

‘Zelfs van de dood wil ik leren’



Adelheid Roosen benadert de dood zoals ze alles en iedereen benadert: met een open blik, vol nieuwsgierigheid en verwondering. Voor haar is het levenseinde dan ook geen taboe, maar juist een leermeester die ons confronteert met wie we zijn en willen zijn als mens. • *Teus Lebbing*

n jullie programma Roosen & Borst onderzoek je samen met Hugo Borst wat er komt kijken bij 'een goed levenseinde'. Wat is jouw gedachte hierover?

‘Wat ik een goede dood vind? Oh, maar dat weet ik helemaal niet! En eerlijk gezegd vind ik het antwoord ook niet interessant. Net als bij alles in het leven ga ik stellingen uit de weg. Het gaat me om de zoektocht, om het proces, om aanwezig zijn in het moment. We kunnen lang en kort nadenken over hoe en wanneer we zullen sterven, de daadwerkelijke afloop weten we niet. Er is een waaier aan mogelijkheden, ook tijdens het filmen van *Roosen & Borst* leer ik telkens bij: van stoppen met eten en drinken en euthanasie tot palliatief en een acute dood waar we geen enkele vat op hebben. Voor mezelf ben ik vooral benieuwd hoe mijn binnenwereld gaat reageren. Stel, ik heb iets terminaal, wie ben ik dan, wie is Adelheid daarin, hoe zou ik me tot het einde verhouden? Daar ben ik heel nieuwsgierig naar.’

Je schrikt niet van het idee dat je leven dan stopt?

‘Oef... even voor de duidelijkheid: ik kijk er heus niet naar uit hè, naar de boodschap van de arts: “Adelheid, dit is het, je gaat dood”. Ik heb het leven lief en wil echt niet weg, dat zou ik bloedjammer vinden. Maar als het eenmaal zo is en ik ben gekomen van de schok, dan beland ik in een proces waar ik óók heel nieuwsgierig naar ben. En zoals ik leef, zal ik ook sterven, dan ga ik dat voluit aan. Zo ben ik: ik wil nergens van weg, ook niet van ongemakkelijke, confronterende dingen. Natuurlijk denk ik geregeld: oeh, wat eng, dit of dat. Maar ik zie enge dingen ook als een mogelijkheid om te leren.’

Ook van de dood?

‘Zelfs van de dood! Voor mij is het een tuimelende beweging. Hoe is die overgang naar einde, die laatste grote reis? Dat moet toch ook magisch zijn! Wat ik niet begrijp aan deze tijd is dat we processen en veranderingen willen beheersen, of in ieder geval op tijd een uitkomst willen weten. We lijken vergeten dat overgangsfases moeilijk kunnen zijn, dat je ergens doorheen moet akkeren om verder te komen. Waarom zouden we inspanningen problematiseren, terwijl daar ook zoveel moois in zit?’

Besluit je daarom in het vorige seizoen van Roosen & Borst: 'Laat mij maar doorsjouwen als het zover is'?

‘Ja, ik kan daar de schoonheid van inzien en Hugo denkt daar heel anders over. Allebei zijn we bang om alzheimer te krijgen, omdat onze moeders dat hadden. We weten welke lijdensweg daarbij hoort, ook voor de mantelzorgers. Hugo wil de aftakeling voor zijn; hij wil er om ‘kwart voor twaalf’ uit, zoals dat in euthanasiejargon heet. Als hij de diagnose alzheimer krijgt, dan wil hij, op een moment dat hij nog helder genoeg is om dat een arts te verzoeken, actief zijn leven laten beëindigen. Dat vind ik geweldig moedig, terwijl hij het weer moedig van mij vindt dat ik dan juist wil blijven.’

Wat bedoel je precies met 'doorsjouwen'?

‘Het is dan toch weer mijn nieuwsgierigheid die opspeelt: ik wil dat proces doen, ik wil leren en ontdekken, daar ben ik ferm in. Oók omdat ik bij mijn eigen moeder de waarde daarvan heb gezien. Dementie is gruwelijk, maar haar ziekteproces bracht ook heel mooie en waardevolle ervaringen met zich mee, ondanks de onmacht en het verdriet. Ik heb nooit een warme band met mijn moeder gehad, maar toen haar geest wegvaagde, kreeg ik voor het eerst een lieve, voelende moeder, wat de pijn van vroeger verzachtte.’

Naast je moeder heb je andere dierbaren begeleid in hun laatste fase. Hoe kijk je daarop terug?

