

# Levensmoe

Pastoraat aan mensen op hoge leeftijd die levensmoe zijn  
en wachten op een natuurlijk levenseinde



*Levensmoe* is een uitgave van de Protestantse Kerk  
in Nederland in de serie Handreikingen voor het Pastoraat

Protestants Landelijk Dienstencentrum  
Postbus 8504, 3503 RM Utrecht  
tel. (030) 880 1880

Meer informatie over de handreikingen: [www.pkn.nl/pastoraat](http://www.pkn.nl/pastoraat)

Een aantal handreikingen is in papieren versie te koop via  
[bestellingen@pkn.nl](mailto:bestellingen@pkn.nl), tel. (030) 880 13 37

# Inhoudsopgave

Woord vooraf	4
Inleiding	6
1. Levensmoe zijn op hoge leeftijd	9
2. Politiek-maatschappelijke overwegingen	11
3. Theologisch-ethische overwegingen	13
3.1 Inleiding	13
3.2 De 'pil van Drion'	14
3.3 Is zelfdoding bij levensmoeheid een optie?	15
4. Pastorale begeleiding	19
4.1 Uitgangspunten	19
4.2 Eerste kennismaking	20
4.3 Nadere verkenning	21
4.4 De existentiële laag	23
4.5 Geloof en Bijbel	24
4.6 De afronding van het gesprek en hoe nu verder	26
4.7 Pastoraal nabij blijven als toch zelfdoding aan de orde komt	27
Literatuurlijst	27
Brochures	32

## Woord vooraf

In de huidige maatschappelijke discussie over de 'klaar met leven'-problematiek staat meestal zelfdoding als mogelijke keuze bij levensmoeheid centraal. Voor de omstanders komt dan de vraag boven of daar wel of geen hulp bij geboden mag worden.

Hierdoor dreigt de belangstelling af te nemen voor levensmoede ouderen die het leven willen volhouden tot er een 'natuurlijk' einde aan komt. Ook bij hen is de eenzaamheid en de nood vaak groot. Deze handreiking wil vanuit de pastorale verantwoordelijkheid van de kerken in het bijzonder aan deze groep ouderen aandacht besteden. In een andere pastorale handreiking wordt nader ingegaan op de begeleiding van pastoranten wanneer euthanasie of zelfdoding aan de orde komt<sup>1</sup>.

De doelgroep van deze handreiking zijn pastoraal werkenden – in het bijzonder die binnen gemeenten en zorginstellingen, maar ook in ruimere zin – die in contact komen met ouderen die levensmoe zijn. De handreiking is voor hen uitstekend geschikt als werk- en bezinningsmateriaal. Ook binnen pastorale gespreks- en werkgroepen kan prima met deze handreiking gewerkt worden. De handreiking probeert een antwoord te vinden op de vraag: Hoe kunnen wij levensmoede ouderen nabij zijn en vanuit welk pastoraal, ethisch en maatschappelijk perspectief?

Bij het zoeken naar antwoorden op deze vragen zijn de samenstellers van de handreiking ten aanzien van de 'klaar met leven'-problematiek gekomen tot de formulering van een eigen ethisch standpunt, gebaseerd op de interpretatie van de Bijbel en de christelijke traditie. Omdat de pastorale begeleiding in de eerste plaats gericht is op ouderen die wachten op een natuurlijk levenseinde, is afgezien van het uitvoerig ingaan op andere opvattingen. Deze positiekeuze kan een bijdrage leveren aan de discussie, maar is zeker niet bedoeld als een laatste woord daarin.

De handreiking is geschreven op initiatief en onder verantwoordelijkheid van de werkgroep 'Pastoraat in de gezondheidszorg' (PGZ) van de toenmalige Samen op Weg-kerken. De werkgroep bestond uit ethici en uit geestelijk verzorgers, artsen en verpleegkundigen die werkzaam zijn of zijn geweest in

---

<sup>1</sup> Zie p32.

zorginstellingen. Allen hebben als vrijwilliger zitting genomen in de werkgroep.

Leden van de werkgroep tijdens de samenstelling van de handreiking waren: dr. Th.A. Boer, Houten; drs. C.A. van Dijk-Wierda, Voorburg; drs. G.H.J. Gerelings, Veenendaal; drs. W. Golsteijn (red.), Putten; mevrouw J. de Graaf, Voorburg; ds. H. Henstra, Zeist; drs. A. Idzinga, Dordrecht; ds. J.A. Kanis, Almelo; dr. K.W. van Kralingen, Den Bommel; drs. A.H.C. Melles-de Haas, Den Haag; dr. D. Pranger, Wormer; prof. dr. Jac.J. Rebel (voorzitter), Heythuysen; drs. T. Tromp, Kampen; mevrouw C.M. Vromans, Leusden.

Bijzondere dank is verschuldigd aan ds. G.J. Bouwmeester, geestelijk verzorger te Enschede, voor zijn bijdrage aan de totstandkoming van deze handreiking. Ook is dank verschuldigd aan allen die op de achtergrond hebben meegedacht en meegewerkt.

## Inleiding

Levensmoeheid op hoge leeftijd, wanneer het leven niets meer lijkt te bieden terwijl het levenseinde nog op zich laat wachten, is een levensgevoel dat veel ouderen bekruipt. De vraag is dan: waarom heb ik dat gevoel en hoe ga ik ermee om? En voor de omstanders: hoe kan ik iemand nabij zijn die levensmoe is?

De laatste tijd komt echter voor velen ook de vraag op: wil ik nog wel met dat levensgevoel proberen om te gaan? Wil ik nog wel verder leven tot er door een dodelijke ziekte een 'natuurlijk' einde aan komt? Kan ik niet beter het heft in eigen hand nemen en mijn leven zelf beëindigen? Waarom zou ik nog moeten 'lijden aan het leven'?

Vroeger waren dit vragen waarmee alleen in strikte beslotenheid geworsteld werd. Sinds enkele decennia is het echter een zaak van publieke discussie en wetgeving. Tegenwoordig is zelfdoding met hulp van een arts voor velen een ethisch aanvaardbare optie, wanneer iemand 'klaar is met leven' en de dood nog niet in het zicht is. Voor vele anderen echter is dat uitdrukkelijk niet het geval.

En naast deze vraag: is het ook een wettelijk toegestane optie als arts daarbij hulp te bieden? Hoe moet de euthanasiewet geïnterpreteerd worden als ondraaglijk en uitzichtloos lijden door 'levensmoeheid' op de voorgrond staat en er geen sprake is van een duidelijke 'ziekte'?

In een proefproces inzake hulp bij zelfdoding door een arts aan een patiënt die levensmoe was maar niet ziek (de zaak Brongersma) heeft de Hoge Raad uitsluitend gegeven over deze vraag. De Hoge Raad stelde in haar arrest van 24 december 2002 vast dat de wetgever uitdrukkelijk niet de bedoeling heeft gehad ook 'levensmoeheid' binnen de euthanasiewet te laten vallen. De euthanasiewet gaat volgens de Hoge Raad uit van ondraaglijk en uitzichtloos lijden als gevolg van medisch geclassificeerde lichamelijke of psychische ziektes of aandoeningen. Met uitzichtloos wordt hier bedoeld dat er geen redelijke andere mogelijkheid meer is om een einde te maken aan het ondraaglijke lijden.

De uitspraak van de Hoge Raad zal geen einde maken aan de maatschappelijke discussie. Voorstanders zullen de discussie verplaatsen van de interpretatie van de huidige euthanasiewet naar verandering daarvan. Een

verandering die hulp door een arts bij zelfdoding mogelijk moet maken wanneer sprake is van 'levensmoeheid zonder ziek te zijn'.

Het publieke debat is sterk gefixeerd geraakt op zelfdoding met hulp van een arts als mogelijke optie bij levensmoeheid. Daardoor dreigt echter de vraag 'Hoe kan ik iemand die levensmoe is helpen als hij of zij wel wil wachten op een 'natuurlijk' levenseinde?' op de achtergrond te raken. Ook als hulp door een arts bij zelfdoding mogelijk zou zijn, zullen waarschijnlijk veel hoogbejaarden die levensmoe zijn daar niet voor kiezen: om emotionele redenen, maar veelal ook vanwege hun geloofsovertuiging. Vaak valt het soms langdurige wachten op het einde voor hen erg zwaar. Zij hebben dan grote behoefte aan persoonlijke aandacht.

Daarom is deze handreiking gericht op het nabijzijn en actief begeleiden van in het bijzonder deze groep ouderen door pastoraal werkenden in gemeenten en in zorginstellingen.

Deze handreiking gaat uit van het standpunt dat wanneer iemand levensmoe is, euthanasie en zelfdoding niet als ethisch verantwoorde opties beschouwd kunnen worden. Dit standpunt is gebaseerd op de interpretatie van de Bijbel en de christelijke traditie.

