

Ik ga liever gewoon dood

Ervaringen rond het vrijwillig levenseinde

Ik ga liever gewoon dood

Ervaringen rond het vrijwillig levenseinde

Lilian Kars

*Het geheim van geluk is vrijheid.
Het geheim van vrijheid is moed.*

Thucydides

Schrijver: Lilian Kars

Foto omslag: Lilian Kars

ISBN: 9789402106862

Redactie: Linda Weller & Paul Janssen

© Lilian Kars

Inhoud

Voorwoord	7
DEEL 1	9
DE DOOD VAN EEN INDIAAN	
Verslag van een euthanasie	
De dood van een Indiaan.....	11
Paul.....	39
Nawoord huisarts.....	43
DEEL 2	45
MAG MIJN DOOD JOUW KEUZE ZIJN?	
Verhalen van direct betrokkenen	
Albert.....	47
Aat.....	57
Klaas.....	63
Paul.....	75
Jan	77
Eeke.....	83
Steven	93
Janie.....	97
Jannie	111
Fragmenten van het cassettebandje, ingesproken door Marianne:	115
Jitze	117
Saskia	123
Tijpke	125
Simone.....	135
Jeannette en Carine.....	137
Henk Schapendonk	143
Joke	151

DEEL 3	153
DE DOOD VAN EEN ONVERZETTELIJKE	
Verslag van een vrijwillig levenseinde	
Corry.....	155
Epiloog	187
Dankwoord	191
Meer informatie:	197

Voorwoord

Ik ga liever gewoon dood.

Dat is wat we willen. Gewoon doodgaan wanneer onze tijd daar is. Wanneer we oud zijn en nog goed gezond van lichaam en geest. Als alle fases met voldoening zijn doorlopen willen we vredig onze ogen sluiten. Aan andere scenario's denken we liever niet. We gaan liever gewoon dood.

Maar wat als het anders loopt? Wat als het andere scenario zich niets van onze wensen aantrekt, mag onze dood dan onze eigen keuze zijn?

Volgens de wet wel. Althans, het *moment* van jouw dood mag je zelf bepalen, de *manier* niet. Daarin wordt je ernstig beperkt om het je niet 'te makkelijk' te maken. Soms, als je heel veel geluk hebt, vindt een aantal artsen samen dat je wat *hen* betreft aan alle criteria voldoet en mag je in familiekring met zekerheid van sterven afscheid van het leven nemen. Eigenlijk is dat dus geen keuze. Het wordt je toegestaan – of niet.

Mocht het niet zo zijn dan kun je voor een trein gaan staan, van een gebouw afspringen of gebruik maken van een touw of plastic zak. Je hebt de keuze om pillen te slikken of helium via een ingenieus zelfbouwsysteem te inhaleren.

De toekomstige nabestaanden hebben zo hun eigen problemen. Aanwezig zijn bij zelfdoding is op zichzelf niet strafbaar, maar vereist heel wat moed. Naast de aanblik van een niet zo chique dood, wacht hen – zo weet ik inmiddels uit eigen ervaring – zowel een maatschappelijk kritisch als juridisch streng ondervragen. En wat als vader, moeder, zus of partner de middelen niet zelfstandig kan verzorgen? Dan staan zij voor de onmogelijke keus tussen de wet en de geliefde.

Drie jaar geleden was mijn schoonvader klaar. Niet met leven, maar met lijden. Ik was daarentegen totaal niet klaar. Mijn hakken gingen in het zand, ik vond het niet spiritueel, niet passend, te snel. Als de kapitein die hij altijd geweest is, heeft hij mij – al protesterend – liefdevol naar zijn dood geleid. Het ging er niet om of ik het ermee eens was, maar of ik hem los kon laten. Uiteindelijk is zijn euthanasie één van onze mooiste ervaringen samen geworden.

Kort daarna hoorde ik de verhalen van Moek en Corry, twee vrouwen die net als mijn schoonvader naast hun leven ook hun levenseinde in eigen hand namen. Moek met de hulp van Albert Heringa, haar zoon. Hun beider verhaal staat als eerste in deel twee van dit boek. Het verhaal van Corry, met alle schoonheid en gruwelijkheden, beslaat compleet het laatste deel. Door deze prachtige, moedige mensen ontdekte ik dat de vrijwillig gekozen dood zoals ik die met mijn schoonvader had mogen ervaren zeker niet de norm was. En dat niemand mij eigenlijk precies kon vertellen waarom niet.

