

Filmrecensie

Jojiro Takita, **Departures**.

Wild Bunch, Japan 2008
(Oscar Beste Buitenlandse
film), 125 minuten,
DVD, Blu-ray, € 24,90.

Ritueel maakt verzoening mogelijk

'U kunt naar voren komen om afscheid te nemen. Laten we als afscheidsgroet de handen samen vouwen. Nu is het moment gekomen om de kist te sluiten.' Zojuist voltooide Daigo Kobayashi de ceremonie van het opbaren van de overleden mevrouw Yamashita, met rust, aandacht, waardigheid en precisie. Hij heeft haar gewassen, aangekleed in een prachtige kimono, mooi opgemaakt en in haar kist gelegd.

Japan kent een cultuur waarin men een dode in het bijzijn van familie wast en verfraait om zo afscheid te nemen van de overledene. Voor de dode is dit afscheid tevens een voorbereiding op een volgend leven. De ceremonie moet snel, zorgvuldig en met elegante bewegingen gebeuren. Zo is er geen blote huid te zien, niets dat choqueert. De familie zit erbij. Soms zwijgend of huilend, soms elkaar heftige verwensingen en beschuldigingen naar het hoofd slingerend. Jarenlang opgekropte woede, leed en schuldgevoelens vinden een uitweg. Het is een aanzet tot rouwverwerking. Het ritueel maakt verzoening mogelijk. Er komen gevoelens vrij die anders vast zouden blijven zitten in een onontwarbare kluwen van emoties.



Daigo en zijn baas Sakasi worden dan ook vaak op ontroerende wijze bedankt dat hun geliefde zo mooi wordt 'heengezonden'. Wel is er een schril contrast tussen deze warme dankbaarheid en de manier waarop 'mensen die hun brood met de dood verdienen' in de samenleving worden bejegend. In Japan is het taboe om over de dood te praten. Zij die in aanraking met de dood hun brood verdienen, zijn onrein. Iemand die het beroep van 'kister' (*noki*) heeft, wordt uitgestoten, veracht. Daar ga je niet mee om. Deze tegenstelling, enerzijds de dankbaarheid van familie

en anderzijds het taboe op dit werk, heeft een grote impact op het leven van Daigo. Zo durft hij eerst niet aan zijn vrouw Mika te vertellen wat voor werk hij doet. Maar Daigo begint van het beroep te houden. Zijn baas en de secretaresse begrijpen wat Daigo als nieuweling in het vak moet doorstaan om angst en afschuw te overwinnen en helpen hem daarbij. Het lot heeft hem hier gebracht en het werk voelt als een roeping.

De film is aanvankelijk wat komisch. Hij balanceert af en toe op een dunne lijn van oprechte gevoelens, sentiment en kleffe

kitscherigheid, maar behoudt toch stijl en klasse. Het thema ‘verzoening met het leven door het omgaan met de dood’ speelt een belangrijke rol. In de film wordt de dood, als onderdeel van het dagelijks leven, minder afschrikwekkend. Duidelijk wordt dat goed afscheid nemen van overledenen, het leven van nabestaanden zinvoller, rijker maakt.

De film biedt mogelijkheden tot reflectie op de eigen omgang met een zojuist overleden geliefde. Hoe ga je om met je eigen angst en afschuw voor een dood lichaam? Voor geestelijk verzorgers kan de film inspiratie bieden om na te denken over een ritueel rond de lichamelijke verzorging van de overledene. Een ritueel rond de opbaring van het lichaam kan nabestaanden helpen emoties rond het overlijden beter te verwerken.

Ina Brouwer, oud-docent Universiteit voor Humanistiek, supervisor (www.zininzelfonderzoek.nl), begeleidt filmgesprekken en organiseert *Mensenlevens in films*, een filmcursus van vier bijeenkomsten waarin zelfonderzoek en zingeving van de deelnemers centraal staan.

Daniel Klein, **Steeds als ik de zin van het leven te pakken heb, komen ze met iets nieuws. Levenslessen van grote filosofen.**

Vertaald door Arian Verheij.
Amsterdam: Atheneum-Polak & Van Gennep 2015.
ISBN 979 90 253 07462.
192 pag., € 14,99.

