CBM

TF-S
2002
6



Omgaan met de eindigheid van het bestaan

over de angst voor de dood

"Niets duurt eeuwig, alles gaat voorbij"

door Marianne Slangen - van Dooren

"The four walls don't make a prison. A real prison is made by desires.
Like a spider, man spins his own prison out of his desires."

Shrimad Svāmi Sadānanda Sarasvati

VOORWOORD

"Niets duurt eeuwig, alles gaat voorbij"

Deze scriptie is geschreven als eindstudie in het kader van het doctoraal examen van de studie Theologie aan de Theologische Faculteit Tilburg/Katholieke Universiteit Brabant, Vrije Studierichting, Sociale en Politieke ethiek.
De examencommisie werd gevormd door dr. H.H.M. Roebben (referent), dr. J.M.N.E. Jans (co-referent) en dr. D.A.A. Loose.

De eindstudie werd begeleid door dr. H.H.M. Roebben die ik bij dezen bijzonder dank voor zijn vele waardevolle adviezen en steun. Voor de diverse opmerkingen en suggesties door de commissieleden ben ik hen dank verschuldigd. Verder dank ik de docenten van de leerstoelgroep Moraaltheologie die belangrijk hebben bijgedragen aan mijn opleiding tot theoloog. Met name prof. dr. K.W. Merks en dr. J.M.N.E. Jans en dr. J.E.J.M. van Heijst wil ik daarbij niet onvermeld laten.

Mierlo/Tilburg, juli 2002
Marianne Slangen - van Dooren

SAMENVATTING

De westerse mens weet zich niet te verstaan met de eindigheid van het bestaan, negeert en ontkent haar zelfs. En dat terwijl iedereen weet dat het bestaan eindig is. De vergankelijkheid van het leven boezemt de mens angst in. Hij weet zich niet te verhouden met deze angst. De angst voor de dood is een universeel probleem. Het niet kunnen omgaan met de dood, de eindigheid van de dingen, doet afbreuk aan de kwaliteit van het bestaan; de onbegrepen angst voor de dood ontneemt de mens niet alleen de kans om rustig te sterven maar ook de kans op een gelukkiger leven.

In de geschiedenis van de westerse oriëntatie op de dood heeft de Verlichting een grote invloed gehad op de hedendaagse 'geseculariseerde dood'. God was niet meer het fundament van de mens. God was niet meer de verklarende factor voor alle goed en kwaad; de mens werd zelf de maat van alle dingen. De natuur(mens) werd object van wetenschappelijk onderzoek. De wetenschappelijke en technologische vooruitgang concentreerde de aandacht met name op de maakbaarheid van het lichaam. Dood werd een 'technisch' probleem. De illusie van 'maakbare onsterfelijkheid' ontstond. De materiële oriëntatie op het bestaan is de dominante bovenstroom geworden. In het westen is de dood uiteindelijk een non-item. Dood en eindigheid zijn geen integraal onderdeel van het leven meer.

In het westen vormen religieuze of filosofische zienswijzen niet meer het fundament voor het omgaan met dood en eindigheid. De pastorale instrumenten van de dominee of priester zijn obsoleet. Het fysieke welzijn van de westerse mens ligt in handen van de arts en het geestelijke welzijn in de handen van de therapeut. Desondanks voelt men zich, eenmaal geconfronteerd met eindigheid en dood, hulpeloos en zonder houvast. Tolstoj's "De dood van Iwan Iljitsj" is hiervan uit de wereldliteratuur een sprekend voorbeeld.

Drie christelijke theologen, Carse, Kramer en Anderson, geven hun visie op de dood vanuit hun positie als docent/onderzoeker in een wereldreligieuze context. Carse neemt de dood waar als discontinuïteit, gepaard gaande met ervaringen van verlies. De dood kan volgens hem geïntegreerd worden in het totaal van ons denken. Een voorwaarde daarvoor is te leven in een 'hogere' continuïteit van Zijn. Dit levensbewustzijn is afhankelijk van de mate waarin men kan kiezen voor de staat van vrijheid.

Kramer benadert de dood vanuit de drie bestaanscondities: fysieke dood, psychologische dood en spirituele dood. De angst voor de dood is te overkomen in de wedergeboorte van een nieuw Zelf. Voor hem werkt de angst voor de fysieke dood door in de psychologische dood, zich manifesterend in gewoontegedrag en emotionele doodsheid. Verlossing daarvan is de spirituele dood, oftewel de transformationele verandering van de persoon in een nieuw zelf.

Anderson onderstreept het historisch, tijdelijk bestaan als lichamelijkheid. De mens is als schepsel onderworpen aan de condities van eindigheid en doet er goed aan dat te aanvaarden. Bij Anderson ligt het overkomen van de angst voor de dood in het gelovig christen zijn. De natuurlijke dood moet geplaatst worden binnen een goddelijke belofte van hoop.

De bewustheid van het altijd nabije einde/dood en het verlangen naar altijddurend bestaan staan op gespannen voet met elkaar. Deze tegenstelling leidt tot een fundamenteel bestaansconflict voor de mens. Dit conflict kan vruchtbaar gemaakt worden in een nieuwe omgang met de eindigheid, in en van het bestaan. Dat veronderstelt inzicht in de elementen die het bestaansconflict constitueren.

De angst voor de dood is misschien de eerste aanleiding voor het ontstaan van religie en theologie. Het ligt daarom in de rede om het antwoord op de vraag naar de omgang met dood en eindigheid te zoeken in het domein van de religie. Het christendom, als westers cultuurgegeven, is het meest aangewezen om voor te gaan in een nieuwe omgang met de dood. Het christendom kende in het verleden de meditatio mortis als oefening in zelfkennis en voorbereiding op de dood. De verschillende methoden van christelijke meditatie zijn in de loop der tijd opgehouden te bestaan, en er is niets voor in de plaats gekomen. Toch heeft de moderne mens behoefte aan een nieuwe omgang met eindigheid en dood. Ze ontbeert een systematische methode voor spirituele training en geestelijke rijping.

Anders dan de christelijke godsdienst leert de klassieke yoga van Patanjali dat een vijftal constanten in de mens de belangrijkste constituenten zijn voor het eerder genoemde bestaansconflict. Deze zijn: de onwetendheid, de ik-heid, gehechtheid, afkeer en de angst voor de dood. De laatste is de meest elementaire gehechtheid en het moeilijkst te overkomen.

De angst voor de dood is nauw verbonden met bestaan, het heeft een andere connotatie dan angst in andere betekeniscontexten. Elke angst is volgens Patanjali te herleiden tot de angst voor de dood. Als vermindering van de angst voor de dood kan leiden tot een gelukkiger, vollediger bestaan en een rustiger sterven: wat kan daarbij dan helpen? Het achtvoudige pad van yoga wordt voorgesteld als een universele weg naar geestelijke rijping en een middel ter overkoming van de angst voor de dood. Meditatie en zelfonderzoek zijn belangrijke componenten in de beoefening. In hoofdlijnen worden de kennis en de methoden uitgewerkt die de yoga aanreikt.

De klassieke yoga is niet het enige kennisdomein dat kan voorzien in de huidige lacune van de christelijke godsdienst op het gebied van kennis over eindigheid en dood, en de vraagstukken betreffende de omgang ermee. Wat aan de orde is gesteld, is dat de filosofie en de technieken van de yoga, onder andere neergelegd in de basisteksten van Patanjali, zonder onderscheid van geloof, ras of etnische achtergond een bijdrage kan leveren aan de studie en de vervolmaking van de menselijke natuur.

INHOUD

1. **INLEIDING** *8*

2. **OMGANG MET DE EINDIGHEID EN DOOD IN HET WESTEN** *9*
   - 2.1. Inleiding *9*
   - 2.2. Niets duurt eeuwig, alles gaat voorbij *9*
   - 2.3. Van een religieus-filosofisch naar een geseculariseerd denken *10*
   - 2.4. Technisch denken *10*
   - 2.5. De materiële oriëntatie op het bestaan *11*
   - 2.6. Leven zonder houvast *12*
   - 2.7. Niet-westerse culturen en de dood *12*

3. **DE DOOD VAN IWAN ILJITSJ** *14*
   - 3.1. Inleiding *14*
   - 3.2. Samenvatting van het verhaal *15*
   - 3.3. Analyse van het verhaal *15*
   - 3.4. De ervaringen van Iljitsj weerspiegeld in de westerse cultuur *20*

4. **OVER DE DOOD** *22*
   - 4.1. Inleiding *22*
   - 4.2. Drie theologen over de dood *23*
     - 4.2.1. Carse: de dood vanuit haar manifestaties *23*
     - 4.2.2. Kramer: de dood vanuit de menselijke bestaanscondities *23*
     - 4.2.3. Anderson: de dood vanuit een christelijk perspectief *24*
     - 4.2.4. De drie visies op dood met elkaar vergeleken *25*
     - 4.2.5. Reflectie op de visie van de auteurs *26*

5. **OVER RELIGIE EN DE HEDENDAAGSE WESTERSE MENS** *28*
   - 5.1. Inleiding *28*
   - 5.2. Religieuze functie en religieuze substantie *28*
   - 5.3. De functionele definitie van religie onder kritiek *29*
   - 5.4. "In the end everyone turns to religion" *30*
   - 5.5. Kan religie nog bijdragen aan een nieuwe omgang met de angst voor de dood? *31*
   - 5.6. Meditatio mortis, de christelijke meditatie door de eeuwen heen *32*
   - 5.7. Een alternatieve vorm van spiritualiteit *32*

6. **YOGA: EEN UNIVERSELE WEG NAAR GEESTELIJKE RIJPING** *34*
   - 6.1. De oorsprong en bronnen van de yoga *34*
   - 6.2. De yogasutras van Patanjali, de synthese van de yoga-systemen *34*
   - 6.3. De universaliteit van het leerstelsel *35*
   - 6.4. Yoga en christendom *35*

7. **OMGAAN MET DE ANGST VOOR DE DOOD** *37*
   - 7.1. Angst voor de dood, een existentieel probleem *37*
   - 7.2. Yoga en de angst voor de dood *37*
   - 7.3. De filosofie van de 'afflicties' of het lijden *38*

7.4. Meditatie en zelfonderzoek *39*
7.5. Kennis en ethische regels/zuivering van het denken *40*
7.6. Āsana of lichaamshouding *41*
7.7. Prānāyāma of adembeheersing *41*
7.8. Meditatie en de beheersing van de geest *42*
7.9. Verminderen van de angst voor de dood of omgaan met eindigheid *42*

8. **NABESCHOUWING** *44*

EINDNOTEN *47*

BIBLIOGRAFIE *49*

Hoofdstuk 1.
INLEIDING

In het westen is de omgang met de eindigheid van het bestaan een taboe. Het leven moet mooi en glansrijk zijn en al hetgeen daaraan afdoet, moet naar de marge worden gedirigeerd omdat het afbreuk doet aan de illusie van eeuwigdurend geluk. We hebben de dood de rug toegekeerd. Eindigheid mag geen rol meer spelen in het denken en handelen. Alles wat de continuïteit van het dagelijks bestaan bedreigt, moet uit het blikveld verdwijnen. En als diezelfde continuïteit dan verstoord dreigt te worden, is de ontreddering groot.
De mens is in de geschiedenis nog nooit zo aangewezen geweest op zichzelf; hij heeft ook nog nooit zoveel vrijheid gekend. De kennis over de wereld buiten hem is zeer uitgebreid, maar zijn vermogen om na te denken over zichzelf is beperkt gebleven en door de tijden heen maar weinig veranderd. Hij is slechts schamel toegerust om tot klaarheid te komen over zichzelf en de grote bestaansvragen die hem tijdens zijn leven begeleiden.

Het uitgangspunt van voorliggende studie is de angst voor de dood en de wijze waarop de angst voor de dood het leven kleurt. De studie heeft tot doel na te gaan hoe we het fenomeen dood en met name de angst voor de dood kunnen begrijpen, hoe de angst voor de dood een belangrijke determinant is voor de kwaliteit van het leven, en ten slotte hoe de angst voor de dood verminderd kan worden door de beoefening van yoga.

In het volgende hoofdstuk wordt ingegaan op de houding van de de westerse cultuur ten opzichte van vergankelijkheid en dood, gevolgd - in het derde hoofdstuk - door een verdiepte lezing van een novelle "De dood van Iwan Iljitsj" van L.N. Tolstoj. Dit verhaal brengt de lotswisselingen van het leven in beeld en de onmacht van de mens om een houding te vinden tegenover de eindigheid van het bestaan. Het verhaal van Tolstoj doet dienst als illustratie bij en verheldering van hetgeen in voorliggende studie aan de orde komt en in het bijzonder van hoofdstuk 2.

In hoofdstuk 4 wordt het begrip dood uitgewerkt aan de hand van de visie van drie christelijke theologen en afgesloten met een eigen reflectie op de visie van de auteurs. Hoofdstuk 5 onderzoekt de mogelijke functie en betekenis van religie in het omgaan met de angst voor de dood. Hoofdstuk 6 introduceert yoga als een universele weg naar geestelijke rijping. Hoofdstuk 7 beschrijft de herkomst van de angst voor de dood vanuit het perspectief van yoga. Verder behandelt het in grote lijnen de technieken van yoga, als model van spirituele training, in het licht van de vermindering van de angst voor de dood en de omgang met eindigheid. Het laatste hoofdstuk is een nabeschouwing op het onderwerp.

Hoofdstuk 2.

OMGANG MET EINDIGHEID EN DOOD IN HET WESTEN

2.1. Inleiding

De angst voor de dood is een universeel gegeven. De omgang met dood en eindigheid is daarentegen cultureel bepaald. Angst voor de dood is niet cultuurgebonden: ieder mens, in elke cultuur, kent deze angst.
Die angst is ons als het ware met de geboorte meegegeven, het is een trouwe metgezel die ons levenslang begeleidt. Mensen zullen over het algemeen ontkennen dat angst voor de dood in hun leven een rol speelt. Waarschijnlijk omdat we geen voortdurend bewustzijn van de dood hebben en de verschillende vormen van dood ook niet direct herkennen. De dood is echter als een bedreiging van de continuïteit van het bestaan in de vorm van verval, pijn, verdriet en uiteindelijk de dood, in ieder mensenleven, in elke cultuur, altijd aanwezig.

De manier waarop mensen zich tot de dood verhouden is, in tegenstelling tot de ervaring van angst voor de dood, niet universeel. Iedere cultuur heeft haar eigen tradities en haar eigen benaderingen van de dood die zich uiten in kunst, literatuur, muziek en religie. Het geheel van gedachten, opvattingen en gedragingen van mensen betreffende dood en sterven, kan beschouwd worden als een onlosmakelijk onderdeel van de cultuur waarvan zij deel uitmaken.
Cultuur is volgens De Jager en Mok "[...] *het geheel van voorstellingen, opvattingen, waarden en normen, die mensen zich als lid van hun samenleving hebben verworven d.m.v. leerprocessen, en die van grote invloed zijn op hun gedrag in ruimere zin*" [1].

Uit deze definitie blijkt dat cultuur niet aangeboren is. Voorstellingen en opvattingen die er zijn over dood en eindigheid verkrijgen we door socialisatie, een proces dat we doormaken als kind. Cultuur is ook geen vast gegeven. Bestaande cultuurpatronen kunnen veranderen, hoewel zich dit meestal heel langzaam en geleidelijk voltrekt. In de westerse geschiedenis is ook sprake van een veranderde instelling ten opzichte van de dood. (Zie bijvoorbeeld *Met het oog op de dood; westerse opvattingen over de dood, van de middeleeuwen tot heden*, Philippe Ariès, 1975.)
Als het zo is dat de ontkennende omgang met de angst voor de dood binnen de westerse samenleving een nadelige invloed heeft op de kwaliteit van het leven, en ook op de kwaliteit van sterven, dan is het de moeite waard om hiervoor aandacht te hebben. Daarbij kan ook gebruik gemaakt worden van de verworvenheden van andere culturen.

2.2. Niets duurt eeuwig, alles gaat voorbij

Waarom gericht zijn op de bittere realiteit, waarom niet wachten tot het einde zich aandient? Dit lijkt heel vanzelfsprekend, vooral als het probleem geen oplossing kent. Maar de mens heeft een natuurlijke behoefte zich te verhouden met de betekenis van eindigheid in en van zijn bestaan. Een behoefte die zich paradoxaal genoeg uit in het aanwenden van alle mogelijkheden om de eindigheid van bestaan te ontkennen. Maar dat wat begonnen is, is voorbestemd om te eindigen, wat geboren wordt, is gedoemd te sterven. "Stof zijt gij en tot stof zult gij wederkeren" zegt de auteur in Genesis 3:19. Met name als het om onze fysieke verschijningsvorm gaat.

Omdat groei en verval zich voltrekken op een subtiel moment van tijd, kunnen we verandering met de zintuigen niet waarnemen. Pas als de verandering een grove vorm aanneemt, wordt het begrepen. Ieder object, ook al wordt het nog zo goed geconserveerd, wordt oud. Dat gebeurt niet plotseling. Het is het resultaat van geleidelijke verandering dat eindigt in dood. Feitelijk gezien, kent ieder samengesteld object de natuurlijke cyclus van geboren worden, tot groei en wasdom komen, verval en desintegratie. Dit inzicht verlicht de angst voor het einde echter niet.

De verwijzing naar de vergankelijkheid van het leven in Genesis 3:19 is voor ons stervelingen een beangstigende waarheid waar niemand goede weg mee weet. Het spreekwoordelijke "Niets duurt eeuwig, alles gaat voorbij" is bepaald veelzeggend. Het draagt de wisselvalligheid van het bestaan in zich. Het heeft een droeve ondertoon van verlies en afscheid maar ook het bevrijdende van de volbrachte missie. Vooralsnog lijden wij aan de wisselvalligheid van het bestaan en houden we ons bij voorkeur zo weinig mogelijk bezig met de grote levensvragen. Daarom ook kent iedere grote traditie een weg uit het lijden en een theologie van de dood.

