

Inhoud

Voorwoord	9
1 Bij de tweedehandsmannen	13
2 Een warme dinsdag, vijftwintig jaar later	18
3 Sisyfusarbeid (I)	23
4 Monarchie en huwelijk	27
5 Geen ach en wee, maar holadijee	31
6 Voorpaginanieuws	37
7 Zalige onwetendheid	44
8 Altijd al reumapatiënt	50
9 Mijn moeder, pionier tegen wil en dank	57
10 Zwijgen, tot in het graf	64
11 Méér dan een haperend, ziek lichaam	70
12 Een zachte, zelfgekozen dood	75
13 Mantelzorger: van grapje tot bittere ernst	80
14 Kussen op een zielig hoopje mens?	89
15 Rust door de belofte van de dokter	98
16 Geweldig land, Nederland	104
17 Het monster in de bek gekeken	112
18 Een graf op Schapenmeer	119
19 Geen rouwbeklag aan huis	127
20 Uitvaart nu: 'zoveel hoofden, zoveel zinnen'	134
21 Een uitvaart? Dat was niets voor kinderen	144

22	Zo persoonlijk als een vingerafdruk	150
23	Nooit meer 'Honey, I'm home'	159
24	Golven van verdriet	164
25	Alleen verder	172
26	Regelmaat geeft rust	181
27	Veertig dagen	189
28	Tegenwoordig in de verleden tijd	195
29	De avonden en de nachten	200
30	Op zoek naar aanspraak	205
31	Turkse mutsen en kalebassen	212
32	'De onnozelste dingen'	218
33	'Het eet geen brood'	223
34	Allemaal ons eigen hiernamaals	228
35	Twee herinneren zich meer dan één	236
36	Het vreselijke bezoek van dr. Alzheimer	241
37	Humor blijft leuk	244
38	'Elk verdriet is het ergste verdriet'	250
39	Terugblikken	259
40	Doodgaan is iets voor oude mensen	264
41	Twee stappen voorwaarts, één terug	270
42	Ik word steeds Annegretiger	275
43	'Je zou gek zijn als je het niet deed'	280
44	Demonen en levenslust	287
45	Sisyfusarbeid (II)	292
	Literatuur	297
	Woorden van dank	302

Voorwoord

Schrijven is niet alleen mijn vak, schrijven is ook onlosmakelijk verbonden met mijn dagelijks bestaan. Ik schrijf om te denken, tot inzicht te komen, overzicht te krijgen en mezelf te troosten. Dat doe ik al jaren en ik deed dat zeker toen Pieter, de man met wie ik vijftientig jaar lief en leed heb gedeeld, stierf.

Zijn dood blies mij omver. Ik werd overweldigd door uiteenlopende en vaak tegenstrijdige gevoelens en gewaarwordingen: opstandigheid, aanvaarding, opluchting, schuld, euforie, angst, weemoed, verbijstering, dankbaarheid en vooral verdriet. Het was een wirwar waar ik amper wijs uit kon worden.

Door er in mijn dagboek uitgebreid verslag van te doen probeerde ik orde in de chaos te scheppen. Ook hielp het mij om mijn hart te luchten bij vrienden en vriendinnen. Praten en al pratend je gedachten ordenen deed niet alleen mij goed, het is ook de ervaring van veel andere nabestaanden. Daarom is een luisterend oor bieden aan iemand die een dierbare heeft verloren vaak de beste manier om te troosten. Door te vertellen, en steeds maar weer opnieuw te vertellen, krijgen achterblijvers geleidelijk vat op de emotionele en mentale warboel waar een overlijden hen in stort.

Zo kreeg ik al schrijvend en pratend het idee voor dit boek. Helemaal nieuw is dat niet voor mij, want ik deed iets vergelijkbaars na twee andere ingrijpende gebeurtenissen in mijn leven. In 2000 verscheen *De lessen van burn-out*. Door daarin onder woorden te brengen hoe ik geleidelijk opbrandde, helemaal gevloerd was en vervolgens weer opstond, verschaftte ik allereerst mezelf inzicht en troost. Daarnaast hielp het boek lotgenoten hun ervaringen en gedachten te ordenen en stak de goede afloop velen een hart onder de riem. Soms ook lieten zij mensen uit hun omgeving mijn boek lezen, omdat daarin helder beschreven stond wat zij hadden meegemaakt maar zelf niet hadden kunnen verwoorden. In 2010 verscheen *Mijn moeder wilde dood*. Daarin onderzocht ik vooral hoe het toen gesteld was met zelfbeschikking in Nederland, maar ik deed ook verslag van de rol die ik bij haar zelfgekozen dood speelde en wat haar overlijden voor mij betekende.

