

rekenenschap

humanistisch tijdschrift voor wetenschap en cultuur

Humanistisch Opleidingsbibliotheek
UNIVERSITEIT
BIBLIOTHEEK
Postbus 70711 - 3507 LS Utrecht
Wijkskade 28
UNIVERSITEIT
HUMANISTIEK
Tel. (030) 239 01 99

over eenzaamheid

verder:

holistisch denken, boeken en de
internationale humanistische pers

juni 1987
jrg. 34, nr. 2
verschijnt
4 x per jaar



DE UITLEENTERMIJN LOOPT AF OP:

Rekenschap

humanistisch tijdschrift voor wetenschap en cultuur

Humanistisch Uitgeverij Instituut

* B I B L I O T H E E K *

Postbus 797 - 3500 AT Utrecht

A. Nieuwland **TEN GELEIDE/49**

W. de Ruiter **HET HOLISTISCH DENKEN/50**

THEMA: EENZAAMHEID

E. van der Meulen **MENSEN EN HUN EENZAAMHEID/55**

J.H. Mooren **EENZAAMHEID: RELATIE EN EXISTENTIE/66**

M.F. Fresco **EENZAAMHEID/77**
Realiteit, literair motief, filosofisch probleem.

A. Nieuwland **EENZAAMHEID, HET NAUWSTE PUNT VAN DE ZANDLOPER/89**

E. van der Hoeven **BOEKEN/99**
Bespreking van Willem de Ruijters boek 'De vooruitgang of het noodlot van Faust'.

E. Jacobs **REKENSCHAP 'INTERNATIONAL'/102**
Besprekingen van 'New Humanist', 'Humanistic Judaism', 'Free Inquiry' en 'Radical Humanist'.

J. Sinke **LOSSE NOTITIES/109**

Illustratie voorpagina: E. Munch.

Zoals een paar keer in de volgende artikelen naar voren komt wordt *eenzaamheid* als een van de ernstigste problemen van onze samenleving beschouwd. Vandaar dat het de redactie goed leek een nummer van Reken-schap geheel te wijden aan de problematiek rond eenzaamheid. Deze wordt in vier artikelen vanuit zeer verschillende hoek benaderd en met het humanisme als levensovertuiging in verband gebracht.

Els van der Meulen, humanistisch geestelijk raadvrouw, opent de rij met een artikel geschreven vanuit haar praktijkervaring. Ze gaat speciaal in op de problemen die de hulpverlener in zijn omgang met eenzame mensen tegenkomt, geconfronteerd als hij wordt met zijn eigen existentiële eenzaamheid. *Jan Hein Mooren*, docent sociale psychologie en psychopathologie aan het HOI schrijft als psychotherapeut. Hij maakt een onderscheid tussen interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid. Het verschil tussen beide heeft belangrijke consequenties voor de hulpverlening. Hij noemt humanisme een "eenzaamheidsinducerende levensfilosofie" en heeft kritiek op het HV-klimaat van "individualiserend rationalisme". Hij ziet wèl in de hulpverlening aan eenzame mensen een belangrijke taak weggelegd voor de humanistische geestelijke verzorging en vorming. *Marcel F. Fresco*, hoogleraar humanistiek in Leiden, schetst de geschiedenis van de eenzaamheidsproblematiek. In de Oudheid is het een vooral psychologisch probleem, dat van de mens, die tegen zijn noodlot in handelt en *out-cast* wordt. Na de Verlichting ziet hij eenzaamheid als filosofisch-ethisch probleem opkomen als gevolg van het verdwijnen van de geborgenheid van de gemeenschap en de toenemende atomisering van de maatschappij. Hij acht eenzaamheid een aantasting van het menselijk welzijn, maar vraagt zich af, of dat een typisch humanistische opvatting is. *Albert Nieuwland* tenslotte, docent sociologie aan het HOI, geeft verschillende benaderingen van de eenzaamheidsproblematiek een plaats in een "transpersoonlijk" kader. De eenzaamheid in de wereld zal volgens hem met de groeiende individualisering toenemen, maar ook kan ze met de opkomst van een nieuwe levensstijl doelgericht overwonnen worden. Het HV vervult hierbij in Nederland een bescheiden, maar belangrijke rol, die in de vorm van een project verder geconcretiseerd zou kunnen worden. Inmiddels heeft de redactie met veel dank afscheid genomen van Bert Boelaars, die sinds 1980 het secretariaat aanvulde. André Hielkema is zijn opvolger.

