

Romy zag op het laatste moment af van euthanasie. Kon ze opnieuw leren leven?

„Weet je het zeker?” vroeg de arts aan het bed van Romy. Ze wist het niet zeker. Ze bleef in leven. Hoe begin je opnieuw nadat je al van alles en iedereen afscheid hebt genomen?

- Auteurs
 - [Stephanie Bakker](#)

Het is een zonnige zomerochtend als Romy de aftelkalender op haar telefoon opent. Ze leest: nul dagen, zeven uur.

Nóg eens zeven uur. Dat is de pest als je iets graag wil: het wachten duurt eindelijk.

Om de tijd te doden loopt ze een rondje over de Leidse grachten. Dit is de laatste keer dat ik hier loop, denkt ze. Ze slentert langs Karels Bio Friet, restaurant Bregje en het terras waar ze de afgelopen weken kwam voor een gin-tonic. Ze is 22 en ongeveer de helft van haar leven at ze niet of veel te weinig. Maar niet die laatste weken. „Ook met vijf kilo erbij pas ik nog in mijn kist”, grapte ze in de aanloop naar deze dag.

Het is 19 juni 2023, de dag dat Romy dood mag gaan. Eigenlijk had ze voor 18 juni gekozen, vanwege de symbolische betekenis van het getal: met de één zet ze zichzelf op de eerste plek, met de acht, het gekantelde oneindigheidsteken, doet ze dat voor altijd. Toen de psychiater belde dat haar euthanasie toch een dag later zou plaatsvinden, had ze net een 18 in haar nek laten tatoeëren.

Pakt ze een keer de regie, past het niet in de agenda van anderen.

Romy steekt de straat over, terug naar het hospice waar ze sinds een paar weken verblijft. Uit de steeg die naar de tuin leidt, steekt de neus van een zwarte lijkwagen. Ze verstijft: dat is de lijkwagen die háár weg zal brengen. De kist staat in de auto.

„Wil je kijken?”, vraagt de begrafenisondernemer, die Evelien heet.

„Is goed”, fluistert Romy.

Dan ziet ze het shirt van de vrouw: „Ook al is alles kut, er is altijd liefde”, staat erop.

„Je hebt het gewoon gedaan”, lacht ze.

„Wat denk jij dan?” Evelien wijst naar de chauffeur: „Zij heeft er ook één.”

‘Alles is kut’ is Romy’s motto en de shirts zijn speciaal voor vandaag gedrukt. Zelf draagt Romy op haar laatste dag een wit jurkje. Wit. Haar leven was al zwart genoeg.

Romy heeft een 18 in haar nek laten tatoeëren vanwege de symbolische betekenis van het getal.

Dan is het eindelijk twee uur. In haar slaapkamer geeft Romy iedereen een knuffel: haar moeder, haar broertje, een vriendin die ze kent vanuit de hulpverlening en haar psycholoog Paul. Ze gaat op het bed liggen, met haar gezicht naar het raam. Ze heeft er foto's op geplakt. Een kleine collage van fijne herinneringen: de eerste parachutesprong, met haar moeder in Barcelona, met oma in Zeeland, met een vriendin op het strand.

Iedereen verzamelt zich om het bed. Evelien staat aan het hoofdeinde. Ze heeft Romy beloofd dat ze tegen haar blijft praten, ook als ze al even dood is.

De psychiater legt nog een laatste keer stap voor stap uit wat ze gaat doen. „De eerste injectie verdooft je ader.”

Romy zweet. Haar hart bonst.

„De tweede injectie zorgt dat de ademhaling stopt. Daarna zal je snel komen te overlijden.”

Om aan de regels van de euthanasiewet te voldoen moet ze tot slot nog één vraag stellen: „Weet je het zeker?”

Romy begint te huilen. Eerst zachtjes, maar als ze de psychiater met de spuit naast haar bed ziet staan, harder. Ze is bang dat ze er iets van zal merken als haar ademhaling stopt. Ook Romy's moeder huilt.

De euthanasiewet schrijft nog één laatste vraag voor: ‘Weet je het zeker?’

Romy loopt naar haar broertje, die in de tuin staat te wachten tot het voorbij zou zijn. Ze rookt een sigaret, loopt een rondje met de psychiater en luistert met Evelien naar de pianomuziek die ze uitzochten voor de begrafenis. Ze wordt rustiger, maar de zekerheid die ze voelde komt niet terug.

Om half vier stuurt ze een bericht aan al haar contacten: „Lieve allemaal, ik ben op het laatste moment toch teruggekomen op mijn besluit en zal niet sterven vandaag. Sorry voor de paniek die ik misschien bij jullie heb veroorzaakt.”

