

# Niets dan tijd

een dialoog over leven en dood

**Judith Zadoks | Nelleke Posthumus Meyjes**

# Er is geen tijd of is er niets dan tijd?

M. Vasalis

© Judith Zadoks & Nelleke Posthumus Meyjes, 2026

Omslagontwerp en foto auteurs: Leah Zadoks, Zeah Studio

Binnenwerk: Bea Oostenenk, Atelier Oost

NUR 320

ISBN 978-94-92649-29-4

[breindok.nl](http://breindok.nl)

De teksten en inhoud van dit boek zijn auteursrechtelijk beschermd. Het is niet toegestaan om (delen van) dit boek te kopiëren, te verspreiden of openbaar te maken zonder voorafgaande toestemming van de auteurs en de uitgever, met uitzondering van korte citaten, mits met bronvermelding (titel en auteurs).

# Inhoud

Proloog	8
Ontmoeting	12
Wat vooraf ging	27
Nu is er leven	50
Tussenruimte	62
Vertrouwen	79
Alle tijd	91
Achtbaan	110
Lijden	126
Bodem	139
Vergankelijkheid	153
Wendingen	167
De verdere zee	179
Epiloog	192

# Proloog

Het laatste jaar van mijn leven is het eerste jaar van onze vriendschap. Een vriendschap voor het leven – die een jaar duurt. Het kan, dat hebben we bewezen, maar het is anders dan een vriendschap die zich jarenlang kan ontwikkelen. Alles moet nu gebeuren, de tijd zit ons op de hielen, het kan niet langzaam. We hebben zoveel te doen en zoveel te bespreken. De ups en downs van een levenslange vriendschap doorlopen wij in een jaar.

Ik leer je kennen als vriendin, schrijver, zanger, moeder, buurtgenoot, hondenbezitter, nierpatiënt, vaste bezoeker van ons eiland, mede-dropliefhebber en ten slotte als ritueel- en uitvaartbegeleider. Je loopt met me op in het derde en waarschijnlijk laatste jaar van mijn ziekzijn. Je kent mij niet anders dan met kanker, als ongeneeslijk ziek en palliatief.

Jou ken ik juist alleen met een nieuwe nier en een niet vanzelfsprekende toekomst. Ik vind je creatief, levendig, grappig en veelzijdig.

We willen allebei volop leven en zo min mogelijk patiënt zijn. Dat gaat niet vanzelf. Daarom willen we begrijpen, doorvoelen en doorzien. Dat is ons grootste raakpunt.

We fileren onszelf, het leven, onze ziekte en de dood. Waar gaat het over, wat is de bedoeling, hoe doe jij het, hoe doe ik het, wat hebben we geleerd, wat willen we nog?

Onze vriendschap is een moment van verdichting in de tijd, op het scherpst van de snede.

Precies een jaar geleden vroeg ik je per app: 'Hoi Nelleke, ik schrijf af en toe wat over het proces waarin we ons bevinden. Misschien vind jij het leuk om die schrijfsels te krijgen, gezien je werk en belangstelling voor het onderwerp.'

'Heel fijn! Ben vereerd,' appte je terug.

Nu zijn we hier.

Judith

Onze vriendschap is een jaar oud. Vandaag blazen we één kaarsje uit. Dit is jaar drie van mijn nieuwe leven. Ik had hiervoor een leven dat eindig was. Toen kreeg ik door een niertransplantatie respijt. En nu leef ik dat respijt, de verlenging.

Ik leef mijn nieuwe tijd. En jij leeft je laatste tijd. Ik ken jou alleen als Judith-die-palliatief-is. Ik weet niet wie je daarvoor was en wat er anders aan jou was. Was je nog vitaler misschien, nog sneller? Ik kan je nu al niet bijhouden.

In een vriendschap van een jaar gaat alles razendsnel. Tenminste bij ons. Van de eerste euforie tot barstjes in het enthousiasme. Die zijn pijnlijk, als je ervan uitgaat dat je elkaar volkomen begrijpt en dan in de mist van onbegrip rondwaadt. Daarna ontstaat er meer rust, een paar gesneuvelde ego's armer, gevolgd door grote haast. Want het is nu of niet.