‘Waar we het net over hadden, over het pallet aan keuzemogelijkheden om te sterven, wel of niet in eigen regie: ik heb nergens een oordeel over en wil als betrokkene elke wens faciliteren. Dan ben ik er 100 procent voor diegene. Mijn eerste, vroege ervaring met levenseindebegeleiding was eind jaren tachtig, met mijn geliefde onderbuurman Jan. Hij kreeg HIV toen nog niemand wist wat dat was. Hij vroeg of ik zijn buddy wilde zijn. Dagelijks trok ik met hem op, samen zochten we alles uit, ook zijn

pad naar euthanasie. Doodgrijselijk vonden we dat natuurlijk, maar we bespraken en analyseerden alles, ook met de andere dierbaren om hem heen; dat hielp ons om de angst te kalmeren. Er was nog geen euthanasiewet en Jan vroeg mij als zijn officiële getuige, wat betekende dat ik, naast de huisarts, ook de papieren moest tekenen. Eén belangrijk ding heb ik toen wel besloten, ik zei: "Ja lieve Jan, dat ga ik doen, maar ik maak er geen geheim van, dat kan ik niet. Ik wil kunnen blijven spreken over wat me raakt, zelfs als ik daarvoor juridisch gestraft kan worden". We zijn volop in dat pad gedoken, namen elke stap in overeenstemming met de artsen en instanties. Het heeft veel indruk op me gemaakt, ik vond het een rijkdom om bij zijn sterfproces te mogen zijn, het is zoiets waardevols als iemand je in zo'n fase dichtbij laat. Niks hebben we onbesproken gelaten, hoe spannend we dat ook vonden. Zo heb ik geleerd hoe het bevrijdt en verbindt om alles wat moeilijk is juist wel te benoemen in plaats van te blokkeren of te parkeren.'

Wat leverde die openheid jullie dan op?

'We voelden ons echt samen in het proces. Ook later, na het onvermijdelijke afscheid, hielp het me dat alles was gezegd. Datzelfde heb ik ervaren na de dood van mijn vriendin Leonoor, die ongeneeslijk ziek was. Omdat we met ons hechte clubje haar sterven al improviserend filmden, kwam ook daar van alles aan de orde wat nog speelde tussen ons. En ook weer bij het afscheid van mijn vroegere theaterdocent en grote vriend George Groot, twee jaar geleden. Anders was het bij mijn moeder, die het gewend was om te zwijgen over persoonlijke onderwerpen, zelfs haar uitvaartwensen kende ik niet. Dat vond ik lastig, ook in de rouw. Altijd is er die vraag: heb ik wel het goede gedaan?'

Je hebt deze intieme ervaringen ook allemaal op beeld vastgelegd (zie kader). Waarom?

'Dat is mijn manier om met het leven om te gaan als kunstenaar. In het vormgeven van mijn eigen biografie kom ik alles tegen. Door dat een podium te geven, deel ik ook mijn angsten, twijfels, liefde, rouw. De creatie neemt dan de overhand, ik maak er letterlijk werk van, gericht op bewustwording en verbinding. Het klinkt misschien gek, maar het rouwt zoveel beter als je het afscheid samen kunt doen en beleven, vol in het licht. Zo hebben we rondom de dood van George in 2024 een grote afscheidspersformance gemaakt: *Het Sterven is*

Begonnen, een drie uur durende voorstelling om George te kronen, nog tijdens zijn leven, samen met het publiek, inclusief zijn intimi. George was er zo tevreden mee, vlak daarna kon hij het leven loslaten. Magisch was het, ik kan het iedereen juichend aanraden.'

Zie jij een publiek afscheid ook voor jezelf weggelegd, wanneer je tijd gekomen is?

'Mijn fantasie slaat op hol als ik daar aan denk! De kans is groot dat ik mijn sterfervaringen zal delen, als ik die mogelijkheid krijg. En ik heb alvast een spaarpotje aangelegd voor mijn afscheid. Zodat de liefste, leukste vrienden die ik achterlaat in ieder geval een ontploffend feest kunnen bouwen.'



Adelheid Roosen:

'NIKS HEBBEN WE ONBESPROKEN GELATEN, HOE SPANNEND WE DAT OOK VONDEN. ZO HEB IK GELEERD HOE HET BEVRIJDT EN VERBINDT OM ALLES WAT MOEILIJK IS JUUST WEL TE BENOEMEN IN PLAATS VAN TE BLOKKEREN OF TE PARKEREN.'



ADELHEID ROOSEN (1958) heeft nooit geloofd in het weggijken van pijn en ongemak, ook niet als het over de dood gaat. In haar veelomvattende loopbaan als theatermaakster, actrice en artistiek leider van het collectief Female Economy is ze doorlopend op zoek naar manieren om het onbespreekbare bespreekbaar te maken en zo ideeën en mensen te verbinden. Dat doet Roosen via een grote verscheidenheid aan podiumvormen en op televisie, zoals in het programma *Roosen & Borst* (omroep HUMAN). Daarin duikt ze samen met Hugo Borst in de vragen die spelen rondom het levenseinde, vaak in relatie met dementie. Diverse persoonlijke verlieservaringen legde Roosen vast op film, zoals het afscheid van haar moeder (*Mam*, 2009) en haar goede vriendin Leonoor (*Brozer*, 2014), beide terug te zien op NPO Start. Momenteel is ze druk bezig met de opnamen van het vijfde seizoen van *Roosen & Borst*, dat na de zomer wordt uitgezonden. Meer over haar werk en theatercollectief Female Economy lees je op www.femaleeconomy.nl.