

De gouden jaren? Oud worden en zinvol leven. De woestijnervaring Anne Vandenhoeck

1 Samenvatting van de tekst

Velen kijken uit naar de levensfase waarin ze niet meer hoeven te werken en spiegelen zich de hemel op aarde voor. Maar tal van lichamelijke ongemakken en beperkingen steken de kop op. Zijn negatieve ervaringen geen deel van het leven? Zijn daar ook geen zinvolle dingen uit te halen? In de christelijke traditie is de woestijnervaring nooit alleen maar de plaats van ontbering, altijd is ze ook de plaats waar je God kan vinden

Een woestijnervaring

De auteur bracht ooit een nacht door bij bedoeïenen in Jordanië. Het werd evenwel geen romantische ervaring, veeleer een beangstigende. De woestijnervaring met onmetelijke leegte, onbegrensde stilte en confrontatie met het absolute niets, roepen bij haar verlatenheid, zinloosheid en zelfconfrontatie op. Wat kunnen woestijnvaders en –moeders uit de vroegchristelijke traditie bezielt hebben om daar te gaan leven? Een recent vierdelig Tv-programma van Xavier Taverne over eenzaamheid heeft het clichébeeld doorbroken dat eenzaamheid alleen bij hoogbejaarden zou voorkomen. Ze leeft in alle leeftijdsfasen.

Zinvol leven en zinvol oud worden

Vraag is wat is voor jou zinvol? Teruggetrokken leven of al wat je kan meepikken? Een doel stellen in je leven is belangrijk. Maar het meeste zin halen we uit onze relaties met de andere, de natuur, met wat voor ons heilig is, met God. Kinderen en vrienden zijn daar zeker belangrijk in.

Uitdagingen en spaken in het wiel

Elke levensfase kent haar uitdagingen. Het ouder worden brengt verstillings mee. Een 'zijn' dat naar binnen gekeerd is, de balans opmaken van je voorbije leven. Bij fysisch en psychisch lijden kan levensmoeheid optreden. Eenzaamheid weegt en de ervaring van 'voltooid leven' brengt in onze cultuur het besef dat niets nog moet en dat men vooral niet wil aftakelen. Onze genotscultuur heeft het moeilijk om beperkingen te aanvaarden. Dirk De Wachter benadrukt dat het leven niet alleen maar leuk kan zijn. Waarom vinden velen leven niet meer zinvol in het vooruitzicht van aftakeling van lichamelijke en/of cognitieve functies? En dat waar spiritualiteit zich sterkst ontwikkelt in de late volwassenheid. Moeten we niet op latere leeftijd leren spiritueel te groeien en kan lijden in dit perspectief zinvol zijn doordat het ons uitdaagt om nieuwe zinvolle wegen uit te zoeken?

Perspectief bieden

Het praten over het willen beëindigen van het leven door euthanasie is

vooral een taal geworden om spirituele pijn uit te drukken, het controleverlies op zichzelf en de uitzichtloosheid. Op veel wijzen worden deze gevoelens verwoord bij mensen. Belangrijk is het erop in te gaan, ook als we denken machteloos ertegenover te staan. En vooral te leren luisteren naar wat achter die woorden ligt: is het pijn, eenzaamheid, angst? Verbondenheid mogen en kunnen ervaren (door een bezoek b.v.) is de enige manier om perspectief te kunnen zien. Daarbij kan je vooral aandacht hebben voor wat er al aan kracht, hoop en positiviteit bij hen leeft. Op een receptie, zo vertelt de auteur, had zij aandacht voor een geïsoleerde dame tijdens in wie zij heel veel kracht en kwetsbaarheid ontdekte en hoop op God (A-Dieu).

Terug naar de woestijn

Een wat langere tijd in de woestijn geeft je de kans om binnen de eenzaamheid de verbondenheid met God te ervaren. In de leegte krijgt God veel ruimte. De fundamentele eenzaamheid is een vertaling van onze nood aan verbondenheid. Het enig antwoord op levensmoeheid en op de roep van het voltooide leven, is telkens weer verbinden: elkaar opzoeken, telefoneren, beluisteren, mensen betrekken bij... en deze verbondenheid beleven vanuit God.

