

## **Verslag lezing 'het levenseinde in deze tijd', door Ton van Osch, 31-10-2013**

Gehouden op Novaliscollege te Eindhoven, organisatie door Antroposana Eindhoven

Kijken naar het leven en sterven doet Ton vanuit het teken van de lemniscaat. De lemniscaat is een beeld voor de relatie tussen het ene en het andere. Bijvoorbeeld de relatie tussen jezelf en de wereld, tussen jezelf en je medemens, tussen je geestelijke kant en je lichamelijke kant. Maar je kunt het ook kijken in de tijd, bijvoorbeeld de relatie van je levensloop tot je geestelijke impulsen en motieven. De gezichtspunten die hier oplichten zijn van belang bij het kijken en het nemen van besluiten op de weg naar het levenseinde.

De problematiek hoe je te verhouden tot het levenseinde is ook erg actueel in de media. Kijk naar de discussie rondom euthanasie.

Hoe komt het dat zoveel mensen door dit thema worden beroerd? Wat voor proces speelt daar? Wanneer we in de huidige tijd geheel leven naar de beelden die de moderne wetenschap van de mens en de wereld heeft ontwikkeld, dan leef je met het beeld dat er na de dood helemaal niets meer is. Alles houdt op te bestaan, het leven, je ego, je impulsen voor de wereld en je medemens. Mensen die sterven met dat beeld voor ogen hebben dan geen verder perspectief meer. Er ontstaan allerlei gevoelens bijvoorbeeld van wanhoop, angst, verdriet. In dat kader hebben pijn, verdriet, lijden geen enkele zin meer. Ze zijn het enige wat overblijft aan het eind van het leven. Er is immers niets meer na de dood. Het is dan heel invoelbaar als mensen vragen om hulp bij het sterven in de vorm van euthanasie. En die hulp wordt dan ook geboden. Heb je enig gevoel voor de stervende medemens en leef je echt mee in het beeld waar de stervende in leeft, dan wordt dat de enige optie. Het beeld van de overblijvende pijn en het perspectief dat er na de dood helemaal niets meer is, dan is hulp in de vorm van euthanasie een vorm van medelijden, een vorm van barmhartigheid. Mensen met moreel gevoel, mensen met gevoel voor medelijden snappen dat. Een rechter begrijpt dat, de helper gaat niet de gevangenis in. Mensen begrijpen dat medelijden ook, ook als arts kun je dat begrijpen. En mensen in de laatste levensfase vragen deze hulp tegenwoordig ook niet meer voorzichtig, ze eisen het. Immers het is een daad van medelijden. Medelijden waar je 'recht' op hebt. Wat moet je dan als arts zeggen? Volg je het medelijden dan is euthanasie de enige oplossing. Kies je niet voor euthanasie dan voelt dat als arts koud, kil en hardvochtig, je merkt dat ook de patiënt en de familie je hardvochtig vinden.

Maar als we vinden dat er na de dood helemaal niets meer is. Als we werkelijk vinden dat de hoogste vorm van menselijkheid er in gelegen is om mensen uit hun lijden te verlossen, we spreken dan van menswaardig sterven, waarom doen we dan zo moeilijk bij euthanasie en palliatieve sedatie. Waarom moeten er dan allerlei regeltjes worden gemaakt wanneer we dit wel mogen toepassen en wanneer niet. Waarom vinden we het dan moeilijk als iemand bij palliatieve sedatie een 'beetje' overdosis krijgt toe gediend? Waarom voelen de artsen zich dan zo aangevallen en klem zitten? Het zit hem in het 'beeld' wat je hebt van je zelf, de wereld en het hiernamaals. Hebben we het beeld van de mens als een soort machine, en na de dood is er niets meer. Vanuit die visie moet je het in het hier en nu goed en gezellig hebben. En is het oplossen van het lijden te billijken als net beschreven. Maar er zijn er ook vele mensen, uit vele godsdiensten, religies en andere geestesstromingen, die wel leven met beelden van een andere wereld na de dood. Dan is het nog maar de vraag of het goed is om eerder uit het leven te stappen. Dan is de vraag van de zinloosheid van het lijden niet zonder meer met ja en nee te beantwoorden. Veel mensen die het 'moeilijk' hebben met het vraagstuk rond het levenseinde, mensen die niet kiezen voor euthanasie hebben vaak besef van het leven na de dood. Dit besef, deze notie van de andere wereld kan gaan van nauwelijks ervaring hebben met de geestelijke wereld, maar er wel in 'geloven' tot meer of minder uitgesproken beelden en ervaringen hebben op dit gebied. De beelden worden dan gekleurd door de geestelijke stroming waar men zich dan verbonden mee voelt.

