

Desalniettemin
zal ik leven

Desalniettemin zal ik leven

Stefaan Renaat Benjamin

Schrijver: Stefaan Renaat Benjamin
Coverontwerp: Fabienne Ceenaeme
ISBN: 9789465316345
© Stefaan Renaat Benjamin Declerck

Ik ben Stef. Kortweg Stef. Ik heb een simpel leven en af en toe schrijf ik wat. Te jong getrouwd, dan gescheiden en later wederom getrouwd. Maar deze keer gelukkig. Werkzaam in een bouwmarkt en woonachtig op het platteland. Uitgeweken West-Vlaming dus gedoemd om voor de rest van mijn leven te worstelen met de g en de h. Uiteindelijk vredig neergestreken in de perenstreek. Verzot op het leven, vooral dan het spirituele aspect ervan. Maar ik ben slechts een eenvoudig man.

Toen ik ziek werd heb ik heel erg veel geschreven, wel zo'n duizend pagina's. Over wat me overkwam en wat dit met me deed. Gaandeweg daagde het me dat wat ik opgeschreven had misschien herkenbaar was voor een ander. Daarom bundelde ik sommige schrijfsels tot dit boekje. Voor degenen die ook ziek zijn.

In mijn mooiste maar ook slechtste momenten bleef ik eerlijk alles neerpennen. Ook toen ik af en toe kwaad was op mijn situatie. Geslingerd tussen hoop en zwartgalligheid. Soms schreef ik zalvend. Soms ook confronterend en messcherp. Daardoor is het boek soms warrig of niet altijd chronologisch opgebouwd.

Toch is dit de letterlijke waarheid van mijn wedervaren als kankerpatiënt. Opflakkerende angst en hoop. Ontroerend en onverbloemd. En van tijd tot tijd misschien een beetje nukkig, maar zo ben ik nu eenmaal.

Ik wens je veel leesgenot toe.

Stefaan Renaat Benjamin

Medio augustus 2024.

"Je zal toch niet doodgaan hé." Haar zien breken doet mij breken. Er is geen gelofte, belofte, eed of verzekering mogelijk. Het spel is begonnen, de naam is bloedkanker en ik bevind me op 'start'. Wie weet hoe het spel gespeeld zal worden, ik heb er geen zicht op.

Och Fabienne... Ik probeer haar te troosten, schokkende schouders in mijn armen, ze huilt hartverscheurend, dan wij in duet.

En dit duurt de hele dag. Sterk zijn, zwak zijn, elkaar bezweren dat we zullen vechten om even later te staan bibberen van angst. Vechten voor mijn leven, vechten voor *haar* leven. Ik wil het haar niet aandoen om nu al te gaan. Het lijkt zo warrig nu, als ik terugkijk op die eerste dagen.

Er is geen beschrijf voor de wanhoop die je ten deel valt als je hoort dat je plotseling bent terechtgekomen in een horrorscenario. En toch, aan de andere kant ben je blij dat er professionele hulp is. Dat biedt hoop.

Maar die dag kijkt ze me meermaals in de ogen en telkens breken we opnieuw.

Vadertje Tijd klopt aan mijn deur.
“Het is tijd,” zegt hij, “kom...”

Eerste chemo

Hoe wilt u de dood begrijpen, u begrijpt het leven nog niet eens.

Confucius

Traag slingerde de dag zich naar dit punt. En dit is nog maar dag één. Een heel jaar vol dagen, veel dagen die zich zullen aaneenslingeren tot iets dat zal aanzwellen tot wat hopelijk een punt van genezing is. Ik wist wat leven was, zoals ik het leven liefheb en bij momenten soms haat. Nu haat ik het niet meer. Toch heb ik geen angst om te sterven. Sommige mensen zijn als de dood om te sterven, ik niet. Het lijkt wel alsof wat me nu overkomt niet te vermijden was. Misschien zal het me laten inzien wat de werkelijke waarde van het leven opnieuw is. O ja, ik heb een vorm van bloedkanker by the way, leukemie. Eergisteren vastgesteld. Maar vorige week vrijdag tijdens een bloedcontrole liep het feitelijk al mis. Het moet in de late namiddag geweest zijn dat de huisarts me nogal in paniek opbelde omdat mijn bloedwaarden heel slecht waren en dat ik me zo rap mogelijk moest begeven naar de spoeddienst van de kliniek voor een dringende bloedtransfusie. Ze waren daar blijkbaar al op de hoogte. Vaag herinner ik me het

telefoongesprek met mijn huisdokter. Ik was tegendraads, zij onwankelbaar.

"...geen tegenspraak dulden. Nu dadelijk. Je moet nu direct naar de spoed."

"Is dat werkelijk nodig?"

"Het is heel slecht." Haar stem beefde net niet.

"Wat is er..."

"Stef... luister naar mij. Luister je, Stef?"

"Ik luister, wat wil je me..."

"Stef... Het is heel heel slecht... Begrijp je me? Het is echt niet goed." De trilling die nu plots wél in haar stem zat deed me slikken.

"Zal ik doodgaan?"

"Stef, luister naar me. Ga zo vlug mogelijk naar de spoed. Nu."

Achteraf wist ik niet meer of die snik die ik gehoord had van haar of van mij kwam.

En ik heb het allemaal wat onderschat, dat moet ik toegeven. Nu, enkele dagen later, na vooral veel onderzoeken, een splinter bot en wat beenmerg armer, zit ik al in quarantaine. Klaar voor de chemo. De komende vier of vijf weken is deze steriele kamer waar ik niet uit mag mijn nederige thuis. Het enige voordeel is dat ik alleen in deze kamer lig. Een snurkende of slurpende kamergenoot naast me is nu wel het laatste wat ik nodig heb. Mijn vrouw was emotioneel, probeerde zich constant goed te houden. Toch vielen we de afgelopen dagen elkaar snikkend in de armen, het is sterker dan onszelf. De gedachte dat alles zomaar plots kan ophouden verstikt mij en verlamt haar. Nu zit ik hier constant naar mijn handen te staren en realiseer me dat de kans er dik in zit dat ik niet oud zal worden.

Vijfenveertig, op zich al een gezegende leeftijd maar in mijn opinie toch nog jong om te sterven.

