

EEN GESCHENK VAN VERTROUWEN

Steeds meer leden hebben het laatstewilmiddel (middel X) in hun bezit. De CLW ontvangt berichten van nabestaanden hoe hun dierbare met dit middel zelf een einde aan zijn/haar leven heeft gemaakt. Wij vinden het belangrijk deze ervaringen op te tekenen. Heeft het middel gewerkt volgens de verwachtingen? Waren er bijverschijnselen? Hoe hebben naasten dit levenseinde in eigen regie ervaren? Hoe is de dood door de arts geregistreerd? Is er onderzoek door politie en justitie gedaan? Deze vragen komen langs in de interviews met nabestaanden. De interviewers zijn: Bertie Fokkelman, Lidy Schoon, Jacques Slager en Jacques Knops.
Dit interview is geschreven door Lidy Schoon.

Aan de keukentafel bij Jonathan* met uitzicht op het prachtige Achterhoekse landschap. Jonathan (71) vertelt mij over de zelfdoding van Anke.* Jonathan is geen nabestaande in de zin van familieverband, wel ziet hij zichzelf als zielsverwant. “Anke en ik hebben elkaar ontmoet op een huiskamerbijeenkomst van de CLW. Het klikte vrij snel tussen ons, we deelden een spirituele levensinstelling. Er ontstond een vertrouwensband alsof we elkaar al jaren kenden.”

Anke was 72 jaar en werkte 40 jaar als manager bij een groot bedrijf. Ze kwam uit een streng christelijk gezin. Haar vader sloeg haar en hij bedreigde haar moeder als ze het zou vertellen. Ze heeft het met haar moeder goed gemaakt toen die 82 was. Daarna een echtgenoot die haar ook mishandelde. Ze scheidde van hem. Haar familie keurde dat sterk af en sloot haar vervolgens buiten. Af en toe liet de familie weten dat ze voor haar baden en dat zij hoopten dat ze gered zou worden. De afgelopen tien jaar had ze een voor haar bevredigende relatie met een man. Die heeft haar een half jaar geleden verlaten toen duidelijk werd dat ze invalide en hulpbehoevend zou worden. Ze had last van depressies.

“Toen Anke me maanden later belde, klonk ze erg paniekerig en in de war. Omdat het zo slecht met haar ging, hadden haar twee kinderen haar laten opnemen. Eén van hen had de psychiater verteld dat Anke een suïcidemiddel in huis had. De psychiater dreigde Anke dit te melden, er kon huiszoeking worden gedaan. Daar was ze erg van geschrokken en ze vroeg of dat klopte. Ik heb gezegd dat de psychiater buiten zijn boekje was gegaan, hij mag dit niet melden, het middel is niet verboden. De psychiater beloofde Anke geen stappen te ondernemen maar zij vertrouwde hem niet meer. Ze was ten einde raad. Het enige dat de psychiater haar nog te bieden had, was nog meer medicijnen en dat wilde ze niet. Het contact met de kinderen was verloren gegaan. Ze wilde graag met me praten, of ik bij haar langs wilde komen.”

“Ik schrok toen Anke de deur opendeed. Toen ik haar leerde kennen was ze een frisse vitale vrouw, nu zag ik een vermoeide oude vrouw met een stok. Ze was tien jaar ouder geworden. Alle bewegingen deden zichtbaar pijn, spierdystrofie, reuma, oogkwaal en nog wat dingen. Al snel kwam het hoge woord eruit. Anke wil haar leven beëindigen maar durft dat niet alleen. Of ik erbij wilde zijn.”

Hoe was dat voor jou zo'n vraag?

“Zonder aarzelen heb ik ‘ja’ gezegd. Het raakt me diep dat iemand mij zo vertrouwt. Ik zie dat als een groot geschenk. Iemand bij dit moeilijke besluit kunnen steunen is zo waardevol, dat doe ik met hart en ziel. In die anderhalf uur dat ik bij haar was, hadden

we een intensief gesprek. Anke dacht dat haar moeder op haar wachtte, dat ze haar moeder af en toe zag, vooral de laatste tijd. Ze wilde heel graag weg.”

Als ervaren manager had Anke alles tot in de puntjes voorbereid. Ze had een brief geschreven voor de huisarts met de vraag haar kinderen te willen ondersteunen, ze gaf aan waar ze haar huissleutel zou verstopten en had de ondertekende vrijwaringsverklaring bijgesloten. Ze vroeg Jonathan of hij tegen die tijd de brief wilde posten. Ze had alles geregeld met de begrafenisonderneming. Ze had haar eigen rouwkaart gemaakt (alleen de datum moest nog worden ingevuld) met een adressenlijst.