2 Methodische suggesties voor de bijeenkomst

* Nog maar in november 2015 schreef Ria Grommens, lid van de redactieraad, een artikel ter bespreking over “Tussen voltooien en verwerklijken. Een hoopvolle tijd op ouder worden.” Daaruit citeer ik het volgende:

“Vier pijlers van een gelukkige ouderdom

De laatste decennia duikt in het onderzoek over de levenstevredenheid van ouderen ook een vierde voorwaarde op naast gezondheid, actief blijven en sociale contacten onderhouden. De onderzoekers spreken van een positieve spiritualiteit. Je mag dit vertalen als een doorleefd geloof in een weldadige transcendente werkelijkheid. Decennia lang zijn de wetenschappers blind gebleven voor die onmeetbare werkelijkheid. Maar de confrontatie met vele mensen die ondanks verlies van de drie andere voorwaarden toch vrede en vreugde in hun leven blijven vinden, dwingt hen om oog te hebben voor die *spirituele levenskracht*. Zij maken er de vierde pijler van een gelukkige ouderdom van.” Deze vierde pijler heeft zij toen heel sterk uitgewerkt. Wie dat artikel nog bezit, kan het gerust nog eens nalezen.

Nog geen vijf jaar verder werd dit onderwerp opnieuw gevraagd, maar mogelijk vooral beïnvloed door de hele discussie rond ‘voltooid leven’ en de vraag om euthanasie daarbij.

* De auteur gaat de kwestie niet uitdiepen of ‘voltooid leven’ een reden tot euthanasieaanvraag kan zijn. Toch is veel kans dat je in het gesprek uitkomt op wat de laatste tijd veel aandacht krijgt: levensmoeheid en het ‘voltooid leven’ dat voor sommigen een ‘recht op euthanasie’ zou moeten worden...

Dat is dan ook de reden waarom ik in de volgende punten daarbij wat recente info sprokkelde: De oproep van Lutgart Simoens. De politieke stelling van Gwendolin Rutten en reacties erop. Wat kan 'voltooid leven' betekenen? En ten slotte een helder antwoord van theoloog Hans Van Eyghen.

* Toch hoop ik dat er voldoende tijd is om de toch wel drie heel pertinente vragen die je in de brochure terugvindt, voldoende kansen te geven. Voorzie 15' voor het bezinnend gebedsmoment (onder nr. 7).

3 Lutgart Simoens pleit voor euthanasie bij 'voltooid leven'

VRT NWS Veerle Deblauwe di. 27 aug 2019

Lutgart Simoens uit Ieper is 91 jaar en één van de bekendste radiostemmen van Vlaanderen. Jarenlang presenteerde ze het verzoekprogramma "Vragen staat vrij" op Radio 2. Ze verblijft nu in een woonzorgcentrum. Eind vorig jaar verloor ze haar twee kinderen aan kanker. Ze verloor ook al haar twee echtgenoten en haar twee broers.

Lutgart Simoens is niet levensmoe en ze diende voor alle duidelijkheid ook nog geen euthanasie-aanvraag in. Maar ze is er wel van overtuigd dat mensen die levensmoe zijn of een "voltooid leven" hebben gehad, ook voor euthanasie in aanmerking moeten komen.

In België wordt een euthanasieaanvraag alleen goedgekeurd als al zeker de twee basisvoorwaarden zijn vervuld: ongeneeslijk ziek zijn én ondraaglijk lijden.

"Maar de wet moet soepeler en daar moeten de beleidsmakers iets aan doen", vindt Lutgart Simoens. "Ik heb alles gehad in mijn leven dat ik wenste. Maar als je weet dat het op is, dan moet ik zélf kunnen beslissen wanneer het ophoudt. Ik vind dat geen misdaad, geen moord. Maar het is gewoon menselijk. Het is medeleven tonen en zo geef je gemoedsrust aan die mens die op dat moment in die toestand is."

4 Gwendolin Rutten (Open VLD) en eerste reacties

Het was de getuigenis van radiocoryfee Lutgart Simoens in *Het Laatste Nieuws* die Gwendolyn Rutten in de pen deed kruipen. De 91-jarige Simoens liet optekenen dat ze weinig fysieke problemen heeft, maar het toch 'gehad had'. In een opiniestuk in *De Morgen* (29 okt. 2019) schrijft Rutten dat ze het helemaal eens is met Simoens. "Niet alleen bij ondraaglijk lijden, maar ook als je leven 'af' is, moet je er een punt achter kunnen zetten wanneer je er zelf, uitdrukkelijk, vrijwillig, onafhankelijk en duurzaam om vraagt." Volgens Rutten is de tijd rijp om in het federale parlement het debat te voeren. Niet snel, snel maar in alle rust en sereniteit.

