

KAREL GLASTRA VAN LOON



Ongeneeslijk optimistisch



INHOUD

- 9 Woord vooraf (*door Marie-Anne van Wijnen*)
- 12 Ugly bird (*door Abdelkader Benali*)
- 17 De columns (*door Lizette Dalebout*)
- 21 Verpletterd
- 24 Domweg gelukkig op de Veluwe
- 31 Wetenschap en geloof
- 36 Een epileptische aanval
- 42 Voor Nancy
- 48 Mea culpa
- 51 Eindelijk weer een kat!
- 54 Een tweede leven
- 57 Niet vallen
- 60 Foto's van papa's hoofd
- 64 Kerstkind
- 67 De juiste toon
- 70 Wandeling op een winteravond
- 73 Dikke kop
- 77 De grote boze buitenwereld
- 80 Sleetje rijden

- 84 Abnormaal ontspannen
91 Mannen
95 Opgewekt leven
99 Olympische Winterspelen
103 Terug naar Ann Arbor
107 Richtingsgevoel
111 Huilebalk
115 Vanzelfsprekend
119 A fine fockin' head of hair
123 Een echte gezinsman
127 Afscheid (*door Karin Kuiper*)
132 Nawoord 2015 (*door Karin Kuiper*)

VERPLETTERD

Soms gebeuren er dingen in een mensenleven die zó ingrijpend zijn dat je het gevoel hebt dat je erdoor wordt verpletterd. Zoiets is mij de afgelopen weken overkomen.

Het begon op een stralend zonnige zaterdagmiddag, op een besneeuwde heuvel even buiten Ann Arbor, Michigan. Ik was aan het sleetjerijden met Bobbie en Noa. Ik had de meisjes naar boven getrokken, was op de slee gaan zitten, had Bobbie op de ene knie genomen, Noa op de andere, had mijn handen in de sneeuw geplant en de slee in beweging gebracht. We hobbelden, suisden, joelden de heuvel af. Beneden aan de heuvel was er iets in mijn lichaam veranderd, was er iets voorgoed in mijn leven veranderd – al wist ik dat toen natuurlijk nog niet.

Het eerste wat ik merkte was dat mijn linkerbeen het niet meer deed. Het volgende dat mijn hart op hol sloeg. Ik vroeg de meisjes om

van mijn schoot af te gaan. Ik zwaaide naar Karin boven aan de heuvel. Kom! Kom! Ik weet nog dat Karin bij me kwam, dat ze de kinderen meenam naar de auto, en dat mijn been het nog steeds niet deed en dat mijn hart tekeerging, zo verschrikkelijk tekeerging! Toen Karin weer mijn kant op kwam, lag ik voorover in de sneeuw. Het was weliswaar een zonnige dag, maar ook tien graden onder nul. Op dat moment wist Karin dat er iets helemaal mis was – op dat moment wist ik zelf helemaal niets meer.

Toen ik een uur later langzaam bij mijn positieven kwam, lag ik op een brancard in de ER van het St. Joseph Mercy Hospital. De kinderen speelden op de vloer onder de hartmonitor en het infuus. Er verscheen een arts aan mijn bed.

‘Sir,’ zei de arts, ‘we hebben een scan gemaakt van uw hoofd, sir. En op die scan zien we een verdichting in uw hersenen, sir, een verdichting die wijst op een hersentumor, sir.’

Dat herinner ik me nog goed, dat hij elke keer ‘sir’ zei. En dat hij me heel indringend aankeek, alsof hij zich ervan wilde vergewissen

dat tot me doordrong wat hij zei. En dat was natuurlijk ook zo.

Vier weken zijn er sindsdien verstreken. Het lijken vier jaren en tegelijkertijd vier dagen. Ik ben verder onderzocht. Er is een diagnose gesteld. Ik ben naar Nederland teruggekeerd. Ben opnieuw in het ziekenhuis beland. En nogmaals. Over twee weken word ik voor het eerst bestraald. Ik ben een kankerpatiënt. Ik heb een tumor in mijn hoofd. Als ik het niet regelmatig tegen mezelf zeg, geloof ik het niet.

DOMWEG GELUKKIG OP DE VELUWE

Ik zat in een huisje op de Veluwe en het regende – zo'n stille, ononderbroken regen die de wereld grijs kleurt. Zo'n regen die doorgaans aanzet tot somber gepeins. Maar toch: somber was ik niet.

En de wereld mocht dan schuilgaan achter een grijs gordijn, in mijn hoofd was het licht en zonnig. Het was begin april en de knoppen in bomen en struiken stonden op barsten. In de dagen die achter mij lagen, had ik spechten driftig horen kloppen op holle stammen, op zoek naar een plek om een nest te maken. Ik had zanglijsters en groenlingen horen zingen in de boomtoppen. En op een ochtend waren twee reeën de tuin rond mijn huisje binnengewandeld om wat te knabbelen aan het eerste jonge groen. Ik had naar ze gekeken vanachter het glas en zo nu en dan hadden ze de kop geheven en teruggekeken, met grote zwarte ogen die van alles deden vermoeden, maar niets verrieden. Ik

was, kortom, domweg gelukkig op de Veluwe.

Hoeveel weken waren er verstreken sinds die dag dat ik aan de voet van een besneeuwde heuvel in Ann Arbor, Michigan, in elkaar zakte? Elf, twaalf hooguit. Kort na onze terugkeer in Nederland was ik op een zaterdagavond per ambulance afgevoerd naar het VU-ziekenhuis, omdat ik de ene epileptische aanval na de andere kreeg.