Ik besloot mensen als Moek en Corry een stem te geven en ze de lezer te laten vragen: *‘Waarom eigenlijk niet? Waarom moet mijn dood jouw keuze zijn?’*

Ik heb een aantal mensen in hun gedachten over, voorbereiding en/of uitvoering van hun eigen levenseinde mogen volgen. Ik heb (toekomstige) nabestaanden bereid gevonden hun verhaal te delen. En ik ben bij een ‘sterven in eigen regie’ aanwezig geweest.

In acht maanden tijd *‘is naar de bodem van mijn hart een nieuwe weg gelegd’* (Shiboshi).

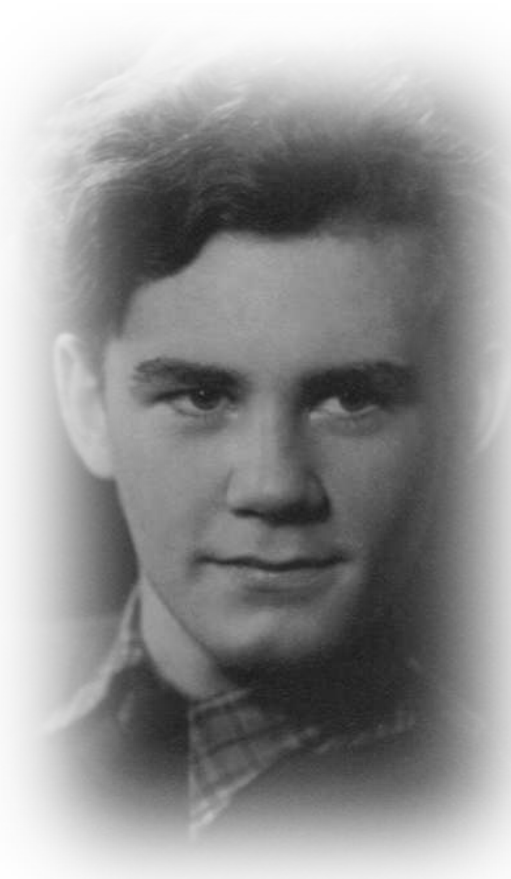
Nu is het aan jou.

Mag jouw dood jouw keuze zijn?

DEEL 1

De dood van een Indiaan.

Verslag van een euthanasie



De dood van een Indiaan

“Er is een dorp voor nodig om een kind op te voeden.”

Afrikaans gezegde.

Toen het meisje werd geboren was het oorlog in haar dorp. En die oorlog hield niet op toen haar vader vertrok. Iedereen was zo aan oorlog gewend dat ze er gewoon mee door gingen. Daardoor trokken de mensen weg en kon het meisje uiteindelijk alleen nog maar oorlog voeren met zichzelf en met haar moeder. En ook haar moeder liep wel veel door haar leven maar niet zo veel door haar dorp.

Het meisje voelde zich niet echt eenzaam want ze wist niet wat het was om dat niet te zijn. Wat je niet kent, kun je niet missen. Net als veiligheid of een vader.

Maar wat je niet kent kun je ook niet maken. Dus mislukte het dorp dat zij zelf probeerde te bouwen.

De lieve man met goede baan, de drie kindjes, de auto voor de deur, de vakanties... Het meisje deed erg haar best alles na te doen wat ze om zich heen zag maar ook de lieve man voelde dat het nooit helemaal echt was. En vond een ander meisje.

Toen, midden in de puinhoop van een leven lang doen alsof en falen kwam de juiste haar dorp binnen. Hij pakte het meisje op en zette haar voor zijn spiegel. “Kijk eens hoe mooi...”, zei hij, en het meisje ging kijken. Heel lang en heel diep, tot zij zag wat hij zag. Het meisje zag zichzelf.

Samen met de spiegelman maakte zij haar dorp zoals het altijd had moeten zijn. Anders dan andere dorpen maar helemaal echt. De man nam drie prachtige zonen mee en zo’n moeder die niet van oorlog voeren hield.

En een vader. De liefste man bracht een vader naar haar dorp.

Natuurlijk was ik er niet op bedacht. Ik was op een leeftijd waarop je het gemis van een vader niet langer herkent.

Leo was een zeeman, zelfs toen hij al lang niet meer uitvoer. Hij was niet het ruwe zeebonkentype, Leo behoorde tot de laag die de koers bepaalde. Toen uiteindelijk de chemo vat kreeg op zijn witte haardos maakte de pet hem ook uiterlijk tot mijn ultieme kapitein, met of zonder boot.

