

Steek êrens in jou woonplek 'n kers aan terwyl jy lees.

Tema: Wie ken my?

Skriflesing: Psalm 139

Broodjies vir die pad

“Jesus did not come to change the mind of God about humanity (it did not need changing)! Jesus came to change the mind of humanity about God.”

— Richard Rohr, *Eager to Love: The Alternative Way of Francis of Assisi*

“I don't know anything with certainty, but seeing the stars makes me dream.”

— Vincent Van Gogh

Ons klein planeet

'n Saluut aan NP Van wyk Louw wat die *Silwrigte Planeet* verwoord het.

Ons klein blouerige planeet
swaai in sy baan
gravitasie-gekoppel
om die helder son

hier kon lewe ontstaan
in die water
uit die kosmos gespruit
plant en dier en mens
wat denkend uitreik
na die bron van bestaan
die Skeppergees.

Hennie Smith

<https://www.litnet.co.za/ons-klein-planeet/>

“How different the world would be if each parent could say to the child: “Who you are is terrific, all you are meant to be. And who you are, as you are, is loved by all of us. You have a source within, which is the soul, and it will express itself to you through what we call desire. Always respect the well-being of the other, but live your own journey, serve that desire, risk being that which wishes to enter the world through you, and you will always have our love, even if your path takes you away from us.” Such persons would then have a powerful tool to enable them to change their lives when it was not working out for them. Such persons would be able to make difficult decisions, mindful always of the impact on others, but also determined to live the life intended by the gods who brought us here.”

— James Hollis, *Hauntings: Dispelling the Ghosts Who Run Our Lives*

“When you have once seen the glow of happiness on the face of a beloved person, you know that a man can have no vocation but to awaken that light on the faces surrounding

him. In the depth of winter, I finally learned that within me there lay an invincible summer.”

— Albert Camus

DIE RUS IS ELDERS

Pieter van der Westhuizen

Christina se gemoed is swaar. Haar treë wankelig onder die groot las van haar gewete. Die een-en-twintig trappe voor die katedraal – drie maal sewe flits dit deur haar gedagtes – is 'n berg wat sy moet op. Die gewig van haar twyfel lê swaar op haar gewete. Met haar knieë deurgekniel het die gebede op haar droë lippe verstom. Woordeloos beur sy deur die donker stroom van haar emosies met die met die las van Christuskind drukkend op haar soos op St. Christophorus lank gelede.

Die klein deurtjie in die groot houtdeur is oop. Huiwerig stap sy die skemer ruimte binne. Haar hande bewe maar sy kry tog die muntstuk deur die gleuf in die bussie. Haar brandende kers plaas sy tussen die ander kerse op die tafel aan die voete van die beeld van die Heilige Moeder. Met haar oë nou meer gewoond aan die dowwe lig buig sy eers na die altaar voordat sy versigtig rigting kry na die bieghokkie links in die middelskip van die katedraal.

Sy is effens vroeg. Die vadertjie is nog nie daar nie. Die bankie aan haar kant van die hokkie is hard en koud. Deur die tralievenstertjie regs van haar kan sy die deur sien waarby die vadertjie enige oomblik kan inkom. Onwillekeurig vorm haar lippe weer 'n gebed. Vandag hunker haar hele wese na die sagte woorde van vader Piotrovich, die man met die sagte Slawiese aksent en diep donker oë. Sy sal hom alles, alles vertel en dan wag vir die salwende stem wat sê: “Gaan dogter en sondig nie meer nie”. Dit sal vir haar rus bring.

Uiteindelik gaan die deurtjie oop. Sy sien eers die silhoeët van die man in sy priestergewaad 'n hele paar treë nader kom voordat sy hom herken. Sy kan dit nie glo nie. Sy het nie een oomblik gedink dat dit moontlik is nie. Vandag, van alle dae. Ag nee, die Italianer vader Gregory Bonaventure. Hy is reeds te naby. Dis te laat vir opvlug en weghardloop. Voor die swart wolk van mismoed haar oorweldig sal sy vinnig bieg en maak dat sy wegkom. Geen aflating vandag nie, want vandag is haar hoop, die Rus, elders.

Jong dokter vertel oor Covid: 'Pasiënte moet alleen ly'

Jani Maritz

“Is jy nog oukei?”

Vriende en familie vra my gereeld dié vraag. Ek antwoord selde, soms omdat ek te moeg is, meestal omdat ek nie weet wat om te sê nie. Hoe verduidelik 'n mens dit wat nou reeds ons nuwe normaal is?

