

**KLAAS-JAN POS**

PSYCHIATER

LEED

HEEFT  
NIET HET  
LAATSTE  
WOORD

ZONDER LIJDEN  
GEEN GELUK



AnkhHermes  
GROEIEN IN BEWUSTZIJN  
••••••••  
[www.ankhhermes.nl](http://www.ankhhermes.nl)

Uitgeverij AnkhHermes is pionier op het gebied van bewustwording,  
spiritualiteit, gezondheid en nieuwe wetenschap.

# Het lege boek

Zo'n vijf jaar geleden deed ik mee aan een geleide meditatie. In de meditatie leidde de leraar me naar mijn zogenaamde innerlijke huis: ik mocht kennismaken met het innerlijke thuis dat het leven en mijn persoonlijke geschiedenis me tot dusverre hadden opgeleverd.

Te voet ging ik op weg, van de drukte van alledag naar de rust van het omliggende land. Na enige tijd zag ik in de verte een vrijstaand houten huis, landelijk gelegen. Het was niet al te groot. Aan de lange zijde die ik tegemoet liep had het een overdekte veranda. De deur, iets rechts van het midden, stond open. Ik liep naar binnen, een smalle gang in. Foto's van mijn beide opa's en oma's aan de muur. Rechts was een doorgang naar een knus keukentje, links een doorgang naar de woonkamer. Aan het einde van de gang was een deur naar een klein kamertje met veel ramen, dat uitzicht bood op een stuk braakliggend land: een deel van mijn leven dat nog maar weinig aandacht had gehad.

Via een ladder aan de buitenzijde aan een van de kopse kanten van het huis kwam ik op de eerste etage. Ik zag een grote ruimte met schuine wanden tot de nok van het dak. De ruimte was praktisch in tweeën gedeeld door twee korte muren dwars op de lengterichting. Er ontstond zo een smalle opening van de ene naar de andere ruimte. Aan de tegenoverliggende kop-

se kant bevond zich een hoog smal raam, met glas in lood, waardoorheen van boven naar beneden zonlicht naar binnen scheen. In het voorste gedeelte van de ruimte, de slaapkamer van mijn kinderen, zag ik aan weerszijden twee matrassen op de grond, her en der wat kasten, spullen, speelgoed. Ik liep door naar het achterste gedeelte, de slaapkamer van mijn vrouw en mij. Aan de rechterkant op de grond lag een tweepersonsmatras. Links stond een nachtkastje. De leraar nodigde me in de meditatie uit het kastje te openen. Ik deed wat me werd gevraagd en keek in het kastje. Er lag een boek in. Ik nam het eruit en raakte zeer verwonderd. De pagina's van het boek waren leeg, op de voorkant al wel een titel: *Lijden*.

De meditatie liep ten einde. Ik legde het boek terug in het nachtkastje, ging de ladder weer af en van een afstandje nam ik het huis nog eens goed in me op. Daarna draaide ik me om en liep weer terug, naar de drukte van alledag. En ik opende mijn ogen weer.

Na afloop van de meditatie bleef de verwondering over wat die me had getoond over mijn innerlijke huis. Het was een bijzondere ervaring. En dat boek, tja. Ik had altijd al het verlangen gehad nog eens een boek over dit onderwerp te schrijven. Maar was ik daar wel toe in staat? Die onzekerheid had me er tot nog toe van weerhouden om eraan te beginnen. Ik interpreteerde de meditatie als een aanmoediging om van mijn verlangen om dat boek te schrijven werk te maken. Blijkbaar was er iets in mij dat zich door die onzekerheid helemaal niet wilde laten tegenhouden. Zoveel had de meditatie me wel duidelijk gemaakt.

Nu, vijf jaar later, zijn de pagina's gevuld. Het is

mijn wens dat de inhoud van het boek jou, als lezer, mag helpen op je weg in het leven, in het bijzonder wanneer die je leidt op donkere wegen vol met kuilen en keien. Je zult ontdekken dat we ook op die wegen niet zo hulpeloos zijn als we soms menen.

