

Voltooid of onvoltooid leven?

Eerste druk, 2019

© 2019 Wouter W. van der Schaar

Bij de totstandkoming van dit boek hebben Ton ter Heerdt-Grimmelikhuisen en Benno Elsen correctiewerk gedaan. Lieke Engelkamp heeft de portretfoto verzorgd en Ruud den Drijver heeft het coverontwerp verzorgd.

ISBN: 978 90 8759 863 1

NUR: 600

Uitgeverij U2pi, Den Haag

[www.uitgeveriju2pi.nl](http://www.uitgeveriju2pi.nl)

Druk: [www.jouwboekdrukkerij.nl](http://www.jouwboekdrukkerij.nl)

Hoewel aan de totstandkoming van deze uitgave de uiterste zorg is besteed, aanvaarden de auteur en uitgever geen aansprakelijkheid voor eventuele fouten en onvolkomenheden, noch voor de directe of indirecte gevolgen hiervan.

Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever worden openbaar gemaakt of verveelvoudigd, waaronder begrepen het reproduceren door middel van druk, offset, fotokopie of microfilm of in enige digitale, elektronische, optische of andere vorm of (en dit geldt zonedig in aanvulling op het auteursrecht) het reproduceren (I) ten behoeve van een onderneming, organisatie of instelling of (II) voor eigen oefening, studie of gebruik welk(e) niet strikt privé van aard is.

# **Voltooid of onvoltooid leven?**

Een psychologisch wetenschappelijke bijdrage

WOUTER W. VAN DER SCHAAR



# Inhoud

Voltooid of onvoltooid leven?	7
Amor Fati en doodswens bij voltooid leven	18
Sociaal-emotionele selectiviteits-theorie (SST)	29
Ikigai of geluk van het bestaan	36
Tijdsbeleving bij ouderen	48
De invloed van piekervaring op tijdsbeleving	58
Vershil tussen euthanasie en suïcide?	65
Het gesprek	73
Appendix	76
Woord van dank	79



# Voltooid of Onvoltooid Leven?

*... .een opwindende verkenningstocht of..... ?*

De regering is van plan een wet te ontwerpen die het mogelijk maakt om met hulp het leven te beëindigen voor mensen ouder dan zeventig jaar die het leven als 'voltooid' ervaren en niet terminaal ziek zijn of een ernstige psychiatrische stoornis hebben. Een verzoek hiertoe is in Oktober 2016 bij het parlement ingediend. In 2017 resulteert dit in een voorstel tot de 'Wet toetsing levenseindebegeleiding van ouderen op verzoek' en wordt nader bekend als een beroep op 'voltooid' leven. Vervolgens ontstaat het concept van levenseindeklinieken. Dergelijke ontwikkelingen zijn ook in Zwitserland en België aan de gang. In België spreekt men overigens liever over 'levensmoe' of 'klaar met het leven'. Het is interessant na te gaan of en hoe in andere culturen hierover gedacht en gecommuniceerd wordt.

Het onderwerp voltooid leven is voor het eerst in de geschiedenis actueel geworden door de haast explosieve ontwikkeling van de medische wetenschap die steeds meer in staat is het menselijk leven te verlengen, ongeacht of daar vraag naar is. Het accent ligt meer op het verhogen van de kwantiteit van het leven dan op de kwaliteit van een dergelijk verlengd bestaan. Volgens de World-population-clock die iedere minuut het aantal mensen op de wereld bijhoudt, groeide het aantal mensen boven de negentig jaar van 7.8 miljoen in 2000 tot 16.5 miljoen in 2015 en dit aantal zal toenemen tot 88.4 miljoen in 2050. Het aantal 100-jarigen zal wereldwijd toenemen van 180.000 in 2000 tot 3.2 miljoen in 2050, aldus de berekening door de United Nations. De vraag is, of men wel zo lang moet blijven leven als de wetenschap toelaat. De medische wetenschap kan het leven rekken, maar onze zin in het leven rekt niet eindeloos mee. Concreet gesteld: als men te eniger tijd 100 tot 150 jaar oud kan worden zal men dan ook zo oud moeten worden. Is dat een plicht? Het lijkt er dan op of het leven als een project wordt gezien waar inspanningen worden gepleegd en targets moeten worden behaald als in een productiemaatschappij waarbij

