



Levende Verhalen

Het verhaal van Anke

Anke is een krachtige, levenslustige vrouw die midden in haar leven staat. Ze heeft een intensieve baan als leidinggevende in de zorg en naast haar drukke baan is ze sociaal zeer actief. Wanneer ze hoort dat ze borstkanker heeft gaat ze daar - op de manier die haar zo eigen is - vol tegenaan. Gaandeweg haar ziekteproces leert ze echter dat de kanker geen tegenstander is die ze moet overwinnen. De ziekte die haar lichaam lijkt over te nemen is meer dan dat. Vechten heeft geen zin, merkt ze, het gaat meer over luisteren. Luisteren naar wat er van binnen beweegt. Heel zorgvuldig. Anke wordt stiller, zachter ook. Ze realiseert zich steeds meer dat dit niet gaat over winnen of verliezen. Wel gaat het over leven of dood. Maar met de tijd krijgt zelfs dat besef een geheel andere lading. Wanneer de artsen haar na de behandelingen vertellen dat ze 'schoon' is kan een nieuw leven beginnen. Maar ja, hoe doe je dat na zo'n ingrijpende ervaring.

September 2015 wordt duidelijk dat de kanker terug is. Agressiever nu en uitgezaaid. Dat is het moment waarop Anke besluit zich open te stellen; ze wil delen wat haar wordt gegeven aan inzichten.

Op haar eigen verzoek mocht ik haar op 11 april 2016 interviewen. Aan de hand van vragen en uitspraken die Anke deze ochtend zelf uitzocht krijgt dit gesprek vorm. Anke vertelt waar ze nu is en hoe ze daar is gekomen. Deze tekst is een compilatie van deze bijzondere ontmoeting.





Ik zit te denken wanneer wij elkaar voor het eerst echt hebben gesproken. Dat is al weer even geleden. Toen had jij het over de tussenruimte. Jij zei, ik leef ik een tussenruimte, de ruimte tussen het leven en de dood. Kun je iets vertellen wat die ruimte jou laat zien, wat die jou leert misschien wel?

‘Weet je, hij is heel fascinerend. Het is een ruimte waarin niets meer hoeft en alles mag. En het is wel interessant. De ruimte is echt begonnen op het moment dat ik hoorde dat ik ongeneeslijk ziek ben en dat ik palliatief word behandeld en dat ik hieraan dood ga. Dat ik mij bewust werd van, ik ben op reis naar de dood. En daar ben ik me al heel lang eigenlijk bewust van maar iedere keer dat ik kanker had was er een soort van periode waarin in het leek alsof ik gewoon weer gezond, tussen aanhalingstekens, met alle beperkingen die er waren, maar dat ik weer gezond zou kunnen leven. Tot het moment vorig jaar dat tegen mij gezegd werd: je hebt uitzaaiingen in de botten en het zit overal in je botten, wij kunnen je niet meer genezen, je gaat hieraan dood, we weten niet wanneer. Toen heb ik gevraagd, weet ik nog, aan de oncoloog, zo van goh, ik merk dat mijn brein een soort van houvast nodig heeft. Mijn brein is nu alleen maar bezig met, o gut, ik ga dood, is dat dan al heel snel, moet ik heel snel van alles en nog wat doen? Weet je, dan krijg je echt zo’n benauwd..., of heb ik nog tijd en wat is dan die tijd?

En toen zei de oncoloog, ja daar doen wij eigenlijk nooit uitspraken over. En ik zei, dat snap ik, want ik weet ook dat het brein zich daaraan vast gaat houden. Ik zei, maar ik heb het wel nodig dat ik weet in hoeveel ruimte ik kan bewegen nog om mij voor te bereiden op mijn dood, omdat ik weet dat dat z’n voorbereiding nodig heeft.

En toen zei hij, Anke, in het slechtste geval, als niets aanslaat, als er van alles mis gaat, zal ik maar zeggen, dan heb je nog een half jaar, en in het beste geval kan het ongeveer vijf jaar zijn, maar hij zei, weet ook dat er ongelooflijk veel wordt ontwikkeld, op dit moment, omdat het uitgezaaide borstkanker is.

En in die zin heb ik een soort van 'gelukje', ook raar, maar goed, het is wel zo, soort van, dus het kan zijn, stel, dat over twee jaar, als ik nog leef en ik heb nog een redelijke kwaliteit van leven, dan kan het zijn dat er een nieuw medicijn gaat komen.

Maar ik merkte eigenlijk direct nadat dit helder werd, dat ik voelde van, ik ben ergens anders gaan staan, of ik ben ergens ingerold, ik weet het niet precies, het is een soort van kantelpunt geweest, waar jij het vanmorgen ook over had, een soort van kantelpunt met het weten, dit is het laatste gedeelte van mijn levensreis, op deze aarde.