Mijn schrijverspen krast reumatisch over het papier en dat is voelbaar. Het is te lang geleden dat ik nog iets schreef. Hopelijk zijn de komende dagen, weken, geschikter om te schrijven. De ontspanning waar ik zo lang naar smachtte heb ik nu eindelijk gekregen, zij het niet op de manier die ik wilde. Ik zal een vol jaar niet kunnen gaan werken. En ik vrees voor de facturen die zullen volgen. Maar we zullen zien. Ik weet niet of ik dit schrijven zal kunnen voltooien, en in feite interesseert het me ook niet. Op dit moment is alles dof in mijn hoofd. Dit dagboek zal ik zo goed mogelijk afwerken. Wellicht zal het nooit gelezen worden.

*Wanneer je verdrietig bent, kijk dan opnieuw in je hart
en zie dat je huilt om wat je vreugde schonk.*

Kahlil Gibran

Ingewijden weten dat ik een man van ergernis kan zijn, van tijd tot tijd een misantroop die er niet voor terugdeinst om hier en daar eens ferm te zeggen waar het op staat. Misschien is dat wel het plan van het grote universum daarboven, mij eens flink nederig maken. Op het eerste zicht lijkt dit nog niet te lukken. In een tijdspanne van acht uur hebben ze me hier twee maaltijden geserveerd die telkenmale bestonden uit drie sneden onfris brood vergezeld van een verdacht ruikend en halfkoud strontje soep. Maar na een vriendelijke terechtwijzing mijnentwege dat dit toch echt wel veel te weinig eten is voor een volwassen vent kreeg ik van de laatste verpleegster toch nog een zakje zoutchips. Mijn brein probeerde te behappen dat gezond eten essentieel is voor gelijk welke soort van verbetering, maar werd kundig het zwijgen opgelegd door een knorrende maag. Honger is nog altijd de beste saus. Bovendien is het hier mijn eerste dag, ik mag het personeel niet te veel tegen de haren instrijken. Het leven als verpleger of verpleegster is een prelude naar het pensioen, lijkt het soms, als je hen lachend op de gang ziet staan keuvelen, professioneel glimlachend naar hulpbehoevende patiënten, maar aan de andere kant, doe het maar eens... Dag in, dag uit ronddolend in een kankerafdeling waarvan je weet dat iedereen die binnenkomt een shitshow zal doorworstelen en niet iedereen het einde van die show zal halen. Dus ik heb respect voor deze mensen die hun brood verdienen met andermans miserie als decor. Je moet verrekt sterk zijn

om dat te kunnen doen. Anderzijds voel ik hier, nu, op dag één, al de kinderachtige jongen in mezelf ontwaken die hier absoluut niet wil zijn, die terug naar huis wil. Plotseling wordt je hele leven uit handen genomen en kun je niet anders doen dan als een gekooid dier hopen dat je tijdig te eten krijgt en hopelijk niet te veel slagen van de zweep. In dit geval zal de zweep ongetwijfeld de chemotherapie zijn. Ik bereid me alvast voor op een kale knikker, weg met die trots van een knevel en bijhorende baard, weg met mezelf.

Ben ik ooit wel honderd procent mezelf geweest? Op dagen als deze word ik overspoeld door een soort van diepe rust, alsof ik gekoesterd word door het leven zelf en dat is een eigenaardig gevoel. Leukemie is dan misschien niet leuk, dat koesterende gevoel is het wel. Eindelijk het gevoel dat iemand het overneemt van mij, van die zware taak van het in leven blijven. Al vijfenveertig lange jaren aan één stuk door moeten leven en nooit eens een dag dat het niet hoefde. Vandaag moet ik niet meer zelf denken, niet meer zelf 'te zijn'. Men 'is' er voor me, zegt men. Misschien zullen sommige collega's die zich slechts een paar dagen geleden rot schrokken er al van bekomen zijn en mijn ziekte morrend linken aan meer shifts voor hen en veranderde uren. Ik weet dat deze woorden niet terecht zijn. Mijn collega's staan er als het nodig is. Is dit het begin van de innerlijke stem van leukemie? Alles in twijfel trekken? Ook de dingen waaraan je niet hoeft te twijfelen? Of is het de stem van ontgoocheling in mezelf die zich begint te roeren? Men zegt dat er verschillende fases bestaan in de rouw. Neen, ik ben niet bang om te sterven en ook niet van de dood die op het sterven

volgt. Ik was gewoon enorm geschrokken en ben nu ferm kwaad op mezelf dat ik ben blijven werken toen ik al wist dat er iets niet klopte. Wat was ik aan het denken? Dat het me niet zou overkomen, dat dacht ik. Wel, kennelijk moet ik over sommige dingen beter leren na te denken. En in feite mag ik nog niet klagen. Een eeuw geleden zou ik op dit moment al aan het sterven geweest zijn. In dit tijdperk kan ik mijn vrouw opbellen en spreken en er hangt televisie in de kamer. Wat een luxe vergeleken met onze voorouders. Maar ja, die zijn intussen al allemaal dood dus die tellen nu even niet mee. Weer zo'n rare gedachte die in me opkomt... Laat het stoppen! In het beste geval overleef ik deze onzin en kan ik verder als een wijzer man. In het slechtste geval zal ik een véél wijzer man zijn die niet meer lang te leven heeft, maar daar denk ik nu nog niet aan.

De eerste nacht viel minder goed mee dan verwacht. Dat heb je dan met verwachtingen. Het begon nochtans goed. Er was een heel vriendelijke nachtverpleegster die de moeite nam om eens rustig met mij te babbelen, dat deed deugd. Maar na de controles van hart en bloeddruk ging die weg en sloeg de eenzaamheid van de nacht toe. Mensen onderschatten het belang van een goede thuis waar ze geborgen zijn. Tijdens nacht één kwam dat besef bij me bovendrijven. Ik heb al jaren een goede thuis, heb ik het ooit genoeg beseft? Meer en meer bekruipt me het gevoel dat deze trip, deze uitputtingsslag die ik zal moeten voeren een nut heeft. Als ik dit overleef dan zal ik in elk geval veel meer appreciatie hebben voor de kleine dingen des levens en voor het leven zelf. Als ik het overleef. Er zijn ook mensen die hier niet uitkomen, die deze burcht niet

levend verlaten. Voorlopig probeer ik mijn verblijf hier niet te zien als een gevangenis, die tijd komt vrees ik nog wel. Ik zou er alles aan doen en alles voor overhebben om even thuis naast mijn vrouw te zitten, genietend van haar aanwezigheid in de koestering van mijn kleine boerenwoninkje. Oud huisje, best gezellig, mooie omgeving. Hopelijk kan ik het na deze behandeling nog blijven afbetalen. Veel vragen, misschien is het beter om de dingen wat los te laten nu. Het wachten op het ongetwijfeld spetterende ontbijt, wellicht bestaand uit drie sneden brood en een kop halfslappe koffie, duurt lang. We zijn meer gewoontebeest dan we willen geweten hebben.

