

Muziek Moudrik

Nektaria Karantzi

Nectar voor het oor



Gezondheidszorg is een van de belangrijkste aspecten van de menselijke existentie. Het is een gebied dat de afgelopen jaren steeds meer aandacht heeft gekregen. Dit artikel onderzoekt de rol van muziek en kunst in de gezondheidszorg, met name in de context van de COVID-19-pandemie. Het bespreekt hoe deze vormen van expressie kunnen bijdragen aan de fysieke, mentale en emotionele gezondheid van patiënten en medewerkers. Daarnaast wordt ingegaan op de mogelijkheden voor muziektherapie en andere kunstvormen in ziekenhuizen en verzorgingsinstellingen.

De COVID-19-pandemie heeft de wereld op zijn kop gezet. Het heeft niet alleen de economie en het dagelijks leven veranderd, maar ook de manier waarop we gezondheidszorg ervaren. In deze moeilijke tijden hebben we behoefte aan comfort, houvast en hoop. Muziek en kunst kunnen daarbij een belangrijke rol spelen. Ze kunnen helpen om stress te verminderen, de afweerkrachten te versterken en de emotionele band met de zorgverleners te versterken. Dit artikel onderzoekt de mogelijkheden voor muziektherapie en andere kunstvormen in de gezondheidszorg.

Arts en Muziek

Muziek is een krachtige vorm van expressie die de menselijke emoties kan raken. Het kan helpen om stress te verminderen, de afweerkrachten te versterken en de emotionele band met de zorgverleners te versterken. Dit artikel onderzoekt de mogelijkheden voor muziektherapie en andere kunstvormen in de gezondheidszorg.

De COVID-19-pandemie

De COVID-19-pandemie heeft de wereld op zijn kop gezet. Het heeft niet alleen de economie en het dagelijks leven veranderd, maar ook de manier waarop we gezondheidszorg ervaren. In deze moeilijke tijden hebben we behoefte aan comfort, houvast en hoop. Muziek en kunst kunnen daarbij een belangrijke rol spelen. Ze kunnen helpen om stress te verminderen, de afweerkrachten te versterken en de emotionele band met de zorgverleners te versterken. Dit artikel onderzoekt de mogelijkheden voor muziektherapie en andere kunstvormen in de gezondheidszorg.



Yeron Porfyrios is een beroemde heilige uit de Orthodoxe Kerk. Hij werd geboren in 1846 in Milies, Griekenland, en overleed in 1992 op de berg Athos. Zijn levenswijze was uitzonderlijk eenvoudig en gericht op de verrijzenis van Christus. Hij werd bekend om zijn heiligverklaring in 1993 en zijn invloed op de moderne Orthodoxie. Zijn woorden en raadgevingen worden nog steeds door zijn volgelingen gewaardeerd.

De heiligverklaring

Yeron Porfyrios werd heiligverklard in 1993 door de Synodus van de Orthodoxe Kerk van Constantinopel. Dit was een belangrijke gebeurtenis die zijn levenswijze en zijn woorden erkende als een voorbeeld voor de moderne mens. Zijn heiligverklaring werd gevolgd door een groei in zijn populariteit en de oprichting van zijn volgelingen.

De berg Athos

De berg Athos is een heilige plek voor de Orthodoxe Kerk. Het is een eiland dat alleen voor mannen toegankelijk is en waar honderden kloosters zijn gevestigd. Yeron Porfyrios leefde op de berg Athos en werd bekend om zijn heiligverklaring en zijn invloed op de moderne Orthodoxie.



De afbeelding toont een groep van monniken in blauwe gewaden die staan op een rood tapijt. Ze zijn waarschijnlijk deelnemers aan een religieuze ceremonie of een feestelijke gebeurtenis. De achtergrond is onscherp, maar lijkt op een kerkinterieur met iconen en schilderijen.

De heiligverklaring

Yeron Porfyrios werd heiligverklard in 1993 door de Synodus van de Orthodoxe Kerk van Constantinopel. Dit was een belangrijke gebeurtenis die zijn levenswijze en zijn woorden erkende als een voorbeeld voor de moderne mens. Zijn heiligverklaring werd gevolgd door een groei in zijn populariteit en de oprichting van zijn volgelingen.