Net als bij mijn vorige boeken plaats ik ook nu mijn persoonlijke ervaringen in een breder maatschappelijk kader. Ik kijk daarbij onder meer naar ontkerkelijking, veranderde medische mogelijkheden en ethiek, toegenomen mondigheid en individualisering. Die bepalen voor een belangrijk deel hoe wij tegenwoordig omgaan met ziekte, afscheid en rouw. Daarnaast zijn we veel opener geworden en wordt er, anders dan in het naoorlogse Nederland, bijvoorbeeld niet meer over *K*, maar over kanker gesproken. In de jaren vijftig of zestig praatten de meeste mensen niet over hun emoties en ook in de zorg heerste een zwijgcultuur. Dat is in alle opzichten veranderd en anders dan toen verzwijgen dokters een naderende dood nu nog maar zelden.

Het heeft Pieter en mij goedgegaan om niet weg te duiken voor het einde en het monster in de bek te kijken. Soms was dat zelfs grappig. Zo bewaar ik plezierige herinneringen aan ons tochtje in een golfkarretje over hobbelige paden op landgoed Schapenmeer. Daar is de natuurbegraafplaats waar Pieter begraven wilde worden. Ginnegappend zochten we ‘een eeuwige rustplaats’. Die vond hij aan de voet van een jonge eik. ‘Ik hoop als goed timmerhout terug te keren,’ verklaarde de niet onverdienstelijke timmerman.

Ik sprak voor dit boek ook met andere nabestaanden. Wat deden zij bijvoorbeeld in de dagen na het overlijden? De meesten wilden hun overleden partner tot de uitvaart in huis houden. Bij mij was dat anders. Ik liet Pieters lichaam nog op de avond van zijn overlijden naar een mortuarium brengen; nadat hij de geest had gegeven was dat in mijn beleving Pieter niet meer. Maar we hadden ook identieke ervaringen. Net als ik had bijna iedereen een schuldgevoel gehad. Met de wijsheid van achteraf waren we het er echter allemaal over eens dat die schuld totaal overbodig was. Het gevoel van schuld en tekortschieten tekende hooguit onze onmacht ten opzichte van zoiets onbegrijpelijks als de dood van een dierbare.

En dan is er de liefde.

Toen ik in de eerste maanden van rauwe rouw zowat stikte ik mijn verdriet, troostten lieve mensen me met de woorden: ‘Je hebt ook zoveel van hem gehouden.’ Ze citeerden het Engelse gezegde ‘*Grief is the price we pay for love*’. Ofwel: verdriet is de rekening die je voor liefde betaalt.

Daarom zou mijn relaas over wat de dood van Pieter met mij deed, niet compleet zijn zonder het verhaal van onze

liefde. Ironisch genoeg komt daarmee een oude wens van mij in vervulling. Jarenlang droomde ik ervan over liefde te schrijven. Maar ja, wat wist ik daar als twintiger nou van? Inmiddels meen ik voldoende ervaring te hebben om erover te kunnen schrijven. In een baldadige bui zeg ik soms: 'Maar daarvoor moest er wel eerst een dode vallen.' Is dat een te gewaagde of ongepaste opmerking? Ik vind van niet. Vooral ook omdat ik bijna zeker weet dat de betreffende dode die grap zou hebben kunnen waarderen. Zo was hij wel, die man van mij.

I

Bij de tweedehandsmannen

Het begon met een contactadvertentie. Dat was in 1997. Datingsites waren er nog niet. Wel begonnen contactadvertenties steeds meer in zwang te raken voor mensen die een (nieuwe) liefde zochten. Je zag al lang geen frases meer als 'langs deze mij onsympathieke weg', 'samen de eenzaamheid oplossen' en 'liever geen bartype'. Toch waren er nog legio geliefden die zich er ongemakkelijk bij voelden dat ze elkaar via een advertentie hadden leren kennen. Zij vertelden de buitenwereld dat ze elkaar in het wild, bij een denkbeeldige tentoonstelling bijvoorbeeld, tegen het lijf waren gelopen.

