

Doornse schreef boek met verhalen over sterven

# ‘Het gaat toch altijd anders dan je denkt’

**Aan Het Sterfbed** heet het tweede boek van de Doornse schrijfster Korine van Veldhuijsen (46). Daarin vertellen tientallen naasten en verzorgers over een overlijden dat hen diep raakte. „Ik hoop dat angst voor de dood plaatsmaakt voor vertrouwen.”

Hans van den Ham

**Uw eerste boek heet *Hoe Overleef Ik Mijn Dood?* Nu dus *Aan Het Sterfbed*. Wat heeft u met de dood?**

„We hadden thuis een bloemisterij waar mensen kwamen voor rouwboeketten. Ze werden in alle stilte ontvangen. Verder was mijn moeder vrijwilligster bij de terminale thuiszorg. De dood was altijd om me heen.”

**Maar waarom ging u erover schrijven?**

„Ik ben journaliste en toen mijn drie kinderen groot genoeg waren, wilde ik het schrijven weer oppakken. Ik volgde ook lessen praktische oosterse wijsbegeerte en werd gegrepen door de ontspannen manier waarop hindoes en boeddhisten omgaan met de dood. De ziel is voor hen immers onsterfelijk. In ons land wordt het gesprek over de dood gedomineerd door euthanasie en voltooid leven. Ik miste zingeving. Zo begon ik aan mijn eerste boek over de vraag of lijden tijdens het stervensproces zin heeft.”

**Wat is het antwoord op die vraag?**

„Uiteindelijk moet iedereen dat voor zichzelf bepalen. Persoonlijk denk ik dat moeilijke dingen zoals lijden je uitnodigen om te leren over jezelf en het leven. Voor mijn eerste boek ben ik stervenden, professionals en geestelijken gaan interviewen, in het tweede boek komen naasten en verzorgers aan het woord.”

**In uw nieuwe boek staan 39 verhalen over het levenseinde van gewone stervelingen.**

„Gewoon, maar toch uniek. Elk sterfbed is een verhaal op zich. Voor de stervende is het een enorm proces van afscheid nemen en loslaten van alles wat hem of haar bindt met de aarde. En vaak verliest degene ook nog eens zijn zelfstandigheid. Hij kan benauwd worden, incontinent of bedlegerig. Dat heeft zo'n impact, ook op de omgeving.”

**Welke verhalen springen eruit?**

„Voor mij zijn ze allemaal bijzonder, maar een aantal geschiedenissen raakt me extra. Zoals het verhaal van Hellen. Ze geloofde niet en had niets met 'de ziel'. Tot ze met haar man in het ziekenhuis naast hun pasgeboren baby'tje lag. De zieke Len was al doodverklaard door de artsen, toen hij na een uur plots in Hellen's gezicht ademde en op leefde. Tijdelijk, want Len stierf na een tijdje alsnog. Maar Hellen zegt dat ze sindsdien weet dat er een ziel is. Of neem de 32-jarige Bashir uit Somalië die de VS hoopt te bereiken, maar op Schiphol strandt met leverproblemen door kanker. Hij kent er niemand en hoopt op een wonder. Binnen een paar uur ontfermt de Somalische gemeenschap in Amsterdam zich over hem. Terwijl hij afwisselend bidt tot Allah en belt met familie, begeeft zijn lever het. Met een lach op zijn gezicht en volledige overgave aan Allah gaat hij heen.”

**Er zijn twee verhalen die wel heel dichtbij komen.**



**Als je gaat sterven, moet je echt alles loslaten en je overgeven**

„Je doelt op het ontroerende verhaal over mijn neef Jaap? Jaap, die voor de liefde naar Zweden was verhuisd, raakte in coma na een tekenbeet. Heel bijzonder hoe de familie daarna op en neer reist naar Stockholm en aan zijn bed met hem praat, voorleest en muziekmaakt. Allemaal om Jaap weer wakker te krijgen. Maar hij krijgt ontstekingen en sterft in december 2017, op 43-jarige leeftijd. Door een tekenbeet!”

**Het tweede verhaal, de epiloog, dat vertelt u zelf.**

„Dat gaat over onze goede vriend Luc. Een timmerman die 60 is geworden en die ik ken van de lessen wijsbegeerte. Hij wist dat hij ging sterven aan darmkanker en vroeg of ik zijn verhaal wilde opschrijven. Het waren voor hem moeilijke tijden, want zijn schoonzoon bleek ALS te hebben, zijn vrouw werd ook ernstig ziek en de relatie van zijn jongste dochter liep op de klippen. Hij was gelovig, maar dat wankelde de laatste periode. Hij wilde het liefste met iedereen rond zijn bed in vrede heengaan, maar dat lukte maar niet. Tot na maanden de verlossing kwam.”

