

Ik hou je hand vast

Janie Brown

Ik hou je hand vast

Troostrijke gesprekken

van een verpleegkundige met haar patiënten

Vertaald door Bep Fontijn

MEULENHOFF

ISBN 978-90-290-9410-8

ISBN 978-94-023-1525-7 (e-book)

NUR 320

Oorspronkelijke titel:

Radical Acts of Love: How We Find Hope at the End of Life

Omslagontwerp: Pinta Grafische Producties

Omslagbeeld: Morgan Harper Nichols

Auteursfoto: Genevieve Russell

Zetwerk: Steven Boland

© 2020 Janie Brown

© 2020 Nederlandse vertaling Bep Fontijn en Meulenhoff Boekerij bv,
Amsterdam

Published by arrangement with Canongate Books Ltd, 14 High Street,
Edinburgh EH1 1TE

De uitgever heeft ernaar gestreefd alle rechten van derden te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen contact opnemen met Meulenhoff Boekerij bv, Amsterdam.

Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor Kirsten, die mij inspireerde
om te gaan schrijven

En voor alle andere mensen in dit boek,
die me de eer gunden om bij hun leven
betrokken te zijn.

‘Als je de geest van de dood aanschouwen wilt,
Zet dan je hart wijd open voor het lichaam des
levens.’

Doodsgedicht XXVII, Khalil Gibran

‘Hij is op zijn beurt ook veranderd,
Volledig veranderd:
Een vreselijke schoonheid is geboren.’

Easter, 1916, W.B. Yeats

Inhoud

Voorwoord	9
I: Je hart openstellen voor de dood	19
1 Karen: Gouden liefde	23
2 Daniël: De doos vol herinneringen	33
3 Rachel: Een kudde orka's	45
4 John: De angst verdwijnt	57
5 Dan: Sterven op eigen voorwaarden	71
II: In het reine komen met onopgeloste kwesties	85
6 Brigid: Goed doordachte plannen	89
7 Jim: Niet over doodgaan praten	99
8 Pat: Het besluit	109
9 George: De dood wint het uiteindelijk toch	119
III: Genezing van het bezwaarde hart	131
10 Bella: Herstel van de ziel	137
11 Anneliese: Eindelijk vrij	149
12 Kirsten: Schrijven naar bewustzijn	163
13 Louise: Vergeving is mogelijk	181

iv: Een geopend hart	191
14 Philip: De juistheid van alles	197
15 Ronald en Marco: Een groter hart	211
16 Heather: De duik	221
17 Bill: Dertien weken	225
18 Jen: Ontzag	235
19 Kate: De Dans	243
20 Liz: Ongelooflijk knap	253
Dankwoord	267

Voorwoord

De eerste persoon die ik zag sterven, was mijn grootmoeder. Ik was negentien en Gran, mijn grootmoeder van vaderskant, was eenentachtig. De laatste jaren van haar leven woonde ze bij ons, net buiten Glasgow. Ze woonde in het kleine aanleunwoningje naast het oude zandstenen huis waarin ik samen met mijn twee zussen en mijn broer opgroeide. Gran overleed aan slokdarmkanker, een ziekte die in die tijd vaak voorkwam door de combinatie van ketteroken en dagelijkse inname van whisky. Ik weet nog hoe ik achter mijn moeder aan de lichte, witte slaapkamer van Gran binnenstapte en hoe ik over haar schouder meekeek als ze mijn grootmoeder waste en de lakens verwisselde. Ik wilde graag helpen bij de verzorging van Gran, maar ik voelde me als verlamd en wist niet precies wat ik kon doen, ook al had ik toen al twee zomers in het ziekenhuis gewerkt. Gran was familie van me, geen patiënt. Dat maakte toen het verschil.

Ik kan me niet herinneren dat ik bang was voor de dood; ik was eerder nieuwsgierig naar de vreemde luchtjes in de kamer en het feit dat ze veel hoestte en niet veel zei. Omdat

mijn moeder erbij was, was het geen probleem voor me. Zij leek ook niet bang, maar was enkel druk bezig. Omdat ze verpleegster was geweest, wist ze waarschijnlijk wat ze moest doen.

