

MET DE DOOD VOOR OGEN

---

# Inhoud

PROLOOG: De dood als vriend 9

INLEIDING: Durf ik het aan ? 15

DEEL EEN: GOED STERVEN 21

Mijn hart nabij 23

HOOFDSTUK EEN

Wij zijn kinderen van God 25

HOOFDSTUK TWEE

Wij zijn broeders en zusters van elkaar 35

HOOFDSTUK DRIE

Wij zijn de ouders van toekomstige  
generaties 45

GOED STERVEN: een keuze 59

DEEL TWEE: GOED ZORGEN 61

Het hart nabij 63

HOOFDSTUK VIER

Jullie zijn kinderen van God 65

---

HOOFDSTUK VIJF  
Jullie zijn broeders en zusters van elkaar 79

HOOFDSTUK ZES  
Jullie zijn de ouders van toekomstige  
generaties 95

GOED ZORGEN: een keuze 109

BESLUIT: In het licht van de verrijzenis 111

EPILOOG: Een verlies en een geschenk 119

DANKWOORD 125

---

# Proloog

## *De dood als vriend*

Op 31 december 1992, om 3 uur 's middags, overleed Maurice Gould. Hij stierf in het York Central Hospital te Richmond Hill, niet ver van Toronto. Hiermee kwam een einde aan zijn jarenlange worsteling met de ziekte van Alzheimer.

Maurice – ‘Moe’ (uitgesproken als ‘Moo’) voor ons – was lid van de Ark. De Ark, in 1964 gesticht door de Canadees Jean Vanier, is een wereldwijd netwerk van gemeenschappen waarin geestelijk gehandicapte mensen en hun begeleiders samenleven. Maurice had veertien jaar lang deel uitgemaakt van de Ark-gemeenschap Daybreak in Toronto.

Maurice was een opgewekte, zachte, huiselijke man. De vele mensen die hem in Daybreak leerden kennen, spreken nog over hem met warme genegenheid. Hij had een handicap, het syndroom van Down, maar ook een buitengewone gave om liefde te schenken en te ontvangen.

Gedurende de laatste dagen van zijn leven verbleef ik buiten Daybreak, in de Duitse stad Freiburg. Ik was voor een paar maanden vrijgesteld van mijn pastorale taken in de gemeenschap, om

---

me geheel aan het schrijven te kunnen wijden. Toen Nathan Ball, de directeur van Daybreak, me telefonisch meedeelde dat Moe gestorven was, wilde ik zo snel mogelijk terug naar Toronto, om met zijn familieleden en vele vrienden te rouwen over zijn heengaan, maar ook om met vreugde terug te kijken op zijn achtenvijftigjarige leven.

Tijdens de lange reis dacht ik veel na over leven en dood, en daarbij kwam de vraag op of we op een even persoonlijke manier zouden kunnen sterven als leven. Terwijl het vliegtuig van Air Canada over Duitsland, Nederland, Engeland, de Atlantische Oceaan, Nova Scotia en Ontario vloog, had ik alle tijd om bij die vraag stil te staan. Ik dacht aan het overlijden van Maurice, aan mijn eigen toekomstige dood, en aan de talloze mensen die iedere dag overal ter wereld sterven.

Is de dood zo vreselijk en absurd, dat we er het beste aan doen om er maar niet bij stil te staan of over te spreken ? Is de dood zo'n onwelkom onderdeel van ons bestaan dat we maar beter kunnen doen alsof hij niet bestaat ? Is de dood zo'n absolute ontkenning van al ons denken en handelen, dat we de confrontatie ermee niet aankunnen ? Of is het mogelijk om langzamerhand op betere voet te raken met onze dood en er vertrouwend, zonder vrees, naar toe te leven ? Is het mogelijk om ons met evenveel zorg voor te bereiden op onze dood als onze ouders zich hebben voorbereid op onze geboorte ? Kunnen we ons onze dood voorstellen als een vriend die ons begroet bij onze thuiskomst ?