Omdat in deze handreiking de pastorale begeleiding van de 'wachtenden' centraal staat, is afgezien van het op een rij zetten en bespreken van de verschillende andere opvattingen daarover. Wel kan de positiekeuze in deze handreiking een bijdrage leveren aan de discussie over deze ingrijpende vragen. Zij kan de discussie stimuleren, zonder haar evenwel te beslechten. Daarnaast wil deze handreiking een signaal afgeven: het geloof en de gezamenlijke geloofsbeleving zijn nog steeds de bronnen waaruit veel levensmoede ouderen nieuwe levensmoed putten.

Achtereenvolgens zal worden ingegaan op verschillende aspecten van levensmoeheid: op het levensgevoel als zodanig (hoofdstuk 1) en hoe dit mede bepaald wordt door de huidige maatschappelijke context (hoofdstuk 2). In hoofdstuk 3 zal na een inleidend gedeelte eerst kort worden ingegaan op de discussie over wat genoemd wordt de 'pil van Drion'. Daarna komen theologisch-ethische overwegingen over levensmoeheid en de ermee samenhangende wens om te sterven aan de orde. Het ingenomen standpunt inzake euthanasie en zelfdoding als optie bij levensmoeheid wordt uiteengezet en beargumenteed. In hoofdstuk 4, paragraaf 1 t/m 6 wordt uitvoerig ingegaan op de pastorale begeleiding van ouderen die levensmoe

zijn en die wachten op een 'natuurlijk' levenseinde. Pastores behouden echter ook hun verantwoordelijkheid ten aanzien van hen die uiteindelijk toch hun leven door zelfdoding willen beëindigen. Daarom zal tenslotte in hoofdstuk 5.7 worden ingegaan op de vraag hoe de pastor de pastoraat nabij kan blijven als de pastor zelf de ethische positiekeuze van deze handreiking deelt.

Tenslotte zij nog opgemerkt dat ter wille van de leesbaarheid meestal alleen in de mannelijke vorm over personen geschreven zal worden, ook al kan het geschrevene zowel mannen als vrouwen betreffen.



# 1. Levensmoe zijn op hoge leeftijd

Bij levensmoeheid op hoge leeftijd gaat het om het gevoel: mijn leven is voorbij, langer leven heeft geen zin meer, dat hoeft voor mij niet meer, ik ben 'klaar met leven'. Het betreft ouderen die, al naar gelang hun overtuiging, het gevoel hebben dat zij in de wachtkamer op God zitten te wachten terwijl God hen vergeten lijkt te hebben. Of, als zij na de dood niets meer verwachten, uitzien naar het einde dat maar niet komt.

Veelal ligt een slopende, invaliderende of ontluisterende ziekte aan de basis van levensmoeheid. Pijn, vermoeidheid, angsten, depressies of de gebreken van de ouderdom kunnen op zich het leven al tot een zware last maken. Maar ook de leefomstandigheden waarin iemand is komen te verkeren kunnen het lijden bepalen. Zoals vereenzaming, verveling, niet meer kunnen communiceren en vergaande afhankelijkheid. Ook verafschuwen veel hoogbejaarden een leven tussen andere hoogbejaarden, vooral wanneer die psychisch minder vitaal zijn. Het wachten op het einde kan geestdodend zijn, zonder een naaste om het wachten te delen, en zonder dat nog inhoud en zin aan het leven kan worden gegeven. Vaak lijdt een oudere vooral door dat gevoel van zinloosheid en is dit de belangrijkste oorzaak van zijn levensmoeheid. Lichamelijk en psychisch lijden kunnen dan min of meer op de achtergrond staan of zelfs afwezig zijn.

De mate van levensmoeheid kan verschillen. Het kan gaan om een berustend en afwachtend gevoel met toch nog oog voor het weinige goede van het heden. Het kan ook gaan om een ernstig en alles overheersend 'lijden aan het leven' door de slechte lichamelijke, psychische en sociale omstandigheden waarin iemand verkeert.

Het is van belang om te onderkennen dat de mate waarin iemand door die omstandigheden lijdt, niet alleen van die omstandigheden afhangt. Zij hangt ook samen met iemands individuele reactie daarop. Een reactie die mede bepaald wordt door iemands karakter en levensgeschiedenis. Zo zal voor iemand die steeds een actief en welvend leven heeft gehad de terugval door ouderdom en ziekte extra hard kunnen aankomen. Het lijden waarmee zo iemand geconfronteerd wordt, zal wellicht snel als ondraaglijk of onaanvaardbaar worden ervaren. Mogelijk sneller dan door iemand die zich altijd al staande heeft moeten houden onder moeilijke omstandigheden. Door het bovenstaande is de vraag waarom iemand levensmoe is en waarom iemand

er in deze mate onder lijdt in het algemeen complex en moeilijk te beantwoorden.

Levensmoeheid gaat vaak – maar niet altijd – samen met de wens spoedig te sterven. Niet vanwege een verlangen naar de dood, maar vanwege de moeilijk te dragen last van het leven. Echter ook een uitgesproken doodswens betekent nog lang niet altijd dat een oudere ook daadwerkelijk een einde aan zijn leven zou willen maken. Meestal willen ouderen met een doodswens wachten op een 'natuurlijk' levenseinde.

## 2. Politiek-maatschappelijke overwegingen

Hoe persoonlijk iemands eigen 'klaar met leven'-afwegingen en -gevoelens ook zijn, zij hangen ook samen met politieke en maatschappelijke omstandigheden.

Ten eerste is er het verschijnsel dat mensen in onze moderne tijd over het algemeen zo lang kunnen leven dat het wordt ervaren als te lang. Hygiëne, hoge levensstandaard en het voortschrijdende kennen en kunnen van de medische wetenschap hebben daar in hoge mate toe bijgedragen. Ondanks dat bij het ouder worden de keerzijden daarvan steeds duidelijker ervaren worden, verwacht men nog steeds van de medische wetenschap dat zij ons zal helpen om nog langer te leven. "Een mens moet van ophouden weten" schreef H.M. Kuitert al, en J.H. van den Berg uitte zich reeds in 1969 kritisch over het in zijn ogen doorgeschoten beheersingsstreven van medici. Een voorbeeld is het stamcelonderzoek dat in hoge mate gericht is op de bestrijding van typische ouderdomsziekten als Alzheimer, Parkinson en hartziekten. Voortgang op deze terreinen zal voor velen een zegen zijn, maar betekent tevens een verlenging van de tijd waarin mensen gepensioneerd, oud en zorgafhankelijk zijn. Als het op ophouden aankomt, is het moeilijk aan te geven waar precies.

Vervolgens weten wij met het ouder worden lang niet altijd raad. Waarom concluderen steeds meer ouderen openlijk dat elke dynamiek uit hun leven verdwenen is?

Een belangrijke rol daarin speelt de publieke beeldvorming over ouderdom. De media schilderen ouder worden, voorzover het aan de orde komt, doorgaans negatief af. In televisieseries zijn hoogbejaarden een randverschijnsel. In reclames komen zij amper voor en ligt de nadruk op jonge gezonde mensen met een baan. Economisch zijn vitale senioren nog wel interessant, maar aan huis gebonden, zorgafhankelijke ouderen zijn dat niet.

Meestal staat in de beeldvorming over ouderdom het verlies van wat men had sterk op de voorgrond; dit geldt zowel voor de publieke beeldvorming als voor die van veel ouderen zelf. Men ziet oud zijn vooral als een levensfase die gekenmerkt wordt door 'armoede', in de betekenis van gebrek aan vitaliteit, sociale contacten, bezigheden en sociale status. Als er zo over gedacht wordt, is het voor de beleving van ouderen slechts een kleine stap verder om te vinden dat ook het leven als zodanig zijn zin en waarde verloren heeft.

Vaak is er voor ouderen ook veel verloren gegaan. Dagelijks contact met collega's is er niet meer. Veel vrienden kunnen inmiddels overleden, ziek of zorgafhankelijk zijn. Kinderen en kleinkinderen kunnen hen door de grote werkdruk minder frequent bezoeken dan vroeger. En zelf kunnen ouderen vaak evenmin hun vriendschappen onderhouden door een verminderde mobiliteit of een slecht gehoor. Velen moeten worden opgenomen in speciale woonvoorzieningen of zorginstellingen. Deze zijn vaak ver van het hart van de samenleving en ver van het gezinsleven van hun naasten gelegen. Daardoor kunnen ouderen het gevoel krijgen 'weggestopt' te zijn. Een slecht gezichtsvermogen of andere gebreken kunnen het ontplooiën van activiteiten ernstig belemmeren. Het is niet geheel verwonderlijk dat de minister van volksgezondheid in 2001 sprak over ouderen die "zich te pletter, maar helaas niet dood vervelen". Binnen die negatieve beeldvorming kan een oudere sneller tot de conclusie komen klaar met leven te zijn dan wanneer er meer oog zou zijn voor de nog aanwezige positieve kanten en voor de waarde die het leven op zich heeft, ook los van de omstandigheden.

