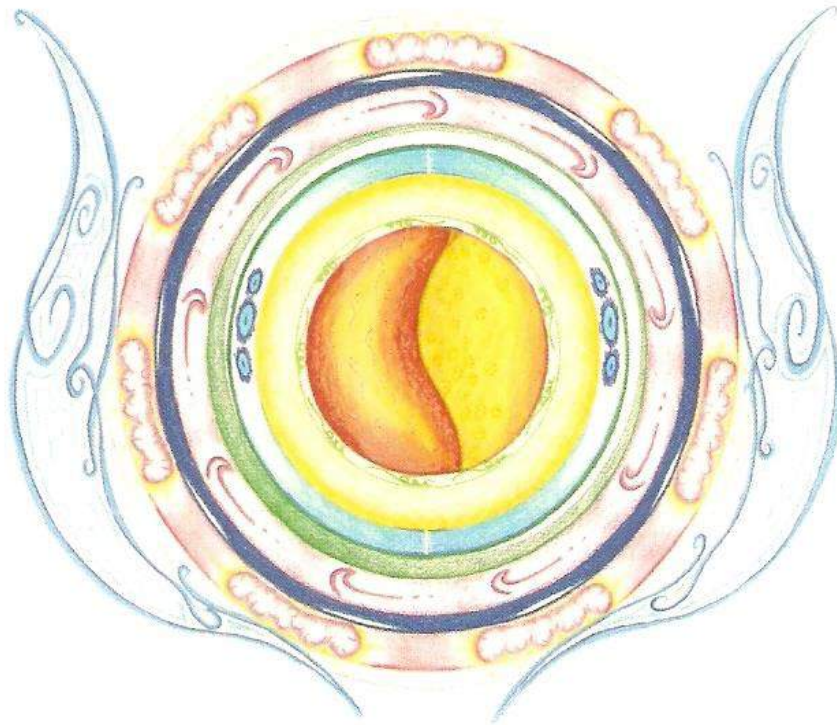


MAJKEN



Een verhaal van en over Majken

Door Lidy Haarman

Majken, een verhaal van en over Majken

Oktober 2003

Mijn eerste kennismaking met Majken, 3,5 jaar geleden, was bij vrienden van ons. Ik zag een kind in een rolstoel, een klein vrouwtje, een beetje in haar lichaam gezakt.

Haar moeder Erika zei, zonder dat we elkaar eerder ontmoet hadden: "Dus jij gaat voor Majken zorgen?" Ik was volledig verbaasd, we hadden nog geen woord gewisseld, ik wist alleen dat ik een gehandicapt meisje met haar ouders zou ontmoeten. We hebben kennisgemaakt en gepraat over Majken en over onszelf. Na een paar bezoeken, en gesprekken, besloten we dat ik per 1 november 2003 enkele dagen per week voor Majken zou komen zorgen. In deze tijd kon Erika aan het werk buitenshuis, andere mensen ontmoeten en andere activiteiten ondernemen etc.

Wij zijn begonnen en al heel snel kwam Majken ook een dagje bij Nico en mij in huis, wat erg leuk ging. Zo leuk dat ze de week erop weer kwam en daarna zelfs al bleef slapen. Dit was ook erg belangrijk voor Erika, om haar af en toe de tijd te geven even te ontspannen, en om met de anderen in het gezin andere activiteiten te ondernemen.

Majken kon bij ons niet boven slapen, want dan moesten we haar de trap op tillen en dat was te riskant, en bovendien niet handig voor een verschoning of als ze even tussendoor moe was.

Dus we hebben beneden in onze meditatieruimte (gompa) een mooi plekje voor haar ingericht.

Majken was meervoudig gehandicapt, wat o.a. inhield dat ze een hersenbeschadiging heeft opgelopen toen ze ongeveer een half jaar oud was, en daardoor verstandelijk gehandicapt was, en verder had ze veel fysieke beperkingen.

Majken zat in een rolstoel omdat ze verlammingen in de benen had en enkel met hulp kon zitten, ze moest dus steeds ook getild worden. Ook de coördinatie van de handen was beperkt. Ze sprak niet in woorden, maar ze probeerde wel dingen te duiden door geluiden te maken en als je haar goed kende, begreep je veel van wat ze bedoelde, en verder gebruikte ze haar mimiek. Vooral met haar ogen leek ze te kunnen spreken, zoveel intensiteit straalde ze uit; ze kon ook heel ondeugend kijken, en dan wist je dat ze wat zat uit te broeden.

Haar voeding kreeg ze via een peg, d.w.z. dat de voeding via een kunstmatige opening, gedoseerd, rechtstreeks in de maag komt via een sondeslang. De conditie van haar longen bepaalde ook een groot deel van de zorg. Haar longen waren voor een deel gevuld met slijm, ze functioneerden niet zoals het eigenlijk zou moeten. Ze had het vaak benauwd en als ze bijvoorbeeld op haar rug lag, kon ze stikken in haar slijm. Er was veel gevaar voor (luchtweg)infecties. We wisten dat dit voor haar fataal kon zijn.

Buiten zijn vond ze heerlijk, maar vooral in de beginperiode dat ik met haar was, was een zuchtje wind al te zwaar en kon ze geen adem meer krijgen. Wandelen was dan ook steeds: rekening houden met de wind. Haar doorbloeding was ook erg slecht, vaak koude voeten en beentjes, maar een warm voetenbadje en lekkere massages deden wonderen.

