

*Wij hebben reeds lang geleden (...) Mars en de Maan bereikt, kernenergie gemanipuleerd, kunstmatig DNA gereproduceerd en beschikken nu over de biochemische middelen om geboorten te controleren; waarom zou de dood zelf, "de laatste vijand", als heilig en onoverwinnelijk moeten worden beschouwd?*  
[Alan Harrington, romanschrijver](#), 1977 (vertaling van *The immortalist*).

---

## Thema van de maand: Terror management theory

---

### Inleiding

[Terror Management Theory](#) (TMT) werd in de jaren tachtig ontwikkeld door Jeff Greenberg, Tom Pyszczynski en Sheldon Solomon.

Volgens deze auteurs worden alle mensen geconfronteerd met twee realiteiten.

Eenzijds hebben mensen, zoals alle dieren, een instinct om zichzelf te beschermen en te trachten te overleven. Anderzijds hebben zij een hoger niveau van zelfbewustzijn, waardoor zij, in tegenstelling tot andere dieren, begrijpen dat zij leven en uiteindelijk zullen sterven.

Dit gaat ontegenzeggelijk gepaard met de frustratie van het verlangen om in leven te blijven. Dit is zowel beangstigend als motiverend, en vertegenwoordigt een centraal en uniek psychologisch conflict in de mens.

Maar deze theorie, die reeds in mei 2010 in [een nieuwsbrief](#) *De dood van de dood* werd besproken, leert ons ook dat de mens, om de angst voor de dood onder ogen te zien, afweermechanismen heeft ontwikkeld. Omdat we weten dat we als individu niet zullen overleven, identificeren we ons met het collectief, onze overlevingsdoelen worden collectieve doelen. In een globale visie zouden we kunnen zeggen dat alle vormen van kunst, cultuur, traditie, langdurige collectieve opbouw deelnemen aan dit mechanisme. Het is een kwestie van waardering voor de cultuur waartoe wij behoren, waardoor wij [ons gevoel van eigenwaarde kunnen](#) versterken in de overtuiging dat wij als individu bijdragen aan de opbouw van dit gevoel.



Terror management theory | September 2021 | Nummer 151 | The dood van de dood

Helaas heeft dit mechanisme ook negatieve aspecten. Door de groepswaarden te versterken, moedigt het de afwijzing aan van hen die anders zijn. Hier, evenals op andere gebieden, is angst dus een slechte raadgever, een raadgever om zich niet in zichzelf, maar in zijn groep terug te trekken.

### **Hoe heeft Covid-19 onze reactie op de dood beïnvloed?**

[De pandemie van het coronavirus](#) heeft ons eraan herinnerd hoe kwetsbaar we zijn, vooral als we ouder worden. Een feit dat we uit ons hoofd zetten als de tijden minder bedreigend zijn.

Over de hele wereld hebben we solidariteit gezien, maar ook terugtrekking: sommigen hebben zich gemobiliseerd om anderen te helpen (bv. door beschermingsmiddelen voor verzorgers te maken of geldinzamelingsacties te organiseren), anderen hebben blikjes en toiletpapier ingeslagen.

Uit sommige recente studies blijkt dat de perceptie van de bedreiging (Covid-19) verband houdt met beslissingen van de overheid, zoals inperking ('als de overheid inperkt, [moet de ziekte wel heel ernstig zijn](#)') en met het aantal gemelde gevallen. De toename van het aantal gevallen in sommige landen zou gecorreleerd zijn met [de toename van conservatisme en autoritarisme](#).

### **Alleen mensen worden beïnvloed**

Zoals reeds geschreven, is het besef van onvermijdelijkheid van de dood uniek voor mensen. Het kan zijn dat sommige dieren zich bewust zijn van de dood van hun soortgenoten en het risico voor henzelf. Sterker, niet eens alle mensen zijn zich hiervan bewust. Jonge kinderen leven gewoonlijk een leven dat hun grenzeloos lijkt, met vreugde en zonder verveling.