Het valt me altijd zo op, waar ik ook kom, dat er twee soorten van mensen lijken te bestaan. En ik heb zwaar de indruk dat het de ene groep is die de andere rechthoudt. De ene groep is hartelijk, betrokken, empathisch en geeft je een goed gevoel. De andere groep is alles behalve dat. Van de ene groep krijg je een spontane goeiemorgen in de gang, of het nu een dokter, verpleegster of poetshulp is. De andere groep stuift je voorbij alsof je niet meer bent dan een zakje plasma dat op een stoel zit te wachten op het zoveelste onderzoek. Ik moet me ervoor hoeden om me te veel te profileren en ik weet niet wie er later allemaal dit schrijfsel te lezen zal krijgen, dus ik zal niet te veel in detail treden. Daarnet had ik twee onderzoeken. De ene dokter testte mijn longen, gaf me moed en wenste me het beste. De andere dokter deed enkel zijn job en checkte of mijn hart de chemo zou aankunnen. Zouden die mensen dan niet weten hoezeer ze een verschil maken in de levens van de talloze patiënten die ze doorkruisen? Voor veel

mensen zijn ze een houvast, wie weet zelfs een laatste strohalm. Het valt me op dat degenen die enkel het hoognodige doen zelden degenen zijn die zelf het positiefst in het leven staan. De mensheid is verdeeld. In elk geval is dit lijf geschikt en fit genoeg bevonden om te worden blootgesteld aan gigantische levels chemo en dat is op zich goed nieuws. Als de dokters denken dat ik in staat ben om te vechten, dan zal ik dat wel zijn. Straks staat er nog een onderzoek gepland als ik het goed heb, dan zien we wel. De vechtlust komt boven, maar dan sereen en gedoseerd. Deze jongen zal zich niet laten kennen. De wereld is vooralsnog niet van me af.

Terwijl ik me klaarmaak in de badkamer zie ik mezelf in de spiegel staan. Het is vijf uur in de ochtend en ik moet nuchter blijven tot in de namiddag want vandaag krijg ik een mechanische update. Ze zullen een katheter plaatsen rechtstreeks in een slagader ergens in de hals, voor zover ik het goed heb begrepen. Hier voor de spiegel staand vraag ik me trouwens af wat die architecten bezielt om in de toiletten van restaurants of klinieken het soort van schelle lampen te hangen die je tanden er doen uitzien alsof je ze al tien jaar niet meer hebt gepoetst. Mijn gebit ziet er zowat tachtig uit. Er ontspint zich een merkwaardige evolutie in mezelf. Ik merk dat ik terechtgekomen ben in een soort van vertraging. En of ik het nu wil of niet, ik heb er ergens vrede mee. Toegegeven, ik zit nog aan het werkelijke begin van het traject en ja, misschien zal alles wel veel zwaarder zijn en minder goed meevallen dan dat ik me thans kan inbeelden, desalniettemin zie ik het zitten. Spiritueel gezien zou je kunnen zeggen dat ik het gevoel heb dat dit een horde was die ik hoorde te nemen, alsof

die horde al jaren heeft zitten wachten tot de jachtige idioot die ik helaas teveel ben dwingt de tijd te nemen om goed rond te kijken. Zieke mensen helpen, ik krijg er een immense waardering en respect voor.

De verkoop is mijn branche, niet het soort verkoop waarbij je mensen stalkt tot ze zwichten en een volstrekt overbodig abonnement of zo nemen, neen, ik werk in een bouwmarkt. De klanten helpen is iets wat ik graag doe, hen aan het lachen brengen neem ik er graag bij. Menselijk contact staat me op het lijf geschreven.

Toen ik klein was bestond er een jaarlijkse rally van Parijs naar Dakar. Ik herinner me nog de televisiebeelden van rallywagens, vrachtwagens en crossmotors door de woestijn. De stofwolken, de snelheden en de mooie camerabeelden vanuit de helikopter. Op een gegeven moment hebben ze de rally dan eerst verkort en dan later laten plaatsvinden in Zuid-Amerika als ik me niet vergis omdat het in sommige delen van Afrika niet meer veilig genoeg was om het te laten doorgaan. Punt is dat de rally bestond uit etappen. Soms waren dat dagelijkse etappen, soms ook tijdritten van een vast aantal kilometer. Het was een werkelijke slijtageslag, zowel voor de coureurs, copiloten als voor de wagens zelf. Platte banden en zo moesten ze maar zelf zien te repareren, in hun zwaar kostuum in de brandende woestijnzon. Alleen de taaisten en de besten haalden de meet. Wel, wat mij hier te wachten staat zie ik ook een beetje zo. Gisteren heb ik wat meer uitleg gekregen over de chemo en het is toch niet van de poes. Veel bijwerkingen, veel dingen om op te letten, zelfs wat ik uitplas zal op een gegeven

moment extreem toxisch zijn. Bovendien is het een lang traject. Vandaar Paris Dakar. Een lange rally die mijn focus zal vergen. Er is in mijn ogen slechts één verschil met die rally en mijn situatie: mijn deelname is niet vrijwillig. We zullen zien hoe het gaat.

Toen ik destijds eenentwintig was stierf mijn toenmalige beste vriend. Stom ongeluk. Omvergereden met zijn brommertje door een wagen, om specifiek te zijn. Het interessante aan de hele zaak is dat hij zijn dood op dat exacte moment al jaren voorspeld had. Hij wist dat hij ging sterven een paar weken voor hij twintig werd. Hij had zelfs al heel zijn begrafenis uitgeschreven. Toch was het geen zelfmoord of zo. Het was puur een stom ongeluk. Al vele jaren heb ik min of meer hetzelfde gevoel. Als tiener of zelfs twintiger kon ik me nauwelijks een leven voorstellen als dertiger. Nu ik vijfenveertig ben besef ik dat dit ongeveer het verste is waar ik ooit kon kijken. Dat er iets zou gebeuren met mijn gezondheid heb ik ergens altijd al geweten. Wie daarop doordenkt wordt gek. Maar vaak heb ik gemeend dat ik niet verder kon kijken dan mijn vijfenveertigste. Misschien was ik kortzichtig, ik weet het niet. Maar wat er ook gebeurt, ik ga de Paris Dakar aan. En vandaag is dat helaas met een nuchtere maag die me smeekt om wat redelijkheid en voedsel om vijf uur dertig 's ochtends. Des te zoeter zal het beschuitje straks zijn als ik na de technische aanpassingen uit de narcose ontwaak. We zullen wel zien wat er gebeurt. Dat is ongeveer het enige wat ik nu kan doen.