De vraag naar de verantwoordelijkheid in morele zin voor deze situatie is complex. Allereerst is het al een probleem dat de marginalisering, de slechte beeldvorming en de vereenzaming van ouderen nog onvoldoende als een probleem worden onderkend. Maar zelfs wanneer dat wel gebeurt, is het de vraag waar het probleem moet worden aangepakt. Wie spreekt de media (bedenkers van series, makers van commercials) erop aan? Wie zorgt ervoor dat ouderen langer in de eigen buurt kunnen blijven wonen en dat zorgvoorzieningen bij voorkeur midden in woonwijken worden gebouwd (en dat kleinschalig)? Wie is er verantwoordelijk voor dat de medische wetenschap van ophouden weet? En wie brengt de trouw op om ouderen (ouders, burens, ouders van vrienden) regelmatig te bezoeken en zoveel mogelijk bij het dagelijks leven te betrekken?

Mogelijk dat op al deze terreinen de kerken, met name plaatselijke gemeenten, pastoraal werkenden in zorginstellingen en vrijwilligers een waardevolle bijdrage kunnen leveren. Overigens geldt de verantwoordelijkheid ook omgekeerd. Niet alleen de maatschappij, maar ook de ouder wordende mens heeft een eigen verantwoordelijkheid om, voor zover daartoe nog in staat, de genoemde isolatie te doorbreken en de beeldvorming om te buigen.

## 3. Theologisch-ethische overwegingen

### 3.1 Inleiding

Wanneer iemand zegt levensmoe c.q. klaar te zijn met het leven, zal eerst duidelijk dienen te zijn wat iemand eigenlijk daarmee wil uitdrukken. Dit is een taak waarvoor een pastor vaak de meest aangewezen persoon is. Meestal impliceert zo'n uitspraak dat iemand de zin van het leven niet meer ervaart of te zeer lijdt onder de huidige omstandigheden van zijn leven. Soms drukt iemand ermee uit dat hij eigenlijk niet langer wil leven. Het kan ook zijn dat iemand ermee aangeeft een einde aan zijn leven te willen maken.

Ouderen die levensmoe zijn en verlangen te sterven, kunnen worstelen met de vraag: 'moet' ik blijven volhouden of 'mag' ik toegeven aan mijn doodswens en de regie over mijn sterven in eigen hand nemen? 'Regie' over het eigen sterven kan betekenen dat nagelaten wordt een dodelijke ziekte ten koste van alles te laten behandelen. Maar het kan ook betekenen dat een oudere zelf een einde aan zijn leven wil maken. Nog niet zo lang geleden was het min of meer vanzelfsprekend dat in ieder geval dat laatste niet 'mocht'. Door de huidige maatschappelijke discussie over euthanasie en zelfdoding – met name over de 'pil van Drion' – als mogelijke keuze bij levensmoeheid zijn velen daaraan gaan twijfelen. Levensmoede ouderen die verlangen te sterven kunnen daarom meer dan ooit behoefte hebben aan houvast in de Bijbel voor hun vragen. In welk bijbels perspectief kan ik mijn levensmoeheid en wens om te sterven zien? Welke wegen liggen er vanuit dat perspectief nog voor mij open? Bij de pastorale contacten kunnen deze vragen naar voren komen. Dit stelt ook de pastor voor de vragen: hoe denk ik er zelf over in het licht van de Bijbel en de traditie? Vanuit welke pastorale houding moet ik deze vragen benaderen?

In dit hoofdstuk wordt eerst ingegaan op de maatschappelijke discussie over de 'pil van Drion'. Vervolgens wordt het standpunt over zelfdoding bij levensmoeheid uiteengezet waarvoor in deze handreiking is gekozen. Wellicht kunnen deze overwegingen een pastor behulpzaam zijn bij het beantwoorden van de vragen die opkomen wanneer de pastorant ter sprake brengt te willen sterven.

In de pastorale context hoeven pastor en pastorant evenwel niet noodzakelijk te streven naar een consensus ten aanzien van zelfdoding als optie

bij levensmoeheid. Ook niet naar een consensus in de zin dat de pastor gehouden is om met een persisterende doodswens mee te gaan noch in de zin dat de pastorant gedwongen moet worden om zijn doodswens maar op te geven of althans niet ten uitvoer te brengen. Met behoud van wederzijds respect is er dan toch niet uit te komen. Men kan het er alleen over eens zijn dat men het met elkaar oneens is. Maar dit oneens zijn sluit het nabij blijven van de pastor niet op voorhand uit.

### **3.2 De 'pil van Drion'**

In de inleiding is reeds aangegeven dat de maatschappelijke discussie zich momenteel sterk richt op het probleem van 'de levensmoeude ouderen die kiezen voor beëindiging van hun leven'. Drion heeft dit probleem in 1991 al naar voren geschoven. Hij stelde voor om aan ouderen die levensmoe zijn de voor zelfdoding noodzakelijke medicatie (de 'pil van Drion') te verstrekken indien zij dit wensen. Dit zou kunnen voorkomen dat zij hun voornemen op een voor henzelf en de omstanders gruwelijke wijze ten uitvoer brengen.

De Nederlandse Vereniging voor Vrijwillige Euthanasie heeft na de aannahme van de euthanasiewet de 'pil van Drion' hoog op haar agenda gezet, met als belangrijkste argument het zelfbeschikkingsrecht van een mens over zijn eigen moment en wijze van sterven. Vrijwel alle politieke partijen staan er echter nog sceptisch tot afwijzend tegenover. Zij voorzien vergaande implicaties van een eventuele wet die hulp bij zelfdoding middels de 'pil van Drion' toelaat, in het bijzonder wanneer er géén sprake is van 'ziekte', maar van 'klaar met leven' zijn. Ten eerste zijn er praktische bezwaren: wie deelt de medicatie uit, wie beheert ze, wie beoordeelt de ernst van iemands lijden, is er een leeftijdsgrens? Verder zijn er bezwaren uit het oogpunt van de rechtszekerheid en beschermwaardigheid van iedere burger: wie voorkomt misbruik? Ook speelt de beeldvorming van Nederland in het buitenland een rol. Tenslotte zijn er bezwaren omwille van de bescherming van een mens tegen zichzelf (het bestwil-principe). Voorlopig lijkt de 'pil van Drion' daarom nog niet legaal ter beschikking te zullen komen.

Ook in de praktijk hebben artsen ten aanzien van dit probleem de grenzen afgetast. In hoeverre biedt de euthanasiewet reeds voldoende ruimte en is een nieuwe wet niet nodig? Zo betreft de zaak-Brongersma een huisarts die hulp bij zelfdoding heeft verleend aan oud-senator Brongersma. De oud-senator was niet ziek, maar wel hoogbejaard en levensmoe. Hij leed daar

naar eigen zeggen 'uitzichtloos en ondraaglijk' door. Zoals in de inleiding reeds aangegeven is de Hoge Raad van oordeel dat de huisarts niet binnen het kader van de euthanasiewet heeft gehandeld. De nieuwe euthanasiewet gaat immers uit van ondraaglijk en uitzichtloos lijden als gevolg van ziekte. Er moet sprake zijn van een medische noodsituatie, waarin er geen redelijke andere mogelijkheid meer is om het ondraaglijke lijden te beëindigen.

Er blijft echter ook na de uitspraak van de Hoge Raad voor artsen veel onduidelijkheid bestaan over de interpretatie van de euthanasiewet. 'Lijden door ziekte', 'lijden door (ouderdoms)gebreken' en 'lijden aan het leven' kunnen nauw verweven zijn. Waar moet een arts het accent leggen als een oudere die levensmoe is om hulp vraagt voor het beëindigen van zijn of haar leven? Ligt de oorzaak van het ondraaglijk lijden ten diepste bij het als leeg en zinloos ervaren bestaan, bij de verveling of de eenzaamheid? Of kan aan de ouderdomsgebreken die aan het ontstaan van die situatie hebben bijgedragen voldoende gewicht worden toegekend om te mogen spreken van een *medische* noodsituatie in de zin van de euthanasiewet?

