

Boodschap

“Nu ik ga sterven, vertel ik graag dat ik sterf met de wetenschap dat jouw leven het allermooiste stukje van mijn leven was.”

‘Mensen die sterven, kunnen je alles over het leven leren’, zei een opleider ooit tegen mij. Pas in de laatste jaren, nu ik er meer oog voor krijg, ben ik echt gaan beseffen dat dit geen holle frasen zijn. Mensen op hun sterfbed kijken terug naar het leven, ze evalueren en delen dat ook, alsof er een bedoeling achter zit.

Een voorbeeld dat me erg bijgebleven is, is het wat wonderlijke verhaal van een man van achter in de zestig, die ik een paar jaar geleden behandelde in verband met uitgezaaide longkanker. Het is een typische noorderling, een harde werker, een wat introverte man die niet snel praat over gevoelens. Opvallend is dat hij op alle afspraken alleen komt. Ik weet maar beperkt iets over zijn achtergrond: hij is ongetrouwd, gelovig en heeft geen kinderen. Al eerder had hij mij verteld dat hij een zakenman was met een relatief succesvol bedrijf. Sinds een jaar of twee is hij gepensioneerd. Hij vertelt een rijk sociaal netwerk te hebben.

Op de laatste poliklinische afspraak, nadat alle onderzoeken verricht zijn, spreken we uiteindelijk over de diagnose: longkanker met uitzaaiingen in longen, longvliezen en ook in botten. Als hij vraagt wat de prognose is, vertel ik dat deze in maanden uit te drukken is. ‘Soms is mensen wat meer tijd gegeven, soms wat minder,’ voeg ik toe. Ik peil zijn reactie, maar hij blijft onbewogen. “Dat had ik al verwacht.”

Omdat we met chemotherapie willen beginnen, breng ik het gesprek op zijn sociale situatie, ik moet weten wie hem direct steunt in deze moeilijke tijd en hem opvangt als er bijwerkingen komen. De reactie verwondert me. “Ik heb sinds kort een vriend. Een jeugdvriend”. In een paar zinnen vertelt hij over zijn homoseksualiteit die hij al die jaren voor zijn familie, vrienden en collegae verborgen heeft gehouden. Hij vertelt ook hoe zijn religieuze achtergrond en opvattingen het toegeven aan deze gevoelens in de weg hebben gestaan. En over de ongetwijfeld moeilijke keuze dat intieme geheim op te geven, nu hij oog in oog staat met een ongeneeslijke ziekte.

Gedurende de maanden die volgen, begeleid ik hem tijdens de chemotherapie, die hij ondanks fikse bijwerkingen geestelijk opmerkelijk goed doorstaat. Telkens als ik hem tref, zie ik dat hij er ondanks de optredende bloedarmoede, de vermoeidheid en de goed te bestrijden misselijkheid beter uitziet. Hij is vrolijker. Uitgeruster. Hij is opener. Hij vertelt ontwapenend over zijn relatie die zich verdiept. Hoe hij opgevangen wordt door zijn vriend.

Godzijdank reageert de ziekte op de behandeling en in de 16 maanden die zijn leven nog zal duren, luister ik met plezier naar de prachtige verhalen over zijn liefde en de enorme winst in geestelijke vrijheid en rijkdom. Ook als de ziekte weer terugkomt, blijft hij vrolijk. Zelfs het nieuws dat de laatste fase van zijn leven is aangebroken, slaat hem niet uit het veld.

Zijn laatste dagen brengt hij op uitdrukkelijk verzoek door op onze verpleegafdeling. “Hier voel ik me veilig.” Als het snel achteruit gaat, kom ik een laatste keer bij hem om afscheid te nemen. Gezien de toenemende benauwdheid, de noodzaak om meer morfine te krijgen en de afnemende lichaamsfuncties, vermoed ik dat de laatste uren zijn ingegaan.

Eindelijk ontmoet ik zijn vriend. De oudere man, een vitale zeventiger zit alleen in de kamer, naast het bed. Ik glimlach als ik zie dat hun handen dan al ineens geslagen zijn. Als ik vertel over mijn vermoeden van de snel aanstormende dood, wordt het stil. Ze kijken elkaar aan, glimlachen, maar zeggen niets. Wat kan stille aanwezigheid toch zo veel krachtiger zijn dan een miljoen lege woorden.

Als we afscheid nemen, komt hij terug op het laatste anderhalf jaar. Van zijn introversie is niets meer over. Hij is emotioneel als hij terugblijkt. Ook over zijn spijt dat hij pas koos het leven te leiden, dat hij had moeten leiden op het moment dat hij voelde en hoorde dat hij dood zou gaan.

Dat geluk op tijd was. Dat de liefde alsnog kwam. Wat een bevrijding dat was.

Vlak voor ik vertrek, vertedert hij mij tot op het bot. De man in zijn sterfbed buigt een beetje voorover en legt zijn arm om de schouder van zijn geliefde. Het dankwoord dat hij aan hem richt is precies zo luid uitgesproken dat ik het hoor, maar vooral zo mooi dat ik het me herinner. “Nu ik ga sterven, vertel ik graag dat ik sterf met de wetenschap dat jouw leven het allermooiste stukje van mijn leven was.”

Ooit vertelde een vrijwilliger uit het hospice dat zij het altijd zo mooi vond dat in de laatste levensdagen niemand praat over werk, successen of wat bereikt is. Mensen die sterven, praten juist vaak over wat niet bereikt is en wat ze spijt. Maar vooral praten ze over de liefde. Over de liefde die op zoveel manieren mogelijk is.

Het maakt me niets uit dat het misschien een cliché is. Daar is het te belangrijk voor. Wat stervenden ons leren, is een krachtige boodschap aan de levenden. Wat zij vertellen gaat over ons. Wat zij vertellen gaat over de moed het leven te leiden dat je wil leiden. Als ik aan hem terugdenkt, besef ik heel goed dat zijn boodschap op dit punt juist nog krachtiger is. Hij leerde mij dat het lef kost om geluk in het leven toe te staan en dat zich dat allemaal terugbetaalt. Een levensles.

(c) Longarts Sander de Hosson



Auteur: Sander de Hosson