Voor mij is de dood niet het einde van leven, ik denk dat ik mijn lichaam afleg en dat mijn ziel verder reist. Dus in die zin, moet ik ook eerlijk zeggen, ben ik blij dat ik zo denk, want daardoor is het niet een drama of zo, aan het eind, maar dit is wel de tussentijd. Dit is de tijd waarin ik mij beweeg, in het tempo waarin ik kan bewegen met alles wat er is, aan pijn, ongemak, aan verdriet, aan boosheid, maar ook aan liefde, en het is de tijd waarin ik kan kijken naar het leven en dat is heel raar. Ik heb het gevoel alsof ik naar jullie kijk, naar het leven, en dat ik iedereen zie rennen en racen en vliegen en dat ik denk, goh, wat zijn ze daar toch allemaal debiele dingen aan het doen met z'n allen. Want het gebeurt hier, in dit moment.'

Heeft het begrip tijd ook een hele andere dimensie voor je gekregen? Eerst vraag je eigenlijk 'hoeveel tijd heb ik nog', is daar iets aan veranderd?

'Ja, want toen dacht ik nog, het is wel afhankelijk wat ik nu ga doen als ik weet van het is een jaar of het is vijf jaar. En het vreemde is, het is niet meer van belang.

Het is eigenlijk een soort van iedere dag opnieuw opstaan en weten: oh, ik leef. Deze dag mag ik nog beleven, in z'n volle vorm, in wat er ook op me af komt. En of het nu vijf jaar duurt of tien jaar...

Onze samenleving wil eigenlijk vooral haar mooie kant laten zien. We doen alsof het leven maakbaar is, alsof we alles kunnen oplossen en alles mogelijk is. Maar het leven is niet maakbaar en niet altijd mooi. Het is daarom belangrijk dat we leren aankijken wat er is.

Ik denk dat, weet je, ik heb vorig jaar mee mogen spelen in een theaterstuk en toen mocht ik daar een soort van betoog voor schrijven. Aan het eind van het theaterstuk mocht je daar iets in zeggen en toen heb ik gezegd: kanker is voor mij een geschenk. En ik weet nog dat heel veel mensen daar boos over waren, maar het is echt voor mij een geschenk, want vanaf het moment in 2010 toen ik het hoorde, wist ik, hier is iets heel belangrijks. Hier is echt iets heel belangrijks gaande. Het gaat er nu over, wil ik leven, wil ik écht leven, wil ik zijn wie ik ben, durf ik te zijn wie ik ben.'

Wat is het meest bijzondere wat je nu van jezelf hebt ontdekt?

'Dat ik er mag zijn zoals ik ben. En dat ik niets hoeft te doen. Ik dacht altijd dat ik iets moest doen om lief gevonden te worden. En dat is niet zo. Daar gaat het helemaal niet over. Weet je, ik ben ervan overtuigd, ieder mens heeft een talent, iets wat hij of zij in deze wereld mag zetten. En dat is je betekenis. Dat is wat echt van belang is. Dat is het enige eigenlijk wat van belang is.

En dan voor mij de ontmoeting. De ontmoeting is voor mij wezenlijk. Maar daarvoor moet je eerst jezelf ontmoeten.'

Ik ontdek dat aanvaarden vele lagen heeft.

‘Aanvaarden heeft vele lagen en eigenlijk ben ik al een groot gedeelte van mijn leven aan het afpellen, van die kleine laagjes, maar ik zat ook wel verstrikt in mijn ego

Ik weet nog dat in 2010 toen ik ziek werd, toen de eerste periode dacht ik, oh, nou ben ik mijn identiteit kwijt. En dat vond ik toch fascinerend. Want hoe kan dat nou, je identiteit kwijt zijn. Als mens ben je nooit, hoe kan je ..., maar ik had hem opgehangen aan mijn werk. Aan wie ik daar was. Aan die actieve, enthousiaste leidinggevende met altijd leuke plannen, daar had ik hem aan opgehangen. Aan die leuke nieuwe auto die ik net had gekocht. Aan dat schitterende huis wat we net hadden gekregen. Ja, en toen was er ineens een soort van ernstige ziekte. En ik wist dat het oude komt nooit meer terug.

Dus dat vond ik wel intrigerend, zo van, goh, je kan dus een soort van illusie opbouwen in je leven over wie je bent, weet je, dat het leven gaat over uiterlijkheden, dat het leven gaat over altijd maar klaar staan voor anderen en ik denk dat dat misschien in 2010, dat heb ik moeten loslaten, omdat het gewoon niet meer kon en dat is denk ik ook het geschenk van kanker geweest. Kanker was zo helder in, het oude is nooit meer mogelijk, dus je hebt jezelf een soort van opnieuw uit te vinden of zo. Terwijl voor mij het was van, nu kom ik eindelijk aan waar ik eigenlijk altijd heel graag heb willen zijn. En dat is bij wie ik echt ben. Niet meer wat ik denk te moeten zijn, maar bij wie ik ben.’

