

Ik ging dood, sindsdien ben ik herboren
Wouter Fimmers

*Naar aanleiding van Hume en Keizer balanceren op de gedachten:
't is niet dat ik niet wil leven, maar het sterven duurt al lang genoeg' en
'laat mij maar sterven, dood ga ik toch'*

Ik las 'Voltooid' van Bert Keizer waarin hij het pleidooi van David Hume (1711-1776) voor het recht op een zelfgekozen dood ('Over zelfdoding', 1777) in het licht plaatst van het hedendaagse debat rond euthanasie. Ik koos ervoor het essay van Keizer te lezen omdat mijn leven wordt gekleurd door de keuze -of het gebrek daaraan- van een voorbeeldfiguur uit mijn jeugd om zelf een einde te maken aan zijn leven. Ook als maker van afscheidsceremonies kwam ik het thema al vaak tegen, zowel op vlak van zelfdoding als op vlak van euthanasie. De dood is een interesse die nog aangewakkerd wordt door mijn depressie enkele jaren geleden waarin ik het eens zo verwoordde: 'Ik ben dood van binnen'. In zekere zin ben ik dus al eens gestorven, maar sindsdien ben ik herboren. Het leven en de dood liggen zo dicht bij elkaar en zijn zo aanwezig in mijn leven dat ik daarover graag nadenk. Het lezen van 'Voltooid' liet me met meer vragen dan antwoorden achter, waardoor ik er dus zelf naar op zoek ga.

Ik laat voor mijn beschouwing zelfdoding achterwege, ik denk hier alleen in functie van euthanasie. Het verschil tussen zelfdoding en euthanasie heeft Keizer duidelijk gemaakt. Al wil ik behalve de omstandigheden toch ook de intentie aanhalen. Voor zelfdoders lijkt wat nog komt niet goed genoeg meer. Voor wie voor euthanasie kiest, lijkt wat geweest is voldoende te zijn. Ik vind in het kader van zelfdoding de term *zelfgekozen* helemaal niet op zijn plaats. Ik volg het idee van Alicja Gescinska die in *Vrijheid en Vaardigheden*¹ stelt dat het idee dat er geen andere uitweg dan zelfdoding meer is, een bewijs is voor een gebrek aan keuze en dus is zelfdoding geen zelfgekozen, vrije daad. Als je maar één optie ziet, kan je niet kiezen. In die zin geef ik Hume dan ook geen gelijk in zijn pleidooi 'Over zelfdoding' voor een zelfgekozen dood. Meer nog: het idee dat dat je met een zelfdoding toch nog op enige manier iets voor de samenleving kan betekenen, namelijk door een voorbeeld te stellen dat, indien het wordt aanvaard, voor ieder mens zijn kansen op geluk in het leven zou bewaren en hem daarbij tegelijkertijd zou vrijwaren van alle gevaren, pijn en ellende, vind ik een dom idee. Als zelfdoding al een voorbeeld is, dan is het een slecht. Een voorbeeld van wanhoop dat nieuwe wanhoop in de hand werkt. Maar om het schimmige van die eenzame dood die de zelfdoding is, met veel nieuwe littekens tot gevolg, te vermijden, moet mogen sterven tot de bespreekbare mogelijkheden behoren, met degelijke begeleiding wel te verstaan. Dat brengt me bij euthanasie.

Het eerste wat bij mij na het lezen van Keizers 'Voltooid' vragen oproept, is de ondertitel van het boek, 'nieuw licht op een zelfgekozen dood'. Is de dood iets waarvoor je kunt kiezen? Want de dood overkomt toch ooit iedereen? De dood is inherent aan het leven. Zonder dood geen leven. Zonder leven geen dood. Iedereen gaat dood, dat is de enige zekerheid die we

¹ Gescinska, A. (2013). *Vrijheid en Vaardigheden (Freedom and Capabilities)*. *Ethiek en Maatschappij*, 15/1, pp. 39-55.