Haar oproep kent echter weinig bijval. "Er is volgens mij geen acute nood aan een debat over voltooid leven", stelt Marc Cosyns, expert stervensbegeleiding aan de UGent. De euthanasiewet uitbreiden naar een niet-medische context is volgens hem geen goed plan. "Je moet een onderscheid maken tussen burgers en patiënten. Als burgers aangeven dat het voor hen genoeg is, zonder een

medische zorgcontext, dan moeten we vooral proberen te achterhalen waar die vraag vandaan komt en wat we eraan kunnen doen. Ik doe al 40 jaar aan stervensbegeleiding en moet de eerste gezonde burger nog tegenkomen die een beëindiging van het leven vraagt puur en alleen omwille van het zelfbeschikkingsrecht.”

Wim Distelmans, voorzitter van de commissie Euthanasie, voelt ook weinig voor zo'n uitbreiding, liet hij onlangs nog optekenen in *Bruzz*. “Als er geen medische oorzaak is, heb ik er persoonlijk moeite mee.”

Ook *politiek* krijgt de oproep van Rutten weinig steun. Sp.a probeert al geruime tijd een debat te voeren over euthanasie bij dementie. “Onze pogingen werden telkens afgeblokt, ook door de liberalen”, stelt Karin Jiroflée. “Dat de tijd volgens mevrouw Rutten nu rijp zou zijn om over voltooid leven te praten, terwijl er tot nog toe niet over de andere zaken gepraat mocht worden, is dan ook een rare kronkel. Het lijkt alsof ze de kar voor het paard spant.”

Bij N-VA en CD&V zijn ze duidelijk: als er geen grondige evaluatie komt van de huidige euthanasiewetgeving, is praten over een uitbreiding ervan niet aan de orde. We moeten vooral inzetten op mensen meer levensperspectief te bieden, vindt Valerie Van Peel (N-VA). “Als ouderen eruit willen stappen, is het onze maatschappelijke plicht om ons af te vragen waar we tekortschieten en of we wel op de juiste manier omgaan met onze ouderen.”

Beide partijen geven aan niet tegen euthanasie an sich te zijn, op voorwaarde dat het ondraaglijk lijden objectief vastgesteld kan worden. “Hoe ga je dat bij ‘voltooid leven’ objectief vaststellen? Met een leeftijdsgrens?”, vraagt Els Van Hoof (CD&V) zich af. “Dat is toch niet het signaal dat we als maatschappij moeten geven.” “Moeten we die mensen niet eerder zin proberen geven in hun leven?”, vraagt Kamerfractieleider Barbara Pas (Vlaams Belang). Bij de Franstalige partijen MR en PS is dan weer te horen dat een dergelijk debat ‘nu niet aan de orde is omdat het niet echt leeft’.

5 "Het leven is geen kunstwerk dat op een moment af is"

VRT NWS Tobias Santens, di 29 okt. 2019

Euthanasie voor wie "levensmoe" is, doet heel wat wenkbrauwen fronsen. Nu kan euthanasie in sommige gevallen van onomkeerbaar psychisch lijden, maar levensmoe zijn, dat is nog iets anders. "In Nederland spreekt men van 'een voltooid leven', wat mevrouw Rutten ook overneemt. Hier heet dat vaker 'levensmoe zijn', maar dat houdt een belangrijk verschil in", zegt Gastmans (hoogleraar medische ethiek, KU Leuven).

Levensmoe zijn, wat betekent dat? Gaat het niet vooral om een gebrek aan warme zorgverlening? "Hoe ga je vereenzaming van mensen in ouderenzorg voorkomen? Hoe houd je het zinvol om deel te nemen aan de samenleving als je een ernstige psychische problematiek hebt?", vraagt Chantal Van Audenhove zich af, directeur van het centrum voor zorgonderzoek aan de KU Leuven. "Denk maar aan het effect van meer buurtgerichte zorg, met meer betrokkenheid van de buurt voor mensen die geïsoleerd zijn. Daardoor zou je kunnen voorkomen dat mensen

levensmoe worden, en geen betekenis meer zien in hun leven", zegt Van Audenhove. Ook Open VLD benadrukte vanmorgen wel dat ze willen inzetten op bijkomende initiatieven om eenzaamheid aan te pakken.

Maar misschien loert bij deze discussie wel een breder probleem om de hoek (nl. welk *mensbeeld* hanteer je?). "Deze vraag komt van mensen die hun leven altijd onder controle hebben gehad. Op een bepaald moment kunnen zij dat leven niet meer leiden, en noemen ze hun leven 'voltooid'", zegt ethicus Gastmans. "Vaak zijn het mensen die gestudeerd hebben, en een mooie job hebben gehad."