Tijdens de verzorgende activiteiten “praatten” we heel wat af, en we zongen veel, Majken luisterde en genoot er erg van en sloeg soms de ritmes mee en vooral de bewegingsliedjes, lekker op mijn schoot, met alle bewegingen erbij. Dat was voor mij wel wat vermoeiend, want ik moest dan tegen (zwaarte)krachten in bewegen, maar ’t was wel heerlijk genieten. ” In de maneschijn”, “ zo gaat de molen”, “deze vuist op deze vuist” en “hoofd, schouders, knie en teen” waren erg favoriet.

Ik ging ook steeds meer mantra’s voor haar zingen, mantra’s uit het Tibetaans Boeddhisme. (Nico en ik zijn beide leerling van een Tibetaanse leraar: Lama Gangchen). In het begin deed ik dit heel voorzichtig, hoe is dit voor haar familie, die overtuigd katholiek zijn? Voor haar ouders was dit ook iets heel nieuws, maar door er steeds open in te zijn, was het goed bespreekbaar. Er was van beide kanten veel respect voor elkaars wijze van leven. Bovendien merkten zij dat de zorg die ik bood Majken goed deed. En ze kwam graag bij ons thuis, waar Nico me mee kon helpen. Voor ons was het logisch om niet alleen maar te zingen,

maar ook de hulp te vragen van de Boeddha's en alle heilige wezens, om dit meisje te helpen. Vooral de hulp van Tara hebben we veel gevraagd, met haar had Majken een heel speciale verbinding. Bij ons stond haar bed onder een afbeelding van Tara.

's Ochtends als Majken wakker werd, hoorde ik haar door de babyfoon, dan lag ze soms honderduit te praten, helaas verstond ik het niet. En als ik dan bij haar kwam, lag ze me stralend aan te kijken, lekker onder haar dekbed te genieten, want op bed liggen vond ze wel fijn. Ik zette haar lievelingsmuziek op, en de dag kon bijna niet meer stuk, wat hebben we hier van genoten. Andrea Bocelli " zong" vol overgave en Majken nam het gretig tot zich.

Elke ochtend, middag en avond, moesten we even 10 minuten medicatie "sprayen". Majken kreeg dan een kapje voor haar neus en mond om de medicijnen goed in haar longen te laten komen. Ik ging altijd zingen, gewone liedjes, en steeds meer mantra's. Majken herkende de Vajrasattva mantra al snel en begon helemaal te stralen als ik begon. Als ik eindigde met het reinigen van de elementen was het helemaal feest want: Eh, Yam, Ram, Lam, Bam, Shuddde, Shudde Soha, klinkt zo leuk En dan zongen we de mantra van de Medicijnboeddha, met de vraag of deze medicijnen haar zo goed mogelijk mogen helpen. Na het vernevelen gingen we naar de kamer, want dan ging Majken op mijn schoot liggen op haar

buik, en dan gingen we haar longgebied en onderrug lekker masseren en kloppen. Vaak kwam dan het slijm in de longen wat los en kon ze dat goed ophoesten. Doordat Majken haar longen vaak zo vol zaten, probeerden we te voorkomen dat dit zich vast ging zetten, zo kon ze met meer energie de dag door. Ze hoefde dan minder tegen weerstand in te ademen. Meestal vond ze deze massage heerlijk en lag ze heel ontspannen op schoot. Maar het was ook wel eens heel moeilijk voor haar, en dan was ze heel moe; maar als je dit niet deed, kreeg ze nog meer last en problemen. Soms is dat gewoon niet voor te stellen: voor Majken was ademhalen heel hard werken!

De verzorging van haar lichaam vroeg veel aandacht, maar daarnaast deden we veel andere en leuke dingen. We wandelden veel, en als het kon lekker fietsen, want haar rolstoel kon met een speciale stang achter mijn fiets gekoppeld worden. Dat vond ze echt heerlijk, en wat hobbeltjes onderweg maakten het alleen maar leuker.

We kookten of baken samen wat lekkers, soms hielp ze met de afwas mee, we knutselden, schilderden, wolvilten, of gingen gewoon lekker samen zingen of sesamstraat kijken. We deden van alles. Maar het meest favoriet was een mooie cd of video met Andrea Bocelli. Als Majken aan het eind van de middag moe werd, kon dit haar goed helpen om er weer door te komen en weer wat energie op te doen. De allereerste keer dat we

voor Majken de cd: “ Sogno ”, van Andrea Bocelli opzetten, zag je in haar ogen dat er iets van herkenning was, ze was duidelijk iets aan het zoeken. Haar ouders kenden deze muziek niet en wisten er niets van. Tot zij op vakantie in Zweden waren en Majken bij ons logeerde. Het huisje waar zij verbleven, was van de vroegere verzorgster van Majken in Zweden, en... daar lag deze cd. Maria vertelde dat ze die wel voor Majken draaide omdat Majken deze muziek zo mooi vond. En wat wij zagen: hoe mooier de muziek, hoe scheler haar oogjes soms gingen staan, ze ging er helemaal in op, het grote genieten.

Wanneer we na het ontbijt de grote stoel klaarzetten, een kaarsje en wierook aan op het altaar in de kamer, begon Majken al helemaal te stralen, ze wist dan al dat er iets leuks ging gebeuren. Nico, of soms ik, ging dan in de stoel zitten met Majken op schoot, en dan deden we de “Selfhealing” zoals Lama Gangchen ons die heeft geleerd. Majken werd hier helemaal blij van en vond het prachtig. Dit betekende anderhalf uur zingen en veel bewegingen maken. Wij waren dan wel moe, omdat het best zwaar is om haar armen steeds te tillen en tegen kracht in te bewegen. Majken en wij deden het graag en we merkten ook dat het haar zo goed deed, soms kon ze daarna heel goed hoesten en meestal had ze meer energie dan daarvoor. Ze kon beter door een bepaalde weerstand heen ademen, maar bovenal, genoot ze er enorm van.