Het holistisch denken

Willem de Ruiter

Het holisme is veeleer een levensfilosofie dan een natuurwetenschappelijke denkwijze. Toch wordt vaak beweerd dat de oorsprong van het holisme ligt in de recente ontwikkelingen van de natuurwetenschap. De tegenstelling holisme-reductionisme staat in deze beschouwingen centraal. Zo er al sprake is van holisme in de natuurwetenschappen, dan nog is de sprong van dit vleugje wetenschappelijke holisme naar een holistisch wereldbeeld onverantwoord en onnodig.

Onverantwoord omdat een wereldbeeld niet moet worden gebaseerd op de natuurwetenschap. Onnodig omdat er andere, filosofische argumenten ten gunste van het holisme bestaan die niets met de natuurwetenschappen te maken hebben. Holisme is één van de vele antwoorden op de versplintering van onze wereld, op de tirannie van de experts, op de fragmentering van ons bewustzijn en op de normen- en waarden crisis in onze maatschappij. Wanneer het holisme een zinnig antwoord is op deze problemen, dan kan het op eigen benen staan en heeft het de natuurwetenschappelijke kruk niet nodig.

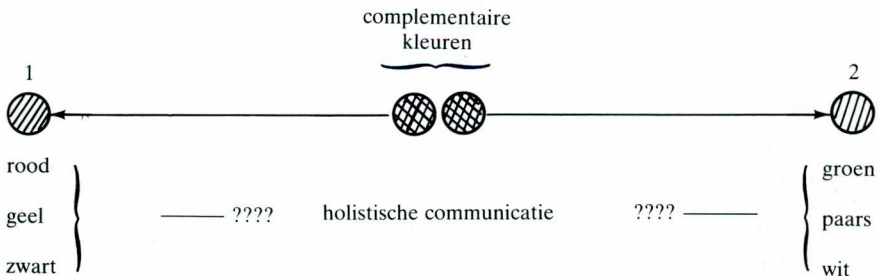
Maar de natuurwetenschap als kruk is zó verleidelijk. Het gezag van de natuurwetenschap is nog altijd vrijwel onaangetast en de illusie dat een filosofisch idee gestut door de natuurwetenschap krachtiger is dan zonder die stut is één van de meest verbreide vooroordelen in onze samenleving. Dus loeren de holisten naar de recente ontwikkelingen in de natuurwetenschap. En zij vinden daar veel van hun gading.

Op de voorjaarsvergadering van de Nederlandse Natuurkundige Vereniging van 16 april 1987 stond het holistisch denken op de middagbijeenkomst centraal. Van de circa 600 congresgangers kwam de helft af op een filosofisch dansje met de Woe-Li Meesters. Schrijvers van populaire boeken als Gary Zukav en Fritjof Capra flirten met de parallelle tussen Westerse fysica en Oosterse mystiek. De Nederlandse natuurkundigen wilden nu eindelijk wel eens weten waarom er een vreemd luchtje aan deze auteurs zat.

We kunnen inderdaad holistische trekken in de natuurkunde vinden, zo betoogde prof. dr. Jan Hilgevoord. Hilgevoord is gespecialiseerd in de grondslagen van de quantummechanica. Voor hij echter aan de quantummechanica begon, besprak hij een mooi geval van holisme in de klassieke mechanica: het principe van Fermat. Volgens dit principe volgt het licht altijd de kortste weg tussen twee punten A en B. Het

principe van Fermat is een belangrijk hulpmiddel bij het berekenen van lichtbanen. Het holistische karakter van dit principe zit daarin, dat het licht op een punt C tussen A en B *ál weet* waar punt B ligt en wat de kortste weg daar naar toe is!