Eerste nacht alleen geslapen. Geen oog dicht gedaan, alleen maar malende, tergende, angstige gedachten die sluimeren in en rond mijn hoofd. Ik hoor geklop op het keukenraam en zie mijn buurvrouw. Mijn ogen schieten terug vol en ik weet geen blijf met mezelf. Maar zij staat er voor mij, voor ons. Ik krijg een potje met soep, een knuffel en vooral een goed gesprek. Ze heeft beloofd aan Stef om voor me te zorgen en dat doet ze. Ik ben haar daar eeuwig dankbaar voor.

Fabienne

Mocht je me een aantal jaren geleden hebben gevraagd wat de zin van het leven is dan had ik je ongetwijfeld geantwoord dat dit spiritualiteit is. Iedereen heeft wel zijn of haar eigen manier om dit te beleven, hoewel de meesten onder ons evenveel spiritualiteit in zich hebben als een vogeltje benul heeft van een krentenbrood boetseren, niets dus, toch zal je mij nooit horen zeggen dat deze of die manier de enige juiste is. Toch begin ik te beseffen dat de kans groot is dat ik me altijd vergist heb. Want op een gegeven moment kwam ik erachter dat het enige wat er feitelijk toe doet tijd is. We hebben tijd, we hebben geen tijd, we maken tijd of stelen tijd. We doden zelfs tijd. Als er iets is dat belangrijk is in het leven dan is het wel tijd en ik zou maar wat graag geloven dat leeftijdsgenoten van mij, met name veertigers, dit zouden inzien. Toch doen de meesten dit niet. Ze hebben hun kinderen, misschien al het vooruitzicht op kleinkinderen. Zij hoeven niet in te zitten met tijd, men denkt niet aan tijd tot die tijd bijna op is. Toch heb ik dit lang gezien als de enige juiste manier om naar de dingen te kijken. Ik dacht dat de

werkelijke zegen van het leven net die eindigheid was. We leven en we gaan dood en eer we doodgaan zorgen we er het beste toch een beetje voor dat we iets betekenen voor onszelf of voor een ander of tenminste iets achterlaten. Dus ik dacht dat ik goed bezig was. Maar nu besluit me een ander gevoel dat ik, hier gezeten in isolatie, uitkijkend op een troosteloze ziekenhuisvleugel maar gelukkig ook met wat horizon erboven en een stadsparkje in de verte, bijna klaar ben voor een nieuw inzicht. En dat inzicht is inhoud. Mijn leven mist geen structuur of geluk. Ik heb ontbering gekend en och, een aantal jaar geleden zat ik dieper dan velen zich kunnen inbeelden. Toch kwam ik er weer uit. Discipline, kracht, focus, sterkte. Het stelde me in staat om lijvige werken te schrijven over bijvoorbeeld religie en geloof, spiritualiteit maar ook depressie, geluk en ouderverstoting, ga zo maar verder. Maar in al mijn kracht vergat ik misschien te genieten van de kleine dingen. Nu ik hier zit word ik gedwongen om te genieten van de kleine dingen. Ik zag bijvoorbeeld voedsel als alleen maar voedsel. De drie droge sneden die gisteren mijn ontbijt vormden waren godeneten voor mij. Dom hoe ik plotseling inzie dat veel te maken heeft met perspectief, perceptie en verwachting. Vandaag zit ik nog altijd te wachten tot ik straks die katheter krijg en ik ben nog altijd nuchter, geen eten. Ik heb mijn verwachtingen zo ingesteld dat ik zelfs geen honger heb. Dat zou de werkelijke kracht van meditatie moeten zijn. Ook daar dacht ik al meerdere malen over na. Het niet hebben of stellen van verwachtingen in iets, misschien zelfs in het leven zelf, moet voor sommigen een zegen zijn. Ik weet niet of ik het in iedere situatie zou kunnen. Wat ik wel plan te doen is de kleine dingen

wat meer te appreciëren. Je hebt er werkelijk geen idee van hoe kostbaar je gezondheid is tot je niet gezond meer bent. En dan denk ik eerlijk gezegd nog dat er hier lotgenoten liggen die het een pak zwaarder hebben dan mij. Ik spreek met opzet over bloedkanker en niet over leukemie. Misschien zou er meer aandacht voor zijn mocht men niet blijven termen uitvinden om het leed te verzachten. Het is kanker. Bloedkanker. Punt. Ik heb alle begrip voor eufemismen en synoniemen maar ze moeten hun plaats kennen. Kanker is een shitshow. En ik zit hier helaas op de eerste rij.

Ik denk over het algemeen dat humor de beste saus is om deze beproeving te overleven. Daarnet, voor ze me kwamen halen om die katheter te plaatsen, was ik nog altijd gruwelijk nuchter. Plotseling ging de deur open en dartelde er een jobstudiante de kamer binnen met een plateau met dampend eten erop dat ik uiteraard moest weigeren. En even erna vertelde de poetsvrouw me in geuren en kleuren wat soorten lekkers ik allemaal kon krijgen op de afdeling, gaande van paprikachips tot chocoladerepen want ze hebben hier een snoepkar om de moraal van de patiënten op het zevende hoog te houden. Gezien mijn staat reageerde ik bloednuchter doch met een vleugje humor. Toen kwam men mij uiteindelijk halen voor de kleine ingreep, met bed en al. Ik sta niet graag op zo'n manier in de aandacht, alsof ik te zwak was om zelf naar daar te lopen, hotsend en botsend in een bed door de gangen en liften. Ik voelde me net alsof ik in een flipperkast zat. En dat dan nog in zo'n wapperend schortje met de billen bloot. Terwijl ik lag te wachten tot het mijn beurt was hadden ze mijn bed geparkeerd naast dat van een vrouw die constant

aan het klagen was, maar dan zoals een kind van drie wiens speelgoedje was afgenomen en ik voelde de irritatie zwellen. Zolang ik een hekel heb aan zo'n geluiden zit er leven in mij, zal er altijd leven in mij zitten.