Veel voorstanders van euthanasie en hulp bij zelfdoding zijn van mening dat met de criteria ondraaglijk, uitzichtloos en ziekte een grens bereikt is. Volgens hen moet de regie over de stervensbegeleiding in handen blijven van een arts, in nauw overleg met de stervende. Volgens anderen verdraagt het stellen van (medische) voorwaarden waarover 'onderhandeld' moet worden met artsen zich niet met het autonomieprincipe. Zij streven naar een wettelijke regeling van euthanasie en hulp bij zelfdoding waarbij de regie over het sterven geheel in handen is van betrokkene. Deze bepaalt zelf wel in hoeverre ondraaglijkheid, uitzichtloosheid of ziekte relevant zijn voor zijn keuze voor zelfdoding. De maatschappelijke discussie over euthanasie en hulp bij zelfdoding gaat, voor zover gevoerd door de voorstanders ervan, derhalve vooral over de mate waarin het zelfbeschikkingsrecht over het eigen sterven uitgeoefend moet kunnen worden. Is dit onbeperkt of aan strikte voorwaarden gebonden? Dat laatste heeft dan zijn repercussies voor iemands keuzevrijheid.

### **3.3 Is zelfdoding bij levensmoeheid een optie?**

De discussie over zelfdoding als keuzemogelijkheid bij levensmoeheid stelt ons voor de ethische vraag: Is het verantwoord om, daar waar geen sprake is van een terminale lichamelijke aandoening die ondraaglijk en uitzichtloos en niet te bestrijden lijden met zich meebrengt (de euthanasie-situatie waar

men oorspronkelijk vanuit ging), toch de dood te wensen en eventueel te zoeken?

Natuurlijk is het de vraag of een eventuele doodswens bij levensmoeheid in een pastorale context wel in alle hevigheid aanwezig zal blijven. Mogelijk is het pastorale proces zelf zo heilzaam dat de doodswens op de achtergrond raakt. De openheid van de pastor voor de gevoelens van de parochianer, de bespreekbaarheid van de problemen van de ouderdom, het samen zoeken naar manieren om het bestaan positief in te vullen, het gebed en het luisteren naar de verhalen van Bijbel en traditie kunnen iemand al veel moed geven om door te gaan.

Maar stel dat iemand ook na dit alles een doodswens heeft, wat dan? Op basis van een bijbels-theologische visie is een doodswens bij levensmoeheid op zichzelf niet onbegrijpelijk en niet verwerpelijk. In de Bijbel zijn verscheidene voorbeelden te vinden van mensen die, aan het eind van hun leven gekomen, verkiezen te sterven, zonder overigens tot zelfdoding over te gaan.

Zoals gezegd is echter de belangrijkste ethische vraag of zelfdoding bij levensmoeheid moreel verantwoord kan zijn. Afgaande op de gegevens uit de Bijbel en de christelijke traditie is dit uitgesloten. Een mens heeft grote vrijheden (groter dan menig mens aankan), maar tot die vrijheden behoort niet de zelfgekozen dood.

Het leven is een gave van God. Het leven is, ook afgezien van de vreugden die mensen eraan beleven, goed. Ieder mens is van grote waarde en dient daarom te worden beschermd. In de Bijbel komt steeds weer tot uitdrukking dat die beschermwaardigheid ook, of juist, overeind blijft staan in situaties waarin leven en welzijn in het gedrang komen. Dit geldt evenzeer voor situaties waarin iemand niet meer verder wil leven. Een mens mag weliswaar verlangen dat zijn leven tot een einde komt, maar zelf je leven beëindigen is in het licht van het bovenstaande niet als een ethisch verantwoorde optie te beschouwen.

Voor een moreel *recht* op zelfdoding is in de Bijbel geen houvast te vinden. De gevallen van zelfdoding die we in de Bijbel aantreffen hebben zonder uitzondering een diepe tragiek: eerverlies bij Abimélech (Richteren 9:54; 2 Samuël 11:21), Achitofel (2 Samuël 17:23) en Zimri (1 Koningen 16:18,19), verzet tegen Gods gezalfde bij Saul (1 Samuël 31:4) en Judas (Matteüs 27:5). Maar nooit wordt die tragische keuze afgeleid uit een moreel recht op zelfdoding. Voorts zien we dat verschillende mensen in de Bijbel levensmoe



zijn en uitkijken naar het moment van hun dood, echter ook zonder dat zij daaruit een recht op zelfdoding afleiden. In de kerkgeschiedenis is de afwijzing van zelfdoding nog explicieter. De dood is steeds beschouwd als de vernietiging van Gods werk en als de laatste vijand die in deze gebroken wereld overwonnen zal worden. Het gebod 'Gij zult niet doden' (Exodus 20:13), is vrijwel altijd verstaan als een gebod om ook het eigen leven te beschermen en te bewaren en dus als een verbod op zelfdoding.

Op grond van het voorgaande concluderen wij dat zelfdoding in de Bijbel niet wordt goedgekeurd, laat staan dat er een recht op zelfdoding zou bestaan. Anders dan soms in de christelijke traditie gebeurt, is er echter geen reden om bij zelfdoding te spreken in termen van een onvergeeflijke zonde. Gods vergeving is nooit te klein voor het menselijk handelen. Maar vergeving heft een morele richtlijn niet op. De dood tegen elke prijs afhouden is nooit deel van de christelijke ethiek geweest, maar de dood actief erbij roepen evenmin. Dit heeft niet alleen te maken met de erkenning van Gods soevereiniteit over ons leven en in het bepalen van dat ene, ultieme moment van sterven. Het gaat ook terug op het toekennen van een bepaalde normativiteit aan de 'natuurlijke' dood. Het gaat terug op een huiver voor de voorspelbaarheid van het moment van sterven bij euthanasie en zelfdoding, voor de directheid en onomkeerbaarheid ervan.

Los daarvan is er nog een sociaal aspect in het geding dat in de pastorale context zeker ook aan de orde kan komen. Wat doet de oudere die levensmoe is met zelfdoding zijn naasten aan? De zelfgekozen dood heeft zeer dikwijls enorme en blijvende repercussies op het leven van iemands directe familie. Hoewel de ene zelfdoding tragischer is dan de andere, hebben ook zelfdodingen van ouderen een traumatiserend effect op de nabestaanden. Dit laatste is geen doorslaggevend argument tegen zelfdoding. Dat zou betekenen dat zelfdoding 'mag' bij mensen zonder directe nabestaanden. Maar het duidt er wel op dat zelfdoding in de publieke beleving nog steeds iets heel anders is dan een min of meer 'natuurlijke' dood door een ziekte.

We kunnen de vraag echter ook omkeren: hebben iemands naasten al het mogelijke in het werk gesteld om 'vermijdbare' oorzaken van levensmoeheid te verzachten en waar mogelijk weg te nemen? Dat vraagt om een gemeente, een familiekring, een huisarts, een zorginstelling die de oudere zien als naaste en die ook bereid zijn om op hun wijze respect te tonen voor die ander. Mogelijk staat het 'Eert uw vader en uw moeder' nog vóór het verbod

op doden. En wellicht is in de 'klaar met leven'-discussie het respect voor de oudste generatie nog wel meer in het geding dan enig ander principe.

In de Bijbel komt zoals reeds gezegd de tragiek van iedere zelfdoding tot uitdrukking. Een zelfde tragiek ervaren we ook bij zelfdoding door ouderen wegens levensmoeheid. Zelfdoding is altijd een ramp, ook als iemand er om invoelbare gronden voor kiest. Maar wat zijn die gronden ten diepste? Bij een oudere die levensmoe is, kan ontegenzeggelijk sprake zijn van een ernstig lijden aan het leven. Een lijden dat volledig invoelbaar kan zijn. Toch kunnen we ons afvragen: hoe komt het dat in onze cultuur mensen hoe dan ook een einde aan hun lijden willen maken, desnoods door zelfdoding?

Mensen hebben door de eeuwen heen vreselijk geleden. Mensen hebben ieder voor zich daarmee moeten leren omgaan. Veel christenen hebben hun lijden kunnen ervaren als een delen in het lijden van Christus en hebben daaruit moed en hoop kunnen putten. Ety Hillesum schreef in 1942 in haar dagboek: 'Ik ben niet alleen moe of ziek of treurig of angstig, maar ik ben het samen met miljoenen anderen uit vele eeuwen en het hoort bij het leven en het leven is toch schoon en het is ook zinrijk in z'n zinloosheid, mits men maar voor alles een plaats inruimt in z'n leven.' Waarom concluderen mensen tegenwoordig dat alleen zelfdoding nog een oplossing is? Hebben ouderen die levensmoe zijn door de schijnbare zinloosheid van hun leven dan alle hoop verloren? Dat zou op zich al een ramp zijn.

