

LEEF MET JE KOP OMHOOG

Soms komt de inspiratie voor een preek uit onverwachte hoek. In dit geval was het een flesje bier. Of liever gezegd: het etiket van een flesje bier. Een beetje bierliefhebber heeft nu natuurlijk allang gezien om welke brouwerij het gaat. Voor ik verder ga, vertel ik nog even dat ik contact gehad heb met de Coördinator 'Direct Contacts' van de onderhavige brouwerij. Hij vond het geen enkel probleem dat ik het logo gebruik als thema voor deze preek. Sterker nog, hij vertelde erbij dat zijn vader emeritus-predikant is, maar dat hij die nog nooit zover gekregen had om iets van zijn werk in een preek te verwerken. Des te leuker dus dat dat nu wel gebeurt.

We zien een struisvogel, nu eens niet met zijn kop in het zand – denk aan 'struisvogelpolitiek', je kop in het zand steken -, maar met zijn kop omhoog, rechtop staand. Er valt een druppel uit zijn snavel – bier? – en bij zijn poten ligt een ei. De begeleidende tekst luidt: 'Leef met je kop omhoog' – en dat is dus het motto van de preek van vanmorgen.

Op de een of andere manier raken deze woorden bij mij een snaar. Ja, zo is het precies. Steek je kop niet in het zand, maar leef met je kop omhoog. Ga ertegen aan, wees fier en trots, laat je kop niet hangen bij tegenslag, maar gooi je kop tegen de wind in, laat je niet kisten. Trek je eigen spoor, wees jezelf, laat je leven niet bepalen door wat anderen vinden, ga je eigen weg, wees geen kuddedier, bepaal zelf hoe je wilt leven en hoe je eruit wilt zien, maak je eigen keuzes, pak de regie over je eigen leven. Enzovoort. Dat soort positieve associaties kreeg ik en daar werd ik blij en vrolijk van. Een optimistische boodschap met als kernwoorden: vrijheid, zelfbeschikking, zelfredzaamheid, zelfontplooiing, onafhankelijkheid, autonomie.

Kleine kinderen willen al van jongs af aan alles 'zelf doen', en dat is prima, dat juichen we toe. Van zelf je veters strikken tot zelf je problemen oplossen – daar kun je toch alleen maar vóór zijn? Dat is ook zo en ik ga een heel eind mee in dit 'Leef met je kop omhoog'. Nog niets eens zo lang geleden werd je leven voor een groot deel door anderen uitgestippeld en had je zelf niet zoveel in de melk te brokkelen. Wat een zegen en een voorrecht is het dan nu, dat je je leven zelf kunt inrichten zoals jij dat wilt.

Maar naast blijdschap kreeg ik meteen ook de kriebels. Lijkt dit niet verdacht veel op het neoliberale mensbeeld waar onze maatschappij van doordrenkt is? Daarin is 'het vrije, autonome ik' het hoogste goed en is afhankelijkheid de

boeman, een schrikbeeld. Als mens moet je jezelf kunnen redden, in alle opzichten, als je maar je best doet kun je alles bereiken wat je wilt. Leef met je kop omhoog, wees succesvol en fantastisch, overwin obstakels en hindernissen, alles is maakbaar, de weg naar een goed leven ligt voor je open. En als dat niet lukt of niet gaat? Dat is dan jammer, maar dat heb je dan toch echt helemaal aan jezelf te wijten. Als je je eigen geld niet kunt verdienen en een uitkering ontvangt, dan is dat je eigen schuld, dan heb je gefaald. Wie zorg nodig heeft, is een last voor de samenleving, een kostenpost. Daarom moet zorg tot het uiterste minimum worden teruggebracht, zo goedkoop mogelijk.

Ik kreeg een beetje een nare bijsmaak, niet van het bier want dat is prima, maar van dat 'Leef met je kop omhoog', van dat autonome individu dat alles zelf bepaalt. Daar zitten ook hele negatieve kanten aan. De kriebels werden vraagtekens. Bestaat die autonome mens eigenlijk wel? De mens van: Vrijheid blijheid, Moet kunnen, Bemoei je er niet mee, Dat bepaal ik zelf wel. Hij 'bestaat' dus wel, althans, dat dént hij, maar het kan niet en het is ook niet goed. Want ik heb ontdekt en dat wil ik met u delen: je kunt pas met je kop omhoog leven, autonoom en onafhankelijk, ómdat je áfhankelijk bent van andere mensen. Dat is wat mens-zijn is: het is niet of-of, maar en-en. Afhankelijkheid en autonomie gaan samen, het zijn twee kanten van één medaille.

Ik laat zien wat ik bedoel aan de hand van twee voorbeelden. Het eerste is het ontroerende verhaal van Marja, het tweede gaat over het levenseinde, over euthanasie.