De berg Athos

De berg Athos is een heilige plek voor de Orthodoxe Kerk. Het is een eiland dat alleen voor mannen toegankelijk is en waar honderden kloosters zijn gevestigd. Yeron Porfyrios leefde op de berg Athos en werd bekend om zijn heiligverklaring en zijn invloed op de moderne Orthodoxie.

Vertaalde bijlage bij het artikel over Nektaria Karantzi in Lychnari 2020-3.

Het betreft de getuigenis van Yeóryos Papazachos, arts en emeritus-hoogleraar cardiologie, over Yeron Porfyrios van Kafsokalyvia, een helderziende en in 2013 door het Oecumenisch Patriarchaat van Constantinopel heilii-verklaarde monnik in Griekenland. Yeron Porfyrios is sinds zijn heiligverklaring populair geworden. Zijn leven en nalatenschap zijn gedocumenteerd in YouTube-video's, verzamelingen van uitspraken en boeken die zijn woorden en raadgevingen aan zijn volgers sinds zijn dood in 1992 documenteren. Na zijn bezoek als 15-jarige jongeman aan Athos leefde Yeron Porfyrios in een klooster in Milesi, noordelijk van Athene. Yeron Porfyrios was helderziend, maar werd door vele ziektes getroffen, waarover Yeóryos Papazachos hier getuigenis aflegt. Op 2 december 1991, ver van de wereld, blies Yeron Porfyrios zijn laatste adem uit in de kleine kloostervestiging Kafsokalyvia op de berg Athos.

De getuigenis is terug te vinden op bit.ly/yeron-porfyrios (Orthodoxía, 2-6-2017).

Deze vertaling is van Hero Horwerda, waarvoor hartelijk dank. (bit.ly/yeron-porfyrios)

Veertien jaar nabij Yeron Porfyrios

Deze brief schrijf ik vanuit een innerlijke aandrang om te spreken over oudvader Porfyrios (een oudvader is een ('senior-monnik / kluizenaar'), die dertig jaar geleden is ingeslapen. In de veertien jaar in zijn nabijheid als een van zijn artsen, heb ik zoveel gebeurtenissen meegemaakt dat ik het niet voor mijn broeders verborgen mag houden. Ik zal enkele voorvallen vertellen die de oudvader laten zien als zieke én als arts. Vergeeft u mij de persoonlijke elementen; weglating ervan zou de gebeurtenissen vervormen. Anderen hebben stellig andere emoties bij hem beleefd. En ze mogen niet verloren gaan, want ze vormen tekenen van zijn heilige leefwijze, bewijzen van de aanwezigheid van de Heilige Geest in ons leven, en leefregels voor heel onze generatie.

De oudvader en zijn ziekte

Hij was werkelijk ziek, met een menigte kwalen in zijn lichaam. Aan de meeste systemen mankeerde wel iets. Zelf heb ik geconstateerd: hartinfarct door kransslagadeverstopping, chronisch nierfalen, zweer aan de twaalfvingerige darm (met herhaaldelijk maagbloedingen), geopereerde staar (met afstoting van de lens en verblinding), gordelroos in het gezicht, stafylokokkenhuidontsteking op de hand, liesbreuk (met frequente beknelling), chronische bronchitis, adenoom (goedaardige kanker) van de hypofyse in de schedel.

Oudvader Porfyrios had een jobsgeduld. Toen zijn gordelroos op zijn hevigst was en de hele rechterkant van zijn gezicht (hoofdhaar, wang, oor, kaak) een open wond was, vroeg ik hem hoe hevig de pijn was die hij voelde. Zijn antwoord was: 'Alsof ik mijn rechterwang in een koekenpan met kokendhete olie leg.' En dat zei hij volkomen kalm, zonder ook maar iets van zijn lijden te laten merken, nog geen kreun. Vaak wanneer ik hem in zijn cel bezocht en we zaten te praten, deed zich een beknelling voor bij zijn liesbreuk, altijd even pijnlijk. Hij vroeg niet om hulp en stelde alles in het werk zelf onder de dekens de breuk te zetten. Niemand zei iets, terwijl van zijn lippen fluisterend het 'Heer Jezus Christus, ontferm u onzer' klonk, met een ongeëvenaarde sereniteit. Sommigen hebben het op zeker ogenblik verkeerd van hem opgevat dat hij zich de handkus liet geven met zijn hand in verbandgaas ingepakt; ze dachten dat hij walging had. Het was in de tijd dat wij zijn hand hadden ingepakt omdat hij de huidontsteking door stafylokokken had en zijn hand één grote zweer was.