2.3. Van een religieus-filosofisch naar een geseculariseerd denken

De westerse kijk op dood is een pragmatische. De rationele benadering van oorzaak en gevolg, uitgaande van feitelijke standen van zaken, de practische gevolgen nemen als test voor de waarheid, tekenen de westerse denkwijze in het algemeen en ook de benadering van dood en eindigheid. Dat is niet altijd zo geweest. Het hedendaagse, westerse denken over dood is sterk door haar geschiedenis gekleurd.

De periode in de geschiedenis die het meest invloed heeft gehad op de hedendaagse westerse oriëntatie op de dood is de Verlichting.
Met name het gedachtengoed van de 'vader van de filosofie' Descartes heeft een grote ommekeer in het denken teweeg gebracht. Waar in de filosofie het uitgangspunt en het doel altijd in God gelegen had, werd het fundament van het 'ik' nu verplaatst van God naar de mens. Daarmee werd het bestaan van een goddelijke werkelijkheid, waarmee de dood kon worden verklaard, overbodig. Dat heeft in het westen tot gevolg gehad dat de religieus-filosofische zienswijzen, die het vroegere denken over dood en eindigheid bepaalden, ver op de achtergrond zijn geraakt.

Van Knippenberg verwoordt de geschiedenis treffend in één zin: "De dood evolueert in de westerse cultuur van een door God gewild lot, via natuurkracht, naar een gegeven dat steeds meer onder de technische beheersing van mensen komt te staan" [2]. Daarmee wijst hij op het vooruitgangsdenken dat sinds de opkomst van de natuurwetenschappen, ten koste van religie, het westerse denken is gaan domineren. De houding ten opzichte van de dood verloor haar religieus-filosofische oriëntatie en maakte plaats voor een geseculariseerde houding. De natuur, waaronder ook het lichaam, werd object van wetenschappelijk onderzoek.

2.4. Technisch denken

De omvangrijke wetenschappelijke en technologische ontwikkelingen vergrootte de mogelijkheden om ziekte en dood te bestrijden. Vaccinaties, betere farmaceutische middelen, nieuwe chirurgische methoden, immunisatie tegen infectieziekten, methoden van vroegdiagnostiek e.d. hadden een gunstige invloed op de gemiddelde

leeftijd. Maar behalve dat al deze vooruitgang de levensverwachting bevorderde, creëerden de successen van de medische wetenschap ook een nieuwe bewustheid met betrekking tot dood en eindigheid. Doodgaan en tegenslag werden steeds minder aanvaardbaar.
Ivan Illich voorziet zijn boek "Het medisch bedrijf - een bedreiging voor de gezondheid?" van het opschrift: "Door pijn, ziekte en dood tot een technisch probleem te herleiden ontneemt de medische wetenschap de mens zijn vermogen zelfstandig zijn leven in te richten" [3]. Hij bedoelt daarmee dat essentiële ervaringen als pijn, ziekte en dood, niet getrivialiseerd mogen worden tot 'ongelukken' waarvoor medische behandeling nodig is.

Illich schreef zijn spraakmakende boek in 1974. Sindsdien ondergaat de gemiddelde patiënt niet alleen de behandelingen die tot de wetenschappelijke mogelijkheden behoren, hij eist ze ook. Geen middel mag onbeproefd blijven om de dood uit te schakelen. Illich vindt dat de artsengemeenschap zich heeft schuldig gemaakt aan machtsmisbruik, omdat zij de traditionele maatschappij haar gezondheidsbevorderende functie ontnomen heeft. Die functie bestaat eruit de mens te leren "[...] dat pijn draaglijk kan zijn, ziekte begrijpelijk en de levenslange ontmoeting met de dood zinvol" [4].

Illich's opvatting vertoont veel overeenkomsten met het gedachtengoed van de tegenwoordige palliatieve zorgaanbieders die een 'tegenbeweging' vormen voor de reguliere gezondheidszorg. Voor hen prevaleert te allen tijde zorg en aandacht voor de ernstig zieke. Genezen betekent daar ook veel meer troosten, verzorgen, geruststellen, accepteren en zelfs verdragen.

Dood en eindigheid zijn in het hedendaagse denken gereduceerd tot een technisch probleem. Dat impliceert dat ieder probleem in principe oplosbaar is. De oplossing is daarmee een kwestie van tijd geworden. Onsterfelijkheid is geen utopie meer! Deze illusie van 'maakbare onsterfelijkheid' draagt bij aan onze hulpeloosheid, eenmaal geconfronteerd met dood en eindigheid.

2.5. De materiële oriëntatie op het bestaan

Uit het voorgaande wordt duidelijk dat het overheersende beeld van de dood geschetst wordt in termen van ziekte en pijn, oud en verzwakt zijn, gebrek aan kracht hebben. Dood en eindigheid hoeft niet; westerse mensen behoren het eeuwige leven en de eeuwige jeugd toe. Gevraagd naar de hoogste waarden in hun leven gaven een aantal jonge studenten in hoofdlijnen als antwoord: "gezondheid, leuke vrienden, genoeg welvaart, geld achter de hand, voldoende spanning en afwisseling en een goed uiterlijk". Dit geeft blijk van een oriëntatie op het leven waar boodschappen achter schuilgaan als 'geef pijn en lijden geen kans' en 'live the life to the fullest'.

Vooropgesteld dat het verlangen naar een materieel, welvarend leven allerminst laakbaar is, meen ik dat hier toch meer achter verborgen ligt. Het bewustzijn lijkt gepreoccupeerd met dood als nooit tevoren. De praktijken van plastisch chirurgen, van schoonheids- en afslankinstituten, goed geoutilleerde sportcentra floreren. Uit alle macht lijkt men tekenen van verval of de vermeende afname van schoonheid te willen maskeren.

Pubermeisjes maken zich al zorgen dat ze te dik zijn en vluchten in anorexia of boulimia. Twintigers zetten hun carrière uit op een tijdslijn. Want alleen iedere twee jaar van baan veranderen, verzekert je van een topinkomen op je dertigste. Dertigers maken zich grote zorgen als ze nu nog geen partner voor het leven hebben gevonden. (Ben ik nog wel aantrekkelijk genoeg, lig ik nog wel goed in de markt? De tijd begint te dringen als ik een kind wil nemen!) De media spelen daar handig op in met televisieprogramma's als "Sex and the City" en boeken als "Bridget Jones' diary". Bij veertig begint het leven al naar de verkeerde kant over te hellen. Als je het nu niet gemaakt hebt, kun je het wel vergeten. De grote materiële gerichtheid lijkt nergens anders in te zijn gefundeerd dan in het 'vóórblijven' van de dood.

De dood is een non-item dat we proberen te verbannen uit het leven. Dood en eindigheid zijn geen integraal onderdeel van het leven meer. Vaak is een levenscrisis, zoals bijvoorbeeld een echtscheiding, een faillissement of een slechte ziekteprognose pas het eerste moment dat men tot bezinning komt. De ironie van het lot maakt dat het inzicht in de zin en het doel van het leven vaak pas daagt als het einde zich heeft aangediend. De mate waarin men begrip heeft over het leven gaat hand in hand met de mate waarin men de dood een plaats geeft. Het is zelfs de voorwaarde om 'levend' te leven.

2.6. Leven zonder houvast

We hebben in het westen de fundamentele connectie met het leven en de dood verloren, losgemaakt van religieuze- en filosofische zienswijzen. De ouderen in de samenleving zijn vaak nog opgegroeid met de doctrine van het christelijk geloof, tegenwoordig zijn velen niet meer thuis in de traditie van het christendom of voelen zich er ver van verwijderd. Zelfs degenen die oprecht en belijdend christen zijn, voelen zich onzeker over hun geloof, zeker als het gaat over dood en doodgaan.

Steeds meer wordt het fysieke welzijn in handen van de medische wetenschap gelegd en het geestelijke geluk in de handen van de menswetenschappers. De plaats van de priester wordt ingenomen door de dokter of de therapeut. Kutscher wijst in dit verband op de opvallend grote aandacht in de training van artsen en hulpverleners voor de emotionele ondersteuning van de patiënt met voorbijgaan aan de onmisbare filosofische component in de reflectie op leven en dood [5].
Religie is voor westerlingen niet meer funderend voor het bestaan. Religieus geloven en met name geloven in een leven ná de dood is voor de 'ontwikkelde' westerling eerder een manifestatie van primitieve angst.

2.7. Niet-westerse culturen en de dood

Niet-westerse culturen, waaronder de Indiase cultuur, hebben de kracht van religieuze systemen en filosofieën wel behouden. Het concept van dood verschilt daar van het westerse concept van de geseculariseerde mens die de dood alleen ziet als fysieke dood. In India, met het Hinduïsme als dominante religie, is cultuur en religie volledig met elkaar verweven. Voor Hindus is religie onlosmakelijk verbonden met het bestaan. Religie dringt door in alle aspecten van het leven, zoals in het werk, het familieleven, de politiek, eetgewoonten, kleding, enzovoort.

In de Hinduïstische tradities wordt van de veronderstelling uitgegaan dat er sprake is van een voortgaand bewustzijn of een vorm van leven die de fysieke dood te boven gaat. In de oosterse godsdiensten is de dood een moment van overgang en een brug naar een verder spiritueel stadium. Vele van deze tradities belijden het geloof, zoals overigens in het verleden ook het christendom, dat voorbereiding op de dood van belang is.

Religie heeft altijd een rol gespeeld in de omgang met de wisselvalligheid van het bestaan. De rol van religie in de omgang met dood en eindigheid is in het westen vervangen door een geseculariseerde, gemedicaliseerde omgang met dood. Wij ontberen daarom een betekenisgevende context. De definitie van leven is, letterlijk gezien, zuiver materieel geworden en dood ook. Wat helpt de mens dan nog om 'on terms' te komen met de tijdelijkheid van zijn eigen bestaan?
De grote schrijver Leo Tolstoj illustreert op onnavolgbare wijze de hulpeloosheid van de welvarende, goed opgeleide westerse mens aan de hand van zijn novelle "De dood van Iwan Iljitsj".

Hoofdstuk 3.

DE DOOD VAN IWAN ILJITSJ

3.1. Inleiding

Naast religie zijn kunst en literatuur de terreinen waar de grote levensvragen aan de orde gesteld worden. Literatuur bijvoorbeeld is een uitstekend medium om bestaanservaringen te interpreteren en te verhelderen.
Niemand heeft de wisselvalligheid en de eindigheid van het bestaan zo goed beschreven als Tolstoj in zijn beroemd geworden verhaal "De dood van Iwan Iljitsj". Het boek is in de 19e eeuw geschreven maar heeft op geen enkele manier aan actualiteit ingeboet. Aan de hand van het indringende verhaal van Tolstoj, dat de ontkenning van de dood als thema heeft, wordt de problematische verhouding van de westerse mens tot zijn eindigheid beschreven.

Tolstoj's fictie ontstond aanvankelijk uit zijn dagboeken, waarin hij zijn eigen gevoelens en handelingen probeerde te begrijpen om ze te beheersen. In zijn latere leven begon hij zichzelf meer te zien als een wijze en als een morele leider dan als een artiest. In 1884 verliet hij voor het eerst zijn familie en zijn landgoed om een celibatair leven van een eenvoudige boer te leiden. In de latere fase van zijn leven beschrijft hij zijn groeiende spirituele beroering.

Hij vond in twee principes van het christelijke evangelie de morele zekerheid waarnaar hij op zoek was: liefde voor alle menselijke wezens en geweldloosheid. Tolstoj, de hervormer, stelde binnen het autocratische Rusland, de sociale ongerechtigheid aan de kaak en hekelde de dwang van regering en kerkautoriteit. Hij wees alle religieuze instituties, dogma's en rituelen af en predikte het evangelie van een levende God in ons allen. Hij kwam met zijn radicale visie zowel met de Russchisch Orthodoxe Kerk als met de staat in conflict.

Hij ontvlucht, vervolgd door staat en kerk, en versmaad door zijn eigen familie, zijn ouderlijke landgoed, Yashaya Polyana, opnieuw. Onderweg met de trein wordt hij ziek er sterft enkele dagen later, in 1910, op 82-jarige leeftijd.
Chertkov, de persoonlijke secretaris en discipel van Tolstoj beschrijft hem als een christusfiguur, die met zijn volledige onthechting van alle wereldse goederen, met zijn moraal over de liefde en met zijn dood, de lijdende mensheid verlost.

Leo Tolstoj's "De dood van Iwan Iljitsj" is geschreven in 1886. De idee voor de novelle ontstond in 1881, onder de indruk van het overlijden aan kanker van een kennis van Tolstoj, de rechter van instructie Iwan Iljitsj Metsjnikow (2 juli 1881). De novelle is een klassieker in de wereldliteratuur. Het boek is historisch gedateerd maar voor de lezer een levende actualiteit, een hedendaags stuk wrede werkelijkheid. Ondanks dat het verhaal zich afspeelt in de 19e eeuw is het zeer herkenbaar omdat het gaat over existentiële vragen als authenticiteit, wanhoop, verlangen en angst. Het bijzondere van de verhalen van Tolstoj is dat zij op een bepaalde wijze zo hedendaags zijn. Kenmerkend voor zijn proza is dat hij altijd uitgaat van een concrete situatie waarbinnen een bepaalde handeling zich ontwikkelt en voltrekt.

Globaal bestaat het boek uit twee delen. Het eerste deel gaat over het leven van de hoofdpersoon en het tweede beschrijft zijn stervensproces, eindigend in zijn dood.

De auteur kijkt tijdens het verhaal over de schouder van de hoofdpersoon mee naar zijn verhaal. Dat maakt dat de lezer als het ware ondergedompeld wordt in de gedachten en gevoelens van het belangrijkste personage in het verhaal. De verteller weet alles van de hoofdpersoon, dat maakt het verhaal zo realistisch dat we onszelf er gemakkelijk in kunnen herkennen.

3.2. Samenvatting van het verhaal

Iwan Iljitsj is lid van het gerechtshof. Hij is een bourgeois die denkt dat het leven gemakkelijk, plezierig en comfortabel moet zijn. Hij bezoekt de juiste universiteit, krijgt de juiste baan en trouwt de juiste vrouw. Hij leest de boeken die iedereen in zijn kringen leest, gaat om met het goede soort vrienden, doet precies wat van hem wordt verwacht en wordt uiteindelijk rechter.
Als het leven wat barstjes gaat vertonen, zijn dagen minder gemakkelijk en plezierig zijn, het comfort verstoord wordt door de strijd met zijn vrouw en problemen met zijn kinderen, zoekt hij zijn vertier buitenshuis. Hij gaat kaart spelen met zijn vrienden, die zelf ook dit soort 'ongemakjes' kennen en zich weten te onthouden van onplezierig gepraat. Zijn vrouw en hij vervreemden van elkaar. Dat is lastig, maar hij vindt deze toestand eigenlijk wel normaal.

Op een dag, als hij de gordijnen aan het hangen is in zijn nieuwe droomhuis, stoot hij zijn heup. Als de pijn niet verdwijnt, bezoekt hij de ene na de andere dokter, die niet weten wat er loos is en hem niet kunnen helpen. De pijn wordt erger. Specialisten worden er bij gehaald, maar zonder resultaat. Iwan Iljitsj kan niet langer werken, noch kaartspelen of op een andere manier het comfortabele leven voortzetten dat hij voor zichzelf had gecreëerd. Niets helpt. Hij verliest gewicht en ziet zichzelf in de spiegel veranderen in een geraamte. Hij is vijfenveertig jaar en voor het eerst in zijn leven beseft hij dat hij sterfelijk is. Hij is de wanhoop nabij.

Geleidelijk aan beseft Iljitsj dat zijn leven een leugen was; dat zijn niet-denken over en niet-handelen met betrekking tot zaken die er toe doen, zoals liefde en medeleven, het vooruitzicht van de dood verschrikkelijk maken. Daarom schreeuwt hij drie dagen lang, treurend over zijn vijfenveertig nutteloze jaren. Pas als de martelende drie dagen van pijn en geestelijke ellende hem volledig van zijn waardigheid en zelfachting hebben beroofd, is hij in staat zijn zoon te zien, die bedroefd is omdat hij zijn vader gaat verliezen. Op dat moment realiseert hij zich het lijden van zijn zoon. In zijn laatste minuten, terwijl hij op de drempel staat, leert Iwan Iljitsj wat medeleven is, hij ziet een groot licht, strekt zich uit en sterft in vrede.

3.3. Analyse van het verhaal

Onderstaand volgt een analyse van het verhaal. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de vertaling van het verhaal door Wils Huisman zoals opgenomen in "Verzamelde Werken, Verhalen en Novellen" van L.N. Tolstoj [6].

De omgeving van Iwan Iljitsj en haar reactie op zijn dood

"De eerste gedachte van degenen die in de kamer waren, was dus, toen zij het overlijdensbericht van Iwan Iljitsj hoorden, welke betekenis dit zou hebben voor de mutatie of promotie van henzelf of van hun kennissen" [7].

Voor Tolstoj ontstaat de geboorte van het verhaal op het moment van de dood. De vertelling begint als Iwan Iljitsj, de hoofdpersoon, gestorven is. Zijn dood is bekendgemaakt bij zijn collega's en verwanten. Dit is de samenleving die Iwan Iljitsj zijn waarden heeft gegeven, waarden die het belang van promotie koesteren en niet het belang van leven.

Tolstoj vervolgt: "[...] *wekte het feit zelf van de dood van deze goede kennis bij ieder die het hoorde, zoals altijd, een gevoel van vreugde op: hij is gestorven en niet ik*" [8].
De dood van anderen beschouwen we als ware het dat dingen contingent zijn, terwijl wij contingent zijn. Ook wij zullen sterven, maar dat is een gedachte die we niet toelaten.