(1) Voor het autonome ik is het verpleeghuis, en met name de gesloten afdeling, het voorgeborchte van de hel. 'Die afhankelijkheid, hé, dat is het allerergste'. Je kunt er ook heel anders naar kijken. Neem nu Marja. Marja is 75, ze houdt van dansen maar dat gaat nu niet meer, ze is verzot op zoetigheid en ze is een avondmens. Marja heeft een zware, verstandelijke beperking waardoor ze niet kan praten. Ze is ook nog doof en blind en aan het dementeren. Ze kan helemaal niks meer zelf, ze is, zoals dat heet, 'volledig zorgafhankelijk'. En inderdaad, wees eerlijk: niemand zou met haar willen ruilen. Déze rauwe afhankelijkheid wil niemand. Toch kan iedereen op vergelijkbare wijze totaal afhankelijk worden van anderen mensen. Maar zelfs binnen deze algehele afhankelijkheid is Marja tot op zekere hoogte autonoom: zij bepaalt zelf of ze wil eten of niet. De begeleiders tikken drie keer zachtjes met een lepel op haar lippen, dat is het teken dat het etenstijd is. Meestal doet Marja haar mond open, klaar voor de eerste hap. Dat betekent dat ze trek

heeft. Andere keren geeft ze geen kík en gaat het eten terug naar de keuken. Marja is volledig afhankelijk van haar begeleiders en daarbinnen is er een klein stukje autonomie waarmee ze haar wensen en grenzen kan uiten. Wanneer ik niks meer kan, hoop ik dat er ook voor mij mensen zijn die voor mij willen zorgen, mensen met het hart op de goede plaats, mensen van wie ik afhankelijk mág zijn.

(2) Het tweede voorbeeld gaat over de beweegredenen waarom mensen voor euthanasie zouden kiezen. Daar is de laatste tijd veel onderzoek naar gedaan. Hoe denken mensen die in het volle leven staan over later, over hun levenseinde, over euthanasie? Opvallend is dat ongeveer de helft van de mensen als reden opgeeft: 'Ik wil niet afhankelijk worden van anderen' en 'Ik wil anderen niet tot last zijn'. Ik vind dit ongelooflijk veelzeggend. Hoezo, een autonoom 'ik' dat over zichzelf beschikt?

Euthanasie – of welke andere keuze in het leven dan ook – is nooit een vrije, onafhankelijke keuze. Altijd doen de andere mensen daarin mee en dat klópt ook, want mens-zijn is altijd sámen-mens-zijn. In relatie, in verbinding, in contact, in ontmoeting, in afhankelijkheid. Als je als mens te weinig aanspraak hebt, dan kwijn je weg. Wanneer je ernstig ziek wordt, wanneer je een lijdensweg moet gaan, wanneer het levenseinde dichterbij komt, dan leg je die weg normaal gesproken nooit alleen af, maar altijd samen met anderen: geliefden, gezinsleden, familieleden, vrienden, vrijwilligers, verpleegkundigen, verzorgers, artsen. Dat kan ook niet anders, want een mens is geen eiland, maar een archipel, met allemaal bruggetjes met elkaar verbonden. Juist in het lijden openbaart zich dit fundament van het leven: mens-zijn is afhankelijk zijn van medemensen. En ja, dan ben je elkaar soms tot last.

Ik wil iemand, die op zijn sterfbed zegt: 'Ik wil niet afhankelijk zijn, ik wil een ander niet tot last zijn', wel toeróepen: 'Meneer, mevrouw, u bent al uw hele leven anderen tot last, niet pas nu u gaat sterven!'. En dat is prima, dat moet ook, dat hoort zo, that's life. Mensen zijn afhankelijk van elkaar, mensen zijn elkaar hun hele leven tot last. Ze lopen elkaar voor de voeten, ze ergeren zich aan elkaar, ze bemoeien zich met elkaar, ze maken ruzie, wat niet al. Én ze zijn elkaar tot steun, ze zijn elkaars toeverlaat, tot hulp, ze houden van elkaar, ze zorgen voor elkaar, ze vangen elkaar op, ze delen lief en leed, ze troosten elkaar. Dat is aan het einde van het leven, bij het sterven, nog steeds zo, het wordt alleen intenser, intensiever.

Natuurlijk is dat zwaar, natuurlijk geeft dat ongemak en weet je je er soms geen raad mee. Maar realiseer je: leven, lijden, sterven is wanordelijk en rommelig, en je maakt het elkaar inderdaad vaak lastig, je bent elkaar tot last én tot troost, allebei. En dat is goed, want daarvoor ben je mens. Je houdt het uit met elkaar, in het leven, in het lijden, binnen je mogelijkheden draag je, verdraag je elkaars lasten. Het zou afschuwelijk zijn als dit een reden wordt voor euthanasie: dat je elkaar niet tot last wilt zijn. Gelukkig is euthanasie met waarborgen en zorgvuldigheidseisen omgeven, o.a. om dit te voorkomen. Immers, je bent elkaar sowieso tot last, je bent sowieso afhankelijk van elkaar, je hele leven lang, want je bent méns, mede-mens.