### **Zou het de menselijke natuur zijn om te leren sterven...**

*De zon en de dood kunnen elkaar niet strak aankijken*, schrijft La Rochefoucauld. Filosoferen is leren sterven, zoals Socrates en Montaigne het uitdrukten. Geen enkel bewust volwassen mens is onverschillig voor de onvermijdelijkheid van zijn of haar einde. Geconfronteerd met het verstrijken van de tijd, voelen wij, als aan de rand van een afgrond, angst, maar ook fascinatie. Geen enkele beschaving gaat om met de dood van onze medemensen zonder een specifieke aanpak.

## **Of is het de aard van de mens om altijd te strijden om de dood te overwinnen?**

Bijna alle beschavingen, bijna alle religies verklaren dat de dood niet het einde van de reis is. Vanuit agnostisch oogpunt is de belangrijkste reden om in het hiernamaals te geloven natuurlijk het omgaan met de angst om te sterven. Het zoeken naar onsterfelijkheid is terug te vinden in geloofsovertuigingen, gebruiken en rituelen. Soms zijn het affirmaties, bezweringen. Soms zijn het wat we zouden kunnen noemen "pre-wetenschappelijke" methoden, instructies om de dood te vermijden of om van de dood een tijdelijk verschijnsel te maken.

Voor de Taoïsten was het een kwestie van [leren leven](#) volgens zeer ascetische methodes. In het oude Egypte en in het christendom, zoals het tot voor kort werd onderwezen, was het een kwestie van het bewaren van het lichaam, door balseming of begraving om de terugkeer, de reïncarnatie (terugkeer naar het vlees) mogelijk te maken. De katholieke kerk weigerde crematie tot voor kort.

## **Een onbewust mechanisme**

Dit is een fundamenteel aspect van terreurbeheer. Onze afweer wordt gevormd door wat Ernest Becker [de ontkenning van de dood](#) noemde. Geconfronteerd met wat zowel ondraaglijk als onvermijdelijk is, ontwikkelen we onbewuste processen. Als deze processen bewust zouden zijn, zouden ze veel van hun effectiviteit verliezen.

## **Hoe zit het met morgen, in een wereld waar sterfelijkheid een mogelijkheid wordt?**

Leven zonder ondraaglijke angst is natuurlijk een wenselijk mechanisme. Maar het kan ook een hinderpaal zijn in de strijd voor een gezonde levensduur, wanneer onbewuste mechanismen ons ertoe brengen de dood (van de ouderdom) niet te bestrijden of zelfs "lief te hebben".

Collectieve idealen komen voort uit het gevoel te behoren tot groepen die aanvankelijk tegenover elkaar stonden. Vandaag stellen zij ons in staat ons in een steeds mondiale gemeenschap te gedragen om vreedzamer, solidairder en duurzamer te leven, met name in de strijd tegen de opwarming van de aarde. Op dezelfde manier zouden we morgen door een betere "beheersing van de angst voor de dood" beter kunnen toewerken naar een veel langer gezond leven, of zelfs naar een dag zonder tijdslijmieten.

### **Goed nieuws van de maand**

---

- Hoewel dit een broze ontwikkeling is, neemt het sterftcijfer als gevolg van de Covid-19-epidemie af. Terwijl het aantal getroffensten blijft stijgen, daalt het aantal sterfgevallen zowel [in België](#) als [wereldwijd](#), waaruit de toenemende doeltreffendheid van preventieve vaccins en therapeutische behandelingen blijkt.
  - Onder de meest veelbelovende behandelingen van het coronavirus biedt [molnupiravir](#) nieuwe hoop: de tablet zou het risico van ziekenhuisopname of overlijden bij Covid-19 halveren.
- 

#### **Voor meer informatie:**

- *Zie in het bijzonder:* [heales.org](#), [sens.org](#), [longevityalliance.org](#) en [longecity.org](#).
- [Bron van de afbeelding](#)