

Hoofdzaak

Onze specifieke erfelijke aanleg geeft een grotere of kleinere kans op kanker. Milieufactoren en leefstijl werken op onvoorspelbare wijze in op ons genetisch potentieel. Zo heeft de verstokte veelroker wel een groter risico op longkanker, maar of hij die daadwerkelijk krijgt, is niet te voorspellen. Met erfelijke aanleg zullen wij moeten leren leven. Echter, het vermijden van risicofactoren hebben wij grotendeels zelf in eigen hand. Niet roken vermindert de kans op longkanker.

Alles wat je eet, drinkt, inademt, of datgene wat via straling en chemische prikkels op ons lichaam inwerkt, **kan** een risico vormen voor je gezondheid. Het schijnt dat dieren in de natuur instinctief aanvoelen wat wel en niet goed voor hen is. Wij mensen hebben dat vermogen verloren. Dit menselijk tekort kunnen wij compenseren met ons **denkvermogen**. De rol van dit denkvermogen is zo te handelen, dat de risico's zo klein mogelijk worden.

Mensen die als gewoonte, ondoordacht van alles eten wat voorhanden is, krijgen al gauw voedingsstoffen naar binnen, die het risico op kanker vergroten. Over het verband tussen voeding en kanker is veel kennis beschikbaar, zowel bij universiteiten, medici, voedingsdeskundigen, alsook bij de Moermanvereniging. Anders dan dieren kunnen wij met deze kennis ons voedingspatroon en een eventueel noodzakelijke therapie **bewust** kiezen.

Mijn contacten met de Moermanvereniging dateren vanaf de tijd dat ik darmkanker kreeg. Naar de oorzaken van mijn ziekte blijft het gissen. Zat de kanker voorgeprogrammeerd in mijn genen, of kwam ik in aanraking met kankerwekkende stoffen? Het is mij niet bekend. Ik houd het er maar op dat alle seinen op een bepaald moment op rood stonden en dat mijn kanker toen als feit onvermijdelijk was geworden. Dan is adequaat handelen geboden.

Dat betekende in mijn geval 'opereren', én 'aanpassen van mijn voedingspatroon'. Ik koos ervoor het één te doen en het ander niet te laten. Niet op grond van intuïtie of gevoel, maar door een rationele afweging van argumenten. De operatie gelukte en het Moermandieet heeft mij geen slecht gedaan. Of dit dieet genezende werking heeft gehad, is niet zeker. Wel weet ik zeker dat de kanker moest worden verwijderd.

Wat mij in de Moermanvereniging aanspreekt, is de aandacht voor de mens achter de ziekte. Mensen vertellen in *Uitzicht* hun persoonlijke verhaal, hoe zij met de ziekte omgaan, wat zij ervaren en welke therapie zij kiezen. Die verhalen zijn nuttig, want gedeelde smart is halve smart. Maar uiteindelijk ben je weer alleen met jezelf, met je emoties, angst en onzekerheid. Hoe kiest een kankerpatiënt in een toestand van emotionele malaise zijn therapie: intuïtief of rationeel?

Soms slaat de schrik mij om het hart. Er is in feite maar één redelijke optie. Intuïtie is namelijk niet in staat tot verantwoord kiezen. Net als gevoel, geloof en hoop, levert intuïtie geen enkel redelijk argument voor adequaat handelen. Gevoelsmatig of intuïtief kiezen is een sprong in het duister, op leven en dood. Je geeft je over aan een toevallig lot, dat soms een succesverhaal oplevert, maar dat meestal een noodlot blijkt te zijn. Als alle seinen op rood staan, vraagt de therapiekeuze om afweging van **rationele argumenten**. Hoe doe je dat?

Wie geneigd is tot gevoelsmatig kiezen, vindt rationele argumenten door beantwoording van twee simpele vragen: 'Waarom wil ik dit wel?' en 'Waarom wil ik dat niet?' Het antwoord is minder simpel, maar bestaat in ieder geval uit redenen en argumenten, die getoetst kunnen worden op 'waarheid' en 'geldigheid'. De beslissende afweging hangt af van de persoonlijke omstandigheden. Wie bewust kiest, neemt verantwoording voor zijn eigen leven en houdt zijn lot in eigen hand.

Staan bij bewust kiezen 'ratio en gevoel' tegenover elkaar? Geenszins. 'Hoofd' en 'hart' bestaan, als twee zijden van de medaille, **dankzij** elkaar. Gevoelens laten zich 'meewegen' door het opsporen van achterliggende gedachten. Zij doen wel mee in de beslissing, maar... slechts de ratio **wikt en weegt**.

Kiezen voor het minste risico is een **hoofdzaak**.

Rein Stoel.

www.filosofischepraktijk.eu