Er vonden geen lange, diepe gesprekken plaats aan het bed van Gran en ze had ook geen lange bucketlist van alles wat ze nog wilde doen. Het enige wat er voor mijn grootmoeder, de patiënt, en voor mijn moeder, de verzorgster, belangrijk was, was het stervensproces.

Ik weet nu dat de meeste mensen een natuurlijke dood sterven. Niet dat dat makkelijk is, maar het is ook niet per se beangstigend, traumatisch of overdreven; het is romantisch noch hemels. De dood is meestal gewoon en hanteerbaar, aanvaardbaar maar in- en intriest. In die tijd stierf het merendeel van de ouderen net als mijn grootmoeder gewoon thuis. Het was toen nog niet de gewoonte om voor de laatste dagen of weken van het leven in een ziekenhuis of hospice opgenomen te worden.

Tegenwoordig hebben de meeste mensen van onder de zestig nog nooit iemand zien sterven. Daardoor hebben ze veel angst voor de dood, hun eigen dood of die van hun dierbaren. Ze hebben geen voorbeeld gezien van hoe je voor een stervende moet zorgen, en hebben dus ook niet het zelfvertrouwen dat ze dat zouden kunnen. Ik hoop dat de babyboomgeneratie die pleitte voor de terugkeer van de vroedvrouw om geboorten uit de ziekenhuizen weg te halen, nu ook een cruciale rol zal spelen bij het demedicaliseren van het stervensproces.

Met dit boek wil ik eraan bijdragen dat we allemaal het heft van ons leven en ons sterven weer in eigen handen krijgen. We weten hoe we moeten sterven, net zoals we wisten hoe we geboren moesten worden. We weten ook hoe we geestelijk en emotioneel moeten genezen en hoe we ons leven moeten inrichten voordat we doodgaan. Ik zie het als

het grootste cadeau dat we onze dierbaren kunnen geven: dat we voorbereid zijn en openstaan en het aanvaarden als onze tijd om deze wereld te verlaten gekomen is.

Mijn eerste vakantiebaantje was in het Royal Hospital for Sick Children in Glasgow, een kinderziekenhuis waar ik als verzorgende op de afdeling orthopedie werkte. De kinderen met gebroken ledematen die in tractie hingen en zich verveelden, riepen me steeds om van alles te komen brengen en ze lachten me uit als ik een fout maakte. Hoewel ik me geïntimideerd voelde door hun eisen, vond ik het op mijn zestiende wel een fijn gevoel dat ik anderen kon helpen. De zomer daarop werkte ik in een psychiatrische instelling voor senioren, waar veel patiënten al dertig of veertig jaar verbleven. Ik kan me nog een heel oude, bange vrouw herinneren die me overal waar ik heen ging achterna slofte. Ze volgde alles wat ik deed met haar ogen, als een uil die op haar prooi loerde. Al jong probeerde ik de gebrokenheid van de mensheid te doorgronden.

Toen ik aan St Andrews University ging studeren, koos ik voor de richting geografie. Ik hield altijd al van landkaarten, en doe dat nog steeds, maar in mijn derde jaar besloot ik te switchen naar psychologie. De bestudering van het menselijk gedrag vond ik nog interessanter dan de topografie. Ik behaalde in 1980 mijn master in de psychologie en in het voorjaar begon ik opnieuw aan een studie: ik ging verpleegkunde studeren aan de Royal Infirmary in Edinburgh. Ik wilde gaan reizen en een beroep kiezen waaraan in alle landen en culturen behoefte was. Ik zocht mogelijkheden om een verschil te gaan maken in de wereld.