Vier jaar is ze bezig geweest om iedereen ervan te overtuigen dat haar lijden ondraaglijk is, en de dood de enige uitweg: van familie tot de psychiater van het Expertisecentrum Euthanasie die haar euthanasie zou verlenen. Toch zag ze er op het allerlaatste moment vanaf.

Was het doodsangst, of brandde er iets in haar wat ze niet kon doven? Zou het een sprankje levenslust kunnen zijn?

Er is niets meer

„Alles is kut, meer kan ik er niet over zeggen”

Romy via WhatsApp, 20 juni 2023, 19.52 uur

De volgende dag peutert Romy de foto's van het raam. Nu ze niet dood is, moet ze het hospice verlaten. Waar ze heengaat? Ze heeft geen idee. Voordat ze naar het hospice ging, woonde ze op zichzelf, maar de huur heeft ze opgezegd. Haar moeder ziet het niet zitten om haar in huis te nemen.

De gedachte dat ze dood mocht, had haar de rust gegeven die ze dacht nooit te zullen vinden. Nu komen de zorgen als een boemerang terug. Ze is bang. Bang dat ze zichzelf niet uit dit diepe dal kan halen, maar nog banger is ze voor het oordeel van anderen. Wat zullen ze ervan vinden dat ze van haar besluit heeft afgezien? Mag zij deze keuze maken? Waarom blijft het zo stil nadat ze gisteren dat appje stuurde?

Romy wil dood omdat ze niet kan en wil leven met de gevolgen van trauma's uit haar kindertijd. Zelfs dagelijkse dingen zoals douchen, tandenpoetsen, aankleden en in bed slapen lukken haar niet, omdat het *triggers* zijn; ze brengen haar terug naar de meest vreselijke herinneringen, die ze beleeft alsof het opnieuw gebeurt. Ze slaapt nauwelijks door de nachtmerries en leefde periodes op vloeibaar voedsel omdat ze niets in haar mond kon verdragen.

„Mijn leven is geen leven, het is vooral overleven”, zegt ze als we elkaar voor het eerst ontmoeten in het hospice. Het is dan twee weken voor haar geplande sterfdatum. Ze kijkt me die dag niet aan. Haar stem is klein en kwetsbaar. Ze struikelt soms over haar woorden door de medicatie.

Wat Romy jarenlang tegen niemand gezegd heeft, maar nu wel, is dat ze tussen haar zevende en haar vijftiende misbruikt is. Ze deed er geen aangifte van en er is niemand voor veroordeeld. Als klein meisje had ze er geen woorden voor, als tiener schaamde ze zich er verschrikkelijk voor.

Om de mentale pijn te dempen, en om zichzelf te straffen, begon ze zichzelf lichamelijk pijn te doen. Ze sneed en brandde zichzelf, stopte met eten en raakte verslaafd aan alcohol en drugs. Alles om maar te vergeten. Het was ook een schreeuw om hulp: ze kon er zelf niet over beginnen, maar misschien zou iemand vragen: waarom doe jij dit eigenlijk?

„Toen ik niet doodging, was iedereen boos, of ze gingen weg, op vakantie”

Eén keer liet ze iets los, toen ze op haar veertiende in behandeling was voor een eetstoornis. Maar de hulpverlener die ze in vertrouwen had genomen, ondernam geen actie – waar Romy uit opmaakte dat het niet erg genoeg was. Zo nestelde zich een nieuwe waarheid in haar hoofd: dat ze waardeloos is, een aansteller, een aandachtszoeker. En dat het misbruik haar eigen schuld was. Ze had toch ‘nee’ kunnen zeggen? Op dat moment sloot ze een pact met zichzelf: dit zou ze nooit meer met iemand delen.

Op school werd ze gepest, in de ggz kreeg ze de ene diagnose na de andere. Angststoornis, anorexia, depressie, borderline, een persoonlijkheidsstoornis. Inmiddels is er van alle diagnoses één over: complexe PTSS, posttraumatische stressstoornis veroorzaakt door ernstig jeugdtrauma. Al het andere is daaruit voortgekomen.

Ondertussen werd ze wel tien jaar voor de symptomen behandeld, met cognitieve gedragstherapie, creatieve therapie, schematherapie, familitherapie, EMDR, trainingen voor een beter zelfbeeld, acht verschillende antidepressiva en 21 elektroshocks. Het hielp allemaal

niet. Logisch, zou je zeggen, want het onderliggende trauma werd niet behandeld. Romy ervaarde het anders. Zij voelde zich de sukkel bij wie geen enkele behandeling lukte, het meisje dat haar best niet deed om beter te worden. Uit angst om teleur te stellen of teleurgesteld te worden stootte ze iedereen af die zich enigszins om haar bekommerde. Ze voelde zich eenzaam.