Liefde is het, hoe dan ook. We horen bij elkaar en bij dit moment, hoewel we allebei vaak niet weten hoe het verder moet met de gigantische klus die we proberen te klaren.

Belangrijker dan dat, veel belangrijker, is dat jij en je vrouw Tilly zijn gaan houden van mijn dochter Serafina, die een beperking heeft en selectief is in het toelaten van mensen. Jullie worden zonder overgang ingelijfd als intimi. Onze honden raken aan elkaar verslingerd. Tilly wordt gek van ons, onze monomanie en ons gekibbel, maar ze houdt zich kranig en zegt 'rotwijf, ik hou van je' tegen me, wat ik opvat als een compliment.

We delen opmerkelijke voorliefdes. Oubollige kampvuurliederen, kinderen die anders zijn, drop, de Wadden, woorden, denken over woorden, boeketjes veldbloemen, samen zingen, veel te moeilijke projecten aangaan, zorgvuldige tafereeltjes, leiding nemen (pffff) en eindeloos van gedachten wisselen.

Het labyrint wordt ons houvast. Is onze rode draad die van Ariadne die de held de weg naar buiten wijst? Of is het de wol waarmee we zo snel mogelijk breien voor hij op is? We hebben

nauwelijks tijd om aan elkaar te wennen, dat doen we onderweg terwijl we bij elkaar binnenvallen, ik altijd te laat, jij altijd te vroeg. We zien elkaars mooiste en lelijkste kant, elkaars zomervakantie, elkaars pyjama, elkaars chemo's en infusen, elkaars kerstdiner, slechte dagen, familieverjaardagen en relatieperikelen en elkaars jeugd. Elkaars tranen en elkaars krachtigste verhalen.

Ik erf woorden van je en ontleen belangrijke inzichten aan je. Ik erger me aan je en jij aan mij. We begrijpen elkaar goed en soms helemaal niet. We lijken op elkaar en tegelijk geen zier. Praten, doorpraten en nog meer praten helpt. Lieve Judith, wat is een jaar? Niets dan tijd.

Nelleke

# Ontmoeting

## Nu nog niet

Op een mooie lentedag ga ik voor het eerst naar een repetitie van de Bedside Singers. Een langgekoesterde wens, ook door mijn ervaring met zang aan mijn eigen ziekenhuisbed.

Bedside Singers zingen aan het sterfbed, voor de ziel op reis, zoals de slogan luidt.

In het parochiehuis waar we repeteren, komt een groep van tien mensen samen, merendeels vrouwen. We beginnen staand met oefeningen, onder jouw leiding. Ik vind je meteen een leuk mens, scherp en met humor. En een prachtige stem. Veel oefeningen ken ik al van mijn andere koren. Goed aarden, je eigen ruimte innemen, afstemmen op elkaar. Ik voel me als een vis in het water en vertrouw op jouw leiding. Dat heb ik nodig, want ik ben kwetsbaar tegenwoordig.

Zes dagen geleden zaten we in een kamertje op de spoedeisende hulp. Na de CT-scan moesten we lang wachten, naar later bleek omdat er een gynaecoloog opgepiept moest worden om ons de uitslag te vertellen. En die was niet goed. Maar dat weten de Bedside Singers niet. Ik heb helemaal geen zin om hier te vertellen dat ik palliatief ben. Dit is de enige plek in mijn leven waar ze het nog niet weten en waar ik kan doen alsof alles gewoon is.

Na een paar maanden vraag ik me af of ik het toch niet moet vertellen. Dit zingen is niet zomaar zingen. Je bent samen in een intieme situatie, aan het bed van iemand die binnenkort zal sterven. Ik vraag jou om advies. Als uitvaartbegeleider kun je hier wel mee omgaan, lijkt me. Je luistert rustig en antwoordt bevestigend.

Een week later vertel ik de groep over mijn ziekte. Gelukkig reageren ze goed. Ik blijf gewoon een koorlid, de ziekte mag weer naar de zijlijn.

