

Elk voorjaar worden we weer verrast door alles wat uitloopt. Stralend, fris, gaaf, uniek in kleur en vorm, komen de bloemen tevoorschijn. De bloei duurt maar kort. Dan vergaat de bloem en vormt zich het zaad. Voor de toekomst.

Ineens herinner ik me iemand die ik in het hospice heb ontmoet. Ernstig ziek, weinig mensen om haar heen. Bewust geen contact meer met haar familie, geen relatie, alleen op haar werk hoorde ze er wel echt bij. Op een foto die ze koos voor haar uitvaart was te zien hoe eenzaam ze geweest moest zijn, haar gezicht had een stille gesloten uitdrukking. Misschien ervoer ze in het hospice wel voor het eerst de warme omhulling die ze zo had moeten missen.



Kort voor haar overlijden viel me op hoe haar gezicht was veranderd, het leek wel opgebloeid, opengegaan. Ik zei haar dat ook. Ze straalde, verrast, besepte plotseling hoeveel liefde ze had ervaren. De dag erna stierf ze. De ervaring nam ze mee, voor de toekomst.

Van de bestuurstafel

Inhoudelijk ging de aandacht van het bestuur in het afgelopen half jaar vooral uit naar vraagstukken die samenhangen met ingrijpen rondom het sterven. Euthanasie voor dementerenden, palliatieve sedatie en 'voltooid-leven', maar ook orgaandonatie kwamen aan de orde. Er leeft ook zorg over de toename van suicide. Dit alles leidde tot een vraag die voor Wederzijds centraal kan staan: *"Maakt het uit op welke manier je sterft?"* Er zijn vormen gezocht om deze vraag bespreekbaar te maken, in direct contact met mensen, door gesprek, en voor de website. Hieruit zijn de volgende plannen ontstaan, waarbij we u als belangstellenden actief willen betrekken.

Regionale gespreks-workshops

Vanaf najaar 2017 willen we regionaal gespreks-workshops organiseren met het doel het eigen sterven bespreekbaar te maken. Als het zo uitkomt kunnen ook thema's als euthanasie, suicide, orgaandonatie en "voltooid leven" aan de orde komen. Voorlopige werktitel: "Aan de keukentafel – in gesprek over de dood". Meer hierover op pagina 4.

Uitbreiding van de Klankgroep – iets voor u?

Nu we plannen maken voor gespreksmiddagen op regionaal niveau, zoeken we nieuwe leden voor de Klankgroep. Deze groep denkt mee met het bestuur en staat ons ook praktisch bij tijdens conferenties en workshops. We ontmoeten elkaar tweemaal per jaar en werken dan ook aan inhoudelijke verdieping. Het zou fijn zijn als een grotere groep "ambassadeurs" van Wederzijds in hun omgeving mensen enthousiast maakt, en helpt om een geschikte ruimte te vinden, affiches en flyers op te hangen en zo meer. *We nodigen u van harte uit om deel uit te maken van deze groep!* Onze eerstvolgende bijeenkomst is gepland op zaterdag 9 september 2017. Afhankelijk van het aantal deelnemers zullen we een plek zoeken voor deze ontmoeting.

Uw bijdragen voor nieuwe rubriek op de website

Op de website willen we onze vraag "Maakt het uit hoe je sterft?" in een nieuwe rubriek aan de orde stellen, waarbij iedere maand een nieuw stuk wordt geplaatst. Daarvoor willen we graag met u samenwerken. Meer hierover op pagina 3.

Bijzonder gedicht als geschenk

Over samenwerken met lezers gesproken: na de verzending van de najaars-nieuwsbrief kregen we als reactie een bijzonder gedicht toegestuurd van Jan Opdam. Dit gedicht brengt de ervaring van een gestorvene in de wereld waar hij is binnentreden onder woorden, ook in de verhouding tot de levenden. Echt anders dan wij op aarde denken. U vindt het op de laatste pagina.

Bestuurswisseling

In februari hebben we als bestuur afscheid genomen van H el ene Henselmans en Rob Emous, voorzitter en vicevoorzitter van stichting Wederzijds. Later dit jaar zal ook Hans Altenburg wegens verhuizing het bestuur verlaten. Met hen hebben we erg fijn samengewerkt, twee grote conferenties en een aantal workshops georganiseerd. We zullen hun inbreng en inzet zeker missen! Gelukkig zijn inmiddels ook drie nieuwe bestuursleden aangetreden. Hieronder stellen ze zich aan u voor.