Op mijn tweeëntwintigste, toen ik nog maar een half jaar mijn verpleegopleiding volgde, kreeg ik de taak om een leukemiepatiënt van in de veertig te verzorgen die stervende was. Hij was net vanuit de hoofdzaal, met vijftien bedden

aan elke kant, naar een van de twee privékamers overgebracht. Die avond stond ik nerveus buiten zijn kamer en mijn hart bonsde in mijn keel. Ik bedacht wat ik tegen hem moest zeggen: *Goedenavond, meneer Stevens. Ik ben zuster Brown en ik zal vannacht voor u zorgen. Hoe voelt u zich?*

Ik betwijfelde of mijn ervaring met Gran of de verpleegopleiding me hierop hadden voorbereid.

Ik haalde diep adem en klopte zachtjes op de deur van meneer Stevens. Met luidere stem dan ik verwacht had, antwoordde hij: 'Kom binnen.'

De kamer was schemerig en ik moest even aan het donker wennen toen ik binnenstapte.

'Hallo, jij bent zeker mijn verpleegster vannacht? Noem me maar Jack. Al dat officiële gedoe, dat hoeft niet meer in deze fase van mijn leven.'

'Goedenavond, ik ben zuster Brown,' antwoordde ik. Ik mocht me niet met mijn voornaam voorstellen en ik mocht patiënten evenmin bij hun voornaam noemen, hoewel ik dat altijd wel graag wilde. Het viel me op hoe kaal hij was en wat een donkere wallen hij onder zijn ogen had.

Mijn oog viel op de foto die bij Jacks bed stond. Het was een familieportret dat op een winderige dag aan de kust genomen was. Het donkere haar van de vrouw was voor haar gezicht gewaaid, ze kwam blij over. Twee kinderen: een jongetje van ongeveer acht met een rond gezicht en rood haar, en een meisje van een jaar of vijf met een kleffe cracker in haar hand, dat verlegen naar de camera lachte.

'De zomervakantie?' vroeg ik, blij dat ik een onderwerp vond om over te praten.

'Deze afgelopen zomer nog, op Islay,' antwoordde Jack. 'Een venijnige wind daar, maar we vinden het er geweldig. We gaan er al heen sinds Alistair een baby was. Maar zulke vakanties komen er niet meer, in ieder geval niet met ons vieren.'

‘Mmm,’ reageerde ik en ik wist niet wat ik moest zeggen. De tranen brandden achter mijn ogen en ik moest me inhouden. Ik ruimde de kamer wat op, legde de stapel pockets recht, vouwde *The Guardian* op en gooide wat verfrommelde tissues in de zak voor papierafval die met tape aan de rand van de tafel was bevestigd.

‘Zal ik uw ijswater nog even bijvullen?’ vroeg ik.

‘Graag. Ik heb een ongelooflijke dorst door de pijnstillers.’

Ik pakte zijn piepschuimbekertje, blij dat ik een excuus had om de kamer uit te lopen. Toen ik bij de ijsdispenser stond, troostte het geluid van de in de beker vallende ijsklontjes me, omdat het zo iets doodgewoons was.

Hoewel ik me ongemakkelijk voelde en onbekwaam om Jack te helpen bij zijn grote verdriet en angst om te sterven, wist hij me de dagen daarna op mijn gemak te stellen door openlijk over zijn gevoelens te praten. Hij beschreef het schuldgevoel dat hij had omdat hij zijn vrouw en kinderen moest achterlaten, ook al wist hij dat het niet zijn schuld was dat hij kanker had gekregen. En hij maakte zich er zorgen over dat zij straks zo’n groot verdriet zouden hebben over zijn dood.

Bij Jack leerde ik dat het niet mijn verantwoordelijkheid was om zijn verdriet en zorgen weg te nemen, maar dat ik door mijn verzorging een veilige omgeving kon creëren waarin hij zijn emoties kon uiten. Ik ontdekte dat ik voornamelijk luisterde en zelden sprak. Jack praatte zichzelf door zijn gevoelens heen tot hij uiteindelijk geen woorden meer had en een diepe stilte ons omringde. De ruimte tussen ons in leek ons beiden met iets groters te verbinden, een perspectief dat, zo weet ik nu, dertig jaar later, heel veel troost kan bieden op die momenten dat woorden niets meer toevoegen.