Voor ons was het ook fijn om te merken dat je op deze manier wat extra kon bijdragen aan haar welzijn.



Ook mocht ik met Majken, haar familie en andere mensen van hun geloofsgemeenschap, mee naar Lourdes, op bedevaart. Ik nam de zorg voor Majken op me zodat haar ouders hun eigen

bedevaart konden maken. Wat voor mij heel boeiend was: hoe zal Majken erop reageren en hoe ervaar ik het, (vanuit mijn eigen katholieke achtergrond was ik bekend met de katholieke traditie, de rituelen en gebeden enz.). Nu ik me meer met het Boeddhisme bezighoud, ervaar ik veel dingen zoals ik ze vroeger leerde, anders. Ook zijn er veel overeenkomsten, al is de vorm wat verschillend.

Majken hield erg van de sfeer in de kerk en vooral mooi orgelspel en een mooi koor kon ze erg waarderen, maar massaliteit was weer wat moeilijker voor haar. We gingen steeds samen ergens heen, een viering in de kathedraal, de grot waar Maria is verschenen, en 's avonds in het donker, naar de lichtprocessie. Ik probeerde haar steeds te volgen: heeft ze nog genoeg energie of is het nu genoeg en kunnen we beter wat anders doen of wat kan ze wel aan? We hebben een prachtige week gehad, mede omdat we ook steeds de drukke plaatsen hebben kunnen afwisselen met een prachtig stukje natuur aan de rivier. Het was misschien honderd meter verwijderd van de grot, waar zoveel mensen samen kwamen; even de rivier volgen en we kwamen er op een enkele uitzondering na, niemand meer tegen, en dit alles op het terrein van het heiligdom.

We hebben veel Maria liederen gezongen, liedjes speciaal met Lourdes verbonden, zoals "Te Lourde op de bergen", afgewisseld met de Tara mantra en alle andere mantra's die Majken al zo goed kende.

Het verhaal van Bernadette, de verschijning van Maria, voorgelezen met mooie afbeeldingen erbij, lekker rustig bij de rivier.

In alle rust langs de grot gaan is prachtig, maar wanneer je in een rolstoel zit en je ziet alleen maar ruggen en benen en verder niets, dat is niet fijn, en je moet steeds wachten, wachten en waarop? Wij besloten om langs de grot te gaan toen het wat rustiger was en hadden het geluk, dat mensen in een rolstoel voorrang kregen, en dat was wel fijn. Wel moesten we voortmaken, zei men, maar ik liep zo langzaam mogelijk, zodat Majken wel even kon voelen aan de wand van de grot, die heel koud aanvoelde.

Het moment kwam dat we ons afvroegen of Majken met behulp van extra zuurstof het wat makkelijker zou kunnen krijgen, minder vermoeiend. Ze moest hiervoor wel een paar dagen naar het ziekenhuis en er werd o.a. gekeken naar de concentratie van het zuurstof in het bloed. Bij Majken was de grens wel bereikt, al deed ze het op dat moment natuurlijk heel erg goed. Haar behandelende arts was wel overtuigd dat het haar kon helpen.

Een van de artsen die haar ook behandelde kwam langs voor de zaalronde. Hij zei letterlijk: “hoe jullie het doen en wat jullie doen in de zorg voor haar, weet ik niet, maar ik wilde dat alle ouders dat deden, dan hebben, wij de helft minder zieke kinderen in het ziekenhuis!”

Wat een mooi compliment.

Erika vertelde dat we veel gebruik maken van massages en etherische oliën in de verzorging. En verder dat ze veel hulp en steun had vanuit het katholieke geloof, en dat het een belangrijke plaats in hun leven heeft en dus ook in Majken haar leven. Ook vertelde ze dat Nico en ik veel voor Majken zorgden met de ondersteuning vanuit het Tibetaans Boeddhisme. Helaas ging hij niet echt in op de uitleg van Erika.

Tijdens een retraite in Italië, gaf Lama Gangchen een mooie afbeelding van de Groene Tara mee, "for the little girl", Dezelfde, die bij ons boven haar bed hing. Wij kochten er een mooie lijst voor en we namen het mee voor haar verjaardag. Ze keek ons aan alsof ze wilde zeggen: "die hoort bij jullie", en we vertelden dat dit een cadeau voor haar was, nogmaals dezelfde vragende blik. "Nee, Majken deze is echt voor jou en het is voor jou kamer als je dat wilt, zoek maar een plekje". Haar oogjes gingen van de muur naar papa en weer terug. Papa begreep de boodschap en ging meteen aan de slag en Majken was heel blij. De volgende ochtend wilde haar moeder haar verzorgen, maar Majken was druk "in gesprek" en reageerde niet op moeder. Haar moeder respecteerde dit en volgde wat er gebeurde, Majken was "aan het praten" met Tara, en na een poosje stopte ze met praten en draaide haar hoofdje om naar haar moeder en was ze klaar.

Als ik 's ochtends bij haar kwam en vroeg hoe het met haar was en of ze goed had geslapen, vroeg ik ook altijd hoe het met Tara was en keek ze altijd even omhoog naar de afbeelding en lachte ze naar haar. Ze herkende de naam en ook bij het zingen van de Tara mantra was veel herkenning.

“ Om Tare Tutare Ture Soha ”



Als Majken benauwd werd en bang was, kon het haar goed helpen om steeds de energie van Tara bij haar te brengen door een beoefening van Tara te doen, of de mantra te zingen.

