

Hans en Kitty stapten uit het leven. Zoon Guido kijkt terug

Zelfgekozen einde interview

De ouders van Guido Dieperink stapten samen uit hun voltooide leven. Hij blikt terug in een boek. 'Het is een mooi verhaal, ondanks dat het bruto is om te zeggen: Ik ga ervandoor.'

tekst Rianne Oosterom
foto Patrick Post

Het is 12 mei, 2015. Als Guido Dieperink de achterdeur opent om klokslag twaalf uur, weet hij al dat zijn ouders voor altijd vertrokken zijn. Ook weet hij dat het een van de moeilijkste dagen uit zijn leven gaat worden. Dat die vertrouwde woonkamer binnen een uur zal veranderen in een *crime scene* en dat hij verdachte is. Gek genoeg is hij er best rustig onder.

Samen met zijn broer stapte hij de drempel over. Onderweg naar het huis hebben ze twee keer gebeld naar hun ouders, zoals de afspraak was. Niemand nam op. Ze lopen naar de woonkamer, wetend dat wat ze gaan zien nooit meer van hun netvlies zal verdwijnen. Daar liggen ze, Hans en Kitty, levenloos. In de hoek draait een camera.

Als Guido Dieperink boven de kledingkast van zijn moeder opent, vindt hij nog maar twee kledingstukken. Er komt een vreemd soort rust over hem – wat zijn ouders wilden, is gelukt – en daarna volgen de tranen. Binnen een kwartier is de huisarts er, en het forensisch team volgt later. Ze bekijken de video, lezen de afscheidsbrief, kijken allemaal even bevreemd.

Een paar dagen later verschijnt er een rouwadvertentie in *NRC Handelsblad* die de wenkbrauwen van menig lezer doet optrekken. Het is een kleine afscheidsbrief van Hans en Kitty, beiden tachtigers, gericht aan hun naasten. 'Graag hadden wij jullie persoonlijk willen informeren over wat onze plannen waren, echter wij konden dat niet opbrengen', begint het.

'Wij vinden dat ons leven voltooid is. We hadden een lang en gelukkig huwelijk. Al lange tijd wilden we samen overlijden, indien mogelijk. (...) Wij beiden waren zo verweven met elkaar, wat moet de één zonder de ander? Vele jaren hebben we hierover gesprekken gehad en ook de kinderen geraadpleegd. Nu is het zover, het is goed zo.'

Die laatste woorden 'het is goed zo', bleven door het hoofd van Dieperink spoken. Toen de coronatijd aanbrak, zijn kinderen uit huis waren en zijn avonden lang en uitgestrekt voor hem lagen, besloot hij het verhaal van zijn ouders op papier te zetten, om er een boek over te schrijven. Want ja, het was goed zo, maar toch ook niet helemaal.

Na het overlijden van uw ouders noemden sommige mensen om u heen het een roman-

tisch besluit, schrijft u. Maar u bent het daar niet mee eens.

'Hun besluit om gezamenlijk te sterven had zeker romantische kenmerken. 'Wat moet de één zonder de ander?', schrijven ze in de rouwadvertentie. Mijn moeder takelde lichamelijk af, was met kerst zomaar van tafel gevallen. Mijn vader ging geestelijk achteruit, belde mijn broer op zijn nummer in Utrecht, terwijl die daar al twintig jaar niet meer woonde.

'Ze wilden eruit stappen voor het te laat was. Hun slechtere gezondheid zorgde ervoor dat ze elkaar minder goed konden vinden. Een huwelijk dat jarenlang goed was, kan afbrokkelen in die laatste fase, daar waren ze zich van bewust. Ze beseften dat ze elkaar op dit moment nog redelijk konden vasthouden en dat het daarom tijd was.

'Maar de manier waarop het ging, kun je niet romantisch noemen. Ze zijn op een amateuristische manier uit het leven gestapt. Ik schrijf bewust niet op hoe, het is te rauw en te persoonlijk. Het was een heel technische handeling en het was spannend of het zou lukken. Dat is een smet op hun mooie verhaal. Ze waren helemaal alleen, wij konden er niet bij zijn. Dat is geen waardig einde, dat hoort niet in deze tijd.'

Waarom niet?

'Als er een behoefte in de maatschappij is aan waardig sterven op een moment dat je zelf kiest, dan vind ik dat een overheid daarover moet nadenken. Zeker nu de levensduur van mensen maar langer en langer wordt en de kwaliteit van leven op een gegeven moment afneemt. Niet dat ik direct een helder idee heb van hoe dat eruit moet zien: over de euthanasiewet is ook wel tien tot vijftien jaar nagedacht. Maar ik denk dat de groep die hulp bij een voltooid leven wil, alleen maar groeit.'