Het beroemdste holistische voorbeeld uit de quantummechanica is ontleend aan een paradox, die in 1935 door Einstein, Podolsky en Rosen (EPR) werd geformuleerd. In de eenvoudigste vorm vliegen twee gecorreleerde deeltjes in tegenovergestelde richtingen uiteen. Laten we aannemen dat het om biljartballen gaat met complementaire kleuren. De twee ballen zijn óf zwart en wit, óf rood en groen, óf geel en paars. Als de ballen uit elkaar vliegen weten we nog niet welke kleur ze hebben. De kleur van de ene bal wordt volgens de wetten van de quantummechanica bepaald door de aard van het experiment. Stel dat uit het experiment volgt dat de ene bal rood is, dan blijkt de andere bal *zonder te kunnen communiceren* met de eerste bal groen te zijn. Volgt uit ons quantummechanische experiment dat de eerste bal geel is, dan is de andere bal *op hetzelfde moment* paars. Richten we het experiment zo in dat de eerste bal zwart is, dan is de andere bal *desnoods aan het andere eind van het heelal instantaan wit!* (zie illustratie)



De EPR-paradox kan aldus worden geformuleerd: hoe weet bal 2 in hemelsnaam welke kleur het experiment met bal 1 oplevert? Kennelijk vormen de twee ballen een ondeelbaar geheel en vindt er een soort 'holistische' communicatie plaats tussen beide ballen. Deze 'holistische' communicatie wordt het niet-lokale karakter van de quantummechanica genoemd. Recente experimenten hebben dit niet-lokale karakter van de quantummechanica bevestigd. Hilgevoord besloot zijn bijdrage dan ook met de oproep een snufje holisme in de natuurkunde toe te laten.

De filosoof prof. Joop Doorman ging in op de andere kant van de parallellie, namelijk de Oosterse mystiek. Hoewel hij beweerde een amateur te zijn op het gebied van de Indiase filosofie, wist hij al snel aannemelijk te maken dat Fritjof Capra een nog veel grotere amateur, om niet te zeggen flessentrekker, was. Doorman fulmineerde krach-

tig tegen verderfelijke, oppervlakkige denkers als Capra. Capra beging de fundamentele fout een wereldbeeld te willen ontleen aan de natuurwetenschap en vervolgens was zijn weergave van het Oosterse wereldbeeld ronduit misleidend. De Indiase filosofie wordt vooral geïnspireerd door de fonetica, de grammatica en de leer der rituelen, terwijl de Westerse filosofie zijn oorsprong vindt in de logica, de arithmetica en de geometrica. De grote rol van de rituelen in de Indiase filosofie en van de logica in de Westerse filosofie heeft geleid tot de populaire tegenstelling mystiek-ratio. Doorman betoogde dat het Indiase denken over rituelen niet per se mystiek is, maar een zeer precieze, systematische en rationele beschrijving beoogt van rituele praktijken. En passant offerde hij de interessante hypothese dat yoga ontstaan was uit de rituelen. Mystiek is dus niet per definitie irrationeel. Velen denken zo vanwege een oppervlakkige kennis van andere culturen. Doorman kritiseerde vele Westerse denkers die zich laatdunkend hadden uitgelaten over de Indiase cultuur waarin veelbenige, veelarmige en veelhoofdige afbeeldingen de normaalste zaak van de wereld zijn. Deze afbeeldingen kunnen pas na grote kennis van de andere cultuur gelezen en geïnterpreteerd worden. Hij besloot zijn voordracht met de aanbeveling zoveel mogelijk verschillende levensvormen naar hun eigen aard te bestuderen en niet een oppervlakkig vernisje voor eigen doeleinden (Capra) af te krabben. Lieden die uit onbehagen met de eigen cultuur vluchten naar een wezensvreemde cultuur moeten met grote argwaan worden bekeken.

De derde spreker, de filosoof dr. Harry Kunneman, bekritiseerde de waarheidstrechtter. Holisme is volgens hem één van de manieren om te ontsnappen aan de knellende banden van de waarheidstrechtter. Uit deze trechter stroomt alleen maar waarheid en niets dan waarheid. Deze waarheid heeft betrekking op de objectieve werkelijkheid. De wereld bestaat uit feiten. Waarden en normen die thuishoren in de sociale wereld worden door de waarheidstrechtter tegen gehouden. Emoties, gewaarwordingen, expressieve uitingen die voortkomen uit de innerlijke wereld worden eveneens tegengehouden. Maar de waarheidstrechtter kanaliseert niet alleen, hij transformeert tegelijkertijd de normatieve en expressieve aspecten tot objectieve feiten. Normatieve uitgangspunten worden vertaald in technologische doeleinden of technische eisen. De waarheidstrechtter is filosofisch gegrondvest op de scheiding tussen object en subject. Enerzijds bestaan er subjecten die begiftigd zijn met bewustzijn. Anderzijds bestaan er objecten in een van de mens onafhankelijke wereld. Het subject is in staat objectieve kennis van de werkelijkheid te verwerven.