# Inhoud

## **Voorwoord door Hein Stufkens 11**

## **Inleiding 17**

*Lijden duiden* 21

*Wetenschap levert ons geen verhaal* 22

*In mij: de Jonge Zoon en de Oude Blinde Vrouw* 25

*Waaruit ik put* 27

*Vaardigheden om betekenisvol met lijden om te gaan* 29

## **DEEL 1 – Mens zijn en het Grote Lijden**

### **HOOFDSTUK 1 Mens zijn is leven met paradoxen 35**

*Tot leven komen op het grasveld* 36

*Het thema goed en kwaad* 37

*De thema's zonder oordeel* 39

*Ons verstand tegenover onze beleving* 41

*De paradoxen van dichterbij bekeken* 42

*Deelhebben aan onsterfelijkheid* 44

*Een psychotherapie gebaseerd op een paradox* 47

*Noodzakelijke spanning* 49

*Terug naar het thema goed en kwaad* 50

*De relatie van de paradoxen met lijden* 51

### **HOOFDSTUK 2 Het ego 54**

*Ziel, ego, vorm en ons bewuste ik* 57

*Het verhaal van Ivan* 59

*De geboorte en ontwikkeling van ons ego* 61

*Ingewikkelde vragen* 64  
*Een leven geleid door het ego: Ivan* 67  
*De juiste verhouding tussen het ego en de ziel* 68

### **HOOFDSTUK 3 De ziel 70**

*Twee bijzondere mensen* 71  
*Liefde* 74  
*Zelfliefde: van groot belang* 76  
*De dans van ziel en ego* 78  
*De werkzaamheid van de ziel en Ivans sterven* 80  
*De ziel in de vorm* 82

### **HOOFDSTUK 4 Het Grote Lijden 86**

*Door leed overvallen* 87  
*Pijn en lijden* 89  
*Het vastgelopen leven van Martijn* 92  
*Ondraaglijke spanning* 94  
*Betekenis van lijden* 96  
*Ons levensverhaal* 97

## **DEEL 2 – Vaardigheden op de weg van het lijden**

### **HOOFDSTUK 5 Acceptatie – blijven ademen 103**

*Verzet* 104  
*Een nieuwe paradox: verzet en berusting* 107  
*We zijn niet onze omstandigheden* 110  
*Ruimte voor onderzoek* 113  
*Commitment aan jezelf* 115

### **HOOFDSTUK 6 Rouwen – je levensverhaal herschrijven 119**

*Rouw is een proces* 120  
*Een levensverhaal leeft* 121  
*Het levensverhaal van Anouk* 122

Rouw vraagt, vroeg of laat, om aandacht 124  
Het onderzoeken van je levensverhaal 126  
Emoties en je lijf 127  
Emoties en je gedachten 129  
Valkuilen 130  
Schrijver worden van je eigen levensverhaal 133  
Betekenis geven 135  
Loslaten (en meenemen) 137

## **HOOFDSTUK 7 Vreugde – een open levenshouding 139**

Activiteit van de ziel 141  
Vreugde binnen de psychiatrie ontbreekt 142  
Vreugde en rouw vragen om dezelfde open houding 143  
Ontroering 145  
Een gezamenlijke bron 146

## **HOOFDSTUK 8 Compassie – samen optrekken 149**

Onze ambivalentie over het lijden van een ander 151  
Compassie is medelijden in actie 155  
De vaardigheden van compassie 157  
Verschillende intenties 158  
Ja zeggen tegen het leven 161

## **HOOFDSTUK 9 Vallen en weer opstaan 163**

Een persoonlijk relaas 163  
Jouw plek in dit boek 165  
Ieders lijden is uniek én universeel 167  
Nog een keer: de Jonge Zoon en de Oude Blinde Vrouw 168  
Een nieuw verhaal 171  
Het grasveld. Maar dan anders 172

## **Dankwoord 175**



# Voorwoord

*There is a crack in everything  
that's how the light comes in.*

Leonard Cohen

Een leerling zei tegen zijn leraar: ‘U spreekt alsmaar over het lijden, maar ik heb het geluk dat ik het lijden in mijn leven niet ken.’ Waarop de leraar reageerde met: ‘Als u het lijden niet kent, dan bent u een beklagenswaardig mens.’