Jacks openheid en kwetsbaarheid vormden voor mij een

inspiratiebron om meer te weten te komen over hoe mensen met hun sterven omgaan, en hoe het medisch personeel hen beter kan steunen in emotioneel en geestelijk moeilijke tijden. Hij leerde me dat een stille, rustige, niet-veroordelende houding en een diep vertrouwen in het vermogen van de patiënt om zijn of haar eigen manier te ontdekken om met het levenseinde om te gaan, de hoeksteen zijn van elke zinvolle verzorging en verpleging.

Naar mijn idee komt zo'n houding voort uit het hart; niet het fysieke orgaan, maar een emotioneel centrum waaruit gevoelens voortkomen, zoals liefde of compassie, in reactie op het lijden van de ander. Deze band door het lijden kan een gevoel van ruimte of heelheid scheppen tussen twee mensen, waarbinnen de genezing van ziel en geest kan plaatsvinden.

Door de ervaring met Jack ging ik op zoek naar een dieper inzicht in hoe je de omstandigheden kunt creëren die deze heelwording kunnen bevorderen. Ik zal hem altijd dankbaar blijven dat hij het beginpunt vormde van het werk dat later in mijn leven centraal kwam te staan.

Een paar jaar later, toen ik zesentwintig was, wilde ik een jaar in een ander land gaan wonen en werken, en daarom vertrok ik naar Canada. Ik was van plan om er een jaar te blijven, maar dat werden er uiteindelijk meer dan dertig. Ik werkte tien jaar als oncologieverpleegkundige in Vancouver en in die periode nam niet alleen mijn liefde voor het werk toe, maar ook mijn ontevredenheid met het systeem waarbinnen ik werkte. Ik ergerde me steeds meer aan een gezondheidszorgmodel dat zich meer op de behandeling van kanker richtte dan op de persoon mét die ziekte. Ik wilde meer tijd hebben om aandacht te besteden aan het hart en de geest van een persoon en van zijn of haar dierbaren.

Ik raakte ook ontmoedigd over een cultuur die niet langer wist hoe we met de dood moeten omgaan. Ik zag hoe

bang gezondheidswerkers en veel oncologen waren die met hun patiënten over de dood spraken, laat staan dat ze patiënten manieren aanreikten om met hun angsten en zorgen om te gaan.

Terugkijkend besef ik dat ik het ook moeilijk vond om met de pijn om te gaan van het beroep dat ik gekozen had. Ik wist niet hoe ik moest rouwen over de mensen die ik verzorgd had en die waren overleden, en ik wist ook niet op wie, of wat, ik mijn woede moest botvieren. Ik voelde me verantwoordelijk voor wat er wel, of niet, met iemand gebeurde. Ik zag kanker als een vijand en ik sloot me aan bij de strijd. Als oncologieverpleegkundigen komen we dagelijks op voor datgene waarin wij geloven, maar ik moest zelf nog leren hoe ik dat kon doen zonder mijn hart toe te sluiten.

Ik wilde mezelf veranderen en het systeem veranderen.

Nadat ik mijn studie had voortgezet en een master in de verpleegkunde behaalde, kreeg ik een fulltimebaan als klinisch verpleegkundig specialist in een ziekenhuis. Zo kon ik rechtstreeks met patiënten, familieleden en verplegenden blijven werken en hen begeleiden, maar nu als counselor. Ik heb zeer veel respect voor verpleegkundigen die opleiders, researchers en managers gaan worden, maar ik wist dat mijn loopbaan binnen de directe klinische zorg moest liggen. Ik raakte steeds meer geïnteresseerd in het opkomende veld van de geïntegreerde geneeskunde: een benadering van genezing die zich richt op de hele mens (lichaam, verstand en geest), daarbij inbegrepen alle facetten van de levensstijl. Het benadrukt de therapeutische relatie tussen de persoon en het medisch personeel en maakt gebruik van alle wetenschappelijk ondersteunde therapieën, zowel de conventionele, de aanvullende als de alternatieve.