hebben. Daardoor kan je stellen dat een *zelfgekozen dood* een verkeerde term is, want je kan er niet voor kiezen om dood te gaan omdat dat zou willen zeggen dat je er ook voor kan kiezen om niet dood te gaan en dat is nog nooit iemand gelukt. Je kan er natuurlijk in zekere zin wel voor kiezen *wanneer* je doodgaat, in de zin van het proces versnellen. Medisch gezien kan je het proces ook vertragen door medicatie en operaties, maar dat is minder houdbaar, denk ik. Hoewel de vraag hoe lang je het uitstellen van het doodgaan moet proberen vol te houden mag samengaan met de vraag vanaf wanneer we het pogen daartoe mogen onderbreken en er actief op kunnen ingrijpen, beperk ik mij voor dit schrijven ook slechts tot de zoektocht naar wanneer je kan besluiten om sneller dan de natuur voor je in gedachten heeft te willen sterven. Ik vind dat we dan eerst moeten nadenken over wanneer het sterven begint. Want doodgaan lijkt mij gemakkelijk, maar sterven niet.

De vraag is ook of iemand eigenlijk echt dood wil. Euthanasie -zowel als zelfdoding- lijkt toch steeds te gaan over mensen die niet meer verder willen leven op de huidige manier. Een manier die geen toekomst, geen leven meer voor hen inhoudt. De dag dat je daarvan overtuigd bent, is dat misschien de dag waarop je gestorven bent? Of begint het stervensproces dan? En is het dus wel zo dat iemand niet meer wil leven? Zouden ze blijven leven als dat leven anders was? Is de keuze voor euthanasie niet eerder een laatste dingetje in de hardnekkige overtuiging dat we ons leven, en dus ook de dood, helemaal zelf in handen hebben? Maar als we dingen zelf in handen kunnen nemen, moeten we dat dan ook altijd doen?

De titel van het boek, 'Voltooid', is ook een moeilijke term waar een deel van de zoektocht om draait: wat is een voltooid leven? Niemand weet waarom we geboren worden, wel hoe het komt. Eén pleziertje -in het beste geval- voor mama en papa en hop, je ontstaat, waarna je meestal ook geboren wordt. Vanaf dan ben je overgeleverd aan wat je wordt opgedrongen of er zelf van weet te maken. Succes! Geen helpende handleiding, geen vooropgestelde targets. Niets, nada, nul. Je leeft omdat anderen vonden dat je moest leven. Je bestaan dient als doel van dat van een ander. Want we nemen kinderen vanuit het idee dat zij ons leven zullen verrijken of omdat het ons zelfbepaald doel is om mama of papa te worden. Ouders nemen kinderen omdat zij dat -om welke reden dan ook- belangrijk vinden. Daarmee zit je als kind nog goed, je hebt er ook die moeten geboren worden na verkrachting of één hitsige avond. Maar hoe dan ook kan niemand voor jou het levensdoel bepalen, hoe kunnen anderen dan oordelen over de voltooiing daarvan? Als het leven en de kwaliteit van het leven niet meetbaar zijn, waarom willen we dan het sterven voor de dood meten? Wie kent de weg zo goed dat hij kan zeggen dat je de eerste 500 meter sterven moet voltooid hebben om vanaf dan te mogen doodgaan? Nee, laat mij maar doodgaan, als het zover is. 't Is niet dat ik niet wil leven. Maar het sterven duurt al lang genoeg.

Niemand wordt dus vooraf gevraagd of het leven gewenst is. Waarom zou je dan aan iemand moeten vragen om te mogen sterven? Of is het net omdat je niet om het leven vraagt dat je ook niet om de dood mag vragen? Ik vind het opmerkelijk dat hoewel niemand vraagt om geboren te worden, je om dood te mogen gaan wel verantwoording moet afleggen. Waardoor het voor moeders en vaders die het leven ongevraagd doorgaven een soort straf lijkt van de kinderen die ze eventueel moeten zien te overtuigen van hun wens. Maar mag de dood ook een gunst zijn na een volgehouden leven? Zo van: 't is OK, ga maar dood. Voordat een omgeving tot dat moment van loslaten komt, hebben ze op hun beurt misschien moeten

verwoorden waarom ze niet op de euthanasie zitten te wachten. Ze leggen dus de waarde van het leven van de stervende uit. Misschien is dat het interessante van de hele situatie: het gesprek. Het inleven in de dood en de dood samen verwelkomen tijdens het leven.