Dat gebeurde vijfendertig jaar geleden, in een meditatiegroep waar ik deel van uitmaakte. Maar de reactie van die leraar is mij sindsdien altijd bijgebleven. En in het boek van Klaas-Jan Pos dat u nu in handen heeft, herken ik veel van de weg die ik met die paradoxale uitspraak ben gegaan. Paradoxaal, omdat wij toch geneigd zijn om juist iemand beklagenswaardig te vinden die het lijden wél op zijn weg tegenkomt.

Welnu, de ervaren psychiater Klaas-Jan Pos – die met dit debuut ook een getalenteerd auteur blijkt te zijn – laat zijn lezers zien hoe belangrijk het is om te leren omgaan met lijden. En dat je inderdaad beklagenswaardig bent als je je ogen voor het lijden sluit en het in je leven niet toelaat. Hij illustreert dat met tal van voorbeelden uit zijn praktijk, uit de literatuur en uit zijn eigen leven. Zo brengt hij je als lezer tot het besef

dat het lijden geen vijand is. Het is een aspect van het leven, dat we moeten leren omarmen in plaats van het te verdringen.

Dat begint met te accepteren dat lijden bestaat. De eerste vrucht daarvan is verrassend genoeg dat we ons daarmee ook openen voor de vreugde in ons leven. Het lijden en de vreugde blijken niet los verkrijgbaar: *‘Wanneer we ervoor kiezen het lijden de rug toe te keren, keren we ook de vreugde de rug toe. We kunnen ons nu eenmaal niet selectief afsluiten van een deel van onze belevingen.’*

De auteur vergelijkt onze verhouding tot het leven met een liefdesverbond tussen twee mensen.

*‘Is het mogelijk die belangrijke ander op de moeilijke of ergerlijke momenten de rug toe te keren om hem of haar op de mooie momenten weer in de armen te sluiten? Is het niet eerder zo dat we elkaar beloven juist ook op die moeilijke momenten er voor elkaar te zijn? Zouden we de liefde in al haar gelaagdheid en diepte leren kennen als we niet juist ook op die moeilijke of eenzame momenten ten volle proberen aanwezig te blijven?’*

*En zouden we dan het leven ook niet zo kunnen leren zien: als een partner van wie we houden en met wie het vaak goed toeven is, maar aan wie we ook regelmatig pijn oplopen. Het is misschien juist onze uitdaging om ons verbond met het leven goed te houden en die partner ook in onze armen te sluiten als die ons moeilijke momenten bezorgt. Als we daartoe bereid zijn, dan hoort de acceptatie van het lijden daar onlosmakelijk bij.’*

De acceptatie van het lijden hoort bij ons verbond met het leven. En het brengt ons behalve de reeds genoemde vrucht van de vreugde ook nog vele andere – in eerste instantie vaak verborgen – geschenken. Geen duisternis zonder licht, geen kwaad zonder goed, geen crisis

die niet tevens een kans is. Of, zoals Leonard Cohen zong: 'In alles zit een barst; zo komt het licht naar binnen.'

Een van de verborgen geschenken van het lijden is dat het ons ego zijn plaats wijst, ons ego dat denkt het leven naar zijn hand te kunnen zetten. Het brengt, zoals de auteur dat zo poëtisch verwoordt, de dans op gang van ziel en ego, waarbij het ego overgave mag leren en zich gaandeweg meer mag laten leiden door de ziel.