Ik volgde tien jaar lang elke zomer een cursus bij Dolores Krieger, een gepensioneerde professor verpleegkunde

van de New York University. Samen met Dora Kunz, een leider van de Theosophical Society of America, ontwikkelde ze *Therapeutic Touch* (TT), een energietherapie gebaseerd op de eeuwenoude praktijk van de ‘handoplegging’. Deze therapie wordt gebruikt om de pijn en onrust te verlichten en moet het stervensproces wat minder zwaar maken. De twee vrouwen leidden me op in deze therapie en daardoor kreeg ik oog voor wat ik nu zie als mijn spiritualiteit: een levenslange zoektocht naar betekenis, zingeving en voldoening in de algemene ervaringen van het menselijk leven. Ze leerden me hoe ik een diep contact met de ander kon krijgen zonder de angst dat ik door mijn eigen gevoelens zou worden overmand. Ze hielpen me om vertrouwen te krijgen in het aangeboren vermogen van elk mens om zelf verantwoordelijk te zijn voor zijn of haar eigen geestelijke en emotionele genezing en geluk.

In 1993 werd ik geïnspireerd door een televisieserie van Bill Moyers, met de titel *Healing and the Mind*.¹ Het zesde deel beschreef een retraite van een week voor kankerpatiënten in Bolinas, Californië. De retraite werd geleid door Michael Lerner en Rachel Naomi Remen. De volgende dag belde ik de organisatie Commonweal op en vroeg om meer informatie over de retraites. Toevallig zouden ze twee maanden later voor het eerst een workshop voor medisch personeel houden, om hun te leren hoe ze zelf een retraiteprogramma voor mensen met kanker konden opzetten. Ik meldde me meteen aan.

Na de workshop van Commonweal stelde ik een team samen van medisch personeel dat interesse had in het leiden van retraites voor kankerpatiënten en het jaar daarop werd de Callanish Society in Vancouver opgericht. Inmid-

1 Opm. vertaler: de serie *Gezondheid en geest* werd in Nederland in 1994 uitgezonden door Teleac.

dels heeft Callanish al bijna honderd retraiteweken gehouden en is het een bloeiend centrum geworden voor families die met kanker te maken hebben om tot geestelijk herstel te komen en sterk te worden, sommigen voor het leven, en anderen voor de dood. Het is een plek die gewijd is aan mensen die onomkeerbaar veranderd zijn door kanker. Ze krijgen hier retraites en programma's aangeboden om zich op de fundamentele zaken van het leven te richten. We willen patiënten helpen om met hun naaste verwanten over het sterven te praten, om verwondingen en trauma's uit het verleden aan te pakken en om zich erop voor te bereiden om vredig en met aanvaarding te sterven.

Ik hoop dat lezers door mijn boek een groter inzicht zullen krijgen in het stervensproces, of dat nu hun eigen dood betreft of de dood van een dierbare. Net zoals we ons zorgvuldig op een geboorte voorbereiden, kunnen we ons ook open en bewust voorbereiden op het sterven. En dat schenkt ons enige troost en vertrouwen ten aanzien van het lot dat ons immers allemaal wacht. Het is mijn wens dat dit boek gezinnen en families hoop zal geven en ze helpt zo goed mogelijk te leven en liefhebben in de periode tussen het horen van een slechte prognose en het moment van overlijden.

De families in dit boek vertegenwoordigen maar een klein deel van de bevolking en hun ervaringen betekenen dus niet dat het proces bij iedereen en overal hetzelfde verloopt. Ik ben me ervan bewust dat sommige lezers andere ervaringen hebben met de dood en het sterven dan in deze verhalen geschetst worden, en dat spijt me oprecht.