Douwe van Houten

Sinds 2,5 jaar ben ik met pensioen na ruim 35 jaar als huisarts gewerkt te hebben, deels in gezondheidscentrum Widar in Zeist en deels verbonden aan Arta verslavingszorg. Tijdens mijn werkzaamheden heb ik uit de aard der zaak veel met sterven en stervensbegeleiding te maken gehad. Ook in mijn persoonlijk leven speelt het sterven een grote rol, beginnend bij het sterven van mijn grootmoeder in mijn 16e levensjaar tot het sterven van één van mijn vijf kinderen in 2005.

Met name het vraagstuk van het “vrijwillige” levenseinde in relatie tot wat een individualiteit na de dood doormaakt is voor mij een blijvend onderzoeksgebied.

Ik hoop in het bestuur van Wederzijds een bijdrage te kunnen leveren omtrent bewustwording over dit vraagstuk.

Hans Soesbergen

Ik ben 62 jaar oud, getrouwd met Bea. We hebben twee kinderen en wonen in Nieuwegein. Ik ben al enige jaren vrijwilliger in het Hospice van Nieuwegein. Hier ben ik actief als vrijwilliger voor de gasten, maar ik neem ook deel aan de ‘deskundigheids-bevorderingsgroep’ binnen het Hospice. Ook ben ik vele jaren lang mantelzorger voor mijn ouders geweest. Niet alleen de hieruit opgedane ervaringen, maar ook de mogelijkheid om mij verder inhoudelijk te verdiepen in het fenomeen van de dood en de spirituele en religieuze kanten van het stervensproces, hebben me doen besluiten om mijn kennis en ervaring in te zetten voor Wederzijds.

Adriaan Pijl

Op vraag van de voormalige voorzitter van de stichting Wederzijds Helene Henselmans ben ik toegetreden tot het bestuur van Wederzijds. Na het bijwonen van enkele bestuursvergaderingen en een bijeenkomst van de klankgroep, was ik onder de indruk van de inhoudelijke gedegenheid en integriteit waarmee het bestuur vorm geeft en wil geven aan het werk van Wederzijds.

Van jongs af aan ben ik bekend met de Christengemeenschap, de antroposofie en de Vrije School.

Vele jaren was ik werkzaam als vrijeschool leraar in verschillende plaatsen in Nederland en in het buitenland, ook als docent nascholing voor vrije school leraren. Ik studeerde meerdere jaren aan het Priesterseminarie van de Christengemeenschap in Stuttgart.

Wat mij aanspreekt aan Wederzijds is dat de stichting zich bezighoudt vanuit een studerende en open houding naar alle aspecten van voor, tijdens en na het sterven. In onze tijd waarin vraagstukken rondom het sterven – euthanasie, voltooid leven, zelfdoding, orgaandonatie – steeds indringender worden, kan Wederzijds een belangrijke taak vervullen voor en met de mensen die zoeken naar een spirituele stervenscultuur.

Het bestuur bestaat nu uit:

Douwe van Houten, voorzitter

Ingrid Deij, secretaris

Hans Altenburg, penningmeester (tot eind mei)

Adriaan Pijl

Hans Soesbergen

Ellen Zweers



Op zoek naar donateurs

Om een initiatief als Wederzijds gestalte te geven is geld nodig, warm schenkgeld, uit jaarlijkse bijdragen, donaties en andere giften. Heel belangrijk is daarbij een kring van donateurs, die het werk van Wederzijds regelmatig ondersteunen. Vanzelfsprekend is iedere bijdrage is welkom! Wilt u donateur worden, meld u dan aan bij het secretariaat via info@wederzijds-stervenscultuur.nl Vermeld u daarbij uw naam, adres, postcode en woonplaats, telefoongegevens en uw mailadres. U kunt uw bijdrage storten op IBAN: NL28 TRIO 0390 4207 51 (BIC: TRIONL2U) t.n.v. Stichting Wederzijds te Schalkwijk .

Stichting Wederzijds is ingeschreven bij de K.v.K. onder nr. 30267938 en is door de belastingdienst aangemerkt als Algemeen Nut Beogende Instelling, waardoor schenkingen (in Nederland) fiscaal aftrekbaar zijn; wij informeren u daar graag over.