In hoeverre zijn uw ouders representatief voor die groep? Zij waren hoogopgeleid, hadden geen financiële problemen, waren niet eenzaam. Dat is bij een deel van de ouderen met een voltooid leven wel anders, bleek uit het onderzoek dat Els van Wijngaarden in opdracht van het kabinet uitvoerde.

'Er zijn vele oorzaken voor een voltooid leven, dat maakt het ook zo'n complex onderwerp. Ik kan mij voorstellen dat eenzaamheid en andere problemen bij anderen een rol spelen, maar het verhaal van mijn ouders gaat over een voltooid leven na een goed leven en die groep wordt soms vergeten. Het gaat over eruit stappen vanwege het slechte perspectief dat je hebt, niet vanwege de wanhoop die je nu voelt. En zoals zij zullen er meer zijn. Er wordt vaak over voltooid leven gezegd dat de ouderen om wie het gaat ook euthanasie kunnen krijgen, vanwege bijvoorbeeld een stapeling van allerlei klachten, maar mijn ouders wilden ondraaglijk lijden nu juist voor zijn. Ze wilden fysieke en geestelijke aftakeling voorkomen.'



Kitty en Hans Dieperink wilden uit het leven stappen voordat het in hun ogen te laat was, en ze te veel zouden zijn afgetakeld. PRIVÉFOTO

'Tuurlijk zou ik voor mijn ouders zorgen. Maar mijn ouders wilden niet verzorgd worden.'

En ze wilden jullie graag ontzorgen, lees ik terug in het boek.

'Ja, klopt, ze wilden ons de zorg voor hen in die laatste fase besparen. De maatschappij gaat toe naar dat je zelf moet zorgen voor je ouders, omdat er niet voldoende geld beschikbaar is voor de ouderenzorg. Dat legt best een grote druk op kinderen.'

Bent u achteraf blij dat uw ouders u die zorg bespaard hebben?

'Blij is misschien niet het goede woord, maar ik ben blij dat mijn ouders dat op die manier gedacht hebben. Je wordt als ouder hulpbehoevend en het is de vraag of je dan wil terugvallen op de kinderen die je groot hebt gebracht en die zelf ook al drukke levens hebben. Dan kun je zeggen: wat koud, wat kil. Tuurlijk zou ik voor mijn ouders zorgen. Maar mijn ouders wilden niet verzorgd worden. Ze wilden daarvoor sterven. Ik maak niet voor niets in het boek de vergelijking met de Inuit, de oude Eskimo's. In die cultuur kiezen ouderen zelf een moment om op een respectabele manier afscheid te nemen van het leven en hun naasten. In de nacht die volgt gaan ze buiten hun igloo zitten. Zo zit ik in elkaar en mijn ouders ook.'

U beschrijft in het boek dat Hans en Kitty jullie als kinderen intensief betrokken bij de weg naar hun zelfgekozen einde. Hoe begonnen ze er eigenlijk over?

'Mijn moeder was zelf stervensbegeleider en dacht daardoor extra veel over na over hoe ze zelf wilde sterven en vooral over hoe niet. Ze begonnen er een keer over in de tuin. 'Wij willen niet in de situatie komen dat we vier keer per dag uit bed gehaald moeten worden of in een dementiehuis moeten kwijsen', zeiden ze. 'Daarvoor willen we eruit stappen.' Wij hadden dit wel een beetje verwacht van onze ouders, je kent ze natuurlijk, dus we schrokken niet. Wel dachten we: hoe hard is deze bewering? Omdat ze nog gezond en actief waren, dachten we: het zal de tijd wel duren.'

Het werd serieuzer toen uw ouders 'sessies' belegden, om hun einde te bespreken met jullie.

'Dat was een aantal jaar later, eind 2013. De fysieke en geestelijke ongemakken waren toen aan de oppervlakte gekomen, waardoor het plan voor henzelf concreter werd. Toen kwam ook naar voren dat ze het samen wilden doen, dat was nieuw voor ons.'

Het risico dat aan samen uit het leven stappen kleef, is dat de een er eerder klaar voor is en de ander over de streep trekt. Hoe was dat bij uw ouders?

'Als kinderen waren we ons daarvan bewust en hebben we erop toegezien. Als we het

‘De manier waarop het ging, kun je niet romantisch noemen. Dat is een smet op hun mooie verhaal.’

idee hadden gehad dat de een de ander over de richel trok, dan hadden we ingegrepen. Het is heel bijzonder dat ze er echt allebei tegelijk klaar voor waren.”

