

Olivia Ames Hoblitzelle: 'Onze laatste jaren van vreugde en verdriet' Mindful omgaan met alzheimer. Uitgeverij Ten Have, Utrecht 2011. ISBN 9789025961411. (Dementie/ Alzheimer/1) Zie ook www.uitgeverijtenhave.nl

Soort boek/ Ziekte/ Stijl: Olivia Ames Hoblitzelle en haar man Hob kregen te horen dat Hob alzheimer had. Na een tijdje beseften ze dat de manier om om te gaan met deze laatste fase uit het leven van Hob, een liefdevolle en aandachtige was. Olivia licht in dit boek toe hoe dat gelukt is. Ze schrijft over moeilijkheden en geeft een realistisch beeld van haar man, oprecht en liefdevol. Haar man bleef, ondanks de aftakeling geestig. Hij bleef van gesprekken houden met een filosofisch karakter. Olivia geeft bij elk hoofdstuk praktische tips, spirituele overwegingen en ook meditatieoefeningen voor de omgeving van de dementerende persoon.

Over de schrijfster: Olivia Hoblitzelle is schrijfster, docent en therapeute. Ze was getrouwd met Harrison Hoblitzelle (Hob), die de ziekte van alzheimer kreeg en stierf. Zij hebben twee kinderen Ethan en Laura en kleinkinderen. Olivia Hoblitzelle combineert als therapeute meditatie, yoga en cognitieve therapie bij de behandeling van chronische en stressgerelateerde aandoeningen. In dit boek laat ze ook zien hoe ze mindful omgaan met anderen geïntegreerd heeft in haar eigen leven.

Korte beschrijving: Toen Olivia Ames Hoblitzelle en haar man Hob te horen kregen dat Hob alzheimer had, was hun eerste reactie om zich vast te klampen aan hun oude leven. Maar al gauw beseften ze dat ze alleen met de laatste fase van Hobs leven konden omgaan, door die met aandacht en liefde tegemoet te treden. Hoe dit met vallen en opstaan gelukt is, vertelt Olivia in dit egodocument. Ze schetst een liefdevol, maar realistisch portret van Hob, een geestige en intelligente man, die ondanks zijn geestelijke aftakeling van filosofische gesprekken bleef houden. Ze benoemt de rake opmerkingen die Hob over zijn eigen situatie kon geven, maar laat ook zien hoe ze met moeilijke en irriterende zaken omgaan. Steeds probeert ze daarbij rustig en liefdevol te blijven. Vaak haalt ze een yoga of meditatietechniek aan die ze ingezet heeft of benoemt ze oosterse wijsheden waar ze wat aan heeft gehad. Hob stierf gedurende de tweede fase van de ziekte van alzheimer nadat hij een beroerte had gehad, waardoor hem veel leed bespaard is gebleven aldus Olivia Hoblitzelle. Aan het eind van elk hoofdstuk geeft de auteur een aantal spirituele overwegingen, praktische tips en meditatieoefeningen voor partner, kind of vriend van de dementerende.

Wat viel op: De nadruk op het mindful omgaan met alzheimer en hoe ze dat samen doen. Alzheimer is een ziekte die veel vraagt, ook van de omgeving. En dat is niet altijd gemakkelijk en zal ook niet altijd lukken. Dat daarbij uitgaan van de patiënt en zijn situatie belangrijk is, blijkt hier en uit vele boeken waarin mensen uit de omgeving van alzheimer patiënten beschrijven hoe ze hebben geprobeerd ermee om te gaan.

Opvallend is ook de persoonlijkheid van Hob, die zeldzaam scherpe observaties maakte.

Hob stierf voordat de ziekte van alzheimer zeer zwaar werd. Hij had zo schrijft Olivia geluk.

Citaten: Pag. 143: “ Toen ik vijf minuten geleden wakker werd, wist ik niet waar ik was... waar iedereen was... waar jij was... Ik wist niet wie ik was... Ik ben uit de gewone tijd gevallen... Het kan best zijn dat ik tweehonderd jaar geslapen heb... Ik

heb helemaal geen tijd van klokbesef als ik zo gedesoriënteerd ben als nu...”

Pag.168-169: “ Je bent veranderd,’ zei Hob op een dag tegen me. ‘Je vertelt me de hele dag wat ik moet doen, en dan nog met zo’n scherpe stem.’

Zijn woorden sloegen in als een bom. Hij was heel scherpzinnig. Ik wist zelf heel goed wanneer ik van een liefdevolle gids in irritante generaal veranderde. (...) Gelukkig braken er zo nu en dan flitsen van wijsheid door. (...) Tijdens het opstaan zei hij vriendelijk maar streng: ‘Je moet jezelf niet voor mij opofferen.’

Pag.259:

Pag. 230-231: “ Hob,’zei Leroy met een beverige stem, ‘ze zeggen dat wij gehandicapt zijn,’hij wees met zijn hoofd in de richting van de man die voorbijliep. (...)

‘Maar volgens mij zijn zij degenen die gehandicapt zijn,’vervolgde Leroy, opnieuw verwijzend naar de man die zojuist voorbijkwam. Hij tikte zachtjes op zijn borst. (...)

‘Zij weten niet hoe zich open te stellen voor de liefde,’zei Leroy

Deze woorden zijn Hob de volgende tien jaar van zijn leven altijd bijgebleven. Hij zei dat dit precies de les was die hij nodig had en waar hij het meest aan heeft gehad.’

Pag. 274: ‘Hob vertelde mij dat ‘langzaam doen’ het allerbelangrijkste is wanneer iemand zijn geestelijke vermogens verliest. Hiermee sloeg hij de spijker op de kop.’

Pag. 278: ‘ Ik vermoedde dat verdriet en rouw bij mensen die iemand aan alzheimer of een andere hersenziekte hebben verloren een heel eigen vorm aannemen. Door de ziekte raken we gaandeweg steeds meer kwijt en het verdriet hierover doorleven we tijdens het ziekteproces zelf. Wanneer de dood uiteindelijk komt, dan hebben we al veel verdriet verwerkt. (...) Maar toch, het definitieve einde, het einde aan een relatie van bijna veertig jaar, liet me alleen en verlaten achter, in volkomen onbekende omstandigheden.’

Pag.279: ‘Hob had geluk. Hij is tegen het eind van de middelste fases van de ziekte overleden. Tot het einde toe was in hem nog een bepaalde mate van bewustzijn aanwezig, al waren dit de laatste jaren nog slechts flarden.’