Overigens: Donateurs kunnen zonder verdere kosten onze Nieuwsbrief afgedrukt toegestuurd krijgen – niet iedereen vindt het prettig om langere documenten op de computer of tablet te lezen. U kunt dit kenbaar maken via bovenstaand mailadres.

Colofon

De nieuwsbrief van Stichting Wederzijds staat onder redactie van Ellen Zweers en Ingrid Deij. Wilt u reageren, meedenken, heeft u vragen of wilt u een bijdrage insturen voor de Najaarsnieuwsbrief 2017? Graag op: info@wederzijds-stervenscultuur.nl

ACTUEEL : “Voltooid leven” en de kabinetsformatie

Douwe van Houten

Het thema van het “vrijwillig gekozen levenseinde bij voltooid leven” is nu doorgedrongen tot de kabinetsformatie. Politieke partijen onderhandelen over het vraagstuk of hulp bij zelfdoding, bij een gezond persoon, op eigen verzoek, door de staat gelegitimeerd gaat worden. ‘Autonomie’ versus ‘respect voor het leven’.

Gaat menselijke vrijheid zo ver dat ik zelf mag kiezen wanneer mijn leven klaar is? Hoe innerlijk vrij zijn wij? Speelt er niet veel mee wat ons onvrij (kan) maken, zoals pijn, afhankelijkheid, angst, verdriet, “je te veel voelen”?

We kunnen niet in de toekomst kijken. Hoe kan je dan weten dat iets voltooid is? En denk ik daar over enige tijd nog net zo over? Hoe ziet dat er uit vanuit een bewustzijn na het sterven?

Een aantal gezichtspunten komt in de discussie nauwelijks aan de orde. Bijvoorbeeld de vraag wat het uitvoeren van een doodswens betekent voor diegene die deze hulp biedt? Ook al is het op “eigen verzoek”, je maakt wel een eind aan iemands leven.

Wanneer iemand werkelijk zelf dit besluit wil nemen, is hij of zij ook voor de uitvoering zelf verantwoordelijk.

Een goede optie, die zelden genoemd wordt wanneer je écht vastbesloten bent, is versterven: stoppen met eten en drinken. Is dat een gruwelijk einde? Nee, maar je moet wel zeker zijn van je keus. Ik heb een paar keer meegemaakt dat mensen gedurende dit proces tot een ander inzicht kwamen en wél verder wilden leven. De groei van dat besef is moeilijk wanneer je je door iemand anders een “spuitje” laat geven.

Belangrijk is vooral ook de vraag: is er na het sterven werkelijk niets? Er zijn mensen die daar van overtuigd zijn, zoals er ook mensen zijn die denken dat je op een nacht ijs veilig kunt schaatsen. Vele berichten, zoals bijna-dood-ervaringen, duiden erop dat er wel degelijk een vorm van bewustzijn, een bestaan na het sterven is. Dan is een waarschuwing op zijn plaats, zoals de waarschuwing ‘gevaarlijk dun ijs’ ook een verplichte waarschuwing is voor mensen die willen schaatsen op een nacht ijs. Over autonomie gesproken...

Kortom, geen vragen die in een kabinetsformatie thuis horen.

Wederzijds wil gedachtevorming rondom deze vraagstukken bevorderen.

Wederzijds in actie op de Pinksterconferentie van de Christengemeenschap



De Christengemeenschap wereldwijd leeft toe naar de grote internationale Pinkster-conferentie, die onder de titel “Spelen met vuur” van 2 tot 6 juni 2017 wordt gehouden in het Congrescentrum in Den Bosch. Er worden rond de 1500 mensen verwacht uit alle werelddelen – een groot feest van ontmoeting en uitwisseling. Tegelijk met de conferentie wordt een Youth Festival gehouden voor jongeren tussen 14 en 25 jaar. De organisatie heeft Wederzijds uitgenodigd om een workshop te organiseren.

Ger Jue, voormalig directeur van antroposofische zorginstellingen in Zeist e.o., zal drie keer een workshop houden over contact met gestorvenen met de titel: “Hoe dichtbij zijn onze gestorvenen?” Daarbij zal steeds naar andere talen worden getolkt.