Eén moment van vreugde verdrijft honderd zorgen.

Confucius

Prachtig geslapen deze nacht, hoewel de nachtverpleegster af en toe langs kwam om bloedwaarden en dergelijke te nemen. De ingreep met de katheter is goed verlopen en ik heb gisteren zowaar wat avondmaal kunnen binnenhouden. Misschien ligt het aan de verdoving die ik kreeg, maar van de rest van de avond kan ik me niet veel meer herinneren. Maar van de nachtverpleegster wel. Het valt me op hoe hartelijk die Limburgers zijn. In mijn geboortestreek, West-Vlaanderen, heb ik die hartelijkheid nooit mogen ondervinden. In elk geval blijk ik hier een vaste ochtendklok te hebben en dat is een verpleegster die tussen vijf en vijf uur dertig binnenkomt en ik vind het best. In het dagelijkse leven sta ik ook telkenmale op om vijf uur en het lijkt me niet slecht dat ik mijn gewoonten hier verder zet. Alleen het wassen is en blijft iets speciaals. De onderkant deed ik zelf, evenals mijn gezicht en met wat acrobatiewerk lukte ook mijn rechteroksel, de rest komt een verpleegster straks nog doen voor tien uur want door die katheter kan ik nu niet veel doen met mijn rechterarm. Toch probeerde ik zo goed als kwaad ik kon het meeste zelf te doen. Ik loop niet graag rond in mijn eigen nachtwalm. Hoe mensen hier ook reageren op hun ziekte, zeventien liggen er hier op deze gang, ik zal me niet laten meeslepen in het beeld van een zwaar zieke, ook al ben ik dit wellicht. Dus zolang ik kan zal ik 's ochtends vroeg blijven opstaan, mezelf zover het gaat zelf blijven wassen, en zoals nu om vijf uur dertig een stukje schrijven. Dit lijf moet vechten, het moet niet denken

dat het hier met vakantie is. En een lijf moet getraind blijven om vechtlust te hebben, net zoals een Romeinse soldaat. Dat zeg ik nu wel, misschien ben ik over een paar dagen constant zo kotsmisselijk dat mijn stoerheid het hoofd afwendt en ergens in een kast gaat zitten grienen.

Toch heb ik op dit moment geen intentie om me te laten kennen. Het doet me deugd te zien dat ik mentaal goed blijf en ik kan maar hopen dat dit bij mijn vrouw thuis ook zo is. Het doet me deugd als ze langskomt maar ik mag niet uit het oog verliezen in welke mallemolen zij nu meedraait. Ik geef je een voorbeeld. Ongeveer deze ochtend besepte ik dat wat ik hier nodig zal hebben vooral mijn oude T-shirts zal zijn, niet de nieuwe. Wat heeft zij gisteren in grote getale gewassen en gestreken om mee te hebben? Juist, nieuwe. Dus ik zal straks haar hart moeten verblijden met een nieuwe opdracht. En het is juist die dingen die niet fijn zijn. Zij mag lopen, rennen, dragen, in alle eenzaamheid rouwen (want dat doet ze ergens al), zorgen voor het papierwerk, de logistiek doen én de verplaatsing (ook bijna een uur heen en een uur terug), terwijl ik hier maar in mijn cel zit te wachten tot ze me komt bevoorraden. En dan nog is het zij die als eerste wil weten hoe het met *mij* gaat. Zo'n engelen zijn niet gemakkelijk meer te vinden, ik ben een gezegend man.

En voor de rest gaat het feitelijk ook redelijk met mij. Natuurlijk had ik liever geen leukemie gehad, uiteraard, maar ik zie het als een *wakker worden*, een spirituele oefening, net zoals ik dit meer dan een decennium geleden zag bij mijn echtscheiding. Dat was mezelf als

een loden steen in balans trachten te houden om mijn moraliteit niet te verliezen en vooral niet zo immoreel te worden als de tegenpartij. Dit hier is een oefening om hoop te houden en niet op te geven. De tijd voor wanhoop komt nog wel, vooralsnog ben ik er niet aan toe. Misschien is de sleutel tot genezing niet zozeer hoop of vertrouwen maar je focus te kunnen houden zonder te verslappen? Dat is de ziekte en dit is het verweer, nu niet flauw doen over een katheter en wat hechtingen. Stoer als ik ben zal ik dit wel overleven, houd ik me voor.

Dit geheel doet me ergens denken aan de Guldensporenslag, je weet wel, de veldslag die de Vlamingen wonnen tegen de Fransen in 1302. Over een half uurtje of zo krijg ik mijn eerste chemo toegediend. Erg spectaculair zal het wel niet zijn. Ik vermoed dat ze gewoon één of twee extra baxters hangen en dat zal het zowat wezen. Het werkelijke gevecht zal plaatsvinden *in* mij. En dat zie ik inderdaad een beetje als de Guldensporenslag. Men heeft lange tijd gedaan alsof de Vlamingen, in de minderheid en fel verzwakt, de Fransen heroïsch hebben verslagen in een moedige strijd. De werkelijkheid was anders. De meeste mensen konden toentertijd niet zwemmen. Dus hadden de leidinggevendenden ze met opzet opgesteld met hun rug tegen de Leie, da's de rivier die door Kortrijk loopt. Achteruitgaan betekende verzuipen. De heroïsche strijd is vooral dat de Franse cavalerie hun eigen voetvolk verpletterde omdat hun ridders eer wilden behalen op het slagveld en hun eigen voetvolk die eer niet gunden terwijl de enige reden dat de Vlamingen linie behielden angst was om te verzuipen in de Leie. Uiteindelijk

liepen de Franse ridders hun paarden vast in de modder van de Groeningebeek en sloegen de Vlamingen toe. Feit is dat het daar op het slagveld ongetwijfeld ook een shitshow was, net zoals het in mij straks een shitshow zal zijn. Mijn vitale organen en dergelijke kunnen niet weg, ze hebben ook de Leie in hun rug en voor iedere cel van het voetvolk zal er moeten worden gevochten. Want de vijand heeft mijn vesting ingenomen. En straks breekt het eerste gevecht los om hen mores te leren. Dagen geleden luidde men in mijn botten de Stefse Metten en kregen de beenmergcellen met het zwaard op de keel de vraag te horen: *'is des lijfs Stefs enen vrient?'* De strijd die ik aanga zal een rustige strijd zijn, gefocust en vooral vol vertrouwen in de overwinning. Anders zie ik het niet.