men kan falen of slagen. De Duitse filosoof Odo Marquard schreef op zijn vijfentachtigste jaar dat voltooid leven een illusie is. 'Mijn leven is slechts een fragment. Het zal niet voltooid worden, noch aan deze zijde van het leven noch aan de andere kant, bij de dood. Ik ben niet bezig het te voltooiën, maar het is eenvoudig binnenkort aan zijn eind gekomen, niet bij zijn doel. Mijn leven zal zijn doel niet bereiken'. Ook Frits de Lange zet vraagtekens bij de betekenis van 'voltooid' leven in zijn boek 'De mythe van het voltooide leven'. Hij ziet de uitdrukking 'voltooid' leven als een moreel oordeel over de manier waarop iemand vindt dat het leven tot nu toe is geleefd. Maar het is een illusie om te denken dat je ooit klaar bent met het leven. Heel veel dingen in het leven lukken je niet. Er is dus nooit uitgehaald wat er allemaal in zit. Er zijn tal van goede redenen om te zeggen 'het is voltooid'. Je kunt moe zijn, levensmoe, dat je het niet meer kunt opbrengen. Of je kunt zeggen 'alle mensen om mij heen vallen weg, ik functioneer niet meer in deze samenleving, ik heb er niets meer te doen. Ik word niet meer gevraagd, niet meer gewaardeerd. Ik heb mijn tijd gehad'. Er zijn allerlei redenen, maar wat voltooid leven is, is niet te objectiveren. In sommige culturen zeggen ze 'het leven is voltooid op het moment dat je kleinkinderen krijgt'. Dan heb je bijgedragen aan de voortzetting van de generaties. Dat is toch een soort objectief ijkpunt? Filosoof Erno Eskens schrijft in een confronterende brief: 'Is je leven geslaagd? Zou je het, inclusief alle geluk en ellende die je ten deel vallen, nog oneindig vaak willen meemaken?' (Nietzsche).

Het concept 'voltooid leven' betekent niet voor iedereen hetzelfde en men moet zich afvragen of de term wel goed gekozen is om de toestand te beschrijven van gezonde mensen die de wens hebben niet verder te leven.

In het geval van ouderen die vinden genoeg geleefd te hebben suggereert de term een afgerond leven, maar verhuult een veel rauwere, tragische werkelijkheid van teleurstellingen en angsten. Voltooid leven is iets negatiefs. Niet, 'ik heb alles gedaan wat ik wilde doen' maar 'alles wat ik nog wil, kan niet meer', aldus Bert Keizer. 'Als je met deze ouderen spreekt die een doodsverlangen hebben, merk je dat emoties als angst, schaamte en sociale isolatie een rol spelen. Mensen klampten

zich soms letterlijk aan mij vast, waren dolblij dat eindelijk iemand bereid was om uren naar ze te luisteren. Ze willen zich gewoon nuttig voelen, echt meedoen'. Kuiken oordeelt dat dit niet getuigt van een voltooid leven, maar van een rotleven.

Door de toenemende aandacht voor euthanasie bij mensen die niet terminaal ziek zijn en geen chronische psychische stoornis hebben, is er een hausse aan boeken ontstaan waarin oud-en gelukkig zijn wordt benadrukt in titels als: 'Gelukkig ouder worden'; 'Oud worden zonder het te zijn'; 'De kunst van het ouder worden'; 'Ouder worden is een feest', etcetera. Het lijkt een beetje op een wanhoopskreet die als antidotum moet werken tegen een doodsverlangen. Er is echter weinig onderzoek gedaan naar de beweegredenen van gezonde mensen die euthanasie overwegen. Er zijn ook weinig gegevens bekend over mensen in dezelfde leeftijdsgroep die zo'n stap *niet* overwegen. Aan beide categorieën wil ik aandacht besteden.

