

# Omarm de vergankelijkheid

Op 1 januari 2020 opent *Hospice de Liefde* haar deuren. Hier kunnen mensen op waardige wijze het einde van hun leven tegemoet treden. Dat is hard nodig volgens initiatiefnemer Ernst Kleisterlee. Bij het overlijden van zijn jongste broer heeft hij met eigen ogen gezien hoe belangrijk het is stervenden met aandacht, openheid en liefde tegemoet te treden.

'Na vijftien jaar sappelen, had ik eindelijk het lek boven', begint Kleisterlee op de zolder van Hospice de Liefde. In de ruimte beneden leggen elektriciens en schilders de laatste hand aan de inrichting van de monumentale boerderij waarin het hospice haar intrek genomen heeft. 'Ik begon een eigen bedrijf in consultancy. De letterzetters hadden net de laatste letters van mijn bedrijfsnaam aan de gevel gemonteerd en stonden hun spullen in te pakken, toen mijn jongste broer belde.'

Hij krijgt nog een brok in zijn keel als hij terugdenkt aan dat moment. 'Ik had het druk dus vroeg of ik later terug kon bellen. Nou, zei mijn broer, je raadt nooit waar ik vandaan bel: uit het ziekenhuis! Hij bleek buiten bewustzijn geraakt te zijn en was blind weer wakker geworden. Ik voelde de tranen in mijn ogen opwellen, want ik wist direct dat het niet goed zat. Enkele dagen en

heel veel testen later, zeiden de dokters dat hij nog maximaal zes weken te leven had.'

## Dit kan anders

Die zes weken werden een hel: 'Mijn broer was veertig en had zich nooit gerealiseerd dat hij dood kon gaan. De doodsangst overmande hem en hij verzette zich tegen het onvermijdelijke. Ik heb naast zijn bed gekampeerd en maakte zijn lijdensweg van dichtbij mee. Terwijl ik daar zat, viel me een paar dingen op. De plotselinge confrontatie met de dood was voor mijn broer te veel om te verwerken in de korte tijd die hem restte. Hij lag op de intensive care, omgeven door hoogopgeleide en gemotiveerde mensen. Maar ook zij wisten zich geen raad met een man die op zijn sterfbed huilend om zijn moeder riep. Tenslotte de omgeving; die was afgrijselijk. Beton en neonlampen, buizen, slangen en mensen in



## ‘Geef de dood de ruimte, dan omarm je het leven ook beter’

papieren mantels met papieren mutsen en mondkapjes op. Mijn broer kon uiteindelijk vaag nog wat dingen zien en hij zag dus wezens voorbijschuiven die voor hem niet als mensen herkenbaar waren. Als een dokter aan zijn bed verscheen, wendde hij zich verschrikt af.’ Uiteindelijk zijn de dagen van zijn broer geteld. ‘De specialist kwam binnen, haalde een krukje onder het bed vandaan en zei: “Ik moet u vertellen dat we niets meer kunnen doen, bereid u zich voor op het ergste. Sterkte.” En toen vertrok de specialist weer. Zo afstandelijk, ongeïnteresseerd en kil. Een paar dagen later draaide ik de schroeven van de kist van mijn broer dicht en toen wist ik: zo mag niemand meer weggaan. Dit is onmenselijk.’

### Boeddhistische principes

En daarvan maakt Kleisterlee werk. Hij verzamelt mensen om zich heen en gaat op onderzoek uit hoe het sterven anders en beter kan. ‘Ik was betrokken bij een Boeddhistisch centrum en raakte aan de praat met bezoekers dat we in mijn ogen iets niet goed deden. In hen vond ik medestanders en we hebben samen een training ontwikkeld voor professionals en vrijwilligers die werken met stervenden. Het basisprincipe: technisch hebben we de dood goed geregeld, maar in de empathie hebben we nog veel te leren.’ De training had als uitgangspunt dat iedereen het moeilijk vindt in de buurt van ziekte en de dood te zijn. ‘Dat is iets heel natuurlijks’, erkent Kleisterlee. ‘Maar dat leidt wel tot een isolement van hen die in hun laatste levensfase zitten. En zij voelen dat. De vraag is dus hoe je jezelf kunt trainen om open en beschikbaar te blijven in de buurt van mensen die lijden.’