Deze schrijver is terug wakker aan het worden en het leuke eraan is dat het me nu nauwelijks nog moeite schijnt te kosten om snel veel neer te pennen. De eerste pagina's waren wat stroef, toegegeven, maar nu heb ik de indruk dat de woorden er werkelijk uit rollen. Er is een reden dat ik dit schrijf, zoals er telkenmale een reden was dat ik mijn vorige boeken schreef: Mijn leven doet er niet toe, ik zie mezelf niet als een groot man of een wijs man of een man die er voor velen toe doet. Wat mijn leven werkelijk waard is, is mijn getuigenis. De getuigenis van het passeren door deze wereld in openheid, sereniteit, ondergaand wat er op mijn pad komt en dit alles zonder fatalistisch of gelaten te zijn. Deze man is misschien een kleine man, maar ik ben wél een vechter en vechten is wat ik zal doen. *Dat* is de reden dat ik wil delen wat er me hier overkomt. Alles wat ik niet had zien aankomen en vooral de angst die,

och, hoe spiritueel ik ook ben, zonder al te veel moeite bezit van mij nam eer mijn vertrouwen weer de bovenhand had. Want dat is de werkelijke test. Voor al die vrolijke verheven mensen die praten over licht en liefde en het *eeuwige nu* en weet ik veel, laat hen dit eens ondergaan en kijk dan hoe vertrouwend op hun horoscopen en sterrenstanden ze nog zijn.

Wie de hemel beledigt, heeft niemand tot wie hij zijn gebeden kan richten.

Confucius

Er is een kans dat ik binnen het jaar dood ben. Als dit zo zal zijn, dan zal ik dit jammer vinden voor mijn vrouw, niet zozeer voor mezelf. Maar als dit zo zou zijn, laat me dan een paar schrijfsels nalaten die gelezen kunnen worden zodanig dat lotgenoten er nog iets aan hebben. Want de reden dat ik zo rustig blijf onder dit alles is in mijn geval alleszins de verbinding die ik voel met iets wat dieper en belangrijker is dan mezelf. Mensen die dit niet hebben die moeten erg eenzaam staan in hun leven, dat bedenk ik me plots. Geen stem die je komt helpen, niemand die je angstkreten hoort, geen koestering in je bangste momenten. Eenzaam aan het front. Ooit zei iemand tegen me dat gelovigen de zwakste mensen ter wereld waren. Immers, ze hadden voor alles hulp van de goden nodig. Ik moest toen lachen. Spiritueel zijn is geen keuze. Het is een *roeping*. Je kiest er niet voor welke slag je hart slaat en welke kant je ziel op kijkt. Toen ik spiritueel wakker werd was dat voor mij een openbaring, een thuiskomen. Dat gevoel, dat kun je met niemand delen. Toch is het zo sterk dat je het de wereld wilt vertellen. En misschien, van de vele woorden die ik hier op de hematologie op het zevende zit te typen, heel misschien zullen enkele van die woorden het juiste hart op de juiste hartslag bij de juiste lezer bereiken en bij hen een dieper inzicht openen. Daarom net ben ik een kleine man, daarom net doe ik er niet toe. Ik ben slechts een geleider, een doorgeefluik, laat mij dat maar zijn. Misschien moeten we allemaal met z'n allen een netwerk in stand houden dat in deze wereld stilaan

verloren dreigt te gaan. Misschien daarom net worden wij als mens getest om te zien wie er sterk en taai genoeg is om vertrouwen in dat diepere te dragen. In heilige boeken staat geschreven dat men goud in vuur beproeft. Degene die het schreef had er wellicht groot gelijk in.

De eerste effecten van de chemo zijn er nog niet. Dat zal ongeveer een week duren. Wel krijg ik veel producten toegediend om mijn nieren harder te laten werken. In nauwelijks vierentwintig uur heb ik al een hoop water opgehouden. Dus het traject is begonnen. Het doet me deugd om te zien dat ik er de moed nog kan inhouden. Dat ik dit zal overleven, is voor mij nu een evidentie geworden. De rouw is in aanvaarding en vechtlust getransformeerd. En in het ergste geval hoef ik die vanzelfsprekende zekerheid, dat ik zal leven, niet meer bij te schaven. Dat gevoel hoeft daarom helemaal niet logisch verklaarbaar te zijn. Ik ben een man die denkt goed te weten wat hij wil. En ik denk dat er een reden voor dit lijden is, hoewel die reden de meeste mensen lijkt te ontgaan. Als je erover nadenkt dan zie je dat alles in het wijde universum wordt geregeld als de pendule van een grote klok. Alles is in werking, alles houdt alles in evenwicht. Mensen kijken te veel naar de natuurlijke kringlopen om van daar uit vergelijkingen te beginnen maken maar de meeste van die vergelijkingen lopen mank. En de reden daarvoor is dat de aarde, de natuur, al lang geen gesloten systeem meer is. De dominante diersoort die de mens geworden is heeft die kringloop al heel lang geleden verstoord. Maar ik ben ervan overtuigd dat het lijden dat ons hier overkomt ergens een betekenis moet hebben om zinvol te zijn en ik weet

dat ik in vergelijking met veel mensen bevoordeeld ben. Want wie in een armer deel van de wereld woont, die ziet wérkelijk af. Uiteindelijk was het zwaarste afzien tot dusver hier voor mij misschien de troosteloosheid waarin ik zolang ronddoolde. Punt is dat ik van deze smerige ziekte twee dingen kan maken: mijn grootste vijand of mijn grootste redding. Wie ziek is, wordt beter. Wel, ik zal me focussen op beter worden en proberen te begrijpen wat de diepere betekenis is van dit alles. Net nu? Net nu mijn leven na vele zware jaren van chaos een beetje op orde was. Net nu? Net hier? Toeval? Ik geloof er niets van. Er lopen hier wie weet drommen dokters rond die wellicht menen dat voor alwie net als mij praat de afdeling psychiatrie best op de opvolglijst wordt gezet, ze doen maar. Ik probeer enkel te achterhalen wat er met me aan de hand is. Bewustzijn, menselijk bewustzijn is niet te herleiden tot enkel lichaam en geest. Er zit meer achter. Die intuïtie, waar zit die? Lichaam of geest? Als ik heel eerlijk ben tegen mezelf dan wist ik al een tijdje dat er iets niet klopte, net alsof dit moment onvermijdelijk was, dat het moest gebeuren. Maar ik *wist* het. En dat zonder enige vorm van bewijs of voorkennis.