“Ze was ook erg alert op mijn veiligheid en zei, denk hieraan, denk daaraan. Ze gaf mij een envelop met benzinegeld en één met een donatie voor de CLW. We spraken een datum af. Voor die tijd belde ik Anke nog twee keer om te vragen hoe het met haar ging. Het wachten duurt te lang, zei ze, elk uur duurt wel vijf uur, het is op, ik kan niet meer.”

Op de afgesproken dag gaat Jonathan eerst op zoek naar de brievenbus en checkt of die 's avonds wordt geleegd. Anke was blij met zijn komst en was heel rustig. De brief voor de huisarts lag klaar, met postzegel en al. Op haar bureau lag een map met de verzekeringspapieren, de bankpasjes, de codes, haar paspoort en nog meer praktische dingen voor de nabestaanden.

Jonathan: “We praatten kort met elkaar. Toen nam ze het laatstewilmiddel in, vastbesloten en rustig. Ik stond erbij, dat was een raar gevoel, iemand zoiets onherroepelijks te zien doen. Ze was ineens vrolijk en maakte een grapje toen ze in haar bed ging liggen. Ze begon een verhaal te vertellen over haar werk. Na een paar minuten zei ze dat ze wat voelde, als een strijd in haar lichaam. Na zeven minuten begon ze verward te praten, na tien minuten was ze weg en lag zwaar te ademen met soms een kreun. Dat gaat snel, dacht ik, tot ze ineens haar ogen opensloeg, mij aankeek en zei, dank je wel Jonathan, dank je wel. Toen met dubbele tong: ‘Mijn twee kinderen zijn het liefste wat ik heb en ik wilde dat jij ze dat kon vertellen.’ Het ontroerde me erg, het waren haar laatste woorden.”

“Daarna begon een voor mij moeilijk stuk, heftige krampen, eerst op haar gezicht, later met haar hele lijf. Ze kwam overeind, viel weer terug en schokte met haar armen. Anke vroeg me haar vast te houden, dat heb ik gedaan. Ik had de indruk dat dat het moment was waarop haar ziel haar lichaam verliet en dat moet wel een heftige ervaring zijn. Gelukkig hield dat na een dikke minuut op en lag ze weer stil. Ze heeft daarna niet meer bewogen. Ze ging heel zwaar ademen, na een half uur werden de tussenpozen steeds langer. Het leek erg op slaapapneu, na een lange ademstilstand ineens een heftige inademing. Toen nog twee ondiepe ademhalingen en daarna bleef het stil. Ik zag haar gezicht slap worden, ze zag eruit als een dode. Dat was 1 uur en 25 minuten na het innemen van het middel.

Een raar moment, hoe nu verder? Ik bleef nog even zitten, heb een spiritueel gebedje voor haar gedaan en haar goede reis gewenst. Het was tijd om te vertrekken. Ik heb de verwarming laag gezet, het slaapkamerraam op een kier zodat ze in de koelte zou liggen. Een laatste check of er iets van mij was achtergebleven. Mijn jas en tas gepakt en via het trappenhuis ben ik door de achteruitgang naar buiten gegaan. Op het marktplein heb ik de brief aan de huisarts gepost.”

Hoe voelde dat om Anke dood achter te laten?

“Bevreemdend. In de auto terug zat mijn hoofd vol met gedachten en indrukken. Krijgt de huisarts de brief wel? En op tijd? 's Avonds in bed spookte maar door mijn hoofd hoe ik haar heb moeten achterlaten, dat voelde vervelend. Ik ben er nog dagen mee

bezig geweest en heb er gelukkig veel over kunnen praten. Bij Anke heb ik gezien dat ook sterven hard werken is. Geboren worden is een strijd en sterven ook.”

Vind jij jouw aanwezigheid bij een zelfdoding wel gepast? Ik bedoel, jij als relatief buiten-taander, is dat niet voorbehouden aan een familielid?

“Ze vertrouwde haar kinderen niet meer na het gedoe met de psychiater. Eén kind vond dat ze gewoon moest blijven leven. Natuurlijk, ik vind het schrijnend dat het zo moet gaan en dat mijn bijdrage niet gewoon besproken kan worden. Ik ben voor Anke een maatje geweest in haar traject naar een zelfgekozen einde. Na de praktische voorbereiding, volgt een emotionele fase, het leven loslaten, de pijn dat je mensen achterlaat. Als een geliefde of een kind niet achter het besluit van zijn naaste staat om uit het leven te stappen, is het voor hem ook moeilijk om bij dit sterven aanwezig te zijn. Dat kan je niet afdoen als iemand in de steek laten. De nood bij Anke was hoog, ze smachtte naar iemand die ze kon vertrouwen. Daarom ben ik zo blij dat ik die rol voor haar heb kunnen vervullen.”

* Dit is een gefingeerde naam, echte naam bekend bij de redactie