aan ons de taal van deze werkelijkheid te doorgronden en wat ze zei niet te zien als onzin of hallucinaties van een dementerende. We hebben besloten de dogma's van de reguliere geneeskunst achter ons te laten en mijn moeder serieus te nemen. Het ging hier om een reinigingsproces van de ziel.'

Waarbij zijn moeder de regie zelf in handen had. Als de familie haar drie maanden na de diagnose Alzheimer voor dagopvang naar een verpleegtehuis willen brengen, omdat de slapeloze nachten en de driftaanvallen hun tol eisen, weet moeder ook dit te voorkomen. De familie wordt door het verpleeghuis gebeld: of ze moeder weer willen komen halen.

Een kwartier later waren we in het verpleeghuis. ... Je kon zien dat ze erg in de war was. Haar ogen waren nog rood van het huilen en ze had een verwilderde blik in haar ogen. Ze zag ons binnenkomen en liep met gestrekte armen op ons af. Ze greep mijn broer, die voorop liep stevig bij zijn arm vast. 'Ik wil dit niet', riep ze. 'Ik kan dit niet meer. Het zijn aardige mensen hier, maar dit wil ik niet. Ik wil bij jullie zijn.' ... Moeder maakte zich los uit de omarming van mijn broer en liep naar mijn vader, die op een afstandje was blijven staan. Ze was vooral boos



Hans Sipel:

'Er zou meer ruimte kunnen komen voor een spirituele kijk op dementie, want die is er nu te weinig.'

Foto: Jolanda Hoogendoorn

op hem. 'Je moet me hier niet wegstoppen', beet ze hem toe.

'Er waren veel mystieke momenten. Haar spreken had ook iets mythisch; er was een verborgen betekenis in de dingen die ze zei. Het was aan ons deze betekenis eruit te halen'

Hans, zijn vader en broer en de echtgenotes besluiten alle tijd te nemen om moeder zelf te verzorgen. Zijn broer en hij hadden het geluk dat ze hun werk konden organiseren rond hun moeders ziekteproces. Hans' vrouw werkte niet en kon zich volledig wijden aan de mantelzorg. Voor Hans' vader waren ze een grote steun. 'Alles is gebeurd in vijf maanden tijds, een relatief korte periode. Volgens mij betreft was het toen geen toeval dat de omstandigheden gunstig waren en we onze tijd aan mijn moeder konden besteden. Wat mij betreft is de ideale situatie dat je iemand die dementeeert kan ondersteunen met familie en zonder medicijnen.'

Nog tijdens zijn moeders leven overwoog Hans de mogelijkheid een boek over te schrijven over haar ziekteproces. 'Ik had het idee: dit doe je niet alleen voor ons. Ik ben werkzaam in de communicatie en vertrouw met informatie op schrift stellen. Met het boek in mijn achterhoofd heb ik zoveel mogelijk van wat er gebeurde en werd gezegd, proberen te onthouden. Er waren veel mystieke momenten. Haar spreken had ook iets mythisch; er was een verborgen betekenis in de dingen die ze zei. Het was aan ons deze betekenis eruit te halen. Zes weken na het overlijden van mijn moeder zijn we een weekend op de hei gaan zitten en hebben we onze ervaringen op band ingesproken. Een jaar later heb ik de band uitgewerkt en het boek geschreven.'

In de loop van het proces worden de aanwijzingen die duiden op seksueel misbruik steeds helderder. Moeder spreekt steeds vaker tijdens woedeaanvallen zinnen met een seksuele lading uit en noemt regelmatig namen van familieleden. Een climax komt onverwacht wanneer de familie

op een landgoed een stukje wil wandelen.

Rauw klonk haar kreet, toen ze met pijn op haar gezicht alle twijfel over de aard van haar trauma wegvaagde en het uitschreeuwde: 'Haal die lullen uit mijn kut.' Ik stond als door een mokerslag getroffen, aan de grond genageld. Zes woorden maar, die mij naar het diepe ravijn van haar verleden trokken. De kracht verdween uit mijn benen en verweesd keek ik naar mijn moeder, die ineens zo anders voor mij geworden was. Vijf meter bij mij vandaan stond ze. Totaal buiten zichzelf en gek van woede en verdriet. Het resultaat van de werkelijkheid van haar verleden, samengevat in maar zes woorden.