We moeten vaststellen dat hoop, de waarde van onderlinge verbondenheid en relaties, en de waarde van het leven een achtergrond vormen waartegen het 'klaar met leven zijn' schril kan afsteken. Alleen al vanuit dit perspectief kan een pastor nooit meegaan met een pastorant naar zelfdoding toe. Een pastor kan wel nabij zijn, klagen, treuren of zwijgen. Maar een pastor kan nooit voedsel geven aan hopeloosheid. Om die reden moet nabij zijn en toch niet meegaan in een vraag om een zelfgekozen einde steeds het uitgangspunt zijn bij de pastorale begeleiding.

## 4. Pastorale begeleiding

### 4.1 Uitgangspunten

Dit hoofdstuk gaat in op de pastorale ontmoeting met ouderen die aangeven klaar te zijn met het leven. Mensen voor wie de stroom van het leven langzaam maar zeker is vertraagd en die op een punt zijn aangeland waarop 'alles stilstaat'. Het wachten op de dood is wat hun rest. We zullen de pastorale ontmoeting onderzoeken en vragen op een rij zetten. Vervolgens reiken we mogelijkheden aan hoe als pastor met deze situatie om te gaan. Daarbij is het verloop van het pastorale gesprek onze leidraad – 'gesprek' op te vatten als de aaneenschakeling van ontmoetingen tussen pastor en pastorant. Als pastor beschouwen wij: allen die vanuit een pastorale rol in contact komen met deze mensen, zoals bezoekvrijwilligers, ouderlingen, predikanten en geestelijk verzorgers.

De pastorale benadering van ouderen die levensmoe zijn verschilt niet wezenlijk van die in het algemeen. Een pastor is een generalist die in alle mogelijke omstandigheden terecht kan komen. Dat vraagt om flexibiliteit. Een pastor zal in het contact met ouderen die levensmoe zijn voor vele vragen komen te staan. Vaak zal hij bij zichzelf ervaren met lege handen te staan of zich in verlegenheid gebracht voelen. Hij zal met eigen vragen en opvattingen geconfronteerd worden en zal daar als gelovige een weg in moeten vinden.

Van belang is dan dat de pastor trouw blijft aan zijn eigen overtuiging. Inzet, houding en regels zijn voor hem gelijk. Dat geeft de pastor houvast. Het is de pastorant die de verschillen aanbrengt. Met andere woorden: de pastorale grondhouding is één en dezelfde. De inhoud van gesprekken, de aard van de problematiek, de strekking van de adviezen en dergelijke is steeds verschillend, afhankelijk van persoon en omstandigheden van de pastorant. Door aandacht voor de individuele gevoelens en opvattingen van de pastorant en door een benadering vanuit de relationele invalshoek zullen de existentiële vragen kunnen bovenkomen. Door daarop in te gaan in het licht van de Bijbel en door bemoediging vanuit de Bijbel kan de pastor de pastorant op zijn levensweg begeleiden. Empathie voert de pastor als vanzelf verder op het pastorale pad.

Bij levensmoeheid gaat het vooral om een aantal specifieke aandachtspunten, zoals aandacht voor de actuele gevoelens van de pastorant en zijn

opvattingen over het leven, het levenseinde en wat daarna komt, en aandacht voor de sociale context waarin de pastorant leeft en geleefd heeft. De mate waarin een oudere in zijn leven actief is geweest en opgenomen is geweest in een familiaal netwerk is vaak van grote invloed op zijn huidige levensgevoel en zijn gevoel nog 'mens' te zijn. Hetzelfde geldt voor zijn huidige sociale omstandigheden. Je bent altijd mens in relatie tot een ander. Mensen worden doorgaans mens tussen andere mensen. Dat vormt je diepste gevoelens en opvattingen. Juist bij levensmoetheid is het van belang de pastorant te benaderen als een mens die in verbondenheid met anderen leeft en geleefd heeft en daaraan zijn betekenis ontleent. Vooral aan die verbondenheid kan een pastorant de zin ontleenen van het gegeven dat hij er nog steeds is.

Dit geldt ook voor het mens-zijn in de kerkelijke gemeente. Actieve pastorale en andersoortige aandacht moet duidelijk maken dat de levensmoede oudere nog steeds opgenomen is in en gedragen wordt door een gemeenschap van gelovigen. Bij levensmoetheid heeft iemand vaak het gevoel alleen over te zijn gebleven, heeft iemand zich vaak teruggetrokken in zichzelf. Dit maakt op zich het leven al zwaar. Het is de verantwoordelijkheid van de omstanders om voelbaar te maken of minstens om aan te geven dat iemand nooit alleen is, maar altijd deel uitmaakt van een meelevende gemeenschap. Dit vraagt om aandacht en vaak ook om acties van de omstanders.

#### **4.2 Eerste kennismaking**

De aanleiding tot de pastorale ontmoeting kan een vraag van de pastorant of van zijn omgeving zijn, zoals van familie, vrienden, gemeenteleden of medewerkers van een zorginstelling. Ook kan het initiatief bij de pastor liggen. Het is van belang je dat te realiseren. Immers, als iemand zelf om een gesprek heeft gevraagd, kom je anders binnen dan wanneer anderen daarom vroegen of wanneer je uit eigen beweging komt. Dit bepaalt de legitimiteit van de pastor. De pastor zal duidelijk moeten maken hoe hij binnenkomt. Bovendien: wat kom je als pastor eigenlijk doen? Daarom trent kunnen bij de pastorant vragen en onduidelijkheden leven. Duidelijke signalen dat het gaat om levensmoetheid hoeven nog niet in de vraag om een gesprek besloten te liggen.

Een beeld: een gesprek is als een huis. Je klopt aan, je wordt binnen gelaten en je voelt direct hoe het daar is: warm, gezellig, rommelig, chaotisch, opgeruimd, schoon. Soms kom je niet verder dan de hal en worden de zaken bij de voordeur afgehandeld. Een andere keer mag je de woonkamer

binnen die voor de gelegenheid is opgeruimd. En als je eenmaal bekender raakt in het huis, mag je in de keuken kijken. In het antwoord op de vraag bij de kennismaking "Hoe gaat het met u?", kunnen evenwel al aanduidingen voorkomen die wijzen op het antwoord "Ik ben klaar met het leven". Non-verbale signalen kunnen verder inzicht verschaffen: hoe zit iemand erbij? Pauzes, zuchten en motorische onrust geven informatie over hoe de ander zich op dat moment voelt en hoe hij ervoor staat.

Het leggen van een vertrouwensrelatie al in de eerste fase van het gesprek is van groot belang. Veelal kun je teruggrijpen op gemeenschappelijkheden uit het verleden, zoals mensen die pastor en pastorant gekend hebben. Of op belangrijke gebeurtenissen die in het nieuws zijn geweest. Ook wat er zoal gebeurd is in de eigen kerkelijke gemeente kan aanknopingspunten bieden. Verder kan de inrichting van de kamer vele ingangen geven tot het gesprek, zoals foto's, schilderijen of meubels. Aandacht voor deze zaken van de kant van de pastor kan positief bijdragen aan de sfeer van vertrouwelijkheid, die nodig is om tot diepere vragen te komen. De tijd en de rust die men daarvoor neemt betalen zich terug, omdat beiden later kunnen terugvallen op wat eerder besproken is. Bovendien verschaft dit soort gesprekken informatie over hoe de pastorant in het leven staat en gestaan heeft, over zijn sociale omgeving en familierelaties en over zijn huidige contacten. Afhankelijk van de context kan het voorkomen dat de pastorant uitvoerig zijn medische geschiedenis gaat vertellen.

De tijd en aandacht van de pastor in de eerste fase van het pastorale contact kan veel zinvolle informatie geven over de actuele situatie van de pastorant. Maar niet alleen het verkrijgen van informatie is van belang. Het gaat ook om de belangstelling van de pastor die uit deze eerste gesprekken moet blijken. Alleen al daaraan heeft een pastorant die levensmoe is vaak grote behoefte.

De verleiding kan soms groot zijn om snel door te dringen tot de existentiële laag. Je komt tenslotte niet om over koetjes en kalfjes te praten. Het is verstandiger om het geduld te bewaren en het tempo van de pastorant te volgen. Dit vraagt veel van het inlevingsvermogen van de pastor, maar draagt wel bij tot een gevoel van erkenning en herkenning bij de pastorant.

### **4.3 Nadere verkenning**

Vroeg of laat kan het vermoeden ontstaan dat de pastorant levensmoe, klaar met het leven is. De pastorant kan het ook expliciet aangeven. Dit

vraagt om grote aandacht van de pastor. Deze aandacht zal in de eerste plaats verkennend zijn: hoe moet ik deze gevoelens duiden, welke zingevingsvragen leven bij de pastorant? Daartoe zal de pastor in de actuele situatie op zoek moeten gaan naar de betekenis van het door de pastorant aangegeven levensgevoel: 'ik ben klaar met het leven' of 'ik ben levensmoe'.