Leiden, mei 2023. Romy ligt in haar bed in het hospice, wachtend op haar euthanasie. Foto Selma van der Bijl

En zo ontstond het idee dat ze dood wilde. Op haar vijftiende deed ze een eerste suïcidepoging. Ze belandde in een kliniek waar ze zou blijven terugkomen. Ze stopte met school, spendeerde haar puberteit in de kliniek en bracht meer tijd door met therapeuten dan met vrienden en vriendinnen.

Terwijl ze in het hospice haar spullen in een roze koffer stopt, belt psycholoog Paul. Hij heeft een bed voor haar gevonden op de crisisafdeling van een psychiatrische kliniek. Ze kan er vandaag nog terecht.

„Daar ga ik zeker niet heen”, zegt ze. Paul zegt wat ze wel weet, maar niet wil horen: ze heeft **ge** **Spijt van de beslissing**

„Het is alleen maar uitzichtlozer. Ik ben volledig teruggevallen in het automutileren. Ik heb wel mijn haar geverfd, het is nu zwart”

Romy via WhatsApp, 27 juli 2023, 22.37 uur

De kliniek waar Romy verblijft sinds ze uit het hospice weg moest is een dorp op zich. Een doolhof van lage bakstenen gebouwtjes, groen uitgeslagen van het vocht, in de achtertuin van een nieuwbouwwijk. Ernaast ligt het ziekenhuis. Steeds als ze de ambulance hoort, begint haar been te trillen. Ze haat de kliniek en tegelijkertijd voelt het als thuiskomen. Ze kent dit soort plekken als geen ander, ze heeft er al zoveel tijd doorgebracht. Ze kent de mores, de magnetronmaaltijden, de systeemplafonds. En ze kent het gedrag dat erbij hoort. Ze snijdt zich al tweeënhalft jaar niet meer, maar hier kan ze de drang niet weerstaan. Van alle destructieve manieren die ze bedacht om de geestelijke pijn niet te hoeven voelen, werkt snijden het allerbest. „Ik probeer zoveel mogelijk van mezelf weg te snijden of te branden, zodat er nieuwe huid komt die schoon is”, schreef ze op een velletje papier. Haar kamer ligt bezaaid met velletjes papier waarop ze haar gedachtes schreef.

Op de kast in haar kamer hangt een wit kaartje. „Wil ik dit werkelijk”, staat erop. Sinds ze zich op haar achttiende aanmeldde bij het Expertisecentrum Euthanasie, omdat ze op een humane manier dood wilde, kijkt ze er elke dag zeker tien keer naar. Meer dan ooit is ze overtuigd van haar antwoord.

„Toen ik niet doodging, was iedereen boos, of ze gingen weg, met vakantie”, vertelt ze als ik half juli bij haar op bezoek ben in de kliniek. „Nu heb ik helemaal het idee dat ik dood moet, omdat iedereen anders zo geïrriteerd is dat ik het niet doe.”

Van haar psycholoog Paul begrijp ik later dat mensen in haar omgeving niet wisten wat ze met hun emoties aan moesten en daarom afstand namen. Maar Romy voelt zich door iedereen in de steek gelaten. Ze ligt hele dagen in bed om haar „aanvallen te managen”. Tijdens zo'n aanval schokt ze hevig, soms verliest ze het bewustzijn. Het lijkt op epilepsie, maar het is een ontlading na emotionele spanningen. Ze zegt dat het alleen maar uitzichtlozer is geworden.

Romy heeft spijt van de beslissing die ze in juni op het laatste moment nam. Het Expertisecentrum laat weten dat ze opnieuw in gesprek willen gaan. Alleen: dan moet ze een

vaste verblijfplaats hebben. En dat is niet zomaar geregeld. De crisisopvang is tijdelijk, klinieken voor langer verblijf bieden opnames inclusief behandeling – en Romy is uitbehandeld. Ze staat op een wachtlijst voor een studio met zorg in Den Haag, maar daar kan ze alleen terecht als ze stopt met snijden.

