

Leven en Dood

Wat maakt het leven de moeite waard om geleefd te worden? Waarom krijgt de duisternis soms de overhand en zien we geen toekomst meer? Waarom lijkt het ons soms beter toe dat we er niet meer zijn? Het zijn intense en diepingrijpende vragen. Ze komen op mijn pad, omdat ik in een paar dagen tijd hoorde over vier mensen die dachten over zelfmoord of al concrete plannen hadden om een einde te maken aan hun leven: een tiener, een twintiger die studeert en op kamers woont, een vluchteling met trauma's uit zijn verleden, een vrouw van halverwege de zeventig. Somberheid en uitzichtloosheid kunnen ons blijkbaar overvallen op elke leeftijd, onafhankelijk van of je man of vrouw bent, plotseling, of na een lange tijd van worstelen. Iemand voelt zich zo ongelukkig dat hij zich niet kan voorstellen dat een ander hem de moeite waard vindt. Hij of zij voelt zich overbodig en een last voor de ander en nog het meest voor degenen die hem of haar het meest na zijn.

Luisteren is het allerbelangrijkste, naar de persoon zelf of naar een naaste die ons het verhaal vertelt. Het is belangrijk om de machteloosheid te benoemen en de wirwar van gevoelens die een doodsverlangen bij ons oproept. Woede, verdriet, opluchting, bezorgdheid of medelijden. Erover praten brengt de dood niet dichterbij, maar zorgt ervoor dat iemand zich iets minder eenzaam voelt. Natuurlijk is er ook hulp nodig van professionals. Er zijn, het mee uithouden in het donker, er niet om heen draaien maar blijven praten over dood en leven, kunnen een lijntje vormen dat ervoor zorgt dat iemand vasthoudt aan het leven.



Voor mij is dit lijntje de stem van God die tot ons mensen zegt: "Niet voor de dood heb ik je geschapen, maar voor het leven." Een ieder van ons is door God gewild en geliefd. Zoals Hij tegen Jezus zegt bij zijn doop: "Jij bent mijn geliefde Zoon, ik hou van je!", zo zegt Hij tegen ieder mens: "Ik hou van je. Je bent mijn geliefde kind!" Op momenten dat we daar zelf niet in kunnen geloven is het belangrijk om de liefde te ervaren van de mensen om ons heen. Niet altijd kunnen we de wanhoop van de ander horen of zien, maar probeer er te zijn met een luisterend oor en met heel veel liefde als de noodkreet op je pad komt. Bij mij en bij mijn collega's mag u altijd aankloppen om uw verhaal te doen.

*Lysbeth Minnema,
17 juli 2018*