Het bijzondere van de voorjaarsvergadering was dat alle uitgangspunten van de waarheidstrechtter, die Kunneman 's middags besprak, 's morgens door uiteenlopende sprekers tegen wil en dank waren geïllustreerd. Heinrich Rohrer die vorig jaar de Nobelprijs voor de natuurkunde kreeg voor de ontdekking van de Scanning Tunneling Microscope vormde een levende illustratie van een subject dat via een microscoop een object (oppervlakken) op atomair niveau bestudeerde. Ook de astrofysicus Edward

van den Heuvel ging ervan uit, dat er een van ons onafhankelijke werkelijkheid bestaat, die wacht op ontdekking. In de maand februari is er een nova (nieuwe ster) aan het firmament verschenen, een zeldzame gebeurtenis die zich maar één keer per twee eeuwen voordoet. Die nova is daar, of we nu kijken of niet!

Een ander aspect van de waarheidstrechter is het geloof dat wetenschappelijke en technologische vooruitgang leidt tot maatschappelijke vooruitgang. Dit geloof werd perfect geïllustreerd door de vaste stof fysicus Peter Kes, die verslag deed van de zeer recente, revolutionaire ontdekking van supergeleiding bij temperaturen van rond de 100 Kelvin. Deze technologische vondst heeft enorme maatschappelijke implicaties, omdat supergeleidende materialen nu gekoeld kunnen worden met het goedkope vloeibare stikstof. Het is niet uitgesloten, dat wij in de toekomst apparatuur (computers) in huis hebben, die gekoeld wordt met vloeibare stikstof, dat evenals het gas, licht en water in elk huis beschikbaar is. Wereldwijd hebben meer dan 4.000 natuurkundigen, metallurgen, chemici en technici zich op het nieuwe supergeleidende materiaal gestort in de hoop belangrijke patenten in de wacht te slepen. De ontdekking is vergelijkbaar met de ontdekking van de laser of de transistor.

De kanaliserende werking van de waarheidstrechter was prominent aanwezig in de voordracht van de laserfysicus Nicolaas Bloembergen over het Strategisch Defensie Initiatief. De Nobelprijswinnaar Bloembergen was voorzitter geweest van een zeskoppige commissie, die de wetenschappelijke en technologische merites van gerichte energiewapens moest beoordelen. De gerichte energiewapens maken slechts één kwart uit van het totale SDI programma. De commissie van Bloembergen had geen aandacht geschonken aan de politieke, ethische, economische en financiële aspecten van SDI. De waarheidstrechter in optima forma!

De conclusie is dan ook onverbiddelijk, dat de waarheidstrechter nog ongeschonden werkzaam is in de fysische gemeenschap. De meeste natuurkundigen zijn diep in hun hart realisten, die uitgaan van een buitenpersoonlijke werkelijkheid, zijn sterk door-drongen van de kracht van fysische theorieën (de mogelijkheid van een scanning tunneling microscoop wordt voorspeld door de quantummechanica) en het grote belang van experimenten (supergeleiding), geloven in bepaalde methodologische grondregels (de claim van superbegeleiding bij 125 Kelvin werd afgewezen wegens de onmogelijkheid de resultaten in de andere laboratoria te reproduceren) en zijn optimistisch betreffende de maatschappelijke toepassingen van hun vindingen. De natuurkunde wankelt geenszins, maar is krachtiger dan ooit tevoren. En ach, dat vleugje holisme. Dat is voer voor filosofen, maar van geen belang voor de natuurkundige, die met beide benen op de grond staat.