Ook zal Wederzijds, als initiatief dat vanuit o.a. de Christengemeenschap is ontstaan, zich kunnen presenteren op de ‘Vuurplaatsenmarkt’. Daar krijgen de bezoekers de gelegenheid om zich te warmen aan het vuur van de idealen en het enthousiasme dat uit de projecten vlamt. Twee bestuursleden, Adriaan Pijl en Ellen Zweers, zullen op de markt in gesprek gaan met conferentie-deelnemers over onderwerpen die samenhangen met de thema’s waar Wederzijds zich voor inzet. Bijzonder is dat ook de “Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur” zich presenteert op deze markt, naast Wederzijds - onze Zwitserse zuster-organisatie. We hopen op vruchtbare uitwisseling, waarvan we vonken kunnen meenemen naar het dagelijks leven! [Over de conferentie meer op: http://www.whitsunconference2017.org/nl/](http://www.whitsunconference2017.org/nl/)

Gezocht voor de website: Ervaringen rondom sterven

Binnen het bestuur hebben we het laatste jaar veel gesproken over sterven door euthanasie, overigens zonder er een eigen standpunt over te willen innemen. Iedere situatie rond het levenseinde is immers uniek voor deze mens en hoort bij zijn of haar lot. Wel kwamen we uit bij allerlei vragen. Zou het uitmaken hoe je sterft? Met welke medicijnen je wordt behandeld? Of je sterft op het moment dat de sterren in de goede stand staan, of door ingrijpen in het sterfproces? Wat zou een vervroegd levenseinde voor gevolgen hebben voor het leven na de dood? Voor een volgend leven?

Zo’n zoektocht zouden we ook met u willen gaan. Of u nu professional in de zorg bent, familielid, vrijwilliger in de terminale zorg, nabestaande, u hebt ervaringen opgedaan rondom sterven die u misschien zou willen delen. Mogen we u vragen om uw verhaal op te schrijven en naar ons te sturen, voor een nieuwe rubriek op onze website? Die willen we elke maand voorzien van een nieuw bericht, als er voldoende ervaringen binnenkomen. Misschien kan zo’n rubriek een rol spelen bij het vormen van eigen besluiten rondom het levenseinde.



Aankondiging gespreks-workshops



Er wordt wel gezegd: " Eén ding weten we zeker in het leven: we gaan allemaal dood!" Toch praten we er niet zo snel over. Waarom eigenlijk niet? Voor spelende kinderen is doodgaan de gewoonste zaak van de wereld: "Beng! Jij bent dood, 10 tellen blijven liggen dan ben je weer levend en mag je weer meedoen." Maar als opa of oma sterft, vragen we ons af of het voor het kind niet te ingrijpend is om de gestorvene te zien. Wat maakt dat we moeite hebben met sterven, met afscheid nemen? We hebben er veel voor over om zo lang

mogelijk te leven en voelen behoefte om het sterven in eigen regie te houden. Geven we leven, sterven en de weg na de dood zo wel de eerbied en het respect die ze verdienen? Waarom houden we de gedachte aan sterven van ons weg totdat het echt niet meer anders kan?

Zouden we misschien anders leven als we wél spreken over ons sterven en dood zijn? Zouden we minder onvoorbereid sterven, bewuster kunnen kiezen hoe we willen sterven? Zou het sterven meer betekenis krijgen? Dit soort vragen zijn lang taboe geweest. Maar over sterven wordt nu vaker gesproken. Vanuit stichting Wederzijds willen we "rond de keukentafel" in gesprek gaan met kleine groepen mensen om persoonlijk en dichtbij over sterven te spreken, van elkaar te horen. We beginnen in september 2017 en hopen daarna maandelijks ergens in Nederland met mensen in gesprek te gaan. Data, plaats en tijd volgen later.

Symposium "Aandacht voor sterven" in Baarn



Landelijk
Expertisecentrum
Sterven

Op woensdagmiddag 24 mei 2017 organiseert het Landelijk Expertisecentrum Sterven op haar eerste verjaardag het symposium "Aandacht voor sterven" in Baarn. Meer info: <http://landelijkexpertisecentrumsterven.nl/inspiratie/symposium-aandacht-voor-sterven/>

Boekbespreking

EVEN MAAR

Ik wil je graag iets vragen, Dood.
Mag ik even op je schoot?
Even maar: Ik ben nog klein
en vraag me af hoe het zal zijn
om dichterbij je toe te leven.

