

INHOUD

Voorwoord 8

Bert Keizer, ex-verpleeghuisarts en filosoof	11
Mirjam Willemsen, huisarts	19
Koen Haegens, journalist	27
Saïda Aoulad Baktit, geestelijk verzorger	35
Niels Roelen, Uruzgan-veteraan en schrijver	43
Gea Arentsen, psychosociaal medewerker hospice	51
Ko Colijn, oud-Clingendael-directeur	59
Babs Bakels, kunstenaar	67
Jaap Voigt, levenscoach	75
Margrite Kalverboer, Kinderombudsvrouw	83
Dirk De Wachter, psychiater	91
Krina Huisman, literatuurwetenschapper	99
Carlo Leget, hoogleraar zorgethiek	107
Caroline Ligthart, kinderboekenschrijver	115
Barend Post, advocaat	123
Gimena Blindeling-Eliza, rouwcoach	131
Chris Houtman, oud-theater- en televisiemaker, schrijver	139
Trodesa Barton, ex-manager en coach	147
Pim van Lommel, ex-cardioloog	155

Andrea Maier, internist en gerontoloog	163
Hilarius Hofstede, kunstenaar	171
Ineke Visser, levenseinde-expert	179
Michiel van de Stadt, consultant	187
Léonie van der Maesen, milieuexpert en actievoerder	195
Udo Reijnders, forensisch arts	203
Nezz Ozbicer, coach	211
Bart Nootboom, econoom en filosoof	219
Irène Bakker, zenleraar	227
Hans Vesseur, architect	235
Lili Jung, psycholoog	243
Jan Mulock Houwer, geoloog	251
Marli Huijter, filosoof	259
Mehdi Jiwa, patholoog-anatoom	267
Estel Schrieks-de Boorder, ex-KLM-stewardess	275
Rob de Leeuw, psycholoog	283
Liesbeth van Breemen, coach	291
Gerard van Wijk, yogafilosoof	299
Marianne van Praag, rabbijn	307
Kees Schuyt, emeritus-hoogleraar sociologie	315
Machteld Stakelbeek, psycholoog	323
Manu Keirse, expert sterven en rouw	331
Nawoord: Leven in het licht van sterfelijkheid	339
Dankwoord	360

VOORWOORD

Dit boek is bovenal een poging het leven te bezien in het licht van onze sterfelijkheid. Onze natuurlijke, begrijpelijke neiging is die niet onder ogen te willen komen. Zelf heb ik me daar lang aan overgegeven, tot mijn hartstilstand in 2017 dat min of meer onmogelijk maakte. Die ‘even dood’-ervaring resulteerde in interviews die tot doel hadden de grip op mijn bestaan terug te krijgen. De dood kwam ruimschoots aan bod in mijn interviewseries, die in *De zin van het leven* (2019) en *Een zinvol leven* (2021) werden gebundeld. Toch wist ik daarna nog altijd niet goed raad met hem. Niet dat ik vervuld was van doodsangst of een permanent sterfelijkheidsbesef, gelukkig niet, maar minder dan voorheen lukte het me om me tot hem te verhouden. Vooral zijn onbevattelijkheid bleef aan me knagen.

Dat leidde tot de overtuiging dat ik de dood nog meer onder ogen moest komen dan ik al had gedaan. Dit boek, dat mijn in *de Volkskrant* verschenen interviewserie ‘Sterveling’ bevat, is het resultaat. Het gaat in op vragen als: wat betekent onze sterfelijkheid voor ons leven? Hoe kunnen we dat leven leiden, wetend dat we doodgaan? Welke invloed heeft ons sterfelijkheidsbesef op de keuzes die we maken?