Het lijden leert ons ook compassie met onszelf en, naarmate we gaan beseffen dat we niet de enigen zijn die lijden, ook compassie met de ander. Of, met de woorden van Klaas-Jan: *'Ieders lijden is uniek én universeel.'* We hebben allemaal te dealen met het lijden in ons eigen leven, maar we zitten ook met alle levende wezens samen in het schuitje van de vergankelijkheid. We zijn met elkaar verbonden in het onvermijdelijke van verlies, ziekte en dood.

Met zulke inzichten sluit de auteur zich aan bij de grote religieuze en filosofische tradities van de mensheid: van Boeddha tot Schopenhauer, en van Jezus van Nazareth tot Victor Frankl.

Zo is dit boek dus een prachtige en praktische gids bij het omgaan met de grote vragen rond het lijden in ons eigen leven. Maar het is méér dan dat. Het is ook een boek met een onverholen kritiek op onze hedendaagse westerse samenleving, waarin de kunst van het omgaan met lijden niet meer wordt verstaan en onderwezen. Integendeel, de heersende cultuur zegt ons dat het lijden er eigenlijk niet zou moeten zijn, en dat we het

uit moeten bannen. Misschien is de verontwaardiging over die moderne levenshouding wel de brandstof geworden voor dit boek.

Omdat ik Klaas-Jan Pos regelmatig ontmoet in een professionele setting, was ik er getuige van hoe hij enkele jaren geleden, in het najaar van 2013, geraakt was door een artikel in het dagblad *Trouw* dat ging over de hulp bij zelfdoding die was verleend aan een blinde vrouw. En niet lang daarna door een tv-programma waarin een woordvoester van de Levensindekliniek betoogde dat we over alles in ons leven de regie hebben, dus dat we ook de regie moeten krijgen over ons levens-einde.

*Klaas-Jan: 'Is dat zo? Hebben we over alles de regie in ons eigen leven, vroeg ik me af? Het bleek het begin van een hele rits aan artikelen, interviews en opinies over hulp bij zelfdoding in vooral Trouw en NRC. De ene casus buitelde over de andere. Allemaal leken ze te scheren langs wat we als maatschappij als uiterste grens hadden gedacht, of die grens te overschrijden.'*

En in dit boek reflecteert de auteur dan als volgt op wat hem, zowel als privépersoon als in zijn hoedanigheid van psychiater, zo raakte in deze discussie:

*'Mijn verontwaardiging over dit alles steeg tot grote hoogte, tot mijn eigen niet geringe verbazing. Waarom trek ik me dit zo persoonlijk aan en voel ik me zo aangesproken door de discussie? Vanwege mijn eigen beroepsmatige ervaringen met mensen die intens lijden en die juist zo hangen aan het leven? Die zozeer wensen dat hun leven, hier en nu, mag verbeteren en die daar in alle wanhoop hun uiterste best voor doen? Of is het omdat ik me realiseer dat wanneer we onze omgang met de dood veranderen, dit ook gevolgen heeft voor de manier waarop wij omgaan met het leven? En dat daardoor onze maatschappij en dus die van mijn kinderen zich ontwikkelt in een richting*

*waar ik me zorgen over maak? Dat laatste maakt in elk geval dat het mij ook aangaat en dat ik erbij betrokken ben, of ik nu wil of niet.'*

Dat geldt voor ons allemaal. Of we willen of niet, we zijn allemaal betrokken bij de vraag hoe om te gaan met het lijden. We zijn allemaal betrokken bij de uiterst actuele thematiek van dit boek. Ik ben bijzonder blij met de verontwaardiging die tot dit boek leidde. Want Klaas-Jan Pos heeft een boeiende, behulpzame en ook uitdagende gids geschreven bij de grote vragen rond leven en lijden waar ieder van ons in zijn of haar leven mee te maken krijgt, en waar we ook als samenleving antwoorden op zullen moeten vinden. En ik ondersteun van harte de conclusie van de auteur dat daarbij niet het ego de doorslag mag geven, het ego dat het lijden afwijst en de illusie in stand wil houden van de beheersbaarheid van het leven. Laten we, met de auteur van dit boek, opnieuw leren luisteren naar onze diepere intuïties omtrent de betekenis van het lijden en de paradoxen van het leven. En laten we samen op creatieve wijze naar wegen zoeken om een barmhartige samenleving vorm te geven.