Toe nou, Dood, het hoeft maar even.
Vijf minuutjes lijkt me fijn.
Dan denk ik dat ik later,
als je langzaam dichterbij komt,
minder bang voor je zal zijn.

'Doodgewoon', gedichten over dood en rouwproces

Bette Westera (gedichten) en Sylvia Weve (illustraties)

ed. Gottmer, ISBN 978 90 257 5668 0



Ruim vijftig gedichten voor kinderen over afscheid nemen en gemis, het bestaan van de hemel en zelf uit het leven stappen.

Echt 'doodgewoon' is een boek over de dood niet, niet voor volwassenen en al helemaal niet voor kinderen. En toch hoort de dood bij het leven. Vroeg of laat krijgt iedereen met de dood te maken. De lezer van Doodgewoon ontmoet doden in verschillende gedaanten: een ketelbinkie, een moeder, een poes, een hond, een medeleerling, een opa, een te vroeg geboren kind, een oma, een onaangename echtgenoot en een verre voorvader. Ook maakt de lezer kennis met begrafenis-rituelen uit diverse culturen en met verschillende vormen van rouw. Hospice, hemel, heelal en hoog-gebergte – je hoort de

tijd op elke bladzijde wegtikken. Bette Westera die eerder al liet zien dat ze grote thema's niet uit de weg gaat, laat op luchtige wijze alle gezichten van de dood zien: hoe erg je iemand die er niet meer is kunt missen, waarom de Egyptenaren hun doden mummificeerden, waar iemand die gestorven is naar toe gaat. Zelfs heel moeilijke dingen - een kind dat sterft bijvoorbeeld, of iemand die zelf uit het leven stapt - komen aan de orde.

Het levert een prachtige verzameling troostrijke gedichten op voor jong en oud, schitterend geïllustreerd door Sylvia Weve en bovendien heel bijzonder vormgegeven.

Orgaandonatie

In onze laatste nieuwsbrief besteedden we in een artikel van John Hogervorst aandacht aan de gevolgen van de nieuwe wet op de orgaandonatie, waarbij er bij wet toestemming is geregeld voor het uitnemen van je organen, tenzij je door registratie duidelijk aangeeft dat je dat niet wilt.

In het voorjaarsnummer van Stroom, het tijdschrift van Antroposana (landelijke vereniging voor antroposofische gezondheidszorg) staan twee interessante stukken over orgaandonatie.

In het eerste artikel komt Mieke Pape aan het woord. Zij leed aan een ernstige longziekte en besloot 10 jaar geleden, na ernstige twijfels, de haar aangeboden donorlongen te accepteren. Wat dat betekent voor haar leven leest u op:

<https://www.antroposana.nl/stroom-2017-01-in-contact-met-je-donor-47>



Petra Essink bespreekt het boek van Hans Stolp: *Orgaandonatie, waarom wel, waarom niet?*

Orgaandonatie is een beladen onderwerp, omdat je er niet goed over na kunt denken zónder je voor te stellen hoe het is als je dood bent. En toch kun je daar niet onderuit, want alleen door alle kanten van dit dilemma te belichten kun je tot een weloverwogen 'ja' of 'nee' komen. Moet je nu wel of geen orgaandonor worden? Een verkenning van de aardse, hemelse (en wellicht helse?) aspecten.

<https://www.antroposana.nl/stroom-2017-01-orgaandonatie-band-tussen-donor-en-ontvanger-51>

Subtiële ontmoetingen

Ellen Zweers



Doet het er toe hoe ik sterf? Hoe kan ik antwoord vinden op deze vraag? Zoveel mensen, zoveel mogelijkheden, stromingen, overtuigingen, angsten, gedachten, gevoelens – zoveel blokkades te onthullen. Hoe vind ik mijn weg hierin? Erover lezen? – er is veel over geschreven. Erover praten? – herhalen van dat wat ooit gezegd en geschreven is? Wellicht ondersteboven en binnenste-buiten keren in een andere vorm, waardoor er van alle kanten licht op schijnt? In ieder geval: stilstaan bij mijn oergevoel, mijn innerlijk weten, intuïtief verbonden zijn met het onzichtbare, onbenoembare. Luisteren, steeds weer oprecht en open luisteren naar wat gehoord wil worden. Opdat ik in vrijheid tot een keuze kom.

