

Door de mist naar het licht



In mijn handen een fotolijstje voor de kist met daarin nog een afbeelding van een grote, sterke, krachtige en stoere olifant. Het verbaast me meteen te moeten denken aan het kinderboek van Youp van 't Hek, 'De gelukkige olifant'. Daags na een overlijden is intense verdriet voelbaar, zichtbaar. Gevoelens van geluk zijn hier allerm minst, denk ik, terwijl ik mijn verbazing over die gedachte aan dat boek opzijschuif. En toch.

Bij ernstig psychisch lijden kunnen patiënten om euthanasie vragen

In een van onze eerste oriënterende gesprekken om de uitvaart voor te bereiden zit aan tafel een grote, sterke man. Door het gesprek kun je stellen dat deze man een groot verantwoordelijkheidsgevoel en veel liefde voor zijn naasten heeft. Na alle doorlopen procedures is hij afwachtend op een voor hem positief bericht van de SCEN-arts om humaan te mogen sterven. Maar hij zei vastbesloten: 'Als mijn verzoek afgewezen wordt,

en dat is niet om te chanteren, dan doe ik het zelf.' En ook over dat zelf had hij al uitvoerig nagedacht. Hij wilde zijn leven loslaten in het bijzijn van hen die hem lief waren, maar hij wilde niet dat zij in de problemen kwamen.

Deze man heeft een hoge intelligentie, ook op emotioneel vlak. Het is voor mij als uitvaartondernemer moeilijk toegeven, maar hij had over dit onderwerp meer kennis dan ik.

Hij wist alles tot op de komma nauwkeurig te vertellen. Af en toe was ons gesprek een werkelijkheid in een surrealisme, want aan diezelfde tafel zat een lichamelijk kerngezonde jongeman. Mooi gezin, goed lopend bedrijf, mooi huis, lieve hondjes, maar... geestelijk kapot. En dat is wat je aan de buitenkant niet zag, maar voor hem wel zo voelde. Toch, als we langer in gesprek zijn, is te zien dat zijn ogen dof zijn, zijn mond sprak, maar er was geen enkele gezichtsuitdrukking; ook geen kleine sprankeling of twinkeling die ogen kunnen hebben. Hij zat aan tafel omdat het moest, omdat hij ademde, omdat het systeem van het lichaam leefde.

Uit het gesprek bleek dat er geen wil was om te leven. Van kinds af aan al niet. Er is wel liefde. Heel veel liefde. Liefde voor zijn vrouw en dochter. Voor hen leefde hij en doorliep hij procedures om te mogen sterven. Hij wilde zijn vrouw en dochter goed achterlaten en besepte dat het moeten missen van hem veel van hen zal vragen. Haar onvoorwaardelijke liefde voor hem is van onschatbare waarde. Zij steunde hem in zijn doodswens, terwijl ze natuurlijk helemaal geen afscheid van hem zou willen nemen. Zij kon hem steunen, omdat hij haar betrokken in zijn proces en daarnaast al jaren dagelijks zag dat hij elke dag wakker werd met datzelfde onbeschrijflijke gevoel van zwaarte en zichzelf door de dagen heen worstelde. En zeker wel door de jaren heen werd er gelachen, gewerkt, vakantie genoten, lekker gegeten, maar dat alles achter een masker dat hij net zo gemakkelijk kon opzetten als het knippen met zijn ogen.

Weken na ons gesprek kwam voor hem het verlossende telefoontje dat euthanasie toegekend werd. Reikhalzend zag hij uit naar de dag van zijn transformatie naar een andere dimensie. Om het op de dag van sterven niet nog zwaarder te maken, werd op de vooravond van zijn sterfdag afscheid genomen van elkaar. Dat wat nog gezegd moest worden werd gezegd. En dan was daar de dag dat hij vol overgave de gifbeker leegdrank, achterover in zijn stoel ging liggen, zijn ogen sloot en zichtbaar opgelucht zei: 'Ik voel al dat het gaat werken.' Tien minuten later was het leven uit zijn lichaam. Door de mist naar het licht. Wonen in een ander weten, omdat het doen alsof het gaat niet meer uit te houden was en zoveel gemakkelijker was dan iedereen uitleggen waarom het leven niet ging. Ondraaglijk psychisch lijden daaraan was een goed einde gekomen. Niet gesprongen, niet verhangen, maar gestorven en omringd door hen die hij liefhad.

Tranen van verdriet, parels van liefde

Zo aan de oppervlakte van dit verhaal kun je daar iets vinden. Euthanasie en suïcide zijn nog altijd taboe- onderwerpen met de nodige vooroordelen. Maar als je de diepte ingaat met iemand die vraagt naar een menswaardig levens-einde als noodroep van zijn ondraaglijk en uitzichtloos lijden, dan is de overtuiging dat iedereen verder moet en wil leven onhoudbaar. Als iemand écht niet verder wil leven, moet je serieus het gesprek daarover aangaan; ook met instanties die een doodswens serieus nemen. Dat voorkomt in elk geval een nare zelf-doding en onnodig leed. In de eerste plaats voor henzelf, maar ook voor hun nabestaanden en de hulpdiensten die moeten uitrukken.

En vergis je niet: het gaat bij deze doodswens niet zomaar over een uitspraak die we misschien allemaal weleens bij tegenslag in de mond nemen of een impulsieve gedachte. Dit gaat over een diepgeworteld gevoel van hier niet willen zijn, omdat het geestelijk leven ondraaglijk en uitzichtloos is. We kunnen het ons nauwelijks voorstellen, omdat er geen zichtbare uiterlijke symptomen van ziek zijn zichtbaar is. Er is ongelooflijk veel moed en kracht nodig om een doodswens aan te geven bij de mensen waarvan je houdt, want onbegrip kan leiden tot nog meer lijden. En het uitspreken is dan nog maar het begin van de doodlopende weg. Maar hier werden krachten gebundeld.

Je zou kunnen denken aan het verhaal van Youp, waarin Nellie het nijlpaard zegt: 'We zijn op de wereld om elkaar te helpen.' En nee, er zijn in dit verhaal geen lachspiegels - verre van -, maar wel een gelukkige olifant. Voor wie achterbleven was er weer ruimte. Opluchting ook. Er was ook veel verdriet, verscheurdheid, pijn. Eenzaamheid, dankbaarheid. Vragen en allerlei ambivalente gevoelens waarbij pastor Rens Stobbelaar diezelfde week bij een soortgelijke situatie troostende woorden uitsprak: 'In de ene hand de pijn en het verdriet en in de andere hand de liefde. Een hand met onmacht en vragen en een hand met leven en liefde gedeeld. Als je beide handen op elkaar legt, dan worden de tranen van verdriet parels van liefde.' En terwijl we hem met twee handen loslaten, kijken we naar zijn foto op de kist met daarachter, onzichtbaar, de foto van de imposante olifant.

Alexandra Markusse

Wil je praten over zelfdoding?

Bel de hulp- en preventielijn. 113 Zelfmoordpreventie is bereikbaar via 0900-0113 of 113.nl. Ben je nabestaande van zelfdoding? Praat erover met Slachtofferhulp. Slachtofferhulp is bereikbaar via 0900-0101 of slachtofferhulp.nl.

We kunnen het ons nauwelijks voorstellen



Alexandra Markusse (1974), uitvaartondernemer en Mindful Analyst bij www.schrijfmoed.nu.

Uitvaartverzorging Alexandra Markusse

Albert Plesmanweg 15J, 4462 GC Goes • 0113-214291 • info@uitvaartinzeeland.nl • www.uitvaartinzeeland.nl