De volgende vragen kunnen daarbij houvast bieden:

- Wat bedoelt u precies?
- Bent u echt klaar met het leven?
- Betekent dit dat u niet verder wilt leven?
- Is de vitaliteit uit uw leven verdwenen?
- Heeft deze uitspraak met eenzaamheid te maken?
- Hoe is uw stemming?
- Voelt u zich depressief?
- Kunt u van dingen genieten: natuur, muziek, lekker eten, een goed gesprek?
- Hoe gaat u om met afhankelijkheid bij afnemende gezondheid?
- Hoe ziet uw dagpatroon er uit: waken - slapen, activiteit - rust?

Daarbij is het van groot pastoraal belang bovengenoemde vragen in de regel niet zo confronterend te stellen, maar uitingen, opmerkingen van de pastorant soms alleen maar te herhalen: "U bent klaar met het leven?" Hierdoor krijgt de pastorant zelf de ruimte om de duidingen, achtergronden en verdere motieven aan te geven.

Dit zou men een onderzoek naar de 'eigen', individuele context van de pastorant kunnen noemen. De pastor neemt het aangegeven levensgevoel van de pastorant serieus en gaat op verkenning in de situatie zoals die zich aan hem voordoet. Samen gaan zij op zoek, rondlopend in het veld van mogelijke betekenissen. Ook informatie van familie en hulpverleners kan daarbij relevant zijn, maar is uitdrukkelijk van tweede orde. Het gaat in de eerste plaats om het verhaal van de pastorant.

Het is van belang ook in te gaan op de relationele context van de pastorant in heden en verleden. In ieder pastoraal contact krijgt de pastor wel iets te zien van het huidige relationele netwerk van de pastorant. Meestal is er ook alle aanleiding om terug te kijken. Het kan van belang zijn om het levensverhaal in beeld te brengen, zoals kinderjaren, ouderlijk huis, opvoeding, school, kerk, militaire diensttijd, werk, huwelijk, gezin en vrijetijdsbesteding. Door dit in beeld te brengen, kan de pastorant naar voren komen als iemand die leeft en heeft geleefd in een netwerk van sociale relaties. Het naar voren

halen van het goede uit verleden en heden kan wellicht op zichzelf al bijdragen aan het bemoedigen van een pastoraal die levensmoe is. Dit aspect moet niet onderschat worden.

Dan kunnen vragen aan de orde komen als:

- Wat betekent uw leven voor uw kinderen en kleinkinderen?
- Hoe bent u vader/moeder voor uw kinderen geweest?
- Wat heeft u hen gegeven en wat heeft u van hen ontvangen?
- Wat betekenen uw kleinkinderen voor u?
- Wat heeft u in uw relatie met uw man/vrouw gegeven en ontvangen?
- Wat heeft u van uw eigen ouders ontvangen en wat heeft u hen gegeven?
- Heeft u nog contacten met goede vrienden en wat betekenen ze voor u?
- Heeft u kerkelijke contacten?
- Wat hebben kerk en geloof voor u betekend en wat betekenen ze nu?
- Ziet uw omgeving uw verdriet, boosheid, eenzaamheid? Wie ziet dat en hoe?
- Welke mensen en welke gebeurtenissen zijn voor u belangrijk geweest?
- Op wie heeft u in moeilijke momenten kunnen steunen?

Dit soort vragen kunnen heel informeel en terloops aan de orde komen, bijvoorbeeld bij het bekijken van een fotoalbum.

#### **4.4 De existentiële laag**

Na de verkenning zal er meer zicht zijn op wat precies het actuele levensgevoel van de pastoraal is en welke zingevingvragen bij hem leven.

'Klaar met het leven zijn' kan een min of meer rationele constatering zijn: 'Zo sta ik er nu voor, als ik alles op een rij zet.' Het is dan het resultaat van een proces van weging van positief en negatief; de balans is opgemaakt. Wat betekent deze uitspraak voor de pastoraal? Wat betekent het dat zij voor het eerst hardop gedaan wordt in een gesprek met de pastor? Er is een verschil tussen dingen denken en dingen hardop zeggen. Als blijkt dat het echt een constatering is, dan is de volgende vraag: wat nu?

De uitspraak 'levensmoe' te zijn kan ook berustend zijn: zo gaan de dingen nu eenmaal. De mensen om je heen vallen weg, je vereenzaamt en je wacht op een moment om te gaan, je wacht 'tot God je haalt'. De vraag die dan bovenkomt, is: hoe is dat wachten en hoe is het uit te houden?

Een andere kleur is die van levensmoe zijn in combinatie met een verlangen naar de dood. Een verlangen al dan niet met het perspectief op een leven na dit leven, hereniging met geliefden en vereniging met de Eeuwige. Dit doodsverlangen kan voortkomen uit een rationele of uit een berustende

constatering 'klaar met het leven te zijn'. Vragen naar de verdere 'zin van het leven' kunnen dan opkomen.

Een doodswens kan echter ook wijzen op een ernstig 'lijden aan het leven'. Allerlei omstandigheden kunnen het leven nauwelijks meer te dragen maken. Vragen als 'waarom moet dit nu?', 'wat is de zin van dit lijden', 'waarom laat God dat toe?', 'hoe lang moet dit nog duren?' kunnen dan prangende vragen zijn.

De uitspraak 'ik ben klaar met het leven' is een vlag die verschillende ladingen dekt. Het is de opdracht van de pastor deze ladingen met de pastorant te onderzoeken en tegen het licht te houden. Allereerst moet het voor de pastorant zelf helder worden wat levensmoeheid voor hem inhoudt. Daarbij gaat het er niet om wat de pastor denkt dat het inhoudt, maar om wat het werkelijk voor de pastorant betekent. Pas als dat duidelijk is kan de pastor verder komen in zijn begeleiding. Ook verder komen met de vraag hoe het levensgevoel van de pastorant is te duiden in het perspectief van het geloof, de Bijbel en de christelijke traditie.

#### **4.5 Geloof en Bijbel**

Aan een pastorant met een christelijke geloofsachtergrond kan verheldering, bemoediging en houvast worden geboden vanuit het geloof, zoals het verwoord is in de Bijbel en de christelijke traditie. Hetzelfde kan evenwel ook gelden voor wie deze achtergrond niet heeft, maar bij wie de pastor krediet heeft verworven.

Sommige pastoranten worstelen met de vraag: mag ik wel zeggen dat ik mijn leven als 'klaar' ervaar en dat ik mij levensmoe voel? Het kan een opluchting zijn, als de pastor kan beamen: 'ja, u mag dat zeggen. Het gesprek kan dan gaan over hoe in de Bijbel dit soort uitspraken voorkomen, en hoe je er vanuit bijbels perspectief tegenaan kunt kijken. Er worden tal van mensen in de Bijbel genoemd voor wie het leven verzadigd was. Voorbeelden zijn Abraham (Genesis 25:8), Isaäk (Genesis 35:29), David (1 Kronieken 23:1 en 29:28), Job (Job 42:17) en Jojada (2 Kronieken 24:15). Over allen staat geschreven dat zij 'oud en van het leven verzadigd' waren, of zoals in de Statenvertaling, 'oud en der dagen zat'.

We kunnen ook denken aan de profeet Elia: 'Het is genoeg! Neem nu, HEER, mijn leven', (1 Koningen 19:4) en 'ik alleen ben overgebleven' (1 Koningen 19:14). Of aan de man te Bethesda, die reeds 38 jaar lang ziek was geweest en klaagt: 'HEER, ik heb geen mens' (Johannes 5:4,7). En niet



te vergeten de apostel Paulus die vurig verlangt naar zijn levenseinde: 'Ik verlang heen te gaan en met Christus te zijn, want dat is verreweg het beste'. (Filippenzen 1:23)

Deze en andere teksten geven aan dat het niet vreemd of ongeoorloofd is te zeggen dat je levensmoe bent en verzadigd van het leven en dat je snakt naar het einde. Het is een besef dat zelfs bij de groten in het Koninkrijk van God voorkwam en zij brachten dat ook tot uitdrukking ten overstaan van de Eeuwige.

Maar deze teksten wijzen tevens een weg uit de leegte van een levensmoe bestaan. Deze levensmoede mensen wordt niets verweten. Tegelijkertijd worden zij opnieuw geïnspireerd en gestimuleerd om vol te houden en hun levensweg te vervolgen. Elia krijgt te horen: 'Sta op', en hij krijgt drie opdrachten te vervullen en de zekerheid dat hij toch niet alleen is. Er is immers een kring van zeventuizend mede-gelovigen (1 Koningen 19:6-7 en 15-18). De zieke te Bethesda wordt eveneens opgewekt niet bij de pakken neer te zitten (Johannes 5:8-9).