Tijdens de begrafenis van mijn moeder kwam er een dikke hommelpop op visite bij de prachtige rozen die op haar draagbaar lagen. Ook kwam er langzaam een grote libelle voorbij en vloog rondjes rondom haar graf en bleef 'stil' zweven midden in de kring van mensen om haar

heen. In de maanden na haar overlijden kwamen er vaker subtiële ontmoetingen in de natuur op me af. In onze tuin stond een sierappeltje. Eigenlijk hadden we het boompje opgegeven, want het had dat voorjaar geen bloesem gekregen. We gaven het nog een kans voor het volgende voorjaar en hadden het ondanks protest van de buurvrouw laten staan. Toen bloeide het, op 6 september, de verjaardag van mijn moeder... Wat verder in de herfst dwarrelde er een herfstblaadje in m'n bakfiets, heel gewoon in de herfst en toch anders dan anders. In diezelfde maand 'verzon' Susanna, mijn dochter, zonder dat ze van mijn herfstblaadje wist, dat je een wens mocht doen, als er een herfstblaadje op je zou vallen als je aan het fietsen was... Een roodborstje kwam zó dichtbij... En op plekken en momenten, waar je ze helemaal niet verwacht steeds weer die grote libelle's.

Ik kan deze ervaringen teniet doen, door er lacherig over te doen en ze weg te wuiven als onzin. Maar wat gebeurt er als ik er wel voor open sta? Dan ervaar ik iets anders dan ik gewoonlijk in de natuur ervaar. Er komt dan meer ruimte voor mijn 'zijn'. Mijn wereld wordt letterlijk groter. Mijn verdriet van het gemis en 'voor altijd voorbij' wordt getroost. Zo kan het zich transformeren naar een nieuwe manier van verbonden-zijn.

Doet het er toe hoe ik in die wereld, waar mijn moeder nu is, naar binnen treed? Hoe ik zelf door de poort van de dood ga? In ieder geval draag ik verantwoordelijkheid voor mijn eigen leven en die verantwoordelijkheid wil ik ook dragen voor mijn sterven, waar ik ook terecht kom na mijn sterven, gewoon in een kist in de aarde of als as in de Noordzee of dat mijn ziel verder reist naar een voor mij nu onzichtbare, maar wel voelbare wereld.



De energie die ik ervaar bij zo'n speciale ontmoeting met de natuur is teer en draagt schoonheid in zich, waardoor ik vermoed dat binnentreden in die andere wereld met eerbied mag gebeuren. Eerbied voor het leven, eerbied voor mezelf, eerbied voor mijn dierbaren, eerbied voor het nu nog onbekende dat voor mij ligt.

En in de voorliggende tijd mag ik me blijven verwonderen over deze subtiële ontmoetingen.

“Aan de keukentafel” – in gesprek over de dood

Ingrid Deij



Vandaag kom ik op de koffie in haar gezellige huisje. We hebben een afspraak gemaakt voor een gesprek over de dood. Hoe doe je dat eigenlijk, waar kan ik beginnen? Haar levenservaring lijkt me een aanknopingspunt.

Hoe kwam je voor het eerst met de dood in aanraking?

Ik was ongeveer 20 jaar toen mijn Oma stierf. We hadden geen warme relatie, ik heb er een koud beeld van. Later, toen ik rond de 30 jaar was, stierf de vader van een kind in mijn klas. Ik durfde niet naar binnen, voelde afstand, kon er met de moeder niet over spreken – zo gek! Ook daarna is me dat nog overkomen toen een kind van mijn buurvrouw door een ongeluk stierf, ik wist niet hoe ik er mee kon omgaan.

Hoe is dat veranderd?

Mijn moeder, mijn zus en mijn vader overleden in drie opeenvolgende jaren, ik was toen rond de veertig. Door mijn moeder heb ik de dood leren liefhebben. Op de dag dat ze 70 werd ging ze op de bank zitten en zei met een diepe zucht: “Zo, nou ben ik 70, nou hoef ik niet meer”. Ze kon steeds minder. Mijn vader liet haar eerst steeds onderzoeken, om er weer bovenop te komen. Later dat jaar zag hij in dat hij er anders mee om moest gaan. Hij zorgde heel liefdevol voor haar. Toen ze in coma was geraakt waren we erbij toen de slangen van haar lichaam werden weggehaald. Ik zag haar sterven. Eerst herkende ik haar gezicht niet meer. Even later zag ik het opbloeien, ze werd als een jong meisje. Later voelde ik haar om me heen, meer aanwezig dan toen ze nog leefde.