De dag voor het kennismakingsgesprek met de Haagse zorginstelling zorgt ze dat ze hele dag onderweg is, om maar niet in de verleiding te komen. Ze gaat naar de kringloop, koopt een appelflap bij de Jumbo en wandelt met de groepsleiders en met een vriend die in dezelfde kliniek is opgenomen. 's Avonds, op haar kamer, houdt ze het niet meer. Haar hoofd explodeert. Wat als ze haar afwijzen? Dan mag ze niet dood. Dan is er niets meer. Het enige wat ze wil is de mesjes pakken en zichzelf pijn doen.

Om één uur 's nachts strompelt ze dronken van de slaapmedicatie naar de eerste hulp. Voor de 145ste hechting.

Wil ik dit werkelijk?

„Ik vind het moeilijk om te zeggen, maar ik heb voor het eerst in 4,5 maand gedoucht”

Romy via WhatsApp, 7 september 2023, 08.04 uur

„Ik zou het liefst willen dat ze zeggen: ‘volgende week is het zover’, maar dat is niet realistisch.” Romy steekt een sigaret op. De zoveelste. Het is eind september en straks komt de psychiater van het Expertisecentrum langs. Ze gaat vragen of ze toch dood mag.

Ze draagt een colbert en heeft haar nagels felrood gelakt. „*Fake it until you make it*”, zegt ze lachend. Ik vraag of ze niet bang is dat ze denken dat het goed met haar gaat.

„Het is bij mij altijd omgekeerd”, zegt Romy. „Als je mij in een blazer of een blouse ziet, ben ik op mijn allerslechtst.” Ze heeft al vaker gezegd: ik wil het zo graag goed doen. Blijkbaar kan ze spelen dat het goed gaat. Menig hulpverlener is erdoor op het verkeerde been gezet.

„Wat is er veranderd dat je het nu wel durft”, vraag ik tijdens een wandeling. Ze zegt dat ze nog steeds bang is dat de injectie bij haar niet werkt. Haar lijf is zo gewend geraakt aan heel veel medicatie. Maar de afgelopen maanden gaven de doorslag: niet eerder was haar leven zo uitzichtloos. „Ik ben nog steeds bang, maar ik ben banger voor het leven dat ik moet leiden dan voor de dood.”

We staren voor ons uit. Kraaien krassen door de lucht. „Ik dacht dat je een nieuwe start kon maken”, zeg ik.

„Hoe dan?” Ze haalt haar schouders op. „Ik kan nergens heen. Niemand wil mij. En wat moet ik doen? Ik heb niet eens een diploma.” Ze zegt dat ze werd opgenomen net voor de laatste tentamenweek in havo-5.

Er is nog een verschil met de eerste poging, zegt ze. Ze heeft melding gemaakt van het misbruik, bij de politie. Tot een officiële aangifte zal het niet komen. Dan moet ze tot in detail vertellen wat er is gebeurd, en dat lukt niet eens bij een therapeut, laat staan bij een agent die ze één keer heeft gezien. Maar dit voelde als iets wat ze nog móest doen voor ze dood kan.

Als Romy in gesprek is met de psychiater wacht ik op haar kamer. Ze is verhuisd van de crisisafdeling naar een gewone opnameafdeling, maar de kamer is hetzelfde. Er staat een bed, een wastafel, een bureau en een kast.

Naast het kaartje met „Wil ik dit werkelijk” hangt haar rouwkaart. Romy staat in haar witte jurkje op het strand, de wind waait door haar halflange donkere haar. Ze lacht. Alsof ze wil zeggen: ik ben er nog, maar niet meer helemaal.

Op het bed ligt een leeggelopen heliumballon van een zebra. Gekregen van een groepsgenoot, omdat ze zoveel streepjes maakt.

Na drie kwartier gaat de deur open.

„En?”

Ze omhelst me. „Goed”, zegt ze zacht. „Eerst roken.”

Zwart, wit en grijs

„Het staat vast dat ik op 18 december kom te overlijden. Dat is een hele grote opluchting voor mezelf”

Romy via WhatsApp, 12 oktober 2023, 15.15 uur

Het euthanasietraject wordt weer opgestart. Romy voert weer gesprekken met psychiaters om te bewijzen dat haar lijden ondraaglijk is. De eerste keer gaven die gesprekken haar een dubbel gevoel; het was confronterend dat ze haar lijden bevestigden en geen toekomst voor haar zagen. Tegelijkertijd voelde het als erkenning. Na een jeugd vol mislukte behandelingen hoorde ze op haar 22ste voor het eerst dat het niet aan haar lag. Dat ze wel haar best had gedaan, maar dat de behandelingen niet bij iedereen aanslaan.

Ook nu neemt ze zich voor tot het laatste moment in therapie te blijven, om te bewijzen dat ze er alles aan heeft gedaan. Twee keer per week gaat ze naar traumatherapie bij Paul. Hij is sinds een jaar haar behandelaar.

