

De dood komt als een geliefde

Maarten: Het is een paar keer in mijn leven gebeurd dat het hele verleden over me heen rolde en dat ik daardoor alles wat er aan het gebeuren was vergat. Dat is me deze keer ook overkomen. Ik had hetzelfde gevoel dat ik wel eens in de dodenbarak had, dat het einde van dit tijdelijke leven nu heel dichtbij was. Dat gevoel had ik.

Het was aan de ene kant een gevoel van schrik, maar aan de andere kant ook een gevoel van: oh, eindelijk is het zover. Maar het gekke is dat ik op zo'n moment alles kwijt ben waarin ik leef: dat ik in Mennorode ben, dat ik bezig ben met jullie samen iets te ontdekken, ik was het totaal kwijt. En toen ik bijkwam – zo moet ik het maar zeggen – was het al veel te laat, en kwam ik te laat bij jullie.

- *Vraag A.:* Kun je er nog iets meer over zeggen?

- *Maarten:* Het is aan de ene kant een gevoel dat je ter verantwoording geroepen wordt, en aan de andere kant dat je nu vrij bent. Dus tegelijkertijd. Er wordt eigenlijk aan je gevraagd: wat heb je met je leven gedaan? Niet door een of andere scherprechter, maar gewoon, die vraag is daar. Aan de andere kant realiseer je je: ja, dit is dus dicht bij het einde van dit tijdelijke bestaan.

Op dat moment is alles waar we allemaal mee bezig zijn weggewist.

Het is zo grappig, dan word je 'wakker' en realiseer je dat je te laat bent, en je denkt: wat moet ik doen? Ik moet mijn jasje aantrekken, ik moet de kaart meenemen van de kamer ... en je bent gelijk weer *hup!* in alles wat er nu is. Dan merk je ook dat het eigenlijk heel gek is, dat het überhaupt kan, dat je er helemaal uit bent en *hup!* je bent weer terug. Dat is fantastisch! Maar meer hoeft ik er niet over te zeggen [lacht].

- *Vraag A.:* Voordat ik hier naartoe kan komen, heb ik altijd heel veel last met het afsluiten van het leven in Amsterdam. Maar zodra ik hier een dag ben en terugkijk op die activiteiten, dan vind ik het allemaal heel triviaal en niet de moeite waard om me over op te winden. Dan heb ik de neiging daar heel erg laatdunkend over te doen. Eigenlijk heb ik het gevoel dat ik in een val loop. Maar het is me nog nooit gelukt om bij terugkomst in Amsterdam niet weer in die val te lopen.

- *Maarten:* [lacht] ... het is eigenlijk geen val. Waar je tegenaan loopt is dat in het gewone leven heel veel te doen is. Daardoor is het moeilijk om tegelijkertijd te beseffen dat je ook een andere opdracht met je meedraagt. Dat is het eigenlijk.

Als wat je nu beschrijft maar vaak genoeg bij je gebeurt, ga je geleidelijk aan beseffen dat wat je nu hier niet zo belangrijk vindt, wél belangrijk is, héél belangrijk. Maar dat tegelijkertijd dat andere, wat je hier sterker voelt, er ook is. Dan komt er een moment dat je denkt: oh, ik ben nu dus bezig met die heel gewone dagelijkse kant die er is, *maar in dat*

dagelijkse is dat andere verborgen ...

Dat is een heel ander verhaal. Dan is het niet meer iets bijkomstigs, maar dan is het 'Het' waar het om draait: in dat gewone is het niet-gewone, het onbeschrijflijke, verborgen. Alleen – en dat geldt voor ons allemaal – op het moment dat wij met onze dagelijkse dingen bezig zijn, hebben we het gevoel dat het 'maar' het dagelijkse is ... Dáár zit de kneep: het is niet 'maar' het dagelijkse, het is het dagelijkse waarin het andere verborgen is.

Daar is niets aan te doen. Je moet het net zolang beleven tot het helder in je wordt en je beseft: ik ben eigenlijk nooit afgesneden van het onbegrijpelijk grote, ook niet terwijl ik alle dingen doe die ik doen moet; ik doe ze misschien goed, ik doe ze misschien slecht, maar in elk geval *doe* ik ze.

Ook daarin heeft dat verborgene zich genesteld; en jij gaat langzamerhand ontdekken dat je eigenlijk geen moment daarvandaan bent.

Daarmee verandert ook jouw verhouding tot de dood en het sterven. Mensen denken altijd dat dood en sterven iets angstaanjagends is. Maar het is heel vriendelijk, het komt tot je als een geliefde die een tijd is weggeweest, om wat voor reden ook, en dan terugkomt. Het is iets om blij over te zijn. En het is helemaal niet afhankelijk van onze wil – wat we vaak denken – daar is het *totaal* aan onttrokken. Het is een hoofdstuk wat op zichzelf blijft staan. Je bent verbonden, je hebt alles wat je hebt – en tegelijkertijd ben je eenzaam. En die eenzaamheid is juist het voorportaal van dat totaal andere.