Twee keer in de week hadden we een meditatieavond bij ons in huis met andere mensen, en als Majken bij ons logeerde deed ze altijd even mee. Bij mij op schoot en na iedereen begroet te hebben, begon Majken al te stralen, want ze wist al dat we met elkaar gingen zingen, en dat was nou net zo leuk, vooral met een paar mannenstemmen erbij. Helemaal blij en natuurlijk lang niet moe! Maar dan komt toch echt het moment van naar bed gaan en met een heerlijk voldaan gevoel ging ze lekker naar bed, wetende dat ik nog even bij haar bleef om haar te verzorgen en voor het slapen nog wat mantra's zingen. En dat zingen bij haar bed is zich in de loop van de tijd alleen maar meer gaan uitbreiden en daar had ze totaal geen moeite mee, integendeel, soms viel ze tijdens het zingen in slaap en verkorte ik het repertoire, want ze sliep toch. Nou nee dus, dan werd ze wakker en kon ik vervolgens de andere mantra's alsnog even zingen, want dat waren we zo gewend. En zij wist wel hoe ze het hebben wilde.

Majken vond het heerlijk om buiten te zijn, elke dag gingen we lekker wandelen of met de fiets erop uit. Wandelen was ook erg leuk, als ze bij ons was, want dan ging Tissie, ons kleine hondje ook mee. Tissie vond het erg gezellig, maar op een

bepaald moment kon ze het niet meer zolang volhouden, en dan mocht ze lekker bij Majken op schoot. Beiden vonden het erg gezellig, maar soms was Majken er moe van en gaf ze Tissie een duwtje, die nestelde zich nog meer of sprong van haar schoot af en liep weer verder.

Tissie had sowieso een belangrijk plekje bij Majken, want als wij Majken lekker gemasseerd hadden, dan kwam Tissie er snel bij zitten of liggen, en likte Majken haar handen of voeten. Dit kriebelde natuurlijk lekker en Majken vond het fijn.

Als je Majken zo zag, zittend in haar rolstoel, of liggend op haar bed wanneer ze zeker was, kom je natuurlijk bij zorg uit. Want dat had ze veel nodig, je kon haar niet aan haar lot overlaten. Zorg, veel zorg is een basisvoorwaarde en was ontzettend belangrijk voor haar. En toch als ik aan Majken denk, denk ik toch meer aan het hele bijzondere wat in Majken was en wat mij zo raakte. Majken was, en is voor mij nog steeds, een fantastisch kind, die heeft geleerd om met haar beperkingen te leven, ze te accepteren (wat haar niet altijd lukte), en continu keihard werkte om te leven. En zo stralend kon ze zijn, haar mooie ogen, zo genietend en dan helemaal scheel kijkend, en soms heel ondeugend, levend! Soms waren haar ogen wat mat als ze ziek was. Majken die zich helemaal in een eigen wereld kon terugtrekken, even was je er helemaal niet meer

voor haar, maar ze kon ook haar hart helemaal openen voor jou, en voor de wereld om haar heen. Die zorg was een belangrijke voorwaarde, en af en toe heel vermoeiend als we bijvoorbeeld zelf een paar nachten weinig slaap kregen, maar het belangrijkste waren de ontmoetingen met haar. Wij namen haar mee op weg en zij nam ons mee.



De ontmoeting met Lama Gangchen.

De laatste maanden raakte Majken sneller in paniek tijdens de benauwdheidsaanvallen en de frequentie nam ook toe. Extra zuurstof toedienen kon het soms iets makkelijker maken voor haar, maar was zeker niet voldoende. Voor ons als begeleiders om haar heen was het erg belangrijk om een steun voor haar te zijn, een rustpunt. En wel zo, dat zij dat kon voelen, dat er voor haar gezorgd werd, dat ze het niet alleen hoefde te doen, dat wij bij haar waren. Natuurlijk hadden we het liefst dat ze haar angst los kon laten. Dichtbij haar zijn en zelf niet in de angst van haar mee gaan, wat niet altijd eenvoudig was, want een kind wat zo bang en benauwd is, roept ook het een en ander in jezelf op. Wat waren we vooral dankbaar met de steun en hulp die we konden ervaren van de methoden die we van Lama Gangchen hebben geleerd. De Self-Healing en andere meditaties, ons daarop te richten, maar ook door de mantra's hardop te zingen, Majken haar aandacht daarop te richten en de hulp ervaren van de Heilige wezens.

We hebben haar ook verteld dat ze niet bang hoeft te zijn om dood te gaan, want we gaan allemaal, en dat we haar wilden helpen zoveel we konden. "Doodgaan is niet erg Majken". En gelukkig kwam ze steeds weer terug en kon ze weer rustiger gaan ademen, waarna ze bekaf was en eerst een flinke tijd moest slapen. Het was soms voor onszelf wel heel spannend, want je wist niet of ze het zou redden en of ze angstig en in paniek heel benauwd, dit aardse leven zou verlaten. Dat zouden we allen afschuwelijk vinden.