Ze hadden een stoeve start, vertelt ze in de auto onderweg naar hem. „Paul is een man, en mannen vertrouw ik niet.” Maar Romy merkte dat ze met hem overal over kon praten, óók over het misbruik en haar doodswens.

Tijdens de rit trillen haar benen onophoudelijk. Dat zijn afkickverschijnselen, zegt ze. Ze slikt nog maar 25 milligram oxazepam – twintig keer minder dan bij onze eerste ontmoeting, vier maanden geleden.

Bij haar voeten ligt een stoffen tasje met rode hartjes erop. Er zit een knuffelbeer in, zakdoekjes, lavendelolie, balletjes om in te knijpen, een sjaal om aan te trekken en pittige snoepjes, Jawbreakers, die ze ook gebruikt bij het douchen om te zorgen dat ze in het ‘nu’ blijft en niet wordt teruggetrokken naar ‘toen’.



Romy gebruikt Jawbreakers om af en toe te kunnen douchen en in het hier en nu te blijven. Foto Selma van der Bijl

Ze leerde Paul vertrouwen, maar vertelde hem nooit alles. „Ik vertelde wel de waarheid, maar ik liet dingen weg omdat ik me ervoor schaamde. Of omdat ik dacht: dat is zo erg, dan gaat hij me wegsturen.”

Sinds 19 juni is het anders. Paul ging niet weg. Hij zette de behandeling door, ondanks het predicaat dat ze uitbehandeld zou zijn. En nu, tussen de ene doodswens en de andere, is ze over een bepaalde traumatische gebeurtenis voor het eerst helemaal eerlijk. „Als ik doodga zonder dat ik dit heb verteld, wint degene die me dit heeft aangedaan. Het is een overwinning op mezelf dat ik het eerlijk heb uitgesproken.”

Een week later stuurt ze me een bericht: „Ik ga het traject bij het Expertisecentrum voorlopig stoppen.”

Ik bel haar meteen op. „Wat mooi dat je voor het leven kiest”, zeg ik.

Dat ziet Romy anders. Ze kiest niet voor het leven, ze kiest nu niet voor de dood.

Maar wat kies je dan? Die vraag vindt ze moeilijk. Natuurlijk, een beetje dood bestaat niet, maar haar wereld is momenteel niet zwart of wit. „Ik ben een beetje grijs”, zegt ze.

Met grijs bedoelt ze dat ze twee deuren openhoudt, die van het leven en van de dood. Terwijl het Expertisecentrum haar de ruimte geeft om uit te zoeken of ze toch dood wil, onderzoekt ze met Paul of ze kan blijven leven door aan haar trauma's te werken. En nu ze stappen maakt in de therapie, durft ze de dood op pauze te zetten.

Het gesprek valt steeds stil. Waarom vindt ze het moeilijk om erover te praten? „Omdat ik mijn hele leven al het meisje ben dat dood wil. Maar wie ben ik zonder mijn doodswens?”

Overleven

„M'n dossier wordt gesloten, maar als ik het wil heropenen, gaan we verder waar we zijn gebleven. Verder komt er veel bij kijken als ik kies voor het leven. Wat ga ik doen? Waar ga ik wonen?”

Romy via WhatsApp, 6 november 2023, 22.22 uur

Het is een zonnige zaterdagmiddag, half november. We wandelen door het park als Romy's telefoon gaat. Verbaasd: „Het is Paul.” Ze neemt op. Net voor ze weer ophangt, zegt ze: „Ja, dat is oprecht mijn angst.”

De traumatherapie maakt veel los. Het brengt herinneringen boven die ze jarenlang heeft weggestopt. En niet alleen haar hoofd herinnert zich het trauma, ook haar lijf. Na therapie kan ze bijna niet lopen, ze heeft er nog dagenlang last van. En dat wil ze niet voelen – niet nu ze het leven een kans geeft.

Sinds ze twaalf is, gedraagt ze zich destructief om met haar emoties om te gaan. Hoe heviger de emoties, hoe groter de spanning, hoe destructiever haar methodes zijn. Dan heeft ze braken nodig, snijden, drugs of alcohol.

Romy blijft haar eigen vernietiging opzoeken, omdat ze niet anders kent. Het hielp haar overleven, maar nu zit het overleven het leven in de weg. Het is niet voor niets dat Paul haar in het weekend belt: hij maakt zich zorgen. Juist in het weekend, als ze geen therapie of andere bezigheden in de kliniek heeft, zoekt ze de randen op. „Ik heb niet geleerd om op een gezonde manier met mijn emoties om te gaan. En nu is het zo'n patroon geworden dat ik het niet kan doorbreken.”