Er was voor haar zonen geen twijfel mogelijk, moeder was misbruikt. Iedereen was overtuigd, behalve haar eigen man. Hoe komt het dat een vrouw zo'n groot geheim met zich meedraagt haar hele leven?

'Ik denk dat mijn moeder haar verhaal nooit heeft verteld uit schaamte', zegt Hans. 'Het was een familieaangelegenheid. Ze was dertien toen het haar overkwam en heeft het vervolgens weggestopt. Ze kon het niet bespreken of uitleggen, het was te erg, te aangrijpend. Dat is trouwens een kenmerk van onverwerkte trauma's. Er was in die tijd ook geen praatcultuur zoals nu. Je gevoelens uiten was niet aangeleerd. En hoe langer het zwijgen vervolgens duurt, hoe moeilijker het wordt om erover te praten.' Wanneer tijdens een hevige herbeleving Hans' vader het voor zijn vrouw opneemt tegen de schoondochter die de psychose met een schokkeffect probeert te doorbreken, wordt Hans' moeder opeens een stuk rustiger. Haar man, voor wie zij zo lang een groot geheim verborgen heeft gehouden, is voor haar opgekomen. Aan een behoefte uit haar jeugd, bescherming, is alsnog voldaan en Hans' moeder is er haar man dankbaar voor. Enkele gelukzalige weken volgden voor het echtpaar. Ze zijn opnieuw verliefd en moeder is rustiger en sterker dan voorheen.

Als zijn vrouw op een avond een soort afscheidsrede houdt, erkent Hans' vader wat de anderen allang wisten: zijn vrouw had niet lang meer te leven. Maar in een trauma dat ten grondslag zou liggen aan de woedeaanvallen geloofde hij nog steeds niet. Zijn vrouw is een stuk rustiger geworden en hij kan het wel alleen af.

Hij vraagt de anderen hen even met rust te laten.

De pauze duurt slechts een paar dagen en de woedeaanvallen komen heftiger terug dan voorheen. De zonen en hun echtgenotes keren terug naar de ouders en constateren dat de ongewenste beslissing nu toch moet worden genomen: moeder moet naar een verpleegtehuis. Daar krijgt ze medicijnen en verandert in enkele weken in een wrak.

Hans staat nog steeds achter die keuze. 'Wij hebben het zo lang mogelijk volgehouden. Maar op een gegeven moment hadden we zo'n slaapgebrek dat we mijn moeder hebben overgegeven aan de medici en medicijnen. Ze is daarna enorm afgetakeld. Maar volgens ons viel dat stukje ook onder haar regie. Ik houd me vast aan die overtuiging. In het verpleeghuis is ze gestopt met eten en drinken om zo haar belofte waar te maken dat ze snel zou sterven. Hoe had ze anders haar lichaam kunnen verlaten? Het verpleeghuis was de opmaat naar het ziekenhuis waar ze nog twee weken heeft verbleven. En daar heeft ze de laatste puzzelstukjes neergelegd. Zolang mijn moeder bleef communiceren wisten we: haar verhaal is nog niet klaar.'

In het ziekenhuis viel alles op zijn plek. Hans' moeder gaf zelf de antwoorden op de vragen en andere elementen onderstreepden haar aangrijpende verhaal. Uiteindelijk geloofde ook haar echtgenoot het scenario van seksueel misbruik. Doorslaggevend was een uitspraak van een zus van Hans' moeder: 'Ik weet wat er is gebeurd, maar ik kan niets zeggen.' Hans: 'Dat was cruciaal, toen werden onze vermoedens voor het eerst bevestigd door iemand uit de directe omgeving. Door deze uitspraak ging mijn vader om. Logisch toch. Als iemand zoiets zegt, dan is het echt heel erg wat er is gebeurd.'

Voor Hans was het zware proces dat zijn moeder en haar naasten hadden doorgemaakt tevens een verrijking. Toen hij en de andere familieleden al hun zekerheden loslieten en de onwaarschijnlijke mogelijkheid van seksueel misbruik toelieten, werd alles ontrafeld en vielen de puzzelstukjes op hun plek.

Ik keek naar het vermoeide gezicht van mijn moeder... Ze was erg oud geworden. Ik realiseerde me hoeveel beter ik haar had leren kennen. Veel beter dan ooit daarvoor. Ik begreep nu zoveel meer van haar karakter en persoonlijkheid. Ik was mij nu pas

bewust hoe haar traumatische ervaringen als kind haar verdere leven bepaald en geregisseerd hadden.