Aantrek, ry werk toe, uittrek, aantrek, was jou hande, oor en oor. Jy weet nie meer hoe jy lyk sonder 'n masker nie, maar jy weet nou al hoe jou koffie-aseem teen jou masker ruik en weeg gereeld die moeite op van uittrek teenoor die ongemaklikheid van jou vol blaas. Uittrek, hande was, aantrek, hande was, huis toe, hande was, uittrek, stort, aantrek.

By die huis probeer jy afskakel, die angs afweer wat jou keel wil laat toetrek. En jy weet, môre begin alles weer van voor af.

Dit is wat hierdie pandemie so uitputtend maak. Die fisieke uitmergeling van jou daaglikse roetine, maar ook die emosionele eise wat dit stel. Die Engelse uitdrukking hiervoor is “compassion fatigue”. Wanneer jy soveel hartseer en pyn beleef dat jy emosioneel net nie meer iets het om te gee nie.

'n Kollega van my bieg skaam, sy is só moeg en óór Covid-19. So moeg dat sy niks kan doen vir pasiënte nie. Moeg van doodsertifikate invul. Moeg van kies wie se lewe om te red. Moeg dat dit haar persoonlike lewe beïnvloed.

Die skuldgevoelens wat sy het oor hierdie erkenning, resoneer in my lewe. Hoekom *deal* ek nie beter hiermee nie? Hoekom kan ek net nie gewoon raak hieraan nie? Ek was nog altyd aanpasbaar. Ek is 'n frontlinie-werker. Hoekom voel ek nie meer dapper nie? Dis omdat Covid-19 so onvoorspelbaar is. Ek kan ook nie meer staatmaak op my ouderdom nie. Ons Covid-19-pasiënte is soveel jonger. Ek is 30 jaar oud, van my pasiënte wat suurstof nodig het, ook.

Jy sien die hartseer eerstehands

Op die sogenaamde frontlinie beleef ons die hartseer eerstehands. Pasiënte wat alleen moet ly. Dokters en die wonderlike verpleegpersoneel en skoonmakers, mense wat eens vreemdelinge was, raak hul naastes.

Ongelukkig kan ons nie altyd daar wees nie. Ander siek pasiënte het jou nodig. Personeel raak ook siek en plaas verdere druk op 'n stelsel wat reeds te min hande het. En dan gebeur die onregverdigste onvermydelike, iemand moet alleen doodgaan, en boonop met die ang en asemnood wat hierdie virus meebring.

Die ander kant van die munt: Die families wat vreesbevange by die huis vir jou oproep wag. Hulle wil net weet hoe dit met hul familielid gaan.

Ek voorspel gekompliseerde rou is ons voorland. Dit is wanneer mense nie kans kry om hul geliefdes te groet nie, as die dood skielik en uit die bloute kom. Die rouproses raak dan langer en moeiliker.

Die normale fases van rou wat Elisabeth Kübler-Ross geïdentifiseer het, raak meer kompleks.

Mense bring hul siek familieledes hospitaal toe en mag hulle dan nie besoek nie. Aanvanklik verseker jy hulle alles aan oukei wees, want hoop is nodig in hierdie tyd. En ons hoop ook.

“Ons gaan doen wat ons kan vir jou pa, Meneer,” of “Jou suster is nog stabiel, sy kort net 'n bietjie suurstof.”

Twee dae later bel jy hulle met die slegte nuus, om dan in dieselfde asem te vra of hul begrafnisondernemer met Covid-19-gevalle werk, en hoe lank hy gaan vat, want ons het die bed nodig.

Dit is ons nuwe normaal. Die Engelse gesegde 'ignorance is bliss' was nog nooit meer waar as nou nie.

Ek sien jou Facebook-plasing, jy dink dis 'n klug, dat dit niks meer as die jaarlikse griep is nie, dat die statistieke oordrewe is. Honderde mense deel jou plasing. Ek beny jou eintlik. Hierdie “blissful state of mind”. Ek is in elk geval te moeg om te stry.

Drank vererger dinge

Ek gaan nie skynheilig wees nie, ek is geen geheelonthouer nie. Baie van my vriende in die wynbedryf, kry só swaar.

Die probleem is egter dat baie Suid-Afrikaners nie hul drank kan hanteer nie.

Ek het op die aand van 1 Junie gewerk toe die drankverbod gelig is. Teen middernag was ons eenheid vol mense met alkohol-verwante pyne en skete. 'n Motorongeluk, die passasiers almal onder die invloed.

Om ná 16 uur op jou voete te probeer redeneer met 'n dronk mens om sy masker op te sit terwyl jy klaar maak met 'n Covid-19-pasiënt, en hy weier blatant, is genoeg om enigiemand te laat wonder hoekom jy hierdie beroep gekies het.