In de ambulance zei Karin tegen mij: 'Ik dacht dat je gezegd had dat we de komende tijd veel leuke dingen zouden gaan doen, als tegenwicht tegen alle narigheid. "Kwaliteitstijd" noemde je dat gisteren nog.'

En ik zei: 'Nou, wat dacht je van lekker samen een avondje insulten in het VU? En we hoeven niet eens zelf te rijden!'

Zo hielden we de moed erin.

Ik kreeg anti-epileptica waar ik allergisch voor bleek te zijn en ik werd zieker dan ik ooit van mijn leven was geweest. Gelukkig vond ik een oude wijze arts in Haarlem, die zich na het behalen van zijn diploma's in de reguliere ge-

neeskunst zijn leven lang was blijven verdiepen in alle vormen van kennis op het gebied van de complexe relatie tussen lichaam en geest, tussen ziekte en patiënt en tussen een patiënt en zijn omgeving, zijn leefgewoontes, eetgewoontes, denkgewoontes. Hij was bovendien gespecialiseerd in de behandeling van mensen met tumoren, kankerpatiënten, die zware, giftige therapieën moesten ondergaan. Hij was, kortom, precies wie ik nodig had.

‘Eén ding,’ had hij vooraf gezegd, ‘is wel van groot belang: u moet bereid zijn een streng dieet te volgen.’

Ik liet mij in het kort uitleggen wat zijn dieet behelsde: geen vlees, geen suiker, geen alcohol, weinig vet, veel rauwe groentes en vers fruit, en alles van eco-kwaliteit. Ik ging zonder aarzelen akkoord, blij dat ik nu ook zelf iets kon doen om bij te dragen aan mijn herstel.

Drie dagen na mijn eerste consult was de jeukende uitslag van de medicijnallergie verdwenen en voelde ik me in alle opzichten stukken beter dan daarvoor.

De arts uit Haarlem mocht dan een ‘alternatieve’ arts zijn – een beroepsgroep die juist in die weken zwaar onder vuur lag – maar ik wist heel zeker dat ik hem bij mijn genezing hard nodig zou hebben. De neuroloog in het VU-ziekenhuis zei, toen ik hem iets over mijn dieet vertelde: ‘Gezond eten is altijd goed.’ En dat was natuurlijk ook waar.

Naar mijn huisje op de Veluwe, waar ik mij kort na de laatste bestralingen twaalf dagen terugtrok om bij te komen, bracht ik mijn eigen sapcentrifuge mee. En zakken vol eco-wortels en eco-bieten, eco-appels en eco-kiwi’s.

En boeken als *Love, Peace and Medicine* van de Amerikaanse chirurg Bernie Siegel. En *Quantum Healing* van de Indiaas-Amerikaanse endocrinoloog Deepak Chopra. Siegel en Chopra zijn ook van die artsen die zich (ver) buiten de gebaande paden van hun beroepsgroep begeven. Hun boeken stemden me erg optimistisch.

En wat kon een mens in mijn toestand beter zijn dan dat?

Er was nog één andere bron van inspiratie,

daar in dat huisje op de Veluwe: dat was een grote doos vol met brieven en kaarten van lezeressen van *Margriet*. Sinds mijn column over mijn hersentumor in druk was verschenen, was er een enorme stroom van poststukken op gang gekomen, telkens bezorgd in grote enveloppen die te dik waren om door de brievenbus te kunnen, en die zo vol zaten met lezerspost dat ik al snel een grote achterstand opliep in het lezen ervan.

En dat ik ze allemaal moest lezen, dat stond voor mij wel vast – daarvoor was het immers te ontroerend dat zoveel mensen de moeite namen om mij iets te sturen, om mijn vrouw en kinderen sterkte te wensen, om te laten weten dat ze verschrikkelijk waren geschrokken, dat ze aan me dachten, dat ze kaarsjes voor me zouden branden en voor me zouden bidden.

Er waren kaarten uit alle delen van het land, van Beetsterzwaag tot Borssele, van Schin op Geul tot Groningen. Er was een briefje van een buurvrouw om de hoek en één van een buurvrouw uit de straat waar ik ben geboren.

Naarmate de tijd verstreek, kwamen er kaarten van verder weg. Uit België en Oostenrijk, uit Engeland, Thailand en Nieuw-Zeeland – *Margriet*, zo bleek mij, wordt wereldwijd gelezen. Er waren veel kaarten met bloemen, zonnebloemen vooral. En er waren kaarten met vogels, met paarden, met landschappen, met afbeeldingen van kunstwerken, met bijbelteksten en gedichtjes van Toon Hermans. Er waren ongelooflijk veel kaarten die mensen zelf in elkaar hadden geknutseld – een hobby waarvan ik het bestaan nooit had vermoed.

Vaak schreven mensen niet meer dan een paar woorden: ‘Sterkte in deze moeilijke tijd.’ ‘Blijf optimistisch!’ Soms schreven ze over hun eigen geschiedenis met kanker, over dierbaren die waren gestorven, of die het juist hadden gered. Ik herkende het plechtstatig taalgebruik van oudere dames en de joviale toon van middelbare scholieren. Heel vaak werd er iets geschreven over de eigen kinderen, kinderen in de leeftijd van de mijne. Soms werd ik tot tranen toe geroerd.