Maar als dat gesprek gevoerd is en de geesten van hen die samen leefden rijpten naar elkaar toe, is er toch nog inmenging van buitenaf. Tja, dat is bij wet vastgelegd in ons land. In wiens handen leggen we de beslissing om dood te mogen gaan? Wie bepaalt wat en wanneer iets voltooid is? Kan je dat in handen leggen van artsen die, hoe goed ook opgeleid, altijd gekleurd van hun eigen overtuiging zullen oordelen? Je kan geen lijstje met criteria om te mogen doodgaan afvinken. En toch proberen we dat. De voorbeelden van Keizer tonen dat heel duidelijk aan. Maar staan we er ook bij stil dat ellende zo lang kan duren dat het mooie van een leven verdrongen raakt? Waarmee ik ook het mooie van het leven van de mensen rondom de stervende bedoel. Mag het OK zijn iemand die in een langdurige depressie vastzit en zo zijn omgeving meetrekt, te laten gaan? Mag het OK zijn om toe te geven dat de zorg voor ma of pa echt wel heel erg zwaar geworden is en beslag legt op het onderhoud van het eigen leven en gezin? Hoe lang laat je met andere woorden ellende duren, of hoe vroeg stop je daarmee om het mooie van het leven en de tijd die samen doorgebracht werd te kunnen blijven zien?

Het moeilijkste aan euthanasie, denk ik, is euthanasie bij ondraaglijk psychisch lijden, want er is geen onmiddellijk levensgevaar waarbij het doodgaan gewoon wordt versneld. Wat de ernst van het lijden niet minimaliseert, maar waarbij een bepaalde toekomst wel steeds mogelijk blijft. Er volgt misschien nog persoonlijke groei, er ontwikkelt zich misschien nog een nieuwe therapie die toch effectief is, waardoor het leven wel weer een toekomst krijgt. Ongeneeslijk ziek zijn op psychisch vlak klinkt weinig hoopvol met betrekking op wetenschappelijke en persoonlijke vooruitgang. Mag ik alsjeblieft lang sterven? Misschien word ik daarna herboren.

De voltooiing van het leven wordt graag aangehaald om voor het einde van dat leven te mogen kiezen. Maar is het idee van een voltooid leven niet gelijk aan dat van de voorzienigheid? Namelijk dat we leed maar moeten volhouden tot iemand beslist dat het goed geweest is. Vroeger verzonnen we een God. Nu spelen we zelf voor God. En daarbij laten we ook dokters voor God spelen, want zij mogen het laatste oordeel vellen. Het ene verzinsel, God, om te oordelen wanneer het leven lang genoeg duurde, maakte plaats voor het andere, het voltooide leven. Aangezien we nooit zeker weten wat we in het leven te doen hebben, kunnen we nooit zeker weten wanneer het is voltooid. Maar aangezien dat onzekere leven wel van mij is en niet van iemand anders, denk ik dat we het moment van de dood, voor wie geen toekomst meer ziet, aan de stervende moeten overlaten. Dus ook in die situaties die geen onmiddellijk levensgevaar inhouden, maar die er eerder op gericht zijn om aftakeling en bijhorende afhankelijkheid, denk bijvoorbeeld aan dementie, te vermijden. Die wens kan dan vooraf genoteerd worden, waardoor twijfel grotendeels uitgesloten wordt.

Natuurlijk zijn er regels nodig om willekeur tegen te gaan. De keuze om te mogen doodgaan mag gepaard gaan met medische ondersteuning om het dan ook echt netjes te laten verlopen. Terzelfder tijd vraag ik me af of die tussenkomst van artsen niet het idee van een *zelfgekozen* dood in de weg staat. Kan ik ervoor kiezen om op een ligbed in een warm land onder de

sterrenhemel met mijn lief in de ene hand en een cocktail in de andere hand op een dinsdag om 23.56 uur dood te gaan? Ik geloof dat het toch de arts is die zegt wanneer hij kan, voor het medicijn zorgt en het bovendien ook toedient in omstandigheden die voor de uitoefening van zijn ambt belangrijk zijn. Bestaat de zelfgekozen dood na een zogenaamd voltooid leven dus eigenlijk wel? Wat niet wegneemt dat ik denk dat de keuze om sneller dood te willen gaan dan de natuur voor je in gedachten heeft, bespreekbaar en mogelijk moet zijn.