"*De naaste kennissen, de zogenaamde vrienden van van Iwan Iljitsj dachten bovendien aan de zeer vervelende verplichtingen, die nu op hen rustten, het bijwonen van de panichide*[1] *en het condoleantiebezoek aan de weduwe*" [8].
Direct aan het begin al blijkt hoe hol en oppervlakkig de sociale betrokkenheid is, het bereidt de lezer al voor op hoe hol en oppervlakkig Iwan Iljitsj's eigen leven was.

Een leven zo gewoon en toch zo vreselijk

"*De levensgeschiedenis van Iwan Iljitsj was zeer eenvoudig en gewoon en toch zeer beklemmend*" [9].
Wat is er verkeerd aan een gewoon leven? Waarom is het zo vreselijk beklemmend? Bij het behalen van zijn graad in de rechtswetenschap hangt Iwan Iljitsj een medaille aan zijn horlogeketting met de inscriptie 'respice finem', overweeg het einde.

Op materieel niveau kan dit simpelweg betekenen: het doel of doeleinde van een handeling. Overtuig jezelf ervan dat je je doelen altijd in het oog houdt. Het doel heiligt in dit geval de middelen.

Op psychologisch niveau betekent 'het einde' het levenseinde oftewel de dood. Moet men zich voortdurend het pijn en het lijden voor ogen houden? Een bijkomstigheid misschien is dat het medaille hing aan Iwan's horlogeketting; een horloge wordt gebruikt om de tijd bij te houden.

Op religieus niveau is het einde van het leven niet de dood maar nieuw leven of nieuwe geboorte. Dan betekent de inscriptie dat ik mijzelf als ultiem doel concentreer op de vraag of ik mijn leven in het perspectief van verlossing of bevrijding leef. In het verdere verloop van het verhaal blijkt dat de overwegingen van Iwan Iljitsj louter door een materieel perspectief bepaald worden.

"*Hij nam hun gebruiken over, hun kijk op het leven en kwam met hen op goede voet te staan*" [10].
Hij ontpopt zich tijdens zijn studententijd als een verstandig en welopgevoed persoon met een onweerstaanbare drang zich een plek te verwerven tussen de 'hoger geplaatsten'. Authentiek zijn is nooit belangrijk voor hem; van meet af aan is Iljitsj gericht op het vervullen van sociale rollen. De maatstaf voor al zijn gedrag is dat het 'comme il faut' moet zijn, aangenaam en correct.

[1] Dodenmis in de Orthodoxe kerk.

"*Hij had op school dingen gedaan, waarover hij zich vroeger geschaamd had en die hem een afkeer van zichzelf inboezemden* [...]" [11].
In het begin heeft eerlijkheid en echtheid nog wel enige betekenis. Af en toe wordt hij nog wel geplaagd door zijn geweten dat tot hem spreekt. Als hij merkt dat hooggeplaatsten dat soort dingen ook doen, erkent hij ze weliswaar niet als goed, maar ze verstoren zijn gemoedsrust niet meer en hij vergeet ze zelfs.

"*Maar nu als rechter van instructie, voelde Iwan Iljitsj, dat hij iedereen, niemand uitgezonderd, ook de belangrijkste, de meest voldane mensen, in zijn macht had* [...]" [12].
Macht om zich te verheffen boven de anderen. Met de promoties die hij maakt, wordt zijn werk belangrijker voor hem vanwege de status en macht die ze hem verschaffen.

"[...] *hij nam deze vrouw voor zijn eigen genoegen, maar bovendien omdat zijn meerderen er gunstig over oordeelden*" [13].
Als hij zijn toekomstige vrouw ontmoet, is zijn keuze berekenend.

"*Hij verlangde van het gezinsleven alleen die gemakken, welke het hem geven kon: de maaltijden, de regelende en ontvangende huisvrouw, het bed; en bovenal die uiterlijke, correcte vormelijkheid, die door de openbare mening wordt geëist*" [14].
Als zijn vrouw na enige tijd zwanger wordt, begint ze meer eisen aan haar echtgenoot te stellen. De aangename orde van Iwan's bestaan wordt verstoord. Hij begreep dat het huwelijk niet alleen 'rozegeur en maneschijn' was en hij vindt een weg zich 'te beschermen'. Hij trekt zich terug in zijn werk en zijn eigen genoegens als zijn vrouw onvriendelijk is.

Het sociale leven bloeit

"*De mensen uit de beste kringen waren er en Iwan Iljitsj danste met vorstin Troefonow, de zuster van de dame die bekend was geworden door de oprichting van de Vereniging «Lenigt mijn Leed»*" [15].
Op een dag geeft Iwan Iljitsj een feest. Hij krijgt grote ruzie met zijn vrouw over een trivialiteit van de rekening van de gebakjes. Het is duidelijk dat er iets heel fout zit in de relatie, maar de vervreemding tussen de echtelieden wordt niet onderkend als een echt probleem. Het plezier en het genot dat aanzien hen geeft, is het meest belangrijk. De naam van de vereniging 'Lenigt mijn Leed' is in deze context veelzeggend. De last die gedragen moet worden, is de eigen last. Waarom zou Iwan Iljitsj ook de last van een ander dragen? Hij, en de meeste aanwezigen op het feest, hebben niet de minste belangstelling om de nood van anderen te lenigen.

De continuïteit van het leven bedreigd

"*Men kon het toch geen bewijs van slechte gezondheid noemen, dat Iwan Iljitsj soms zei, dat hij een vreemde smaak in de mond had en een onaangenaam gevoel links in de maagstreek*" [16].
Iwan Iljitsj voelt zich ziek, het valt hem moeilijk om de schijn van correctheid op te houden. Hij bezoekt de dokter en bemerkt dat deze eenzelfde afstandelijke houding tegenover hem aanneemt als hij dat doet tegenover beklaagden op het gerecht.
Hij is in eerste instantie alleen onzeker over zijn toestand. Hij put troost uit het strikt handhaven van zijn leefregel en het nemen van zijn medicijnen. Zijn aandacht is volledig geconcentreerd op zijn lichaam. Wanneer ontstaat de pijn, wanneer neemt

die af? Wat zeggen de medische boeken ervan? Om parallellen te vinden met zijn eigen kwaal neemt hij alles wat zijn omgeving zegt over zijn symptomen gretig in zich op. Tegen beter weten in overheerst het gevoel dat hij controle kan hebben over zijn conditie.

"*Hij kon zich niet langer wat wijsmaken: iets ontzettends, iets nieuws en zo belangrijks, als er nog nooit in zijn leven had plaatsgehad, voltrok zich nu in hem*" [17].
Zijn gedachten gaan nog niet dieper dan dat hij het verlies van zijn gewone leven betreurt en zich boos maakt over zijn omgeving die onverschillig is voor wat er met hem aan de hand is.

Het onvermogen de realiteit onder ogen te zien

"*Zijn zwager opende zijn mond voor een uitroep van verbazing, maar hij bedwong zich. Deze beweging bevestigde alles*" [18].
Voor het eerst sinds zijn ziekte ontmoet Iwan Iljitsj zijn zwager. Hij gebruikt dat bezoek als een test. De reactie van zijn zwager wordt het moment van de waarheid voor hem. In de spiegel ziet hij - zijn beeld vergelijkend met een foto van zichzelf in betere tijden - de onttakeling van zijn lichaam.

"*Eerst was ik hier, nu ga ik daarheen! Waarheen? [...] Wanneer ik er niet meer ben, wat zal er dan zijn? Niets zal er zijn. Waar ben ik dan, als ik er niet meer zal zijn? Is dat de dood? Neen, ik wil niet*" [19].
De spijt over het verliezen van zijn materiële geluk wordt nu omgezet in angst voor de dreiging van niet-bestaan. Hij begint zijn leven te resumeren. Alsof het gebruik van zijn intellect hem een nieuw inzicht kan brengen, een uitweg kan bieden. Maar de ontzetting is te groot.

Het ongeloof

Iljitsj herinnert zich het syllogisme van Kaj: "*Kaj is een mens, mensen zijn sterfelijk, dus Kaj is sterfelijk, had hem zijn hele leven juist geleken voor zover het Kaj betrof, maar niet hemzelf. Kaj was een mens, een mens in het algemeen, maar hij was Kaj niet en geen mens in het algemeen, hij was altijd een heel, heel ander wezen dan anderen geweest; [...] «Kaj was inderdaad sterfelijk, en het was juist, dat hij stierf; maar ik, Wanja, Iwan Iljitsj, met al mijn gevoelens en gedachten, ik ben heel iets anders. En het is niet mogelijk, dat ik moet sterven. Dat zou te vreselijk zijn»*" [20].
Hoe kan hij zijn sterven begrijpen? Wat moet hem helpen zijn eindigheid onder ogen te zien? Het antwoord ligt niet in de vertrouwde wereld van de dingen. De vraag naar de betekenis van dood is bij uitstek een religieuze vraag. Iwan Iljitsj was een christen en christenen geloven dat men kan worden bevrijd van de kracht van de dood, zelfs over de fysieke dood heen. Maar Iwan Iljitsj was geen gelovig man, zijn geloof bood hem geen soelaas.

Het gevolg van de leugen

De fysieke onttakeling brengt Iwan in een staat van volledige afhankelijkheid. Vreemd genoeg vindt hij in deze toestand een nieuw comfort: de troost van de aandacht en de zorg van zijn bediende Gerasim. Deze eenvoudige boerenzoon toont zich barmhartig, hij verlicht zijn lijden. Iwan ondergaat de weldaad van de overgave, aan een mens, die geen enkel ander belang nastreeft dan het zijne. Hij ervaart voor

het eerst de werking van menselijk contact, menselijke warmte. Dit contact geeft Iwan wat van zijn menselijke waardigheid terug. De relatie met Gerasim confronteert hem ook met de leugen van zijn vroegere leven. Zoals hij zelf altijd had gedaan, zo gedroegen nu ook zijn familie en kennissen zich. Correct maar zonder gevoel. Niemand toont enig medelijden, niemand probeerde zijn toestand te begrijpen, terwijl hij snakt naar iemand die hem vasthoudt en liefkoost. Hij verlangt naar liefde!

De leugen duurt voort

"*Weer ging de ene minuut na de andere voorbij, het ene uur na het andere, altijd hetzelfde, en nooit hield het op, en steeds vreselijker werd het onontkoombaar einde*" [21].
Er verandert niets.

Het inzicht begint te dagen

"*Hij huilde om zijn hulpeloosheid, om zijn ontzettende eenzaamheid, om de wreedheid van de mensen, om de wreedheid van God, om het niet-bestaan van God*". [Hij richt zich tot God:]
"«*Waarom hebt Gij dit alles gedaan? Waarom hebt Ge mij in deze toestand gebracht? Waarom, waarom kwelt Ge mij zo ontzettend?*»" [22].
Zijn innerlijke stem geeft hem antwoord en spreekt over het onechte leven dat hij heeft geleid. Voor het eerst identificeert zijn kleine 'ik' zich met zijn ware 'Zelf'. Hij realiseert zich dat het zijn eigen keuze was om het egocentrische leven van een conformist te leven. Hij heeft alleen materiële doelen gediend.

De hulpeloosheid

"«*Zoals de pijnen steeds erger worden, zo is ook het hele leven steeds erger geworden*», *dacht hij*" [23].
Iljitsj's isolatie en eenzaamheid temidden van talrijke kennissen en zijn gezin worden steeds groter. Herinneringen aan warmte en contact uit zijn vroege jeugd komen op. Hij probeert die gedachten te verdringen omdat ze hem verdrieten.

De ontluistering

"*Het kwam in hem op, dat die nauwelijks merkbare neiging om zich te verzetten tegen dat, wat door hoger geplaatste personen als goed werd beschouwd - die nauwelijks merkbare neiging, die hij altijd meteen onderdrukt had - dat die waar had kunnen zijn, en dat al het overige misschien toch onwaar was geweest. En zijn werk, en zijn levenshouding, en zijn gezin, en alle belangen van het gezelschapsleven en van zijn ambt, dat alles zou misschien niet het ware zijn geweest. Hij probeerde dat alles voor zichzelf te verdedigen. En plotseling voelde hij de grote zwakte van wat hij verdedigde. Er viel niets te verdedigen*" [24].
De waarheid is voor Iwan Iljitsj ontluisterend. Zijn leven is een illusie gebleken en hij heeft geen kans meer om iets te veranderen. Deze scène in het verhaal is belangrijk omdat ze onthult hoe een mens, de stem van zijn innerlijke Zelf, die iedereen heeft en die tot iedereen spreekt, negeert. Een conflict lijkt opgelost zolang men zich volledig kan wijden aan zijn verlangens, maar deze oppervlakkige oplossing wreekt zich, het probleem blijft voortbestaan en krijgt zelfs meer kracht omdat de realiteit steeds wordt onderdrukt.

De catharsis

"*Drie dagen lang, waarin hij alle besef van tijd had verloren, spartelde hij in die zwarte zak, waar een onzichtbare, onoverwinnelijke macht hem induwde*" [25].
Drie dagen lang schreeuwt Iwan Iljitsj zijn pijn en angst uit. Vechtend tegen de dood, zich vastklampend aan de illusie van zijn oude leven, vervult van wanhoop en eenzaamheid. Het besef een nutteloos leven te hebben geleid, verergerd zijn fysieke lijden, en nog kan hij de illusie van zijn leven niet opgeven.

"*De stervende schreeuwde in wanhoop en sloeg met zijn armen. Zijn ene hand raakte het hoofd van de jongen. De jongen greep die, drukte er zijn lippen op en begon te huilen*" [25].
Het verdriet van de jongen treft hem. Voor het eerst in zijn leven ervaart hij een gevoel van medelijden.

"*Op dat ogenblik stortte Iwan Iljitsj naar beneden, hij zag het licht en het werd hem duidelijk, dat zijn leven niet geweest was zoals het had moeten zijn, maar dat hij het nog goed kon maken*" [25].
Hij vraagt zijn vrouw om vergeving en de dood wordt op datzelfde moment vervangen door licht.

"«*De dood is voorbij, zei hij tegen zichzelf. De dood is er niet meer*»" [26].
Vreemd genoeg zegt Iwan Iljitsj niet "«het leven is voorbij»"; de dood is een op zichzelf staande kracht die nu overwonnen is. De angst voor het einde die hem zo lang had bedreigd, wordt vervangen door het licht van het inzicht.

3.4. De ervaringen van Iljitsj weerspiegeld in de westerse cultuur

Het aangrijpende relaas van het leven van Iljitsj illustreert de houding van de westerse mens die, gekluisterd aan materiële welvaart en maatschappelijke conventies, de angst voor de dood niet onder ogen kan zien. Iljitsj leidt een leven 'zoals het hoort', wat eruit bestaat dat hij, gehecht aan het aangename en comfortabele kanten van het bestaan, iedere tegenspoed en ieder verval ontkent en zich daarmee iedere kans op spirituele groei ontneemt.

De bewustwording van Iljitsj tijdens de laatste drie dagen van zijn leven kan gezien worden als een versnelde realisatie. Hij komt tot inzicht, maar hem rest niets meer dan een excuus voor zijn verspilde leven. Hij kan niet meer leven naar het inzicht dat hij heeft verkregen, dat is hem in (dit) leven niet meer gegeven. De boodschap die hieruit begrepen kan worden, is dat het perspectief dat op het einde daagt, het perspectief is van waaruit men (gelukkiger) zou kunnen leven.

De drie dagen durende catharsis die voorafgaat aan de bevrijding van Iljitsj is de pijn van zijn levenslang onderdrukte geweten die, als een bal die men onder water houdt, met grote kracht omhoog komt als men loslaat. Iljitsj's schreeuw dringt ook door in onze geseculariseerde tijd, waarin individuen zich geïsoleerd voelen, eenzaam en alleen, zonder een oriëntatiekader dat het dagelijkse leven richting geeft.

Iwan Iljitsj staat model voor de hedendaagse westerse mens die als autonoom individu zichzelf tot wet is en worstelt met zijn eigen vrijheid. Iljitsj, door Tolstoj niet zonder ironie tot rechter gemaakt, heeft de macht de staat tot wet te zijn, terwijl hem

het vermogen ontbreekt zichzelf tot wet te zijn. Hij vertegenwoordigt het geweten van de staat, maar mist zelf de morele moed volgens zijn geweten te handelen.

Voor Iljitsj was religie - zoals voor de gemiddelde westerling - afwezig. De vraag of godsdienst de hedendaagse westerse mens überhaupt nog hulp kan bieden, dient zich aan. Alvorens over te gaan op deze vraag is een een nadere bestudering van het onderwerp dood van belang omdat dood en religie en theologie nauw met elkaar verbonden zijn.

Hoofdstuk 4.
OVER DE DOOD

4.1. Inleiding

De dood is een moeilijk te begrijpen fenomeen dat om uitleg vraagt. Iedere cultuur onderkent wel het belang van een eigen oriëntatie op de dood, het proces van sterven en wat er na de dood komt. Zo krachtig is de vraag om verklaring dat misschien kan worden gesteld dat de angst voor de dood de eerste aanleiding is geweest voor het ontstaan van religie en theologie.

Zowel religieuze als niet-religieuze mensen hebben altijd gezocht naar antwoorden op vragen als: "Wat gebeurt er na mijn dood?", "Zal God mij op het einde der tijden doen opstaan en zal ik dan verenigd zijn met mijn gestorven dierbaren in het hiernamaals?", "Zal mijn ziel voortleven als mijn lichaam de geest geeft?", "Zal mijn ziel een nieuw lichaam aannemen om een nieuw aards bestaan te leiden?" Of: "Desintegreert mijn lichaam en is er na dit leven niets dan een groot zwart gat?"

Dit zijn vragen waarop geen afgeronde antwoorden bestaan. Eindigheid is een gegeven, maar niemand weet wanneer hij sterft en ook niet wat het leven in petto heeft. Dat de dood ons scheidt van onze geliefden weten we, en ook dat de dood de persoonlijke toekomstdoelen frustreert. Maar de echte definitieve antwoorden op de existentiële vragen rondom leven en dood blijven open en zijn ook niet te verkrijgen.