De sondevoeding die ze voor geschreven had gekregen, om via de peg toe te dienen, was veel te zwaar voor haar. En de hoeveelheid die de diëtiste adviseerde, was veel te hoog, omdat ze het teveel steeds weer uit spuugde. We hadden de dosering wat verlaagd en dan ging het beter. Toch was het van tijd tot tijd nog teveel en dan lukte het haar niet om dit allemaal binnen te houden en verteren. Wanneer ze eenmaal braakte was het voor haar heel moeilijk om weer uit dit patroon te komen, ze had duidelijke hulp nodig om dit proces te stoppen, en haar weer op iets anders te richten. Dit lukte ook regelmatig niet, er was een groter proces aan de gang en Majken kreeg maagbloedingen en spuugde dus ook veel bloed uit. Ze voelde zich er ook ziek van. We reduceerden de voeding tot nul en ze kreeg slappe kruidenthee en na enkele dagen konden we weer voedingstoffen toevoegen en na een paar dagen weer overgaan op haar voedingsschema. Opvallend was dat het met maanstanden samenviel, het begon steeds met nieuwe maan. Later werd het vaker, tot elke twee weken. En natuurlijk vroegen we ons af of dit wel goed kwam.

Haar moeder was zo moedig om een heel nieuw voedselprogramma voor haar te maken. Wel werd alles door de peg toegediend, want gewoon eten kon Majken niet. We maakten alles zeer vloeibaar, ze kreeg veel verse vruchten- en groentesappen.

We kookten weer voor haar, pureerden en mengden het met groentesap. 's Ochtends pap van yoghurt met rijstemelk en granen en honing. Het was geweldig om te doen, wij kregen weer het gevoel dat Majken mee zat te eten: we dekten ook de tafel voor haar. Voorheen kwam het voedsel uit een pakje wat in een tas achteraan haar rolstoel hing. Nu kreeg ze eten uit een kom, wat we via een spuit in de sondeslang spoten en met een kookwekker binnen handbereik voor de timing, want het mag niet te snel gaan. Wat genoten we hiervan en bovenal: we zagen Majken binnen een week al sterker worden, haar huid werd beter, haar ogen gingen meer stralen en: ze heeft vanaf dat moment geen voedsel meer gebraakt. En ze werd steeds krachtiger. Helaas de aanvallen van benauwdheid bleven komen.

Een van de gevolgen van het langdurig niet accepteren van de voeding, en te weinig spieractiviteit, is te weinig botvorming. Hier kwamen we ongelukkigerwijs achter doordat ze op zondag (15 april 2007) haar beentje brak, dit gebeurde tijdens de verzorging. Er was niet echt iets vreemds gebeurd; Majken kreeg enorm veel pijn en ze zijn met spoed naar het ziekenhuis gegaan. Op de foto's die toen zijn gemaakt, bleek dat er eigenlijk veel te weinig botweefsel in haar beenderen zat, ze waren erg bros. De fysiotherapeut die haar bezocht, vertelde dat ze dit beeld bij veel kinderen zag, die net als Majken de hele dag zitten of liggen, en dus veel te weinig spieren gebruiken.

Een van de kinderartsen in het ziekenhuis, adviseerde een totaal nieuw dieet voor haar. Een dieet waar alle elementen op dusdanige manier aanwezig zijn, zodat met een dieet van een week, alle tekorten zouden zijn aangevuld. Wanneer dit gestabiliseerd zou zijn, zou ze over kunnen gaan op normale (sonde)voeding. Wat ik niet alleen erg jammer, maar ook erg onzorgvuldig vond, was dat ze zich niet voldoende in het voedingsschema van de laatste maand van Majken, had verdiept. Dit dieet had moeder met hulp van een andere diëtist samengesteld. De arts baseerde haar conclusie meer op cijfers, dan naar de persoon Majken te kijken, en hoe was het en hoe is het nu? Waar voelt Majken zich goed bij, wat verdraagt ze goed etc., dit ook in verband met het functioneren van haar longen.

Erika wilde het beste voor haar kind en na het verhaal van deze arts, was het voor haar als moeder moeilijk om te weigeren.

Dit betekende dat Majken nog ruim een week in het ziekenhuis zou moeten blijven. Dit dieet mocht enkel gegeven worden onder begeleiding van een arts, omdat er problemen, bijwerkingen konden optreden met het hart en of zenuwstelsel.

Op dinsdagavond zijn we meteen met deze nieuwe voeding begonnen, wel in een lichte dosering, om te zien hoe ze hierop zou reageren. Ze heeft 's nachts goed geslapen en de voeding binnengehouden. Bij de ochtendronde heeft de dokter de dosering verhoogd, wat ook goed ging.

Omdat Majken nog minimaal een week in het ziekenhuis moest blijven, hebben haar moeder en ik afgesproken om de zorg vanaf dat moment te spreiden, dat wil zeggen dat ik op woensdag naar Majken ging en Erika zou de dag erna enz.

18 april

Woensdagmorgen kwam ik bij Majken de kamer in en ze lag lekker tv te kijken. Ze reageerde lachend op mijn begroeting en haar oogjes straalden weer, we gaven elkaar een dikke knuffel. Ik wist niet precies wat de verpleegkundige al had gedaan, dus genoten we nog van lekker even kletsen en tv kijken. Lekker wassen, masseren, en schone kleren aan en dan heerlijk even bij mij op schoot. Majken vond dat even spannend, maar ze voelde blijkbaar geen pijn, ze ontspande helemaal en we zongen en we knuffelden en we hadden het heel fijn samen. Ze werd nog wel snel moe, maar sloep al minder overdag dan de dagen ervoor. We hebben naar mooie muziek geluisterd, Zweedse liedjes, die ik niet mee kon zingen, we luisterden naar de aria's van Andrea Bocelli en naar de liedjes van hem over Toscane. Maar Majken vond Sogno nog steeds de mooiste cd van hem, (en dit is ook de laatste muziek waar we deze dag naar hebben geluisterd.) Ze ging er weer helemaal scheel van kijken, en dat hadden we nog niet weer van haar gezien sinds ze in het ziekenhuis was. We hebben ook nog schooltelevisie gekeken, ze vond dat erg leuk maar ook een beetje raar want het ging over een verjaardagsfeestje, en er was niemand jarig bij ons in de kamer.