Dat een mens op veel verschillende manieren zin kan vinden in het leven of zin kan geven aan het leven weten wij als geestelijk verzorgers wel, maar dat de variatie zo groot is als Daniel Klein laat zien, verraste mij toch wel. In dit boekje beschrijft hij van bijna veertig denkers hun opvattingen over de zin van het leven. Zijn selectie gaat van Epicurus en Aristoteles via Hume en Machiavelli tot Sartre en Niebuhr. Ook de opvattingen van Jesaja, Prediker en Jezus passen de revue. Elk hoofdstukje begint met een sprekend citaat van de betreffende denker, een korte aanduiding van de stroming waartoe hij behoorde of behoort en zijn geboorte- en eventueel sterfjaar. Vervolgens reflecteert Klein op dit citaat. Het boek sluit af met een handige begrippenlijst waar alle ‘behandelde’ filosofische stromingen kort worden beschreven.

De oorsprong van dit boek ligt in de citatenverzameling die Klein als student filosofie veertig jaar geleden aanlegde, en die hij recentelijk terugvond op zolder. Hij besloot deze verzameling te hernemen en te voorzien van nieuwe reflecties, zowel op de citaten als op zijn eerdere commentaar, en aan te vullen met nieuwe citaten.

Dit project heeft een zeer leesbaar boek opgeleverd. Elk hoofdstukje beslaat slechts enkele pagina’s, het boek is met vaart en humor geschreven (en vertaald) en ingewikkelde zaken worden begrijpelijk uitgelegd. Verfrissend is ook dat de schrijver zichzelf en anderen veelvuldig op de hak neemt

of anderszins relativeert. Niet verwonderlijk dat dit boek wekenlang in de Boeken-Top-Vijf van het dagblad *Trouw* heeft gestaan.

Opvallende rode draad in dit boek is dat de zin van het leven betrekking blijkt te hebben op de vraag naar de juiste manier van leven (p. 10), ook wel het goede leven genoemd (p. 11). Daar moderne westerse filosofie zich niet met deze vraag bezighoudt (maar met kennisleer en logica), laat hij denkers die tot deze stroming behoren buiten beschouwing. Om een indruk te geven van de inhoud van het boek geef ik een paar voorbeelden van citaten die een levensles bedoelen te zijn met betrekking tot de juiste manier van leven. Marcus Aurelius zegt: ‘Doe alles in je leven alsof het je allerlaatste daad was’ (p. 173). Nietzsche zegt: ‘Het geheim om de grootste vruchtbaarheid en het grootste genot van het leven binnen te halen luidt: gevaarlijk leven!’ (p. 51). En van Frankl wordt geciteerd: ‘Leef alsof je voor de tweede keer leeft en alsof je de eerste keer verkeerd gehandeld hebt’ (p. 161). Klein beschrijft vervolgens telkens hoe hijzelf en anderen over het geciteerde motto hebben nagedacht of het in praktijk hebben gebracht en wat dat aan inzichten heeft opgeleverd. Ik vond die inzichten vaak interessant en verhelderend, soms inspirerend en af en toe hilarisch.

Interessant is ook Kleins eigen ambivalentie. Enerzijds spreekt het existentialistische motto van Sartre hem het meeste aan: ‘zin moet je niet zoeken maar

maken, en wel helemaal zelf' (p. 50). Anderzijds schrijft hij aan de hand van een citaat van Ayer het volgende. 'Zelf ben ik een agnost die nog steeds hoopt dat hij ooit [...] een glimp van een Goddelijk Wezen zal opvangen. Dat een briljant scepticus als Ayer zoiets heeft gezien vind ik echt troostrijk. Ik ben maar al te graag bereid om mijn 'onbuigzame twijfel' aan het wankelen te laten brengen' (p. 142). Misschien hoort die ambivalentie wel bij de zin van het leven: veranderlijk, want onderhevig aan ervaringen en ontwikkelingen. De auteur komt uiteindelijk tot de conclusie dat wanneer je bewust je levensdoel kiest, 'je leven rijker wordt' (p. 183).

