

- Dementie, Bewustzijn en Spiritualiteit -

Over de noodzaak van een genuanceerder kijken naar Dementie

Auteurs:

Marleen Onclin

Hans Siepel

In een van de gnostische boeken uit de *Nag Hammadi Geschriften*, *Verhandeling over de ziel* schrijft de auteur in poëtische woorden over de zoektocht in het aardse bestaan van de menselijke ziel. Het aardse leven is geen toevallige en doellose onderneming. Door het leven heen zoekt de ziel zijn Oorsprong. Maar ze kan dat alleen, zo houdt de schrijver zijn lezers voor, door de dieptepunten en hoogtepunten van de aardse werkelijkheid te doorleven en er van te leren. Deze tekst is meer dan tweeduizend jaar oud.

Wat heeft deze tekst ons nog te vertellen? Misschien wel veel meer dan de ouderdom ervan doet vermoeden. In elk geval is duidelijk dat de schrijver het wezen van ieder mens fundamenteel anders zag, dan de oriëntatie die de Verlichting aan ons denken gegeven heeft. Zo was het in zijn tijd ondenkbaar de menselijke geest en bewustzijn terug te brengen tot het domein van onze hersenen. De huidige westerse (medische) wetenschappers die zich met bewustzijns- en hersenonderzoek bezighouden zeggen nu wel beter te weten: het menselijke bewustzijn is een materiële aangelegenheid. Ze komt in het stoffelijke (onze hersens) tot stand. Deze materialistische visie op het menselijke bewustzijn staat niet ter discussie. Op medische faculteiten wordt studenten geleerd dat bewustzijn en geest geproduceerd worden in de hersenen. Al onze gedachten, gevoelens en emoties worden in en door de materie geboren, en vergaan uiteindelijk weer tot materie. Alles wat we in ons bewustzijn en geest beleven en ook ons gedrag wordt door een uiterst verfijnde machinerie van zenuwcellen en chemische reacties in onze hersenen geproduceerd. Psycholoog Reber zegt het zo: “Ik denk dat we tegenwoordig beter kunnen zien dat psychisch leven de keerzijde is van elektrische-biochemische processen in de hersenen. De psychische identiteit van elk individueel mens ontwikkelt zich vanaf de geboorte via de hersenprocessen en in interactie met de sociale omgeving. Een van mijn basisovertuigingen is dat belevingen, welke dan ook, altijd gebonden zijn aan een materiesubstraat; in dit geval de hersenen”.

Volgens deze visie zijn psychische aandoeningen het logische gevolg van het disfunctioneren van deze machine. De gangbare therapie is er dan ook op gericht de machine weer aan de praat te krijgen. Bij sommige ziekten, zoals dementie, heeft men de juiste middelen nog niet gevonden om het ziekteproces te stoppen, maar bij ADHD, depressies, schizofrenie heeft de wetenschap en de farmaceutische industrie een groot assortiment (chemische) medicaties in de schappen liggen om in te zetten. Talloze Nederlanders zijn aan de Prozac en meer dan een half miljoen keer per jaar worden er medicaties voor ADHD kinderen voorgeschreven.

Maar wat nu als zou blijken dat de aannames van deze reductionistische en materialistische verklaring niet kloppen? Dat de oorsprong van het functioneren van geest en bewustzijn in essentie een ander domein betreft dan dat van de materie en het stoffelijke. Dan dringt zich een boeiend vraagstuk op: hoe dan depressies, ADHD, schizofrenie, dementie en andere psychische aandoeningen te verklaren en te begrijpen? Wie de signalen uit de samenleving goed verstaat en serieus neemt, ontdekt dat van diverse kanten het materialistische verklaringsmodel van het bewustzijn ter discussie gesteld wordt. Het dagelijkse TV aanbod van programma's als *'Char, het medium*, *'AstroTijd*, *'Uri Geler is terug*, *'Het zesde zintuig*, *'The ghost whisperer*' en het wereldwijde succes van de film en het boek *'The Secret*', geven een andere kijk weer op het menselijke