Leo's vader was ook kapitein, eveneens op de grote vaart. En diens jarenlange gevangenschap tijdens de Tweede Wereldoorlog en Leo's jeugd, maakte dat Leo een vaderloos kind herkende.

Leo had een diep respect voor vrouwen. Hoewel zijn lijf na een val in een scheepsruim vol zat met ijzeren pennen en schroeven, kwam hij bij elke begroeting overeind. "Voor een mooie vrouw sta ik altijd op". Dan werd ik getrakteerd op een omhelzing die net iets langer duurde, maar nooit lang genoeg. Zijn complimenten en blikken waren altijd veilig, want hoewel hij hield van vrouwen – en vrouwen van hem! – liet hij er geen twijfel over bestaan dat er maar één zijn koningin was. Een titel die zij meer dan waardig bleek gedurende zijn ziekte en sterven.

Buiten zijn diepe liefde voor haar, of misschien dankzij, was zijn grondhouding dat je te allen tijde koos voor vrouw en gezin. Reden waarom hij zijn ene grote liefde, de zee, inruilde voor de andere.

Zonder daar verder nog op terug te komen zorgde hij ervoor dat zijn kinderen niet zouden lijden onder zijn afwezigheid. Dat daar een maagbloeding op volgde had niets met zijn keuze te maken en was toeval, niets meer dan toeval...

Zijn kinderen – drie stevige zonen, zowel letterlijk als figuurlijk - dragen, zoals alle kinderen, hun vader in zich. De oudste loodst zijn gezin door alles heen, is een rots in de branding en zorgt. Net als zijn vader is hij gek op geschiedenis, cultuur en wetenswaardigheden. De middelste is de rebel, de vrijheidszoeker, de kapitein, maar dan als piloot. De jongste is de rust zelve, kalm en liefdevol.

Alle drie houden ze van het goede leven, hun kinderen en vooral van hun vrouw. Waar ik, als vrouw van de oudste, van kan getuigen.

Elke middag rond vijf uur gaat 'de bar' open. Net als bij opa en bij vader rukt mijn lief de kurk van een fles wijn en drinken wij samen een glas om de dag af te sluiten en de avond te beginnen. En net als zijn vader en zijn opa zet hij, om het laatste restje achterover te slaan, de fles aan zijn mond. Dat is het 'goddelozensop'. Kleine slok, groot gebaar.

Mijn komst – vanwege de eerder genoemde grondhouding – was niet makkelijk voor Leo. Ik ben namelijk niet de eerste vrouw. Hij was wijs genoeg te weten dat ik niet de oorzaak van de scheiding was, dat is 'de ander' nooit, maar ik was zeker ook niet de moeder van zijn kleinkinderen.

Hij had moeite met ons, in zijn ogen, veel te snelle huwelijk. Maar met mijn kinderen had hij geen enkele moeite. Zij werden direct omarmd en nestelden zich daar als kleinkinderen. Hun reactie op zijn ziekte en dood bewees de wereld dat je geen bloedband hoeft te hebben om bloedbandverdriet te voelen.

Het meisje was erg nieuwsgierig naar de vader. Zij zag haar kinderen in zijn armen rennen maar bleef zelf op een redelijk veilige afstand. Ze begroette hem vriendelijk en hij groette haar vriendelijk terug. Ze maakten wat grapjes en spraken over niks en niemendalletjes wat vrij vertaald kon worden met: "ik heb nog wat tijd nodig", "ik ook" en "ga jij ook weer weg?"

Veel sneller dan hij waarschijnlijk had verwacht begon ik onder zijn huid te kruipen en zeker sneller dan ik had verwacht hij onder de mijne. Ik begon mij een dochter van een vader te voelen, een volkomen nieuwe gewaarwording.

Ik wentelde me in zijn goedkeuring, koesterde zijn waardering en genoot er van zijn stem iets omhoog te horen gaan wanneer hij merkte dat ik het was die belde.

De vader leek erg op zijn zoon en zijn zoon hield erg van het meisje. Dus ging de vader ook van het meisje houden. Het meisje had de zoon meer dan lief en had dus al snel ook de vader meer dan lief.

En net als de zoon, zijn moeder en zijn kinderen, nam ook de vader zijn intrek in het dorp om nooit meer weg te gaan.

