

De dood houdt ons bezig

Ineke Koedam



1

Inleiding ter gelegenheid van de boekpresentatie

De meeste mensen gaan hier dood, leven in een hospice

Katja Meertens

Laurens Regionaal Palliatief Centrum Cadenza – 21 april 2011

Dag beste mensen,

Ook ik mag u welkom heten voor de boekpresentatie van *De meeste mensen gaan hier dood, leven in een hospice*. U mag best weten dat ik aangenaam verrast én lichtelijk vereerd was toen Katja mij belde met de vraag of ik hier vanmiddag zou willen spreken.



Foto 1: Ineke Koedam, spreker tijdens boekpresentatie

Ik leerde Katja kennen in de winter van 2006. In het kader van een reportage voor Margriet over palliatieve instellingen, liep zij twee weken mee in Hospice De Vier Vogels in Rotterdam. In die tijd was ik, na enkele jaren vrijwilliger te zijn geweest, net aangesteld als plaatsvervangend coördinator en draaide ik volledig mee als lid van het team van coördinatoren.

Het waren de eerste stappen van Katja in de palliatieve wereld en ik merkte toen al hoe dat raakte aan een belangstelling die dieper ging dan die van een willekeurige journalist.

En vandaag zijn we dan bij elkaar voor de presentatie van haar boek over het leven in een hospice, nadat zij een jaar lang palliatief centrum Cadenza volgde. Naast indringende ervaringen gaat Katja daarbij in op de geschiedenis en de praktijk van de palliatieve zorg in Nederland en komen onderwerpen als euthanasie en palliatieve sedatie aan bod. Je zou kunnen zeggen dat haar boek het slotakkoord is, de kroon op haar werk, en natuurlijk ook weer de opmaat voor iets nieuws.

Wij zitten in de aanloop naar Pasen. Pasen een mooi overgangsfest, het fest van het voorjaar, de opstanding en het nieuwe leven. Het paas verhaal wil ons vertellen dat de dood een overgangsfase is, waarmee we weer naar de spirituele wereld terugkeren. Er lijkt me geen mooiere tijd in het jaar dan Pasen om een boek te presenteren over leven in een hospice, waar de meeste mensen dood gaan. Pasen is een fest dat voor veel mensen ingevuld wordt met rituelen. Denk aan de paaswake en de paasdienst in de kerk. Het paasontbijt of de brunch, het zoeken van geverfde eieren en de paaswandeling. Op vele plekken wordt ieder jaar weer prachtig passiemuziek ten gehore gebracht en in het Oosten van Nederland worden nog altijd paasvuren aangelegd. Overigens hoorde ik gisteren op de radio dat die mogelijk niet doorgaan vanwege de aanhoudende droogte. De voorchristelijke betekenis van paasvuren was om de demonen van de winter te verjagen. Wist u dat?

Ook vandaag maken wij samen deel uit van een ritueel. Het ritueel van het aanbieden van het eerste exemplaar. Rituelen hebben hun oorsprong in eeuwenoude rituelen en hebben daarmee een grote zeggingskracht. Dat geldt zeker als het gaat om rituelen rondom het sterven. Of bepaalde rituelen ook voor jou als persoon een werkingskracht hebben, hangt af van jouw geloofsovertuiging of spirituele opvattingen. Vandaag spreek ik de wens uit dat met het uitreiken van het eerste exemplaar, uit dit boek niets dan goeds mag voortkomen.



Foto 2: Katja Meertsens, schrijfster van de meeste mensen gaan hier dood

Er wordt in deze tijd veel geschreven over de dood en over doodgaan. In januari 2010 werd het boek 'Sprookje van een zachte dood' gepubliceerd met getuigenissen van artsen en nabestaanden, waarmee de schrijfster, Margriet Bordes, wil aantonen dat de Euthanasiewet faalt.