Paulus' beleving van zijn levenseinde laat zien hoe een verlangen naar de dood tegelijk een verlangen om met Christus te zijn kan en mag betekenen: 'het sterven is gewin', 'wat verreweg het beste is'. Maar Paulus geeft ook aan dat als het einde nog op zich laat wachten, dat 'nodiger is om uwentwil' (Filippenzen 1:21-24). Het gaat immers niet alleen om hem; de anderen zijn er ook nog. Voor hen mag hij nog wat betekenen. Hoe de vaak moeilijke en moeizame weg naar het einde toch vol perspectief kan zijn, geeft Paulus aan in zijn ontroerende en persoonlijke belijdenissen in 2 Timotheüs 4:6-8: 'Ik heb mijn loop ten einde gebracht; ik heb het geloof behouden.' En in 2 Korinthiërs 4:16-18: 'Daarom verliezen wij de moed niet, ... al vervalt ook onze oude mens.'

Deze en andere teksten kan een pastor gebruiken als voorbeelden en getuigenissen dat het mogelijk is levensmoeheid om te buigen tot nieuwe hoop en houvast. Natuurlijk gaat het er daarbij om dat deze gegevens worden gebruikt in de juiste pastorale attitude en betrokkenheid. De conclusie mag zijn: het is niet vreemd aan het eind van je leven levensmoe te zijn, het is van alle tijden en ten overstaan van de Eeuwige mag je dit naar buiten brengen. Maar er is ook een weg om nog vol te houden.

Het gesprek voeren met de Bijbel open opent ook de aanwezigheid van 'de Derde in het gesprek'. Je mag veronderstellen dat God ook hier aanwezig is,

zeker als je daar in het gebed om vraagt. Pastoraat en liturgie liggen dan dicht bij elkaar.

Voor de pastor opent dit de mogelijkheid andere teksten en verhalen dan uit de Bijbel erbij te betrekken. Gedichten en liederen uit de traditie brengen veelal heel treffend de situatie en het levensgevoel van de pastorant onder woorden. In hedendaagse teksten kan dit heel indringend in eigentijdse bewoordingen tot uitdrukking zijn gebracht. Daar is dan veel bemoediging uit te putten. In de literatuurlijst worden enkele voorbeelden gegeven. Om hier slechts één citaat te noemen, bedoeld om een schuldgevoel weg te nemen over levensmoetheid en een verlangen naar het einde: 'Hij neemt voor lief mijn onvermogen' (Gezang 487:1, Liedboek voor de kerken). Maar ook hier geldt: ga niet te snel en blij vooral bij het verhaal van de pastorant.

#### **4.6 Afronding van het gesprek – hoe nu verder?**

De verkenning van het gevoel van de pastorant 'klaar met het leven' te zijn vraagt van de pastor vooral erkenning. In de afronding van de gesprekken mag dat voluit terugkomen. Het is goed de gesprekken nog eens op een rij te zetten, waardering uit te spreken voor de openheid en het vertrouwen. Bij de afronding kan het gebed een zinvolle en troostende functie vervullen. Hierbij kan bijvoorbeeld Psalm 71 (wel genoemd de 'psalm van de ouderdom') stem geven aan de gedachten en verlangens van een mens die moe geworden is van het leven.

En dan komt de vraag: hoe nu verder? Dit vereist een actieve pastorale attitude. Naast allereerst luisteren kunnen ook concrete voorstellen en stimulansen nodig zijn. Pastoranten hebben soms een duwtje nodig. De mogelijkheden die de bestaande situatie van de pastorant biedt moeten geëxploreerd worden.

Verschillende stimulansen zijn mogelijk:

- Op zoek gaan naar sociale contacten om het netwerk te versterken. Oude contacten kunnen wellicht hernieuwd worden. Gesprekken en bezoeken kunnen mogelijk gearrangeerd worden.
- Regelmatig contact blijven houden met de pastorant (vaste afspraken).
- Op zoek gaan naar dagbesteding (structuur in het leven).
- Bij vermoeden van depressie contact met de huisarts adviseren.
- In contact brengen met 'lotgenoten'; u bent niet de enige, ga samen op weg. Vooral zulke contacten kunnen voor mensen nieuwe mogelijkheden openen. Het delen van ervaringen en gevoelens kan steun en troost geven.
- Ook zijn beleidsmatige acties mogelijk, zoals het op de (pastorale) agenda zetten

van deze problematiek in het ouderlingenberaad en de kerkenraad, bij het vrijwilligerswerk, de ouderenbonden en de Stichting Welzijn Ouderen. Dergelijke acties roepen vaak ook weer een vervolg op.

Het gaat erom de pastorant weer als mens tussen anderen te plaatsen. Om de pastorant weer zijn betekenis te laten ervaren en daarmee de zin van het er nog steeds zijn. De mogelijkheid bestaat dat de pastorant voor anderen wel degelijk belangrijk blijkt te zijn. Voor kinderen en kleinkinderen, soms ook voor burens in de huidige leefsituatie.

En soms komt in deze gesprekken over relaties met de medemens, over je eigen betekenis daarbij en die van anderen, ook weer iets door van onze relatie met de Aanwezige, de Andere.

#### **4.7 Als toch zelfdoding aan de orde komt**

Deze handreiking is gericht op de pastorale begeleiding van mensen die 'klaar met leven' zijn en die wachten op een 'natuurlijk' levenseinde door een ziekte. Een pastorale begeleiding die gekenmerkt wordt door bemoediging en concrete ondersteuning bij het volhouden van het leven. Wat overigens niet wil zeggen dat de pastor een pastorant zou moeten aanmoedigen om het leven tot iedere prijs zo lang mogelijk te rekken. Wanneer een pastorant uitziet naar de dood en een dodelijke ziekte kondigt zich aan, dan kan het wijs zijn om het 'natuurlijke' levenseinde een kans te geven door 'kunstmatig' rekken van het leven na te laten.

Een pastor kan echter voor de situatie komen te staan waarin de pastorant die levensmoe is toch neigt over te gaan tot zelfdoding, al of niet met hulp. Dan komen zowel voor de pastorant als voor de pastor geheel andere vragen naar voren.

De pastorale contacten met mensen die willen overgaan tot euthanasie of zelfdoding komen, zoals genoemd in het 'woord vooraf', in een andere pastorale handreiking van de Protestantse Kerk aan de orde. Daarom volstaat deze handreiking met slechts enkele opmerkingen daarover. In de handreiking komen de verschillende, deels uiteenlopende opvattingen binnen de Protestantse Kerk over euthanasie en (hulp bij) zelfdoding aan de orde. Ook wordt zeer uitvoerig ingegaan op het pastorale gesprek in die situaties. Uitgangspunten daarbij zijn de troostende nabijheid van de ander en het samen zoeken naar een (uit)weg ten aanzien van de geloofs- en levensvragen die met euthanasie en zelfdoding samenhangen.

Ook deze handreiking gaat ervanuit dat een pastor een levensmoede pasto- rant en zijn naaste familie nabij zal blijven wanneer de pasto- rant wil over- gaan tot zelfdoding. Dat de pastor ook nabij zal blijven als hij zelf zelfdoding ethisch niet verantwoord acht. Echter: onder 'samen een (uit)weg zoeken' wordt in dit verband *alleen* verstaan het zoeken naar een uitweg naar het leven toe.

Het moge verder voor een ieder duidelijk zijn dat de pastor zich steeds verre zal moeten houden van enige hulp of advies bij de voorbereiding en uitvoe- ring van euthanasie of (hulp bij) zelfdoding. Ook zal de pastor zich ervoor moeten hoeden naar de pasto- rant of anderen toe de indruk te wekken dat hij zoiets wel doet.

Maar hoe kan een pastor nabij blijven wanneer er een groot spanningsveld bestaat tussen enerzijds de kerkleer of zijn persoonlijke opvattingen over euthanasie en zelfdoding in de gegeven omstandigheden en anderzijds de opvattingen, gevoelens en noden van de pasto- rant? De opvattingen van pastor en pasto- rant kunnen ver uit elkaar liggen. Zeker nu de reden voor euthanasie en hulp bij zelfdoding voor velen opgeschoven is van een zachte dood voor een stervende via euthanasie bij niet-terminale ziekten naar hulp bij zelfdoding bij levensmoeheid zonder ziek te zijn. Ook bij de pasto- rant zelf kan een innerlijk conflict bestaan tussen enerzijds twijfel aan de morele juist- heid van euthanasie en zelfdoding, en anderzijds geen andere uitweg meer zien dan daartoe overgaan.

Het is dan van belang dit spanningsveld te erkennen en te verduidelijken. Het gaat dan niet om een als legitimatie van euthanasie of zelfdoding functionerende 'bespreekbaarheid'. Het gaat alleen om het helder maken van de morele dilemma's in de gegeven noodsituatie.