Struisvogel

„Als alles meezit, kan ik hier half januari hier weg. Ik ben er blij mee, want ik ben er helemaal klaar mee, maar ik vind het ook eng”

Romy via WhatsApp, 26 december 2023, 12.47 uur

Het is eind december en Romy 'woont' al een halfjaar in de kliniek. Het medische team vindt dat er iets moet gebeuren: als je het leven een kans wilt geven, moet je niet in een psychiatrische kliniek blijven.

De maatschappelijk werkster vraagt urgentie aan voor begeleid wonen, een woonvorm voor jongeren onder de dertig met psychische problemen die niet zelfstandig kunnen wonen, maar ook niet in een ggz-instelling horen. Er staan duizenden jongeren op de wachtlijst voor deze woonvorm, de wachttijd kan oplopen tot twee jaar. De verrassing is des te groter als Romy binnen twee weken wordt uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek. Op 15 januari vertrekt ze met haar roze koffer naar een nieuwe plek in hartje Rotterdam.

Eindelijk staat ze op eigen benen. En zo gedraagt ze zich ook. Ze begint met hardlopen, stopt met roken en gaat naar de tandarts, na drie jaar een flinke overwinning. In het weekend gaat ze naar musea met een vriendin, ze bezoekt haar opa en oma, logeert bij haar moeder en af en toe drinkt ze een gin-tonic. Als er een moment van hoop is, is het nu.



Romy in de metro, onderweg naar haar kamer in Rotterdam, april 2024. Foto Selma van der Bijl

Het zit Melissa, haar beste vriendin, die ze kent uit een jeugdinstelling, niet lekker. „Hoe gaat het met Esther?“, probeert ze tijdens een lunch op zondag. Esther is de struisvogel op een kaart die ze ooit naar Romy stuurde.

Sindsdien staat de vogel symbool voor alles waarvoor Romy haar kop in het zand steekt. Dat ze gaat sporten, zich extra mooi aankleedt en stopt met roken, is omdat ze iets anders wil vermijden, iets wat niet goed gaat.

„Romy is goed in van die subtiele hints“, zegt Melissa. „Als je haar goed kent, denk je: volgens mij wil je iets zeggen.“

Romy blaast, maar ze weet dat haar vriendin een punt heeft.

Het is een tijd goed gegaan: ze woont op zichzelf, ze is gestopt met het euthanasietraject. Maar nu heeft ze het gevoel dat er van alles van haar wordt verwacht. „Ik ben zo bezig met voldoen aan de verwachtingen van anderen. Ik wil niet dat mensen teleurgesteld zijn in mij, dat is al genoeg gebeurd.“

Ze fluistert: „Ik ben op een punt dat ik niets liever wil dan leven, alleen ik weet niet hoe het moet.“

Dus speelt ze het leven na, zoals ze dènt dat het eruit moet zien. Sporten, familie opzoeken, naar musea. Ondertussen voelt ze zich slecht. Ze vraagt geen hulp, maar doet wat ze altijd doet als de spanning toeneemt: zichzelf schaden en stuk maken. Ze zwerft uren over straat. Als haar moeder belt om te vragen waar ze is, bevindt ze zich tot haar schrik bij het spoor. Later zal ze zeggen dat het niet is omdat ze dood wilde, maar omdat ze zichzelf helemaal kwijt was.

Op 28 februari houdt ze het niet langer vol. Om negen uur die ochtend wordt ze door opa en oma naar de kliniek gebracht.

Op de bodem van de put

„Het gebeurt omdat ik een master ben in het me beter voordoen. Mensen hebben zulke hoge verwachtingen van mij en dan ga ik maar doen alsof. Maar er komt een punt waarop dat niet meer lukt...“

Romy via WhatsApp, 4 maart 2024, 10.50 uur

Had ze het mis? Is het leven toch niets voor haar? Want daar is ze weer, terug in die godvergeten kliniek. Andere kamer, hetzelfde verhaal. De foto's, de kaarten met spreuken en het snoer met de lampjes, ze heeft ze allemaal weer opgehangen om er vervolgens vanuit haar bed de hele dag naar te staren. Ze wil zich verstoppen, voor alles en iedereen, maar dat is lastig in een kliniek. Zeker als je er kind aan huis bent. „Ik haahaha het hier zo“, huilt ze met lange halen als ze Iris, de therapeut van lichaamsgerichte therapie, op de gang tegen het lijf loopt. De therapeut slaat haar armen om haar heen en wiegt haar zachtjes heen en weer.

