

Rob Bruntink

Waardig sterven

Ik stel me voor dat ik hartstikke waardig ben gestorven, maar dat ik dan na die fantastische glijvlucht of dat intens-zelfgekozen levenseinde in een luier op de koeltafel in het mortuarium lig.

Tja.

Ik heb er geen ervaring mee, maar het moet toch iets zijn als: geweldige seks hebben gehad, maar je vervolgens realiseren dat dát niet met je partner was. Ai, hoe leg ik dat thuis uit?

Gevalletje 'bummer'.

Sjiekdefriemel

Waarom praten sommige groeperingen in de maatschappij dan zo graag over waardigheid? Ik snap dat niet zo goed. Ik probeer me in te leven, en kom tot drie redenen.

Door te praten over waardigheid kom je heel intellectueel over. Want waardigheid, daar kun je nogal wisselend over denken. Het is een vaag begrip, dus je kunt er eindeloos over kletsen. Wat u waardig vindt, hoeft ik helemaal niet waardig te vinden. Ik heb mensen in het hospice of in eigen huis zien sterven waarvan ik dacht: "Tjonge, onwaardig zeg." Dat kan aan pijn of andere symptomen liggen waaronder zij gebukt gingen, maar evengoed aan omgevingsfactoren: een saaie huiskamer waarin flink gerookt werd ook al lag de patiënt er aan longkanker te sterven, of aan naasten die de inboedel alvast aan het verdelen waren terwijl de aanstaande veroorzaker van die nalatenschap nog rechtop in zijn bed zat. Ondertussen hadden de patiënten zelf ogenschijnlijk helemaal geen last van dat 'onwaardige sterven'.

Door te praten over waardigheid kom je ook heel zelfstandig, ja zelfs erudiet en nou vooruit, waardig over. Kijk, het gewone sterven laat je over aan de plebs, maar jij, ja jij, jij bent voor waardig sterven. Eerlijk gezegd heb ik nog nooit iemand horen zeggen dat-ie tégen waardig sterven is, maar goed, daar zullen we maar niet op ingaan.

Het probleem met waardigheid is dat je het niet kunt afdwingen. Als mensen zeggen "Ik wil waardig sterven", dan denk ik: dat kún je helemaal niet willen. Nou vooruit, je kunt het jezelf toewensen, maar of mijn sterfbed waardig is of niet, bepalen voor een belangrijk deel mijn partner, mijn kinderen, mijn burens, mijn omgeving.

Ik heb weleens gedacht: "Ik ga waardig een kopje thee drinken". Dan hield ik bij voorbeeld dat pinkje keurig in de lucht als ik een slokje nam, maar nee, dat vond niet iedereen wáárdig: de één vond dat potsierlijk, de ander stijlvol en weer een ander noemde het 'sjiekdefriemel'. Je zou maar 'sjiekdefriemel' sterven... Ik wil maar zeggen: waardig is een waardeoordeel van de mensen die achterblijven. Als het oordeel geveld is, ben je er niet meer bij.

Frits de Lange, hoogleraar Ethiek aan de Protestantse Theologische Universiteit in Kampen werkt dat onder andere uit in zijn boek *Waardigheid - voor wie oud wil worden* (SWP Amsterdam, ISBN: 978 90 8850 109 8). Hij komt daarin tot de conclusie 'dat menselijke waardigheid geen eigenschap is van een individuele persoon of een persoonlijk gedragskenmerk, maar een sociale erkenningspraktijk.' En zo is het maar net.

Door te praten over waardigheid lukt het misschien je angst voor de dood te onderdrukken of zelfs de dood te ontkennen. Kan een heel zinvolle afleidingsmanoeuvre zijn, maar ik vind het ook 'een beetje dom', om maar even een waardige collega-burger als Máxima te quoten. Want: gedoemd te mislukken, zo'n poging. Praten over waardig sterven is een bezweringstechniek die niet werkt. Het is een activiteit waarbij je voortdurend de kop in het zand steekt. Precies de plek waar een groot deel van de mensen ook komt te liggen, maar zo praktisch bedoel ik het nu even niet. Ik doel nu even op waar ik mee begon. Wat heb je aan al die waardigheid als je weet dat er daarna allerlei dingen met je gebeuren die allesbehalve waardig te noemen zijn? Dan is er toch geen lol meer aan? Kun je niet beter je tijd besteden aan 'face the facts', en daarin berusting vinden?

Ik denk aan mijn mond die dichtgenaaid wordt, aan mijn neus en keel die dichtgepropt worden met fluff-strookjes, die luier die ik omkrijg... En stel dat ik voor thanatopraxie kies, omdat ik zonodig nog wat langer –en nog steeds waardig uiteraard– op deze aarde wil vertoeven, zodat mijn geliefden geen 5 maar 7 dagen afscheid van me kunnen nemen. Ik krijg sneeën in mijn borst omdat via die plekken alle bloed uit mij wordt weggehaald, zodat de formaldehyde erin kan. Er wordt met een flinke, dikke naald van wel zo'n halve meter lang een gat in mijn buik gemaakt, en daarmee worden allerlei sappen weggezogen.