Het antwoord op die vraag vindt Kleisterlee in de drie Boeddhistische principes aandacht, openheid en liefde. ‘Aandacht is dat je naar iemand kijkt en die persoon ziet als uniek samenstel van emoties, gedachten en gevoelens. Openheid betekent dat je iedereen verwelkomt, wat de gemoedstoestand van die persoon ook is. En liefde is datgene wat je ertoe brengt om je toch tot iemand te verhouden, ondanks diens situatie of positie.’

### Van trainingen naar een hospice

De trainingen slaan aan, maar Kleisterlee krijgt het gevoel dat hij nog meer kan doen. Met een groep enthousiastelingen ontstaat het idee een eigen hospice op te zetten, gebaseerd op principes uit het Boeddhisme: ‘Boeddhisten trainen zich elke dag in het omgaan met de dood, om niet weg te lopen voor de vergankelijkheid maar deze te omarmen. Ik denk dat zij zich daardoor een grotere mate van gelijkmoedigheid kunnen aanmeten in het aangezicht van de dood en dus ook beter beschikbaar zijn voor de mensen die de dood in de ogen kijken. Dat beginsel leek mij een mooie grondlegger onder een hospice. Hoewel niemand Boeddhist hoeft te zijn om in Hospice de Liefde te werken, is het omarmen van de vergankelijkheid wel een belangrijke drijfveer bij ons. Dit wordt aangeduid met de term ont-hechting. Dat is letterlijk: accepteren van vergankelijkheid. Het leven is geen vaststaand feit, maar het is een construct van je geest, die ankerpunten zoekt. Het leven is in mijn ogen een stroom lava die zijn weg zoekt en altijd in beweging is, verandert. Houd je vast aan het construct

# ‘Technisch hebben we de dood goed geregeld, maar in de empathie hebben we nog veel te leren’

van je geest, dan kun je het leven niet loslaten als het einde nadert. Dat levert strijd op en daarmee doe je jezelf pijn en anderen, want je neemt niet goed afscheid van het leven.’

## Rust

‘Geef de dood meer ruimte, dan omarm je het leven ook beter. Door die houding vind je rust om nog te genieten van alles om je heen en om jouw leven goed af te sluiten voor jezelf en voor de mensen die je achterlaat. Dat is ook wat wij willen bieden in ons hospice: onze medewerkers zijn gidsen voor degenen die sterven. De realiteit van je dood is onvermijdelijk, je weet dat je doodgaat en moet enorm veel inspanning leveren om die realiteit niet onder ogen te komen. Dat is waar je mensen om je heen pijn mee doet, terwijl het tot niets leidt. Cru gesteld: dood ga je toch wel.’

Het is een lange weg geweest om van idee tot werkelijkheid te komen. Maar met steun van heel veel partijen en door de tomeloze inzet van heel veel vrijwilligers en professionals die Kleisterlee in de loop van zijn zoektocht om zich heen verzameld heeft, is het begin 2020 zover en opent Hospice de Liefde haar deuren. ‘Wij hebben een grote financiële injectie gekregen van Stichting Neyenburgh en Stichting Volkskracht Historische Monumenten heeft de locatie ter beschikking gesteld en de kosten voor de verbouwing op zich genomen. In 2020 hebben we een plek waar je de moed kunt verzamelen om tegen jezelf en je omgeving te zeggen dat je dood gaat, dat je het accepteert en jezelf daarop voorbereidt. Dat vind ik zo mooi, want ik gun niemand te sterven in de depressieve uitzichtloosheid die ik bij mijn broer gezien heb.’