**Waarom schreef u het boek?**

„Ik wil meer kleur geven aan de berichtgeving over sterven. In slechts in een kleine 5 procent van de gevallen is er sprake van euthanasie. De rest van de mensen overlijdt op een natuurlijke manier en vaak gaat dat heel vredig. Het gevaar is dat we gaan denken dat alleen een geregisseerde dood waardig kan zijn. En dat is niet zo, zo laten ook mijn verhalen zien. En ik hoop dat angst plaatsmaakt voor vertrouwen.”

**Wie is er angstig?**

„Uit onderzoek blijkt dat een derde van de Nederlanders bang is voor de dood. Waarom? Wellicht is dat nog de angst voor de straffende God. Of omdat we gewend zijn in alles de regie te houden. En als je gaat sterven, moet je echt alles loslaten en je overgeven.”

**Hoe zit dat met uzelf?**

„Ook ik was onbewust bang. Mijn leraar oosterse wijsbegeerte zei altijd: 'Alleen wie niet bang is voor de dood, kan voluit leven'. Dus ik leefde niet voluit, maar doe dat wel steeds meer.”

**Stellen de verhalen over het sterfbed u gerust?**

„Sommige wel, andere niet. Ik leer wel steeds beter wie ik ben en heb daardoor vrede met de loop die mijn leven neemt. Ik heb geen grootse verwachtingen, ook niet van mijn sterfbed. Dat heeft het verhaal van Luc me wel geleerd. Het gaat toch altijd anders en het belangrijkste is dat je accepteert wat er gebeurt en meebeweegt.”

**Gelooft u?**

„Ik ben christelijk opgevoed, maar geloof in reïncarnatie. Altijd al gedaan. Als een van mijn kinderen panisch is voor water, denk ik meteen: er is in

een vorig leven op dat gebied iets misgegaan.”

**Brengt dat rust?**

„Jazeker. En het geeft zin aan mijn bestaan. Alles heeft een reden en er is een groter perspectief. Tevens probeer ik een zuiverder mens te worden. Hoe? Door eerlijk te zijn en mijn niet-leuke kanten los te laten, zoals mijn boosheid. Dat lukt met kleine stapjes en dat is mooi.”

**In het boek zegt uw leraar oosterse wijsbegeerte dat sterven de kroon op het leven kan zijn. Dat klinkt als een tegenstrijdigheid.**

„Voor hindoe of boeddhist is het stervensproces erg belangrijk. Zuiver worden komt dan in een stroomversnelling. Alle opsmuk valt weg en wat overblijft ben jij. Ruzietjes worden bijgelegd, ruis valt weg, mensen groeien naar elkaar toe en er is oog voor het wonder dat leven heet. In zijn algemeenheid kun je zeggen dat er tijdens het sterven ook mooie dingen gebeuren.”

**Maar er is toch vrijwel altijd ook sprake van lijden en pijn?**

„Luc, de eerder genoemde timmerman, zei heel lang dat hij niet leed. Ook andere mensen ervaren dat zo. Die ondergaan het lijden lachend. Tijdens het stervensproces kun je heel veel stappen maken. En pijn kunnen we steeds beter bestrijden.”



**Iedereen moet doen wat goed voelt. Ikzelf kies niet voor euthanasie**

**Hoe denkt u over euthanasie?**

„Iedereen moet doen wat goed voelt. Ikzelf kies niet voor euthanasie. Als ik ga, wil ik in die overgave komen en een zuiverder mens worden. Maar ik weet natuurlijk niet wat ik doe als ik bijvoorbeeld dreig te stikken.”

**Uit het boek komt bewondering naar voren voor mensen die het tot het eind toe volhouden.**

„Dat sluit aan bij mijn eigen wensen. Ik hoop vol te houden tot het eind, maar iedereen kan dat zelf beslissen. Euthanasie kan ook mooi zijn en kloppen, maar aan de wet kleven wel wat ethische uitdagingen.”

**Met welk gevoel hoopt u dat de lezer uw boek na lezing dichtslaat?**

„Het belangrijkste is hoop, moed en vertrouwen. Wat ik terugkrijg van mensen is dat ze de verhalen herkennen en dat er troost vanuit gaat. Ik denk dat lezers ook iets kunnen opsteken van al die manieren waarop het sterven kan verlopen. Wellichtervaar je dan incontinentie niet als mensonwaardig, maar als iets wat hoort bij het grote loslaten.”