De reguliere wetenschap maakt studie van de aarde en de zintuiglijk waarneembare wereld. De Antroposofie maakt studie van de geestelijke wereld. Het is de wereld van voor de geboorte en na de dood. Het is de wereld van waaruit de mens zijn morele impulsen vormgeeft en dit in zijn leven inweeft. Het is van die wereld dat eigenlijk de zingeving in ons leven de impuls krijgt. In het navolgende stuk van de voordracht proberen we een aantal aspecten vanuit die studie te laten oplichten.

Het menselijk leven op aarde ontstaat uit de liefde tussen man en vrouw, het geboorteprocess is geen pretje, doet pijn, je moet afzien. En dan komt het kind en is alle leed achter de rug. In tegenstelling tot de pijn bij het sterven zeggen we van de pijn bij de geboorte niet zo gemakkelijk dat het inhumaan, onmenselijk is. Na de geboorte komt de placenta, wordt weggegooid of begraven. Maar die placenta is iets speciaals en heeft ook te maken met het levenseinde. De placenta zit eerst helemaal om de ongeboren vrucht heen. Het activeert, voedt en laat het embryo groeien. Vanuit de omgeving werkt het, op het zich ontwikkelende vruchtje. Bij de geboorte sterft de placenta. Maar de erbij behorende krachten van de placenta, sterven niet en blijven gedurende het hele leven werkzaam. Ze werken vanuit de omgeving aan de mens. Ze zijn in de omgeving van de mens opgelost en actief. Ze leven in het licht en de impulsen die op de mensen afkomen. Hierbij horen ook de dieren, planten en verdere leefomgeving van de mens. In het begin worden die krachten gedragen door vader en moeder en de verdere familie. Later door de school en je vrienden en kennissen, de mensen om je heen. Dit alles is beeld voor de placenta.

Het is spannend om te zien dat de aanleg van het bloed begint in de placenta. Bij de geboorte is het middelpunt van het bloed verschoven naar het hart. Onze Ik beleving is verbonden met het bloed. Als je 'ik' zegt wijs je op je hart, het vertrekpunt van je eigen bloed. Je kunt zeggen ons bloed is drager voor ons Ik. Dat stroomt voor de geboorte door de placenta en door het lichaam in aanbouw. Met de geboorte blijft het Ik verbonden met de bloedstroom en het hart. Het andere deel sterft mee met de placenta en werkt vanaf de geboorte van buiten af. Hieruit kunnen we zien dat ons Ik op tweevoudige wijze aan ons werkt. Via ons bloed in onze lichamelijkeheid en via onze omgeving van buiten af aan ons. In de mensen om ons heen stroomt een stukje van ons Ik. We kunnen hierin vermoeden wat het belang was in de geschiedenis van bloedverwant te zijn. De invloed vanuit de omgeving blijft je hele leven werkzaam. In het begin van het leven is de mens nog heel hulpbehoevend, komt er veel hulp vanuit de omgeving. Wordt ons Ik nog sterk gedragen door die omgevingskrachten. Dan komt in het leven de fase dat we vanuit ons middelpunt en de lichamelijkeheid werken. Aan het eind van het leven worden we weer hulpbehoevend en wordt ons Ik In de herfst, zoals nu, verwonderen we ons over de mooie kleuren. De boer wacht met oogsten van het graan tot het gras, de halm, helemaal geel en dor is geworden. Als dan de zon de plant heeft verschroeid en geroosterd wordt er geoogst, dan is de kans op nieuw leven het grootst. Ons Ik wordt bij het levenseinde weer sterker gedragen door onze omgeving. Om bij het sterven geheel in de omgeving op te lossen. We zeggen dan dat we in de geestelijke wereld zijn binnen getrokken. Zie hier het belang van de hulp van onze medemens bij ziekte en sterven. In moeilijke tijden wordt ons Ik gedragen door moeder, door de verpleegster, door de 'mantelzorgster'. Gedurende het gehele leven is er een ademhaling tussen ons centrum, onze lichamelijkeheid en onze omgeving. Dat kan ook strijd betekenen. Zie hoe veel kinderen moeite hebben om in de polariteit centrum en omgeving hun positie te bepalen. Kijk bijvoorbeeld naar de allergieën. Langzamerhand nemen we de krachten vanuit de omgeving in ons op. Verassimileren ze en geven ze weer terug aan de omgeving. Kijk wat er gebeurt in ons ademen en tijdens het slapen en waken. Als het dag is verbinden we ons met onze lichamelijkeheid en zien naar de wereld. In de nacht verbinden we ons met de geestelijke wereld, met onze placenta. En werken we vanuit de periferie naar ons centrum. Daar weten we dus weinig van, maar de krachten werken door.

