

'Ik wil een lichtje in de duisternis zijn'

Linda de Roos: spiritueel met een nuchtere inslag

Linda de Roos (40) geeft graag nét iets meer dan louter medische zorg. De ic-verpleegkundige brengt met zingeving en spiritualiteit verdieping in haar zelf en in haar contact met patiënten en familie. Momenteel werkt ze als zelfstandig verpleegkundige voor Veltion, maar haar droom is in de nabije toekomst een eigen praktijk voor coaching en counseling te starten.

“Mijn persoonlijke levenservaring heeft mijn vak veel toegevoegde waarde gebracht. Op mijn 22^e overleed mijn moeder in het ziekenhuis aan kanker. De zorg die zij en wij als familie destijds ontvingen van het verplegend personeel, heeft ontzettend veel indruk op mij gemaakt. De hbo-V-examens die ik in die periode moest doen, werden speciaal voor mij vervroegd, zodat mijn moeder mij nog kon zien afstuderen. Prachtig. Leerkrachten kwamen naar het ziekenhuis om mij mijn examens af te nemen omdat mijn moeder zo slecht lag en feliciteerden mijn moeder daarna met mijn afstuderen. Een paar dagen nadat ik mijn verpleegkundige speld in ontvangst nam, is ze overleden. Het was een bijzondere periode. Mijn moeder werd in het ziekenhuis met zoveel liefde en betrokkenheid verzorgd en na haar overlijden waren de armen om mij heen van de verpleging ook zo waardevol. Net als de tranen die ik ook in hun ogen zag. Die ervaring van toen heb ik meegenomen in mijn werk. Het was afschuwelijk, maar het gaf mij ook een klein cadeautje. In de zorg kom je met veel verschillende mensen op een intieme manier in aanraking. Ze liggen letterlijk en figuurlijk bloot voor je in bed. Als verpleegkundige kom je, zeker op de ic, op een cruciaal moment in hun leven. Mensen zijn heel ziek en balanceren op het randje van leven en dood. Mijn doel is in die periode iets te kunnen betekenen wat hun verblijf in het ziekenhuis dragelijker kan maken. Dat kan met goede verpleging, maar er zijn nog veel meer mogelijkheden. In veel gevallen is ‘er zijn’ al genoeg, maar voor som-

mige patiënten biedt samen bidden of een diepgaand gesprek een duidelijke toegevoegde waarde.”

Het leven is NU!

“Ik heb de eerste drie jaar van mijn carrière op een long-, urologie- en cardiologieafdeling gewerkt en daarna heb ik de overstap naar de ic gemaakt. Daar kwam ik pas echt met leven en dood in aanraking en merkte ik hoe goed ik mijn persoonlijke ervaring kon gebruiken. De ic verandert je. Je maakt er drama mee, soms met heel jonge mensen. Daardoor weet ik nog meer dat het leven echt NU is. En wat kan ik NU voor iemand betekenen, dat vraag ik mij steeds weer af. Ik ben spiritueel ingesteld. Van huis uit ben ik gelovig opgevoed, al voelde de kerk daarin altijd best beperkend en dogmatisch. Wel heb ik altijd een groot godsbewustzijn gehad en gehouden, het heeft zich bij mij alleen op een andere manier ontwikkeld – meer richting het alternatieve. In mijn optiek hoort de medische wereld hand in hand te gaan met de alternatieve wereld, het fysieke met het emotionele. Waarom wordt iemand ziek? Zit daar een boodschap achter? Ik heb een aantal cursussen en opleidingen gedaan die bij die denkwijze aansluiten. Aurareading en -healing bijvoorbeeld.

Ik heb deze opleidingen gedaan om mijn kracht als verpleegkundige te versterken, en daarnaast zou ik graag in de toekomst een switch willen maken en mijn eigen praktijk willen beginnen. Ik hoop de wereld iets te kunnen bieden op zielsniveau. Momenteel volg ik hiervoor een vierjarige coaching- en counselingopleiding. Graag zou ik mensen begeleiden

Auteur

Hester de Waard

Fotograaf

Alwin Porton



met levens- en zingevingsvragen, of identiteitsvraagstukken. Dit laatste ligt mij ook na aan het hart. Ik ben zelf lesbisch, wat bijvoorbeeld binnen het geloof toch ook nog wel heel gevoelig kan liggen. Voor o.a. mensen die met dergelijke problemen worstelen, wil ik iets betekenen.