Zoekend naar antwoorden heb ik gesprekspartners gevon-

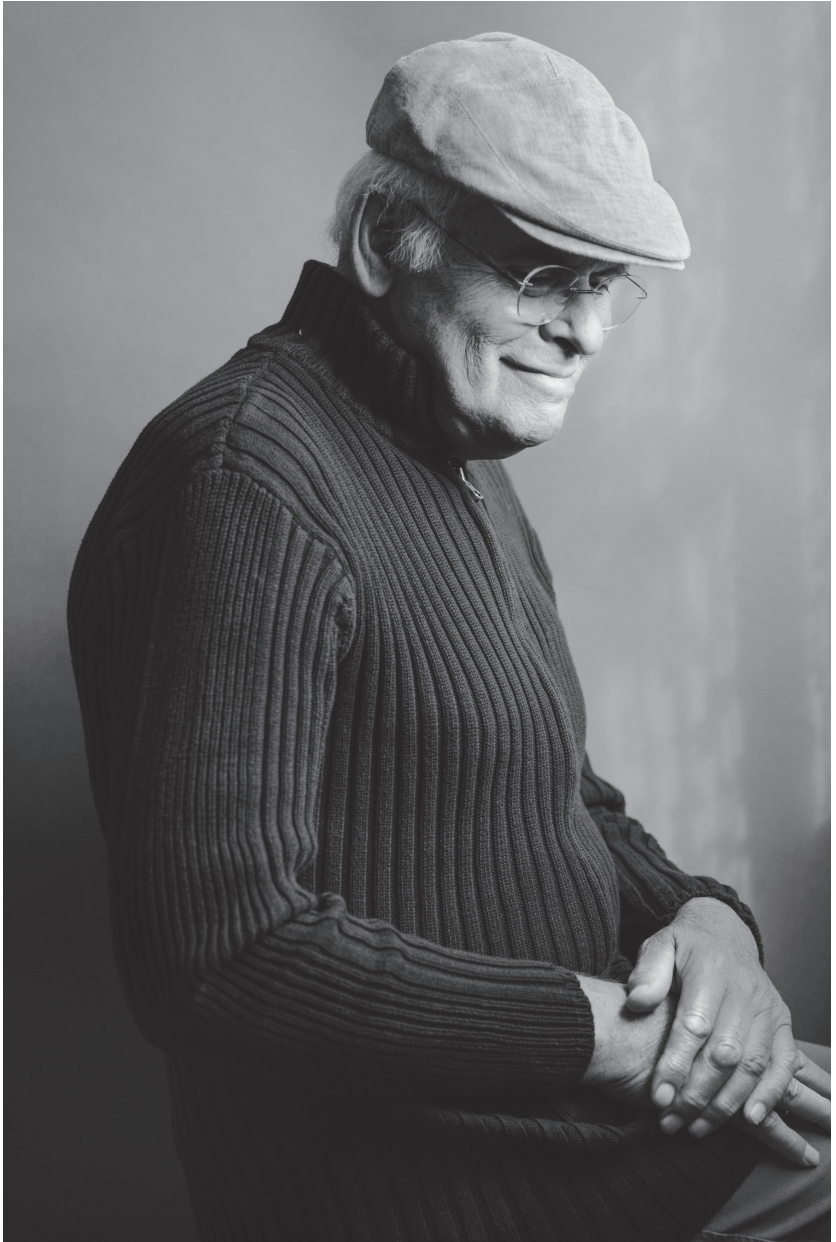
den onder degenen die de dood niet meer kunnen of willen vermijden. Mensen die op enig moment direct met hem te maken hebben gekregen, net als ik; anderen bij wie hij onderdeel van hun professionele leven is geworden; en ten slotte mensen met een sterk verkorte tijdshorizon, die hem door ziekte rechtstreeks in de ogen kijken.

Geregeld heb ik de vraag gekregen of deze aanpak niet te zwaar voor me is – de onderliggende suggestie was dat het beter of gezonder zou zijn het onderwerp geheel te mijden. Dat illustreert voor mij nog eens onze aanrang tot verdringing, zodra de dood in beeld komt. Het gevolg van die impuls, zo bleek uit de gesprekken, zijn pijnlijke momenten voor zowel stervenden als rouwenden.

In mijn ontmoetingen ervoer ik juist hoe zinvol het is het gesprek over de dood wel aan te gaan. Geregeld kwam het tot momenten waarop een diep, emotioneel contact mogelijk bleek. Soms overviel me na afloop verdriet over het lot van de ander. Vaker was ik ontroerd door de openheid en de waardering voor het gevoerde gesprek. Altijd bleek dat de moeite waard.

Zwaar werd deze interviewreeks aan het slot, toen ik mijn inzichten onder woorden probeerde te brengen. Ik wilde mijn verhouding tot de dood zo persoonlijk mogelijk maken. Dat leidde tot veel vluchtgedrag tijdens het schrijfproces, waarvan ik de dood de schuld geef. Hem lang en intens in de ogen kijken is maar beperkt mogelijk, zo bleek me. Probeer het en de aanrang hem uit je gedachten te bannen neemt sterk toe. Ik vermoed dan ook dat het schipperen blijft in mijn verhouding tot de dood. Mijn hoop is wel dat dit boek het toch wat gemakkelijker maakt, zowel voor mezelf als voor mijn lezers.