Het meisje had eindelijk een compleet dorp bij elkaar gespaard.

De eerste melding wilde ik niet eens serieus nemen. Natuurlijk is bloed bij de ontlasting geen goed teken, maar het kon nog alle kanten op. En tegenwoordig... De gesprekken thuis en in het ziekenhuis bleven op zeemansniveau. "Ik bereid me op het ergste voor (hoe doe je dat in godsnaam?), dan kan het alleen maar meevallen (hoe kan dat in godsnaam?)" en "we zien het wel als het zover is".

Zover bleek een stuk dichterbij dan wij dachten.

Tussen deze 'gesprekken' door beurden mijn lief en ik elkaar hevig ontkennend op. We vertelden elkaar hoe goed hij er uit zag, dat we geen enkel vervelend voorgevoel hadden en dat hij zo sterk was. We vertelden elkaar over zijn leven en dat hij het, met alle pennen en schroeven, al zo lang volhield. Over knappe artsen en mensen die we kenden die er honderd mee geworden waren.... Kortom, onder de gegeven omstandigheden de normale gesprekken en ontkenning.

Het meisje had in haar oorlog geleerd te voorvoelen waar de klappen gingen vallen. Deze had ze niet aan zien komen. Het voelde niet eens als een klap, ze bespeurde geen dreiging. Ze probeerde uit alle macht te voelen waar het heen zou gaan, maar kwam uit op rust en kalmte.

Het was 'goed', en hoewel een meisje dat een oorlog uit zichzelf heeft gehaald weet dat 'goed' lang niet altijd is wat je het liefste wilt, kon zij niets anders doen dan wat de vader deed. Het 'wel zien als het zover was'. Of zo dichtbij.

De diagnose was vrij snel gesteld. Darmkanker. Oké, en wat kunnen we daaraan doen?

Kom maar op, dacht het meisje, dit kunnen we hebben!

Leo werd voor de zoveelste keer in zijn leven geopereerd. Zijn koningin week nauwelijks van zijn zijde en kon haar gevoel redelijk verstoppen achter haar vroegere beroep van verpleegkundige. Hij doorstond de operatie goed en de vooruitzichten waren niet slecht. Een ander ziekenhuis, gespecialiseerde artsen, betere onderzoeksmethoden.

Zie je wel, danste het meisje, zie je nou wel...

Vreemd toch hoe snel dingen wennen, zelfs een vader met kanker. Zelfs de kanker. De eerste spanning maakt plaats voor een bijna routinematig informeren waarbij slecht nieuws niet eens een optie is. Althans niet voor ons, zijn lichaam dacht daar duidelijk anders over.

Vlekjes op de lever, nieuwe operatie. Goede vooruitzichten. Een pijnlijke rib. Ach, hebben we allemaal wel eens. Vlekjes op de rib. Kan van alles zijn. Vlekjes op de longen. Geen operatie. Geen goede vooruitzichten. Chemo, bestralingen, meer chemo.

Het meisje kon zich niet voorstellen dat de vader weg zou gaan. Wilde het zich ook helemaal niet voorstellen. Ze wuifde de kringen onder zijn ogen weg, ze zag zijn kleur in een ander daglicht. Ze vertelde hem en zichzelf verhalen over wonderbaarlijke genezingen en jarenlang leven met kanker.

Ze stuurde hem cadeautjes, bloemen en lieve briefjes en negeerde het feit dat hij soms niet meer opstond als ze binnenkwam. En, als niemand keek, probeerde ze zich voor te stellen hoe haar dorp eruit zou zien zonder vader. Maar omdat ze dat maar al te goed wist deed ze dat niet vaak.

Kerstavond zoals kerstavond moet zijn. Heerlijk eten, goede wijn, goed gezelschap. Mijn lief druk bezig in de keuken, ik druk bezig met organiseren. Leo staat met een glas in zijn hand. Het 'hoe gaat het nu' glipt ongemerkt over mijn lippen. Hij vertelt, ik luister maar ben ondertussen bezig om die rottige blaadjes sla netjes over de twintig bordjes te verdelen. Dan galmt zijn "ik wil zelf stoppen wanneer ik niet meer wil" mijn hersens binnen, hoezeer ik ook mijn best doe me met de blaadjes sla bezig te houden. Heel rustig, heel helder en mijn lief zegt "ja, natuurlijk" en ik zeg "ja, natuurlijk", maar ik vind het helemaal niet natuurlijk, natuurlijk.

