

Zin in het alledaagse

Welk verhaal geeft uw leven zin? Trouw-lezers vertellen hun zingevingsverhaal. In deze aflevering: Rina Arendse (1962). 'Een monnik leerde mij: haal jezelf uit het middelpunt zodat de ander niet pas jouw aandacht krijgt als jij lekker in je vel zit.'



Rina Arendse met haar hulphonden Noach en Prediker.

'Mijn naam is van levensbelang'

tekst **Peter Henk Steenhuis**
foto **Jörgen Caris**

Vorig jaar lag ik in mijn ligfiets te wachten voor een openstaande brug. Naast mij een jonge knul, hij stond te roken. Ik zat niet lekker in mijn vel. Als ik me zo voel, dwing ik mijzelf om elk steentje onderweg op te pakken en te kijken wat ik ermee kan doen. In een opwelling zei ik tegen die jongen: 'Wil jij niet stoppen met roken?' 'Jawel', zei hij. 'Ik wil mijn rijbewijs halen en roken is duur.' 'Ik doe je een voorstel: deze week rook je nog je laatste sigaret. Dan stop je, en als je dat vier weken volhoudt, krijg je van mij 150 euro.' 'U bent gek.' 'Dat klopt. Wel leuk gek, hoor.' 'Gaat u dat echt doen?' 'Ja, maar dan heb ik wel jouw naam nodig.'

Mijn naam is voor mij van levensbelang geworden. Benoemen dat ik 41 jaar een liggend bestaand leid, is hieraan ondergeschikt. Ik spreek daar alleen over in de medische en praktische zorgcontext. Het lijkt zo vanzelfsprekend, een mens met naam te zijn. Bij je geboorte krijg je een naam en word je omringd door liefde. Als ik zeg: 'Ik kom uit een groot gezin, heb als medische secretaresse gewerkt, vind theologie leuk...' – wat zegt dit over wie ik in totaliteit ben?

Ik ben mijn naam: de wijze waarop ik met een open levenshouding het leven wens te leven. In mijn naam ligt mijn zelf-

vertrouwen, mijn zelfrespect, mijn zelfwaardering samengevat in een zelfstandige leefkracht. Die kracht heb ik nodig, telkens opnieuw, om mijn leven te leren leven, een levenslange oefening.

Een monnik leerde mij: haal jezelf uit het middelpunt zodat de ander niet pas jouw aandacht krijgt als jij lekker in je vel zit. Door mijn naam kies ik ervoor verbinding te maken met de ander, waarmee ik deze zelfstandige leefkracht voed.

Vorig jaar heb ik met vrienden twee jubilea gevierd, die de twee uitersten in mijn leven vormen. Eén: veertig jaar leven met lichamelijke handicaps, moeten dealen met de diepte van het leven. Twee: mijn tienjarig fietsjubileum, een hoogtepunt, met het bouwen van een nieuwe ligfiets. Voor de bouw heb ik een sponsortocht georganiseerd. Samen met de huisarts fietsten we op één dag 150 kilometer, aangemoedigd door vrienden die langs de hele route stonden.

Ik moet mijn eigenwaarde, mijn zingeving ontlene aan een klein speelveld. Dit doe ik door verbinding te maken met de ander, door mijn aandacht en tijd te geven. Zo belde ik twee jaar geleden een verzorgingshuis: zouden de bewoners het fijn vinden als ik met mijn hulphond kom om met hen te praten over hun levensgeschiedenis? Ik was welkom. Bij binnenkomst heerste er een statische sfeer: mensen in een kring, al dan niet in rolstoel. Mijn hond legde zelf contact met bewoners die dit fijn vonden.

Ik vertelde dat ik mijn moeder aan het einde van haar leven bij haar voornaam ben gaan noemen. Ze werd 'bewoonster' genoemd, 'oma', 'fijn zus, je weer te ontmoeten'. Haar voornaam hoorde ze zelden meer.

De eerste keer dat ik 'lieve Katrien' zei, voelde voor ons beiden onwennig en tegelijkertijd werden we er blij van. We ervoeren dit als een kostbare afronding van haar leven: alles is verteld en gezien, en haar náam blijft.

'Worden jullie nog weleens bij de naam genoemd', vroeg ik de bewoners. Het bleef

'Omdat ik mijn leefkracht wens te voeden, maak ik de keuze de ander te vertrouwen'

doodstil. 'Zullen we een rondje doen en onze naam noemen?'

De sfeer werd levendig, vrolijk. Ieder had een verhaal bij zijn of haar naam. Eén dementerende mevrouw zei: 'Ja, jij bent Rina, maar vertel me nu toch hoe ik heet...' De begeleiders kenden haar voornaam niet, wel haar achternaam.

Ik heb de keuze gemaakt de jongen bij de brug te vertrouwen om zo mijn leefkracht te voeden. Ik had het geld niet, en ik rekende op medewerking van vrienden. Na een maand belde de knul. 'Ik rook niet meer.' 'Top, ik heb 150 euro klaarliggen, kom maar halen.' Toen de jongen voor de deur stond, vroeg hij: 'Hoe weet je nou of ik

echt gestopt ben?' 'Dat hoeft ik niet te weten,' zei ik. Voor mij is van belang dat ik dit leuk vond om te doen. Ik ken je naam, je hebt een plek in mijn hart. Het is nu aan jou: word jij er blij van 150 euro aan te nemen terwijl je weet dat je rookt, of word je nog blijer het geld aan te nemen als je inderdaad gestopt bent met roken?'

Omdat ik mijn leefkracht wens te voeden, maak ik de keuze de ander te vertrouwen. Dit doe ik onder andere door mijn wens uit te spreken de ander bij de naam te leren kennen. Voor de jongen pakte het goed uit: op school ging het beter, hij is gaan sporten en heeft mij laten weten inmiddels een auto te hebben.

Mijn leven is momenteel slechts minimaal leefbaar. Dit heeft te maken met ons zorgsysteem, waarbinnen ik door de overheid word samengevat tot en behandeld als een dossiernummer met hieraan gekoppeld een voortdurend wantrouwen of ik geen misbruik maak van voorzieningen of van existentiële basiszorg. Dit wantrouwen – 41 jaar tot heden gekeurd worden voor zorg en hulpmiddelen – heeft mijn gezondheid zeer ernstig beschadigd, letterlijk en figuurlijk. Wat rest is dat ik met uiterste krachtsinspanning moet overleven op mijn naam.

Noem mij bij mijn naam, nu en bij het einde van mijn leven en je weet wie ik ben, of ben geweest: Rina Arendse, en ik wens het leven te leven, want dit heeft zin in zichzelf.'

Heeft u ook een zingevingsverhaal te vertellen en wilt u dat delen? Mail dan naar: zingeving@trouw.nl.