Maar anderzijds is vroegtijdig willen doodgaan misschien ook een probleem omdat de grens van wat we van lijden willen verdragen steeds meer zal opschuiven. Niet alleen zullen er, zoals Keizer schrijft, nieuwe categorieën van mensen die euthanasie willen bijkomen, wij lijken zo bang geworden van de lelijkheid van aftakeling en van leed dat het valt te verwachten dat de tolerantiegrens van lijden steeds lager zal worden. En dat is gevaarlijk, want het leven is toch één lange lijdensweg. Van zodra je geboren bent -en eigenlijk ook al daarvoor- is je leven een lange -of minder lange- reeks van gebeurtenissen waarmee je meestal onverwacht wordt geconfronteerd en die je vaak uit evenwicht brengen. In een constante zoektocht naar evenwicht en geluk is de minste verstoring daarvan een soort lijden. Om dat tegen te gaan, lappen we ons leven vaak op met vullen. Drank vult, overvloedig sporten vult, eten vult, willen weten vult, games vullen, sigaretten vullen, likes op Facebook vullen, applaus vult, seks vult, en ga zo maar door. Zo goed als alles lijkt aangewend te worden om de leegte van het leven te verdringen. Op het moment dat die leegte zich vertoont in de niet te verstoppen gedaante van een beperkte toekomst, zodra het leven het kostuum draagt van het einde, willen we van dat leven misschien te snel af. Waarmee ik bedoel, wanneer weet je of de pijn van het fysiek of psychisch lijden te groot is, of wanneer het gaat om de angst om dood te gaan? Want we sterven niet graag, dus laten we maar snel doodgaan.

Het hele euthanasieprobleem lijkt mij soms ook met ego's te maken te hebben. Het ego van de dokter staat misschien in de weg om op een spoor dat hem of haar niet zint mee te denken, of hij of zij keurt euthanasie graag goed in de hoop dat een gelijke aftakeling hem of haar ook wordt bespaard. De familie die tegen is, denk misschien veel aan het eigen verdriet, of wil moeder gerust laten gaan omdat de zorgen loodzwaar geworden zijn en een rem leggen op het eigen leven. De stervende haalt ook vaak trots aan als reden om voor een versnelde dood te kiezen. 'Ik wil niemand tot last zijn', 'ik wil waardig sterven', 'ik wil zelf kunnen kiezen'. Ik, ik, ik, ... Als het toch allemaal om eigenbelang gaat, dan denk ik dat de dragende beslissing inderdaad wel bij de stervende zelf moet liggen, zoals ik eerder reeds schreef. Al denk ik ook dat we het sterven misschien te veel verleerd zijn, waardoor we heel snel willen doodgaan. En net daarom durf ik dan weer te zeggen, laten we niet te snel een spuitje geven. Laten we leren doodgaan. Laat mij dus maar sterven, dood ga ik toch.

Laten we dus vooral zelf beslissen wanneer we doodgaan, het zit er tenslotte toch aan te komen. Laten we daarbij erkennen dat de meeste zelfdodingen plaatsvinden door ziekte, niet door een weloverwogen keuze en ze derhalve dus behandelen als te voorkomen en hopelijk te genezen. Euthanasie daarentegen moet een absoluut recht zijn. Is het leven uitzichtloos geworden en heeft de stervende helder geformuleerd wanneer het voor hem of haar ophoudt, laten we dan niet met het vingertje zwaaien en doen alsof we redenen kunnen bedenken om het leed vol te houden. Als we niet voor anderen kunnen bepalen wat het leven inhoudt, laten we dan ook niet voor anderen bepalen wat de dood zou moeten inhouden, of wat er op z'n

minst aan vooraf zou moeten zijn gegaan. Maar laten we in het proces de stervende wel goed begeleiden. Laten we hem of haar helpen te sterven en dood te gaan. Niet door onmiddellijk een spuitje te geven bij de minste en geringste aanleiding, maar wel door de mogelijkheid te bieden en door nabij te zijn. Dat die nabijheid niet feilloos is, en dat euthanasie misschien al eens te vroeg of onterecht wordt uitgevoerd, moeten we er volgens mij, en zo zegt Keizer het in 'Voltooid' ook, gewoon bijnemen. Maar laten we mensen in de allereerste plaats leren leven, het sterven zal dan een heel stuk eenvoudiger zijn met een aanvaardbare dood tot gevolg.