'Ik denk dat voor veel dementerenden geldt dat ze de ziekte beleven om hun verhaal te kunnen vertellen. De geest is meer dan wat er in de hersenen gebeurt'

'De reden voor mij om dit boek te schrijven is te laten zien dat de dementie mijn moeder in staat stelde emoties alsnog te uiten. Hoewel mijn vader moeilijk te overtuigen was, heb ik nooit aan haar verhaal getwijfeld. Of dat verhaal tot in detail klopt, is voor mij niet eens zo belangrijk', vindt Hans. 'Mijn moeder had de behoefte om iets te herbeleven, zoveel is duidelijk. De glimlach een uur na haar dood, het hele dementieproces en de geestelijke en fysieke kracht die ze daarbij ontwikkelde, alles wijst erop. We hebben blijkbaar toch iets voor haar gedaan, we hebben haar geholpen in een proces. Na haar sterven was er geen zwaar verdriet. Het was een mooi proces en de gezinsbanden waren sterker dan ooit. In die zin was het hele gebeuren bijna een cadeautje voor ons.'

Hans vindt het een maatschappelijk probleem dat bij dementie zo weinig ruimte is voor herbeleving. 'Er zijn talloze redenen waarom iemand zich terugtrekt en er een situatie ontstaat waar de familie, of de dementerende, iets mee moet. Dementie is: je losmaken van conventies. De ruimte nemen om jezelf te zijn. Op die manier heb je de vrijheid om te herbeleven. De behandeling van dementerende is er nu vaak op gericht dat de patiënten 'bij de tijd' blijven. Ze moeten puzzelen en namen onthouden, dingen die er voor de dementerenden steeds minder toe doen. Het is beter de behandeling ook te richten op traumaverwerking.'

Hij wil niet beweren dat traumaverwerking een kwestie is voor elke dementerende. 'Ik wil niet het ene dogma inruilen voor het

andere. Dementie kan de functie van traumaverwerking hebben. Ik denk dat voor veel dementerenden geldt dat ze de ziekte beleven om hun verhaal te kunnen vertellen. De geest is meer dan wat er in de hersenen gebeurt. Misschien wordt door de westerse medische wetenschap wel een dramatische fout gemaakt. Bij ziekten, van welke aard dan ook, zien we onszelf vooral als slachtoffer en stellen we zelden de vraag of de ziekte ons iets te zeggen heeft. De zingeving en betekenisgeving van ziekte en herbeleving zijn verdwenen. Er is geen ruimte voor het zelfreinigend vermogen. Er zou meer ruimte kunnen komen voor een spirituele kijk op dementie, want die is er nu te weinig.

Ik denk dat we het idee dat de geest slechts een product van de hersenen is, moeten loslaten. Maar wat is de geest dan? Die discussie heb ik op gang willen brengen met dit boek. Ik denk dat het een verruimd bewustzijn is en dat het iets met de ziel te maken heeft. Hoewel 40 procent van de Nederlanders gelooft in een ziel, is dit geen gangbare opvatting bij onder wetenschappers. Wetenschappers die deze zienswijze in overweging nemen, worden gemarginaliseerd.

Er ontstaat nu gelukkig een steeds krachtiger beweging, gerelateerd aan de kwantumfysica, die voor deze aanname een wetenschappelijke onderbouwing probeert te vinden. De samenleving gaat een andere weg inslaan. De gevestigde orde steigerd. Dat uit zich onder meer in de verwerping van de homeopathie. Wat deze klassieke medici denken klopt wel, maar het is niet de hele waarheid. Het is jammer dat deze wetenschap bijna een geloof is geworden, een verabsolutering van het eigen gelijk. Maar het gaat hier om oude instituties. We hebben mensen nodig die de oude opvattingen durven loslaten en op een andere manier naar de wetenschap, het leven en de menselijke geest durven kijken. Daar is de samenleving aan toe.'

Hans' moeder is 71 jaar oud geworden. Hans' vader leeft nog steeds. Hij is tachtig jaar en verkeert in goede gezondheid. 'Een bedankje van mijn moeder', denkt Hans. 'Mijn vader liet zijn ego los en geloofde ondanks zijn weerstand op het laatste moment mijn moeder.' ■