Ik heb geprobeerd om de privacy van de personen in deze verhalen te beschermen door belangrijke kenmerken te veranderen of door een vergelijkbaar verhaal te schrijven. Ik heb sommige verhalen eerst aan nabestaanden laten lezen zodat zij konden kijken of het klopte wat ik op papier

had gezet. Dit contact heeft me zeer geraakt en me ervan verzekerd dat de liefde blijft voortbestaan.

Dit boek bestaat uit vier gedeelten. Elk ervan bevat vier tot zeven verhalen. Zij belichten de ervaring hoe je je voor de dood kunt openstellen, hoe je je erop kunt voorbereiden, hoe je geestelijke en emotionele genezing kunt vinden voor dingen die in het verleden zijn gebeurd, hoe je kunt omgaan met onafgeronde zaken of kunt accepteren wat niet opgelost is, hoe je voor een vrijwillig levenseinde kunt kiezen en hoe je troost kunt putten uit de natuur en het gegeven dat we nu eenmaal allemaal ooit zullen sterven.

Mijn vriendin Maureen Kennedy, die tot een van de oorspronkelijke bevolkingsgroepen van Canada, de Cree, behoort, vertelde me dat stamoudsten volgens de traditie 'leerverhalen' verzamelen, gebaseerd op hun jarenlange ervaringen in het leven.

'Er breekt een moment aan,' zei ze, 'waarop de oudsten hun verhalen de wereld in moeten laten gaan. Je zult zelf weten, Janie, wanneer dat moment voor jou is aangebroken. Je hebt inmiddels toch veel verhalen verzameld?'

'Dertig jaar aan verhalen, minstens,' antwoordde ik, terwijl ik instemmend knikte.

Ik geloof dat het moment is aangebroken om deze verhalen de wereld in te laten gaan.

De voorbereiding op de dood is een radicale, liefdevolle daad voor onszelf, en voor de mensen om ons heen die verder leven als wij er niet meer zijn. Ik hoop dat deze verhalen jullie, de lezers, vertrouwen zullen geven en een rouwkaart zal aanreiken voor een van de belangrijkste, maar minst besproken ervaringen van ons leven. Ik hoop ook dat deze verhalen, die me door anderen zijn geschonken, jullie harten zullen genezen, voeden en sterken en dat ze jullie de ontzagwekkende schoonheid laten zien die hoort bij het leven en het sterven, wat je geboorterecht is.

I

Je hart openstellen voor de dood

‘Vrede ontstaat als onze harten open zijn als de
lucht boven ons en zo weids als de oceaan.’

Jack Kornfield

Tijdens een retraite waaraan ik een paar jaar geleden deelnam, deelde Zoketsu Norman Fisher, een priester van het Soto-zenboeddhisme, een les die me is bijgebleven. Hij beschreef hoe het hart aan het eind van ons leven, als de lichamelijke functies minder worden, een eindeloos vermogen blijft houden om liefde uit te drukken en ontvangen. Zijn uitspraak schenkt me troost. We mogen beseffen dat we zelfs zonder een gezond lichaam een waardige rol hebben. We kunnen namelijk liefde blijven geven en ontvangen en ons hart openstellen in ons leven en sterven, zodat onze dierbaren nog lang na ons sterven de steun blijven ervaren van die liefde.

Ik heb ontdekt dat ik mijn hart gemakkelijker kan openstellen in gezelschap van anderen dan wanneer ik alleen ben. Openhartig zijn over elk willekeurig aspect van ons leven is afhankelijk van ons contact met anderen. Misschien komt het juist door dat contact, vooral in moeilijke tijden, dat onze compassie voor, en betrokkenheid bij, anderen groeit en voorkomt dat we ons alleen en eenzaam voelen.

Elke dag weer ontmoet ik mensen die hun hart openstellen voor de dood, die van henzelf of van een ander. Ze laten ons zien hoe we kunnen voorkomen dat we ons afsluiten voor de diepe teleurstellingen van het leven. Ze sporen ons aan om ons niet af te sluiten voor de pijn en het verlies, maar om een risico te nemen en contact met anderen te zoeken.

