



## Met mijn hele ziel en zaligheid

### Over het dualisme tussen ziel en lichaam

In de christelijke traditie is de ziel wel gebonden aan een lichaam, maar heeft een eigen leven en gaat met de dood niet ten onder. In mijn opleiding voor het priesterschap met als doel 'zielzorger' te worden is dit dualisme tussen ziel en lichaam het traditionele uitgangspunt voor mijn denken geweest.

Een eerste vraagteken (zonder veel gevolgen voor mijn denken op dat moment) bij dit dualisme kwam bij mijn theologie-studie in Rome, bij de bestudering van de geschriften van Thomas van Aquino (1225-1274). Bij hem las ik, dat hij op rationele gronden vraagtekens plaatste bij de identiteit van de mens na de verrijzenis van het lichaam op het einde der tijden. Is deze mens wel dezelfde mens die hij ooit tijdens zijn aardse leven geweest is? Heeft hij nog wel dezelfde identiteit? Ik kan de plaats niet meer vinden, waarin Thomas dit zegt, maar ik vond het een uitstekende vraag. Is er wel continuïteit tussen de aardse mens en de hemelse mens? Als er geen continuïteit is, wat moet ik dan met die ziel van de mens? Voor Thomas was dit uiteindelijk geen probleem. Niet de rede, maar het geloof had immers het laatste woord: God scheidt een nieuwe mens.

#### *Groeiende twijfel*

Voor mij is dit wel een steeds groter probleem geworden, juist omdat de rede langzaam de boventoon is gaan voeren. Ik ben steeds meer aan die onsterfelijke ziel gaan twijfelen. Ik vond hiervoor al aanknopingspunten in de bijbel. Aan het begin van het Oude Testament, in het paradijsverhaal, brengt God de mens tot leven door hem adem in te blazen. 'Hij vormde hem uit stof, uit aarde, en blies hem levensadem in de neus. Zo werd de mens een levend wezen' (Gen.2,7). De adem is het levensbeginsel, de ziel van de mens. Onze Nederlandse taal draagt hier de sporen van. Ik denk hierbij aan uitdrukkingen als: uit gebrek aan adem sterven (van ouderdom sterven), ruimer adem halen, op adem komen, de adem inhouden, zijn adem over iets laten gaan (zich er van nabij mee bemoeien), zijn laatste adem uitblazen. Het joodse klimaat van denken is dichter bij de ziel als levensadem van de mens gebleven dan het christendom. In het oude jodendom is de ziel op zijn hoogst een schim, die na de dood in de onderwereld voortleeft, maar geen eigen bestaan heeft.

Onder platoonse invloed is de ziel in het christendom steeds meer een aparte substantie geworden, die wel verbonden is met het lichaam, maar toch een eigen leven leidt en onsterfelijk is. Plato (427-347 v.Chr.) met zijn hoge ideeën over de mens heeft ons hier op het verkeerde been gezet. Hij vertaalde het woord 'psychè' niet meer in ziel als ademtocht, maar als onsterfelijke ziel, die nauw verwant was aan het goddelijke. Hij maakte zich hiermee los van een veel oudere traditie joodse en griekse traditie, die de ziel als levensadem ziet, die bij de dood een einde vindt. Als Plato met zijn grote invloed op het verloop van de westerse filosofie bij een sterfelijke ziel gebleven was, dan had ons dat in de loop van de geschiedenis



gespaard voor een heleboel theorieën over onsterfelijkheid, wederopstanding en reïncarnatie en de ongefundeerde hoop, die mensen hieraan ontlennen.

### *De invloed van Epicurus en Merleau-Ponty*

Bij mijn kennismaking met de oude Griekse filosofie kwam ik de filosoof Epicurus (341-270 v.Chr.) tegen, die een heel andere opvatting huldigde over de menselijke ziel. Ik ben nog altijd verbaasd, dat zijn filosofie niet de boventoon is gaan voeren in het westerse denken. Zij hield er immers een veel menselijker opvatting over lichaam en ziel op na dan Plato en naderhand het christendom. Het probleem was echter, dat Epicurus en zijn volgelingen in de Griekse Oudheid en daarna van alle kanten zwart gemaakt zijn met het vooroordeel, dat het epicurisme een pure materialistische filosofie is, alleen maar uit op lichamelijk genot. Men had niet in de gaten, dat Epicurus en de zijnen, meer dan Plato en later het christendom, oog hadden voor het subtiele samenspel tussen genot, geluk en lijden. Ze lieten zien, dat voor de vervulling van het leven, voor het 'goede leven', een bescheiden geluk noodzakelijk is om tot een intensieve en diepe beleving van het aardse leven te komen. De grondgedachte achter deze filosofie (zo lees ik bij de kenners van deze stroming) is, dat mensen het leven lief moeten hebben en dankbare kinderen van deze aarde moeten zijn, in plaats van zich in te laten met allerlei angstige paradoxen, waarin de mensen tegen hun eigen natuur in opstand komen. Hiervoor zijn naast het genieten van materiële genoegens als eten en drinken ook de geestelijke genoegens (bv. kunst en filosofie) van belang. Dat leek me een veel prettiger sfeer om in te leven dan in een platoonse of christelijke wereld.

