



OBSERVATIES OVER LEVEN EN DOOD VANUIT  
DRIE PERSPECTIEVEN



Han van der Goes  
Voorzitter afdeling  
Midden-Holland  
VG-Rabobank.  
Foto: Guus Maas

“In de evolutie  
zijn we **niet meer**  
**dan een zucht**”

Misschien is het wel een van de moeilijkste dingen van deze tijd. Praten over de ongrijpbare kanten van het bestaan, over kwetsbaarheid, gevoelens van eindigheid en verlies, machteloosheid en angst. En toch..... als mensen zo'n gesprek aandurven en voeren, ontstaat er iets dat heel wezenlijk is voor menszijn. Verbinding met de ander, en daardoor ook met jezelf. "De mens komt pas tot zijn recht in relatie met anderen".

DOOR WILLEMEN VELDMAN-MARSMAN

**P**raktisch elke dag speelt hij piano: Han van der Goes, voorzitter van de afdeling Midden-Holland. Soms klanken die zomaar spontaan opdoemen in het hoofd, een andere keer zijn het lievelingscomposities van Schubert, Johann Strauss junior, Nederlands populair en alles wat daar tussen zit. Muziek die ontroert, kracht geeft, troost biedt, blij maakt. Opgevekt: "Ik heb een ongeneeslijke ziekte, maar dat vind ik geen reden om bij de pakken neer te zitten." Het fundament voor die levenshouding werd gelegd op de tuinderij van zijn vader. "Van hem heb ik geleerd dat je van een klein zaadje iets moois kunt maken en dat alles wat leeft voortkomt uit vorige generaties". En van zijn moeder, een begenadigd pianiste, dat je het talent van anderen nodig hebt om samen iets te kunnen bereiken. Omdat een mens niet groter is dan dat wat hij of zij van de schepping heeft meegekregen. "In de evolutie zijn we immers niet meer dan een zucht."

### Vluchtige plek van de waarheid

Het is onze vluchtige plek van de waarheid: het leven zoals zich dat vandaag de dag aandient en ontvouwt. In de afgelopen eeuwen dankzij wetenschap en vooruitgang getransformeerd van aan goden,

het lot en blinde toeval overgeleverd zijn naar een bestaan gebaseerd op rede en rationaliteit. Sindsdien zien wij mensen onszelf graag als autonome, consistent handelende wezens die standvastig de regie voeren – moeten voeren volgens de heersende opvattingen – over alle domeinen van het leven. Ook als we ziek worden of oud zijn en het levenseinde nadert. De Raad van Ouderen schreef er op verzoek van de overheid een advies over onder de titel 'Voorbereiden op het levenseinde'. Opvallend: het gaat in deze nota nergens over de existentiële ervaringen in het leven; de aaneenschakeling van momenten die zin en betekenis geven en die het leven alleszins de moeite waard maken, zelfs als het tegenzit. Wel bevat de notitie praktische aanbevelingen variërend van een bewustwordingscampagne tot het voeren van toekomstgesprekken en het formuleren van doelen.

Volgens Paul van Tongeren, emeritus hoogleraar wijsgerige ethiek aan de Radboud Universiteit Nijmegen, leeft de mens vanuit een diep doorleefd verlangen om wat zich aandient in het leven zelf in de hand te hebben en te houden. Een streven dat misschien deels maar nooit helemaal zal lukken. Simpelweg omdat het leven vooral een existentiële ervaring is: die in hart en ziel geëteste momenten en gebeurtenissen die ons vormen en waar-

over we lang niet altijd zelf de regie hebben. Daarvoor is de natuur – het leven – te gelaagd en complex. "Niemand kan zichzelf in het leven brengen of begraven. We zijn onvermijdelijk op bepaalde momenten in het leven afhankelijk van anderen en wat het lot beschikt", aldus Van Tongeren. Het leven is een voortdurend protest daartegen en daar is niks mis mee. "Het is goed dat we ons verzetten tegen het toeval. Want anders zouden we denken, er is corona, we kunnen niks. We kunnen wel degelijk wat. Als we ons maar realiseren dat ons leven uit anderen voortkomt en door anderen weer wordt opgenomen en weggedragen." Of, zoals Van der Goes het zegt: "Tussen de oerkrak en ons zit geen onderbreking. We zijn onderdeel van een groter geheel, of we dat nou leuk vinden of niet."