Hein Stufkens

# Inleiding

*When your day is long  
And the night, the night is yours alone  
Everybody hurts – REM*

In de zomervakantie van 2014 in de Belgische Ardennen moest mijn zoon, zeven jaar oud, afscheid nemen van een vriendje met wie hij veel plezier had gehad. De vakantie zat erop en zijn vriend ging terug naar huis. Ze gaven elkaar een hand, ‘misschien tot volgend jaar’, draaiden zich allebei om en liepen elk een andere kant uit. Mijn zoon liep met kordate, stoere stappen van me vandaan, richting onze stacaravan, maar ik wist wel beter. Ik riep hem en ik zag een open, kwetsbaar gezicht dat zich goed probeerde te houden. Hij kwam naar me toe en vlak bij me aangekomen braken zijn tranen door: hij zou zijn vriend zo missen en *als hij vlak bij ons woonde was hij m'n beste vriend, we hebben geen één keer ruzie gehad!* Mijn zoon maakte die dag een belangrijke levenservaring door: dat je onvermijdelijk afstand zult moeten doen van wat je dierbaar is. Dat ik zo bewust stilstond bij de ervaring die hij doormaakte, had alles te maken met het feit dat ik al enige tijd daarvoor besloten had om een boek over lijden te schrijven. Allerlei losse gedachten en ingevingen borrelden voortdurend in me op. Wat ik zag en meemaakte riep al snel weer

nieuwe associaties met het onderwerp in me naar boven.

Dat besluit om een boek over lijden te schrijven had veel te maken met gebeurtenissen die even eerder hadden plaatsgevonden. In een artikel in dagblad *Trouw* stond beschreven hoe aan een blinde vrouw hulp bij zelfdoding was verleend.\* Het artikel beschreef dat de vrouw ondraaglijk aan haar blindheid leed en niet verder wilde leven. Of zo niet verder kón leven. Daar begint de moeilijkheid al, want welk van de twee, willen of kunnen, doet het meeste recht aan een dergelijke situatie? Maakt dat eigenlijk uit voor de vraag of we iemand bij een dergelijk verzoek hulp moeten bieden of daarvan zouden moeten afzien?

Kort erna was er een discussieprogramma op tv rond hetzelfde thema.\*\* Een mevrouw van de Levensindeklinie sprak daarin haar onbegrip uit over het feit dat wij in ons leven over alles de regie hebben, ons hele leven zelf de keuzes mogen maken die we willen maken, behalve aan het einde ervan. Is dat zo? Hebben we over alles de regie in ons eigen leven? vroeg ik me af.

In hetzelfde programma was een vitale bejaarde vrouw aanwezig. Ze had chronische pijnklachten aan de handen, zodanig dat ze die niet meer voor haar hobby, handwerk, kon gebruiken. Ze wist niet meer hoe ze de dagen moest doorbrengen. Daarmee was alle plezier uit haar leven verdwenen en hoefde het leven wat haar betreft niet meer. Haar handwerk was letterlijk haar

.....  
\* 'Blindheid is reden genoeg voor hulp bij zelfdoding', *Trouw*, 5 oktober 2013.

\*\* *Debat op 2*, thema 'Hulp bij zelfdoding', NCRV-KRO, 16 oktober 2013.

lust en haar leven. De vrouw zat naast haar volwassen dochter. Deze schaarde zich achter de wens van haar moeder om het leven actief te beëindigen. Lijden hoort niet bij het leven, vond de vrouw, *als je naar de tandarts gaat neem je toch ook een verdoving?*

Het bleek het begin van een hele rits aan artikelen, interviews en opinies over hulp bij zelfdoding in vooral *Trouw* en *NRC*. De ene casus buitelde over de andere. Allemaal leken ze te scheren langs wat we als maatschappij als uiterste grens hadden gedacht, of die grens te overschrijden. Mijn verontwaardiging over dit alles steeg tot grote hoogte, tot mijn eigen niet geringe verbazing. Deels kwam die voort uit de toon van de mensen die voor verruiming van de hulp bij zelfdoding en euthanasie pleitten. Artsen die in gevallen als bovenstaande hadden afgezien of zouden afzien van hulp werd door hen gebrek aan moed of een te beperkte interpretatie van de wet verweten. Maar dat leek me een te simpele verklaring voor mijn verontwaardiging.