bewustzijn, haar wezen en haar mogelijkheden. In deze visie zijn bepaalde fenomenen niet altijd te verklaren vanuit het stoffelijke en op objectief waarneembare feiten gerichte denken. De universele belangstelling hiervoor geeft ook in onze huidige tijd weer dat de mens, sinds zijn oorsprong, op zoek is naar de diepere zin en betekenis van het bestaan, zowel individueel als collectief. Niet alleen vanuit een *behoefte* aan zin en betekenis, maar ook vanuit een dieper *zijns-besef* dat bewustzijn mogelijk niet ophoudt met de fysieke en stoffelijke dood. Dit intrinsieke besef, universeel en van alle tijden, onttrekt zich aan de rationeel waarneembare ‘werkelijkheid’. Materiële en op feiten gerichte verklaringsmodellen zullen daarom niet toereikend zijn om dit besef te verstaan en zo mogelijk te verklaren.

Ook binnen de eigen wetenschappelijke discipline stellen moedige mensen kritische vragen bij het bestaande paradigma, vragen die niet al te gemakkelijk terzijde geschoven kunnen worden. In zijn veel geprezen boek *Eindeloos bewustzijn* over bijna-dood-ervaringen, komt cardioloog Pim van Lommel, die zelf geschoold is binnen het materialistische paradigma, tot de conclusie dat de aannames van dat paradigma niet standhouden. Uit zijn prospectieve onderzoek blijkt namelijk dat het menselijke bewustzijn niet sterft met de stoffelijke dood, maar overgaat in, wat hij noemt, een “verruimd bewustzijn”. De bevindingen uit dit onderzoek (gepubliceerd in *The Lancet* 358, 2039-2045) laten zien dat het menselijk brein, geest en bewustzijn niet produceert, maar slechts faciliteert. Het feit dat dit boek een bestseller is, bewijst dat het beschrevene bij velen weerklank vindt.

Zo zijn we weer terug bij de schrijver van de *Verhandeling van de ziel*. Hij zou van de bevindingen van Van Lommel niet opgekeken hebben. Het geestelijke en intellectuele klimaat in zijn tijd zag het wezen van de mens niet als stoffelijk, maar juist vooral als ‘verruimd bewustzijn’. De mens is geest, ziel en stoffelijk tegelijk. Veel meer dan op het lichamelijke materialistische bewustzijn, was de aandacht gericht op geest en ziel. De Griekse wijsgeer Pythagoras meende dan ook dat artsen zowel aandacht voor het lichaam als de ziel moeten hebben, want “geen wezen kan gezond zijn, zolang de ziel, het hogere deel dat in het lichaam huist, ziek is”. Met de invloed van het Verlichtingsdenken heeft de westerse mens het contact met deze wijsheid, ogenschijnlijk, verloren. Ze is verdwenen uit het medisch wetenschappelijk denken. Toch zien we nu, tegen de stroom van het dominante materialistisch mens- en wereldbeeld in, een renaissance van deze oude spirituele wijsheid. Geest en ziel komen weer terug binnen het maatschappelijke discours.

Wat betekent dit voor het begrijpen en verstaan van zowel psychische aandoeningen als ziekten die het brein in toenemende mate beschadigen, zoals bij dementie? Als de hersenen niet het bewustzijn produceren, maar slechts faciliteren, dan zijn de huidige medische verklaringen van dementie onvoldoende. De ziekte van Alzheimer, zegt ook Alzheimer Nederland, “is een ziekte van de hersenen”. Omdat hersencellen veranderen en afsterven wordt het denkproces van de mens aangetast, dit leidt tot geheugenverlies, tot het verlies van aangeleerde vaardigheden en als gevolg daarvan tot veranderingen in het gedrag.

Als nu de stelling juist is, dat bewustzijn lijkt te bestaan, óafhankelijk van het functioneren van het brein (‘verruimd bewustzijn’), dan ontkomen we er niet aan om verder te kijken dan de huidige medische verklaringsmodellen. Dan zou het, ook bij dementie, om iets anders kunnen gaan dan het afsterven van het bewustzijn. Immers, als bewustzijn in essentie door iets anders geproduceerd wordt dan door fysiologische hersenprocessen dan zal het, in principe, niet verdwijnen wanneer de faciliterende instantie (de hersenen) disfunctioneert en/of uitvalt. In het boek van Van Lommel komen mensen aan het woord die een ‘bijna-dood-ervaring’ hebben gehad. Zij vertellen ons dat, nadat de hersenfuncties waren uitgevallen en zij dus ‘klinisch dood’ waren (objectief gemeten), hun bewustzijn overging naar een andere, ruimere bewustzijnsdimensie.