In de literatuur treft men allerlei visies op dood aan. Het is niet eenvoudig om een overzichtelijk beeld te krijgen van de vele opvattingen die er bestaan omdat de bestaande literatuur zeer uitgebreid is, maar ook omdat de verschillende auteurs het begrip dood vanuit allerlei invalshoeken benaderen. Om het onderwerp enigszins in te kaderen heb ik bij de bestudering van het onderwerp een drietal auteurs gekozen: J.P. Carse, K.P. Kramer en R.S. Anderson. Allen benaderen het onderwerp als theoloog, vanuit een positie als docent/onderzoeker en binnen een wereldreligieuze context.
In "Death and Existence; A Conceptual History of Human Mortality" [27] onderzoekt Carse als externe waarnemer het fenomeen dood vanuit tien, door hem geselecteerde wereldtradities. Hij doet dat aan de hand van een schema waarin hij zijn opvatting over dood verwerkt.
Kramer, staande op de grens van het christendom, brengt in zijn omschrijving van de dood in "The Sacred Art of Dying; How World Religions Understand Death" [28] onderdelen in van andere tradities.
Anderson ten slotte, schrijft in "Theology, Death and Dying" [29] vanuit het christelijke gedachtengoed, maar betrekt de niet-christelijke visies in zijn verhaal om het kennisspectrum te vergroten.

Over het algemeen is men zich niet erg bewust van andere zienswijzen op de dood, anders dan de voorstellingen die gangbaar zijn in de cultuur waarbinnen men is opgegroeid en opgeleid. Niet-westerse tradities kunnen evenwel de bestaande 'westerse' horizon verbreden en misschien vruchtbaar bijdragen aan een beter verstaan van de dood.

4.2. Drie theologen over de dood

4.2.1. Carse: de dood vanuit haar manifestaties

Hoe kan men iets te weten komen over dood? "Death is mute [...]" zegt Jüngel [30], de dood zelf zal geen antwoord geven. Carse benadert het begrip dood vanuit de wijze waarop de dood zich aan de mens manifesteert. De dood openbaart zich in de dood van anderen. Het verlies van vriend, moeder, echtgenoot en het verdriet dat daarmee samengaat, kan ervaren worden als dood. Hij legt de nadruk op de ervaring van dood. Dat roept de vraag op wat het dan is dat we ervaren als dood in de dood van anderen. Gaat het hier om het wegvallen van vitale fysieke functies of gaat het ook nog om wat anders?
Carse zegt: "[...] persons are no more composed of their organs than symphonies consist of sound waves" [31]. Hij ontkent daarmee niet het belang van de fysieke gestalte van de mens maar voegt daar het begrip 'persoon zijn' aan toe.
Hij legt dat uit aan de hand van wat waarneembaar is: het zijn niet de organische functies die we bewonderen of die we liefhebben, maar de echtgenoot, de vriend, enzovoort. Wat we ervaren als dood is het verlies van echtgenoot, vriend, enzovoort. Om als persoon te kunnen bestaan moet men deel uitmaken van een netwerk van relaties.

Carse neemt dood waar als: "[...] the irreversible damage to the web of connectedness between persons [...]. What we experience is not the death of another *as death*, but the sudden tearing of the fragile web of existence" [31].
Het 'persoon zijn' wordt daarmee aangedaan. In de dood wordt de verbondenheid, maar vooral ook de afhankelijkheid van dat verbond, zichtbaar. Het bijzondere van ieder verbond is echter dat er sprake is van wederkerigheid: de ander is ook afhankelijk van mij. De dood onthult volgens Carse dat: "[...] *we have our life from others, and with others, but only to the degree that we freely participate in our relationship to those persons*" [32]. De dood onthult, naast de wederkerige afhankelijkheid, ook vrijheid: vrijheid kan niet zonder afhankelijkheid.
Carse voegt hier nog aan toe dat de ervaring van dood in de dood van anderen, gezien moet worden als bedreiging van de continuïteit van het eigen leven. De dood van een ander heeft dus een directe relatie met de dood van onszelf. Ik memoreer de collega's van Iwan Iljitsj die, als zij van zijn dood vernemen, denken: "Hij wel, ik gelukkig niet". Zij ervaren de dood niet *an sich*, maar worden bevangen door de angst voor het afbreken van het eigen leven.
Interessant in deze observatie is dat met het gebruik van de term discontinuïteit dood niet persé geassocieerd hoeft te worden met het verlies van een persoon. De dood, waargenomen als discontinuïteit, geeft de mogelijkheid dood binnen de bredere context van het hele leven te plaatsen. Volgens Carse gaat het niet om de dood zelf maar om de kracht van de dood die een einde maakt aan álles wat het leven betekenis geeft. De kracht van isolatie die de continuïteit doorbreekt, is de dood.

4.2.2. Kramer: de dood vanuit de menselijke bestaanscondities

Kramer hanteert voor zijn uitleg van dood een ander interpretatieschema dan Carse. Zijn benadering vertrekt vanuit de drie menselijke bestaanscondities: de fysieke, de psychologische en de spirituele. Hij presenteert zijn gedachten ook vanuit een christelijk-religieus kader maar hanteert inzichten en termen uit de oosterse religies.

Kramer legt in zijn benadering het accent op de spirituele dood, een proces van zelf-transformatie waarbij de houding ten opzichte van leven en dood verandert. In christelijke termen zou men kunnen spreken van bekering. Spirituele dood moet bij Kramer dus niet begrepen worden als verlies van geloof of verlies van het heilige. Het verwijst naar een ervaring van vernieuwing, opnieuw geboren worden vóór het sterven.

Fysieke dood definieert hij als "[...] the irreversible termination of all essential bodily functions" [33]. Verder wijdt hij niet veel woorden aan de fysieke dood. De fysieke dood is bij hem direct gekoppeld aan spirituele dood.

Psychologische dood beschrijft hij als "[...] the reversible termination of one's personal aliveness [...]" [34], een staat van Zijn die veroorzaakt wordt door de afgescheidenheid van het Zelf. De term 'Zelf' moet hier begrepen worden in de betekenis van 'het goddelijke'. Psychologische dood "[...] manifests itself as habitual behavior, or an emotional deadening which results when normal psychic and volitional responses are shut down or suppressed" [34]. De mens levend onder de schaduw van iets dat beangstigd en bedrukt.

4.2.3. Anderson: de dood vanuit een christelijk perspectief

De dood is volgens Anderson ontdaan van zijn heilige kracht en is een legitiem subject voor academische studie geworden. Het mysterie is weg uit de dood. Iedere dood heeft een biologische oorzaak. De dood kan geen geheim meer zijn. Vanuit een medisch standpunt gezien, is het wegvallen van vitale functies doorslaggevend voor de dood als diagnose. Het bewijs lijkt met het wegvallen van hart-, long- en hersenfuncties onomstotelijk te zijn geleverd. Dood is de afwezigheid van lichamelijke activiteit. Tenminste: voorzover biologische activiteit met de zintuigen waarneembaar is.

Met de tegenwoordige technologische voorzieningen en hoogwaardige functievervangende apparatuur kan het moment waarop de dood intreedt, worden uitgesteld. Bovendien kan worden aangetoond dat de cellen in moleculaire vorm overleven na de dood van de persoon. Biologisch gezien, sterft het lichaam in het proces van degeneratie wel duizend doden. Welk van deze 'doden' moet dan gezien worden als de dood van deze persoon? Of anders geformuleerd: wat maakt dat dit lichaam niet meer het predikaat 'menselijke persoon' draagt?

Anderson stelt met betrekking tot deze vraag: "We should thus distinguish between a *concept* of death and *criteria* for defining death in a clinical setting" [35]. Hij wijst daarmee op de noodzaak van een andere dan een biologische definitie van dood. Voor hem dient de biologische definitie van dood gefundeerd te worden in een filosofisch concept. Het gaat hem om 'de persoon' van de mens.

Anderson onderstreept als christelijk theoloog het belang van het historisch, tijdelijk bestaan als lichamelijkheid. De mens is geschapen en onderworpen aan de condities van eindigheid. Anderson ontwikkelt een christelijk-theologische visie op de dood. Hij onderscheidt twee contrasterende tradities die doorwerken in ook verschillende christelijke opvattingen over dood. In de Griekse traditie is dood een vriend omdat het de overgang markeert voor ons 'gaan naar God'. In de Hebreeuwse traditie is

dood het natuurlijke einde van het aardse leven. God onderhoudt het leven, dus dood wordt een vijand.

In het Oude Testament zijn wel referenties te vinden over dood maar die zijn niet direct gerelateerd aan het leven. De Israëlieten zochten geen uitleg voor dood; dood was voor hen niet meer dan een realiteit. Dood heeft in het Jodendom niets positiefs. Volgens Anderson staat het Nieuwe Testament in continuïteit met de Hebreeuwse traditie van het Oude Testament met betrekking tot de volgende feiten: "[...] that body and soul alike are subject to death; that there is no dualism between the immortal soul and the temporal body; and that the individual's hope for redemption from death lies in God alone, who is the Lord of both life and death rather than in personal immortality as an essential aspect of human existence"[36].

Persoonlijke onsterfelijkheid als een essentieel aspect van het menselijk bestaan is in de Schrift niet aan de orde. Anderson beschrijft de dood van menselijke personen als de dood van de relatie tussen God en personen. "Stof zijt gij, en tot stof zult gij wederkeren" (Genesis 3:19) is volgens hem gerelateerd aan de overtreding van het gebod niet te eten van de boom van goed en kwaad. Volgens Anderson zei God niet dat de mens zou sterven ná de zondeval, maar dat hij zou wederkeren tot de aarde waaruit hij was voortgekomen.

Eindigheid is dus een onderdeel van het menselijk leven. Voor de gelovige hoeft eindigheid de mens echter niet fataal te worden want Gods belofte de mens te zullen vasthouden in een spirituele en persoonlijke relatie met Hem zal door Hem worden waargemaakt. Onze natuurlijke dood als biologisch schepsel moet daarom geplaatst worden binnen een context van goddelijke belofte en hoop. De mens is in het christendom weliswaar onderworpen aan de conditie van sterfelijkheid, maar er is de belofte van continuïteit van de persoon in de relatie met God. De dood heeft dus niet het laatste woord.

4.2.4. De drie visies op dood met elkaar vergeleken

Het gaat Carse niet zozeer om vast te stellen wat de natuur van de dood is, maar meer hoe de dood, waargenomen als discontinuïteit, geïntegreerd kan worden in het totaal van ons denken. De vrijheid van keuze waarover de mens beschikt, zou de mens in staat stellen de 'beleefde' continuïteit van Zijn te transformeren naar een 'hogere' continuïteit.
Met 'beleefde' continuïteit wordt een staat van denken bedoeld die een schijnzekerheid is. Discontinuïteit is de onderbreking van die schijnzekerheid, wat gepaard gaat met ervaringen van verlies en lijden. 'Hogere continuïteit' is een staat van vrijheid, een staat van Zijn waar de dood zijn greep heeft verloren. Deze staat van Zijn is afhankelijk van de mate waarin de mens zich bewust is van de mogelijkheid een keuze te maken om vrij te zijn.

Kramer richt de aandacht vooral op de betekenis van een spirituele houding ten opzichte van de dood. Die houding stelt de mens in staat om, vóór het sterven, de angst van fysieke dood te overkomen in de wedergeboorte van een nieuw Zelf. Hij gebruikt de woorden 'axiologische aanwezigheid van de dood' van Karl Rahner. De term 'axiologisch' betekent letterlijk "the axis of the logos", het hart van de wijsheid [37]. Het gebruik van deze term suggereert dat dood kan worden uitgedrukt in het

leven op een anticiperende manier en dat de aanwezigheid van dood in leven de mogelijkheid van een spirituele wedergeboorte schept.

Carse legt sterk de nadruk op de sociale component van de dood. Verdriet en lijden hangen samen met het verlies van de ander. De dood als verlieservaring! Terwijl Kramer de dood meer als een individueel-existentieel probleem ziet: een staat van onbewust bewustzijn, die overwonnen kan worden in de 'spirituele dood'.
Kramer wil dood niet beschouwen als enkel het ophouden van de activiteit van het lichaam. Dood reikt verder dan het lichaam. De fysieke dood werkt door in het psychologische of spirituele bestaansniveau van het individu. Beiden stellen bij dood de belevingscomponent centraal. Bij Carse gaat het om emoties van verdriet en pijn. Bij Kramer is het juist een totale afwezigheid van authentieke emotie.

Bij Anderson staat het leven in Christus voorop, het gelovig zijn om de dood het hoofd te bieden. Niet om aan de dood te ontkomen maar om in de ontmoeting met God, midden in het leven, door de pijn van het verlies heen, blijvende continuïteit te ervaren.

4.2.5. Reflectie op de visie van de auteurs

Carse gaat uit van de veronderstelling dat ieder mens altijd de mogelijkheid heeft om in vrijheid een keuze te maken. Maar wat vraagt het van de hedendaagse, extraverte mens als het om levenskeuzen gaat? Wie of wat leert hem hoe om te gaan met de conditioneringen van het leven? Tolstoj maakt in "De dood van Iwan Iljitsj" een uitvergroting van het beeld van de 'vrije, onafhankelijke', welvoorziene, westerse burger die zich - geconfronteerd met de vergankelijkheid en de eindigheid van zijn leven - ondanks alle mogelijkheden die hem door opleiding, status en positie gegeven zijn, alleen kan verzetten tegen zijn angst. Aan zichzelf overgeleverd, het denken beheerst door angst, is er geen ruimte voor vrije keuze. Vrijheid en de vrije keuze die moet leiden tot een 'hogere continuïteit' van Zijn, is daarom geen natuurlijke staat van Zijn maar een conditie die gerealiseerd moet worden.

De conditie voor het oplossen van de angst voor de dood ligt bij Anderson in het gelovig christen zijn. Ten minste als de gelovige in staat is zichzelf toe te vertrouwen, zijn angst te leggen in de handen van God. Deze houding van overgave is slechts weinigen gegeven. Overgave vraagt om loslaten en opgeven. Loslaten van wat en opgeven van wat? Hoe gaat de autonome westerse mens, die vaak de basis ontbeert om op zichzelf te vertrouwen, op een authentieke wijze overgave beoefenen aan God?

Alle auteurs hebben een theorie over de betekenis van dood en haar uitingsvormen, maar de herkomst van de angst voor de dood blijft onaangeroerd. Wat met name door Kramer wel wordt gesuggereerd, is dat een proces van zelftransformatie nodig is als voorwaarde voor 'spirituele dood' of wedergeboorte. Maar ook bij hem ontbreekt de praktische weg die het individu kan gaan om 'een hogere continuïteit' te bereiken, om in Gods tegenwoordigheid te verblijven of de ultieme realiteit te kennen.

De spirituele houding van Kramer, de gelovige overgave van Anderson of de vrijheid die men realiseert in de 'hogere continuïteit' van Cramer zijn geen natuurlijke

gegevenheden. Dat vraagt om spirituele oefening. Religie is van oudsher het middel geweest voor de weg uit het lijden en de omgang met de angst voor de dood. Kan religie in het algemeen, en het christendom in het bijzonder, de westerse mens nog hulp bieden om de omgang met de angst voor de dood een nieuwe vorm te geven?

Hoofdstuk 5.

OVER RELIGIE EN DE HEDENDAAGSE WESTERSE MENS

5.1. Inleiding

Een fundamentele vraag die de religie in haar kern betreft, is de vraag welke functie zij in een westerse geseculariseerde samenleving nog heeft. Heeft religie nog betekenis? Welke plausibiliteitswaarde heeft religie nog?
Daarvoor moet eerst het functionele begrip van religie onder de loupe genomen worden. Vervolgens zal de vraag besproken worden of religie met betrekking tot het centrale thema nog antwoord kan bieden.

5.2. Religieuze functie en religieuze substantie

De etymologie van het woord religie stamt van het latijnse woord 're-ligare', wat betekent opnieuw verbinden of band [38]. Ons woord ligament komt van dezelfde wortel en betekent connectie. Aangenomen wordt dat gebrokenheid vooraf gaat aan opnieuw verbinden. Maar opnieuw verbinden waaraan? Aan God, de natuur, een bepaalde staat van denken, een kosmische kracht, of aan elkaar? Een etymologische kijk op religie leidt, uitgaande van de idee van gebrokenheid, naar de verklaring dat religie staat voor *'het streven naar heelheid of compleetheid'*. Dit is een aansprekende invulling van het begrip. Het suggereert dat ieder mens behoefte heeft aan religie omdat bij eenieder het verlangen naar herstel van iets dat gebroken is, aanwezig is. Deze invulling van het begrip religie laat veel ruimte; het godsbegrip hoeft in deze geen rol te spelen.

Onderzoekers hebben op het terrein van religie hiervan allerlei definities gegeven. Sommigen benadrukken de functie van religie en anderen meer de inhoud. Kort gezegd, refereren de functionele benaderingen naar *hoe* in essentie iets religieus is en de substantiële benaderingen naar *wat* in essentie religieus is.
Emile Durkheim (1858-1917), grondlegger van de sociologie, is een exponent van de functionele definitie van religie. Voor hem is religie een puur sociale functie die mensen samenbrengt en een stabiliserende werking heeft op de samenleving. Voor Durkheim is religie alles dat als bindende factor tussen mensen werkt. Daarmee is alles dat het oogmerk heeft om mensen samen te brengen religie.
Substantiële definities gaan uit van het geloof in God, geloofsinhouden, doctrines, enzovoort. Het includeert ook de praxis, de geloofsgemeenschap of de denominatie waartoe men behoort.

Beide definities hebben voor- en nadelen. De functionele definities zijn heel tolerant. Bijna alles kan dienen als religieuze functie. Het kan theïstisch zijn of niet, het kan God insluiten maar ook meerdere goden, God kan een steen of een stok zijn. Deze tolerantie houdt ook meteen de zwakte in. De valkuil dat iedereen religieus is, kan moeilijk vermeden worden met de functionele benadering. De conceptualisering van religie als substantiële inhoud heeft als voordeel dat het overzichtelijk is. Een groep kan gemakkelijk gecategoriseerd worden als religieus. Het bakent af. Het nadeel kan zijn dat het mogelijk andere groepen uitsluit, in zichzelf opgesloten raakt en intolerant wordt.
In traditionele christelijke kringen ziet men de puur functionele benadering van religie als niet zonder gevaar.