In het buitenland zijn negen onderzoeken gedaan die het onderwerp wellicht raken, maar niet geheel treffen. De focus ligt daar voornamelijk op o.a. suïcidaliteit onder ouderen en de existentiële beleving van ouder worden. In Nederland is één wetenschappelijke studie gedaan door Els van Wijngaarden naar de geleefde ervaringen van mensen die hun leven voltooid vinden. In 2013 is dit onderzoek dat politieke steun moet bieden bij de vraag hoe om te gaan met de toenemende vraag van gezonde mensen die hun leven voltooid vinden, afgerond. Daartoe werden vijftiengoud ouderen boven de zeventig jaar die geen ernstige lichamelijke of psychiatrische klachten hadden, geïnterviewd over de manier waarop zij hun leven ervaren. Er werden vijf factoren gevonden die bijdroegen aan het gevoel het leven voltooid te hebben: eenzaamheid, doelloosheid, zich niet kunnen uiten, algehele vermoeidheid en angst voor afhankelijkheid.

Ouderen die de greep op hun leven verloren hebben, zo constateren onderzoekers, kunnen door het ontwikkelen van een doodswens onbewust of bewust de controle over hun leven weer proberen terug te krijgen. 'Sinds ik de beslissing voor voltooid leven heb genomen, leef ik weer helemaal op', aldus een opmerking van een eenzame oudere.

Is iemand klaar met *het* leven of *dit* leven? Men zou dan eerder

moeten spreken van een on-voltooid leven want het is nog lang niet af en men wil er zelf een einde aan maken. Eén en ander komt ook tot uiting in het woord on-natuurlijke dood dat geassocieerd wordt met voltooid leven. Hiermee wordt impliciet aangegeven dat een zogenaamd voltooid leven dus eigenlijk tegen een natuurlijk voltooiingsproces van het leven ingaat. Van een natuurlijke dood spreekt men, wanneer de natuur een einde aan het leven heeft gemaakt, oftewel, in echte zin, heeft voltooid. *Hier* zou men dan eigenlijk van een voltooid leven moeten spreken of zoals een oudere het verwoordde: ‘.. met de term voltooid leven heb ik moeite. Mijn leven is niet voltooid, mijn lijf is gewoon op. Liever spreek ik van het ‘voortdurend inleversyndroom’, een term die volgens mij meer recht doet aan de harde werkelijkheid van permanente achteruitgang’.

Kort samengevat gaat voor mij een voltooid leven met een natuurlijke dood en onvoltooid leven met een onnatuurlijke dood gepaard. Als sterven bij het leven hoort, is een leven pas voltooid als men gestorven is. Niet eerder en zo lang men leeft is het leven onvoltooid.

Wellicht is het een betere optie om verandering in sociale omstandigheden en relaties trachten aan te brengen in plaats van een legale manier aan te bieden om te sterven. Deze suggestie komt overeen met de studie van Kjølseth's die existentieel lijden als aandachtspunt beklemtoont. Onderzoek laat duidelijk zien dat eenzaamheid bij voltooid leven voornamelijk existentiële eenzaamheid is waar ouderen met bijna niemand over kunnen praten, terwijl daar wel behoefte aan is. Waldinger: ‘Loneliness kills. It’s as powerful as smoking or alcoholism’. ‘The key to healthy ageing is relationships, relationships, relationships’. Nu is het natuurlijk zo dat niet iedereen over een bevredigend relationeel netwerk beschikt. Daar moet dus meer aandacht aan besteed worden in de zorg. Er moeten substantiële financiële en sociaal-maatschappelijke investeringen in ouderenzorg in de breedste zin van het woord worden gedaan. Deze investeringen moeten erop gericht zijn te voorkomen dat ouderen sterven als enige uitweg zien zonder dat alternatieven zijn aangereikt die verder leven voor hen alsnog de moeite waard zou kunnen maken. In de maatschappelijke discussie over euthanasie gaat het vooral over de rechten en plichten

en wordt voltooid leven gezien als een voldongen feit, waar we een regeling voor moeten treffen. Zo verlies je de onderliggende eenzaamheidsproblematiek uit het oog.