Het boek heeft ook een duidelijk minpunt, wat mij betreft. Onder de veertig denkers die Klein bespreekt is niet één vrouw. Ik kan mij niet voorstellen dat er in al die eeuwen in al die stromingen niet ten minste één vrouw iets heeft geschreven wat voor dit thema van betekenis is. Bizar dat Klein daar geen zin aan besteedt.

Voor geestelijk verzorgers lijkt mij dit een zinvol boek. Het verbreedt de horizon van de lezer met betrekking tot manieren om over de zin van het leven te denken, waardoor hij of zij een betere luisteraar en gesprekspartner wordt voor patiënten, cliënten en bewoners.

Anneke de Vries, geestelijk verzorger, pastoraal supervisor en KPV-trainer Radboudumc

Koert van de Velde, Geen gezwef. Mindfulness zonder dat het mindfulness wordt.

Damon, Budel 2015.
ISBN 9789460362187,
160 pag., € 14,90.

De ondertitel van dit boekje suggereert dat wat als wijsheid geafficheerd wordt, in dwaasheid kan ontaarden. Op de achterflap lezen we dat veel mindfulnessadepten claimen dat het nut van mindfulnessmeditatie wetenschappelijk bewezen, niet religieus en daarom niet zweverig is. Van der Velde slikt dat niet voor zoete koek maar begint – als godsdienstwetenschapper en ervaringsdeskundige – een zoektocht naar de wortels en werking van de training, en de mythevorming eromheen. Hij pleit ervoor deze techniek niet bij voorbaat te omarmen maar er kritisch naar te kijken. Aangezien ik emeritus predikant ben en momenteel mindfulnessstrainingen geef aan medewerkers van een ziekenhuis, is mijn nieuwsgierigheid natuurlijk geprikkeld, omdat de vragen die hij opwerpt ook de mijne zijn.

Mindfulness, een achttweeke training, ontworpen door de Amerikaanse emeritus hoogleraar Jon Kabat-Zinn, geniet een ongekende populariteit. Overall in ons land schieten de trainingen als paddestoelen uit de grond. Schatplichtig aan het boeddhisme, heeft Kabat-Zinn een training ontworpen die geheel op Westerse leest is geschoeid. Dat betekent voor velen dat alles wat ook maar

enigszins naar religie zweemt, er uit is gefilterd. Mindfulness zou als neutrale *tool* ingezet kunnen worden om overbelaste, gestresste en naar rust snakende mensen te helpen weer greep te krijgen op hun leven: minder depressiviteit, burn-out, pijn en stress, en meer balans en welbevinden. En daar wordt doelgericht naar toegewerkt. Hetgeen weer haaks staat op het boeddhistische gedachtengoed, waarin – het verlangen en streven voorbij – gelijkmoedigheid en onthechting centrale noties zijn.

In acht korte hoofdstukjes zet de auteur uiteen waar mindfulness als helend en – ja! – als religieus kan worden aangemerkt en waar het wordt ingezet voor minder onschuldige doelen. Immers, in tal van maatschappelijke sectoren, o.a. het bedrijfsleven, wordt mindfulness aangeboden of zelfs verplicht gesteld om de effectiviteit en productiviteit van werknemers te verhogen. Een evenwichtig mens functioneert beter, dus presteert meer. Misschien gechargeerd: een uitgebalancheerde soldaat met een sereen gemoed is een betere vechtmachine. Een heilloze ontwikkeling.