Ik ben vooral genezen geraakt van het dualisme van ziel en lichaam door de filosofie van Merleau-Ponty (1908-1961). Hij gaf mij een andere kijk op het in-de-wereld-zijn van de mens dan mijn christelijke opvoeding had gedaan. Ik had geleerd, dat de wereld de plaats is, waar ons leven zich voltrekt en waar de strijd om het toekomstig heil wordt beslecht. Dat klonk erg extrinsiek, alsof de wereld iets geheel buiten ons is. Maar volgens Merleau-Ponty zitten we aan de wereld gebakken. De mens is in de wereld geworteld of verankerd. Hij zit er met handen en voeten aan vast via zijn lichamelijkeheid. Ons lichaam is niet in de ruimte en de tijd, maar bewoont de ruimte en de tijd. Vandaar dat hij liever spreekt over 'áán-de-wereld-zijn' dan 'ín-de-wereld-zijn'. Dat lijkt een kwestie van woorden, maar het geeft een andere betekenis aan ons verblijf op de wereld. Het begrip 'in-de-wereld' kan een tegenstelling oproepen tussen mens en wereld of slechts een uiterlijke betrekking tussen beide aangeven, terwijl 'aan-de-wereld' duidt op een oorspronkelijk bij elkaar horen van mens en wereld. Het bewonen van de wereld heeft hier natuurlijk niet in eerste instantie met een huis of een tent te maken, maar met ons lichaam als eerste toegang tot de wereld en als primaire vertrouwdheid met de wereld. De mens is via zijn lichamelijkeheid thuis in de wereld. Rondom deze kern organiseren wij de wereld als dichtbij en veraf en ervaren wij de wereld als zinvol of zinloos. Het maakt de primaire vertrouwdheid met de wereld om ons heen mogelijk, die heel ons leven lang als ondergrond van ons bestaan blijft functioneren. Zonder deze vertrouwdheid is de mens niet geworteld en kan van een verdere ontwikkeling geen sprake zijn. Het lichaam



begrijpt de wereld, voordat de mens hierover na gaat denken. Het lichaam verstaat de wereld en vindt daar spelenderwijs zijn weg in, nog voordat de mens de wereld bewust in zijn denken gaat bekijken. Vanuit deze filosofie is het ook begrijpelijk, dat met de dood ons leven eindigt. De mens verlaat de wereld en houdt daarmee op te bestaan.

### *Therapie van de ziel*

De overwinning van het dualisme van ziel en lichaam betekende niet, dat de ziel uit mijn woordenboek is verdwenen. Epicurus had me overtuigd van het feit, dat met de ziel het innerlijk van de mens wordt bedoeld, met zijn psyche. Het is een aanduiding voor het geestelijke leven en de geestelijke activiteiten van de mens. Hij bouwde hierop zijn ethiek. Wil de mens het goede leven bereiken, een bloeiend leven leiden, dan moet hij zijn innerlijk leven, zijn ziel, cultiveren. Hij moet zorgen, dat zijn rede in redelijke banen geleid wordt en dat zijn passies gematigd zijn, want hier liggen de grote bronnen van het lijden van de mens. Epicurus noemt dat de 'zelfgenezing' van de mens. Dus geen grootse idealen over gode-gelijk zijn of een schone ziel bewaren voor de eeuwigheid, zoals Plato en het christendom dat propageren. Dat alles zou boven onze macht liggen ligt boven en ons maar gespannen en ongelukkig maken,

In de zelfgenezing van de mens kan de filosofie een belangrijke rol spelen. Volgens Epicurus is het doel van de filosofie 'therapie van de ziel'. Voor hem heeft filosofie alleen zin, als ze hulp kan bieden bij het genezen van de ziel. Zij moet ons in staat stellen om met al onze hulpbronnen en al onze kracht de nood van het menselijk lijden te lenigen en de mens op het spoor te zetten van een 'bloeiend leven'. Het menselijk lijden wordt veroorzaakt door slechte argumenten en redeneringen (de rede) en het niet beheersen van onze passies (gevoel). Als Epicurus over therapie van de ziel en over zelfgenezing spreekt, dan heeft hij het over de worsteling van de mens om door middel van zijn rede zijn eigen innerlijke strevingen (passies) de baas te worden. Iedere mens is in eerste instantie zijn eigen psychiater en hulpverlener. Voor Epicurus bestaat de therapie van de ziel niet alleen in het feit, dat de mens zijn gezond verstand moet leren gebruiken door middel van argumenten en redeneringen, maar ook in het feit, dat hij zijn verlangens en emoties (passies) moet beheersen. De filosofie kan hierbij helpen. Maar ze heeft wel haar grenzen. Ze is geen psychiatrie en geen therapie in de moderne zin van het woord. Maar ze kan wel een hulp bieden bij het doel van iedere therapie: de zelfgenezing van de mens. Die doelstelling van de filosofie is me altijd dierbaar gebleven.

### *Een betoverende tekst van Nietzsche*

Ik vond bij Nietzsche (1844-1900) een tekst, waarin ik mijn eigen gevoel voor lichamelijke op een prachtige wijze verwoord vond. Hij schrijft: "Het lichaam is een massa, die voortdurend afbrokkelt. Het is de 'inschrijvingsoppervlakte' van de gebeurtenissen, die door de taal vastgelegd wordt. Lichaam en geschiedenis raken hier elkaar. Wie kijkt wil krijgen op de ontwikkeling van het menselijk leven, moet deze geschiedenis vanaf het begin voor ogen krijgen. Hij moet zicht krijgen op 'de opdruk van de geschiedenis op het lichaam'



en op de wijze, waarop de geschiedenis het lichaam 'teistert' “. Hier zijn alle sporen van het platonisme en het christendom met hun accent op de onsterfelijke ziel verdwenen. Het is geen moderne lofzang op het lichaam. Het enige wat Nietzsche hier wil zeggen, is: je lijf is je leven. De verandering van het lichaam in de tijd, de persoonlijke lotgevallen en de taal, waarin je deze tot uitdrukking brengt in de communicatie met anderen, staan geschreven in je lichaam en krijgen hierin vorm. De dood wist dit allemaal uit, voorgoed.