Ook de bijbel houdt ons deze spiegel voor. Als ik in die spiegel kijk, zie ik tegelijkertijd al die anderen met wie ik onafscheidelijk verbonden ben. Het bijbelse mensbeeld kun je 'relationele autonomie' noemen. Autonomie is altijd geworteld in relaties met andere mensen, afhankelijkheid maakt autonomie mogelijk.

In het scheppingsverhaal klinkt zeven keer: *'God zag dat het goed was'*. Eén keer zegt God dat iets niét goed is, dat is hier, we hebben het gelezen: *'Het is niet goed dat de mens alleen is. Ik zal een hulp voor hem maken die tegenover hem is'*. Met 'hulp tegenover' wordt bedoeld: iemand die aan de mens beantwoordt, die aan hem gewaagd en gelijkwaardig is, iemand met wie de mens oog in oog kan staan, met de kop omhoog, op gelijke voet. Een hulp is geen 'hulpje'. Het Hebreeuwse woord voor 'hulp' wordt in de Psalmen gebruikt voor God Zelf...

In het verhaal is geen sprake van dominantie van de man over de vrouw, integendeel. Sommige rabbijnen zeggen dat de mens oorspronkelijk uit twee helften, twee zijden bestond, mannelijk en vrouwelijk. God maakt nu de vrouwelijke zijde los van de mannelijke en zo komt de geschiedenis van de mensheid op gang. En dan staat er, zo prachtig: *'Toen sprak de mens'*. Tot nu toe heeft alleen GóD gesproken en heeft de mens eigenlijk alleen nog maar de namen van de dieren geroepen. Nu spréékt ook de mens, voor het eerst, nu hij een partner heeft, die hem horen en antwoorden kan! Tweezaam is de mens, of driezaam of vierzaam, meerzaam, alle kleuren van de regenboog.

Zou Paulus aan dit verhaal gedacht hebben, toen hij de gemeente in Korinte, die hijzelf gesticht had, vergeleek met een lichaam? *Het oog kan niet tegen de hand en het hoofd kan niet tegen de voet zeggen: 'Ik heb je niet nodig'*. Ze hebben elkaar juist heel hard nodig, ze kunnen niet zonder elkaar, ze zijn van

elkaar afhankelijk. Daarbinnen vervult elk lichaamsdeel zijn eigen, unieke, autonome taak en functie. *Wanneer één lichaamsdeel pijn lijdt, lijden alle andere mee. Wanneer één lichaamsdeel respect krijgt, delen alle andere in die vreugde.*

Alleen al het blote feit dat je er bent laat zien: we zijn allemaal begonnen als een kwetsbare, afhankelijke zuigeling, overgeleverd aan de zorg van anderen. En naarmate we ouder, zieker of terminaal worden, overkomt ons dat opnieuw. Dat we hier in de kerk samen gekomen zijn, is mogelijk gemaakt door een onzichtbaar netwerk van mensen die voor ons werken: de waterschappen die zorgen voor droge voeten, de leveranciers van water, gas en stroom, de bakker die het brood voor het ontbijt heeft gebakken, enz., enz. Er zijn zoveel mensen die achter de schermen werken, vaak in onbetaalde of onderbetaalde arbeid, veelal vrouwen en mensen van kleur, schoonmakers, bagage-afhandelaars, onderhoudsmonteurs, vuilnisophalers, en vele, vele anderen. Hallo, zogenaamd autonoom ik, open je ogen voor dit onzichtbare 'afhankelijkheidswerk'.

Veel mensen, vooral zij die de schaapjes op het droge hebben, leven in de waan dat ze autonoom zijn en alles aan hun eigen prestaties te danken hebben. Dat is een illusie, want prestaties zijn vooral een kwestie van geluk. Wat dacht je van de omstandigheden? Het maakt nogal wat uit waar je wieg heeft gestaan en wat je daarna hebt meegekregen - of niét hebt meegekregen - aan huisvesting, veiligheid, geborgenheid, hechting, opvoeding, scholing, pech en tegenslag, lijden en ziekte – allemaal omstandigheden waar je afhankelijk van bent, die je niet zelf kiest, die je overkomen. Kansenongelijkheid begint al heel vroeg. Heb je een goed stel hersenen gekregen? Of een sterk lichaam? Goede genen? Welke mensen komen er op je pad? Kortom, je bent afhankelijk van andere mensen en van gunstige of ongunstige omstandigheden die bepalen hoe ver je je kop omhoog kunt steken. Het zou heilzaam zijn voor onze ik-gerichte maatschappij als dit besef weer doordringt: een mens is niet alleen een ik, een mens is vooral jij en ik, een mens is wij.

Dus dan toch, volmondig: Leef met je kop omhoog – dan zie je nog eens wat. Dan zie je hoe je van de wieg tot het graf afhankelijk bent van andere mensen. Maar dat is geen schrikbeeld! Het stemt je juist blij en dankbaar, want *zij* maken mogelijk dat *jij* autonoom kunt leven, met je kop omhoog. Amen.