---

Tijdens de acht en een half uur durende vlucht dacht ik niet alleen aan Maurice, maar ook aan andere vrienden die op sterven lagen, en aan mijn oude vader. Nog geen twee maanden daarvoor, op 24 november, had ik Richard bezocht in het Bethanie-huis in Oakland, Californië. Richard is aidspatiënt, en hij weet dat hij nog maar korte tijd te leven heeft. Terwijl ik op zijn bed zat en zijn hand vasthield, zei hij: 'Wat moet ik aan met de maanden die mij resten? Mijn vriend kan allerlei plannen maken voor de toekomst, maar voor mij is er geen toekomst meer.' Terwijl hij in mijn hand kneep, liepen de tranen over zijn wangen.

Daarna dacht ik aan mijn schoonzus Marina, die al vijf jaar aan darmkanker leed. Na drie zeer ingrijpende operaties had ze de artsen gevraagd om af te zien van verdere ingrepen. Ze sprak over haar aanstaande dood met de artsen, met het verplegend personeel, met mijn broer en met mij en drukte haar gevoelens uit in openhartige gedichten.

Ik dacht aan mijn vader, die tien dagen later in Nederland zijn negentigste verjaardag zou vieren. Hij is nog heel vitaal; hij schrijft, houdt lezingen, maakt nog steeds allerlei plannen. Maar onlangs zei hij tegen me: 'Jongen, mijn lichaam is op. Mijn ogen gaan hard achteruit, mijn maag verdraagt niet veel voedsel meer en mijn hart is erg zwak.'

Mensen gaan dood. Niet alleen het handjevol mensen in mijn directe omgeving. Overal op de wereld sterven er mensen, dag in dag uit, ieder uur.

---

Het sterfelijk-zijn is iets dat alle mensen gemeen hebben. De vraag is echter: hoe staan we tegenover ons sterven? Zien we de dood enkel als een onafwendbaar noodlot, of kunnen we de dood tot een voleinding van ons menselijk leven maken, waaraan we even volledig deelnemen als aan ons leven zelf?

In de aankomsthal van Pearson International Airport in Toronto stond Nathan me op te wachten. In de auto vertelde hij me over het sterven van Moe. Familie en vrienden hadden aan zijn sterfbed gezeten. Toen hij gestorven was, hadden ze over hem gerouwd, maar de droefheid was vermengd geweest met blijdschap. Een dierbare vriend was heengegaan. Een lange lijdensweg was op een zachte wijze tot een einde gekomen. 'Iedereen hield van Moe,' vertelde Nathan. 'We zullen hem missen, maar voor hem was het tijd om te gaan, denk ik.'

De volgende dagen waren dagen vol verdriet én vreugde. Moe was gestorven, maar nieuw leven leek onmiddellijk op te bloeien. Er werd druk getelefoneerd en geschreven naar vrienden overal ter wereld, en we kwamen samen om te bidden, te eten, verhalen te vertellen, foto's te bekijken... Zo gedachten we hem, lachend en huilend. Deze dagen behoorden tot de meest intieme en hartverwarmende die ik in Daybreak heb doorgemaakt, en ook tot de meest gezegende. Tijdens zijn leven had Maurice, juist vanwege zijn kwetsbaarheid, altijd mensen om zich heen gebracht. Nu hij dood was,

---

deed hij hetzelfde, in nog sterkere mate. Tijdens de samenkomst in onze kapel, bij het bezoek aan het huis waar Moe was opgebaard, tijdens de rouwdienst in de anglicaanse kerk van Richmond Hill, en bij de begrafenis op het kerkhof in King City, waren wij er voortdurend van doordrongen dat het leven niet slechts uitmondt in de dood, maar dat de dood ook uitmondt in nieuw leven. De warme sfeer waarin iedereen zich welkom en geaccepteerd voelde, en het diepe gevoel van onderlinge verbondenheid, ontvingen wij dankbaar als gaven van Moe, die dood was, maar toch onder ons bleef leven.