Op de een of andere manier voelde ik de hele dag de behoefte om echt bij haar te blijven, het was anders dan de dagen ervoor.

De arts kwam 's ochtends om enkele dingen te meten (vetgehalte, lengte en spieromvang) ik heb even gezegd dat ze wel de linkerarm moest nemen omdat Majken daar meer spierballen had, ze begreep geloof ik de humor hier niet helemaal van. Er moest ook nog in haar vingertje geprikt en Majken gaf geen kik, hartstikke goed van haar.

Majken was soms zo moe en viel dan wel even in slaap, korte slaapjes.

's Middags kwam de fysiotherapeute weer en samen met haar en de verpleegkundige hebben we Majken in haar rolstoel gezet. Dat ging in een keer hartstikke goed en Majken straalde erover. Ondertussen was er een jongen bij Majken op de kamer gekomen, hij zou de volgende dag geopereerd worden. Hij begreep er niet veel van wat er allemaal gebeurde.

Nadat we even in de stoel tv hadden gekeken, gingen we samen zingen, "in de maneschijn" en de armen weer helemaal omhoog en wijd en rondjes draaien- heerlijk, Majken vond het geweldig en de jongen en zijn moeder deden ook mee. Toen mocht hij een liedje kiezen: zijn lievelingsliedje was: "er is er een jarig" Majken keek me heel verbaasd aan (wie is er jarig?), maar het zingen won het van de verwarring en we deden lekker mee. Na ongeveer 3 kwartier in de stoel werd Majken moe en hebben we haar lekker op bed gelegd en ze is meteen gaan slapen.

Ik was erg benieuwd hoe het met het slijm zou gaan omdat ze nu voor het eerst sinds dagen weer echt rechtop had gezeten, meestal 'beweegt' het slijm dan wel, maar ze sliep lekker.

Na ongeveer een kwartiertje begon ze zachtjes te huilen en lag ze wat te rochelen, ik heb haar wat zuurstof gegeven. Majken werd snel erg benauwd en ze werd ook erg bang, paniekerige ogen, snelle hoge adem en een bang mondje. Ik belde de avondverpleegkundige zodat ze zou kunnen zien wat er kan gebeuren als Majken zo benauwd is en zo angstig. Ze was wel blij dat ik haar even geroepen had. Ik vertelde dat ik zou proberen Majken te laten ontspannen zodat ze zou kunnen slapen. Ik heb haar wel gezegd dat als ik zou bellen, ik haar onmiddellijk nodig zou hebben en ze meteen zou moeten komen. Na een paar minuten heb ik haar gebeld want ik wist dat we het zo niet zouden redden. Ze kwam en begon met slijm zuigen, maar al snel drukte ze op de alarmknop en in een paar seconden stond er een heel team voor ons klaar, die echter niets konden doen. Majken haar ouders hadden een afspraak om niet te beademen, reanimeren etc (code c). Alleen zuurstof toedienden, en dat kreeg ze al. Majken beet me nog heel hard op mijn vinger toen ik het slangetje van de zuurstof rechtstreeks in haar mondje stopte in plaats van een kapje ervoor. (ondertussen heeft een verpleegkundige het jongetje naar een andere kamer verhuisd merkte ik later)

Artsen praatten ondertussen over code c.

Ik heb alleen met Majken gepraat; toe maar, haal maar diep adem, ze was al wat rustiger geworden, maar het ademen was wel heel zwaar. Ik zong steeds Tara mantra's in mijzelf en toen Majken steeds oppervlakkiger en lichter ging ademen en na een paar keer echt haar laatste adem uitblies, ben ik hardop gaan zingen en kon veel begeleiding voelen. Een dokter luisterde naar haar hartje en zei dat hij niets meer hoorde, en ik zei dat ik dat al wist.

De tranen liepen me over de wangen.

Haar voedings slang heb ik afgekoppeld met de woorden: " deze voeding heb je niet meer nodig, nu krijg je andere voeding ".

Het was tien minuten voor vijf.

Ik wilde Majken bij mij op schoot hebben.

Ze zetten een comfortabele tuinstoel voor me neer en zij hielpen me Majken op mijn schoot te tillen, een kussen onder haar voetjes en een deken over haar heen, ze waren erg lief voor ons. Ik heb gevraagd of zij Erika en Stijn wilden bellen en vertellen dat Majken heel rustig en in mijn handen is overgegaan . Daarna vroeg ik om met Majken alleen te mogen blijven en dat was zo goed, zo dierbaar. Later kwam de kinderarts nog even terug of ik zelf niet wilde bellen, ik vroeg of ze het nog niet gedaan had dan, nee dus. Ik voelde verontwaardiging in me opkomen.

Ik kon niet met Majken die bij mij op schoot lag, opbellen en vertellen dat ze was gestorven, en bij haar weggaan kon helemaal niet.. Dus gevraagd

of zij wilden bellen. Haar collega heeft gebeld, gelukkig maar, hij was een hele sympathieke man.

Het was zo dierbaar en zo bijzonder om zo met haar te zijn, haar te koesteren, te strelen en ongelooflijk veel van haar te houden, ik heb haar bij mij gehouden, gekust en veel voor haar gezongen.

Door haar lijfje klopte mijn hart voor haar.