Sindsdien is het niet meer rustig geweest rond dit onderwerp. Pleidooien voor het uitbreiden van de mogelijkheden van euthanasie bij dementie of psychiatrische stoornissen zijn nog steeds aan de orde van de dag. Naast het recht om te mogen sterven bij ernstig lijden, is er inmiddels ook een sterke behoefte om te mogen sterven wanneer het leven zogenaamd *voltooid* is. En ook de toon is nog hetzelfde als een paar jaar geleden. In oktober 2017 stond er een artikel in de *NRC* naar aanleiding van een pleidooi van een commissie van de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie (NVvP). Die commissie moet nieuwe richtlijnen opstellen over de



omgang met euthanasieverzoeken. De kop boven het artikel: ‘Psychiaters te bang bij euthanasie’.\* Een van de commissieleden is van mening dat wanneer aan de voorwaarden voor euthanasie wordt voldaan, de psychiater de euthanasie ook zou moeten uitvoeren. *Het is niet fatsoenlijk om dan te zeggen: voor de dood moet u maar een ander zoeken.* Huh? Niet fatsoenlijk? Iemand doden, ook als dit uit humane overwegingen is, lijkt me een van de meest extreme en moeilijke handelingen die je als mens kunt uitvoeren. Zeker wanneer helemaal geen sprake is van een terminale levensfase. Het woord ‘fatsoen’ hoort daar toch helemaal niet in thuis?

Waarom trek ik me dit zo persoonlijk aan en voel ik me zo aangesproken door de discussie? Vanwege mijn eigen beroepsmatige ervaringen met mensen die intens lijden en die juist zo hangen aan het leven? Die zozeer wensen dat hun leven, hier en nu, mag verbeteren en die daar in alle wanhoop hun uiterste best voor doen? Of is het omdat ik me realiseer dat wanneer we onze omgang met de dood veranderen, dit ook gevolgen heeft voor de manier waarop wij omgaan met het leven? En dat daardoor onze maatschappij en dus die van mijn kinderen zich ontwikkelt in een richting waar ik me zorgen over maak? Dat laatste maakt in elk geval dat het mij ook aangaat en dat ik erbij betrokken ben, of ik nu wil of niet.

Tot slot: misschien maakt de keuze die de blinde vrouw en ook anderen maakten me ook wel een beetje bang. Als zij zover komen, zou ik dan zelf ook ooit in mijn leven tot de conclusie kunnen komen het leven

.....  
\* ‘Psychiaters te bang bij euthanasie’, NRC, 26 oktober 2017.

liever definitief uit handen te geven? Dat ik ertoe zou komen de conclusie te trekken dat de balans van mijn leven zozeer uit evenwicht raakt dat ik er liever niet meer ben?

### **Lijden duiden**

Deze vragen zijn natuurlijk niet nieuw. Niet voor niets wordt gezegd dat de vraag naar de zin van het lijden een van de grote menselijke vragen is. Door de eeuwen heen zijn er binnen verschillende culturen kaders geweest waarbinnen lijden en sterven juist een prominente, eigensoortige plaats innamen en nog steeds innemen. Het geloof in reïncarnatie en het belang van het leiden van een goed leven voor je volgende leven is daar een mooi voorbeeld van. In onze westerse cultuur bood het christendom eeuwen een raamwerk waarbinnen lijden en sterven een plek hadden. Zo kon dat lijden in enige zin begrepen of geduid worden. Mensen konden zo tenminste ergens terecht met hun vragen en twijfels rond deze thema's. Je kunt als het ware in gesprek met die duiding van het lijden, ertegen schreeuwen of in opstand komen, of je kunt er troost in vinden.