5.3. De functionele definitie van religie onder kritiek

Van der Ven behandelt het functionaliteitsbegrip voor de huidige legitimiteitscrisis van religie en maakt ook gewag van de lange, slepende discussie waarmee het onderwerp belast is [39]. De bezwaren - die misschien voor een deel al weer tot het verleden behoren - betreffen onder andere de betekenis van het begrip binnen het functionalisme van Durkheim. Durkheim benadrukt het nuttigheidsaspect van religie. En dat is waar de tegenstanders van de functionele definitie beducht voor zijn. Men vreest daarmee "[...] die Religion wegzuerklären, sie auf eine individualpsychologische und/oder sozial-gesellschaftliche Funktion zu reduzieren" [40]. Voor Van der Ven is de vrees voor reductie van religie ongegrond als men het onderscheid weet te maken tussen een functionele uitleg van religie en de verklaring van de functie van religie.

In de 'functionele verklaring' wordt religie weggepraat. Daarentegen gaat men in de 'verklaring van haar functie' haar werking in concrete zin en concrete omstandigheden na. In die zin draagt, zo stelt Van der Ven, de verklaring van de functie van religie juist bij aan haar legitimiteit en plausibiliteit in een geseculariseerde samenleving. Een functionele omschrijving schept ook ruimte om in een pluriforme omgeving andere religies aan het woord te laten. Zonder de beschrijving van de functie van religie is het feitelijk onmogelijk uit te leggen in welk opzicht religie verlossend of bevrijdend kan zijn.
Tegenstanders zullen zeggen dat een functionele benadering gemakkelijker voorbijgaat aan de werkelijke betekenis van religie die ligt in het 'gratuite' karakter ervan. God hoort niet in het rijtje van 'planning' en 'berekening' maar bij 'verlangen' en 'nutteloosheid'. Bij deze gedachtengang sluit de visie van Roebben aan die negatieve effecten ziet in de "[...] 'esthetische ingebruikname' of 'glamourisering' van religie" [41]. Religie moet aantrekkelijk zijn en sex-appeal hebben. Hij wijst daarmee op het 'reli-shoppen', een verschijnsel waarbij de aantrekkelijkheid van religie zit in het ingebruiknemen van de her en der verzamelde stukjes religie. Religie wordt daarmee een gebruiksproduct dat als een aanwinst wordt toegevoegd aan het scala van andere zaken die men zich heeft toegeëigend.

Uit de analyse van Roebben blijkt dat religie er wel toe doet, men is wel degelijk met religie bezig. Men verlangt ondanks de religie-crisis wel naar religiositeit. Men is wel geïnteresseerd in het transcendente, het zichzelf overstijgende, de utopie. Maar dat verlangen blijft, bij een functionele ingebruikname zoals Roebben het stelt, onvervuld omdat de ervaarbaarheid van het transcendente niet 'gewild' kan worden. Het gedrag van degene die de religieuze ervaring wil, kenmerkt zich paradoxalerwijs door toeëigening. Volgens Roebben zou overwaardering van de functionele kant van religie ten koste kunnen gaan van de substantiële betekenis. Is er überhaupt nog sprake van waarachtige religie als de inhoud geen rol meer speelt, vraagt hij zich af? Als de eigenlijke, intrinsieke betekenis van religie ligt in de wijze van omgang met het transcendente dan ligt mijns inziens daar het antwoord en niet in de inhoud van om het even welke religie.

Van der Ven compliceert het probleem door zijn stelling dat gratuïteit niet exclusief is voor religie. Spel, erotiek en kunst hebben volgens hem dezelfde intrinsieke waarde die de omgang met het transcendente ervaarbaar maakt. Er moet dus sprake zijn van een specifiek religieuze omgang met het transcendente, wil er sprake zijn van

waarachtige religie. Recapitulerend: de ervaring van het transcendente vraagt in ieder geval om een zich voorbehoudsloos openstellen, maar de religieuze omgang met het transcendente vraagt ook om meditatie en gebed, het lezen van religieuze teksten en het uitvoeren van religieuze riten. De vraag waar ik het antwoord niet op gevonden heb, is waarin de 'profane' ervaring van het transcendente zich onderscheidt van de 'religieuze'.

Het probleem is niet zozeer dat religie wordt gedefinieerd in termen van hoe het werkt, maar dat religieuze inhoud/praxis ontbreekt. Elk project kent doel én middelen. Beiden geven betekenis aan een proces van 'worden'. Het hoe en wat horen bij elkaar en kunnen niet van elkaar gescheiden worden. Religie als religieuze inhoud (de substantie) is het vehikel dat de beoefenaar naar God, of de ultieme realiteit brengt. Religie in de laatste zin kán niet in gebruik genomen worden en religie in de zin van vehikel móet zelfs daadwerkelijk in gebruik genomen worden om het in beweging te zetten.

De actuele westerse legitimiteitscrisis van religie, ligt niet in de overwaardering van de functie van religie, maar in de onderwaardering van de substantie of datgene wat de Verlichtingsfilosoof Kant aanduidde als 'Kirchenglaube'.[2] De onderwaardering betreft in de westerse wereld de christelijke godsdienst.

5.4. "In the end everyone turns to religion"[3]

De titel van deze paragraaf suggereert dat er in ieder mensenleven een moment komt dat men zich wendt tot religie. Dat is een stelling die nader moet worden onderzocht. In de vorige paragraaf werd onder andere ingegegaan op *hoe* mensen zich religieus kunnen verhouden tot het zichzelf overstijgende, God, de ultieme werkelijkheid. Minstens zo belangrijk is de vraag wanneer mensen zich openen voor het transcendente, wanneer zij mediteren of bidden. En de vraag wanneer ze religieuze teksten lezen en religieuze riten uitvoeren.

Theologen hebben zich hierin verdiept en zijn tot de conclusie gekomen dat religieuze toewending plaats vindt op momenten van grenservaringen. Zowel positieve als negatieve, persoonlijke en collectieve ervaringen worden daarbij genoemd. Grenservaringen, en met name die waarin de breekbaarheid en vergankelijkheid van het leven zichtbaar worden, spelen een rol in elke fase van het leven. Gevoelens van onbestendigheid en lotsafhankelijkheid, bij lijden en dood zijn ook momenten dat men zich naar 'het hogere' wendt. Ook positieve grenservaringen, gevoelens van overgave en vertrouwen, ervaringen van innerlijke rust en stilte kunnen de mens openen voor het religieuze.

Toch zien we dat met name wanneer men geconfronteerd wordt met de dood, zoals Iwan Iljitsj toen hij besefte dat hij ongeneeslijk ziek was, men uitgesproken toevlucht zoekt bij God, 'de oneindige'. Waar men tijdens het gewone leven geen oog voor had (gebed, meditatie, het zich verdiepen in stichtelijke literatuur), blijkt nu een spontaan verlangen te zijn. Men is zelfs in staat tot overgave en aanvaarding van het lot. We

---

[2] In zijn "Religion innerhalb der Grenzen der blossen Vernunft" zegt Kant dat 'Kirchenglaube' het op statuten gebaseerde geloof is dat als vehikel fungeert naar de kern van religie.

[3] Naar Shrimad Svāmi Sadānanda Sarasvati.

kunnen dus stellen dat het bewustzijn van dood, als grenservaring, een radicale verandering teweeg kan brengen in het persoonlijke perspectief van het leven.

Een logische stap in deze redenering is dat erkenning van de dood een verandering in de levensmodus geeft. Leven, gekarakteriseerd door fragmentatie, onrust en onzekerheid krijgt een hoger niveau van integratie dan daarvoor. Zoals de transformatie van Iwan Iljitsj, die in zijn verhouding met anderen empathischer wordt, zijn chronische bitterheid, arrogantie, en verwaandheid laat varen. De levensmodus wordt een meer authentieke.

Een belangrijke constatering in het kader van het onderwerp is nu, dat het contact met de dood, de eerste bron van alle angst, die we proberen te negeren, kan leiden tot persoonlijke groei en een vermindering van de angst voor de dood. Als de confrontatie met de dood naast het uitzicht op een rustig sterven, vruchtbaar kan zijn voor een betere levenskwaliteit, dan is de stelling gerechtvaardigd dat de mens gebaat is met een een betere omgang met de dood.

5.5. Kan religie nog bijdragen aan een nieuwe omgang met de angst voor de dood?

Hoewel religie en dood veel met elkaar te maken hebben, wordt door Carse, Kramer en Anderson, nauwelijks ingegaan op de angst voor de dood en de negatieve invloed die onbegrepen angst heeft op het leven. Zij spreken wel over datgene wat het leven bedreigt. Voor Carse is dat de 'beleefde continuïteit' of schijnzekerheid die de mens afhankelijk maakt en onvrij. Voor Kramer is dat de 'afgescheidenheid van het Zelf' en voor Anderson het 'niet gelovig zijn'. Zij stellen ook een oplossing voor uit het lijden en de dood. Hun voorstellen blijven echter een theoretisch vertoog. De omgang met de dood vraagt in de eerste plaats om een inzicht in de herkomst van de angst ervoor. Daarnaast moet de theorie een vervolg krijgen in een praktische methode om te leren omgaan met deze angst.

Het ligt in de rede dat religie als een streven naar heelheid en compleetheid, of als verlangen naar de ultieme werkelijkheid, het domein is waar het antwoord op de angst voor de dood gevonden kan worden. Dat veronderstelt inzicht van de mens in zijn eigen natuur, de reikwijdte van de menselijke geest, de onderlinge samenhang tussen lichaam en geest, de normale geesteshouding waarover men moet beschikken om het leven kalm en wijs tegemoet te treden. Zoals al eerder gezegd, is de kennis die de mens in diepere zin van zichzelf heeft, beperkt. De godsdiensten kunnen hierin met name vanuit hun spirituele dimensie een rol vervullen.

Het ligt voor de hand dat het christendom, als westers cultuurgegeven, het meest aangewezen is om hier in voor te gaan. De christelijke traditie kende in het verleden ook een methodische oefening van concentratie op 'de uitersten', de *meditatio mortis*. Deze oefening in spiritualiteit is binnen de christelijke praxis echter in onbruik geraakt. De meditatio mortis heeft in de geschiedenis van het christendom een belangrijke rol gespeeld in de voorbereiding op de dood. Ze werd tot in de twintigste eeuw gepraktiseerd. De meditatio mortis is als instrument voor zelfkennis naar de achtergrond verdwenen. Van Knippenberg relateert de teruggang in de beoefening van de meditatio mortis aan de veranderingen in de cultuur. De christelijke traditie ontbeert, voor zover mijn kennis reikt, een methode die eenzelfde doel nastreeft.

Omdat deze praxis in het westen zo'n grote impact heeft gehad, wordt hier in het vervolg nader op ingegaan.

5.6. Meditatio mortis, de christelijke meditatie door de eeuwen heen

Van Knippenberg beschrijft de verschillende vormen die de meditatio mortis als methode door de geschiedenis van het christendom heeft gekend [42]. De meditatie op 'de uitersten' werd inhoudelijk gezien sterk beïnvloed door de heersende cultuur. Zo was er een periode in de geschiedenis dat de meditatio mortis zich richtte op het bewerkstelligen van de scheiding tussen lichaam en ziel, vanuit de opvatting dat de verlossing school in de bevrijding van de ziel van het lichaam. Het lichaam werd dan beschouwd als de gevangenis van de ziel. Ook het geloof dat de dood het moment van beloning of straf was voor het geleefde leven, was een tijd object van meditatie. Men kende ook de meditatie, die van de overtuiging uitging dat de dood het einde van alles is.

Met name de 'Exercitia Spiritualia' van Ignatius van Loyola, en de 'Introduction à la vie dévote' van Franciscus van Sales worden door Van Knippenberg genoemd als oefeningen in spiritualiteit die minder de gestalten volgden van de in een bepaalde tijd geldende cultuur en door de tijd heen stand hielden. Hij onderscheidt ze als meditatievormen die fungeren als instrument voor zelfkennis, en als zodanig als voorwaarde dienden om tot een groter besef van de intieme aanwezige God te komen.

Van Knippenberg meldt dat het einde van de meditatio mortis vanaf de 19e eeuw werd ingezet. Er werden verder geen nieuwe vormen meer ontwikkeld. Dit werd mede veroorzaakt door de negatieve houding tegenover het christendom van de Franse Revolutie. De theologie en het pastoraat verzetten zich tegen de afbraak van het geloof door de Franse Revolutie. Het gevolg daarvan was dat beiden de dood binnen de meditatio mortis, gingen gebruiken als een bron om schuldgevoelens op te wekken. Volgens Delemeau was dit een belangrijke oorzaak voor ontkerstening [43].

Volgens Van Knippenberg fungeerde de meditatio mortis als een instrument voor de geestelijke leiding om de mens te helpen zijn leven te problematiseren "[...] om dit via het gepreformeerde eschatologische kanaal te herijken en te vernieuwen" [44]. "Binnen de huidige culturele situatie", zegt Van Knippenberg," is de meditatio mortis niet meer het pastorale instrument bij uitstek om de weg van het leven te verkennen" [45]. Het religieuze aspect is binnen de pastorale aandacht verschoven naar het psychologische. Anders dan voorheen bij de meditatio mortis richt men zich nu meer op de gevolgen van dood in de stervens- en rouwbegeleiding. De verschillende vormen van christelijke meditatie op de dood zijn opgehouden te bestaan.

5.7. Een alternatieve vorm van spiritualiteit

Naast de meditatie op de dood zijn er natuurlijk andere vormen van spiritualiteit in het christendom. Als we de kerkgeschiedenis er echter op naslaan dan zien we dat spiritualiteitsbeoefening zich altijd meer heeft geconcentreerd in de kloosters. Vaak ontstonden de congregaties ook als kritiek op de verwereldlijking van de kerk. De kloosters worden echter vandaag de dag, evenals de kerk, bedreigd in hun voortbestaan. De kloosterroepingen zijn in de loop der jaren dramatisch teruggelopen. Men

mag misschien voorzichtig stellen dat de westerse wereld in een spiritueel vacuüm verkeert.

De hedendaagse, autonome mens is afgescheiden van zijn essentie. De verbinding is losgeraakt. In paragraaf 5.5. werd gesteld dat religie het domein is waar het antwoord op de angst voor de dood gevonden kan worden. Uitgaande van de idee dat religie staat voor 'opnieuw verbinden', een 'streven naar heelheid of compleetheid', kan men stellen dat het christendom als dominante godsdienst in de westerse samenleving een vorm ontbeert, die beantwoordt aan het verlangen van de westerse mens, om een hoger niveau van integratie te bereiken. Het christendom in haar huidige vorm mist een systematische methode van spirituele training. Hoe zou dit gemis ondervangen kunnen worden? Aan welke voorwaarden zou een nieuwe omgang met leven en dood dan moeten voldoen?

Er vanuitgaande dat de meerderheid van de westerse mensen een geseculariseerde visie heeft op leven en dood, zou een nieuwe benadering niet gebonden moeten zijn aan cultuur of godsdienst. Daarnaast zou de visie recht moeten doen aan de autonomie van het westerse individu. Ten slotte moet een nieuwe benaderingswijze vooral wortelen in de praktijk van alledag.

In het vervolg van dit betoog zal de klassieke yoga als alternatieve vorm van spiritualiteit worden opgevoerd. Deze alternatieve vorm voldoet aan de eerdergenoemde kwalificaties: zij is niet gebonden aan cultuur of godsdienst, gaat uit van de autonomie van het individu en biedt een praktische weg om zelfkennis te ontwikkelen.

Yoga is wellicht niet het enige kennisdomein dat kan voorzien in het vullen van de leegte als gevolg van het eerder genoemde spirituele vacuüm. Maar niet-westerse tradities zoals yoga kunnen de bestaande 'westerse' horizon verbreden en misschien vruchtbaar bijdragen aan een betere omgang met de angst voor de dood.

Hoofdstuk 6.

YOGA: EEN UNIVERSELE WEG NAAR GEESTELIJKE RIJPING

6.1. De oorsprong en bronnen van de yoga

De oorsprong van de yoga gaat terug tot het verre verleden van India. Yoga wordt voor het eerst genoemd in de enorme verzameling geschriften die de Vedas worden genoemd, die waarschijnlijk dateren uit een periode van 3000 jaar voor Christus. De Vedas behoren tot de shruti literatuur. Shruti betekent: dat wat is gehoord.

De Vedas worden beschouwd als van goddelijke oorsprong. De Vedas zouden aan de mens zijn geopenbaard, in de personen van de rishis of grote zieners. In contrast met de shruti, is er de smriti literatuur. Smriti betekent: dat wat is gebaseerd op herinnering. Hiertoe behoren Upanishaden, de wijsgerige reflecties op de Vedas van de rishis, die binnen de veelheid van geschriften in filosofisch opzicht van groot belang zijn. In de Upanishaden treft men de belangrijkste grondslagen van de yoga aan. De Upanishaden worden door de hindus als canoniek beschouwd.

Dan bestaan er nog de Itahasas, of historische geschriften. Hiertoe behoort één van de twee grote epen, de Mahabarata. Binnen de Mahabarata is de Bhagavad-Ghita een belangrijke kennisbron voor de yoga. Dit boek geniet ook in het westen een zekere bekendheid. Het handelt over de dialoog tussen Krishna, de leermeester, en Arjuna, de krijger. Krishna onderwijst Arjuna de kunst van de yoga en leert hem vooral hoe hij door de plichten van het leven te vervullen, bevrijding bereikt. De Bhagavad-Ghita is geen canoniek geschrift, maar is in India zeer geliefd vanwege de grote praktische bruikbaarheid van de spirituele adviezen die het bevat.