Amsterdam, juli 2023



Bert Keizer, ex-verpleeghuisarts en filosoof

Om hem ‘mister Dood’ te noemen gaat wellicht wat ver, maar slechts weinig Nederlanders zullen zich intensiever met de sterfelijkheid van de mens hebben beziggehouden. Als arts in een verpleeghuis is de dood decennialang zijn dagelijkse praktijk. Daarnaast heeft Bert Keizer, ook nog geschoold als filosoof, een flink oeuvre erover bij elkaar geschreven. Met een mengeling van verwondering, doorgaans ingehouden woede, spot, maar bovenal betrokkenheid beschouwt hij wat hij over het stervensproces en de dood aantreft in de zorgpraktijk, de filosofie en de literatuur.

Dat oeuvre begint met *Het refrein is Hein*, de bestseller uit 1994 waarvoor hij met moeite een uitgever weet te vinden. In dat boek werpt hij een tot dan toe onbekend licht op hoe er in Nederland wordt gestorven. Veelzeggende titels als *Tumult bij de uitgang* (2013) en *Vroeger waren we onsterfelijk* (2016) volgen. De laatste loot aan deze nog dikkere stam is *Reis om de dood* (2019), waarin hij ‘van as tot ziel’ zijn omvangrijke kennis over zijn onderwerp deelt. ‘Mijn volgende boek mocht van mijn vrouw niet meer over de dood gaan,’ zegt hij lachend.

Psychiaters die suggereren dat zijn fascinatie valt te zien als compenseren voor het ‘slechte sterfbed’ van zijn moeder

waar de elfjarige Bert in 1959 mee te maken kreeg, kunnen op zijn schouderophalen rekenen: ‘Dan gaat er bij mij geen lampje branden.’ Als jongste in een katholiek gezin van zes beleeft hij haar overlijden ‘niet als de aardbeving die je zou verwachten’. Een oudere zus neemt haar taken over, de warmte verdwijnt niet: ‘Wat hoor je van je ouders te leren? Liefde krijgen en liefde geven. Nou, dat heb ik wel geleerd.’

Wat hem in dit Amersfoortse middenstandsmilieu ook wordt bijgebracht: ‘Denk niet dat je zomaar alles kan.’ Dus wordt het de hbs, niet het gymnasium: ‘Omdat dat tot de universiteit zou leiden. Dat je met hbs ook naar de universiteit kon, wist mijn vader niet, haha. Zo grappig.’

Op een studie filosofie in Engeland volgt medicijnen in Amsterdam (‘ik zag mezelf niet mijn hele leven Wittgenstein uitleggen’). Al tijdens zijn coschappen knapt hij af op de omgang van de geneeskunde met de dood: ‘Het is het vak dat het meest ermee heeft te maken, maar het minst erover wil horen. Dat is toch krankzinnig?’ Dus wordt het verpleeghuis zijn werkdomein, tot aan zijn pensionering. Tegenwoordig helpt de vierenzeventigjarige Keizer via het Expertisecentrum Euthanasie mensen ‘draaglijk te sterven’. In de afgelopen jaren verloor hij diverse familieleden waardoor de sterfelijkheid ook achter zijn voordeur terecht is gekomen.

Wat is in uw jeugd vormend geweest?

‘Mijn leraar Nederlands, Koos Jansen, was belangrijk, want hij leerde mij boeken lezen. Een bijzondere man, hij vertelde over zichzelf voor de klas, Caballero’s rokend. Stamelend had hij het over de dood van zijn kind en vroeg zich hardop af: waarom heb je het mij gegeven, als je het weer bij me wegpakt? Hij vond dat zo erg, wat hem betreft was het uit met God. Nou, als je dat in 1963 op een katholieke school openlijk

durfde te zeggen, ben je bijzonder. Bij mij ging het geloof in die tijd ook de deur uit, met mijn eerste erectie.’

Wat is het verband?

‘Die relatie is een-op-een: als je seksueel wakker wordt, is godsdienst het eerste wat van je afvalt. In mijn geval dan. Het was natuurlijk ook de tijdgeest. The Beatles werden mijn profeten. Ik ging de stroomversnelling van het leven in, de periode tussen je veertiende en je vierentwintigste. Mijn vader was verdrietig dat ik niet meer naar de kerk ging, maar reageerde ook mild. Hij zei: Je blijft toch je hele leven katholiek. Dan werd ik altijd pissig. Ik vond dat hij ongelijk had, maar in bepaalde opzichten is het wel zo. Al vind ik het lastig die aan te wijzen.’

U schrijft geïrriteerd over een begrafenis die met feestelijke muziek eindigt: ‘Iets stoorde me: de volstreckte horizontaliteit. Ik had zo graag een verwijzing gezien naar Boven [...] een of andere kosmische inbedding zou me goed hebben gedaan.’