Daarnaast zit ik al meer dan drie jaar op de School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit en die is van grote toegevoegde waarde in mijn ontwikkeling.

Mijn eigen praktijk starten, houdt op den duur waarschijnlijk wel in dat ik het vak van ic-verpleegkundige achter mij moet laten. Tenminste, dat zou inhouden dat mijn praktijk goed zou lopen. Mocht dat nou niet direct het geval zijn – dergelijke praktijken schieten immers momenteel als padenstoelen uit de grond – kan ik het ook nog combineren. Wederom: ik zie wel wat de toekomst mij brengt; het wordt wel voor mij geregeld is mijn geloof. Uit voorzorg probeer ik wel de komende jaren mijn BIG-registratie te behouden. Je weet natuurlijk ook niet wat de economie gaat doen.”

Bioritme

“Als ik mijn ic-vak van 9 tot 5 zou kunnen uitvoeren, zou ik het nog vele jaren kunnen volhouden. Maar de wisselende diensten breken mij op, ik heb een bioritme nodig. Ik vind het heel moeilijk om te zien dat er mensen zijn die hun lichaam, wat voor mij toch de tempel van je ziel is, verwaarlozen door te roken, veel te drinken of slecht te eten. Ik vind het belangrijk bewust met mijn lichaam om te gaan en dat

bedoel ik ook met dat bioritme. Luisteren naar je lijf en er goed voor zorgen. Als ik op de afdeling een patiënt heb met longkanker die een grote longoperatie heeft ondergaan en de familie komt met een walm van rook uit de kleren binnen, dan moet ik slikken. Maar nee, daar zeg ik niets van.”

Vrijheid

“Ik ben drie jaar geleden als zelfstandige (zpz'er) aan de slag gegaan. Vooral het overzicht en de vrijheid die daarbij om de hoek komen kijken, spreken mij aan. Als ik werk, verdien ik – als ik niet werk, verdien ik niet. Soms werk ik een tijdje drie dagen in de week, maar als ik fulltime wil werken kan dat ook. Je hoeft je niet te houden aan een cao en dat geeft mij veel vrijheid. Daarnaast is het ook leuk eens in andere ziekenhuizen te kijken. Het houdt mij bij de les. Ik werk nu alweer twee jaar in het UMCU, met af en toe een dagje ergens anders. Wat 2012 mij gaat brengen, laat ik op mij afkomen. Mensen willen vaak het liefst alles onder controle hebben en zekerheden inbouwen, maar dan mis je misschien de leuke zijweggetjes in het leven. Het laten gebeuren is vaak veel verrassender. Misschien word ik wel schrijfster.”

Er is geen waarheid

“Er is meer dan alleen het medische. Mijn ervaring is dat cardiaal belaste mensen vaak binnenvetters zijn en moeilijk met hun gevoelens overweg kunnen. Er is een verband dus. Voor veel artsen is dat dan ‘kalkaanslag’ of ‘ouderdom’, maar voor mij zit er meer achter. Toch merk ik ook dat



Linda de Roos

- > Woonplaats: Utrecht
- > Geboortedatum: 10 februari 1972
- > Burgerlijke staat: single

Opleiding

- > Hbo-V: 1990-1994.
- > Ic-opleiding: 1997-1999.
- > ASPI/spiritueel begeleider: 2003-2005.
- > School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit: 2008 – heden.
- > SPSO/Academie Integrale Menswetenschappen: 2010 – heden.