Kijken we met dit beeld van centrum en periferie naar het beeld van de plant. De plant met zijn wortel, blad, bloem. In de bloeitijd ontstaat het zaad. Aan het einde van het seizoen verspreidt zich

dat, de rest van de plant gaat verloren. De plantengestalte kunnen we aanzien als zijn stoffelijk lichamelijke zijn. De omgeving van de plant leeft in de zouten van de aarde, het water, het weer, maar ook de planeten, de zon en sterren hebben invloed. Als we een vergelijkend beeld maken met de mens dan kun je zeggen dat wat de zon is voor de plant, dat is het Ik voor de mens. De zon gaat 's morgens op en 's avonds onder. Overdag schijnt de zon van buiten aan de plant en in de nacht werkt de zon door de aarde heen.

Bij de plant wordt de gestalte, de structuur naar boven toe steeds ingewikkelder en verfijnder. De wortels zijn vaak plomp, lelijk en ongevormd. In de bloem wordt alles verfijnd en gestileerd. Zoals dat voor de gestalte geldt, geldt dit ook in de plant voor de stoffen. De etherische oliën in de bloem zijn ingewikkelder dan de zoutachtige stoffen in de wortel. Na de bloei ontwikkelt de plant het zaad. Als je in het gebied van de zaadvorming komt, dan zijn daar de meest complexe stoffelijke structuren van de plant te vinden. Vooral de eiwitten zijn daar het meeste te vinden bij de gemiddelde plantengestalte. Onze moderne wetenschap bewondert de complexe structuur van de eiwitten en het er zich onder bevindende DNA. Zij stelt zich voor dat uit die complexe structuren het nieuwe leven wordt geboren. Al haar moeite gaat er in zitten om te ontrafelen hoe dan uit die ingewikkelde stoffen het nieuwe leven voortkomt.

Kijken we nog eens naar de ontwikkeling van de plantengestalte van wortel, naar blad, naar bloem. In die richting wordt de gestalte steeds ingewikkelder en verfijnder. Maar dan keert het om. In het zaad verdwijnt de gestalte en wordt onaanzienlijk bij de papaver of plomp en grof bij de kastanje. De plant en de bloemen verwelken. Vooral de bloem is erg snel verlept en bedorven. En het hoogste wat de plant daarna voortbrengt in het zaad is niet een nog meer ingewikkelde vorm maar een terug gaan van de vorm. Het zaad valt ook in de aarde terug en begint weer in de zouten en met de wortel te ontkiemen. De stoffen in de plant doen hetzelfde. Ze gaan van eenvoudig naar steeds ingewikkelder structuren. Met als meest ingewikkeld het DNA en de eruit voortvloeiende eiwitten. En dan wordt het weer amorf, ongevormd. We zien in de zaadvorming dus 2 principes op elkaar botsen. Enerzijds het steeds ingewikkelder worden van de stofstructuur en dan het uiteenvallen van die structuren. Bij het uiteenvallen van de stofstructuur komt de kiemkracht voor het nieuwe leven. Je kunt zeggen de plant gaat, als de vorm gebaren niet meer verder kunnen bewegen over in een stadium van chaos. En in de chaos wordt het nieuwe leven geboren.

Het gaat daarmee niet om de vorm, om de gestalte, maar om het uiteenvallen van de gestalte waarin het nieuwe leven wordt geboren. Bij het uiteenvallen van de stoffen, roept het krachten vanuit de kosmos op, zich met het zaad te verbinden. Als je de aura van het zaad kunt waarnemen kun je de aanzet tot de nieuwe gestalte zien. (zie het boek 'Wie erlangt man Erkenntnisse der Höheren Welten', van R. Steiner hoe je dat kan leren waarnemen). Die komt niet uit de eiwittenstructuren maar uit de levenskrachten van de zon die zich met het zaad verbinden als de stoffen vergaan. Kijk dus niet naar de eiwitten (het centrum), maar naar het ontstaan van de chaos (de omgeving) voor het ontstaan van het nieuwe leven.