Een opmerkelijke anekdote is de volgende. Een directeur van een humanistisch verzorgingshuis had het leven in zijn huis aangenamer gemaakt naar aanleiding van geuite klachten. Sindsdien kwamen er geen euthanasieverzoeken meer voor. Hij concludeerde dat de individualisering mensen noopt om keuzes te maken die ze misschien niet willen maken.

Chabot stelt dat het verzoek om hulp bij zelfdoding meestal een verhulling van de wanhopige wens is ooit nog anders te léren leven. ‘Maar ik blijf het onbevredigend vinden dat langs deze weg patiënten zichzelf doden die soms de kans mislopen om met hulp van een deskundige gesprekspartner uit te zoeken of zij werkelijk niet meer willen leven’. In november 2016 pleit ouderenbond Unie KBO er via een opiniestuk in Trouw voor om niet te investeren in een wet om te mogen sterven, maar in het voorkómen dat ouderen voortijdig dood willen: dat wil zeggen in goede en respectvolle zorg, woonvoorzieningen, aandacht en waardering voor ouderen. ‘Daarmee wint iedereen die oud wordt aan kracht, en onze samenleving aan menselijkheid’. Het is van het grootste belang om een maatschappelijk debat te voeren over de vraag hoe we als samenleving willen omgaan met de hoge ouderdom. Wellicht moet de maatschappij jonge mensen voorbereiden op de problemen van het ouder worden.

Naast een debat over de doodswens van negentigplussers hebben we ook scholing nodig in hoogbejaarde levenskunst.

Een rapport van Schnabel roept op tot blikverruiming bij voltooid leven. ‘Voltooid leven vraagt in veel gevallen om een andere benadering dan hulp bij zelfdoding. Voorkomen van eenzaamheid, aandacht voor zingeving, actieve inzet op spirituele zorg en een herwaardering van de maatschappelijke visie op ouderdom zijn daarbij specifieke aandachtspunten. De stervenswens bij voltooid leven komt vaak ook voort uit negatieve beelden over ouderdom die men verinnerlijkt heeft: ouderen voelen zich onwaardig, onnuttig, en een last’. Deze negatieve visie zou niet de norm moeten zijn in een beschaafde samenleving.

Uiteindelijk, zo betoogt Beauvoir, kan men de graad van beschaving van een samenleving afmeten aan de manier waarop ze omgaat met haar ouderen. Ook in een tijd van nieuw zelfbewustzijn onder de «grijze generatie» blijft dit een urgente boodschap. Het omgaan met de ouderdom is één van de grote uitdagingen voor onze tijd, waarin men de ouderen nog steeds op allerhande manieren duidelijk maakt dat ze nauwelijks meer meetellen. Bovendien is het de vraag wanneer die 'onwaardige' ouderdom dan in zou gaan.

Stel dat de grens formeel vastgesteld wordt op vijfenzeventig, dan krijgt die grens vanzelf een eigen gevoelswaarde, waardoor een zeventigplusser zonder doodswens zich bijna moet verantwoorden: 'Ik ben weliswaar zeventig, maar ik wil nog wel even door'. Een soortgelijke situatie doet zich ook voor bij mensen in hun laatste levensfase die pijn lijden maar er toch voor kiezen geen euthanasie te ondergaan omdat ze nog steeds dankbaar zijn voor iedere dag. Huisarts en thuiszorgmedewerker wijzen op de mogelijkheid van euthanasie waardoor zij bijna het gevoel krijgen asociaal bezig te zijn want wie gaat nou vrijwillig pijn lijden? Ook hier moeten ze zich verantwoorden voor hun uitzonderlijke keuze wat hun situatie niet ten goede komt.

Jan Vorstenbosch wijst erop dat de positie van ouderen boven de vijfenzeventig die géén gebruik willen maken van de mogelijkheid, verandert. Zal een van de maatschappelijke effecten van de regeling immers niet zijn dat ouderen zich minder vrij voelen om 'gewoon', zonder uitleg of toelichting hun leven voort te zetten en 'op eigen kracht' te willen sterven? Het gevolg kan zijn dat degenen die geen gebruik maken van de mogelijkheid 'onredelijk' lijken en daarop kunnen worden aangekeken of aangesproken, door hun naasten of vanuit hun omgeving. Immers, je 'weigert' om gebruik te maken van een optie.