Sinds die tijd ben ik geïnteresseerd in elke gestorvene. Hoe is het gegaan?

Bij het overlijden van mijn vader kon ik achteraf zien hoe er allerlei tekenen waren die op een einde wezen, hoe onverwacht ook, zoals je na het laatste hoofdstuk een boek begrijpt. Bij mijn zusje heb ik gemerkt hoe moeilijk ze het had, kort voor haar sterven. Ik voelde zoveel strijd, onrust en angst, ze wilde eruit, wegvlugten, maar dat ging niet, ze was zo zwak. De volgende dag was er rust, ze was van haar dubbelganger bevrijd. Nu kon ze gaan.

Met mijn broer was het weer anders, na veel irritaties over en weer kwam er ruimte. Er was zo’n gevoel van eenheid om ons heen, ik had contact met zijn eigenlijke wezen. Er kan zo veel gebeuren in die laatste dagen, waar je anders een heel leven voor nodig hebt.

Hoe ben je nu zelf met het sterven bezig?

Voor mij is het leven na de dood een realiteit, er is vertrouwen in me. Ik heb al een paar keer ernstige momenten gekend en ben daarvan genezen. Wanneer zal ik aan de beurt zijn? Ik ben al ouder dan mijn beide ouders zijn geworden. Omdat ik alleen leef, heb ik ooit met iemand gesproken over het opruimen van mijn huis, ik heb ook ergens een schets van mijn biografie opgeschreven. Maar ik heb het gevoel dat ik nog veel te doen heb wat mijn leven stuwung geeft. Volgend jaar word ik 75, ik moet wel wat gaan afbouwen. Als ik denk aan de tijd dat ik er niet meer ben, lijkt mijn denken wel te stoppen. Ik kan wel het gevoel toelaten van bereidheid om te sterven als het mijn tijd is. Zou je dan ook kunnen gaan?

Leven is een doorgaande stroom, een rijkdom. De dood lijkt daar tegenin te gaan. Het besef van de dood dringt steeds verder door in je leven. Je moet je zin veranderen, je gedachten omkeren. Hoe doe je dat? Met wie praat je daarover?



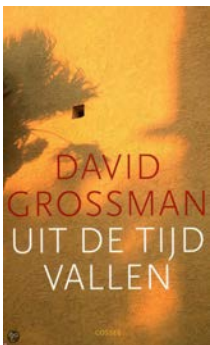
Zou u ook geïnterviewd willen worden? Laat het ons weten!
Vanwege het persoonlijk karakter ervan publiceren we deze interviews anoniem.

Thema: Rouw na verlies van een kind

Het verliezen van je kind is een uitermate aangrijpende ervaring. Met een kind zijn immers zoveel liefde, hoop en verwachtingen voor de toekomst verbonden. Met wie ben je zo tot in je vezels verbonden als met je kind? Als het sterft, valt de bodem onder het bestaan in één keer weg, het leven lijkt zijn zin te verliezen. Je komt terecht in machteloosheid, in een soort stilstand. Je ervaringen delen met je partner gaat soms moeizaam. Die beleeft hetzelfde grote verdriet, maar wel heel anders. Dat maakt dat deze rouw er heel diep inhakt, tot in je diepste existentie. Zijn er eigenlijk wel woorden voor te vinden?

Een paar boeken rondom dit thema zijn algemeen bekend geworden. A. F. Th. van der Heijden bracht zijn in 2010 overleden zoon tot leven in de indrukwekkende roman "Tonio", bekroond met de Libris Literatuurprijs. Zo ook liet het boek "Schaduwkind" van F. Thomese het verlies van een baby intens meebelevan, met alle ontredde, ontregeling, ja ontzetting, die dat met zich meebrengt.

De hieronder genoemde auteurs hebben eveneens deze ingrijpende ervaring persoonlijk doorgemaakt. Ze hebben op een heel verschillende manier woorden gevonden voor de abrupte overweldiging die ze hebben ervaren. Indrukwekkend.