Dit is het samenspel tussen het aardse en het geestelijke. Bij menselijke eiwitten gebeurt in wezen hetzelfde, ook daar speelt het spel van het ontstaan en vergaan. En in het vergaan van de eiwitten ontwikkelen we de kiemkracht voor het nieuwe leven. In die kiemkracht spiegelen wat we nieuw zullen gaan worden. Bij de plant is het zo dat de zaadvorming en het ontstaan van de kiemkracht zich ontwikkelt aan het eind van de plantencyclus in het jaar. Bij de mens is dit zaadvormingsproces, dit kiemvormingsproces iets wat het hele leven door gebeurt. Wij moeten dan aan het eind van het leven die kiemkracht nog uit het lichaam verzamelen voor het volgende leven. Vooral bij de ziektes en processen op het einde van het leven is de mens druk bezig met het verzamelen en losweken van de kiemkracht. Dit is een proces wat met pijn, verdriet en lijden gepaard kan gaan. Of voor veel mensen gaat het ook heel ongemerkt. Hun levenswijsheid getuigt dan van het stoffelijke er onder liggend proces.

Wat nu, als de plant geplukt wordt voordat het zaad gevormd is. Of als het zaad nog 'onrijp' is. In de herfst, zoals nu, verwonderen we ons over de mooie kleuren. De boer wacht met oogsten van het graan tot het gras, de halm, helemaal geel en dor is geworden. Als dan de zon de plant heeft verschroeid en geroosterd wordt er geoogst, dan is de kans op nieuw leven het grootst.

We zien bij het te vroeg oogsten geen nageslacht of een veel kwetsbaarder nageslacht. Wat doen we met de mens als we die te vroeg plukken? Denk aan euthanasie, dan komt er op overeenkomstige wijze een veel kwetsbaarder kiemkracht te voorschijn. Er ontstaat een kwetsbaarder nieuw leven. Ook de voorbereidingen na de dood voor een nieuw leven worden veel problematischer.

We kunnen ons een nog wat scherper beeld van die kiemkracht aan de eiwitten maken, als we ons realiseren dat in de eiwitvorming en ontvorming zich alle menselijke gedragingen spiegelen. Al ons handelen, al onze gevoelens en al onze gedachten worden aan de eiwitvorming gespiegeld. We kunnen onderscheiden in ons, handelingen en gedragingen die ons gelukt zijn, waarvan we ervaren dat ze moreel juist waren. Bijvoorbeeld handelingen uit liefde, uit oprecht en waarachtig medelijden. En er zijn ook handelingen, gevoelens en gedachten waarvan we merken dat ze niet gelukt, onvolkomen zijn. Een gelukke handeling geef je af aan de geestelijke wereld. Die stuwt zich niet aan de eiwitten maar bouwt onze blijvende geestelijke lichamelijke op. Wat nog niet gelukt is, stuwt zich aan de eiwitten. Die beelden, herinneringen, wil je meenemen naar de volgende wereld, het volgend leven. Als de mens in de laatste levensfase zit, komt hij meer tot vorm, de gestalte drukt zich krachtiger uit. En als die vormkrachten dan overgaan in de teloorgang van het lichaam, dan moet je eigenlijk heel blij zijn, je moet niet schrikken, niet bang zijn. Je ziet een mens die stervende is, maar die er voor gaat om alle herinneringen aan het leven, alle kiemkracht, omgevormd mee te nemen. Met eerbied kun je innerlijk de vraag voelen: wat gaat deze mens met deze geweldige krachten in een volgend leven doen. Mensen in de laatste fase van het leven hebben, vaak die vraag of dat gevoel niet. Ze beleven vooral de pijn en verdriet. En als ze alleen de beelden hebben van het niets na de dood, dan moet je ze helpen, leren om de juiste beelden te vinden. Ze een 'rotschop' geven de andere wereld in, onder het idee dat er daarna niets meer is, dat is vanuit de zojuist ontwikkelde gedachten de grootste vorm van onmenselijkheid. Het is dan menonwaardig sterven. Want je gaat voorbij aan het ontwikkelingsproces waar deze mens in zit. Hebt geen begrip en gevoel voor het scheppingswonder wat zich afspeelt. Je moet dan voorzichtig proberen uit te leggen dat het lijden zin heeft. Dat het leven zin heeft. Dat het leven een groot rad van metamorfosen is. Als mensen gevoel hebben voor de andere wereld, dan lukt het om dit gesprek te voeren. Als mensen geen gevoel hebben dan wordt het gesprek moeilijk of zelfs pijnlijk onmogelijk. Wat moet je dan als mensen in een veel vroeger stadium van het leven bij de dokter komen met een wens naar euthanasie? Je moet dan heel duidelijk zijn in wat je wel en niet kan doen. Verder is het goed om mensen dan uit te nodigen gedachten te vormen over de andere wereld. Als men dat niet wil, dan de wegen scheiden.

Als de mensen dat gesprek wel willen aangaan dan komen we er samen altijd uit.