Een ander effect van het aanbieden van opties is dat ze soms symbolisch uitdrukken dat de situatie van iemand op een of andere manier een probleem is. In overeenstemming met de uitspraak van de Engelse filosoof David Hume over zelfmoord; 'Stel dat ik niet meer in staat ben het algemene belang te dienen; stel dat ik er een last voor ben; stel dat mijn leven een hinderpaal is voor een ander om dat belang veel beter te dienen. In die gevallen moet mijn terugtrekking uit het leven

niet alleen beschouwd worden als een daad zonder schuld maar zelfs als iets prijzenswaardigs'. Het levert dus een nieuw soort 'waardigheid' op en bij toenemende rechtvaardigingsdruk kan het ertoe leiden dat mensen zichzelf overbodig of hun leven als zinloos gaan voelen. De culturele nadruk op actief zijn, op rationeel zijn, op autonomie en op nuttigheid en productiviteit, kan in dat zelfbegrip ook een rol gaan spelen. In zo'n situatie kan een persoon beter af zijn, als hij gebruikt maakt van de aangeboden optie, zelfs als hij beter af was geweest als die optie er helemaal niet was geweest. Het aanbieden van de optie om geholpen te worden met sterven kan op termijn gevolgen hebben voor het soort samenleving en cultuur waarin we leven en de manier waarop vooral ouderen zich kunnen verhouden tot hun bestaan. Het schept een maatschappelijk kader, waarin bepaalde redenen, bijvoorbeeld dat je tot last bent voor je omgeving of voor de samenleving, normaal zouden kunnen worden om je leven te beëindigen. Misschien dat daarbij zelfs een nieuwe standaard van waardigheid en offeringsgezindheid voor ouderen zal ontstaan.

Hoewel de commissie Dijkhuis verwacht dat de groep waarbij deze problematiek zich voordoet hoofdzakelijk en misschien zelfs bijna uitsluitend zal bestaan uit ouderen of zelfs hoogbejaarden, wil zij niet uitsluiten dat deze problematiek zich ook op jongere leeftijd kan voordoen. Zie voorbeeld: 'De 19-jarige Ximena pleegde in februari 2018 zelfmoord met het middel, dat ze zelf op internet had besteld'. Premier Mark Rutte noemde het in een reactie op haar dood uiterst onwenselijk dat een zelfmoordpoeder in omloop is. Ook minister Hugo de Jonge van Volksgezondheid sprak zijn zorg uit.

In de hele discussie rond het thema levensbeëindiging maak ik bovendien graag een onderscheid tussen de 'normatieve'-en de 'narratieve' benadering. De normatieve benadering komt voor in de professionele-en geneeskundige zorg. Het rationele denken staat hier voorop met meetbare uitkomsten, uniforme richtlijnen en protocollen waarbinnen alles geteld en vergeleken wordt. De narratieve benadering is meer gericht op kwaliteit van leven. De nadruk ligt op ervaringen, voelen en verlangens die voor iedereen anders zijn en ook op individueel niveau in de loop van de tijd kunnen veranderen.

Het gaat om de beleving van het moment en om de ontmoeting met de hulpverlener. Narratief staat voor vertellen, het gesprek als brug naar de ander. Het vereist een aanwezig zijn van de ander. Het samen-zijn als gesprek, ook wanneer er geen woorden worden gesproken. Dit is wat anders dan een normatief zorgleefplan met concrete doelen als drie keer per week naar buiten, op dinsdag naar de zang, op woensdag leren opstaan uit de stoel etcetera.

De narratieve benadering komt tot uiting in een experiment 'Leefplezierplan voor de zorg' dat de 'Leyden Academy on Vitality and Ageing' uitvoert in opdracht van het ministerie van VWS. De oprichter van de Vitality Club is Dr. David van Bodegom. Hij onderzoekt hoe ouderen elkaar kunnen coachen om gezond te blijven, 'peer coaching'. Peer coaching is het fenomeen waarbij mensen zich organiseren en elkaar motiveren om een gezamenlijk doel te bereiken. De Anonieme Alcoholisten is een bekend en succesvol peer coaching-initiatief.