Het ik-wil-hier-zo-snel-mogelijk-weg-gevoel duurt ongeveer drie dagen, weet ze uit ervaring. Daarna wordt het comfortabel en voelt de kliniek als een soort community. En dat is misschien nog wel enger. Want in de ‘echte’ wereld heeft ze die community niet. Dan moet ze het gewoon zelf kunnen.

Waarom lukt dat niet? Hoezo is het zo moeilijk om los te komen van de kliniek? Ze vraagt het aan Lianne, de psycholoog van de afdeling.

„Volgens mij wil jij het liefst nog lekker kind zijn”, zegt ze.

„Ik heb dat nooit gehad”, fluistert Romy.

„E Ik besloot dat ik alles kon

„Ik weet niet goed wat ik de afgelopen dagen heb gedaan, want ik heb te veel medicatie ingenomen. Ik had rust nodig. Ik ben wel hard op mijn neus gevallen”

Romy via WhatsApp, 7 april 2024, 20.40 uur

Geroutineerd rolt ze haar kleding op. Eerst de broeken en de jurken. Op de open plekken stopt ze het kleinere goed. Het is net een puzzel. Romy pakt haar roze koffer in voor wéér een verhuizing. Dit keer gaat ze naar een kliniek in Amstelveen voor een intensieve traumabehandeling: een soort bootcamp, maar dan om trauma’s te verwerken. Ze heeft er tien maanden voor op de wachtlijst gestaan.

n de geborgenheid van de kliniek komt het dichtst bij dat verlangen.”

Ze hijst de koffer in de auto. „Ik heb ook zo’n koffer als ik een week met vakantie ga”, zegt een begeleider die is gekomen om haar uit te zwaaien. „Bij haar zit haar hele leven erin.”

Ze omhelst Romy. „Dag Mussie.”

„Daar gaat m’n vogeltje”, zegt ze. „Weer een nieuwe fase.”

Een nieuwe fase: ziet ze dat zelf ook zo? Ik manoeuvreer de auto tussen de gebouwen op het ggz-terrein. Alles is grijs en grijs, rafelige gordijntjes voor de ramen, peuken op de stoep. „Dit zou wel eens de eerste fase naar herstel kunnen zijn”, zegt Romy. „De rest was altijd gericht op de dood. Nu ga ik om er iets voor mezelf uit te halen. Daarna kijk ik wel hoe het eruitziet.”

Als haar moeder vraagt waar ze is, bevindt ze zich tot haar schrik bij het spoor

We rijden naar haar kamer in Rotterdam om spullen weg te brengen en op te halen. We sjouwen twee trappen omhoog. In de gang ruikt het naar natte handdoeken en sigarettenrook. Romy’s kamer is fris en gezellig. Overal hangen foto’s en gedrukte kaartjes met teksten. Als we bij de deur staan, grist ze snel een kaartje van de muur. „Ik besloot dat ik alles kon”, staat erop. Ze grijnst.

Terug in de auto vraag ik: „Wat nou als alles kon?”

„Dan ga ik naar Afrika”, zegt ze. „Werken aan een project met kinderen.”

Ze vertelt dat ze social work wil studeren aan het hbo en dat ze een toelatingstest moet doen omdat ze geen havodiploma heeft. Ze heeft de datum al opgezocht. „Ik wil dat doen, hoe diep ik ook zit. Voorheen zat ik ook diep, maar als ik dan opkrabbelde, was er niets, want Romy wilde toch dood.” Het gaat haar niet eens om de opleiding. „Ik wil gewoon ervaren hoe het echte leven is.”

Om het echte leven te kunnen ontdekken, moeten haar traumaklachten afnemen. Ze wil af van herbelevingen op onmogelijke momenten, ze wil kunnen douchen, eten en slapen zodat ze kan opstaan als de wekker gaat en afspraken kan nakomen. De komende weken gaat ze er in de kliniek mee aan de slag. Ze zegt dat ze het spannend vindt. „Wat als het niet werkt?”

Leuk om huur te betalen

„Ik heb vier uur therapie op een dag. Het is zwaar, maar ik hoop niet dat ze uit medelijden minder inplannen, want ik heb geen medelijden nodig”

Romy via WhatsApp, 25 april 2024, 20.40 uur

Een maand later is ze terug in Rotterdam. Met haar moeder poetst ze haar kamer. Als ze de achterstallige post ophaalt in het kantoor van de begeleiding, wacht een verrassing: ze blijkt al vijf maanden geen huur betaald te hebben. Romy betaalt het in één keer.