Van het grootste belang is dan wel dat zo'n duiding van het lijden plaatsvindt vanuit een houding waarin de concreet lijdende mens niet uit het oog wordt verloren. Een alleen maar theoretische duiding van het lijden, als een soort boekenwijsheid, draagt het gevaar in zich om grenzen te doen ontstaan tussen de gelukkigen en de ongelukkigen. De gelukkigen gaan dan voorschrijven hoe de ongelukkigen over lijden dienen te denken. *Kijk, dit is het antwoord op jouw vragen over je ver-*

*driet. Zo zit het.* Dat dit laatste in het verleden meer dan eens wel heeft plaatsgevonden, wordt mooi beschreven door Dorothee Sölle in haar boekje *Lijden*. Ze beschrijft daarin hoe christelijke leerstellingen, of dogma's over het lijden mensen eerder monddood maakten. Lijden werd verklaard als komend van God, om de mens zijn kleinheid en afhankelijkheid van God te doen ervaren. Of het werd beschouwd als straf voor de zondigheid van de mens. Mensen konden zich binnen een dergelijke interpretatie nauwelijks getroost voelen. Hun lijden ontving daarin geen zinvolle plek.

De duidingen rond lijden en sterven moeten geen pasklare, sluitende antwoorden zijn. Pas wanneer ze ruimte laten, of beter nog ruimte openen voor een persoonlijk toe-eigenen van die duidingen, komen ze tot hun volle zin en betekenis. Je hebt ruimte nodig voor je eigen interpretatie. Verhalen, en kunst in het algemeen, zijn daar beter toe in staat dan dogma's of rationele betogen dat zijn. Het is niet voor niets dat veel spirituele stromingen juist bolstaan van de verhalen en prachtige kunst hebben opgeleverd. En ook daarbuiten brengen mensen hun gedachten en belevingen rond lijden tot expressie. Voorbeelden daarvan zijn de gelijkenis van de barmhartige Samaritaan uit de Bijbel, de Mattheus Passion van Bach, het schilderij Guernica van Picasso, het beeldhouwwerk Pietà van Michelangelo.

### **Wetenschap levert ons geen verhaal**

De westerse wereld moet het zonder die kaders doen. We zijn huiverig geworden voor *de grote verhalen*, wordt

gezegd. De tradities waaruit ze voortkwamen staan al lang niet meer zo centraal in onze westerse maatschappij als vroeger. We leven in een onttoverde wereld, zoals dat heet. We geloven niet meer zo in het mysterie. Als we iets niet begrijpen, gaan we op zoek naar een verklaring, net zolang tot we het wel begrijpen. Ons huidige wereldbeeld is gebaseerd op een wetenschappelijke en materialistische visie. Materialistisch in de zin dat alleen wat we kunnen waarnemen met onze zintuigen, of in het verlengde daarvan met onze technologische apparatuur, echt is. We menen dat de wereld is te begrijpen en te vatten. Een mooi voorbeeld ter illustratie van dit wereldbeeld vormt het boek *Wij zijn ons Brein* van hersenonderzoeker Dick Swaab. Het is een fascinerend boek, met een enorme opsomming van veelvoorkomende en van zeldzame hersenaandoeningen en de soms bizarre symptomen die ze tot gevolg hebben. Swaab gebruikt die ter onderbouwing van zijn stelling dat we niets meer zijn dan ons brein. Ons gedrag, volgens Swaab, ligt vast in de opmaak van onze hersenen. En die hersenen worden gevormd naar de eigenschappen van onze genen en naar de omstandigheden waaronder die hersenen zich in onze eerste jaren vormen. Weinig aan te doen verder. De vrije wil noemt Swaab een plezierige illusie. Van de conclusies die hij in zijn boek trekt, zegt hij dat die zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek. Conclusies die worden getrokken zonder dat ze op wetenschappelijk onderzoek berusten, dienen we met een korreltje zout te nemen.