Een promotieonderzoek naar peer coaching liet positieve uitkomsten zien: de ouderen voelden zich fitter, gelukkiger, waren slanker en minder eenzaam. Wat verder zo bijzonder is, is dat ouderen elkaar stimuleren om bij elkaar te komen. Het is een grote sociale kring geworden. Zie hoofdstuk Ikigai.

Een andere nieuwe loot aan de boom van een narratief-achtige benadering is de leefstijlcoach en de leefstijlgeneeskunde. Hierbij worden mensen ondersteund om nieuw gedrag aan te leren. De coach gaat samen met de cliënt op zoek naar drijfveren om zich anders in het leven op te stellen.

Met andere woorden, er zijn voldoende aangrijpingspunten om het begrip voltooid leven op een andere en creatievere wijze te benaderen en zich meer bezig te houden met de onderliggende eenzaamheidsproblematiek. Peer coaching is daar een voorbeeld van. Tenslotte sluit mijn opvatting over voltooid leven aan bij de volgende opmerking: 'Ik pleit voor een nieuwe agenda voor de tweede levenshelft. We moeten niet pas over onze eindigheid nadenken als de dood nabij is. Wij missen in het Westen een cultuur van goed ouder worden. Er is weinig materiaal te vinden waar het gaat om de opvatting van de ouderdom als opgave voor onze geestelijke ontwikkeling'.

‘Het is opvallend dat er zo weinig onderzoek is gedaan hoe men moet omgaan met de overgangsfase van jong naar oud. Het is alsof we opgesloten zitten in een duistere kamer tussen een oude en een nieuwe manier van zijn. De deuren van het verleden sluiten zich achter ons. De deuren naar de toekomst gaan nog niet open. Het zou wel eens kunnen zijn dat de oude manier van in het leven staan moet sterven om plaats te maken voor een nieuwe. Het leidt soms tot een gerontofobie. We kennen maar weinig overgangsruten voor de drempelperiode vóór de ouderdom. Is het dan niet van het grootste belang om richtlijnen op te stellen om mensen in die overgangsperiode naar de ouderdom te helpen in plaats van mee te gaan in hun neiging om alles maar op te geven’, aldus Prétat.

De Zwitserse psychiater en psycholoog Carl Gustav Jung vergelijkt het leven van de mens met de zon: opkomend in de ochtend, in de middag fel schijnend met een enorm bereik, en verzwakkend in de namiddag en avond. Jung zegt dan: ‘De namiddag moet een eigen zin en doel bezitten, en kan niet alleen een beklagenswaardig aanhangsel van de ochtend zijn’.

## Aanbevelingen

1. Er moet een maatschappelijk debat gevoerd worden hoe om te gaan met de hoge ouderdom in plaats van een legale manier aan te bieden om te mogen sterven.
2. Herwaardering van de maatschappelijke visie op de ouderdom ter voorkoming van de negatieve beeldvorming die verinnerlijkt wordt door de ouderen zelf.
3. Er moeten initiatieven ontplooid worden om existentiële eenzaamheid het hoofd te bieden zodat het leven alsnog de moeite waard wordt.
4. Meer nadruk op een narratief zorgleefplan.