Op de vooravond van mijn terugkeer naar Europa, waar ik mijn vaders verjaardag wilde vieren, om daarna in Freiburg met schrijven verder te gaan, at ik samen met Nathan. Aan tafel vroeg hij mij: 'En jij, waar en hoe zou jij dood willen gaan?' Hij vroeg het haast terloops. Moe's sterven had ons eraan herinnerd dat we allemaal ooit zouden moeten sterven. En toen we dat eenmaal beseften, konden we niet om deze vraag heen: bereiden we ons voor op onze dood of gaan we op in onze drukke bezigheden tot we er letterlijk bij neervallen? Helpen we elkaar te sterven, of doen we net alsof de dood ons nooit van elkaar zal scheiden? Zullen onze vrienden dankzij onze dood nieuw leven, nieuwe hoop, nieuw geloof vinden, of zal die voor hen alleen een reden zijn om te treuren? De belangrijkste vraag is niet: wat kunnen we nog doen in de jaren die ons resteren?, maar wel: hoe kunnen



---

we ons zo op onze dood voorbereiden dat wij al stervend onze geest en Gods geest kunnen zenden aan hen die ons dierbaar zijn ?

Nathans vraag: 'Waar en hoe zou je dood willen gaan', confronteerde mij met de werkelijke uitdaging van het leven: de uitdaging om niet slechts zo goed mogelijk te leven, maar om ook zo goed mogelijk te sterven.

Toen we de volgende dag naar de luchthaven reden, dankte Nathan me ervoor dat ik naar huis was gekomen voor Moe's begrafenis. Hij wenste me een goede viering van mijn vaders verjaardag en veel succes bij het schrijven in Freiburg. In het vliegtuig naar Amsterdam besefte ik dat ik veel beter dan op de heenweg wist waarover ik wilde schrijven. Ik wilde schrijven over de mogelijkheid mijn dood tot de grootste gave voor anderen te maken.

Nu – na feestelijke dagen in Nederland en na een lange treinreis door Duitsland – zit ik weer alleen op mijn kleine, stille bovenverdieping in Freiburg. Ik kan me geen betere plek indenken om te proberen met mijn dood bevriend te raken.

---

# Inleiding

## *Durf ik het aan ?*

Een stille plek om te kunnen schrijven – dat is iets wat ik vaak heb gezocht, maar zelden heb gevonden. Ik ging naar kloosters en retraitecentra en probeerde me ook thuis op te sluiten. Maar overal waar ik mij voornam alleen te zijn, raakte ik al gauw betrokken bij de dagelijkse activiteiten om mij heen. Mijn eigen rusteloosheid en mijn behoefte aan gezelschap en waardering van anderen zorgden ervoor dat ik de eenzaamheid ontvluchtte zodra ik haar had gevonden. Mijn afkeer van het alleen-zijn bleek even sterk als mijn verlangen ernaar. Altijd vond ik wel een excuus om met iemand te gaan praten, om een lezing te geven, een preek te houden, aan vieringen deel te nemen, of om rond te hangen in bibliotheken; kortom, een excuus om maar niet alleen te zijn.

Toch was ik mij er steeds van bewust dat ik mij door angst liet beheersen. Ik wist dat ik die angst moest overwinnen en mij aan de eenzaamheid moest toevertrouwen om zo de leermeester te vinden, die mij zou helpen iets zinnigs te schrijven.