Het meisje denkt: "Als ik hem nou gewoon niet laat gaan? Als ik de deuren dichttimmer, de ramen dicht houdt, een muur om mijn dorp zet?"

Daarna gaat het razendsnel. Of lijkt dat maar zo? Een telefoontje, een toeval. Een opname, een scan. Een tumor in de hersenen. Zijn hersenen, zijn domein, voor hem de bevestiging van zijn bestaan. Geen operatie, maar bestraling. Bijverschijnselen, en niemand weet of het door de slinkende tumor komt of door de medicatie en bestraling. Hij wordt vergeetachtig en hulpbehoevend. Voor ons naast verdrietig ook bijna vertederend, voor hem frustrerend en gekmakend. Hij verliest zijn identiteit. De stoere zeeman moet steeds opnieuw beginnen met het lezen van dezelfde bladzijde, heeft nare dromen en weet soms midden in een zin niet meer waar de zin heengaat. Hij raakt de zin kwijt.

Het meisje controleert zorgvuldig de sloten van haar dorp.

De artsen geven hem nog een paar maanden, Leo besluit anders.

Is het niet vreemd dat we altijd lijken te schrikken van de dood? "Leo gaat dood." "Nee, toch, echt waar?" Terwijl we allemaal doodgaan. Dat ook allemaal weten. En toch verrast lijken wanneer één van ons gaat! Hopen we allemaal stiekem dat het ons voorbijgaat? Dat, als we maar net doen alsof, het ons niet gebeurt?

Ik roep met de familie mee dat ik er vrede mee heb. Ik roep heel hard tegen mezelf dat ik er vrede mee heb. Die vrede is niet echt af te lezen aan mijn hoge ademhaling, mijn slapeloosheid, het brandende maagzuur en de dagelijks aanwezige bonkende herinnering die ze hoofdpijn noemen. Ik vraag me af of mijn verzet te maken heeft met zijn dood, de manier waarop hij zal sterven of de nog verstopte vaderstukjes in mijn hart.

Het meisje staat aan het bed. Ze heeft het maanden kunnen uitstellen door zichzelf ziek te denken, maar nu moet ze wel. Verdoofd kijkt ze naar het hoopje mens dat eens haar verwekker was. De leukemie heeft hem bijna opgegeten, de morfine laat hem onophoudelijk hikken. Hij wilde haar zien, hij wilde iedereen zien, om beurten. En nu is het haar beurt. Vanavond nog gaat er een comateuze hoeveelheid morfine door het slangetje in zijn hand, wat zijn dood tot gevolg zal hebben, maar wat pijnbestrijding moet worden genoemd. Het meisje kijkt gebiologeerd naar de onschuldige druppende vloeistof en voelt datgene opkomen wat komt als niets anders komt: een lach. Ze probeert haar mond te vervormen tot woorden. Ze weet dat ze iets moet zeggen, want het zullen haar laatste woorden zijn aan hem.

Dus hoort ze zichzelf zeggen dat ze van hem houdt. En dat het goed is, dat hij mag gaan.

Oorlog leert goed liegen. Alleen zij weet dat slechts één van de twee waar is.

“Natuurlijk, Leo, als jij dat wilt, dan heb ik daar vrede mee”. Alsof hij op mijn toestemming zit te wachten. Toch ben ik trots op mijn zelfbeheersing, mijn kalme stem.

Ik zou hem vast willen pakken, door elkaar willen schudden en schreeuwen dat het zo niet mag gaan. Dat dit niet het plan was. Niet zoals toen.

Het meisje zit bij de dokter. De man die haar het leven gaf blijkt sterker is dan zij dachten. Het meisje kent zijn kracht maar al te goed, maar wist niet dat dit ook voor zijn hart gold. ‘Uw vader is vannacht helaas nog wakker geworden....’ Ze voelt een vaag gevoel van medelijden onaangekondigd binnenkruipen. De arts lijkt het te voelen en gooit zachtjes zijn woorden haar richting op. ‘Zo kan het nog wel dagen duren, weken misschien... ‘Ondanks dat we al eind jaren tachtig leven, is ‘actieve’ euthanasie nog steeds niet toegestaan’.... ‘Ik zou de morfine op kunnen voeren, hij hikt immers nog steeds?’..... ‘Daar heb ik wel uw toestemming voor nodig....’

Het meisje knikt ‘doe maar’ en schreeuwt zichzelf toe dat hij dit ook gewild zou hebben.