Een tijd later zing ik voor het eerst in het hospice, samen met jou en twee anderen. Hoe zal het zijn om te zingen voor iemand die niet lang meer zal leven? Ik ben benieuwd naar het hospice, ik vraag me af of ik daar zelf zou willen eindigen. We zingen voor een man in bed, een vrouw aan zijn zijde. Als ik naast jou op mijn krukje zit en mijn partij zing, jouw aanwijzingen volg, goed afstem op de anderen, dan ben ik een Bedside Singer. Niets meer en niets minder. Ik ben trots en blij dat ik voor deze mensen kan zingen. Het heeft betekenis. Als ik later naar huis fiets, weet ik ook dat het hospice een prima plek is. Maar nu nog niet.

## Verdieping

Voordat onze vriendschap begint, kom je bij ons koortje zingen. Je bent rustig en hebt een prettige, bescheiden stem, opvallend laag voor een vrouw, zo laag dat je met gemak tenor zingt. Je vertelt me in de pauze dat je in een van de nieuwe huizen op het land aan de rand van de weilanden woont, met in het andere huis twee vriendinnen. Ik ken dat land, iedereen in onze stad kent het. De oude boerderij met de grote schuur en de enorme treurwilg erachter. Iedereen wilde dat wel kopen toen het beschikbaar kwam. Ik had ideeën voor een logeershuis, een vriendin wilde een camping beginnen. Zo wandelden wij, jullie nieuwe stadsgenoten, met afgunstige argusogen langs jullie huizen in aanbouw.

Na afloop van een andere repetitie kom je naar me toe. Je ziet er wat streng uit. O jee, daar zul je het hebben, je vindt vast iets niet goed.

‘Mag ik je iets vragen?’

Ik zet me schrap. Maar ook weer niet te, open houding, vriendelijk kijken. ‘Ja natuurlijk.’

‘Ik heb nog een jaar te leven, misschien langer. Denk je dat ik dat aan de groep moet vertellen?’

Ik staar je aan, geloof ik. Ik zie een vitaal mens, kleiner dan ik. Rechtop, stevig op de benen. Zeer heldere ogen achter een bril. Kort grijs haar. Fier en levenslustig.

‘Dit zag ik even niet aankomen.’

‘Nee, dat hoor ik vaker,’ zeg je opgewekt. ‘Ik wilde het eigenlijk voor me houden. Maar met het soort oefeningen dat je doet en hoe ze raken, dacht ik: misschien wil ik het toch wel vertellen.

Wat denk jij?’

De groep reageert tijdens de volgende repetitie opvallend sereen op het nieuws, geen drama, geen ontkenning, geen geschokt ge-

doe, gewoon ontvangen wat zich aandient. Ineens is ons samen-  
zijn door jou verdiept.

Jouw leven en dood raakt onze levens en onze dood. Onze zang  
nabij de dood krijgt, door jouw openheid, bodem.

*Zo onderscheid ik geluk van verdriet,  
De twee elementen die mijn lied vormen,  
En jullie lied dat eenzelfde lied is  
En het lied van allen, dat mijn eigen lied is.*

Violeta Parra, Gracias a la vida

Een paar maanden later zitten we aan een sterfbed. Jij zit links  
van me, aan mijn rechterhand twee sopranen. De meneer in bed  
klapt na elk liedje, ondanks zijn zuurstofslangen en zijn zwakte.  
De vrouw naast zijn bed, die zijn zus blijkt te zijn, is in tranen.  
Ik vind het spannend dat jij naast me zit. Hoe zit je daar? Zie je  
jezelf daar liggen? Of denk je daar niet aan?  
Als ik vanuit mijn ooghoek naar je gluur, zie ik niets bijzonders.  
Je zingt gewoon. Wat zou je meemaken? En zou daarover te  
praten zijn?  
Zo heb ik nog wel honderd vragen. Maar wat zijn voor jou de  
juiste vragen en wat niet?

## Ooievaars en bevers

Sinds we hier wonen maken we de seizoenen van dicht-  
bij mee. In het voorjaar zijn de ooievaars er weer. Ze zoeken  
voedsel in het weiland, ze baltsen boven op de oude wilg en  
ze vliegen met takken in hun snavel naar hun nest. Vanuit ons  
huis zien we ze goed, net als de buizerd die in de kastanje-  
boom verderop huist en de groene en bonte spechten die  
langskomen in onze tuin.