Werk

- > Ikazia Ziekenhuis: 1994 – 1997.
- > Maasstad Ziekenhuis: 1997 – 2003.
- > High Care Detacheringen: 2003 – 2008, met detachering in diverse ziekenhuizen.
- > Zzp'er via Veltion: 2008 – heden; werkzaam in diverse ziekenhuizen, grotendeels in het UMCU.

mensen er de laatste jaren meer en meer voor openstaan – dat het medische en het spirituele samengaan. Ik bespeur ook een verhoogde nieuwsgierigheid: er komt ruimte voor het idee dat er meer is dan alleen je lichaam. Ik ga de discussie niet heel erg aan, die tijd heb ik gehad. Toen was het voor mij zo'n waarheid. Maar ik wil er wel graag over praten. Er is voor mij geen echte waarheid meer, daar ben ik achtergekomen sinds ik op de School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit zit. We hebben allemaal onze eigen waarheid en juist de verschillen daarin zijn zo interessant. Ik

geloof best dat ik voor sommige mensen wat vaag ben – zeker als ik dan weer eens een retraite doe waarin ik tien dagen niet mag praten en de hele dag op een kussen zit te mediteren. Maar ik vind mezelf ook luchtig en toegankelijk genoeg om niet zweverig over te komen. Ik ben best nuchter!

Er zijn collega's die ervan overtuigd zijn dat we worden geboren, leven en doodgaan zonder dat er verder nog iets meer is. Dat vind ik jammer. Tegelijkertijd beseft ik ook dat het niet jammer IS, maar dat ik het jammer VIND. Dat er meer is tussen hemel en aarde brengt mij ook zoveel meer. Voor mij zou het leven in die vorm van 'niks meer' zinloos zijn. Het is iedere keer weer aftasten welke benadering het beste aansluit bij een patiënt. Ik kan er in meegaan dat mensen alle steun vinden in het geloof in God, maar ik kan er ook heel goed in meegaan als mensen dat totaal niet zo ervaren."

Oog voor bijzonderheden

"Ik maak op de ic ontzettend bijzondere dingen mee en daarover schrijf ik in mijn columns, onder meer voor Critical Care (zie de rubriek Belevissen). Net als een fotograaf die door zijn lens kijkt, denk ik: door het schrijven krijg ik meer oog voor bijzonderheden. Graag raak ik mensen met mijn belevissen op de ic.

Onlangs had ik met een echtgenote van een patiënt een prachtige ontmoeting. We raakten in gesprek over de filosoof Nietzsche en de volgende dag nam zij een gedicht van hem voor mij mee. Dan valt alles om je heen even weg en geniet je beiden van het inspirerende gesprek. Of die keer dat een patiënt vroeg of ik samen met hem wilde bidden. Dan denk ik: waarom ook niet! Dat zijn voor mij waardevolle, mooie momenten die je eigenlijk voortdurend in dit vak meemaakt. De contacten die je opdoet, zijn van dat moment. Mijn ervaring is dat het het beste is om het ook bij dat moment te laten. Je moet het iedere keer weer bewust afsluiten, wat niet altijd even makkelijk is. In het begin van mijn loopbaan heb ik nog weleens contact gehouden met oud-patiënten of hun familieleden, maar nu doe ik dat niet meer. Ik vind het nog wel erg fijn als mensen eens op de afdeling terugkomen. Om bij te blijven, volg ik (bij)scholing en ic-congressen en lees ik vakliteratuur. Toch is de kennis die ik opdoe in scholing op zingevingsgebied voor mij net zo bepalend. Maar dat

Lichtje in de duisternis

Ik heb een goede herinnering aan de verpleegkundigen uit de tijd dat mijn moeder op sterven lag. Ik hoop dat ik patiënten en familieleden die ik onder mijn hoede heb gehad ook zo'n herinnering mee kan geven; dat ik een lichtje in de duisternis voor ze heb mogen zijn met wat ik heb gezegd of door de arm die ik om ze heen heb geslagen. Samen het verdriet dragen. Ik wil ze met onze ontmoeting energie meegeven en hoop dat dát ze blijft, zoals het ook mij na al die jaren nog is bijgebleven."

Zie voor de website van Linda de Roos:
www.verlichtjepad.nl.