Na een paar maanden tilt ze haar baby uit bed en denkt opeens ‘Oh, goede god, ik heb mijn vader vermoord’.

Menselijk, heel menselijk zo’n dood.

Leo laat me niet aan hem schudden. Ik probeer mijn ideeën over een eventueel hiernamaals aan hem te slijten, maar daar heeft hij totaal geen boodschap aan. Hij belooft mij wel me op te zoeken wanneer er werkelijk ‘iets’ blijkt te bestaan. Ik lach, hij lacht.

Het meisje is niet gek en barricadeert alle uitgangen van haar dorp.

Ik blijf mij verbazen over de flexibiliteit van de menselijke geest. Dat we in staat zijn onze geestelijke gezondheid te behouden en niet compleet krankzinnig worden bij het bespreken van een zelf gekozen dood van een geliefde. Dat we daarnaast nog gewoon honger kunnen hebben. Het koud kunnen hebben. Oké, vaak kouder dan het werkelijk is, maar toch. Dat we nog kunnen praten, autorijden, boodschappen doen. Ik zet een paar plantjes in mijn tuin, terwijl Leo zijn handtekening oefent. Zijn rechterhand weigert dienst en hij wil het zo goed mogelijk doen.

Want natuurlijk mag je niet zomaar dood. Ik hoor met verbijstering via mijn zussen in Australië de ideeën aan van hun landgenoten over de toepassing van vrijwillige euthanasie in Nederland. Dat ze hier met bosjes gaan en dat de familie het ook zomaar kan beslissen. Nee, het is een proces, een stevig, veilig en goed gefundeerd proces. Wanneer iemand de beslissing heeft genomen, bij zijn volle verstand en alleen in geval van uitzichtloos lijden, dan volgen er gesprekken met de huisarts.

Helemaal alleen, zonder aanwezigheid van zijn koningin heeft Leo zijn einde besproken. Dan volgt er nog een bezoek van een andere huisarts, een zogenaamde SCEN-arts (Steun en Consultatie bij Euthanasie in Nederland), om het geheel te controleren. Daarna volgt dan het bezoek waarin de datum en tijd wordt vastgesteld. En waarbij de zorgvuldig door Leo met links geoefende handtekening uiteindelijk niet nodig bleek.

De knoop van 'zelf doen' was doorgehakt. Zekerheid. Mijn onrust nam alarmerende vormen aan.

Het meisje trekt zich terug in haar dorp, doet de lichten uit en weet niets anders te doen dan alle sloten keer op keer te controleren. Niets is erger dan weten dat je niet veilig bent en er niets tegen kunnen doen.

God, wat was ik kwaad. Woedend. Ziedend. Tierend zat ik in de auto naast mijn lief, maar ik wist mijn vloeken in woorden te veranderen voor ze mijn mond verlieten. Terwijl we beiden in een soort trance op de terugweg waren naar huis, vertelden we elkaar onze gevoelens. Althans, ik hem de mijne, waarop hij knikte of 'hmm' zei. Mijn lief blijft de zoon van een zeeman.

Ik vertelde hem hoe belachelijk ik die hele euthanasie vond. Hoe goed zijn vader nog was, en dat het zo jammer was dat hij niet kon inzien dat hij ook zonder zijn volle verstand voor ons van waarde was.

Dat we terug moesten naar de tijd waarin ouders bij hun kinderen in konden trekken, zodat wij hen konden verzorgen. Gewoon, normaal, tot hun lichaam er genoeg van had en de dood hen kwam halen.

Dat had ik altijd al zo'n mooi zinnetje gevonden 'tot de dood je komt halen', veel beter dan een afspraak, een dag, een datum, een tijd. Veel beter dan een ziekenhuiskamer in te moeten lopen om laatste woorden te spreken.

Dat je ook een fantastische ervaring van verzorgen en verzorgd worden daardoor misliep. Dat het eigenlijk compleet tegennatuurlijk was en een effect van een maatschappij waarin alles jong, mooi en gezond moet zijn. Waar in je vooral niet afhankelijk mag zijn van anderen. En dat het zo jammer was dat Leo dat allemaal niet zag. En of we nou, verdomme, er zoveel op vooruit waren gegaan met het kiezen van je eigen dood. Wat voor belachelijke geest zat daarachter, om zoiets te verzinnen? Stonden we dan werkelijk zo ver van de natuur af dat we niet gewoon konden besluiten te sterven? Zonder toeters en bellen, maar netjes in