David Grossmann: "Uit de tijd vallen: een verhaal in stemmen"

ed. Cossee 2012, ISBN 978-90-5936-363-2

David Grossmann kan, vijf jaar na de dood van zijn in de oorlog gesneuvelde zoon, eindelijk een vorm vinden om zijn verdriet te verwoorden. Hij doet dat als in een mythe, die zich afspeelt in een wereld buiten de tijd. Een man die zijn zoon heeft verloren komt eindelijk in beweging. Hij voelt dat hij moet gaan lopen, neemt afscheid van zijn vrouw, laat alles achter en gaat op weg. Op zoek naar zijn verloren zoon in een innerlijke onderwereld. Wat er daardoor gebeurt wordt beschreven door de stadschroniqueur en de centaur. Allerlei personages die korter of langer geleden een kind hebben verloren

raken betrokken bij de lopende man, zoals een vroedvrouw en een oude rekenonderwijzer. Ook zij hebben de dood van hun kind niet kunnen verwerken en onderdrukken door hun dagelijkse levensbesognes de pijn die hen uitholt. Gaandeweg voegen zij zich bij de lopende man. Ze vormen een stoet die in stilte om de stad heen loopt en loopt. Uiteindelijk komt er een moment, één moment maar, van ontmoeting, van verlossing.

Dit is een boek dat je meteen als je het uit hebt opnieuw gaat lezen. Een klaaglied dat je soms overweldigt, maar door de mythische vorm ook ruimte heeft. Het is net zoals bij een gedicht, je zult het nooit helemaal doorgronden, wel er diep door geraakt worden.



Anna Enquist: "Contrapunt"

ed. Arbeiderspers 2008, ISBN 9789029566759

Contrapunt is een muzikale techniek waarbij een thema in een weefsel van stemmen, die dit thema na elkaar of tegelijk laten klinken, tot een muziekstuk wordt gevormd, een compositie-techniek waarin Bach een ware meester was.

Anna Enquist vertelt in 'Contrapunt' het aangrijpende verhaal van het verlies van haar dochter door een ongeluk. Een vrouw studeert Bach's Goldberg-varianties in. Iedere variatie roept bij haar intieme herinneringen op: aan haar eigen geschiedenis als pianiste en schrijfster, aan haar gezin, haar moederschap en aan haar overleden dochter. Hiermee vervlochten is het verhaal van Bach, die de Goldbergvarianties schreef

na de dood van een volwassen zoon, als in een spiegelverhaal. Langzamerhand ontstaat een beeld van haar leven, waarin het ongeluk als een inslag alles verandert, een moment dat heel teruggehouden onder woorden wordt gebracht. Het komt daardoor bij de lezer binnen als een doodstille verwoestende klap.

Muziek lijkt de enige taal waarin Enquist's gevoelens tot klinken kunnen komen, en muziek maken ook de enige manier, waarop zij het beeld van haar leven onder ogen kan zien en weer tot een geheel kan maken. Een boek dat je bijblijft, omdat het het onvoorstelbare zo dichtbij brengt.

Moderne misverstanden

Het vervelende van dood zijn is
dat de zogenaamde levenden denken
dat ik er niet meer ben.
Van het ene op het andere moment:
non-existent
en voor altijd verleden.

Ik ben hoogstens een bron van verdriet,
een dierbare herinnering
een vurig gemis.

Soms mag ik even binnen in je dromen,
maar 's morgens schud je je hoofd en wordt wakker
in zintuigen, waarin ik niet meer binnen kan.

Ik wil je wenken,
maar je kijkt de andere kant op.
Ik wil tegen je fluisteren,
maar je zet je muziek steeds te hard.

Mijn taal is de taal van de stilte:
leer mijn taal.

Ik zit niet in een urn,
Ik lig niet in een graf.
Alle stof heb ik allang van me afgeschud
En toch ben ik bij je.

Ook andersom:
voor doden die zeker wisten,
dat ze er niet meer zouden zijn,
is het leven hier een wonderbare verrassing.

Een frisse duik in een zwembad zonder water
maar dan omgekeerd:
een duik in het niets dat iets blijkt te zijn.

Zonder enig benul van hoe, wat, waar en waarom,
scharrelen ze hier rond als pasgeborenen,
die hun ogen nog niet kunnen openen.

De deur van de oven van het crematorium
is niet de laatste deur die achter je dicht gaat.
Die deur is geen branddeur tussen iets en niets.

Het leek zo'n logische gedachte:
iets is materie of is niets
en toch ben ik bij je.

Er is licht,
alles verlichtend licht.
In dat licht leef ik, in dat licht leef jij.
Leven wij.

Jan Opdam