Minder gevaarlijk maar niettemin onwenselijk is mindfulness voor te stellen als levensbeschouwelijk neutraal en wetenschappelijk onomstotelijk bewezen. Daar valt van alles op af te dingen. Het gros van de mensen is zoekend naar zin, naar iets wat de alledaagse platte werkelijkheid ontstijgt. Losgezongen van de traditionele

christelijke geloofskaders (veelal hiërarchisch, paternalistisch en dogmatisch) leeft er in mensen een groot verlangen naar heelheid en eenheid. Of het nu gaat om je dagelijkse zenmomentje of niet meer of minder dan een staat van mystieke verbondenheid: je kunt simpelweg niet meer volstaan met de grove tegenstelling kerkelijk/gelovig/christelijk enerzijds en geseculariseerd anderzijds. Dat zinzoekers menen zich die eenheid en heelheid te kunnen toeëigenen is niet alleen een kwestie van verlangen of hoop maar ook van geloof, waarbij de zoektocht er naar minstens zo belangrijk is.

Menen dat de effectiviteit van meditatie bewezen kan worden is één, geloven dat het een spirituele weg kan zijn, naar zelfinzicht of naar dat wat het zelf overstijgt, is iets heel anders. De Belgische psychiater en mindfulnesstrainer Edel Maex, bij wie de auteur zijn licht heeft opgestoken, zegt er dit over: 'Mindfulness is eigenlijk religieus, biedt wat de traditionele religies ook bieden, zoals stilte en inkeer. Er zit een gerichtheid op heelheid in, op inzicht, wijsheid en mededogen.' Ook Kabat-Zinn beschouwt de training als religieus, ook al heeft hij mindfulness gestript van haar boeddhistische kanten.

Het is razend knap hoe de auteur in zo'n kort bestek een doorwrocht en puntig relaas biedt. Scherp en vilein soms, geestig vaak, maar nergens respectloos of meesmuilend. Mindfulness mag dan gereduceerd worden tot een techniek of aantoonbaar neurologische veran-

deringen bewerkstelligen, toch beweegt ze zich eerst en vooral op het terrein van het hart en de ziel. Beide aspecten, zowel het bieden van een techniek om stress te hanteren als het bieden van een heilzaam zingevend systeem, kom ik in mijn training tegen. Het is dus zaak om in de toekomst mindfulness veilig te stellen tegen alles wat afbreuk doet aan wat ze vermag: een wijze en integere manier om jezelf te herijken in het licht van wat onnoembaar en onzichtbaar is, wat voor immanente of transcendente beelden of voorstellingen je daarbij ook hebt.

Een punt van kritiek: de – ongetwijfeld grappig bedoelde – woordspelingen als mindfulness, doeddhisme en krompassie hadden voor mij niet hoeven. Voor het overige is het een fascinerend boekje, dat mij als steeds vrijzinniger gelovige en mindfulnesstrainer geholpen heeft om mijn eigen twijfels en onzekerheden aangaande mindfulness te verhelderen.

Annelies van Setten, mindfulnesstrainer voor medewerkers en voormalig ziekenhuispredikant in Tergooizekenhuizen, Hilversum/Blaricum

Marc Desmet, **Euthanasie: waarom niet? Pleidooi voor nuance en niet-weten.** Lannoo, Tiel 2015. ISBN 9789401426664, 320 pag., € 19,99.

De Belg Marc Desmet heeft een boek geschreven rond het vraagstuk euthanasie. De titel is dub-

belzinnig en zeker ook zo bedoeld. In vijftien hoofdstukken pakt Desmet telkens een onderwerp bij de kop en belicht op deze manier genuanceerd de vele facetten van het onderwerp euthanasie. Hierbij gaat het vaak om posities die elkaar lijken uit te sluiten, zoals palliatieve zorg versus euthanasie, zelfbeschikking en hulp vragen, lijden en medelijden.

Desmet is als arts actief betrokken in de medische begeleiding van patiënten, maar hij voert de dodende handeling uit principe zelf niet uit. Deze keuze komt voort uit zijn levenshouding als Jezuïet. Desmet benadert vanuit een houding van niet-weten euthanasie echter wel als optie, waardoor er direct ruimte ontstaat om te komen tot een gesprek. Desmet is een arts met oog voor de geestelijke dimensie. Hij gaat het gesprek aan met de patiënt, diens omgeving en de betrokken hulpverleners en vervult daarmee ook een coördinerende rol. Het is bijzonder hoe hij door zijn openheid over zijn persoonlijke opvattingen minstens twee bruggen slaat, namelijk over de kloof tussen palliatieve zorg en euthanasie en over de kloof tussen de lichamelijke en de spirituele dimensie.