# Literatuur

- Beauvoir. S. de. De ouderdom.
- Bodegom, D. van; Leyden Academy.
- Chabot.B.www.trouw.nl/.../boudewijn-chabot die-hulp-bij-zelfdo-  
ding-zou-ik-nu-niet-me...20 mei 2017.
- Dohmen, J.Trouw 26.07.11.
- Eskens, E. ;-ja-ik-zou-mijn-leven-nog-duizend-keer-willen-leven.  
Trouw, 2017.
- Kjølseth I, et al. "Why do they become vulnerable when faced with  
the challenges of old age?" Elderly people who committed suicide,  
described by those who knew them".Int.Psychogeriatr. 2009.
- Kuiken, D; Trouw, 2015.
- Lange, F. de; The Myth of a Completed Life.
- Leefplezierplan krijgt vorm 03-04-2018. Leydenacademy.
- Marquard, O. 1928-2015.
- Peer coaching. NRC Handelsblad, artikel: 'Ouder, gezonder en min-  
der eenzaam'. Januari 2018.
- Prétat. J.R. Ouder worden. 1995.
- Schnabel. R. Rapport Adviescommissie -volt.4 feb. 2016.United  
Nations 2002.
- Vorstenbosch, J. Essay,Trouw 16 Juni 2018.
- Uniekbo. 'Wet voltooid leven negeert levenskunst ouderen', Trouw,  
19 november 20.
- J.H. Wheelwright. For Women Growing Older: The Animus.  
Houston 1984.
- Waldinger, R. Speaker, TED Talks [https://www.ted.com/speakers/ro-  
bert\\_waldinger](https://www.ted.com/speakers/robert_waldinger), 2016.
- Wijngaarde, E. van. Social Science and Medecine;Volume 138, August  
2015, Pages 257-264.
- World-population clock; cambridge.org/core/terms.
- Ximena. Zelfmoordpoeder te koop geweest op Marktplaats 13 april  
2018 19:55)

Amor Fati -  
“Love Your Fate”,  
which is in fact  
your life.

Joseph Campbell

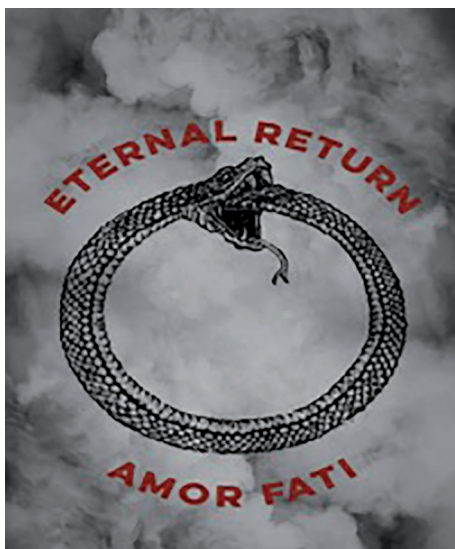
## **Amor Fati en doodswens bij voltooid leven**

*Nadenken over de zin van ouder worden, betekent nadenken  
over de zin van het leven*

Amor Fati is een Latijnse uitdrukking die zoveel betekent als ‘liefde voor het (nood)lot’, het liefhebben van dat wat onvermijdelijk is. ‘Stel je voor’, schreef Nietzsche, ‘dat een demon je op een nacht bezoekt en je toefluistert dat je je huidige leven integraal mag overdoen, inclusief de hoogtepunten en de dieptepunten, de successen en de pijn. Je mag er niets aan veranderen, alles blijft hetzelfde tot aan deze minuut dat ik met je praat. Zou je dat dan willen?’

Als je ‘ja’ zegt en dit vooruitzicht je vrolijk stemt, dan ben je voor de test – namelijk het leven – geslaagd, heb je je levenslot omarmd en

heb je dus Amor Fati. Het komt overeen met 'Je ne regrette rien' van Edith Piaf. 'Als je nee zegt, dan is er nog werk aan de winkel en kan je daar nú nog verandering in aanbrengen zodat je wel tevreden bent'. Nietzsche koppelde Amor Fati aan het concept van een herhaling van het leven, de slang die in zijn eigen staart bijt. Wanneer iemand geconfronteerd wordt met een ingrijpende situatie, dan is er aan die confrontatie niets te veranderen maar men kan wel kiezen hoe daarop te reageren en proberen herhaling van steeds hetzelfde antwoord te voorkomen.



Ik denk dat het concept van Amor Fati ook van toepassing kan zijn op het probleem van euthanasie bij gezonde mensen die hun leven willen beëindigen. Op de vraag van de demon of je zo tevreden bent met je leven dat je dat in eeuwigheid zou willen herhalen, zal een antwoord dat de doodswens impliceert, moeilijk als bewijs daarvoor kunnen dienen. Deze wens komt meestal voort uit negatieve overwegingen, die slecht te rijmen vallen met het gevoel geslaagd te zijn voor het