Waar mensen het meeste bang voor zijn is de pijn die gaat komen. Maar gaandeweg het gesprek, de stappen die in het proces worden gezet, blijkt vaak dat de pijn uitblijft. Blijkt de context die de patiënt bij de andere mensen zag toch nooit zijn of haar context te zijn. Als iemand het dan bijna niet meer trekt, dan ga je praten over de mooie en krachtige dingen uit het leven. De pijn en het verdriet mogen er zijn. Ook het gevoel te weten dat anderen naast je staan is een krachtige manier om de pijn te verminderen. Bedenk daarbij dat de stervende meer leeft in de omgeving, in de ander dan in het eigen lichaam. Als het ik zich uit het pijnlijke lichaam kan losmaken omdat andere mensen zich lenen om daar aan een stukje geïncarneerd te zijn, dan hoef je minder in de wereld van de pijn onder te duiken.

Als je de moed hebt om elkaar in gesprek te gaan, op zoek te gaan naar nieuwe beelden, naar nieuwe gevoelens die inzicht brengen in het spirituele, dan helpt dat de mensen. Je helpt ze herinneren wat er allemaal is aan kracht uit de andere wereld en je helpt ze om beter daar in te staan en beter

voorbereid te zijn op het toekomstige leven. De keuzes die iemand maakt zullen anders zijn, en het behoedt voor nog meer leed.

De spirituele wereld moet je in de huidige sterk materialistische wereld heel bewust en actief naar zoeken. Die komt niet vanzelf naar je toe. Daar moet je je met je hart mee willen verbinden. Dat is iets heel anders dan de materiële beelden, die komen immers vanzelf op je af.

Veel mensen hebben angst. Je moet je angst overwinnen door positiviteit en onbevangingheid. Je moet leren om positieve, wel omschreven gedachten, gevoelens en wilskracht te hebben. Dat zijn de 5 oefeningen die R. Steiner ons geeft en die bekend staan als de 'Neben Übungen'. Boeddha zei het leven is louter lijden je kunt door oefeningen daar mee om leren gaan. De oefeningen versterken de krachten van de ziel die samenhangen met het hart.

Hoe is het bij ernstig gehandicapten en dementie?

Bij deze mensen zie je lijden, maar de mensen zijn vaak ook heel gelukkig. Dat lijden wordt beleefd in een andere bewustzijnstoestand dan wij hebben. Je moet dat lijden daarmee ook anders benoemen. Het lijden waar men meestal over spreekt is meer het lijden wat de omgeving heeft bij het aanzien en beleven van de situatie. De kunst is je te richten op het positieve. Als je terug komt uit de geestelijke wereld, komt ieder met zijn eigen opdracht terug. Ieder mens heeft een eigen opdracht. Ook het doormaken van een ziekte is een opdracht.

Hoe is dat als je jong sterft?

Dan spaar je levenskrachten voor het volgend leven die je nog verder moet uitwerken, bijvoorbeeld komt het terug als levenswijsheid. Je wordt dan als een bijzonder en wijs kind geboren. Die krachten verschijnen meer in de ziel.

En wat als je heel oud wordt?

In het proces van het omvormen en uitvormen hebben deze mensen een extra taak op zich genomen, ze worden stijf en zout. De op deze wijze gewonnen krachten kunnen worden gebruikt voor de opbouw van een nieuw lichaam. Je moet weten dat we incarneren in lichamen die door de aarde via vader en moeder ons worden tegemoet gedragen. Die lichamen worden langzaam aan zo vast en dicht dat we er straks niet meer in geboren kunnen worden. Door dit huidige lichaam zo krachtig te doorwerken kunnen we straks alsnog opnieuw geboren worden. Dit is niet alleen van belang voor de individuele mens die dit doormaakt. Onze leerervaringen gebruiken we niet alleen voor ons zelf maar we delen het met de andere gestorvenen en met de hogere geestelijke wereld die ons helpen om weer geboren te worden, zodat zij er ook van kunnen weten en mee kunnen werken.

Iemand die heel ontevreden is over het geleefde leven, hoe kun je die bijstaan?

Je kunt de dingen niet over doen, maar je moet het verleden vergeven, en weten dat je een herkansing krijgt, hier en nu of in een volgend leven. Die mensen moet je helpen te verdragen dat ze fouten hebben gemaakt. Beeldspraak kan helpen. Een plant zit ook niet steeds naar zijn eigen zaadvorming, en vooral naar zijn verwelkende bloem te kijken. Maar in zijn herfstkleuren straalt hij nog een keer van zich af. En het zaad is de kiem voor het nieuwe leven. Hoe harder de plant straalt hoe krachtiger de kiem.