Zou iets vergelijkbaars plaatsvinden bij dementie? Dat het bewustzijn niet afsterft, maar geleidelijk overgaat naar een andere dimensie van bewustzijn?

De grote, en uitdagende vraag is dan ook: *Wat gebeurt er met de geest van dementerende mensen?*

De wereld van iemand die lijdt aan dementie gaat zich steeds meer 'beperken' tot dat wat alleen nog hemzelf aangaat. Het rationele denken en het organisatorische vermogen verdwijnen meer en meer op de achtergrond. Communicatie vindt steeds minder plaats volgens de gangbare wijze - de rede- en wordt steeds meer door gevoel, zintuigen en symbolen overgenomen. Omdat de ordening in tijd, plaats en ruimte steeds minder wordt, zou je kunnen spreken van een bijzondere vorm van 'nu-zijn'. De dementerende mens is, per moment, wat hij *is* op *dát* moment en niet meer wat hij zou moeten zijn volgens sociale conventies, de rede of eigen ambities. Dit is, hoe vreemd dit ook volgens onze rationele maatstaven lijkt, een pure vorm van *zijn*; een voortdurend 'nu-zijn'.

Via de zintuigen en het emotionele geheugen dat -in tegenstelling tot het rationele geheugen- nog lang intact blijft, beleeft en ervaart iemand die dementerend is veel. Het brengt hem in contact met diepere bewustzijnslagen. De ogenschijnlijke incoherentie en desoriëntatie in de tijd zijn in wezen een ineenvloeien van toen en nu. Het *tóen*, de kindertijd, werk, relaties, ouders die al lang niet meer in leven zijn; het zijn de belevingen van een heel leven. "Dat is verleden tijd", zeggen we dan, volgens de rede. Maar qua beleving is het *tóen* ook *nú*, het toen is integraal deel van het individu. Misschien mogen we dementerende mensen hier zelfs om benijden. Zij hebben geen last meer van het gevormde verstand dat de beleving controleert en daardoor ook beperkend is. In wezen zijn zij in een voortdurend nu waarin heden en verleden *gelijkwaardige belevingsrealiteiten* zijn. Wellicht kunnen we ook hier spreken van een 'verruimd bewustzijn'?

Mensen met dementie reageren en associëren vrijuit, onbelemmerd door wat dan ook. De belevingen zijn puur en worden door geen enkele rationele controle verhuld of verdrongen. Ogenschijnlijke incoherenties vertellen in wezen een verhaal, vaak een levensverhaal. Het diepere zelf, in spirituele zin: de ziel, krijgt een stem die de regie blijkt over te nemen van de controlerende rede. Onze kwalificaties van 'incoherentie' en dat 'we-er-geen-touw-aan-vast-kunnen-knopen' en 'er-met-ons-verstand-niet-bij-kunnen', zegt veel over onze beperkingen waar het gaat om beleving en niet-stoffelijke zaken.

In haar boek *'Waar is hier de tijd voorbij; demente ouderen aan het woord'* geeft Ingrid van Delft integraal een aantal interviews weer met dementerende bewoners van een verpleeghuis. Zonder uitzondering wordt in alle interviews een verhaal verteld; een verhaal van een leven, van belangrijke gebeurtenissen, van diepe gevoelens, van essentie, van helder bewustzijn, ook in spirituele zin. Uit de verhalen blijkt dat sommigen al aan het 'vertrekken' zijn, maar velen brengen tot uiting wat hen ten diepste beroerd (heeft), in positieve en/of negatieve zin, en wat zij tot uiting of tot klaarheid willen brengen. Het dementeringsproces stelt hen hiertoe in staat, omdat niets de belevingen en gevoelens controleert of censureert.