Dan zijn daar tot slot de Darsanas, de zes filosofische scholen die bestonden in het oude India. De yogasutras van Patanjali is een van die scholen, een vroeg stadium in de filosofische praktijk van yoga. De yogasutras zijn algemeen aanvaard als basistekst voor de beoefening van yoga.

6.2. De yogasutras van Patanjali, de synthese van de yoga-systemen

Yoga kent verschillende wegen naar hetzelfde doel. De Indiase filosoof Pantanjali, die waarschijnlijk geleefd heeft in de eerste of tweede eeuw voor christus, bewerkte de yoga tot een aaneengesloten systeem. Zijn methode werd later aangeduid met de erenaam raja-yoga of de Koninklijke Weg. Als men over raja-yoga spreekt, doelt men altijd op het systeem van Patanjali. De grote verdienste van Patanjali was dat hij erin slaagde de vier grote yogasystemen in één stelsel onder te brengen. Vooral met het oog op studie is de synthetisering van systemen van onschatbaar belang gebleken.

De yogasutras kunnen beschouwd worden als de synthese van hatha-yoga, jnana-yoga, bhakti-yoga en karma-yoga. Ieder van de wegen afzonderlijk leggen achtereenvolgens meer het accent op lichaamsbeheersing, toewijding en zelfovergave, kennis en onderscheid en belangeloos handelen. Iedere weg past meer of minder bij een bepaald temperament of levensinstelling van de beoefenaar.

Degene die een teruggetrokken leven wil leiden, een sterk godsverlangen heeft en intellectueel doortastend is, zal geneigd zijn tot jnana-yoga. De meer extraverte mens,

die geneigd is tot activiteit zal zich eerder aangetrokken voelen tot de weg van karma-yoga. Het hoeft geen betoog dat, ofschoon er onderscheidingen bestaan, de beoefening van yoga alle disciplines omvat. De weg waar het in het bestek van deze studie over gaat, is de yogasutras van Patanjali en zijn achtvoudige pad van beoefening.

6.3. De universaliteit van het leerstelsel

Yoga is vanuit de oorsprong een leerstelsel, dat in dezelfde mate als de vele andere filosofisch/theologische systemen binnen het hinduïstische gedachtengoed, de weg naar wijsheid en bevrijding toont. Het verschil is dat yoga de nadruk legt op de praktische kant, op het aangeven van de weg en de middelen waarlangs men het doel bereikt.

In de yogafilosofie wordt een onderscheid gemaakt tussen de menselijke natuur en de menselijke cultuur en haar uitingen. Mensen identificeren zich normaliter onherroepelijk met hun etnische achtergrond of nationaliteit. Men vergeet daarmee dat het om eigenschappen gaat die alleen een door de cultuur bepaalde voorkeur is, zoals het dragen van een sari in India en het gebruik van eetstokjes in China. Als gevolg daarvan verliest men het universele inzicht in de menselijke ontwikkeling. Yoga kan, omdat het losstaat van culturele kaders, zich richten op de dieper liggende levensproblemen en de middelen tot menselijke ontplooiing. Wanneer men de basisteksten van de yoga leest, kan men niet ontdekken welke etnische invloed er achter schuilgaat. De yogasutras zeggen iets over de menselijke natuur, zonder dat ze daarbij gebruik maken van culturele of religieuze symbolen die een bepaalde historische achtergond zichtbaar maken.

Als yoga derhalve gezien kan worden als kennis van de menselijke natuur, en men huldigt het standpunt dat kennis, verworven uit een wetenschappelijke en filosofische benadering niet geconditioneerd wordt door louter begrippen als oost en west, dan maakt dat het systeem van yoga, vanuit het oogpunt van universaliteit, geschikt.

6.4. Yoga en christendom

In christelijke, en met name in protestantse kringen, wordt yoga met enige terughoudendheid bekeken door het scherpe contrast tussen het christendom en yoga, dat wordt veroorzaakt door de doctrine van karma [46]. Karma komt van het sanskrit kri hetgeen handeling of werk betekent [47]. Alle handelen is karma. Spreken, luisteren, denken, schrijven, fysiek of mentaal: alles wordt gezien als karma. Technisch gezien betekent het woord ook het effect van handelingen. Elk werk, elke handeling, veroorzaakt een effect. Elke handeling laat een spoor na in het denken. Wat we derhalve zijn op ieder ogenblik, is het totaal van indrukken in het denken.

De mens kan niet niet-handelen. Hij handelt constant. In dat handelen begaat hij gedurende zijn leven fouten. Deze fouten of zonden zijn vanuit een christelijk perspectief overtredingen van goddelijke geboden en verboden. Deze strafbare handelingen zijn des te erger als de zondaar de wetten verbreekt vanuit een verlangen zichzelf tot wet te zijn, of anders gezegd te worden als God. De grootste overtreding die de mens kan begaan. Hindus daarentegen zien het als een groot falen als de mens

weigert te worden als God: "To the Indian sage the only heresy there can be is the heresy of seperateness, from wich stems all the evil of the world" [48].

In het westen komt alle kwaad (lees ook: dood) voort uit hoogmoed en ongehoorzaamheid. Men dient binnen de eindige grenzen van het menselijke bestaan te blijven, dus: afgescheiden. Een ander verschil dat voortkomt uit het eerste, is de wijze waarop de zondaar verlost wordt van zijn zonden. In het christendom wordt de last van de zondaar weggenomen door goddelijk ingrijpen. In het oosten kan karma vermeden worden door de eigen inspanning. De karmische last verdwijnt door eigen handelen.

Maakt dit contrast de beoefening van yoga problematisch voor een christen? Ik denk het niet. De grote waarde van yoga schuilt in haar 'programma', dat het streven van de mens naar vervolmaking van zichzelf bevordert. Verbetering van zichzelf brengt de beoefenaar dichter bij God of, zoals Ignatius van Loyola en Franciscus van Sales zeggen, doet de mens komen tot het besef van de intieme aanwezigheid van God.[4]

[4] Van Knippenberg verwijst in "Dood en religie, een studie naar communicatief zelfonderzoek in het pastoraat" naar de werken van Loyola en Van Sales waarin spirituele oefening de eerste opdracht in het leven is om het bewustzijn van de aanwezigheid van God in de mens te ontwikkelen (p. 26).

Hoofdstuk 7.

OMGAAN MET DE ANGST VOOR DE DOOD

7.1. Angst voor de dood, een existentieel probleem

Een mens leeft zijn hele leven met een verborgen angst voor de dood. Deze angst kan worden aangemerkt als een existentieel probleem. Het is één van de meest evidente waarheden van het leven, dat alles voorbij gaat. Het vergaan van de dingen wordt gevreesd; omgaan met de eindigheid van de dingen behoren niet tot onze levensuitrusting. En toch kunnen we niet om deze werkelijkheid heen.

De angst voor de dood is een zeer invloedrijke negatieve factor in het leven. Het is derhalve van groot belang dat de angst voor de dood niet ontkend wordt. "Death is the primordial source of anxiety and, as such, is the primary fount of psychopathology" [49] zegt Yalom. Alle grote tradities adviseren de mens zich voor te bereiden op de dood. De aanwezigheid van de angst voor de dood is echter een grote hindernis om dit daadwerkelijk in praktijk te brengen.

Eerder is opgemerkt hoe opvallend afwezig het onderwerp in de bestudeerde theologische literatuur is. De psychiater Yalom neemt een zelfs collectieve ontkenning van angst voor de dood waar in het psychotherapeutische veld. Dat wordt onder andere zichtbaar in de weglating van dood in de formele theorieën over angst [50]. Hij stelt vast dat, hoewel angst een centrale rol speelt in de dagelijkse praktijk van de psycho-therapeut, angst voor de dood in de klinische rapporten zo opvallend weggelaten wordt dat hij "een samenzwering van stilte" vermoed.

Hij pleit voor het opnemen van de rol van de dood in de genese van angst. De dood komt in allerlei stadia van het stoffelijke bestaan voor en daarom ontneemt een onbegrepen angst voor de dood de mens niet alleen de kans om rustig te sterven, maar ook de kans om gelukkig te leven.

7.2. Yoga en de angst voor de dood

Anders dan de christelijke godsdienst leert de theorie van de klassieke yoga dat elke angst te herleiden is tot de angst voor de dood. In de filosofische systemen van Indiase oorsprong, en met name in de yogasutras van Patanjali, is de angst voor de dood en het ontstaan ervan fundamenteel voor het leven. Waar komt deze onberedeneerde, niet-bereflecteerde angst vandaan? Ontbreekt het ons aan moed, moeten wij heroïsch zijn om met de waarheid van de dood te kunnen leven? [51] Of ontbreekt het ons aan kennis over de betekenis van het begrip 'bestaan'?

De grote aforist Bhagavan Patanjali verklaart in het tweede hoofdstuk van de yogasutras in sutra 9: "Sarasavāhi viduso'pi tathārūdhobhiniveśah", ofwel "What is naturally flowing even in the minds of scholars and thus well-known is abhiniveśa" [52]. Zijn commentaar op deze korte zinsnede maakt het duidelijk. In elk wezen is er een gevoel dat reeds bestaat vanaf het begin: de abhiniveśa of angst voor verval of de dood. Of mensen nu begiftigd zijn met materieel bezit of kennis, of arm zijn en zonder kennis, ieder is in dezelfde mate met de angst voor de dood behept. Deze angst is het gevolg van gehechtheid aan datgene wat onderhevig is aan verandering,

en dat op enig moment zal ophouden te bestaan. Angst blokkeert de vooruitgang in het leven, naar de realisatie van het Zelf (God).

Bestaan wordt in de westerse joods-christelijke traditie geassocieerd met lichamelijkheid. Zowel het Jodendom als het Christendom definiëren de realiteit van het leven als tijdelijk en historisch bestaan. Door de tradities heen heeft de mens de gewoonte om oneindigheid te zien in het eindige (zoals Iwan Iljitsj), te volharden in de gedachte dat het lichaam, mijn lichaam, nooit zal ophouden te bestaan. Dit is het gevolg van een te sterke identificatie met het lichaam en de objecten van zintuiglijke waarneming. Men valt als het ware samen met alles dat men zich in de feitelijke wereld heeft toegeëigend. De notie die wij koesteren van 'mijn huis', 'mijn reputatie', 'mijn partner', passen in dit beeld. Alle objecten van waarneming zijn samengesteld en derhalve aan verandering onderhevig. Het zichzelf toegeëigende zal de 'bezitter' daarom op enig moment ontvallen.

Deze gedachtengang is ontleend aan de hinduïstische opvatting, dat bestaan niet associeert met het concrete, tijdelijke bestaan. Bestaan heeft voor de hindu een absolute en universele betekenis: "That which is non-existent can never come into being, and that which is can never cease to be. Those who have known the inmost Reality know also the nature of *is* and *is not*" [53].

Het zien van onvergankelijkheid in het vergankelijke, wordt binnen de yoga betiteld als onwetendheid of avidyā.. De wereld verandert voortdurend en is continu in beweging. Alles vergaat. Iedereen ervaart elke dag de desintegratie van objecten die men waarneemt en het uiteenvallen van voorstellingen die men maakt. Toch denkt men, tegen beter weten in, zichzelf ervan te kunnen overtuigen dat de dingen in de wereld eeuwigheidswaarde hebben. De belangrijkste boodschap die de yoga hier geeft is, dat kennis hebben over de werkelijkheid (wat veroorzaakt wat?) de mogelijkheid geeft om op een meer pro-actieve manier om te gaan met wat ons in het leven overkomt. Onwetendheid in deze zin begrepen, is de basis van angst voor de dood.

7.3. De filosofie van de 'afflicties' of het lijden

Patanjali verklaart in het tweede hoofdstuk van de yogasutras in sutra 3: "Avidyā-asmitā-rāga-dvesa-abhiniveśāh kleśāh", ofwel "'The ignorance, the faculty of identification (I-ness), attachment, aversion, and the fear of decay or death are the afflictions" [54].
De filosofie van het ontstaan en de samenhang van de afflicties, vertaald als verdriet en lijden, wordt kort samengevat in deze sutra en is cruciaal in Patanjali's systeem. Het is noodzakelijk om deze filosofie goed te begrijpen omdat het een bevredigend antwoord geeft op de vraag waartoe de beoefening van yoga dient. De filosofie van de afflicties is niet specifiek voor het systeem van Patanjali. In essentie vormt het de basis van alle scholen van Yoga.

In de visie van Patanjali bestaan er vijf afflicties in het denken van ieder mens. De één komt voort uit de ander. Tezamen zijn ze de oorzaak van alle lijden. De eerste en meest basale, is de avidyā of onwetendheid. Hier wordt niet de intellectuele onwetenheid bedoeld. Avidyā ontstaat uit de denkfout dat alles wat vergankelijk is, begrepen wordt als altijddurend. Op basis van deze verdraaiing identificeert het individu zich

met het lichaam. Men denkt 'ik ben het lichaam' en men vergeet als het ware de goddelijke natuur die men in essentie is. Dit is de tweede afflictie die men asmitā noemt of ego(ïsme).

Vanuit de vereenzelviging met het lichaam gaat men relaties aan met de omgeving. Op basis van plezierige ervaringen ontstaat dan hechting aan alles dat aantrekkelijk schijnt, vanuit de aanname dat dát zal bijdragen aan altijddurend geluk. Dit is de derde afflictie die rāga wordt genoemd. Als verwachtingen worden gefrustreerd, ontwikkelt men op basis van negatieve ervaring aversie of dvesa. Dit is de derde afflictie. Aantrekking en afstoting binden ons aan zoveel dingen, dat daarmee ons leven in sterke mate wordt geconditioneerd; hierdoor wordt de ruimte om vrij te handelen, voelen en te denken beperkt.

Aantrekking en afstoting zijn sterk aan elkaar gerelateerd. Beiden zijn een vorm van gehechtheid; de eerste is een positieve gehechtheid en de laatste een negatieve gehechtheid. Bij zowel anorexia als boulimia is men gehecht aan voedsel. De ene vermijdt voedsel en de ander is gericht op het verkrijgen ervan. In beide gevallen denkt men altijd aan eten. Waar het om gaat, is dat in beide gevallen sprake is van gehechtheid. Het is deze sterke gehechtheid, positief of negatief, waar Patanjali de beoefenaar voor waarschuwt. De vijfde en laatste afflictie is gebaseerd op de meest krachtige en ook moeilijkst te overwinnen afflictie: de abhiniveśā, of de angst voor verval of dood. De ontkenning van de fysieke dood en de neiging om tot elke prijs het lichaam te behoeden voor sterven en verval, vindt haar oorsprong in de sterke gehechtheid aan het lichaam.

De abhiniveśā of angst voor de dood, is de grootste obstructie voor vrijheid, voorwaarde voor 'hogere continuïteit' van Zijn volgens Carse. De angst voor de dood is ook de belangrijkste belemmering voor overgave aan God, de noodzakelijke houding om midden in het leven 'blijvende continuïteit' te ervaren, volgens Anderson. De belangrijkste opgave voor de zelftransformatie of 'spirituele dood' van Kramer, is het reduceren van de angst voor de dood.
Hoe kan de angst voor de dood worden verminderd? Het antwoord is tweeledig: door het elimineren van onwetendheid en door beoefening van onthechting.
De beproefde methoden daarvoor zijn meditatie en zelfonderzoek.

7.4. Meditatie en zelfonderzoek

Meditatie en zelfonderzoek zijn oefenmethoden die opgenomen zijn in het achtvoudige pad van yoga. Meditatie is in het achtvoudige proces pas de zesde stap en in de yoga geldt het principe dat de beoefening van elk voorafgaand onderdeel voorwaarde is voor een succesvolle beoefening van de volgende. De vijf fasen die vooraf gaan aan meditatie zijn yama en niyama of restricties en ethische voorschriften, āsana of lichaamshouding, prānāyāma of adembeheersing, pratyāhāra of terugtrekken van de zintuigen.

Men heeft dus een zekere competentie nodig alvorens te kunnen mediteren. Iedereen kent het verschijnsel dat wanneer men de stilte zoekt om introspectief te worden, het denken alle richtingen uitgaat, en juist blijft 'kleven' aan gedachten die men uit alle macht probeert te vermijden. Een eerste vereiste om het denken te concentreren

tijdens de meditatie is kennis[5]. Een tweede vereiste is beheersing van het lichaam om langere tijd in een meditatiehouding te kunnen zitten. Beiden veronderstellen oefening. Daarom kent yoga een aantal voorstadia die zowel het lichaam als de geest voorbereiden op meditatie.[6]

7.5. Kennis en ethische regels/zuivering van het denken

Carse zegt: "Knowledge is not something a thinker can turn on and of at will - knowledge carries the thinker with it. *We cannot believe or act on something we know to be untrue.* If we *know* the ice is to thin to walk on, we will not walk on it as if it is safe. We may be *mistaken*, but if we genuinely take something to be true we do not *believe* we are mistaken. Since knowledge does have this power, the kind of thinking that is tied to objects will cause us to consider ourselves as objects, vulnerable to the same inevitable demise to wich all objects are fated" [55].
Carse wijst hier op de moeilijkheid om juiste kennis te verkrijgen. De kenner is zelf onderdeel van de waarneming, de waarneming is gekleurd. Volgens de yoga zijn we ons er niet van bewust dat hetgeen waargenomen wordt als waar, het effect is van identificatie met de objecten van waarneming. We nemen niet opzettelijk iets dat vergankelijk is waar als ware het eeuwig. Dat gebeurt op basis van onwetendheid.

Om de eerste afflictie, 'het zaadbed' van afflicties, te verminderen, wordt zuiveren van de waarneming geadviseerd. Met zuiveren wordt hier het verminderen van de 'ik-heid' of egoïsme in denken en handelen bedoeld. Dat vraagt om het ontwikkelen van kwaliteiten als mededogen, waarheidsliefde, niet verlangen naar iets wat je niet toebehoort, matiging en het niet ontvangen van giften. Dit wordt in yogatermen het beoefenen van yamas genoemd. Op deze manier oefent men zich om in harmonie te komen met zijn omgeving. Terwijl de yamas vooral gericht zijn op kwaliteiten die het samenspel met de omgeving bevorderen, zijn de niyamas of voorschriften bedoeld om positieve eigenschappen in zichzelf te ontwikkelen. Lichaamshygiëne en letterlijk een schone omgeving, tevredenheid met wat men heeft en niet heeft, soberheid, studie van geschriften en zelfovergave aan het goddelijke behoren hiertoe.