We spreken af een ijsje te gaan eten. „Het gaat best prima”, zegt ze. En dat voelt gek, omdat ze het zo lang al niet heeft gevoeld.

Ik probeer te achterhalen hoe het komt dat ze zich beter voelt. Ze zegt dat het gezellig was in de groep, dat ze houdt van een vaste structuur, dat ze is gestopt met benzodiazepines, de angstremmers die ze al zo lang in grote hoeveelheden slikt. Maar het waren vooral de doorbraken in de therapie: „Ik heb alles uitgesproken. Ook wat ik nog niet verteld had.”

Toch is de dood niet uit haar leven verdwenen. Ze denkt er bijna dagelijks aan. „Als andere mensen denken: ik moet de hond uitlaten, denk ik: wil ik dood vandaag?” Maar de dood staat niet op de voorgrond, hij staat náást het leven.

„Ik heb geen spijt van het traject”, zegt ze. „Doordat ik zo dicht bij de dood ben geweest, zie ik het leven als iets waardevols. Het zal niet altijd goed gaan, maar ik weet nu dat er licht is aan het einde van de tunnel.”

Als ik vraag waar ze hoop uit put, lacht ze. „Dit gaat gek klinken: ik vond het oprecht leuk om huur te betalen. Het geeft mijn leven zin. Gewoon omdat het iets normaaIs is.”

„Stel dat je niet dood had mogen gaan”, vraag ik haar, „was je er dan nog geweest?”

„Nee”, zegt ze. „Het was het enige waar ik mijn bed voor uitkwam. Mijn plan lag klaar voor als het niet mocht.”

De week na onze afspraak maakt ze de toelatingstest voor het hbo. Het gaat niet goed.

„Wat wil je?” appt ze. „Ik ben vijf jaar niet naar school geweest!” Ze vertelt dat ze zenuwachtig was en volledig blokkeerde. En misschien was het ook niet handig om de avond ervoor vijf lorazepam te nemen.

Nog dezelfde middag schrijft ze zich in voor het volwassenonderwijs. Ze wil eerst haar havodiploma halen. Een leven opbouwen gaat niet met zevenmijlsschreden.

Boodschappen voor een nieuw leven

„19 juni komt steeds dichterbij en ik zie ertegen op. Paul zei het mooi: vier het als een tweede verjaardag of als je eerste, want dit is de dag dat je indirect voor het leven hebt gekozen, om je geboorte heb je niet gevraagd”

Romy via WhatsApp, 21 mei 2024, 16.54 uur

Die dag draait ze het programma af dat ze zich heeft voorgenomen. Ze rent een rondje, gaat met de trein naar Paul, samen eten ze een aardbeientaartje – met één kaarsje erop. Dan gaat ze naar Leiden, terug naar de plek waar ze vorig jaar voor het leven koos. Onderweg koopt ze bloemen voor zichzelf. In haar tas zit een weckpotje met briefjes. Ze heeft een ritueel bedacht en vrienden en familie gevraagd om de ingrediënten: Hoe kijken zij naar haar? Wat wensen zij haar toe?



Romy en haar psycholoog Paul eten een aardbeientaartje, één jaar na geplande euthanasiedatum. Foto Selma van der Bijl

Ze loopt langs Karels Biofriet, restaurant Bregje en neemt een gin-tonic op het terras waar ze graag kwam. Op de hoek van de steeg twijfelt ze. Vorig jaar stond hier de lijkwagen, nu staat ze hier met bloemen en een tas vol boodschappen voor een nieuw leven.

In de tuin van het hospice, op de plek waar de zon in het gras schijnt, legt ze een voor een de bloemen neer. Bij elke bloem leest ze een boodschap voor die ze van iemand kreeg. „Kwetsbaarheid is geen zwakte”, staat op een van de briefjes. Op een ander: „De mooiste mensen hebben een ingewikkeld leven.”

In het gebouw staat één raam open, precies boven haar hoofd. Ik kijk vragend, en zij knikt. Daar was het, in die kamer.

Epiloog

Deze zomer is Romy op vakantie gegaan met haar familie. In september is ze gestart aan de VaVo, om via het volwassenonderwijs haar havodiploma te halen. Ze volgt nog steeds traumatherapie bij Paul. In de instelling voor begeleid wonen kookt ze twee keer in de week voor vijftien huisgenoten. Ze heeft nog altijd last van traumaklachten en kan zich slecht concentreren, maar ze is optimistisch. „Ik heb de dood overleefd, dus ik zal het leven ook wel overleven.”