Bij het verhelderen van een dilemma wordt het dilemma als zodanig niet opgelost of afgezwakt. Dit betekent dat ook bij de hier bedoelde verhelde- ring het gebod – niet doden – onverkort van kracht blijft. Daar hoeft niet op te worden afgedongen. Daarvan uitgaande kan de pastor enerzijds erken- nen en respecteren dat de nood van de levensmoede pasto- rant zeer groot is. Maar anderzijds kan hij ook de pasto- rant erop wijzen dat op grond van de Bijbel en de christelijke traditie zelfdoding niet als een ethisch verantwoorde oplossing beschouwd kan worden (het morele standpunt van deze handreiking).

Het verhelderen moet niet beperkt blijven tot de morele dilemma's. Het kan en moet ook gericht zijn op de uitwegen naar het leven toe, op bemoediging van de pastorant om het leven vol te houden. Door gebed kan aan God gevraagd worden om nieuwe krachten daarvoor, uitgaande van de overtuiging dat God zelf het is die mensen door hun leven heen bijstaat. Verhelderen is méér dan alleen een erkennen en verduidelijken van een spanningsveld. Het moet ook de mogelijkheid van een herderlijk leiden inhouden en een wijzen op de bronnen van kracht en bemoediging die er nog zijn. Maar wanneer een levensmoede pastorant toch overgaat tot zelfdoding past ons geen oordeel. Want naast het gebod is er méér in de relatie van God tot een mens: Gods erbarmen met een mens in uiterste nood.

Bij zo'n pastorale benadering is er géén sprake van een relativering of ontkenning van het gebod. Ook niet van de opvatting dat een mens het recht heeft zelf over zijn leven te beslissen. Ook kan Gods erbarmen niet dienen als legitimatie voor het mogen overtreden van het gebod. Een mens in uiterste nood kan slechts bidden dat God zijn overtreding van het gebod met de mantel der liefde zal bedekken.

Vanuit deze pastorale benadering zal het voor een pastor, ondanks zijn morele afwijzing van zelfdoding, wellicht toch mogelijk zijn om de pastorant nabij te blijven wanneer deze onweerstaanbaar gedreven wordt naar zelfdoding. Nabij blijven door tot het laatst toe te blijven bemoedigen om het leven vol te houden. Maar ook door – voor zover dat mogelijk is en gewenst wordt en de pastor dat kan opbrengen – je verantwoordelijkheden te blijven onderkennen ten aanzien van troost, gebed, zegening of rituelen rond het levenseinde. Hetzelfde geldt ten aanzien van de begrafenis of crematie en de opvang van de familie.

# Literatuur

## ***Pastorale begeleiding en bemoediging***

- M. van den Berg, Voor de laatste tijd – Samenwerken aan een goede dood, Ten Have, Kampen, 2003, ISBN: 9789043506113
- M. van den Berg, Een andere dag tegemoet – als het levenseinde nadert, Ten Have, Kampen, 2009, ISBN: 9789079001309
- G. Breed, J. Deckers, M. den Dulk (red.), Oud geboren om jong te sterven - Ouderenzorg en levensverhaal, Meinema, Zoetermeer, 1998. ISBN: 9789021137179
- C.J. Droger e.a., Pastoraat en ouderen, Jongbloed, Heerenveen, 2004, ISBN: 9789058291240
- R. van Kooten, Dichterbij het einde, Groen, Heerenveen, 2005, ISBN: 9789058295378
- E. Kübler-Ross, Lessen voor levenden - gesprekken met stervenden, Ambo, Baarn, 2006, ISBN: 9789026319648
- E. Kübler-Ross, Woorden die sterken en troosten, Altamira-Becht, Haarlem, 2001, ISBN: 9789069635170
- C. Leget, Ruimte om te sterven – een weg voor zieken, naasten en zorgverleners, Lannoo, Arnhem, 2003, ISBN: 9789020951455
- C. Leget, Van levenskunst tot stervenskunst – over spiritualiteit in de palliatieve zorg, Lannoo, Arnhem, 2008, ISBN: 9789020951455
- H. Noordegraaf, Kerkelijke betrokkenheid bij ouderen, Kerk in Actie, Utrecht, 2007, ISBN: 9789088940019
- H. J.M. Nouwen: Bevrijd je verdriet - Troost voor tijden van pijn en rouw, Ten Have, Kampen, 2003, ISBN: 9789025952976
- A. Polspoel, Eenzaam sterven? - Communicatie in de palliatieve zorg, Ten Have, Kampen, 2004, ISBN: 9789080829053
- L. Reedijk-Boersma, Laatste levensdagen – ervaringen uit het pastoraat, Kok, Kampen, 1997, ISBN: 9789024291892
- T. van der Roest, Loslaten, Ark Media, Amsterdam, 2009, ISBN: 9789033818875
- A.F. Troost, Als de jaren gaan tellen – verhalen over ouder worden, Boekencentrum, Zoetermeer, 2007, ISBN: 9789023921943
- W.H. Velema, Een lied in de levensavond, Groen, Heerenveen, 2006, ISBN: 9789058296856
- W.H., Velema, Terwijl mijn kracht vergaat - spreken met God over het

- levenseinde, Groen, Heerenveen, 2007, ISBN: 9789058298638
- C. van der Ven, *Van oude mensen- de twintigste eeuw weerspiegeld in 20 levensverhalen*, Ten Have, Kampen, 1997, ISBN: 9789025946814

### ***Gedichten, liederen en gebeden***

- N. Benschop: *De stem uit de wolk - Verzamelde gedichten* Nel Benschop, Kok, Kampen, 1997, ISBN: 9789024292554
- M. van den Berg, *Bidden bij het ouder worden*, Ten Have, Kampen, 1999, ISBN: 9789043500609
- P. Brouwer, *Zilver is goud – over de kunst van het ouder worden*, Filippus, Heerenveen, ISBN: 9789076890227
- H. Bouma, R. de Jonge, *Rijk in jaren*, Kok, Kampen, 1997, ISBN: 9789024229277
- H. Bouma, *Licht dat mij omgeeft – gebeden voor als het donker wordt*, Ten Have, Kampen, 2004, ISBN: 9789043509763
- H. Oosterhuis: *Levende die mij ziet - Gedichten, gezangen en gebeden*, Kampen, 1999.
- R. Renema-Mentink: *Als je me aanraakt, voel ik me weer mens - Gedachten en gebeden rond sterven*, Sliedrecht, 2003.
- M. Vasalis: *De oude kustlijn - Nagelaten gedichten*, Amsterdam, 2002.
- S. de Vries: *Zolang wij ademen - Teksten en gebeden uit het hart van de gemeente, Zoetermeer*, 1992.

### ***Euthanasie en (hulp bij) zelfdoding***

- H.J. Agteresch, *Als grenzen vervagen - medische beslissingen rondom het levenseinde*, Den Hertog, Houten, 2003, ISBN: 9789033117190
- T. Boer, *Euthanasie: de regel achter de Uitzondering*, in: *Theologia Reformata* 45, no. 2, juni 2002.
- P. Bruggeman, *De pastor en de vraag om Levensbeëindiging*, in: *Praktische Theologie* 1996/2.
- T. van den Hoogen, *Tragiek en barmhartigheid – Theologische reflecties over levensbeëindiging*, in: *Praktische Theologie* 1996/2.
- J. Kennedy, *een weloverwogen dood – Euthanasie in Nederland*, Prometheus, Amsterdam, 2002, ISBN: 9789035122956
- H.M. Kuitert, *Mag er een einde komen aan het bittere einde? – Levensbeëindiging in de context van stervensbegeleiding*, Ten Have, Baarn, 1993, ISBN: 9789025945251
- P.J. Lieveerse e.a., *Dood gewoon? – perspectieven op 35 jaar euthanasie*

- in Nederland (Lindeboomreeks), Buijten en Schipperheijn, Amsterdam, 2005, ISBN: 9789058811974
- G. Manenschijn, *De dood in eigen beheer? - Medisch-ethische notities bij de euthanasiewetgeving*, in: Praktische Theologie 2002/2.
  - R. Seldenrijk e.a., *Levenswaardigheden - bijbelse bezinning op zorg voor het leven*, Buijten en Schipperheijn, Amsterdam, 2007, ISBN: 9789058813688
  - W.H. Velema, *Mag ik sterven, moet ik leven?- Een praktische en pastorale benadering rond de levensbeëindiging*, Boekencentrum, Zoetermeer, 1993, ISBN: 9789023916789

### **Pastorale handreikingen**

- *Medische beslissingen rond het levenseinde*, Protestantse Kerk, 2006.
  - *Over het bezoeken van oudere mensen*, Protestantse Kerk, 2001.
- [www.pkn.nl/pastoraat](http://www.pkn.nl/pastoraat)