"Dat doet wat denken aan een kunstwerk dat op een gegeven moment af is. Alles wat je daaraan toevoegt, maakt het lelijker. Zo zien zij het leven", zegt Chris Gastmans. "Er zijn ook andere *mensbeelden*. Afhankelijk zijn, kwetsbaar zijn, dat hoeft geen inbreuk te zijn op de menselijke waardigheid, maar is misschien net eigen aan het menselijk leven." "De maatstaven voor een menswaardig leven moeten ook niet te hoog liggen. Het leven voldoet niet altijd aan de hoogste kwaliteitscriteria, en kan ook in zijn beperkte vorm, behoorlijk levenswaardig zijn. Misschien is het leven wel niet zo'n kunstwerk dat op een bepaald moment af is", zegt Gastmans. "Luister je naar die mensen, kan je hen het gevoel geven dat zij nog van waarde zijn voor hun medemens, daar gaat het misschien wel om."

6 Zelfmoord: "voltooid leven" is niet extreem genoeg om iemand te doden (VRT NWS, di. 29 okt. 2019)

Theoloog Hans van Eyghen (Vrije Universiteit Amsterdam) vindt niet dat je iemand kan vragen om euthanasie omdat jijzelf vindt dat jouw leven "voltooid" is. Met haar opiniestuk in *De Morgen* blaast Gwendolyn Rutten het euthanasiedebat nieuw leven in. Euthanasie moet niet langer voorbehouden zijn voor wie ernstig lijdt, maar moet mogelijk worden voor mensen wier leven "voltooid" is.

In vele reacties is men bezorgd. Een leven zou moeilijk als voltooid beschouwd kunnen worden. Ook zou er beter op warme zorg ingezet kunnen worden dan. De reacties missen volgens mij het morele punt: doden is moreel verkeerd.

De moraliteit van doden

De meeste grote religies verbieden het doden van mensen uitdrukkelijk. Voor christenen en joden gaat het verbod op doden terug op de 10 geboden. Ook onder niet-religieuze mensen is het idee wijd verspreid dat doden moreel verwerpelijk is en bestraft dient te worden.

De vele reacties missen het punt dat doden moreel verkeerd is

Net als bij de meeste morele regels is een verbod op doden *niet absoluut*. Het is niet zo lastig situaties te bedenken waarin doden verdedigbaar of zelfs te verkiezen is. Wanneer men door iemand te doden zichzelf of een derde kan redden, is doden aanvaardbaar.

Een andere overweging, die belangrijk is voor de discussie rond euthanasie, is dat iemand doden verdedigbaar is als men daardoor een einde maakt aan ernstig lijden. Op dit punt gaan religieuze en niet-religieuze mensen vaak uiteen; christenen betogen vaak dat elke wens om niet langer te lijden niet boven het verbod op doden gaat en niet-gelovigen betogen vaker dat dit wel mag.

Voldoet "voltooid leven" aan het extreme geval waarin 'iemand doden' toelaatbaar is?

Met haar pleidooi voor euthanasie bij voltooid leven haalt Gwendolyn Rutten een andere overweging erbij. Als het aan haar ligt, moet elke mens euthanasie kunnen krijgen als die zijn of haar leven als "voltooid" beschouwt. Aangezien er geen objectieve criteria lijken te bestaan voor wanneer een leven voltooid is, komt dit erop neer dat elke persoon zelf moet kunnen kiezen wanneer hij of zij sterft.

Euthanasie is geen zelfmoord

Ik meen dat Gwendolyn Rutten een fundamenteel punt mist in de discussie rond euthanasie. Euthanasie is geen zelfmoord. Wie euthanasie vraagt, vraagt een *derde* (een arts) om een einde te maken aan zijn of haar leven. Als we ons afvragen wanneer euthanasie toelaatbaar is, stellen we dus de vraag wanneer iemand aan een derde mag vragen hem of haar te doden.

Ik schreef hierboven dat vrijwel iedereen akkoord gaat dat doden verkeerd is. Ik schreef ook dat doden soms toelaatbaar is in extreme gevallen. We moeten ons dus de vraag stellen of een "voltooid leven" zo'n extreem geval is. Kan je van iemand vragen iets te doen dat moreel verkeerd is, omdat jijzelf vindt dat jouw leven "voltooid" is? Kan je verlangen dat iemand dit moet doen? Volgens mij is het antwoord hierop "nee". Als dit zo is, kan er geen *recht* zijn op euthanasie bij voltooid leven.