Ons gesprek op een avond, na het cardiologisch onderzoek en het verplichte elektrocardiogram, schokte me. Nooit had ik me voorgesteld dat iemand zijn ziekte zo onder ogen zou kunnen zien. 'Ik zal je iets bekenen,' zei hij, 'maar het moet onder ons blijven. Ik heb kanker in de hypofyse. Mijn tong voel ik al groter

geworden en ze kan niet meer goed draaien in de mondholte.' Daarna zette hij me op medisch correcte wijze de werking van de endocriene aderen uiteen, waarna hij besloot: 'Je moet weten dat ik, toen ik een jong monnikje was – een jaar of zestien mischien – mij op de Heilige Berg [Athos] zo gelukkig voelde, vooral na de Heilige Communie, dat ik het bos in liep en in tranen uitriep: 'Geprezen zijt Gij, o Heer! Gij zijt helemaal in mij gekomen, in mij, zondaar! Gij, mijn Christus, die voor mij gekruisigd zijt en geleden hebt en mijn zonden van mij genomen hebt. En ik, wat doe ik voor u? Welke pijn lijdt ik voor u? Heer, stuur mij een kanker! M'n Christus, schenk mij een kanker om van mijn kant met u mee te lijden!' Dat gebed zei ik de hele tijd en daarna biechtte ik het op aan mijn oudvaders. Die bevalen me aan het niet meer te herhalen, want dat was van mijn kant het verzoeken van God. Die weet zelf wel wat Hem te doen staat. En ik heb dat gebed niet meer gezegd. Maar nu, beste Y-orgakis, heeft Hij mij de kanker gestuurd! Begrijp je wel wat een weldaad dat is? Het mag dan lang geduurd hebben, maar ik ga een beetje met hem mee lijden.' Ik stond paf. Voor het eerst in mijn medische carrière hoorde ik iemand zeggen: 'God zij geprezen, ik heb kanker!' Ik was vergeten dat ik geen gewone mens tegenover me had, maar oudvader Porfyrios.

Toch heeft hij nooit de medische hulp geweigerd van zijn vele artsen-geestelijke kinderen. Op een dag vroeg ik hem zelfs: 'Waarom weigeren veel geestelijke mensen, vooral monniken, medische hulp, in het geloof dat de Heilige Maagd hen rechtstreeks helpen zal?' 'Het is een vorm van egoïsme,' antwoordde hij, 'een inwerking van de boze, te denken dat God, met voorbijgaan van de velen, bij uitzondering voor jou een wonder als ingreep zal doen. God doet ook tegenwoordig nog wonderen, maar jij mag dat niet voor jezelf verwachten. Dat is een egoïstische uitzondering. En God is zelf trouwens ook werkzaam via de artsen. 'Artsen en medicijnen zijn gegeven door de Heer', staat er in de Heilige Schrift. Hij accepteerde alleen de klassieke geneeskunde, waarvan hij veel hoofdstukken voortreffelijk kende. Dankzij zijn ervaring uit de lange dienst in de Polikliniek Athene en dankzij zijn goddelijke 'gave' kon hij dieper in de ziekte kijken, en vaak bracht hij ons met duidelijk wetenschappelijke vragen in het nauw.