*© Inleiding 'De dood houdt ons bezig' ter gelegenheid van de boekpresentatie van Katja Meertens
Door Ineke Koedam, Weerschijn*

Artsen zouden geen euthanasie willen uitvoeren vanwege een woud aan regels en procedures. De schrijfster pleit voor invoering van een machine waarmee mensen eigenhandig een eind aan hun leven kunnen maken als zij ziek of levensmoe zijn. Daarnaast eiste een groep van prominente zeventigers het recht op hulp bij zelfdoding; het zogenaamde Uit Vrije Wil initiatief.

Het Commentaar in Trouw liet indertijd weten dat niet eerder zo onverbloemd het recht op zelfbeschikking werd opgeëist.

De dood houdt ons bezig. Dát de dood ons bezig houdt, is een goede ontwikkeling. Sterven beschouw ik als een kostbaar en wezenlijk proces van ieder mens. Een proces dat de grootst mogelijke zorg, aandacht en respect vraagt. Hoewel de belangstelling toeneemt is er nog steeds een grote groep mensen die de dood maar zo lang mogelijk buiten de deur wenst te houden.

Een tweede groep beperkt zich in de voorbereiding tot het nemen van beslissingen over de uitvaart. Veelal vanuit een wens de regie in eigen hand te houden. Hoewel ik het als een belangrijke ontwikkeling zie is het net als bij de eerste groep vooral angst wat hen drijft. Is het angst wat mensen naar euthanasie, naar invoering van een levensbeëindigende machine of om hulp bij zelfdoding doet vragen? Daar wil ik niet bij voorbaat en zonder meer van uitgaan. Luisterend naar een interview met de schrijfster van *Het Sprookje van de zachte dood*, drong zich wel een aantal vragen bij mij op.

‘In Nederland denken wij het goed geregeld te hebben, zo vertelde de auteur, maar als het puntje bij paaltje komt, worden mensen niet geholpen en sterven een gruwelijke dood.’ Met als argument ‘respect voor het leven’ pleit zij voor een levensbeëindigende machine.

Ik wil benadrukken dat het op zichzelf gruwelijk is als mensen het gevoel hebben in de kou te zijn gezet. Dat zij niet worden geholpen waar zij dat hadden verwacht of gehoopt. Of zij dan ook daadwerkelijk een gruwelijke dood sterven is overigens nog maar de vraag. Maar juist het argument van ‘respect voor het leven’ doet mij mijn wenkbrauwen fronsen.

Hoort een ziekbed resp. een sterfbed niet tot het leven? Hoort ouder worden inclusief het leven al dan niet moe zijn, niet eveneens tot het leven? En vraagt dat niet juist om respect, aandacht en zorg rondom het levenseinde? Gunnen wij anderen het wezenlijke proces om in vertrouwen het leven af te ronden en de overgang te maken? En zijn wij in staat het stervensproces zich te laten voltrekken, zoals zich dat voltrekt?

Katja laat in haar boek zien dat euthanasie nauwelijks voorkomt in palliatieve instellingen. Met goede zorg durven de meeste terminale patiënten een natuurlijk dood af te wachten. Ook ik kan die conclusie vanuit mijn eigen ervaringen in het hospice onderschrijven. Of het gemakkelijk is goede zorg te bieden en vertrouwen te hebben in het proces van sterven? Nee, dat is niet altijd gemakkelijk. Onze eigen onmacht en vragen rondom leven en dood staan ons als zorgverleners én naasten maar al te vaak in de weg. Om iemand in zijn donkerste uren nabij te zijn, vraagt dan ook in de eerste plaats om zicht te hebben op hoe wij ons zelf verhouden tot sterven en dood.

Dat immers is van invloed op de zorgrelatie met de stervende, maar ook op de relatie met onszelf, onze collega's en de organisaties waarin wij werkzaam zijn.

5

Daarnaast blijft het de uitdaging om niet alleen de ander zijn lot te laten maar eveneens de moed op te brengen om de ander zijn of haar manier van sterven te gunnen, inclusief de mogelijkheid tot euthanasie. Dat vraagt van ons om vanuit een innerlijke, vrije ruimte verbinding te maken met de stervende. En hem of haar te bemoedigen en te bekrachtigen in het maken van de juiste keuzes in de wezenlijke levensfase waar deze mens doorheen gaat. Mooi is dan ook te mogen concluderen dat het beleid binnen palliatieve instellingen veelal uitgaat van 'nee, tenzij...'. Dat verwijst impliciet naar de afstemming en verbinding met deze stervende.