In de mate waarin onwetendheid vermindert, neemt ook de gehechtheid af. Als bijvoorbeeld het inzicht toeneemt dat tevredenheid een ervaring is die niets te maken heeft met externe omstandigheden, zal dat de bereidheid gelukkig te zijn met wat je gegeven is, wetende dat alles verandert, ook toenemen.
De nadruk ligt in de praktijk van de yamas en niyamas niet op de prestatie maar op de juiste intentie. *"Thy concern is with action alone, never with results. Let not the fruit of action be thy motive, nor let thy attachment be for inaction"* [56]. Dit beroemde vers uit de Bhagavad-Gita leert dat de juiste mentale attitude bestaat in het handelen zonder gehecht te zijn aan het resultaat van de handeling.[7] De yamas en niyamas of de morele leer van de yoga worden door Patanjali gegeven als basisregels om dit proces te ondersteunen.

---

[5] Kennis is hier begrepen als zelfkennis. Kennis is binnen de yoga het resultaat van studeren en luisteren, analyseren en onderscheiden, toepassen en realiseren.
[6] Meditatie wordt hier niet alleen verstaan als een oefening die op bepaalde tijden van de dag wordt gepraktiseerd, maar als contemplatief bewustzijn.
[7] Met handelen wordt hier bedoeld: denken, handelen en spreken.

Wat hem hierbij niet voor ogen staat, is de beheersing van het gedrag op basis van morele imperatieven. Het is niet de functie van de sutras om iemands gedrag te kwalificeren als 'goed' of 'slecht'. Patanjali leert, dat als men voor een bepaald gedrag kiest, men ook bepaalde resultaten krijgt. Stelen brengt bijvoorbeeld niet alleen schade toe aan de ander maar ook aan jezelf. Omdat álle handelingen gevolgen hebben, adviseert Patanjali de beoefenaar om te kiezen voor de consequenties van de ethische gevolgen van de yamas en niyamas.

Het doel dat hij daarbij heeft, is heel praktisch. In het tweede hoofdstuk stelt hij in sutra 16: "Heyam Dukhamanāgatam" ofwel "The unappeared sorrows are to be abandoned" [57]. Hij lijkt hier te zeggen: wat geweest is, is geweest. Aan het verleden valt niets meer te veranderen, maar toekomstig lijden kan voorkomen worden door de beslissingen die je nu neemt. Reflectie en zelf-regulering verminderen zo toekomstig lijden.

7.6. Āsana of lichaamshouding

Lichaam en denken hebben een sterke verbondenheid met elkaar. Als het lichaam geagiteerd is, wordt als gevolg daarvan het denken in beweging gebracht. Om goed te kunnen mediteren heeft men een stabiele positie nodig. De beroemde lotuspositie is het meest geliefd bij beoefenaren, maar ook andere houdingen voldoen. Waar het om gaat is dat men geruime tijd met een rechte rug in een bepaalde houding, comfortabel kan zitten. Als men onvoldoende kan concentreren tijdens de meditatie wordt geadviseerd āsanas te beoefenen voor een grotere lichaamsbeheersing.

7.7. Prānāyāma of adembeheersing

"Als de ademhaling zwerft is de geest onrustig, door de beheersing van de ademhaling, verwerft de yogabeoefenaar een kalme geest." (Hatha-Yoga Pradipika[8].)

Na de āsana is de prānāyāma het volgende stadium van beoefening. Hier zal wat meer bij worden stil gestaan omdat ademhaling op het meest elementaire niveau het eerste teken van leven is. De dood komt op het moment dat de adem stopt. Meestal wordt het woord prānā vertaald met levenskracht of vitale energie. De prānā wordt beschouwd als deel van het materiële lichaam maar is zelf niet stoffelijk. Het is een subtiele vorm van energie die in lucht, voedsel, licht en water zit en leven geeft aan alle vormen van materie. Door āsana's en prānāyāma's zal het lichaam meer prānā opnemen en vasthouden, hetgeen grote vitaliteit geeft.

Prānā wordt ook gezien als de de schakel tussen het lichaam en de geest, waarbij lucht het primaire, fysieke medium is. Prānā veroorzaakt op fysiek niveau de ademhaling en op mentaal niveau de beweging in het denken. De regelmaat en diepte van de ademhaling geeft een indicatie over hoe iemand zich voelt. Oppervlakkige, snelle adem wijst vaak op onrust en angst. Diepe, zware ademhaling duidt vaak op

[8] De Hatha-Yoga Pradipika van Svātmārāma is het authentieke geschrift van de hatha-yoga. De hatha-yoga is het systeem van lichaamshoudingen en adembeheersing, dat in het westen het meest bekend is. Hoewel yogahoudingen het lichaam versterken en de lichaamsstelsels bevorderen in hun functies, is de hatha-yoga bedoeld om het lichaam geschikt te maken voor meditatie.

grote fysieke belasting of opwinding. Plotselinge schrik beneemt iemand de adem. Spirituele sereniteit gaat samen met een langzame, rustige, diepe ademhaling.

Woorden die met 'adem' te maken hebben, hebben allerlei betekenissen in de verschillende religeuze tradities. De latijnse term spiritus, het griekse pneuma en het hebreeuwse roeach, allen vertaald als geest, hebben de algemene betekenis van adem. De yogische preoccupatie met adem komt voort uit de ontdekking dat ademhaling niet alleen een indicatie geeft van iemands mentale staat, het determineert ook de staat van denken. De verschillende ademhalingsoefeningen hebben adembeheersing op het oog. Door beheersing van de adem bereikt men de volgende staat van beoefening de pratyāhāra of terugtrekking van de zintuigen naar hun oorspronkelijke plaats. De natuurlijke tendentie van het denken is zich naar buiten te richten via de zintuigen, naar de objecten van waarneming.[9] De analogie die hierbij wordt gegeven is die van een schildpad die, als hij gevaar waarneemt, zijn ledematen intrekt.

7.8. Meditatie en de beheersing van de geest

Als de bewustheid van de buiten- en de binnenwereld verdwijnt, gaat de beoefening vanzelf over in de staat van dhāranā of concentratie. De meditant kan zich nu volledig focussen op het object van meditatie. De geest is nu rustig, zo kalm als de vlam van een kaars in een windstille ruimte. Deze staat van concentratie gaat vanzelf over in dhyāna of contemplatie. Dhyāna culmineert uiteindelijk in samādhi en wordt beschreven als een staat van bewustzijn waar een gevoel van eenheid, geluk en vrede wordt ervaren. In deze staat van meditatie is de angst voor de dood overwonnen. Dit laatste stadium is moeilijk te beschrijven en nog moeilijker te begrijpen als men er nooit is geweest.

Om enigszins een voorstelling te hebben bij de werking van meditatie wordt de metafoor van het water in een meer vaak gebruikt. De geest is als het meer waarvan de oppervlakte gebroken wordt door gedachtengolfjes. Om de bodem van het meer te kunnen zien, moet het wateroppervlak glad en rimpelloos zijn. Naarmate men zich meer heeft bekwaamd in het loslaten van verstorende gedachten aan verleden, heden en toekomst wordt het denken geleidelijk kalmer en transparanter. Tijdens de meditatie zelf is er sprake van een voortdurende observatie van de geest.

Beoefening van de voorstadia maken de geest geleidelijk 'één-puntig'. Dat stelt de beoefenaar in staat zich steeds meer één te voelen met het onderwerp van concentratie, dat overigens, afhankelijk van het doel dat men nastreeft, verschillend kan zijn. Als het denken helder en transparant is, kan men, om bij de metafoor te blijven, door het water de bodem van het meer, het Zelf, waarnemen. Men ervaart dan de aanwezigheid van het goddelijke, de aanwezigheid van het transcendente.

7.9. Verminderen van de angst voor de dood of omgaan met eindigheid

In de meest absolute zin betekent het overkomen van angst voor de dood het opgeven van de gehechtheid aan het lichaam. Dat is een welhaast onmogelijke opgave, die slechts voor de enkeling is weggelegd. Dat zou betekenen dat we, deel uitmakend van de mondaine wereld, gehouden zijn te leven met de angst voor de

[9] Prānāyāma en pratyāhāra beoefent men vooral als men gaat zitten voor meditatie.

dood. In zekere zin is dat ook zo. Een leven zonder angst voor de dood is ondenkbaar, maar een vruchtbare omgang met eindigheid en angst is wel een optie. Angst is altijd angst voor iets. Het heeft een locatie in tijd en ruimte. Het kan worden gelokaliseerd en is daarom ook handelbaar.

Als men, zoals Iwan Iljitsj, volledig geabsorbeerd is in de dingen van alledag, is het bewustzijn afwezig dat men in belangrijke mate auteur is van zijn eigen angsten. Omgaan met de angst voor de dood vraagt om verandering van levensperspectief. Verandering van een 'hebben-modus' naar een 'zijns-modus' van bestaan. Het is wel duidelijk dat men niet zomaar van de ene naar de andere staat van zijn kan overstappen. Er zijn bepaalde onveranderlijke condities die de geestelijke rijping van de mens bevorderen. Dat kan een existentiële schok zijn, waardoor de houding ten opzichte van leven en dood verandert - de zelftransformatie van Iwan Iljitsj, enkele minuten voor zijn sterven, is hiervan een voorbeeld - maar het kan ook een geleidelijke ontwikkeling zijn.

De verandering die zich bij Iljitsj voordoet is extern geïnstigeerd en ontstaat plotseling. Dit soort situaties doen zich vaker voor in gevallen van verhevigde waarneming. Yalom beschrijft gevallen uit zijn praktijk waarbij patiënten getuigden van een radicale verandering in hun leven na een levenscrisis [58]. In het nieuwe levensperspectief speelde angst voor het leven of de dood een significant beperktere rol. Er was minder sprake van interpersoonlijke angsten, minder angst voor afwijzing, groter verlangen om risico's te nemen dan vóór de crisis. Men gaf ook een toegenomen verlangen aan om te leven in het hier en nu, zonder voornemens steeds uit te stellen naar later. Het vermogen om het triviale te trivialiseren en een diepere communicatie met geliefden werd ook aangegeven als gevolg van de crisis. Ook de waardering voor elementaire gebeurtenissen van het leven, zoals de wisseling van de seizoenen, wind, vallende bladeren, kerstmis en dergelijke, werd levendiger. Men ervaarde meer momenten van grote sereniteit en rust.

Uit bovenstaande blijkt dat crises kunnen bijdragen aan herschikking van prioriteiten in het leven en een vermindering van angst. Wordt een dergelijk diepgaande verandering alleen door een existentiële, extern geïnstigeerde schok teweeg gebracht? Het spreekt vanzelf dat een verandering van de levensmodus ook zelfgekozen en opzettelijk kan zijn. In tegenstelling tot de 'instant-ommekeer' die vaak het gevolg is van een grote crisis, is de transformatie als gevolg van de (zelf gekozen) beoefening van yoga een geleidelijk en langdurig proces. (In dat opzicht is yoga misschien niet aantrekkelijk voor de op snel resultaat beluste westerling...)

In het geval van Iwan Iljitsj kwam het inzicht te laat. In ieder geval te laat om nog betekenis te hebben voor zijn leven. Het zou vruchtbaarder zijn geweest als het inzicht dat hem ten laatste daagde, het inzicht was geweest van waaruit hij had geleefd.

Hoofdstuk 8.
NABESCHOUWING

De hedendaagse mens leeft een afgescheiden leven en sterft een afgescheiden dood. Wat daaraan ten grondslag ligt is de angst voor de dood. Deze angst is fundamenteel in het bestaan; andere angsten zijn daarvan een afgeleide. Iedereen kent bijvoorbeeld angst om af te gaan, angst om verlaten te worden, angst voor inkomenverlies, angst om in conflict te komen, enzovoort. Deze angsten worden echter niet herkend als verlies van bestaan, of als bedreiging van de continuïteit van het bestaan. Als gevolg daarvan wordt de noodzaak niet onderkend om de bron van angst bloot te leggen. Angst voor de dood blijft daarmee miskend en onbegrepen.

Alleen de manifeste angst wordt hooguit onderkend, als een tijdelijk, door de omstandigheden veroorzaakt probleem, dat door aanpassing, rationalisering of door afleiding tot een comfortabel niveau kan worden teruggebracht. Het probleem is daarmee echter niet opgelost. De onbegrepen angst voor de dood blijft en is een grote hindernis voor geestelijke rijping en uiteindelijk voor een geïntegreerd leven en sterven. De angst voor de dood is daarmee een universeel probleem. Het betreft de onvervuldheid van de menselijke natuur; het ontneemt de mens het zicht op de voltooiïng van de eigen natuur.

Dé vraag waar de mens in het algemeen en de westerse mens in het bijzonder voor is gesteld, luidt dan ook: "Wat is de mens?" Het antwoord ligt niet voor de hand, maar is ook niet onkenbaar. De westerse, wetenschappelijke wereld heeft zich langdurig met deze vraag beziggehouden. Factoren die het bestaan van de mens conditioneren, zijn en worden vanuit allerlei wetenschappelijke invalshoeken en langs empirische weg onderzocht. Deze manier van onderzoek naar de menselijke natuur heeft de westerse samenleving veel informatie opgeleverd over hoe en in hoeverre de mens door zijn fysiek, genetische aanleg, sociaal milieu, culturele identiteit, zijn onbewuste en bovenal door zijn eigen particuliere geschiedenis wordt bepaald. Dat heeft ons echter niet geleerd hoe de ervaring van tijdelijkheid en de idee van historische bepaaldheid uitwerkt op de mens. En bovenal heeft het niet geleerd hoe de angst en de wanhoop te overkomen die onvermijdelijk volgen op de bewustwording van eindigheid en dood.

Beantwoording van de vraag 'Wat is de mens?' heeft in het Indiase denken op een andere wijze gestalte gekregen. Hierin is de geconditioneerdheid van de mens zelf altijd object van studie geweest. Indiase wijzen hebben altijd nagedacht over en gecontempleerd op de menselijke conditie in termen van de-conditionering, als oplossing voor het menselijk lijden. Het ging hen daarbij om het verwerven van kennis van de structuur van de menselijke conditie (zoals beschreven in paragraaf 7.3.). Het ging daarbij ook om het bereiken van meesterschap in een proces van de-conditionering, vanuit het idee dat kennis voor de onderzoeker pas waarde heeft als het gaat om de verlossing van de mens.

Onthechting als een mogelijkheid om de factoren te beperken die het menselijk bestaan bepalen, is in de westerse cultuur volledig genegeerd. Onthechting heeft altijd de negatieve bijklank van wereldverzaking of wereldvlucht gehad. Misschien dat onthechting als een methode tot het verkrijgen van inzicht daarom in het hedonistische westen nooit bijzonder populair is geworden.

Onthechting zoals bedoeld in de yoga heeft geen morele connotaties, maar kan gezien worden als de logische stap om innerlijke ruimte te creëeren. Niet door louter afstand te doen van plezier en comfort, maar om door middel van zelfreflectie en het aanwenden van het vermogen tot onderscheiden, geleidelijk meer te hechten en opnieuw te hechten aan hogere aspiraties om zo de verloren gegane verbinding te herstellen.

Hier ligt een uitdaging voor de christelijke kerk en in het bijzonder voor christelijke theologen. In deze studie is gepleit voor een religieus perspectief in de omgang met eindigheid en dood. Religie begrepen vanuit haar streven naar heelheid en compleetheid is het domein waar het antwoord op de angst voor de dood gevonden kan worden. De vragen die aan de wieg hebben gestaan van religie houden direct verband met leven en dood en zijn als zodanig nauw verwant aan de vraag wat de mens is. Het primaat voor het 'opvullen' van het eerder genoemde spirituele vacuüm in de westerse wereld ligt op het terrein van de religie. Deze taak wordt vandaag de dag mijns inziens ten onrechte toegeschreven aan de medische wetenschap en aan de psychotherapie. Als de theologie zichzelf ziet als een onderdeel van de cultuur en zij het opsporen van de waarheid omtrent de werkelijkheid ziet als doel, dan ligt er een opdracht voor zowel de kerk als de christelijke theologie. Maar dat vraagt nieuwe ontvankelijkheid en moed om buiten de geëigende referentiekaders te treden.

De christelijke kerk kan in de westerse samenleving een sleutelpositie hebben als het gaat om het creëeren van nieuwe verbanden tussen traditie en toekomst. Zoals dat voor elke organisatie geldt, is het de opdracht van een kerk *in* de wereld om te onderzoeken wat er in haar omgeving gebeurt, om te beoordelen waar haar uitdagingen en kansen liggen. De christelijke kerk is na het tweede Vaticaanse Concilie - ondanks het nieuwe elan en de geest van vernieuwing die er heerste - meer en meer opgesloten geraakt in zichzelf, gericht op behoud en geconditioneerd door het verleden. De kerk zou als roerganger en visionair, in het belang van haar leden en (nog) niet leden, meer in moeten spelen op de problemen van een veranderende cultuur.
Het verlangen van de mens om zich te verhouden met zijn eindigheid en zijn dood is door de eeuwen niet veranderd. Onder het beperkte zicht en de veelheid van verlangens die de hedendaagse mens motiveren, gaat nog altijd het fundamentele verlangen schuil dat iedereen heeft maar dat bijna nooit wordt vervuld: het verlangen om uit eigen ervaring de betekenis van het bestaan en het geluk te ontdekken.
Dit basisverlangen heeft aansporing en bemoediging nodig om gestalte te krijgen in een geïnspireerde levenshouding.