Pieter begon zijn veroveringstocht met open vizier. Hij liet zijn tekst thuis door zijn dochter en op kantoor door een paar collega's lezen. Hij wilde dat het beeld dat hij van zichzelf schetste waarheidsgetrouw was. Er zou alleen maar narigheid van komen als hij dingen beloofde die hij niet waar kon maken. Wanneer hij later vertelde hoe wij elkaar hadden ontmoet, zei hij dat-ie zichzelf had aangeboden in de rubriek tweedehandsmannen van de NRC.

De NRC plaatste kennismakingsadvertenties op lengte. Wie de langste had stond bovenaan. Dus was Pieter met opzet breedvoerig, waardoor zijn advertentie op de meest in het oog springende plek kwam te staan. Ook het moment

van plaatsing koos hij strategisch. Niet op een gewone zaterdag, want dan liep hij het risico dat hij een week lang hoopvol uit kantoor zou komen terwijl er op de deurmat hooguit een miezerig stapeltje brieven lag. Hij wilde zichzelf die teleurstelling besparen en daarom wachtte hij tot hij voor zijn werk twee weken naar het buitenland moest. Door de advertentie aan de vooravond van die reis te plaatsen zou hij de hele oogst bij thuiskomst in één keer onder ogen krijgen.

Zijn tekst luidde:

Randstad. Man. 1.80 m. Optimistisch, vrolijk, academische opleiding en werk, maar soms ook jongensachtig. Nu de verzorging van mijn twee kinderen die de twintig passeren (1 nog thuis), niet meer zoveel aandacht en tijd vergt, wil ik graag weer een relatie opbouwen. Naast mijn interessante werk ben ik een liefhebber van cultuur (cabaret, concert, film, boeken) en hou ik ook van de natuur en ruimte en reizen. De vrouw die ik zoek is intelligent, actief, optimistisch en deelt interesses. Ben je een zelfstandige vrouw tussen de 40 en 50 en heb je veel geleerd van het leven maar zonder veel averij, dan is het vast mogelijk om met ons beider ervaring iets moois op te bouwen: een hechte inspirerende relatie met ruimte voor verdere ontplooiing, en daarbij ook huiselijk, gezellig, met attentie en zorg voor elkaar. Je antwoord wordt met interesse gelezen en zeker vertrouwelijk behandeld.

De oogst was overweldigend: liefst 179 vrouwen reageerden. Eerst was hij verbaasd en verheugd over wat hij zijn ‘marktwaaarde’ noemde. Vervolgens betoonde hij zich de man van de systematische aanpak die ik later zou leren kennen. Op

geheel eigen wijze maakte hij een selectie. Als eerste vielen vrouwen van buiten de Randstad af. Niet omdat die niet aardig of interessant zouden kunnen zijn, maar omdat het hem niet praktisch leek om over grote afstand een nieuwe relatie te beginnen. Ook vrouwen die alleen over bridge, golf en/of financiële onafhankelijkheid repten maakten geen schijn van kans. Hij wilde een vrouw voor wie werk belangrijk was. Uiteindelijk kwam hij tot een voorselectie van tien vrouwen. Met alle tien wilde hij een avond uit eten. Pas nadat hij ze alle tien gezien en gesproken had, zou hij verdere stappen zetten.

Dat vertelde hij toen hij me voor een eerste kennismaking belde. Van dat gesprek staan me vooral zijn prettige stem en gevoel voor humor bij. Maar ook de teleurstelling die ik voelde toen ik hem naar zijn leeftijd vroeg. In zijn advertentie had hij wijselijk in het midden gelaten hoe oud hij was, maar aan de telefoon vertelde hij dat hij drieënvijftig was. Elf jaar ouder dan ik. Ik sprak mijn aarzeling daarover uit. Zijn antwoord was in zijn eenvoud hartveroverend: 'Er is veel dat ik kan veranderen, maar dit lukt niet.'