Ik denk niet dat een mens hier mentaal gezond kan uitkomen zonder iets van herkenning, verbinding of openheid in het spirituele te hebben opgedaan. Want ik kan me inbeelden wat er volgt. Angst. Ben ik genezen? Komt het terug? Kan het iemand anders treffen van mijn naasten? Is het erfelijk? Was het mijn eigen schuld dat ik het kreeg? Was mijn levensstijl misschien niet goed? Ik kan me inbeelden dat wie geen rust over zich heeft wellicht dan wel lichamelijk is opgeknapt maar

daarom niet geestelijk. Ooit heeft men in de volksmond de term bloedkanker vervangen door bloedarmoede, dat was de eerste stap. Dan volgde ondermeer de medische term leukemie. Het is hoe men altijd te werk gaat. Persoonlijk ben ik daar geen voorstander van. Je praat toch ook niet over longarmoede? Of ademarmoede? Je spreekt over longkanker. Afzwakken van termen leidt tot verwarring. Daarom houd ik mezelf voor dat het wel degelijk kanker is wat ik heb. Smerige kanker. Het vechten waard.

In de verte kijkt mijn suite uit op een stadsparkje met een paar speelpleintjes. Ik zie mensen lopen over de paadjes, het lijkt zo triviaal. Geloof me, als ik hier uit kom, dan zal ik ook eens wandelen over die paadjes. Het is werkelijk jaren geleden dat ik nog eens de tijd nam voor een rustige wandeling. Alsof het leven volledig aan me voorbijging. En zag ik dan eens iets moois zoals een zonsondergang dan duurde het me altijd te lang. Wel mooi maar nogal traag. Ik heb er nooit bij stilgestaan wat voor duffe man ik aan het worden was. Het is maar als je iets niet meer hebt, dat je het apprecieert.

De morele mens houdt van zijn ziel, de gewone van zijn bezit.

Confucius

Het werkelijk appreciëren op latere leeftijd doe ik nu, hetgeen ik leerde op jongere leeftijd pas ik toe en dan zie je dat er wel degelijk een vorm van evenwicht is in dit alles. Ik ben geen klager. Thuis mochten we vroeger trouwens nooit klagen. En ik ben geen huilebalk. Bij ons thuis was huilen iets voor meisjes. Wat overigens ook al een tamelijke belediging naar de meisjes en vrouwen toe was. Alsof die niet anders deden dan al bleitend rondlopen. Na de val met de fiets en de opengereten knieën volgde immer de onvermijdelijke marteling met ontsmettingsalcohol.

“Je bent toch geen meisje, Stef? Of wel?”

Andere tijden, dat kun je nu aan de jeugd niet meer uitgelegd krijgen. Thuis was hard. Ja, het was niet altijd leuk, maar aan de andere kant merk ik nu dat ik dusdanig gehard ben dat ik deze strijd rustig kan aangaan. In feite heb ik niemand nodig. Och, mijn vrouw steunt me door dik en dun, maar omdat mijn immuniteit nu werkelijk op een heel erg laag pitje draait hebben we afgesproken dat ze niet meer naar het ziekenhuis zal komen tot die eerste chemokuur van zeven of acht dagen achter de rug is. En ik overdenk de evolutie die ik in mijn leven doorliep. Eerst een kind, alleen, uitgesloten. Geen vriendjes. Nu een volwassen man, vijfenveertig jaar oud, opgesloten in isolatie, heeft geen vriendjes meer nodig. Het lijkt wel of alles wat ik doorstaan heb, alle ontbering en beproevingen nu een beetje hun vruchten afwerpen. Nog een voorbeeld, hoe komt het dat ik ooit ben beginnen te schrijven? Door die

onontkoombare eenzaamheid. Waarom leerde ik mezelf gitaar spelen? Uit verveling. Misschien heeft het menselijk brein tijdens de ontwikkeling van kind naar volwassene wel zo'n hiaat van saaiheid nodig om het zinvol te kunnen opvullen en zich te ontwikkelen. Een leegte die zo troosteloos is dat ze tot creativiteit noopt, wie weet. Ik ben in elk geval blij nu dat ik goed tegen alleen zijn kan zonder me werkelijk eenzaam te voelen en uiteraard ook dat ik als een gek in een razend tempo kan typen. Met over de driehonderd aanslagen per minuut kan ik mijn gedachten vrijwel letterlijk op het schermpje projecteren. Bovenal denk ik eindelijk door te hebben wat het grote verschil maakt tussen veel leeftijdsgenoten van mij en mezelf. Het leven heeft me niet echt gespaard, in feite heb ik nooit kunnen genieten van rust en zekerheden die veel mensen hebben. Toen ik een vechtscheiding meemaakte en vrijwel alles kwijtraakte, kinderen inclusief, vroeg ik me af wat de betekenis was van dit alles. En op het eerste gezicht is er niet echt een logica te vinden. Niet in deze wereld, niet op deze aarde. Hou je vast, nu wordt het wat technisch. Alleen in een realiteit waar er geen einde is aan het leven zelf, maar slechts aan de levensvorm die wij hier mogen beleven, heeft wat wij meemaken zin. Het is de enige zingeving die een mens kan hebben: het *op weg* zijn. En dat is ook de reden waarom geen huis hier ooit mijn thuis zal zijn, waarom ik deze wereld nooit zal willen bezitten. Ik passeer hier enkel maar. Alles in mijn leven is niet meer dan dag op dag een etappe om sterker te worden, bij te leren, mensen te helpen. Dat is de verlichtende gedachte die mijn geest nu beroert. Wie niet naar ergens op weg is, die leeft niet ten volle. Het is moeilijk om dit stuk onder woorden te

brengen. Net zoals gelovigen ook maar moeilijk hún geloof onder woorden kunnen brengen. Of ik gelovig ben? Tja, néén feitelijk. Ik *weet*. Ik *voel*. Het is een verbondenheid die je niet kunt uitleggen. Klassiek geloof is eerder vasthouden aan hoop. Wat ik heb is toch een gradatie of twee dieper. Ik kan de rekening niet maken van anderen, misschien zijn er mensen die dit hetzelfde ervaren als ik, misschien ook niet. Wat er ook van zij, ik ben op weg. Laat me maar lopen. Met mijn Fabienne dat 'k zo geiren zie.