De oudvader geneest

Zijn specialisme was de 'telediagnostiek'! Met verbijsterende nauwkeurigheid zag hij veranderingen in zichzelf en in anderen, vaak ook in zijn artsen. Zelf vertelde hij me dat hij bij een jongeman hypogonadisme (abnormaal lage testosteronspiegel) had gediagnosticeerd door hem alleen maar aan te kijken, en bij een non die zich in een andere stad bevond een wervelbreuk. Het zijn er misschien duizenden die zijn diagnostische werkzaamheid hebben ondergaan en bij wie de ziekte later ook wetenschappelijk is vastgesteld. Ik zal hier een zelfdiagnose van hem noemen. Hij constateerde wisselingen in zijn electrocardiogram, zonder cardiograaf. Op een avond belde hij me bezorgd op: 'Kom hierheen, al is het ook nog zo laat, dan zul je veranderingen in het cardiogram zien. Ik heb vandaag vaak pijn, het gaat om angina pectoris-pijn.' Ik stelde inderdaad is-

chemische wisselingen vast (bloedtoevoer-probleem in het hart) en vroeg hem wat voor stress hij die dag gehad had. Hij begon te huilen en vertelde met horten en stoten tot in de bijzonderheden over taferelen van de straatgevechten in Roemenië. Het was de dag van de opstand tegen Ceausescu, en met zijn 'gave' zag hij de schietpartijen en de doden op de pleinen zoals ze de volgende dagen in de kranten zouden staan. Hij bleef huilen, en ik verzocht hem God te verzoeken dat 'zien' een tijdje van hem weg te nemen. Zijn hart liep gevaar door de spanning en het infarct zou zich uit kunnen breiden. In dezelfde spanning verkeerde ik zelf bij de aanblik van de gevoeligheid van het 'andere' hart van een heilige. Ik bedekte mijn ogen met het cardiogram en dacht: Wat doen ze er voor jou nog toe, oudvader, de pilletjes onder je tong tegen een hartaanval die ik je zo meteen ga geven? Jij bent niet van deze wereld. Je hart klopt hier in Oropós en leeft ginder in Roemenië. Op het electrocardiogram is je hart te zien met een ruimtelijke instorting, maar in feite verkeer je in grote 'liff' naar de hemel. Het was al laat toen ik wegging, met de schrik dat ik iets van het licht van een heilige gezien had.

Zelf begaf ik mij als diagnostisch arts naar zijn skite (wooncel in klooster), maar heel wat keren was hij het die bij mij diagnoses stelde. Ik zal er twee noemen. Ik was geopereerd door prof. Vas. Golematis aan twee liesbreuken tegelijk, en terwijl ik in de herstelfase verkeerde ging ik met mijn vrouw naar Oropós. Ik weet niet of hij van vrienden vernomen had dat ik een operatie achter de rug had, maar toen we binnen waren keek hij hardnekkig een hele tijd naar mijn buik, en zei toen: 'Rechts heeft er een goede ingreep plaatsgevonden, zie ik, maar links een meesterstuk – waarom heeft hij daar zo zijn best op gedaan?' Mijn vrouw keek me vragend aan: 'Wat zegt de oudvader?' Aan haar noch aan iemand anders had ik verteld dat de chirurg links de Soudaice-methode had toegepast, omdat het daar om een grote breuk ging. De oudvader had dat 'gezien'. In december 1990 lag ik met mijn zoveelste maagbloeding op bed. Op zeker ogenblik, toen ik aan het tobben was of ik me moest laten opereren of niet, ging de telefoon. Ik geef hier letterlijk weer wat de oudvader zei: 'Deze dagen bezoek ik je vaak, en met de 'gave' die God me geschonken heeft oefen ik een genezende werking uit. Nog nooit ben ik in zo weinig dagen zo vaak bij je thuis geweest... Iets zegt me dat je het op dit ogenblik niet moet laten opereren, maar dat je anders moet gaan leven, je moet ontspannen. Laat dat opereren nu eerst maar, daar kunnen we altijd nog over nadenken – moet je mij eens doktertje horen spelen tegen een dokter!' Hij lachte. 'Je moet meer rust nemen, want de mensen houden van je. Je steekt mij nog naar de kroon!' Hij lachte weer. U kunt zich indenken hoe ik mij voelde onder die beschermende aanwezigheid van hem!