### Bemind en gekend

"De mens komt pas tot zijn recht in relatie tot anderen", zegt ook Marieke Reinders-de Haan, apotheekhoudend huisarts en theoloog. Zolang ze bemind en gekend worden, zo lang ze ertoe doen voor anderen en zo lang er anderen zijn om voor te leven, vinden de meeste mensen ook als ze stokoud en kwetsbaar zijn hun leven levenswaardig. Dat heeft niets te maken met het voeren van de regie, een blakende gezondheid, of het uitblijven van tegenslagen, maar alles met wat Reinders, "het geheim van het leven", noemt. "We worden geboren, we leven en we sterven. We worden met naam en toenaam gekend door anderen. Wie wij zijn krijgt dankzij

**Het leven is een voortdurend protest tegen het lot**

hen inhoud en betekenis.” “In de spiegel kijken en zien dat jij niet zelf hebt bepaald wat daar te zien is”, noemt Van Tongeren het. We beseffen vooral dat we bestaan via de ogen van anderen.

Onze identiteit – het beeld dat we van onszelf hebben – krijgt daar vorm. In de wisselwerking tussen onszelf en de anderen, in de waarden en normen die we delen en in de opvattingen die we koesteren. Die sociale verbanden zijn cruciaal voor de weerbaarheid en veerkracht van mensen. Ieder van ons heeft eilanden van zekerheid nodig, om tegenslagen in het leven, de moerassigheid van het bestaan, aan te kunnen. Zelfs ‘the lone wolf’ die denkt het wel alleen te kunnen.

De notie van verbondenheid ontstaat in de woorden die mensen tegen elkaar spreken, de diepere gedachten die ze delen. Zo beschouwd is het voeren van levensgesprekken alleszins zinvol. Van der Goes: “We hebben de opdracht iets door te geven. Niet alleen aan onze kinderen, maar



**Marieke Reinders-de Haan** is huisarts en theoloog. Studeerde geneeskunde aan de Vrije Universiteit Amsterdam en Theologie aan de protestantse Theologische Universiteit Kampen en de Humboldt-Universität Berlin.  
Foto: Martijn Reinders

ook aan de mensen om ons heen. Dat is de essentie van ons bestaan.” Reinders: “Als je leeft in relatie tot anderen, leidt dat tot een scheppend bestaan. Dan geef je als het ware iemand iets van de toekomst mee.”

### Reflecteren op het leven

Levensgesprekken dus. Of levensreflectie gesprekken. Een beter woord, volgens Van Tongeren. Pas reflecteren op het leven als de dood zich aandient, vindt hij, “te veel in de sfeer van daar gaan we een plan voor maken.” Het onder ogen zien van het feit dat er aan het leven een keer een einde komt, is iets anders dan het regisseren ervan. “Onder ogen zien betekent dat je jezelf er van bewust bent dat het leven eindig is. Je ook realiseren dat de dingen die je niet meer kunt als je, net als ik 70 bent, passen bij je levensfase en dat je op de duur nog meer niet zult kunnen. Levensreflectie gesprekken zijn ervoor om op een dieper niveau na te denken over ons leven en hoe we dat hebben geleefd, het helpt om daarover te praten.” Dat is – blijkt ook uit de praktijk van Reinders – een aanpak die veel meer inzicht verschaft in wat mensen echt willen als het er op aan komt. “Ik vind het belangrijk dat ik het levensverhaal ken van de mensen. Wie zijn ze, hoe hebben ze geleefd, wat waren de bepalende momenten in hun leven, welke mensen waren en zijn voor hen belangrijk, wat betekenen ze voor elkaar. Zo weet ik wat bij hun levensverhaal past.” En soms is dat euthanasie, maar lang niet altijd, zo leert de praktijk van Reinders ook. Zo’n 3% van haar patiënten kiest voor euthanasie. Het landelijk gemiddelde ligt iets hoger, zo blijkt uit cijfers van de artsenfederatie KNMG. Reinders: “Ik zie dat de wil van mensen om te leven zo sterk is dat ze wel een euthanasieverklaring hebben, maar uiteindelijk het leven toch nog niet willen of kunnen loslaten als ze nog belangrijke mensen om zich heen hebben waarmee ze een relatie hebben. Dat kan ook de thuiszorg zijn.” Van Tongeren: “Ons levensverlangen en onze wil tot leven spoort ons aan



**Paul van Tongeren** is emeritus hoogleraar wijsgerige ethiek, Radboud Universiteit Nijmegen en voorzitter van adviesraad van de stichting Thomas More.  
Foto: foto Roos Nijmegen

om steeds meer dingen zelf in de vingers te krijgen. Ik denk dat willen sterven niet kan, juist vanwege dat levensverlangen. Het leven kan wel uitdoven, je kunt het niet echt zelf willen stoppen.” Van der Goes: “De waarde van het leven bepaalt niemand zelf. Dat kun je wel denken maar uiteindelijk wordt die waarde ook door anderen bepaald. Het leven krijg je en alleen daarom al hebben we de taak er tot het einde iets goeds van te maken. Ook als het tegenzit. Ik kreeg de ziekte van Kahler [red. een kwaadaardige aandoening die begint in plasmacellen in het beenmerg.] Dat is mij overkomen. Daar ga ik bewust mee om. Dwars door de modder. Zo kom ik vanzelf weer op het droge.” En ook: “Dat levens-einde komt vanzelf een keer. Als ik kijk naar de natuur en zie hoe bloemen hun best doen om tot het laatste blaadje mooi te zijn, zie dat daarna het leven uitdooft. En dat we dat gewoon kunnen laten gebeuren en ervan kunnen leren.”

