

De dood

Na mijn dood is het met mij definitief afgelopen, het woord zegt het al. Dat is een wonderbaarlijk gegeven: ik kan het me helemaal niet voorstellen. Maar ik kan er niks anders van maken, het is een absoluut feit en een natuurlijke gang van zaken. Alle ideeën over voortbestaan na de dood, in welke vorm dan ook, komen voort uit angst voor het einde. Het zijn projecties.

Angst voor de dood is heel menselijk. De meesten van ons vinden zich zelf heel belangrijk en daarom kost het moeite afscheid te nemen van het leven: ik kan niet accepteren dat er aan mijzelf een einde komt. Ik heb veel geïnvesteerd in mezelf, ik heb er alles aan gedaan iets of iemand te worden en ik heb me gehecht aan alles wat tot meerdere eer en glorie van mezelf strekt: mijn werk, mijn vrouw en kinderen, mijn vrienden, mijn huis. Aan alles wat mijn identiteit uitmaakt komt een einde: het is compleet afgelopen met mij, er blijft niets over. Daarom wil ik dat allemaal zo lang mogelijk laten voortbestaan en in stand houden.

De dood maakt me duidelijk dat alles wat ik zo belangrijk vind, heel betrekkelijk is en niet wezenlijk. Als je ouder wordt kun je dat al merken, omdat het afscheid dan al begint: je stopt met werken, de kinderen gaan hun eigen weg omdat ze volwassen zijn geworden, je bent minder aantrekkelijk en zo stort je identiteit langzaam maar zeker in. Het sterven is begonnen, je moet steeds meer inleveren en van steeds meer afscheid nemen. Voor je het weet zit je somber in een hoekje omdat je leven nog zo weinig betekenis heeft. Er rest je niets dan feest vieren, op vakantie gaan, lekker eten en drinken en je laten amuseren en bezig houden. Maar vroeg of laat gaat dit vervelen en slaat de leegte alsnog toe.

Niet voor iedereen is dit zo. Sommigen van ons hebben ontdekt dat wat je vroeger zo belangrijk vond (het werk, aanzien, bekendheid, populariteit) er eigenlijk niet echt toe doet, het is niet wezenlijk. De verrassing is dat het wezenlijke nu juist meer ruimte krijgt, als je er tenminste oog voor hebt. Je staat niet meer onder immense druk om te presteren, je hoeft de concurrentie niet meer aan te gaan en slopende gevechten te voeren. Je kunt zelf ontdekken dat het nogal oppervlakkig is om je te laten leiden door de mode van de dag en wat anderen ervan vinden.

De natuur vergaat nooit en is een bron van vreugde, of het nu zomer of winter is. Je hebt nu alle tijd om ervan te genieten en de schoonheid ervan te ondergaan, omdat je het tot hoogste prioriteit kunt verheffen. Ook is er meer ruimte om je relaties uit de sfeer van de oppervlakkige kletspraak te halen en te ontdekken dat je overal bijzondere ontmoetingen kunt hebben, of je nu in de trein zit of de hond uit laat. Ieder mens blijkt een klein wonder te zijn, als je maar wilt kijken en luisteren, in plaats van altijd maar weer jouw eigen kleine stokpaardjes te berijden en sensationele belevenissen van de laatste vakantie te vertellen.

Ouder worden is geleidelijk aan dood gaan. Je gaat dood aan alles wat je zo belangrijk vond. De uitdaging is om deze natuurlijke gang van zaken aan te grijpen om alsnog te ontdekken wat er echt toe doet en je dagelijks leven radicaal daar naar in te richten. Je kunt zo ontdekken dat het er niet zo zeer om gaat van alles en nog wat te doen, maar dat een van de beste én moeilijkste dingen is om daar mee op te houden en te genieten van de stilte en de rust die het begin is van alles wat wezenlijk is.