Desmet schuwt de heikele punten niet. Hij gaat in op de rol die maatschappij en cultuur spelen bij het omgaan en beoordelen van lijden. Hij geeft aan dat de vraag niet is of je euthanasie doet of niet, maar dat de vraag is 'hoe doe je wat je kiest goed?'. Hij bepleit in dit verband onder andere een

goede doorverwijzing als een arts ervoor kiest om een patiënt niet tegemoet te komen in zijn of haar verzoek. Desmet constateert ook een ontwikkeling in het denken over euthanasie als optie in geval van lichamelijke lijden naar euthanasie als hulp bij (humane) zelfdoding om het levenseinde zelf te bepalen ('klaar zijn met leven'). Desmet laveert in dit boek tussen Scylla, oog voor het belang en de noodzaak van de persoonlijke afweging binnen een uniek levensverhaal, en Charybdis, waakzaamheid voor de beroepshouding van betrokkenen en de maatschappelijke consequenties van een optelsom van op zichzelf staande gevallen. Hoe meer euthanasie wordt toegepast, des te normaler kan het worden als mogelijke handwijze. Maar dit mag volgens Desmet niet leiden tot vanzelfsprekendheden in de omgang met het sterven van een mens. De waarde van elk afzonderlijk leven blijft voorop staan.

Waar het gaat om zorg en aandacht voor lijden, stelt Desmet dat lichamen lijden verweven is met emotioneel en geestelijk lijden en dat de geestelijke dimensie vaak beslissend is. In het Nederlandse debat over euthanasie zie ik een toenemende aandacht voor deze verwevenheid. En misschien is het wel de essentie van zijn benadering als hij zegt dat mensen mogen sterven zoals ze kunnen. Dit houdt bijvoorbeeld in dat er niet open gecommuniceerd hoeft te worden als iemand dat nooit gedaan heeft in zijn leven, of dat iemand sterven mag zonder veel lijden te kunnen verdragen,

als de persoon in kwestie in zijn leven op dat vlak weinig heeft meegemaakt.

Vanuit zijn praktijkervaring en levenshouding nodigt Desmet de lezer uit tot reflectie die zeker ook geestelijk verzorgers kan helpen in de persoonlijke gedachtevorming ten aanzien van hun eigen bijdrage in de zorg rond het levenseinde. Het gaat in dit boek niet zozeer om de vraag naar euthanasie en het er wel of niet mee eens zijn, maar om de vraag wat voor een individu in een gegeven situatie een goede dood kan zijn.

In een korte recensie als deze is het niet doenlijk alle facetten die Desmet belicht zelfs maar te noemen. Ik noem er nog één, dat mijzelf na aan het hart ligt: zelf beschikken doet een mens in verbinding. Autonomie is een belangrijk principe, maar geen mens staat in de behoefte aan zorg volledig op zichzelf. Dit boek was al op de markt toen het rapport van de Commissie Schnabel naar buiten kwam, maar vormt een goede respons op de nogal gepolariseerde discussie die hierop is gevolgd in de media. *Euthanasie: waarom niet?* is een zeer nuttige gids voor geestelijk verzorgers die willen uitgroeien tot levenseinde-consulent.

Marjolein Rikmenspoel, geestelijk verzorger en publicist (www.notos.info)

Hendrik Groen, Pogingen iets van het leven te maken. Het geheime dagboek van Hendrik Groen, 83 ¼ jaar.

Meulenhoff, Amsterdam
2014. ISBN 9029089970,
328 pag., € 18,99.