### Rijkere taal

Om op dat diepere niveau van denken en spreken te komen en onszelf en anderen vragen te kunnen en durven stellen over



doel en lot, liefde en verlangen, angst en hoop, is een rijkere, verbeeldingsvollere en zachtere taal nodig dan het jargon van de maakbaarheid. Reinders: “Mensen willen met menselijke macht alles kunnen beheersen. Mede daardoor hebben we geen taal meer die verder kijkt dan de horizon die wij zien. Met zachte taal kun je glimpen geven van de overkant, wat dat ook moge zijn. Zachte taal legt de verbinding met wat we niet precies weten en kennen.” Een enkele keer gebruikt ze een Bijbelverhaal waarin tot uiting komt waar mensen mee zitten. Van Tongeren: “Ook gesprekken hebben behoefte aan stilte. Onze gedachten komen van binnenuit. Als we elke stilte volstoppen met geluid dan kan er nooit gebeuren wat alleen maar in de stilte kan gebeuren. Het opkomen van gedachten, een blik werpen in onszelf, terugdenken aan ons leven, reflecteren op het leven.”

### Biopolitiek

Wie de adviesnota van de Raad van Ouderen leest, kan bijna niet anders dan constateren dat het leven zelf steeds meer een onderwerp wordt van politieke maatregelen, politieke besluiten en politiek beleid. Het corona vaccinatiebeleid is een voorbeeld van biopolitiek. Een term die

populair werd door de Franse filosoof Michel Foucault en die verwijst naar politieke praktijken die het biologische leven van mensen proberen te beïnvloeden, sturen of beschermen. Volgens de Raad van Ouderen zouden er standaard wilsverklaringen en algemene protocollen en handleidingen moeten komen voor de ouderen zelf, familie, verzorgenden en professionals om de stappen voor de laatste fase van het leven zo goed mogelijk voor te bereiden en te doorlopen.

Van Tongeren: “Veel maatregelen van de overheid bewerkstelligen precies het omgekeerde van wat ze willen. Dat geldt ook voor die levensgesprekken. Het is goed dat een overheid dat wil stimuleren. Tegelijkertijd worden wij, door de manier waarop ze dat doet, onderworpen aan een macht die ons voorschrijft op een bepaalde manier met ons leven om te gaan.”

Reinders: “Als we ons eigen ik tot het centrum maken, dan kunnen we alleen nog maar spreken over het einde van het leven in de vorm van een wensenlijstje. Dat maakt het opgedrongen en gemaakt. Terwijl, juist omdat mensen duiding proberen te geven aan hun leven en de relatie met andere mensen, dat leven ook wordt doorleefd en mogelijkheden opent. Zo komt een mens zijn leven door.”

“Als je leeft in relatie tot de anderen, leidt dat tot een scheppend bestaan”

Van Tongeren: “Het gaat erom dat mensen in hun dagelijkse leven op een meer vanzelfsprekende manier reflecteren op wat ze aan het doen zijn in dat leven.”

Van der Goes: “Het is goed dat we een overheid hebben die bepaalde dingen regelt. Maar het is de vraag of dit ook geldt voor de existentiële kanten van het bestaan. Ik vind dit advies doorgeschoten neo-liberalisme. Je kunt het leven niet regisseren tot de laatste snik, en dat moeten we ook niet willen. Want waar het uiteindelijk om draait zijn de mensen met wie je het leven leeft en hebt geleefd. Dat je samen met hen bent en was en samen met hen dingen doet en deed.” ←

### Leestips

#### Willen sterven van Paul van Tongeren

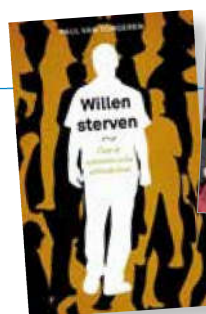
In dit essay zet Paul van Tongeren de filosofie in voor een verheldering van de problemen die schuilgaan achter de vanzelfsprekendheden van de eigen tijd.

ISBN: 9789043529457

#### De zin van het leven van Fokke Obbema

Inspirerende gesprekken over vragen die we onszelf en anderen allemaal wel eens stellen, maar zelden expliciet beantwoorden.

ISBN: 9789045039329



#### Winter in Gloster Huis door Vonne van der Meer

Een subtiele roman over ouder worden en vraagstukken waar iedereen uiteindelijk mee te maken krijgt.

ISBN: 9789025450441