Mjammie.

Waardig sterven... Het is zoiets als een milieuvriendelijke auto. Het begrip klopt niet. Dus laten we er maar over ophouden.

Waar is de waardigheid?

Onlangs publiceerde Pallium over het onderzoeksverslag 'Op de Grens van Leven en Dood. Ervaringen van vrijwilligers in twee hospices.'¹ In het onderzoek staan twee vragen centraal: waaraan voldoet volgens hospicevrijwilligers 'een goede dood' en welke effecten heeft het hospicewerk op het persoonlijke leven van die vrijwilliger? Voor Het Besluit zoomen we even in op die eerste vraag. Voor het onderzoek spraken de auteurs van het onderzoeksverslag overigens met vrijwilligers van twee verschillende hospices (van het Bijna-Thuis-Huis in Zoetermeer en van het Jacobshospice in Den Haag): 33 vrouwen en 7 mannen, waarvan de gemiddelde leeftijd 60-69 jaar was. De hoogst genoten opleiding was bij ongeveer de helft HBO, bij de rest vooral MBO en universiteit. Bijna de helft gaf op geen religie aan te hangen; 20 procent noemde zich protestant, 25% katholiek. De auteurs hielden semi-gestructureerde interviews met betrokken vrijwilligers. Daarnaast verbleven zij de nodige tijd in de hospicevoorzieningen (participerende observatie).

Wat vrijwilligers een goede dood vinden blijkt uit de volgende top vijf. De volgende kenmerken werden daaraan toegeschreven:

1. vredigheid / acceptatie (75 procent)
2. het leven kunnen loslaten (40 procent)
3. pijnvrij zijn (37,5 procent)
4. wat belangrijk is voor een goede dood verschilt per individu (32,5 procent)
5. het afgerond hebben van onafgemaakte zaken (30 procent)

Er werd ook gevraagd wat zij belangrijk vinden in de laatste levensfase (waarmee de

¹ Verslag in Pallium 3/2012: Ilona de Ruyter en Marianne Lageweg. *Op de Grens van Leven en Dood: ervaringen van vrijwilligers in twee hospices*. Binnenlands Leeronderzoek. Culturele Antropologie, Universiteit Leiden

weken/maanden vóór de dood werden bedoeld). Ook hier weer een top vijf:

1. het verschilt per individu wat in de laatste levensfase belangrijk is (50 procent)
2. vredigheid / acceptatie (47,5 procent)
3. het afronden van onafgemaakte zaken (40 procent)
4. comfort (32,5 procent)
5. pijnvrij zijn (32,5 procent)

Deze resultaten vond ik intrigerend. Allereerst omdat de genoemde eigenschappen van een goede dood niet zoveel verschilden van wat de onderzoekers in de (internationale) literatuur hadden gevonden. Bestaat er dan een vrij universeel beeld van wat 'een goede dood' wordt genoemd? Dat vond ik verbazingwekkend, omdat ik er vanuit ging dat er in de wereld zoveel verschillen in levensomstandigheden, familieverhoudingen, culturele achtergronden, samenlevingen et cetera zijn, dat dat wel zijn weerslag zou hebben op de meningen over een goede dood. Dat lijkt dus maar in beperkte mate het geval te zijn. Er is namelijk een vergelijking gemaakt met de resultaten van Amerikaanse, Chinese en Japanse onderzoeken naar een goede dood (respectievelijk onder een groep longkankerpatiënten, Chinezen in Hong Kong en burgers). Aspecten die in die buitenlandse onderzoeken wel, maar in het vrijwilligersonderzoek niet in de top vijf van eigenschappen worden genoemd zijn: waardigheid, sterven tijdens het slapen en het gevoel hebben een ander niet tot last te zijn.

Daaruit rolt het tweede aspect dat ik intrigerend vind aan het Nederlandse vrijwilligersonderzoek: waarom wordt 'waardigheid' niet in de top vijf genoemd? Zijn de vrijwilligers niet 'besmet' met de waardigheidsdiscussie die in Nederland nogal nadrukkelijk wordt gevoerd? Is het geen item voor bewoners van hospices en hun naasten? Heeft het te maken met het feit dat 'waardig sterven' zo nadrukkelijk wordt geassocieerd met het zelfgekozen levenseinde, en dat dit in hospices nauwelijks voorkomt? Of zit die waardigheid er wel in, maar is die verknipt in kenmerken als pijnvrij en comfortabel?

Vragen. Vragen. Vragen.

Wie een antwoord weet, mag het zeggen.