De opvolger van dit boek, *het nieuwe geheime dagboek van Hendrik Groen, 85 jaar*, ligt inmiddels in de schappen. Het eerste dagboek van Hendrik Groen (wie achter dit pseudoniem schuilt is tot dusver onbekend) was vorig jaar een enorme hit in de boekwinkels. Ik las het boek in de zomer van 2014, naar aanleiding van een functioneringsgesprek met mijn leidinggevende. We hadden het over het bewonersperspectief. We waren beiden van mening dat het kennen van dit perspectief belangrijk is voor het leveren van goede zorg voor ouderen. Toen vertelde mijn leidinggevende mij dat hij zich kostelijk had vermaakt met het geheime dagboek van Hendrik Groen. Ik was nieuwsgierig en leende het boek in de bibliotheek. In *Pogingen iets van het leven te maken* beschrijft Hendrik Groen, 83 ¼ jaar, hoe hij het jaar 2013 heeft doorgebracht. Van de buitenkant ziet Groen eruit als een saaie en brave oude heer. Maar hij heeft ook een levenslustige en humoristische binnenkant, en die wil hij laten zien in zijn dagboek. Hendrik Groen is een alleenstaande man die leeft in een bejaardenhuis in Amsterdam Noord. Zijn vrouw is jaren geleden overleden en zijn dochter leeft ook niet meer. Kleinkinderen lijkt hij niet te

hebben. Groen observeert zijn eigen leven, dat van de andere bejaardenhuisbewoners en het personeel en neemt daarin ook dagelijkse berichten uit de Nederlandse media mee. Het valt niet mee om nog iets van het leven te maken. Krakende botten en kwalen, betuttelende en neerbuigende zorgverleners en vooral klagende medebewoners maken het Groen niet gemakkelijk. De pastoor en de dominee, die elke week afwisselend een viering verzorgen, geven Groen ook geen steun. Twijfelende bewoners bezoeken hun vieringen, omdat ze bang zijn voor de dood. Groen echter richt zich liever op het leven. Samen met zijn beste vriend Evert richt hij de oud-maar-niet-dood (OMANIDO) club op. Hij, Evert en nog vier andere vrienden beleggen wekelijks rijkelijk met alcohol besproeide bijeenkomsten om de beurt bij iemand thuis, organiseren dagtripjes en saboteren de dagelijkse routine van het bejaardenhuis. De leiding volgt de ontwikkeling van OMANIDO met argwaan,

andere bewoners spreken er schande van of zijn afgunstig. Maar Hendrik Groen en zijn vrienden trekken zich van niemand wat aan en gaan hun eigen gang. Ik heb me kostelijk vermaakt met het dagboek van Groen. Maar ik las het boek ook vanwege het bewonersperspectief op ouder worden en zorg. Ik vind dat Groen in het uitwerken van dit perspectief geslaagd is. Bij afdelingshoofd Roos en directrice Stelwagen kon ik direct autoritaire zorgverleners plaatsen die ik me herinner uit mijn loopbaan. Ook de verstikkende roddel en achterklap in het verzorgingshuis door bewoners vind ik goed getroffen. Hoewel ik niet herken dat bewoners overwegend de viering bezoeken uit angst voor de dood, merk ik wel dat de mensen met wie ik liturgie vier, overwegend traditioneel zijn ingesteld. Mondige types als Groen spreek ik vrijwel alleen op de afdelingen, eerder ondanks dan dankzij mijn titel geestelijk verzorger. Als de mondige bewoner eenmaal doorheeft dat een gees-

telijk verzorger toch echt niet de prediker van hel en verdoemenis is die de pastoor en de dominee zijn in het dagboek van Groen, is het ontstaan van ondersteunend contact goed mogelijk. *Pogingen iets van het leven te maken* onderzoekt op een humoristische manier hoe de mondige oudere van nu en van de nabije toekomst naar zijn leven zou kunnen kijken. Kennis van dit perspectief is volgens mij noodzakelijk om ook voor deze nieuwe groep ouderen aansluitende zorg te bieden. Tegelijkertijd laat het dagboek zien dat het imago van de geestelijk verzorger onder mondige ouderen nog niet goed aansluit bij hoe geestelijk verzorgers van nu *echt* werken. Er ligt dus een mooie taak voor onze beroepsgroep om die werkwijze duidelijk te maken aan de 70.000 mensen die het eerste boek van Groen al gelezen hebben.

Archie de Ceuninck van Capelle,
geestelijk verzorger in Tilburg