Dat vraagt om een eigentijdse benadering. De yoga neemt de autonomie van de mens ernstig. Het biedt de geïndividualiseerde westerse mens een filosofie en technieken waarmee men het eigen lot ter hand kan nemen. De geïndividualiseerde mens wil niet alleen acteur zijn in het leven, hij wil er ook de regisseur van zijn. Dat veronderstelt een zich openstellen om te leren. Men moet als het ware bekwaam worden in het 'religieus zijn'. De leer van de yoga biedt daarbij niet alleen de kennis en de methoden: ze maakt de mens zelf verantwoordelijk voor zijn succes en zijn oponthouden.

Als zelfkennis en zelfregulering het toekomstig lijden vermindert, zou de kennis en methoden van yoga een bron van inspiratie kunnen zijn en zelfs als pastoraal

instrument kunnen dienen om de mens te helpen zijn leven te problematiseren, om de weg van het leven te verkennen.

Jans opent zijn artikel over een moraaltheologie van het sterven met de woorden: "Een kenmerk van religieuze mensen is dat ze niet snel tevreden zijn met éénvoudige antwoorden op grote vragen" [59]. Ik zou mij bij deze zin, als afsluiting van deze studie, willen aansluiten. Misschien past het predikaat 'religieuze mens' mij niet in de uitgebreide betekenis van het begrip, maar dan toch in de betekenis van zoeker naar verbanden en relaties. De uiteindelijke antwoorden op de vragen rondom het thema leven en dood, gaan in laatste instantie het voorstellingsvermogen te boven. Men kan alleen, gefascineerd door het onderwerp, zoeken naar betekenissen en zoeken naar relatie en verlangen naar het uiteindelijke inzicht.

***

EINDNOTEN

[1] Jager, Dr. H. de, Mok, Dr. A.L., *Grondbeginselen der sociologie, Gezichtspunten en begrippen.*
H.E. Stenfert Kroese b.v., Leiden, zesde herziene druk, 1974, p. 171.

[2] Knippenberg, M.P.J. van, *Dood en religie, een studie naar communicatief zelfonderzoek in het pastoraat.*
Uitgeverij Kok, Kampen, 1987, p. 28.

[3] Illich, I., *Het medisch bedrijf - een bedreiging voor de gezondheid?*
Het Wereldvenster, Baarn, onbekende druk, 1975, titelpagina.

[4] ibid., p. 107.

[5] Kutscher, A.H. in het voorwoord van *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality*, door J.P.Carse, John Wiley & Sons, Inc., New York, 1980, p. xiii en p. xiv.

[6] Tolstoj, L.N., *De dood van Iwan Iljitsj.*
Opgenomen in *Verzamelde Werken, Verhalen en Novellen* als onderdeel van de Russische Bibliotheek, vertaald door W. Huisman, Uitgeverij G.A. van Oorschot, Amsterdam, derde druk, 1989, p. 619-674.

[7] ibid., p. 619.

[8] ibid., p. 620.

[9] ibid., p. 627.

[10] ibid., p. 627/628.

[11] ibid., p. 628.

[12] ibid., p. 629.

[13] ibid., p. 631.

[14] ibid., p. 632/633.

[15] ibid., p. 640.

[16] ibid., p. 641.

[17] ibid., p. 646.

[18] ibid., p. 648.

[19] ibid., p. 650.

[20] ibid., p. 652.

[21] ibid., p. 665.

[22] ibid., p. 666.

[23] ibid., p. 669.

[24] ibid., p. 671.

[25] ibid., p. 673.

[26] ibid., p. 674.

[27] Carse, J.P., *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality.*
John Wiley & Sons, Inc., New York, 1980.

[28] Kramer, K.P., *The Sacred Art of Dying; How World Religions Understand Death.*
Paulist Press, New York/Mahwah, 1988.

[29] Anderson, R.S., *Theology, Death and Dying.*
Basil Blackwell, Oxford/New York, 1986.

[30] Jüngel, E., *Death: The Riddle and the Mystery* (Westminster Press, Philadelphia, 1974, voorwoord), geciteerd door Anderson, p. 3.

[31] Carse, J.P., *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality,* p. 4.

[32] ibid., p. 5.

[33] Kramer, K.P., *The Sacred Art of Dying; How World Religions Understand Death,* p. 14.

[34] ibid., p. 18.
[35] Anderson, R.S., *Theology, Death and Dying*, p. 27.
[36] ibid., p. 45.
[37] Kramer, K.P., *The Sacred Art of Dying; How World Religions Understand Death*, p. 23.
[38] Muller, Dr. F. en Renkema Dr. E.H., *Beknopt Latijns - Nederlands woordenboek.* Wolters-Noordhoff BV, Groningen, twaalfde druk (zevende oplage), 1982, p. 522.
[39] Ven, J.A. van der, en Ziebertz, H.-G., *Religiöser Pluralismus und Interreligiöses Lernen.*
J.H. Kok Publishing House/Deutscher Studien Verlag, 1994, p. 16.
[40] ibid., p. 17.
[41] Roebben, Dr. B., 'Religieuze communicatie in een moderne cultuur; Een bedachtzaam pleidooi voor religieuze jongvolwassenenvorming'.
Overdruk uit *Collationes*, 32, 2002, p. 152-154.
[42] Knippenberg, M.P.J. van, *Dood en religie, een studie naar communicatief zelfonderzoek in het pastoraat*, p. 24-40.
[43] ibid., p. 27. Van Knippenberg verwijst naar Delumeau, 1983, p. 627.
[44] ibid., p. 40.
[45] ibid., p. 41.
[46] hetgeen in deze paragraaf aan de orde komt is voor een deel ontleend aan Carse, J.P., *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality*, p. 125.
[47] Swami Vivekananda, *The Complete Works of Swami Vivekananda, Volume 1.* Advaita Ashrama, Calcutta, tweede druk, 1989, p. 27.
[48] Feuerstein, G. en Miller, J., *Yoga and Beyond: Essays in Indian Philosophy.* New York, 1972, p. 13.
[49] Yalom, I.D., *Existential Psychotherapy.*
Basic Books Inc. Publishers, New York, 1980.
[50] ibid., p. 59.
[51] vrij naar Sam Keen in gesprek met Ernest Becker in E. Becker, *De ontkenning van de dood; de ingeboren vrees voor leven en dood als drijfveer van het menselijk handelen.* Amboboeken, Baarn, 1973, p. 9 e.v.
[52] Svāmi Sadānanda Sarasvati, *Yogānuśāsanam, the Yogasutrā of Patanjali.* Luminary Publication, Haarlem, 1976, p. 107.
[53] Swami Prabhavananda, *The Song of God: Bhagavad-Gita.* New York, 1951, p. 36.
[54] Svāmi Sadānanda Sarasvati, *Yogānuśāsanam, the Yogasutrā of Patanjali*, p. 99.
[55] Carse, J.P., *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality*, p. 125.
[56] Sastri, A.M. (vertaling), *The Bhagavad-Gita; with the commentary of Sri Sankaracharya.*
V. Ramaswamy Sastrulu & Sons, Madras, zesde druk, 1972, p. 63.
[57] Svāmi Sadānanda Sarasvati, *Yogānuśāsanam, the Yogasutrā of Patanjali*, p. 116.
[58] Yalom, I.D., *Existential Psychotherapy*, p. 35.
[59] Jans, Dr. J., 'Tussen leven en dood; Contouren van een moraaltheologie van het sterven'. *Over Leven; leven en overleven in lagen*, Damon, Budel, 2002, p. 156.

BIBLIOGRAFIE

Anderson, R.S., *Theology, Death and Dying.* Basil Blackwell, Oxford/New York, 1986.
Ariès, P., *Met het oog op de dood; westerse opvattingen over de dood, van de middeleeuwen tot heden.* Wetenschappelijke Uitgeverij b.v., Amsterdam, 1975.
Bal, Dr. B.H., *Plato.* N.V. Drukkerij de Spaarnestad, Haarlem, 1953.
Beck, H. en Nauta, R. (redactie), *Over Leiden; Dynamiek en structuur van het religieus leiderschap.* Syntax Publishers, Tilburg, 1999.
Becker, E., *De ontkenning van de dood; de ingeboren vrees voor leven en dood als drijfveer van het menselijk handelen.* Amboboeken, Baarn, 1973.
Berg, J.H. van den, *Medische macht en medische ethiek.* Callenbach, Nijkerk, 1973.
Bloom, A., *De gedachteloze generatie.* Uitgeverij Het Spectrum BV, Utrecht, 1988.
Camus, A., *De pest.* Vertaald door W. Corsari, De Bezige Bij, Amsterdam, 1947.
Carse, J.P., *Death and Existence; A conceptual History of Human Mortality.* John Wiley & Sons Inc., New York, 1980.
Conley, H.N., *Living & dying gracefully.* Paulist Press, New York, 1979.
Davis, S.T., *Death and Afterlife.* The MacMillan Press Ltd., London, 1989.
Eliade, M., *Yoga; Immortality and Freedom.* Vertaling uit het Frans door W.R. Trask, Princeton University Press, Princeton, New Jersey, 1969.
Ferry, L., *De god-mens of de zin van het leven.* Uitgeverij Ambo, Amsterdam, 1998.
Feuerstein, G. en Miller, J., *Yoga and Beyond: Essays in Indian Philosophy.* New York, 1972.
Hammarskjöld, D., *Merkstenen.* Uitgeverij Kok, Kampen, 2000.
Harper jr., G.L., *Living with dying; finding meaning in chronic illness.* Grand Rapids, Michigan, 1992.
Heijst, Dr. A. van, *Typen van ethische argumentatie.* Hand-out bij de cursus 'Ethische vragen in de persoonlijke levenssfeer', Theologische Faculteit Tilburg, 1e semester 1998/1999.
Hick, J., *Death and Eternal Life.* Collins, London, 1976.
Hiriyanna, M., *The Essentials of Indian Philosophy.* Mandala Books/Unwin Paperbacks, London, 1948.
Illich, I., *Het medisch bedrijf - een bedreiging voor de gezondheid?* Het Wereldvenster, Baarn, 1975.
Jager, Dr. H. de, en Mok, Dr. A.L., *Grondbeginselen der sociologie, Gezichtspunten en begrippen.* H.E. Stenfert Kroese b.v., Leiden, 1974.
Jans, Dr. J., 'Tussen leven en dood; Contouren van een moraaltheologie van het sterven'. *Over Leven; leven en overleven in lagen*, Damon, Budel, 2002.
Janssens, M.J.P.A., *Palliative care; Concepts and ethics.* Proefschrift Katholieke Universiteit Nijmegen, Nijmegen University Press, Nijmegen, 2001.
Jong, Dr. O.J. de, *Geschiedenis der kerk.* Uitgeverij G.F. Callenbach BV, Nijkerk, 1992.
Jonker, E., 'De ziel onderwijst, het zelf leert; Interview met Tjeu van Knippenberg over leren'. *Tijdschrift Practische Theologie*, 2, 1999.
Jonkers, Prof. dr. P.H.A.I. (hoofdredactie), *Geschiedenis van de wijsbegeerte.* Cursusboek Open Theologisch Onderwijs, cursusdeel 2, Uitgeversmaatschappij J.H. Kok, Kampen, 1991.
Kant, I., *Kleine werken; geschriften uit de periode 1784 tot 1795.* Ingeleid, vertaald en geannoteerd door B. Delfgaauw en met een Ten Geleide van J.M.M. de Valk en J. De Visscher, Uitgeverij Agora, Kampen, 2000.
Kant, I., *The conflict of the faculties.* Vertaling door M.J. Gregor, University of Nebraska Press, Lincoln, 1985.

Knippenberg, M.P.J. van, *De dood als levenspartner; handleiding voor het gesprek in een groep.* Uitgeverij Kok, Kampen, 1988.
Knippenberg, M.P.J. van, *Dood en religie, een studie naar communicatief zelfonderzoek in het pastoraat.* Uitgeverij Kok, Kampen, 1987.
Kramer, K.P., *The Sacred Art of Dying; How World Religions Understand Death.* Paulist Press, New York/Mahwah, 1988.
Kübler-Ross, E., *Dood; Het laatste stadium van innerlijke groei.* Uitgeverij Ambo b.v., Baarn, 1975.
Kübler-Ross, E., *Wat kunnen wij nog doen? Vragen en antwoorden bij Lessen voor levenden.* Uitgeverij Ambo b.v., Baarn, 1974.
Leget, C., 'Ruimte om te sterven; Op zoek naar een nieuwe 'ars moriendi". *Tijdschrift voor Theologie*, 4, 2000.
Mul, J. de, 'De domesticatie van het noodlot'. P. van Tongeren (redactie), *Het lot in eigen hand; reflecties op de betekenis van het (nood)lot in onze cultuur.* Uitgeverij Gooi en Sticht, Baarn, 1994.
Nataraja Guru (vertaling uit Sanskrit), Nitya Chaitanya Yati (commentaar), *The Bhagavad Gita.* Vikas Publishing House PVT Ltd., New Delhi, 1981.
Nauta, Prof. dr. R., *Ik geloof het wel; Godsdienstpsychologische studies over mens en religie.* Van Gorcum, Assen, 1995.
Negenman, J., *De wording van het woord; over ontstaan en verstaan van de bijbel.* Uitgeverij Kok, Kampen, 1986.
Nugteren, A., *God as an alternative?; the meditative process of I'svarapraòni dhāna in the Yogasūtras of Pantanjali and the commentaries on them.* Proefschrift Rijksuniversiteit Utrecht, Utrecht,1991.
Obayashi, H., *Death and afterlife; perspectives of world religions.* Greenwood, New York, 1992.
Praag, Prof. H., Lamoen, Drs. G.J. van, Orshoven, Drs. J. van (redactie), *Prana; tijdschrift voor geestelijke verruiming en randgebieden der wetenschappen*, 40, 1985.
Radhakrishnan, S. (commentaar en vertaling), *The Bhagavadgītā.* George Allen & Unwin Ltd., London, 1976.
Ranade, E. (red.), *Swami Vivekananda's Rousing call to Hindu Nation.* Centenary Publication/Vasant Bhat, Calcutta, 1963.
Roebben, B., *Een tijd van opvoeden; Moraalpedagogiek in christelijk perspectief.* Uitgeverij Acco, Leuven, 1995.
Roebben, Dr. B., 'Jongeren met veel mogelijkheden maar weinig speelruimte; initiatie in een wazige samenleving'. Lombaerts, H. en Boeve, L. (redactie), *Traditie en initiatie; Perspectieven voor de toekomst.* Acco, Leuven, 1996.
Roebben, Dr. B., 'Religieuze communicatie in een moderne cultuur; Een bedachtzaam pleidooi voor religieuze jongvolwassenenvorming'. Overdruk uit *Collationes,* 32, 2002.
Wilfred, F., 'Ter inleiding - De kunst van het omgaan met grenzen'. *Concilium*, 2, 1999.
Sachdeva, Prof. I.P., *Yoga and Depth Psychology.* Motilal Banarsidass, Delhi, 1978.
Sastri, A.M. (vertaling), *The Bhagavad-Gita; with the commentary of Sri Sankaracharya.* V. Ramaswamy Sastrulu & Sons, Madras, 1972.
Schillebeeckx, E., *Theologisch testament; Notarieel nog niet verleden.* Uitgeverij H. Nelissen, Baarn, 1995.
Schmitt, K.R., *Death and after-life in the theologies of Karl Barth and John Hick; a comparative study.* Rodopi, Amsterdam, 1985.

Sinh, P. (vertaling), *The Hatha Yoga Pradipika.* Oriental Books Reprint Corporation, New Delhi, 1980.
Speelman, Drs. G.M. (eindredactie), *Om de heelheid van het bestaan.* Uitgeverij Kok, Kampen, 1989.
Sporken, P., *Heb jij aanvaard dat ik sterven moet; stervenden en hun helpers.* Ambo, Baarn, 1981.
Störig, H.-J., *Geschiedenis van de filosofie*, deel 1. Uitgeverij Het Spectrum BV, Utrecht, 1986.
Svāmi Sadānanda Sarasvati, *Yogānuśāsanam, the Yogasutrā of Patanjali.* Luminary Publication, Haarlem, 1976.
Svāmi Yatiswarananda, *Reflections on Hinduism.* Bharat Sevashram Sangha, Calcutta, 1969.
Swāmī Gambhīrānanda (vertaling), *Eight Upanisads, volume one; with the Commentary of Sankarācārya.* Advaita Ashrama, Calcutta, 1989.
Swamī Krishnānanda, *The philosophy of the Bhagavadgītā.* The Divine Life Trust Society, Delhi, 1980.
Swami Prabhavananda, *The Song of God: Bhagavad-Gita.* New York, 1951.
Swami Ranganathananda, *Eternal values for a changing society, volume 1.* Bharatiya Vidya Bhavan, Bombay, 1987.
Swami Ranganathananda, *The Message of the Upanisads; an exposition of the Upanisads in the light of modern thought and modern needs.* Bharatiya Vidya Bhavan, Bombay, 1987.
Swami Vivekananda, *Karma-Yoga.* Advaita Ashrama, Calcutta, 1970.
Swami Vivekananda, *The Complete Works of Swami Vivekananda, Volume 1.* Advaita Ashrama, Calcutta, 1989.
Tolstoj, L.N., *De dood van Iwan Iljitsj.* Opgenomen in *Verzamelde Werken, Verhalen en Novellen* als onderdeel van de Russische Bibliotheek, vertaald door W. Huisman, Uitgeverij G.A. van Oorschot, Amsterdam, 1989.
Ven, J.A. van der, en Ziebertz, H.-G., *Religiöser Pluralismus und Interreligiöses Lernen.* J.H. Kok Publishing House/Deutscher Studien Verlag, 1994.
Walton, D.N., *Death and dying in medicine.* Reidel, Dordrecht, 1984.
Yalom, I.D., *Existential Psychotherapy.* Basic Books Inc. Publishers, New York, 1980.

Bibliotheek K. U. Brabant
17 000 01728733 6