–

Frank Vandendries

Overwegingen bij 'Waardig sterven'

In het eerste deel van zijn bijdrage aan dit Besluit staat Bruntink stil bij de vermeende waarde van het begrip 'waardigheid'. Waardig voor wie en waar. Waardig voor de stervende, waardig voor de gestorvene vanuit het perspectief van de nog niet gestorvene, en vanuit dat van de naaststaanden, de nabestaanden (en de uitvaartverzorger, mortuariummedewerker, de priester, de humanistisch voorganger, etc.!) – en dan is er ook de plek waar gestorven wordt, waar het afscheid plaats vindt. Het gaat om een kwaliteitsbeleving die voor eenieder verschillend ervaren zal worden. Waardig sterven: bijvoorbeeld met opgeheven hoofd (als dat nog gaat...), kijk mij eens waardig zelf beschikken. Echter, zoveel (omgevings)factoren spelen een rol bij sterven *an sich* dat waardigheid wellicht een kwalificatie is die het beste pas achteraf gegeven kan worden – en dan nog kan met dat begrip flink gestoeid worden. En dat is dan eigenlijk ook de conclusie die Bruntink maakt: het plakken van het etiket 'waardigheid' kan pas geschieden als het gehele afscheidproces 'voltooid' is – en dan nog is het

gebruik van het begrip zo verhullend voor de morsige en rauwe realiteit dat het eigenlijk een doekje voor het bloeden is...

De vraag die bij mij opkomt: is van waardigheid slechts sprake als omvattend eindoordeel of kunnen onderdelen van het proces toch als zodanig helder omschreven en benoemd worden? In de eerste regel van zijn verhaal legt Bruntink de stervende en gestorvene op één niveau, binnen één blikveld, terwijl m.i. iemand vanuit het nog levend-zijn perspectief waardig kan gaan sterven (zacht, pijnloos, naasten erbij; als dat tenminste criteria voor iemand zijn) en het (daar ga ik voor het gemak maar even vanuit) zonder-bewust-er-van-te-zijn verblijf in het mortuarium juist klemmende waardigheidsvragen oproept vanuit *een geheel andere categorie*. Zo'n andere categorie betreft ook het cluster van afscheidsrituelen, door en voor de nabestaanden. Dus ook onderscheidend is: *wie* spreekt over waardigheid, *over* welke situatie wordt dan gesproken en *hoe* wordt dat beargumenteerd.

In discussies rondom het levenseinde wordt gegrossierd in gemeenplaatsen en wordt verondersteld dat daar steeds maar hetzelfde mee bedoeld wordt. Dat geldt voor 'voltooid leven', dat geldt voor 'waardig sterven'. Bruntink prikkelt de lezer door de ogenshijnlijke eenduidigheid op de snijtafel te leggen. En inderdaad, dat roept alleen maar meer vragen op.

In het tweede deel staat Rob Bruntink stil bij een aantal onderzoeksresultaten waaruit duidelijk mag worden wat in hospice werkende vrijwilligers onder 'een goede dood' verstaan; vrijwilligers, niet de stervenden – ook hier weer is van belang *wiens* perspectief beschouwd wordt. En natuurlijk, die vrijwilligers hebben de stervenden voldoende geobserveerd, zo neem ik aan, en in de waardering zal ook het welbevinden van de stervenden meegenomen zijn – niettemin, het blijven relatieve 'buitenstaanders'. Worden echter internationale onderzoeken meegenomen, dan blijken er duidelijke overeenkomsten te zijn tussen geïnterviewde personen met diverse achtergronden. Elders in dit Besluit betoogt Ton Vink dat 'waardig' en 'goed' sterven toch voor alles afhangt van wat het betreffende individu daar onder verstaat. Ook hij presenteert een 'top' waarbij hij eigen keuze en zelfbeschikking in het centrum van de begripsbepaling plaatst.

–

Rob Bruntink

Slotreactie

Terecht vraagt Frank Vandendries zich af of onderdelen van het hele proces –sterven, dood gaan, dood zijn– waardig kunnen zijn terwijl het eindoordeel van het geheel onwaardig zou kunnen worden genoemd. Ik denk inderdaad dat dat kan. Net zoals het leven zinvol zou kunnen worden genoemd, kunnen onderdelen daarvan zinloos zijn. Andersom geldt trouwens ook.

Evengoed blijf ik denken: waarom zou je je zo met dat waardige sterven bezig houden? Is dat dan ter creatieve/intellectuele opvulling van je leven of zit er waarde in voorbij die momenten, en brengt het je verder? Maakt dat het sterven, het afscheid nemen van je leven en iedereen die daarin een rol heeft gespeeld, makkelijker? Pas als dat ermee bereikt zou worden, of daar op zijn minst naar gestreefd zou worden, zou ik er enige zin aan kunnen ontleen. Anders blijft het iets teveel spelerei voor mij. Niet dat daar geen zin aan zou kunnen worden ontleend, maar goed, als je naar die zin streeft,

kun je net zo goed naar een voetbalwedstrijd kijken.

—

Gepubliceerd in: Het Besluit 74 (periodiek Stichting de Einder)

© Frank Vandendries, juni 2012