Maar heeft dit nu werkelijk betekenis voor hoe wij met elkaar omgaan, of hoe wij naar onszelf en de ander kijken? Wat hebben we hieraan? Stel je voor dat we van-

af nu in onze communicatie geen persoonsvorm meer zouden gebruiken, maar in plaats daarvan zouden verwijzen naar ons brein: mijn brein heeft honger, mijn brein is gek op tennis, mijn brein vindt jouw brein niet aardig meer, mijn brein wil graag honderd euro van je lenen. Het zou, vermoed ik, slechts enkele generaties duren of de woorden *mijn brein* zouden dezelfde lading krijgen als nu het woordje *ik* heeft. We willen nu eenmaal in eerste instantie als persoon worden benaderd en behandeld. De wetenschap houdt zich alleen bezig met voorwerpen, met objecten. Maar we zijn als persoon een subject en veel minder een object. Dat we in eerste instantie als persoon willen worden behandeld, is mooi te zien bij medische missers. We kunnen veel verdragen bij medische fouten, zelfs wanneer de consequenties daarvan ernstig zijn. Wat mensen veel moeilijker kunnen verdragen is wanneer er schimmig en niet eerlijk over wordt gedaan. *Het gaat om mij! Het is mijn lijf dat is beschadigd door een medische fout en daar hoor je eerlijk tegen mij over te zijn. Ik ben geen ding!* Als artsen de vergissing maken om niet open te zijn over hun vergissingen of hun falen, beginnen de problemen pas echt.

En wanneer we terugkijken op ons leven, dan zien we geen voor de hand liggende en voorspelbare blauwdruk van ons brein, maar dan zien we een verhaal, dat zich telkens opnieuw laat vertellen, al naargelang onze levenservaring. Er bestaat een mooie Joodse spreuk met betrekking tot dit onderwerp waar veel waarheid in zit: *God schiep de mens omdat hij van verhalen houdt*. En zo is het: we zijn verhalen, elke keer weer uniek. En we willen graag een goed en langlopend verhaal zijn. Ik hoop van harte dat ik oud ben wanneer ik sterf en dat ik dan mag

terugkijken op een waardevol en liefdevol leven, dat zich laat vertellen als een roman.

Het staat natuurlijk buiten kijf dat de wetenschap ons enorme vooruitgang gebracht heeft. Maar er zit ook een sterke keerzijde aan een dergelijk wereldbeeld. Met een wetenschappelijke bril op is het lastiger praten over zin en betekenis in en van het leven. De dingen hebben dan immers geen diepere bedoeling, ze zijn gewoon zo. Of ze dienen om het leven *in het algemeen* in stand te houden. Wetenschap geeft geen antwoorden op de grote vragen die we hebben met betrekking tot ons persoonlijke leven. Tot mijzelf, als persoon. En het zijn juist die vragen die ons 's nachts wakker houden.

### **In mij: de Jonge Zoon en de Oude Blinde Vrouw**

Laten we nog eens teruggaan naar het begin van de inleiding. De overeenkomst tussen de ervaring van mijn zoontje en van de blinde vrouw is dat in beide gevallen het leven hen met een situatie opzadelt waar een antwoord op verwacht wordt. *Dit is hoe het theaterstuk zich voor jou ontvouwt, speel je rol*, lijkt het leven te zeggen. Met hun antwoord staan mijn zoontje en de blinde vrouw lijnrecht tegenover elkaar. Mijn zoon weet niet anders dan de vraag als een niet te ontlopen vraag te accepteren. Hij probeert zo goed en zo kwaad als hij kan de ervaring een plek te geven in zijn leven. En ik mag hem, als zijn vader, daarbij helpen. *Dus afscheid en verdriet horen ook bij het leven.*

De vrouw accepteert de vraag niet meer. Zij geeft