Aan de telefoon vonden we elkaar al leuk. We zouden onze kennismaking bij een etentje voortzetten. Door een samenloop van omstandigheden was ik de laatste, mevrouw nummer tien. De man die in Den Haag bij Bistro Mer op me wachtte zag er leuk uit, meer leeftijdsloos jongensachtig dan een heer van drieënvijftig. Minstens zo fijn vond ik het dat we een uiterst geanimeerd gesprek hadden. We schakelden moeiteloos heen en weer tussen privédingen (zijn kinderen, moeizame scheiding, mijn tot dan toe rommelige liefdesleven), zijn werk op het CBS (hoe organiseer je een volkstelling zonder enquêteurs langs de huizen te

sturen?), mijn werk als economisch journalist (nu wordt het Nederlandse poldermodel bewierookt, maar straks zal het ongetwijfeld verguisd worden), ons beider voorkeur voor fiets- en wandelvakanties. Kortom, het klikte.

Als het aan Pieter had gelegen was ik nog die nacht bij hem in Voorburg gebleven. Mooi niet, dacht ik. Hoe zit dat met die andere negen vrouwen? Hoe leuk ik hem ook vond, ik was playing hard to get en verzekerde hem dat ik niet zou bellen. Als hij verder nog iets wilde moest hij maar contact opnemen.

De volgende dag was ik in opperbeste stemming. Harder dan anders speelde ik vrolijke muziek – *Walk Under Ladders* – van Joan Armatrading. Ik danste toen er werd aangebeld. Wilden de burens dat ik het volume zou dempen? Nee, op de stoep stond een bezorger met een weelderig boeket dat Pieter voor mij had besteld. Nota bene bij Ivy Flowershop, in die tijd zo ongeveer de meest luxueuze bloemenzaak in Amsterdam, waar ik als student soms voor de schitterende etalage aan het Leidseplein had staan dromen.

Wanneer iemand je zulke mooie bloemen stuurt vraagt de beleefdheid dat jij hem belt om hem te bedanken. Dus belde ik, ondanks mijn voornemen dat niet te doen, hem nog diezelfde avond. Weer hadden we een leuk gesprek. Maar met mooie praatjes alleen bouw je geen relatie op. Dus besloot ik hem op de proef te stellen. Als hij inderdaad een ochtendmens was en van fietsen hield, waarom kwam hij dan niet op een zondag 's morgens om halfacht bij mij ontbijten? Dan zouden we daarna gaan fietsen. Zondag 13 juli schikte ons allebei. Het velletje uit zijn notitieblok met daarop in hanenpoten 'ZO 13/7 ANNEGREET ONTBIJT'

heeft Pieter ingelijst. Jarenlang stond die ingelijste afspraak op zijn studeerkamer, nu staat hij bij mij in de woonkamer. Want het werd een historische dag.

Om halfacht precies stond hij, fiets op het dak van z'n auto, bij mij voor de deur. Ik had een mooi ontbijt klaargemaakt. Ook had ik een asbak op tafel gezet. Ik vond het weliswaar niet fijn dat hij rookte, maar ik was bereid water bij de wijn te doen, zeker bij zo'n leuke vent als Pieter. Ik had echter buiten de waard gerekend. Want toen ik de asbak naar hem toe schoof, zei hij dat hij die niet nodig had. Hij was gestopt en zijn redenering was nogal simpel: 'Ik stop liever nu met roken omdat ik Annegreet wil dan dat ik later moet stoppen omdat Annegreet dat wil.'

Met die opsteker in mijn achterhoofd stapte ik op de fiets. De Ronde Hoep, Botshol, het Gein – ik weet niet meer precies waar we die dag naartoe zijn gefietst. Wel dat we na afloop in mijn bed belandden en dat we vervolgens rozig door de stad liepen. In het strijklicht van de vroege avond stonden we op de Lau Mazirelbrug, vlak bij Artis, naar het water in de gracht te kijken. Pieter had zijn arm om me heen geslagen. Een oudere heer waarschuwde: 'Houd haar maar goed vast, voor je het weet zijn ze weer weg.'

Pieter hield me inderdaad stevig vast, maar dat was niet nodig. Ik ben niet bij hem weggegaan. En hij niet bij mij. We waren blijvertjes. Allebei.