Om 10 over 5 kwam Nico binnen en kon ik even huilen, maar of het van ontroering of van verdriet was, ik denk beide: ik voelde de bevrijding voor haar, zoveel meer mogelijkheden.

Wat hebben wij genoten van dit stille samenzijn en haar zo bij ons te hebben.

Wij zijn met de Self-Healing begonnen die we thuis ook zo vaak met haar deden, alleen lag ze nu stil op schoot.. Het was heel bijzonder om het zo de laatste keer met en voor haar te doen, en het werd goed geregeld, de verpleging die goed voor ons zorgde, kwam telkens tijdens een 'pauze' van de beoefening binnen. Zij respecteerden dat we graag samen wilden zijn.

Ondertussen heb ik Majken bij Nico op schoot gelegd, en dit was zo prachtig, zo mooi om naar te kijken, ontroerend, ze was zo heel geborgen.

Tijdens het deel van de beoefening wat we het voltooiingstadium noemen, werd de energie steeds sterker en vooral Nico kon sterk meebelevan, hoe de Boeddha's in de verschillende chakra's aanwezig waren. En hoe de energie die nodig was om Majken te bevrijden, toenam, en uiteindelijk overging in wit licht: Majken is vrij!!!

Tijdens dit gedeelte van de beoefening, stopte Nico ook nog even met ademhalen, hij had een diepe tevreden glimlach op zijn gezicht. Dit duurde een poosje en even werd ik bang dat hij 'met Majken mee zou gaan', maar net toen ik zijn naam wilde noemen, deed hij zijn ogen open en keek me aan en ademde weer.

Samen hebben we toen nog ongeveer een uur zo gezeten, voor haar ouders, broer en zusje kwamen. Haar ouders waren zo opgelucht en blij, toen ze Majken zo mooi bij Nico zagen zitten, zo geborgen. Er was tijd voor diepe ontroering en vreugde, en er was, met name bij de kinderen, ook verdriet. Er viel voor hen allen zoveel spanning weg, nu ze wisten dat Majken het leven op aarde, zo rustig en vredig, heeft losgelaten, in vertrouwde handen. Zij voelden dankbaarheid hiervoor en dat gaf hen ruimte. Want er was toch elke dag weer de angst: wanneer gaat ze? Toch niet als ze alleen is, en hoe gaat ze? Toch niet in angst en stikkend in haar benauwdheid?

En dat zij als ouders niet bij het sterven zelf aanwezig waren, was geen enkel probleem, zij waren blij dat ik met Majken was.

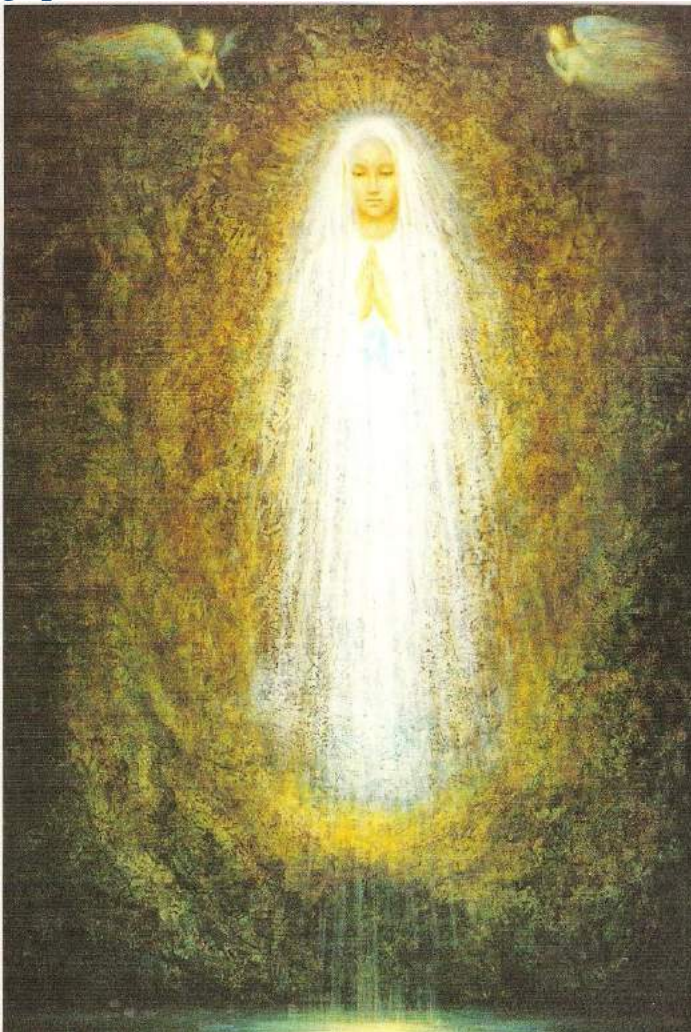
Erika en Stijn hadden de bus opgeruimd en er een mooi bed ingemaakt met een kussen met een kroontje erop. Ook thuis was er al het een en ander voorbereid voor haar thuiskomst. We zijn naar huis gereden en hebben samen Majken gewassen en haar broer Hilbert heeft haar met Lourdeswater besprenkeld, en we hebben haar mooie kleren aangedaan. Ze lag prachtig op haar

bed. Samen de ervaringen gedeeld en daarna hebben

Nico en ik nog wat mantra's voor haar gezongen en zijn toen ook naar huis gegaan. Het was een heldere nacht met een heel dun maantje, Majken's maantje.

Elke dag gingen we even naar Majken en haar familie en vaak zongen we nog even bij haar, wat we bij ons in huis ook met haar zongen.