Hij hield zo veel van alle mensen die hem benaderden en, natuurlijk, ook van zijn artsen dat hij voor ons zijn genezende gave in werking stelde. Wie hem zonder enige bijgedachte benaderden, hadden allemaal dezelfde ervaring. Vaak nam ik vrienden of verwanten mee wanneer ik naar hem toe ging, en die waren verbaasd wanneer hij over hun probleem begon te spreken zonder dat ik hem van tevoren had ingelicht. Van een

dame moest ik bij het weggaan een eed zweren dat ik niet over haar tegen hem gesproken had voordat we naar Oropós gingen. Zijn gave maakte hem des te gevoeliger ten opzichte van het menselijk lijden. Op een keer tijdens de avondschemering onderbraken de nonnen het cardiologisch onderzoek, omdat buiten zich veel mensen in afwachting van zijn zegen verzameld hadden voordat de nacht inviel. Ik verliet de kluis, en de bezoekers kusten hem alleen maar de hand. Hij was vermoeid en sprak tegen niemand. De laatste dame kwam huilend naar buiten. Toen ik weer naar binnen ging, trof ik de oudvader huilend aan. 'Zo vergaat het me nu altijd,' zei hij. 'Ik zag nu hoe die moeder morgen geslagen gaat worden door haar drugsverslaafde zoon, omdat hij geld van haar wil hebben. En de arme vrouw zal er vast aanstoot aan genomen hebben dat ze zo'n probleem heeft en zonder hulp is vertrokken... Wat kun jij ook doen, arme Porfyrios... Heer Jezus...' En heel wat keren herhaalde hij fluisterend het woord 'Jezus'.

Het was zo'n eenvoudige en zachtmoedige man dat je je niet gehinderd voelde om hem ook de meest onzinnige vraag voor te leggen. Zo daagde ik hem op een dag op impertinente wijze uit: 'En hoe weet je, oudvader, dat die zienersgave van jou van God afkomstig is en niet van de duivel?' Hij lachte goedmoedig en zei: 'Dat heb ik uitgeprobeerd. Ze is van God afkomstig, want ze maakt geen fouten. Moet ik je een voorbeeld geven? De kosteres in de Polikliniek had pijn aan haar rechterbovenkies en hield haar rechterwang vast. Ik zei tegen haar dat haar linkerkies ontstoken was. Zij bleef erbij dat het rechts was, maar toen ze van de tandarts terugkwam vertelde ze me enthousiast dat ik gelijk had gehad. Op de röntgenfoto zat de kwaal links, maar de pijn voelde ze rechts, doordat die op dezelfde zenuwbaan zat. Dus als de gave van de boze kwam, zou dat 'zien' op het gevoel van de patiënt afgaan en verkeerd uitpakken. Van God maakt een werkzaamheid geen fouten.'

De oudvader 'zag' als arts van me niet alleen mijn lichamelijke kwalen. Hij bekommerde zich ook om mijn vele geestelijke tekortkomingen. Hij deed zijn best mij de nederigheid te laten vinden. Op een namiddag belde hij me in mijn praktijk, juist na een overdreven liefdesbetuiging van een ziek echtpaar dat ik verzorgd had. Ik geef zijn woorden weer: 'Yorgakis, ik ben het, de oudvader. Wij tweeën gaan samen naar de hel. We zullen te horen krijgen: 'Gij dwaas, in deze eigen nacht wordt uw ziel van u afgeëist... Het goede hebt ge in uw leven genoten, en wat gij gereedgemaakt hebt, voor wien zal het zijn?' [Luc. 12: 20] Ik viel hem in de rede: 'Wat hebben wij in dit leven genoten, oudvader? Dat wrak van een auto, dat lege spaarbankboekje, onze slaap waar we niet aan toe komen?' Hij antwoordde bruusk: 'Wat zeg je me daar? Zeggen de mensen dan niet tegen je: 'Wat een goeie dokter ben je toch. Je houdt van ons, je zorgt voor ons, en je plukt ons niet kaal'? En jij neemt dat zomaar aan en slikt het. Nou, daar gaat je beloning! Mij overkomt dat nou ook. Ze zeggen tegen me dat ik 'gaven' heb, dat ik hen kan aanraken en wonderen kan verrichten, dat ik een heilige ben. En dat slik ik allemaal, stomme zwakkeling dat ik ben. Nou, daarom zei ik je dat we samen naar de hel zullen gaan!' 'Als dat zou kunnen,' antwoordde ik, 'dan

gaan we maar naar de hel!' En hij hing op met de woorden: 'Zelf spreek ik in alle ernst tegen jou en jij altijd maar grapjes maken. Een goed berouw toegewenst aan ons beiden!'