Een ander argument waar voorstanders van euthanasie nogal eens naar verwijzen is dat van de naaste familie. De familie die dit vader of moeder niet toewenst en zeker weet dat hij of zij dit niet had gewild. Natuurlijk ben ik volstrekt niet in de positie dat tegen te spreken.

Toch roept het bij mij ook vragen op. Mogen onmacht en wanhoop van naasten een reden zijn het leven te beëindigen? Hebben wij ook hier niet de taak, uit respect voor het leven, de naasten te ondersteunen, te bemoedigen en te bekrachtigen? Ontnemen we mensen niet de kracht die slechts dan gemobiliseerd wordt als er aanspraak op wordt gemaakt? Ook hier gaat het opnieuw om afstemming en verbinding met stervenden én met naasten.

Ik realiseer me dat ik veel vragen heb opgeroepen. Vragen die geen eenduidige antwoorden hebben. Bovendien denk ik dat ieder mens zelf tot beantwoording van deze vragen zal moeten komen.

In de voorbereiding op deze middag stuitte ik op een aantekening van mijzelf in het kader van de discussie over euthanasie, hulp bij zelfdoding, het Uit Vrije Wil initiatief en de discussie rondom levenseinde klinieken. Vast staat, zo schreef ik, dat voor wie zelfbeschikking prevaleert boven beschikking door het Zelf (de Ziel) de antwoorden wezenlijk anders zullen zijn. Ik schrok enigszins van de stelligheid waarmee dat op papier overkomt, en zou dat vandaag liever als vraag willen formuleren. *Maakt het verschil vanuit welke laag, de persoonlijkheidslaag of de diepere innerlijke lagen, je antwoorden tracht te vinden op vragen en dilemma's rond leven en dood?*

Tot slot. Er bestaan vele boeken rondom het thema sterven. Theoretische, opiniërende, zgn. ego documenten, dichtbundels, praktische handleidingen. Het boek van Katja is daarop een welkome aanvulling omdat het niet alleen in gaat op de theorie, maar tevens indringende en ontroerende praktische bijdragen bevat in de vorm van persoonlijke portretten. Portretten waar je als lezer stil van wordt.

Ik wil nog wel eens de regels aanhalen van Kahlil Gibran, Libanees dichter en auteur van het boekje de Profeet.

‘En altijd is het zo geweest
dat de liefde haar eigen diepte niet kent
dan op het uur der scheiding’.

In mijn werk mag ik iedere keer weer mee-beleven hoe waar dat is. Dat stemt mij ongelooflijk dankbaar. Tussen de regels door lees ik dat ook Katja ten tijde van haar verblijf in Cadenza daar deelgenoot van was. En ik spreek de wens uit dat beslissingen ten aanzien van sterven, vanuit de diepte van deze ervaren liefde, mogen worden genomen en dat het boek *De meeste mensen gaan hier dood*, daar een belangrijke bijdrage in mag zijn.

Dank voor uw aandacht.

Ineke Koedam

Ineke Koedam, geestelijk begeleider, heeft haar eigen praktijk *Weerschijn* voor stervenden en hun naasten en was geruime tijd verbonden aan het Rotterdamse Hospice De Vier Vogels. Zij is, namens de vooraanstaande Engelse neuropsychiater Peter Fenwick, betrokken bij een onderzoek naar ervaringen en verschijnselen op de grens van leven en dood. Ineke wil daarmee bijdragen aan verruiming van bewustzijn rondom sterven en het verminderen van angst en onwetendheid rondom de dood. Ineke is een veelgevraagd spreker en is de schrijver van het boek *Een Nieuwe Hemel en een Nieuwe Aarde, jouw unieke weg in dienstbaarheid* en de tijdloze *Inspiratiekalender Het Octaaf, wijzelf als instrument in het scheppingsproces*.