Dit deel gaat erover dat je je hart moet openstellen voor de dood. Het bevat vijf verhalen over wat er met jouw leven en dat van je dierbaren kan gebeuren als je je niet afsluit, maar openstelt voor de dood. De vijf mensen in deze verhalen maakten ieder keuzes wat betreft hun overlijden die aansloten bij de manier waarop ze met het leven waren omgegaan. Door hun hart voor de dood open te stellen, vonden ze meer aansluiting bij en liefde voor zichzelf en de mensen die hun dierbaar waren. En daardoor leefden ze ook bewuster.

I

Karen: Gouden liefde

‘Karen gaat misschien dood,’ zei Kathy, toen ze me op een avond belde. Het was begin december en haar mededeling kwam als een donderslag bij heldere hemel.

‘Hoe bedoel je?’ vroeg ik en ik voelde hoe mijn maag zich omkeerde. We waren al vijftientig jaar bevriend met z’n drieën. Acht jaar nadat we elkaar hadden leren kennen, hebben we samen de Callanish Society opgericht, de stichting die retraiteweken organiseert voor kankerpatiënten.

Kathy sprak met bevende stem: ‘De afgelopen twee weken dachten we dat ze griep had, maar ze werd elke dag zwakker en ze is al twee dagen niet meer van de bank opgestaan.’

Met mijn kordate verpleegstersstem onderbrak ik haar: ‘Is ze al naar de dokter geweest?’

‘Je weet hoe ze is, Janie. Ze wil er liever geen dokter bij halen,’ antwoordde Kathy.

Dit was een van de lastige punten geweest in de 23 jaar dat ze als partners samenwoonden. Kathy was voedingsdeskundige en wilde liever kruiden gebruiken dan medicijnen, net als Karen, maar ze waren het niet met elkaar eens

wat betreft de rol van de westerse geneeskunde op het gebied van gezondheid en genezing. Karen vertelde me eens hoe bang ze voor artsen en ziekenhuizen was omdat haar vader toen zij in de twintig was na de eerste chemokuur in een oncologisch ziekenhuis al was overleden. Ze vertelde me dat zijn dood volgens haar te wijten was aan de medicijnen en niet aan de kanker.

‘Kathy, je moet met haar naar de dokter,’ zei ik.

De volgende ochtend wikkeld Kathy haar partner Karen in dekens, zette haar in de auto en reed haar naar de dokterspraktijk in de stad, ongeveer twaalf kilometer bij hen vandaan. Ze woonden in de regio Cariboo in Brits-Columbia, zes uur ten noorden van Vancouver. Het was een gebied met uitgestrekte graslanden, met groene meren en wilde dieren, waar ’s winters veel sneeuw lag. Kathy en Karen hadden elkaar in de regio Cariboo ontmoet toen ze begin twintig waren en allebei deelnamen aan een conferentie van de Emissaries of Divine Light. Dat is een internationale gemeenschap met wereldwijd zeven spirituele centra. Een aantal jaren nadat Karen en Kathy in de leefgemeenschap van die organisatie waren gaan wonen in de stad 100 Mile House, in Brits-Columbia, waren ze verliefd geworden.

In het ziekenhuis kregen ze te horen dat Karens lever niet goed meer functioneerde. Uit de echo’s bleek dat ze overal uitzaaiingen van borstkanker had. We wisten dat ze waarschijnlijk niet lang meer te leven had. Op dat moment werkten we al achttien jaar met kankerpatiënten en we wisten dat er geen logische reden is waarom de een wel kanker krijgt en de ander niet, of waarom iemand een bepaald soort kanker krijgt, in welke fase de diagnose wordt gesteld, wie het wel of niet overleeft, en hoe het stervensproces van ieder persoon verloopt. We wisten dat je als