‘Ja. In dat opzicht blijf ik katholiek. Ik vond het eeuwige leven namelijk een enorm goed idee, snap je? Gewoon prettig. Met hel en verdoemenis heb ik nooit geleefd, maar met het eeuwige leven, een leven na de dood, wel. Dat lijkt me nog altijd ideaal. Het slaat helemaal nergens op, maar toch zou ik het wel willen.

Die hoop op een andere dood dan wat ik nu voor me zie, kan ik niet meer koesteren, maar blijft toch ergens in je zitten. Als ik door Amersfoort rij en zie dat bepaalde huizen zijn gesloopt, denk ik: gatverdamme, waarom doen jullie dat? Op die manier rij ik ook door mijn geest. Hele wijken zijn geruimd die nog wel in mijn hart zitten. Het is alleen nog

nostalgie. Mijn beide kinderen hebben daar vermoedelijk geen last van, want zij hebben die gebouwen nooit gezien.'

Is er iets voor in de plaats gekomen?

'Zeker, de filosofie! Vanaf mijn achttiende. Voor mij draait die om de vraag: wat doen we hier eigenlijk? Ik was nieuwsgierig naar een ander antwoord dan dat van de catechismus: We zijn op aarde om God te dienen en daardoor hier en in het hiernamaals gelukkig te zijn. Quatsch. Maar de vraag staat dan nog wel: Waarom zijn we op aarde? Wat doen we hier in godsnaam? Die vraag kwam des te frisser op me af. Daarom ben ik filosofie gaan studeren. Omdat ik wilde weten: wat is dit voor arrangement?'

Waar bent u op uitgekomen?

'Dat is de verkeerde vraag, zegt de filosoof dan. Maar goed, de eerste filosoof die ik echt begreep was Plato. Dat is niet zo gek, want zijn filosofie is christendom voor de gewone man. Hij heeft het over een ziel die het lichaam verlaat, ik vond dat zo troostend. Het mooie van hem is dat hij dat luchtkasteel later weer ondergraaft. Die ziel is natuurlijk een verzinsel, er is geen elders. Maar dat is lastig voor te stellen, je eigen afwezigheid is onvoorstelbaar. Karel van het Reve probeert dat een keer. Staat hij ergens op een kruispunt en schrijft daarover: Ineens zag ik hoe de wereld eruitziet als ik dood ben. Zo grappig. Maar het is ondoenlijk zo uit je huid te kruipen. Begripsmatig kun je je niet het niets voorstellen.'

'Men kan de zon noch de dood recht in het gelaat zien,' zei La Rochefoucauld.

'Een geweldige uitspraak. Dat maakt het denken over de dood ook zo moeilijk. Denken is dansen met je verstand op

de melodie van de wereld. Maar bij de dood zwijgt het orkest. Waar ik grote moeite mee houd is de vergankelijkheid – het feit dat alles, echt alles voorbijgaat, vind ik onverdraaglijk. Dat is dat katholieke wereldbeeld waarin niets voorbijgaat, wij waren geschreven in Gods hand.’

Valt uw schrijven te zien als troost daarvoor zoeken?

‘Dat vind ik niet zo gek. Die troost vind ik bij denkers en schrijvers, wanneer die op indrukwekkende wijze verwoorden hoezeer we in hetzelfde schuitje zitten. Dat is gedeelde smart. Maar als maatschappij zitten we in een ontkenning over de dood. Als iemand is overleden, zeggen we: Hij heeft rust gevonden. Wat nou rust, die stakker is dood en ligt daar echt niet met het gevoel: hè, hè, overal vanaf. Eeuwige rust, heel lang slapen, zie je hoe raar we bezig zijn met die dood? Ook die notie dat schrijven voor de eeuwigheid zou zijn. Sorry, maar de oppervlaktetemperatuur van deze bol wordt over miljarden jaren vijftienhonderd graden. Shakespeare en tante Annie zijn dan as, net als alle poëzie.’

Over uw werk schrijft u: ‘Er bestaat geen bevredigender ervaring dan een lijdend mens op liefdevolle wijze een draaglijke landing in het graf te bezorgen waarna de omstanders niet onnodig verscheurd hoeven verder te leven.’

Wat is daar zo bevredigend aan?

‘Ah, dan hebben we het over de sterfelijkheid. De dood is de schuld die we moeten betalen. Had je maar niet geboren moeten worden. Je denkt dat je hier voor niks bent binnengekomen, maar geleidelijk merk je dat het anders zit. Van goed sterven komt goed sterven, zoals er van een bruiloft een bruiloft komt. Dus als je gezien hebt hoe het goed kan, word je rustiger over je dood. In ziekenhuizen wordt over het