

Het offeren zit ons in het bloed

Het is een echte uitdaging om over offeren na te denken, zonder er subjectief bij betrokken te raken. Offeren krijgt snel een negatieve bijklank, in de zin dat er iets wordt afgepakt en niet meer beschikbaar is voor degene die het heeft geofferd. Iemand offert zijn leven voor zijn vaderland en een moeder offert haar laatste boterham voor haar hongerige kind. Enerzijds voelt dat aan als een mooi gebaar, maar het gevoel van verlies is er toch onlosmakelijk mee verbonden. In elk geval raakt iemand in het proces van offeren iets kwijt.

Uit de voorbeelden wordt overigens wel duidelijk dat met het offeren een doel gediend wordt: het vaderland wordt gered en het kind kan blijven leven. Misschien is het, om naar het proces van het offeren te kijken, dan ook een vruchtbaarder uitgangspunt om de aandacht te richten naar het doel en vanuit dat doel iets zeggen over datgene wat geofferd heeft, en om zo een beetje uit het gevoel van zieligheid en verlies te komen. Offeren krijgt zo meer de betekenis van iets mogelijk maken dan van iets afzien.

Goed beschouwd wordt er in het lichaam heel wat geofferd. In de geneeskunde is momenteel bijvoorbeeld veel te doen over stamcellen. Dat zijn in het beenmerg aanwezige cellen die nog alles kunnen worden. Ze hebben a.h.w. nog geen keus gemaakt voor welk orgaan ze gaan dienen. Daarom is de verwachting dat ze een belangrijke rol zouden kunnen gaan spelen bij de reparatie van beschadigde organen zoals na een hartinfarct, een leverontsteking of bij reuma. In het hart gebracht worden ze hartcellen en in de lever levercellen. Van onnipotente cel ontwikkelen ze zich dan tot een specialist. Het is nog niet zover, maar de eerste experimentele resultaten zijn veelbelovend. Een stamcel offert zijn “cel in algemene dienst-zijn” op voor een plaats in een orgaan. Het laat zich vergelijken met een jongvolwassene, die nog de hele wereld voor zich heeft en uiteindelijk tot een, zijn expansiemogelijkheden beperkende, beroepskeuze komt.

Maar ook organen offeren. Het lichaam is gebaat bij een heel constant milieu, zich uitend in constante bloedwaardes, een constante temperatuur en een niet al te schommelend gewicht. Dat vraagt van onze organen een zeer nauwe samenwerking, waarbij uitgebreide regelsystemen ervoor zorgen dat geen enkel orgaan uit de pas loopt en teveel zijn eigen gang gaat. Het is bijvoorbeeld interessant dat veel organen, zoals de oren of de nieren veel meer capaciteit hebben dan nodig voor hun functie: zo zouden we met het eenderde gedeelte van één nier heel goed toekunnen en hoort één oor al tachtig procent van datgene wat er te horen is. Een nier zou dus, aan zichzelf overgelaten, veel meer “nier” kunnen zijn. Je kunt je afvragen, waarom dat zo is en wat er gebeurt met het overschot aan capaciteit. Wat doen de oren of de nieren daarmee?

Bij een ziekte als kanker gaat hier iets grondig mis. Een celtipe of een orgaan onttrekt zich hierbij aan zijn dienende rol en zijn plaats in de hiërarchie van het lichaam en doorbreekt letterlijk zijn grenzen. In de kanker heeft een cel zich losgemaakt uit het geheel en gaat het, ten koste van het organisme, zijn eigen gang, vormt het a.h.w. zijn eigen orgaan. De energie die een gezonde cel niet voor zichzelf nodig heeft en ter beschikbaar stelt aan het totale organisme wordt nu op “egoïstische” wijze voor eigen doelen aangewend.