Op zondag is Nico met de familie naar de kerk geweest en heb ik voor de 'laatste' keer op haar gepast.



Maandag 23 april 2007

's Ochtends kwam Florien, van de manege waar Majken twee keer in de week naar toe ging om te rijden en om met Fant, een lief paard, te "werken". Florien had Fant meegenomen, ze had de manen en de staart mooi ingevlochten en versierd met rozen. Met Fant zijn we naar Majken haar bed gelopen, in Majken haar kamer. Fant snuffelde over het hele lichaam van Majken, van haar hoofd tot haar voeten en weer terug, en toen was ze klaar, ze draaide zich om en wilde de kamer weer uit. Ook zij nam afscheid van Majken.

Toen het kistje kwam, hebben we samen Majken opgetild en in haar kistje gelegd, op haar eigen kussen met het kroontje. Haar broer en zusje Hilbert en Renske hebben rondom haar lichaam een kring van rozenknoppen gelegd en ze kreeg een heel klein roosje in haar haar.

Voor het vervoer naar de kerk moesten we het kistje even dichtmaken. Op de kist hebben we drie kruisjes gelegd: Hilbert en Renske hadden ieder een kruisje gemaakt en wij hadden een open kruis meegenomen, een cadeau voor Erika en Stijn, het hing bij ons in de kamer.

We tilden Majken in de bus en Fant liep achter Majken aan. Toen het kistje met Majken in de bus stond, begon Fant heel diep en hard te hinniken, een laatste groet? Daarna is zij terug gegaan naar haar wei, en wij gingen naar de kerk

In de kerk kon ieder nog even afscheid nemen van Majken; na een dikke kus van ons, moest het kistje

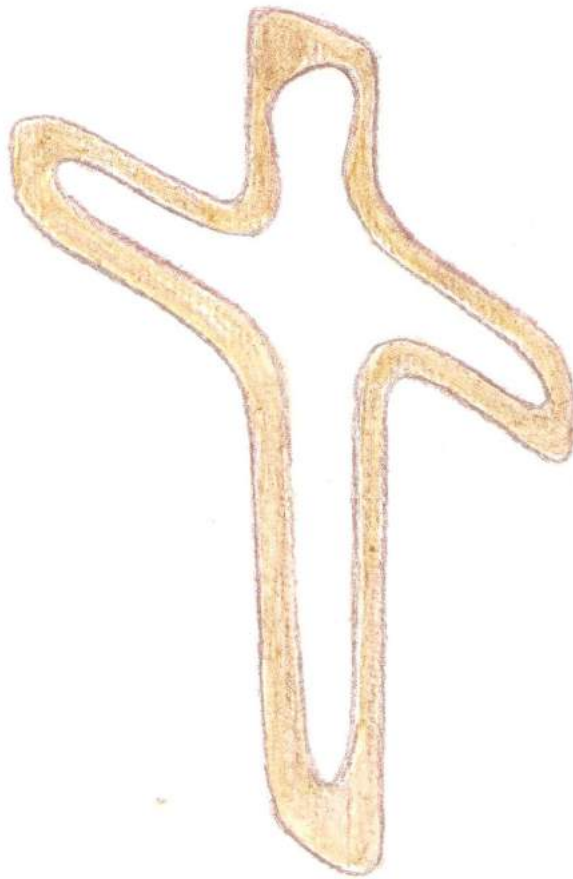
definitief dicht, en brachten we haar voor in de kerk en kon de viering beginnen.

Na een hartelijk welkom door de pastoor zong het koor, daarna werden Nico en ik uitgenodigd om iets te zeggen. Wij hebben kort uitgelegd wat we gingen doen (anders is de overgang ook wel erg groot) Wij hebben een paar mantra's gezongen: de mantra van de mandala offering en het gebed aan Lama Gangchen, zodat onze bijdrage ook begeleid zou worden. Daarna heb ik wat verteld over onze ontmoeting en relatie met Majken. Ook heb ik verteld dat Tara een belangrijke plaats in haar leven had net als Maria. Ik heb de Tara mantra gezongen bij haar sterven en nu weer bij haar afscheid in de kerk. Daarna is Nico bij Majken haar hoofdeinde gaan staan en heeft nog een mantra gezongen.

De pastoor nam de dienst weer over en het paste goed bij elkaar. Beide waren ook zo belangrijk in haar leven: de kerk, het orgel, de pastoor het koor, en ook wat wij deden, en het samen zingen.

Wij hebben haar samen naar het kerkhof gebracht en nadat de pastoor nog enkele gebeden deed, hief hij het open kruis omhoog, als symbool van bevrijding. Hij legde het weer terug op het kistje en deed het eerste schepje aarde in de lichaamsvorm, die uitgesneden was in het kruis, hierbij uitsprekend dat haar lichaam nu weer toevertrouwd wordt aan de aarde.

Toen later het kruis van het kistje was genomen, lag er een mensvorm van aarde tussen de bloemen.



Met de familie hebben we Majken haar grafje dichtgemaakt en alle bloemen er bovenop gelegd met een kaarsje en een engeltje erbij.

Er is zoveel meer te vertellen over de drie en een half jaar dat Majken en ik elkaar hebben leren kennen. Dit is een weerslag van wat nu aan herinneringen boven komt.

Ook in het delen met mensen om ons heen, komen er steeds beelden op, en die kunnen weer helpen in processen in het leven.

Het verhaal is niet afgesloten, het gaat steeds door.

Majken dankjewel voor alle ontmoetingen en dat je me vertrouwde en toeliet in je leven en bij je sterven, ik ben je intens dankbaar.

Liefs Lidy