Dit vraagt van de omgeving, familie, vrienden en hulpverleners een andere houding dan wij gewend zijn in onze communicatie met anderen. Het volledig 'in-aandacht-zijn' met dat wat *is*, de belevingsstroom van de mens met dementie, is een voorwaarde om tot een dieper verstaan te komen. Dit betekent een knop omdraaien, de knop van de rede, eigen interpretaties, vooringenomen denkbeelden en tijdsbesef. Maar ook: veel meer gebruik maken van non-verbaliteit, door aanraking, oogcontact, intonatie van de stem, en simpelweg er zijn. Zo kan een sleutel gevonden worden voor wezenlijk contact, tot communicatie, ook in een vergevorderd stadium van dementie. Dan is er geen sprake meer van eenrichtingsverkeer en 'alleen maar moeten geven'. Integendeel, hoe afhankelijk mensen met dementie ook worden, zij geven zichzelf.... en reiken ons daarmee de mogelijkheid aan voor iets heel wezenlijks: namelijk een leerschool in aandacht

In zijn boek *'Stemmen van de ziel, vergeten waarheid van dementie'*, beschrijft Hans Siepel het bijzondere proces van 'in-aandacht-zijn' en waar dat toe kan leiden. Voor de familie ontvouwde zich, gedurende het dementeringsproces van de moeder, inderdaad een werkelijkheid die de familie onbekend was. Een werkelijkheid waarover de moeder vanuit een diepere bewustzijnslaag kon gaan vertellen. Haar essentie, of ziel, kwam tot spreken en nam de regie over. Het dementeringsproces ('verlies van controle') stelde haar in staat om haar zwaar traumatisch verleden als kind alsnog te uiten en tot klaarheid te brengen. Het persoonlijke ego had zich ooit voorgenoemen om daar nooit over te spreken. De dementie brak echter deze zelf opgelegde bewustzijnsbeperking open. Pythagoras zou zeggen dat haar ziel sprak om, met de woorden van de schrijver van de *'Verhandeling over de ziel'*, 'gereinigd terug te keren naar haar Oorsprong'.

Tot voor kort zou deze existentiële en meer spirituele benadering van dementie - als mogelijke stem van de ziel - afgedaan zijn als een oeroud mythologisch idee, dat allang door de wetenschap ontkracht is. Maar nu het bewijsmateriaal gestaag groeit dat bewustzijn wel degelijk een niet-stoffelijke dimensie heeft, kan de vraag naar de relatie spiritualiteit en dementie niet uit de weg gegaan worden. De behoefte bij familie en hulpverleners van mensen met dementie, aan een meer genuanceerdere betekenisgeving dan de gangbare medische verklaringen, groeit. De onderzoeksresultaten van het team van Van Lommel, en van andere bewustzijnsonderzoekers elders in de wereld, kunnen daarom van onschatbare betekenis blijken te zijn voor ons kijken naar en verstaan van dementie in het algemeen, en van het individuele proces in het bijzonder.

Wij pleiten dan ook voor meer aandacht en ruimte voor dit zo wezenlijke belevingsaspect. Onderzoek hiernaar en bundeling van deskundigheid zullen een belangrijke bijdrage kunnen leveren om dementie ook in een meer spiritueel perspectief te gaan verstaan. Het is onze overtuiging dat hier een belangrijke taak ligt voor belangenorganisaties, in het bijzonder voor Alzheimer Nederland. Niet alleen in het belang van de mensen zelf, maar ook ter ondersteuning van familie, hulpverleners en andere betrokkenen. Ook in maatschappelijk opzicht is aandacht voor dit aspect van dementie van groot belang. Het fascinerende én de uitdaging om dit nog vrijwel onontgonnen gebied nader te onderzoeken, zal de algemene beeldvorming van "alleen maar ontluistering" in een ander perspectief kunnen plaatsen. Zowel aan de mensen die door dementie getroffen worden als aan hun familie zal hierdoor meer recht gedaan worden.

Marleen Onclin
psychosociaal therapeut

Hans Siepel,
communicatie adviseur
auteur : *'Stemmen van de ziel, vergeten waarheid van dementie'*.