7 Suggesties voor een bezinnend gebedsmoment

(Breng mee: Evangelie, Z.J., CD DDW15 en Cd-speler)

7.1 Laat het gedicht van Ida Gerhardt Genesis (over ouder worden) eerst stil lezen en laat daarna expressief voorlezen

Genesis *(Ida Gerhardt)*

Oud worden is het eindelijk vermogen
ver af te zijn van plannen en getallen;
een eindelijke verheldering van ogen
voordat het donker van de nacht gaat vallen.

Het is een opengaan van vergezichten.
een bijna van gehavendheid genezen;
een aan de rand van tijdeloosheid wezen.

Of in de avond gij de zee ziet lichten.

Het is, allengs, een onomstotelijk weten
dat gij vernieuwd zult wezen en herschapen
wanneer men van u schrijven zal:

'ontslapen'.

Wanneer uw naam op aarde is vergeten.

7.2 Evangelielezing: Uit Lucas 2, 25-33 Jezus wordt in de tempel gebracht

7.3 Lied Z.J. 610 Vernieuw Gij mij, o eeuwig licht (Uitvoering op DDW 15 nr. 7; eveneens op Youtube <https://www.youtube.com/watch?v=0e76obcNhwE>)

7.4 Gebed van een Engelse kloosterzuster uit de 17^e eeuw in Canterbury

Heer, Gij weet beter dan ik dat ik oud word.
Hoed mij voor de noodlottige gewoonte te denken
dat ik bij elke gelegenheid en in alle omstandigheden
iets moet zeggen.

Bevrijd me van de obsessie
orde te willen brengen in andermans zaken.
Maak mij bedachtzaam maar niet humeurig,
gedienstig maar niet bazig.

Ik vind het jammer geen gebruik te kunnen maken
van mijn uitgebreide ervaringswijsheid,
maar Gij weet Heer, dat ik nog wat mensen te vriend wil houden.
Weerhoud mij ervan eindeloos in details te treden,
maar help mij vlot ter zake te komen.

Laat mij zwijgen over mijn kwaaltjes en pijnen,
ofschoon ze almaar toenemen.

Ik durf U niet te vragen het zo ver te brengen
dat ik graag luister naar het verhaal van andermans leed,
maar help mij in alle geval het met geduld te aanhoren.

Ik durf U niet te vragen om een beter geheugen,
maar geef me steeds meer nederigheid en minder eigenwijsheid
wanneer mijn herinneringen niet kloppen met die van anderen.
Leer mij de kostbare les dat ik me wel eens kan vergissen ...

Waak over mij

Ik heb niet zoveel zin om heilig te worden:
sommige heiligen zijn moeilijk te volgen.

Maar een oude zuurpruim is zeker
een van de belangrijkste uitvindingen van de duivel.

Zorg dat ik in staat ben het goede te zien,
waar ik het niet verwachtte,
en talenten te erkennen bij mensen
bij wie ik die niet vermoedde
en geef mij de genade, Heer, hun dat ook te zeggen.

7.5 Tot slot een tekst van Hermann Hesse *in vertaling van Lut Debroey*

DE DROEFHEID VAN HET LEVEN IS DAT WE TE VROEG OUD WORDEN, EN TE LAAT WIJS.



ons helpt te leven.

We moeten elke fase stap voor stap doorlopen,
er niet in blijven wonen als een thuis
maar ongekluisd zoeken naar de geest
die ons verruimt en optilt en doet hopen.

Want wie zich nestelt in een levenssfeer
zal moe en futloos worden en vergrijzen
slechts wie bereid is te vertrekken en te reizen
ontsnapt aan de gewenning en 't weleer.

Ook bij het laatste afscheid zullen we wellicht
naar nieuwe verten kijken zonder vrezen,
het leven blijft ons roepen naar het licht,
laat ons dan afscheid nemen en genezen.

Fasen

Zoals elke bloesem
verwelkt en elke jeugd
voor de ouderdom wijkt,
bloeit elke levensfase,
bloeit elke wijsheid en
elke deugd
te zijner tijd en mag niet
eeuwig duren.

Als het leven ons roept
met al zijn kleuren
moeten we scheiden van
wat is geweest,
moedig en zonder treuren
ons overgeven,
aan nieuwe taken in een
nieuwe geest.
En elk begin heeft zijn
betovering
die ons beschermt en die

Aan- en opmerkingen aan guido.debonnet@skynet.be