Wat betekent ‘Vol in het leven staan’ voor jou? Is dat zoals je voor je ziek worden leefde, of zou je zeggen: ik sta eigenlijk nu meer vol in het leven?

‘Ja, dat is wel grappig hè? Vroeger dacht ik dat dat het was. Maar nu heb ik ontdekt dat dat eigenlijk een soort van maar één stuk was. Ik denk dat voluit leven is het zwart en het wit. En ik wilde alleen maar het wit leven. Ik wilde alleen maar het mooie leven. Alleen maar de uiterlijke kant, de leuke, de gezellige, de vrolijke, ik wilde eigenlijk alleen maar die kant. Terwijl er natuurlijk dingen mij overkwamen die niet in die kant zaten, maar daar ging ik dan zo snel mogelijk weer van weg. Want ik was toch die optimistische Anke.

Terwijl ik nu heb ontdekt dat voluit leven gaat eigenlijk ook over het omarmen van het zwart. Dat dus ook het verdriet, en de pijn, ..., de angst, is een groot ding bij kanker heb ik ontdekt, dat dat dus toch, ja, dat het én-én is, voluit leven is ècht én-én. En als je dat weet te verbinden, weet je, dan is het, het is gewoon niet erg als ik sterf over twee jaar, of over drie jaar. Ik heb voluit geleefd. Al zou ik morgen gaan, na dit moment, of straks.’

Laat je je vasthouden door de angst voor de dood, of ben je in staat om elke dag, om elke minuut te zijn met wat er is.

‘Weet je, ik denk angst is een, vroeger zei men dat hè, is een slechte raadgever, maar ik denk dat wij als bevolking, wij hebben niet geleerd om met die emotie om te gaan, dus wij verdrinken erin, of we zijn bang dat we erin gaan verdrinken. En als je kanker hebt, dan moet je, hoe je het ook wendt of keert, naar je angst gaan kijken. En ik heb voor mezelf ontdekt, het is eigenlijk vaak de angst voor de angst, dat je denkt bang te zijn voor iets groots waarvan je niet weet wat het is. Want je bent er nog nooit geweest, je hebt het nog nooit aangeraakt, weet je, je hebt nog nooit ten volle gezegd, laat ik nou eens kijken dan hoe dat er uit ziet bij mij. Wat is dat dan voor mij.’

Vergeet niet stil te staan bij waar het om gaat in het leven.

‘Dat gun ik ieder mens, dat je aankomt bij de bedoeling van je leven. Omdat het wel gaat over naar binnen kijken, de stilte vinden, want eerst moet je hem zoeken. En op een bepaald moment vind je hem. Echt durven aankijken wat in de weg zit, weet je, of wat de illusies zijn in je leven, en echt durven kijken naar waar word ik nou blij van, wanneer ben ik echt blij. En dan stukje bij beetje ontdekken van, ja maar, wat is dan wat ik te doen heb, zodat ik eigenlijk het grootste gedeelte van de tijd toch relatief OK door het leven kan gaan.’

‘Ik gun het eigenlijk ieder mens, weet je, die beweging naar binnen, dat je de laagjes afpelt van de rotzooi van vroeger, van, dat je gewoon, dat je wordt wie je bent.’

Heeft het met de zin van jouw leven te maken?

‘Ja, ik denk dat de zin van leven is dat je je betekenis leeft. Dat is de betekenis voor jou zelf, maar ook de betekenis die jij hebt in de verbinding met de ander. Ik denk dat ieder mens in zijn leven iets specifiek doet wat bij de ander iets kan losmaken, wat bij de ander iets kan helpen verzachten, of iets kan openen, of iets kan, ieder mens heeft zo iets in zich. En ik gun het mensen om dat te vinden.’

En wat zegt het woord ‘gelukkig’ jou?

‘Gelukkig is nu. Hier. Dit moment. Er is alleen maar nu, hier. Vroeger dacht ik, geluk is in die reis die ik ga maken ooit als ik dan en dan... Maar dat is helemaal niet waar. Dat is de grootste misvatting van de mens. Dat is ook het drama, denk ik, van de mens. Dat iedereen op zoek is naar geluk, terwijl ik denk, ja, het ligt hier! Maar je moet wel hier zijn dan!’

Als je een levensmotto mee zou kunnen geven, wat zou dat zijn?

‘Ja, dan kan ik alleen maar zeggen: leef ten volle. Voluit. Het zwart én het wit. Dus omarm ook de donkere dagen, omdat ook daarin, ..., het hoort er allemaal bij. Ook daarin liggen pareltjes. Ja.’