De enorme wilg staat hier al meer dan vijftig jaar. We hebben  
er een paar forse takken af laten halen omdat hij topzwaar  
werd. Hij is nog steeds imposant. Ook na het knotten was  
hij prachtig, net een beeld van Zadkine. Algauw groeiden er  
weer volop takken aan de kale boom, de lange twijgen wie-  
gend en ruisend in de wind. Onze vrolijke treurwilg.  
Wat er ook gebeurt, de cyclus van de natuur gaat gewoon  
door. En er gebeurt wel wat. Een bezoek aan de oncoloog  
en de daaropvolgende CT-scan wijzen uit dat de kanker  
toeneemt. De volgende ronde chemotherapie is in zicht,  
de derde ronde in het derde kankerjaar. Waarom vallen die  
maanden toch elk jaar in het voorjaar en de zomer? Dan wil ik  
eropuit en heb ik helemaal geen tijd voor ziekzijn en zieken-  
huisgedoe. Maar de cyclus van de kanker is onverbidde-  
lijk.

Elke ochtend lopen Tilly en ik samen met boxer Ebby de vaste  
ronde over het Klompenpad en het paadje naast de geiten-  
boer, door de uiterwaarden en langs de rivier, terug door een  
woonwijk en het park. Het verveelt nooit, lucht en licht zijn  
elke keer anders. De bomen zijn al groen en het ruikt naar  
lente. Jonge eendjes dobberen in de sloten. De bevers heb-  
ben weer takken afgeknaagd voor hun burcht aan het water.  
Het voltrekt zich allemaal vanzelf. Judith Herzberg beschreef  
het treffend: 'Groei, wat zullen we met je doen? Het beste is

misschien niet mee bemoeien.'

We praten over alles. De onzekerheid over hoe het verder gaat, het chagrijn over de aanstaande behandeling en de verstoorde planning, het vertrouwen vanuit overgave aan wat is, de angst voor wat komen gaat. We weten het inmiddels: gevoelens gaan alle kanten op en net als je denkt dat er rust is, roert zich weer van alles. De kunst is om er niet al te zeer in mee te gaan, er niet op door te denken of te praten, niet te veel te reageren op wat de ander zegt en dat zeker niet weg te redeneren. Alles mag achterblijven in het landschap, de uiterwaarden met uitzicht op de rivier. We leren dat steeds beter. Zo raak ik weer verbonden met mezelf, want vaak loop ik achter alles aan en ben ik er nog niet helemaal bij. Voor Tilly geldt hetzelfde. Weer in contact met onszelf, zijn we ook weer in verbinding met elkaar.

We denken en voelen verschillende dingen, ik als zieke, Tilly als partner. We zitten wel in hetzelfde schuitje, op woeste baren. Dat bootje besturen we samen. Alhoewel, sturen? Er valt weinig te sturen, we zijn hier beland, ongewild, ongevraagd. De golven gaan alle kanten op en we kunnen weinig anders dan loslaten en ons overgeven. We kunnen wel kiezen hoe we dat doen. We kunnen ineengekrompen op de bodem gaan liggen. Of we kijken om ons heen, veren mee met de bewegingen en misschien zelfs anticiperen op wat komen gaat. Alleen en samen. Ontspannen en alert. Veerkrachtig. Adem in. Adem uit.

M. Vasalis eindigt haar gedicht 'Onweer in het moeras' met een prachtige zin: 'Ik heb het angstig ondergaan, ik kwam er sterk en nieuw vandaan.' Ook ziekte kun je niet anders dan ondergaan. Het overkomt je, onverwacht. Wat doe je als het losbarst? Blijf je staan en voel je wat er te voelen valt in al z'n heftigheid, of loop je ervan weg? Vechten, negeren of

dissociëren? Vertrouw je erop dat je het kunt dragen, ook als je doodsbang bent en het niet wilt?

Alles wat je weg wilt hebben komt drie keer zo hard terug. Als je iets niet als realiteit accepteert, dan beland je in een gevecht. Ik wil mijn energie niet aan een gevecht besteden; ik wil volop leven met alles wat zich aandient. Want nu is er leven.