- *Vraag A.:* Je geeft een heel mooie beschrijving van het moment dat je het leven hier los zou kunnen laten. Ik vind dat beeld van de terugkeer van een geliefde heel mooi. Ik ben zelf behept met wat minder fraaie beelden, ik heb teveel boeken gelezen om nog blanco te zijn. Ik zou daar wel weer naar terug willen, maar ik leef met de idee dat je je op het laatste moment van je leven ergens op moet concentreren – ik weet alleen niet op wat – om in je volgende leven niet een slang of zoiets te worden, maar iemand van betekenis.

- *Maarten:* Maar, weet je, het enige wat je op zo'n moment niet hebt is het gevoel dat er iets *moet*. Je

kunt alleen maar constateren: er *gebeurt* iets. En dat gaat jou heel erg aan. In het gewone leven hebben we heel vaak een gevoel dat we iets moeten. Maar dat is er op dat moment absoluut niet bij, het *gebeurt*.

Maar meestal zijn er op zo'n moment mensen om je heen, die jou erg aardig hebben gevonden en die het gewoon jammer vinden dat je aan het vertrekken bent. En *dat* maakt het echt moeilijk. Wat ik in de dodenbarak beleefde, waren mensen wier nabestaanden elders waren en die uitgehongerd waren. Dus ze hadden heel weinig levenswil meer, echt heel weinig. Ze waren op het punt gekomen dat ze naar de overzijde zouden gaan. En omdat ze vanuit het stervensmoment die unieke mogelijkheid waren, konden ze daar helemaal bij zijn. Want in het normale leven – en je hebt met normale mensen te maken, die zich daarmee niet bezig gehouden hebben – vinden mensen het gewoon jammer. En die houden jou, zonder dat ze dat *willen*, tegen.

Daar komen al die vreemde verhalen vandaan: dat het een droeve gebeurtenis is, dat het heel erg is ... Al dat rouwbeklag, je ziet het bijna dagelijks op de televisie, vrouwen die huilen en schreeuwen om wat er gebeurt is. Niet dat het gek is, maar het versterkt het gevoel in ons dat sterven een verlies is, en niet een voortzetting van het leven wat we geleefd hebben. We kunnen eigenlijk niet echt weggaan, als dat niet net zo gebeurt als een vrucht die afvalt. Die vrucht denkt daar helemaal niet bij na, het is z'n tijd, het gebeurt. Om dat natuurlijke, vanzelfsprekende te kunnen ervaren, is het nodig dat je lang voordien – omdat wij een zelfbewustzijn hebben – daarmee vertrouwd raakt. Dat is meditatie eigenlijk.

- *Vraag A.*: Je hebt het over familie, maar ik denk dat ik ook *zelf* misschien niet over wil gaan, ik kan me voorstellen dat ik ook *zélf* de boel zit te belemmeren.

- *Maarten*: Natuurlijk, jij bent niet uitgehongerd. En die familie *is* er. Dus het is een totaal andere positie. Natuurlijk, ieder levend wezen – of het nu een mens is of een dier of een plant – wil doorgaan op de manier die hem bekend is. Dat is de levenswil, en daarvan krijg je dus een *levensstrijd* op het eind. Dat is heel gewoon.

Maar je kunt daar door de meditatie een andere verhouding toe *ontdekken* – niet omdat ik het zeg, maar omdat je het zelf gaat ontdekken. Dan wordt het gewoon anders, dan is het niet nodig dat je uitgehongerd bent en dat je geen familie om je heen hebt. Dan kan dat allemaal gebeuren.

Ik herinner me een prachtig verhaal van Dürckheim. Hij had een heel goede vriend, van wie op een bepaald moment gezegd werd dat hij ongeneeslijk ziek was. Hij was eigenlijk terminaal, maar ze dachten dat ze er nog wel wat aan konden doen. Dat heeft maanden

geduurd. Totdat Dürckheim dacht: ik moet hem dat zeggen. Hij ging naar zijn vriend toe en zei: “Carl, luister goed, je weet, je bent aan het einde. Al die mededelingen dat ze misschien nog iets voor je vinden om te blijven leven, is flauwe kul.”

En op dat moment was het gebeurd, Carl is heel makkelijk heengegaan.

Het beseft van wat er gebeurt draagt je verder. Zo is het aldoor. En – dat is heel belangrijk – neem het jezelf niet *kwalijk* dat je wil blijven leven. Dat hoort bij het organisme, dat hoort bij het lichaam. Het lichaam wil niet dood. Alleen, het is op een zeker moment – en niemand weet wanneer dat is – opgebruikt, dan kan het niet meer. Op dat punt is het belangrijk dat jij ziet dat het niks meer te maken heeft met wat jij wilt of wat jij hoopt, maar dat het *gebeurt* – en dat je dat gebeuren niet in de weg wilt staan.

Goed dat je me dat allemaal vraagt, het zijn heel belangrijke punten in je leven. Misschien het allerbelangrijkste is: neem het jezelf niet kwalijk als je iets van plan bent wat misschien niet mogelijk is. Dat hoort bij de menselijke staat. Maar probeer het voor jezelf helder te krijgen – niet door wat ik gezegd heb, maar gewoon van jezelf uit in je leven wat je leeft, met alles wat dat inhoudt.