Hopelijk vind ik straks een verpleegster die mij wil helpen met mijn haar te wassen. Na een paar dagen zonder douche beginnen mijn haren toch verdacht te glimmen en alle kanten op te pieken. Nu, binnenkort zal dat haar geen probleem meer zijn, over een paar dagen is het er toch af vrees ik. De chemo gisteren was een belevenis op zich. Veel zakken baxters, en vooral veel moeten gaan plassen. Je krijgt constant middelen toegediend om te gaan plassen, anders zou je teveel water ophouden. En effectief, in twee dagen tijd was ik al anderhalve kilo bij. Jammer genoeg niet van het hospitaaleten maar wel van het krijgen van al die baxters. Nu lig ik wederom aan zo'n levensgroot exemplaar dat vierentwintig uur zal druppen. Maar ik heb goed geslapen en voel me voor de rest ook goed. Het mentale in orde houden is denk ik nu het belangrijkste, zodat het lijf weet dat de geest ook meevecht. De sfeer lijkt voorlopig mee te vallen.

Er zijn andere ziekenhuispatiënten die door mijn raam naar mij kunnen kijken. Hun vleugel kijkt uit op de mijne en af en toe kruis ik de blikken van sommigen die

hier ook te gast zijn. De meesten van hen zullen meer geluk hebben dan ik, niet iedereen ligt op een kankerafdeling. In feite doet de brede vensterbank dienst als mijn bureau en daarnet betrapte ik mezelf op eigenaardig gedrag. Ik heb een paar kruiswoordpuzzelboekjes en die liggen samen met de balpen uiterst links op mijn 'bureau'. Als ik ze wil hebben dan moet ik opstaan, mijn staander met baxters ontkoppelen van het stopcontact, de boekjes halen, en dan weer helemaal terug. Het lijkt onzinnig om dit te doen. Misschien dat gevangenen ook zo'n rituelen inbouwen in hun routine, om maar bezig te blijven en niet gek te worden misschien. Ik doe dit omdat ik denk dat het niet goed is dat ik zou stilvallen. Het geluk is inderdaad dat ik mezelf goed kan bezighouden. Dit is dag twee van de chemo en tot nog toe gaat alles goed. Daarnet was er een aardige verpleegster die me dan inderdaad hielp om mijn haar te wassen. Omdat ik mijn hoofd boven de spoelbak hield, maar toch op een stoel zat, deed mijn rug dienst als afvoergoot en tegen de tijd dat mijn haar uitgespoeld was dreef ik rond in mijn broek. We lagen beiden kreupel van het lachen. Dom momentje om met de glimlach aan terug te denken. En dat gevoel op mijn hoofd van vers gewassen haar... Zalig. Je moet de kleine dingen koesteren als je ze hebt. Straks heb ik geen kruin meer, dus laat ik er nu maar van genieten. Door het raam kijkend kun je wel zien dat het zondag is. Veel minder activiteit. Bovendien merk je dat de hele sfeer hier kalm en sereen is. Ik kan me voorstellen dat dit voor sommige mensen de eenzaamste plek ter wereld moet zijn. En wederom kijk ik naar de zegen voor mezelf: gewend om alleen te zijn. Het deert me niet. Ik ben sociaal en praat heel graag

tegen mensen, desalniettemin kan ik ook perfect zonder hen.

Daarnet brachten twee verpleegsters me een hometrainer. Ik ben in de wolken. Ik heb het ding uiteraard al eens getest, maar ik voel me momenteel veel te zwak om lang te fietsen. Bovendien lijkt het alsof mijn lichaam zijn ijkpunten en kompas compleet kwijt is. Normaal gezien ken ik mijn grenzen, momenteel niet meer. Ik zie het ook een beetje als een invasie van mijn lichaam, met ongenode gasten die moeten oprassen. En de chemo is het bombardement. Toch, behalve wat lichte hoofdpijn al de hele dag, kan ik nog niet zeggen dat ik me beroerd voel. Speciaal is dat ik drie soorten chemo krijg toegediend en dat één ervan een feloranje kleur heeft. Dat merk je ook als je gaat plassen. Voorts ben ik weer zo'n twee kilo water aan het ophouden, ze zullen me straks wel iets geven waardoor ik de godganse avond moet gaan plassen.

Stilstand in het leven is iets wat we ervaren bij het besef dat de wereld blijft draaien zonder ons. En ik denk dat het altijd dezelfde denkoefening is. Zal men mij missen? Zal men mij gedenken? Zal men een nieuwe partner kiezen? Wat met mijn geliefden? Sommigen vergeten me wellicht binnen de week, anderen zullen over vijftig jaar nog snotterend spreken over hoe speciaal die knappe Stef wel niet was in zijn speelse eigenaardigheid. Het is een gevaarlijk schaakspel dat je speelt met je fantasie en je zult het wellicht nooit winnen. Ik denk niet dat de vraag is wat we in dit leven voor anderen kunnen betekenen. Ik denk dat de vraag daarentegen is wat we in dit leven voor anderen

kunnen betekenen die *niet* onze geliefden, naasten of dierbaren zijn. Wat is je nalatenschap voor niet die of die mens, maar voor de mensheid als geheel? Misschien dat ik net daarom zo graag schrijf. Och, van de oplage moet ik het niet hebben en rijk zal ik er nooit van worden. Toch hebben mijn boeken in het verleden de mensen weten te bereiken die het nodig hadden en daarom schrijf ik ook dit boekje met plezier. Het leidt me trouwens ook wat af van de situatie. Maar ik schrijf graag. Het is een speciale state of mind waarin ik zit. Meestal zonder ik me dan wat af. Hier zit ik afgezonderd, pracht van een uitzicht, goede roomservice en met sommige verpleegsters al een paar goede gesprekken gehad. Het is een beroep dat waarlijk wis en waarachtig wordt onderschat. Ik heb de laatste dagen een torenhoog respect gekregen voor de mensen die het dagelijks kunnen opbrengen om voor de zieken te zorgen. En vaak ziet de wereld hen niet. De verpleging zit opgesloten in betonnen bunkers, waar ze als ijverige werkmieren zorgen dat de mensen het overleven en terug beter worden.