Wat gebeurt er met de energie, die niet door de organen wordt gebruikt voor hun eigen functioneren? Rudolf Steiner beschrijft hoe in de ontwikkeling van het kind een moment komt dat, zo rond het zesde, zevende jaar, dat het lichaam uitgevormd is. Het zal nog wel groeien, maar met de tandenwisseling is de uitvorming van de organen voorlopig in een eindfase beland. De krachten van het levenslichaam, onze vitaliteit, zijn niet meer allemaal nodig voor de lichamelijke ontwikkeling, maar kunnen voor andere doelen aangewend worden. Er hoeven nu geen fysieke organen meer gevormd te worden, maar wel organen voor de ziel. De eerst fysiek werkende krachten gaan nu het denken dienen, en het kind gaat zich gedachtes vormen over de wereld om hem heen. Dat heeft het kind tevoren uiteraard ook al gedaan,

maar dan gebeurde het toch vooral in het kader van het geschikt maken van het lichaam óm dat te kunnen en was het denken nog sterk lichaamsgebonden, d.w.z. gericht op de eigen plek in de wereld en nog niet zo gericht op de wereld an sich.

Hier wordt duidelijk iets zichtbaar van de positieve kanten van het offeren. Lichamelijke krachten worden zielenkrachten. De organen houden hun vitaliteit niet voor zichzelf, maar stellen die ter beschikking van een hoger doel, n.l. het ontwikkelen van bewustzijn. De puur lichamelijke ontwikkeling wordt voor een deel teruggehouden om een andere, op een hoger niveau functionerende ontwikkeling, mogelijk te maken.

Dat kan ook weer te ver gaan. Een leerkracht zal er op moeten letten, dat door het onderwijs niet teveel vitaliteit aan het lichaam onttrokken wordt, wat zich bij het kind uit in lusteloosheid of bloedarmoede. Het lichaam kan kennelijk gedwongen worden om teveel te offeren.

De psyche, de plaats waar ons bewustzijn zich afspeelt in het laten ontstaan van emoties, gevoelens, hartstochten en gedachten, maakt zich op zijn beurt dienstbaar aan de ontwikkeling van de persoon. Het zet de individualiteit op het spoor van zijn ontwikkeling door het laten ontstaan van interesse en het zich bewust worden van de eigen wil. Gelukkig zijn wij als mensen geen wezens die geheel gedirigeerd worden door hun emotionele leven: het is prettig om emoties te hebben, maar het is een belemmering voor een harmonische ontwikkeling om louter emotioneel te zijn. Emoties worden omgevormd tot gevoelens, als uiting van ons vermogen om onszelf te kunnen terughouden. Gevoelens van honger of dorst kunnen worden teruggehouden, wanneer de situatie dat van ons vraagt. Daarin offeren wij onze primaire neiging om onze behoeftes te bevredigen.

Tot hier toe is het proces van het offeren beschreven vanuit de natuurlijke ontwikkeling van het menselijk organisme. Het gebeurt áán ons; we hoeven er niet zoveel voor te doen: het offeren zit ons in het bloed. Maar op een gegeven moment moet het offeren tevoorschijn komen en van een in het verborgene van het lichaam functionerend proces tot een bewust gehanteerd gebaar worden. Deze ommekeer is in de biografie te lokaliseren rond het einde van de twintiger jaren. Een mens neemt daar zijn leven bewust ter hand. Er worden zelfbewuste keuzes gemaakt, in werk, relatie en andere interessegebieden. Met alle energie en vaardigheden die de mens tot zijn beschikking heeft, wordt het leven vormgegeven. Je kunt hier echt spreken van “uitleven”, in die zin dat het uitdagend en spannend is om te zien hoever je kunt komen met je biografische bagage.