Die hoeveelheid trauma en geslagsgegronde geweld wat ek die afgelope maand gesien het, breek my hart. Ongelukkig is dit nie net die Covid-19-pasiënte wat ly nie. Mense kry hartaanvalle, het steeds noodoperasies nodig. Ons is stadig maar seker besig om ons totale bed-kapasiteit te bereik. Dis die grootste onreg van hierdie pandemie: Baie pasiënte gaan dood van Covid-19, maar baie pasiënte word verontreg as gevolg van die impak wat Covid-19 op die gesondheidstelsel het.

Ek weet nie wanneer ons gaan terugkyk en dankbaar wees dat dit verby is nie. Tot dan sal ons voortbeur. Want as jy

daaglik gekonfronteer word met hoe vlietend die lewe kan wees, besef jy ook daar is só baie om nog voor dankbaar te wees. Ek is dankbaar vir ongelooflike kollegas. Ek is dankbaar vir vriende en familie wat my ondersteun. Ek is dankbaar vir 'n werk. Ek is dankbaar vir my gesondheid. Ek is net te moeg om op dié punt te weet of ek oukei is.

* *Jani Maritz is 'n mediese dokter in 'n hospitaal in die Wes-Kaap. Sy het medies aan die Universiteit van Kaapstad studeer.*
<https://www.netwerk24.com/Stemme/Die-Student/jong-dokter-vertel-oor-covid-pasiente-moet-alleen-ly-20200715>

Brood vir die pad

Dié soort onthou is nodig om die verlede te oorleef

RRV

“The past is not dead . . . it is not even sleeping,” skryf David Lowenthal in sy boek *The Past is a Foreign Country*. Dit is 'n sinspeling op William Faulkner se bekende woorde: “The past is not dead, it is not even past.”

Die punt van hierdie twee opmerkings is soortgelyk: Die verlede is nie bloot verlede tyd nie. Nee, dit speel op 'n komplekse en kragtige wyse in die hede mee. Dit verklaar en bepaal ons denke en optrede, ons vrese en verlangens.

Nou is dit sekerlik so dat ons dikwels voel dat ons juis nie aan die verlede herinner wil word nie, dat ons weens skaamte, skuld of trauma eerder sekere aspekte daarvan wil vergeet of uitblik.

Maar dit is uiteraard nie so eenvoudig nie. Nie net sielkundiges nie, maar ook ons eie ervaring bevestig dat die verlede nie so maklik hokgeslaan kan word nie. Dit verskyn dikwels ongenooid en onaangekondig in ons gedagtes en drome.

Iets van die aktiewe krag van die verlede word verwoord in Elizabeth Kostova se *The Historian*, 'n roman waarin 'n jong vrou haar donker familiegeskiedenis naspur en spesifiek die verbintenis met die 15de eeuse bewind van Vlad die Deurboorder (in fiksie bekend as graaf Dracula).

Die inleidende nota aan die leser waarsku al: “As a historian, I have learned that, in fact, not every-one who reaches back into history can survive it. And it is not only reaching back that endangers us; sometimes history itself reaches inexorably forward for us with its shadowy claw.”

Dit is nogal 'n skrikwekkende gedagte dat die verlede só teenwoordig kan wees. Dit bevestig ook die belangrikheid, op persoonlike en kollektiewe vlak, om eerlik en verantwoordelik met die geheim en onreg van die geskiedenis te bly worstel.

Hierdie “onthou-werk” is sekerlik pynlik en is dan ook dikwels “treur-werk”. Maar die poging om die verlede reg en regverdig te onthou kan ook aanleiding gee tot onverwagse heling, tot onverdiende belewenisse van genade en tot verrassende nuwe verhoudinge en verbintenisse.

Die verlede is weliswaar nie dood nie, maar dit is ook weer nie noodwendig dodelik nie.

Teen hierdie agtergrond is daar vir my nogal heelwat sielkundige en geestelike insig in Charlie Brown se woorde aan Linus in een van die *Peanuts*-strookiesprente. Linus merk op dat dit seker verkeerd is om jou oor môre te bekommer en dat dit dalk beter is om eerder slegs aan vandag te dink.

Waarop Charlie Brown reageer: “No, that’s giving up . . . I’m still hoping- that yesterday will get better.”

<https://www.netwerk24.com/Stemme/Sielsgoed/geestelike-waardes-die-soort-onthou-is-nodig-om-die-verlede-te-oorleef-20200715>

wynandgnel@outlook.com 082 901 5877