Het lijkt dat de kans ertoe zich nu voordoet. Franz en Reny Johna, mijn vrienden in Freiburg,

---

hebben mij de bovenste verdieping van hun huis in de Schubert-Strasse aangeboden. Op de begane grond wonen ze zelf, de eerste verdieping verhuren ze aan een bejaard echtpaar en de tweede houden ze vrij voor hun kinderen, Robert en Irene. Maar Robert is naar de Verenigde Staten vertrokken, en specialiseert zich daar in de interne geneeskunde, en Irene woont nu in Frankfurt en werkt daar bij de Bundesbank. 'Je kunt de bovenverdieping nemen,' zeiden Franz en Reny. 'Het is een echte kluzenaars-woning. Je hebt er met niemand iets te maken, en als je de rolluiken neerlaat, hoor of zie je niets meer.' De bovenverdieping van het huis van Franz en Reny is inderdaad de ideale plek voor een stadskluzenaar. Meer kan iemand die alleen wil zijn zich niet wensen: drie kleine kamers, een keuken en een badkamer.

Dus hier vind ik eindelijk de volmaakte stilte en eenzaamheid waar ik altijd van heb gedroomd. Wanneer ik de rolluiken neerlaat, is het aardedonker in mijn kamer, en dringt het geluid van de straat niet eens meer door. Het is volkomen stil.

Deze stilte heeft een louterende werking. Want de uitwendige rust doet de innerlijke onrust spoedig te voorschijn komen. Wat ga ik doen, nu niemand mijn aandacht vraagt of mij uitnodigt om iets te ondernemen, of mij het gevoel geeft dat mijn aanwezigheid op prijs wordt gesteld? De minuten, uren, dagen, niet door telefoontjes, brieven of vergaderingen onderbroken, strekken zich uit tot

---

de verre grenzen van een onafzienbare woestijn van eenzaamheid.

Maar is dit niet de plaats bij uitstek om vertrouwd te raken met de dood ? Zal deze uiterlijke stilte mij niet langzaam maar zeker kunnen binnenvoeren in een innerlijke stilte, waar het mij gemakkelijker zal vallen mij te verzoenen met mijn sterfelijkheid ?

Terwijl ik hier alleen in mijn kluizenaarswoning zit, besef ik dat ik helemaal niet ingesteld ben op het vooruitzicht ooit te moeten sterven. In deze stilte ontdek ik dat ik absoluut niet bereid ben het leven los te laten. Toch zal ik binnen afzienbare tijd moeten sterven. De tien, twintig, of misschien dertig jaar die mij resten, zullen voorbijvliegen. Mijn lichaam zal zwakker worden, en mijn denken trager. Ik zal familieleden en vrienden zien sterven. Mijn rol in de samenleving zal van steeds minder belang worden, en voor de meeste mensen zal ik uit het gezicht verdwijnen. Ik zal in steeds hogere mate aangewezen zijn op de hulp van anderen. En ten slotte zal ik alles moeten loslaten, en me laten leiden in het volledige onbekende.

Ben ik ertoe bereid om deze reis te ondernemen ? Ben ik ertoe bereid om afstand te doen van alle macht die ik nog bezit, mijn greep op het leven op te geven, en te vertrouwen op de genade die schuilt in volstrekte machteloosheid ? Ik weet het werkelijk niet. Het lijkt er niet erg op, want heel mijn wezen verzet zich tegen deze reis naar een bestemming die mij voorkomt als een absolute

---

leegte. Maar toch weet ik dat ik nergens beter dan hier, in mijn stille kluizenaarswoning in Freiburg, kan nagaan in hoeverre ik bereid ben mij over te geven aan de dood.

Op de een of andere manier geloof ik dat ik deze poging om vertrouwd te raken met de dood niet alleen voor mijzelf onderneem, maar ook voor anderen. Ik heb het als mijn roeping beschouwd om anderen te helpen met hun levensvragen, en ik heb altijd beseft dat ik daarbij vooral uit mijn eigen ervaring moet putten. Maar hoe kan ik anderen vreugde, vrede, vergeving en verzoening brengen wanneer zij geen centrale plaats in mijn eigen leven innemen? Ik heb altijd een goede herder voor anderen willen zijn, maar ik heb ook altijd geweten dat een goede herder iemand is die zijn leven geeft voor zijn vrienden; iemand die zijn verdriet en vreugde, zijn twijfel en hoop, zijn angst en liefde dienstbaar maakt aan het welzijn van anderen.