Hadden jullie nog een veto?

“Nee, dat is nooit zo ter sprake geweest. We hebben natuurlijk veel gevraagd naar het waarom tijdens die gesprekken. En tegenargumenten aangedragen, zoals: beseffen jullie wat dit betekent voor de kleinkinderen en voor ons? Daar denken we dagelijks over, zeiden ze. Maar de andere kant van de medaille is er ook, zeiden ze; de aftakeling. Ze zagen ook dat de kinderen en de kleinkinderen een goed leven hadden opgebouwd, dat gaf hun rust.”

Jullie hebben hen uitgebreid begeleid in het proces richting de dood. Uw boek roept wellicht bij sommige lezers de vraag op waar hulp bij zelfdoding begint en eindigt.

“We hebben geholpen om proef te draaien met de camera waarmee ze hun einde wilden opnemen, als bewijsmateriaal. We spraken af wanneer we naar het huis zouden komen, om hen te vinden, enzovoorts. Je bent pas strafbaar als je op het moment zelf actief helpt. Maar op het moment zelf waren wij er niet bij. Dat wilden we niet, het risico was voor ons te groot dat we zouden helpen als er iets mis zou gaan.”

Heeft u momenten van gewetensnood gekend achteraf?

“Nee, dat heb ik nooit gehad. Het enige wat ik gaandeweg bedacht, was dat we als kinderen nog beter hadden kunnen helpen bij het vergelijken van verschillende methodes en met het opzoeken van informatie daarover. Wij waren daar al mee bezig, maar misschien niet genoeg. Ze hebben veel zelf moeten doen.”

Was het verdriet na hun overlijden minder omdat jullie de hele voorbereiding meemaakten?

“Het respect dat mijn ouders ons gaven door ons mee te nemen in het hele proces, hielp ons om tot acceptatie te komen. Het verdriet was hierdoor niet minder, maar verspreid over een langere tijd. Als je onverwachts met zoiets in aanraking komt, boem, dan zit het verdriet tot hier. Bij ons bouwde het op. In de auto naar mijn ouders toe, zette ik vaak klassieke muziek op. Dat was al een manier van rouwen. Als ik in die periode emotioneel was, was dat meestal niet in het bijzijn van mijn ouders, maar bijvoorbeeld op de tennisbaan, toen ik wist dat mijn kinderen bij mijn ouders zaten. Op dat moment brak ik volledig.”

Wat vinden uw drie zoons van het boek?

‘Mijn kinderen hebben nu mooie herinneringen. Dat beeld wilden mijn ouders achterlaten.’



Guido Dieperink: ‘Het is heel bijzonder dat ze er echt allebei tegelijk klaar voor waren’.

“Die zijn heel trots. Veel details kenden ze nog niet. Ik denk dat het respect voor mijn ouders versterkt is door het boek.”

Hoe kijken zij nu terug op de gebeurtenissen? Ze waren indertijd tieners.

“Het allerbelangrijkste voor mijn kinderen is geweest dat ze zich serieus genomen voelden door hun grootouders. Dat het niet voor ze verzwegen is. Ze hebben uit de mond van mijn ouders gehoord waarom ze dit wilden doen. En dat is best heel emotioneel.”

Het hele gesprek heeft Dieperink rationeel gevoerd, maar nu schiet hij vol.

“Je kunt je niet voorstellen hoe moeilijk het is om zoiets aan je kleinkinderen te vertellen. Dat hebben mijn zoons gewaardeerd. Ze waren net oud genoeg om dat te begrijpen. De jongste was 15 jaar, dan weet je niet precies hoe je zoiets een plek moet geven. Het was voor hen een heel groot verlies.

“Mijn ouders waren ervan overtuigd dat ze twee of drie jaar na de datum dat ze eruit stapten, uit hun gewone doen zouden zijn. Mijn kinderen hebben nu heel mooie herinneringen aan hun grootouders: met humor en plezier gingen ze overal naartoe. Dat beeld wilden mijn ouders achterlaten.

“Dat vind ik een mooi verhaal, ondanks dat het in essentie best bruuft is om te zeggen: Ik ga ervandoor, ik laat je achter. Dat is een onmenselijke beslissing voor ze geweest. Maar ik vind ook: als je er zo sterk van overtuigd bent, dan heb je het recht om eruit te stappen.”

Guido Dieperink, **Samen waardig sterven: het voltooide leven van mijn ouders**. Uitgegeven in eigen beheer. € 18,95. Heeft u behoefte om te praten over zelfdoding, dan kunt u bellen met de telefonische hulplijn 113.