Op een andere dag was ik zwaarmoedig gestemd, bij de gedachte dat mijn meeste jaren vruchteloos opgegaan waren aan nutteloze alledaagse kleinigheden. De oudvader belde, en met twee of drie zinnen vizelde hij mijn moreel op: 'Ken je de tekst, dokter: 'Welke de dood niet zullen smaken [Luc. 9:27]'? Als we willen, kunnen we de doodslucht vermijden. Als we Christus maar liefhebben. Jij ook, 'uit geheel je hart [Luc. 10:27]', meneer de cardioloog.' (Hij lachte.)

De oudvader was niet alleen arts. Hij was ook dierenarts. Hij hield van de dieren. Hij kon agressieve papegaaien temmen en ze het Gebed leren. Ik keek verbaasd op toen ik in de kluis de papegaai het gebed hoorde herhalen. 'Die is veel geestelijker dan ik,' zei hij. 'Zelf raak ik vermoeid en val ik in slaap, maar hij blijft waken.' De laatste tijd probeerde hij een adelaar te temmen. In een weekend, op Noord-Évvia [Euboiá] waar hij in een kluis woonde, gebeurde het volgende, zoals hij me zelf vertelde: 'Een herderin verzocht me een gebed over haar kudde te lezen, omdat haar geiten almaar ziek werden. Ik stemde ermee in en ze haalden de hele kudde naar de kapel waar ik verbleef. Ik stelde me voor de kudde op, hief mijn handen in de hoogte en zei allerlei gebeden van psalmverzen die op de schepping betrekking hebben. Er heerste volkomen stilte onder de dieren; geen die er bewoog. Toen liet ik mijn handen zakken, en zette de bok uit zichzelf in beweging. Hij kwam naar me toe, kuste me de hand en trok zich rustig terug. Vertel ik het zo goed, Pinelópi?' riep hij naar zijn nichtje dat verderop stond. 'Ja, oudvader, zo is 't krek gegaan. Ik was er zelf bij.'

Elke keer dat ik naar vader Porfýrios ging, beving mij de vrees dat het weleens de laatste keer kon zijn dat ik hem onderzocht. Daarom palpeerde ik een hele tijd zijn hartslag en zijn halsslagaars, in de zekerheid dat ik het lichaam van een toekomstige heilige van onze Orthodoxe kerk palpeerde. Wanneer ik mijn hand van zijn hart afnam, herhaalde hij het gebed 'Heer Jezus Christus, heb erbarmen met uw wereld'. Hoeveel zou deze wereld, onze generatie, wel niet te danken hebben aan die gebeden van oudvader Porfýrios! En hoeveel heb ik hem persoonlijk wel niet te danken!

Wanneer ik wegging boog ik mij voor hem om zijn zegen te krijgen, en nu eens gaf hij me dan een oorvijs (als ultieme uiting van zijn blijdschap), dan weer klemde hij mijn hoofd tussen zijn beide handen en sprak de zegen (als zijn eigen encefalogram).

Nu kan ik verklaren waarom God in mij het verlangen geplaatst heeft op hoge leeftijd geneeskunde te gaan studeren en cardioloog te worden. Hij wilde dat ik de eenvoudige, vriendelijke en charismatische heilige oudvader Porfýrios Bairaktaris van nabij wilde leren kennen en palperen.

Op een dag zei hij tegen me: 'Wanneer ik heenga, zal ik dichterbij jullie zijn. Na de dood vallen de afstanden weg.' Ik hoop dat hij nu gemakkelijker in onze huizen en onze harten binnentreedt.

Uit: *Orthodoxía*, 2-6-2017