Nu ik, als een zestiger, op betere voet tracht te komen met de dood, vertrouw ik erop dat deze poging niet alleen voor mijzelf vruchtbaar zal zijn, maar ook voor anderen die zich voor dezelfde uitdaging zien gesteld. Ik wil goed sterven, maar zou ook graag anderen willen helpen om goed te sterven. Ik ben dus allerminst alleen hier op mijn bovenverdieping in de Schubert-Strasse in Freiburg. In feite word ik omringd door vele mensen die moeten sterven, en die op een goede manier afscheid willen nemen van het leven. Ik hoop dat ook mijn vrienden, en hún vrienden, kunnen pro-

---

fiteren van deze stilte en eenzaamheid. Ik hoop dat mijn verlangen om met mijn sterfelijkheid bevriend te worden, ook anderen kan helpen om hetzelfde te doen. Ik hoop dat deze kluizenaarswoning werkelijk *in*, en *vóór* de wereld is.

Ik heb vijf weken voor de boeg in dit kleine heiligdom. Vijf weken om te bidden, te denken, en te schrijven over het sterven en de dood. Ik wil mij bezighouden met twee verschillende vragen. In de eerste plaats wil ik mij erop bezinnen wat het precies betekent met mijn dood bevriend te worden. In de tweede plaats wil ik aandacht wijden aan de vraag hoe ik anderen kan helpen zich met hun dood te bevrienden. Het innerlijk leven is altijd een leven voor anderen. Als ik in staat ben zelf met de dood bevriend te worden, dan zal ik anderen kunnen helpen hetzelfde te doen. Dat is in het kort het 'programma' van dit boek. Eerst wil ik dus schrijven over goed sterven en vervolgens over goed zorgen.

DEEL EEN

# Goed sterven

---

## *Mijn hart nabij*

Als kind hebben we ouders, onderwijzers en vrienden nodig om ons wegwijs te maken in het leven, maar als volwassenen zijn we in toenemende mate op onze eigen ervaring aangewezen. Grote denkers en grote heiligen hebben geschreven en gesproken over het sterven en de dood, maar hun woorden blijven verbonden met hun unieke ervaring. Ook ik moet op mijn eigen manier mijn ervaring verwoorden, opdat wat ik zeg werkelijk uit de diepte van mijn persoonlijke ervaring komt. Ofschoon mijn ervaring sterk beïnvloed is door vele andere mensen, is er niemand anders die dezelfde ervaring heeft. Daarin ligt mijn kracht, maar tevens mijn zwakte. Ik moet erop vertrouwen dat ik vanuit mijn eigen ervaring van sterfelijkheid iets zal kunnen zeggen waar anderen die worstelen met vragen omtrent de zin van leven en dood iets aan zullen hebben. Maar ik moet er ook rekening mee houden dat velen weinig kunnen doen met wat ik te zeggen heb, omdat ze de ervaring van waaruit ik schrijf niet delen.

In de eerste drie hoofdstukken van dit boek wil ik mij bezighouden met de vraag hoe we goed



---

kunnen sterven. Goed sterven betekent voor mij sterven als kinderen van God, broeders en zusters van elkaar, en ouders van toekomstige generaties.

Ik wil heel dicht bij mijzelf blijven, en mij openstellen voor alles wat ik heb gehoord en gevoeld. Ik wil ook dicht bij de mensen blijven met wie ik mij nu het meest verbonden voel. Maar bovenal wil ik in contact blijven met Jezus. Want in het licht van zijn leven en dood kan ik mijn eigen leven het beste begrijpen en richting geven.