Dat gaat een hele tijd goed, zeker tot in de veertiger jaren. Dan wordt het tijd voor iets nieuws, ook al is dat op zich al niet meteen duidelijk, laat staan dat een mens zich ervan bewust is wat de inhoud van dat nieuwe moet zijn. In eerste instantie kan de noodzakelijke ommezwaai ervaren worden als een leegte in de ziel, als het ervaren van zinloosheid t.a.v. het handelen tot dan toe of tot verschijnselen als depressie of burnout. In het laatste geval wordt er in de psychologie gesproken van de “Vermoeide Held”, de mens die zich tot het uiterste heeft ingespannen om iets te bereiken en nu ineens, vaak na een heftige teleurstelling of crisis in werk of relatie, geen energie meer heeft. Terugkijkend kun je de beleving hebben, dat die mens, hoe goed en zinvol hij ook is bezig geweest, op een gegeven moment uit het oog verloren heeft dat hij in zijn werk ook enige afstand moet betrachten en zich af en toe moet afvragen wat de zin van zijn werk is en of het werk wat hij nu doet en de manier waarop hij er mee bezig is, nog in overeenstemming is met de idealen van waaruit hij er aan begonnen is. Mensen die burnout raken zijn altijd met hooggestemde idealen begonnen. Het zijn niet de cynici, de mensen die het allemaal niet zoveel kan schelen, die burnout raken!

Ben ik nog dienend aan mijn idealen? Dat is de vraag die de ziel zich stelt en in het geval er een burnout optreedt moet die vraag negatief beantwoord worden. Er wordt niet meer geofferd, d.w.z. het in stand houden van een bepaald zelfbeeld en tot stand gebrachte levenssituatie is in de plaats gekomen van het werken aan het realiseren van een ideaal.

Misschien moet je wel zeggen dat een mens gezond blijft, zolang hij zichzelf zingevingsvragen durft te stellen en zich voortdurend afvraagt of hij niet aan het vastraken is in een geworden situatie. Heeft het zin wat ik doe en stijgt dat een beetje uit boven mijn eigenbelang. Moet ik bijvoorbeeld op zoek gaan naar een manier om dat wat ik me aan kennis, inzichten en vaardigheden heb eigen gemaakt, over te dragen op anderen. Wat kan ik doen voor de generatie na mij? Wordt het tijd om te gaan schenken i.p.v. alleen maar te krijgen.

Wat zich bij depressie of burnout afspeelt op psychisch-biografisch niveau zie je op lichamelijk niveau terug bij welvaartsproblemen als hart- en vaatziekten, overgewicht, diabetes en hoge bloeddruk, die, vaak samen voorkomend, uiting zijn van het onvermogen van het lichaam om zinvol om te gaan met substanties als vet en suiker. Daar waar in het lichaam suiker en vet aan hun lot worden overgelaten en niet gebruikt worden om, via de verbranding, andere lichaamsprocessen mogelijk te maken, worden ze tot fysieke, doelloze materie, wat leidt tot ophoping en dus gewichtsvermeerdering. Het voert te ver in het kader van dit artikel om dit verder uit te werken, maar er lijkt een directe verbinding te bestaan tussen onze enorme welvaart, die ons de noodzaak ontnemt om ons bezig te houden met vragen naar wat we nu echt nodig hebben om te leven, en het te fysiek, aards-doods worden van onze lichaamssubstanties, die zich daarmee onttrekken aan de mogelijkheid om ze te offeren aan voor de biografie zinvolle processen.

Gekeken naar de processen die zich in het leven van een mens afspelen, kun je zeggen dat het er steeds om gaat dat een bepaald proces zich richt naar andere, hoger gelegen processen. Een deel van de mogelijke activiteit wordt teruggehouden, omgevormd of ter beschikking gesteld om dat hoger gelegen proces mogelijk te maken. Dit proces, dat je een offer zou kunnen noemen, treedt zowel op een onbewust, puur lichamelijk niveau op als op bewust, psychosociaal niveau. Daar waar een mens zijn vermogen tot offeren kwijt raakt, is er sprake van een bedreiging van zijn gezondheid en zal therapie en herstel erop gericht moeten zijn om iemand weer de kunst van het offeren bij te brengen.

Aart van der Stel