Willem de Ruiter (1949) is natuurkundige. Hij doceert Natuurkunde & Samenleving aan de Technische Universiteit Eindhoven. Recentelijk won hij de tweede prijs bij de essayprijsvraag 'De kristallen bol' van *Intermediair*. Publicaties:

(met Bart van der Sijde) *De Nucleaire Erfenis* (1985).
De vooruitgang of het noodlot van Faust (1986).



Stichting Socrates

Het bestuur van de Humanistische Stichting Socrates roept gegadigden op voor de vervulling van een

BIJZONDER HOOGLERAARSCHAP

in de Humanistische Wijsbegeerte, in het bijzonder met betrekking tot de relatie tussen mens en natuur, aan de Landbouwuniversiteit Wageningen.

Functie-informatie:

De functie behelst het geven van onderwijs in de faculteit der landbouwwetenschappen aan met name in het humanisme geïnteresseerde studenten uit in beginsel alle studierichtingen, gedurende globaal twee college-uren per week.

Er is een bescheiden vergoeding van kosten aan de functie verbonden.

Functie-eisen:

Gegadigden dienen er in geschrifte blijk van te hebben gegeven de relatie tussen mens en natuur grondig te hebben bestudeerd vanuit een wijsgerig-humanistisch perspectief. Voorts dienen zij gepromoveerd te zijn en de humanistische levensovertuiging te huldigen.

Algemeen:

Aan gegadigden, alsook aan hen die aandacht wensen te vestigen op geschikte kandidaten, wordt verzocht zich binnen een maand na verschijnen van dit blad te richten tot het bestuur van de Stichting Socrates, Postbus 114, 3500 AC Utrecht.

Ingangstermijn functie:

De functie zal zo mogelijk ingaan op 1 januari 1988.

Mensen en hun eenzaamheid

Els van der Meulen-Hoesen

"Wat ons echt na aan het hart ligt, kun je in het gunstigste geval omschrijven en dat betekent heel letterlijk: je schrijft er omheen. Je omsingelt het. Je doet uitspraken, die nooit behelzen wat we echt hebben beleefd, dat blijft onzegbaar"(Max Frisch).

Deze woorden van Max Frisch geven naar mijn gevoel heel duidelijk weer, wat de individuele menselijke beleving tot een in de grond "eenzame" beleving maakt. Het onzegbare, het onoverdraagbare van het meest eigene. Dat wil niet zeggen, dat dat altijd als bedreigend of negatief werkend wordt ervaren. Als geestelijk verzorger echter heb ik veelal te maken met mensen, die vanuit een voor hen wel omverwerpende beleving steun trachten te vinden in een contact met mij. Juist omdat eenzaamheid met menszijn verbonden is, heb ik "gewone" mensen, van allerlei leeftijden, die niet in een crisissituatie waren of net geweest waren, gevraagd wat eenzaamheid bij hen oproep.

Hun uitspraken zijn natuurlijk geen enkel bewijs voor wat eenzaamheid voor de mens betekent. Maar ze laten toch iets zien van de plaats, die eenzaamheid kan innemen. Het blijkt dan een zeer intensief gevoel te zijn; ook voor de enkele mensen die zeiden het gevoel niet te kennen, was het in hun denken erover iets zwaars. Het had voor ieder te maken met contacten met en interesse in anderen en voor sommigen ook expliciet met contact met het diepste zelf. Verlangen naar samenzijn, samen beleven en ook het onvermogen daartoe, het zich buitengesloten voelen, de directe verbinding ook die gelegd werd naar alleenzijn, dit alles laat enkele facetten zien van eenzaamheidsbeleving. Voor enkelen was het bepaald angstaanjagend daarover te denken. Zij deden – zoals één het treffend uitdrukte: "het verdringingskamertje meteen op slot". Ook bleek een gevoel van schaamte aanwezig te zijn, een gevoel van te kort te schieten in kracht. Een gevoel niet te voldoen aan wat anderen en ook zichzelf vonden te behoren bij het menszijn.

"Arm en beschaamd, zo arm te zijn" (Vasalis).

Slechts een enkeling, en misschien niet toevallig was dat iemand die nooit een partner had gehad, was zich naast gevoelens van: "*daar sta je dan in je eentje, machteloos*" ook bewust van de voor hem positieve kant van de eenzaamheid. Het bleek zelfs een

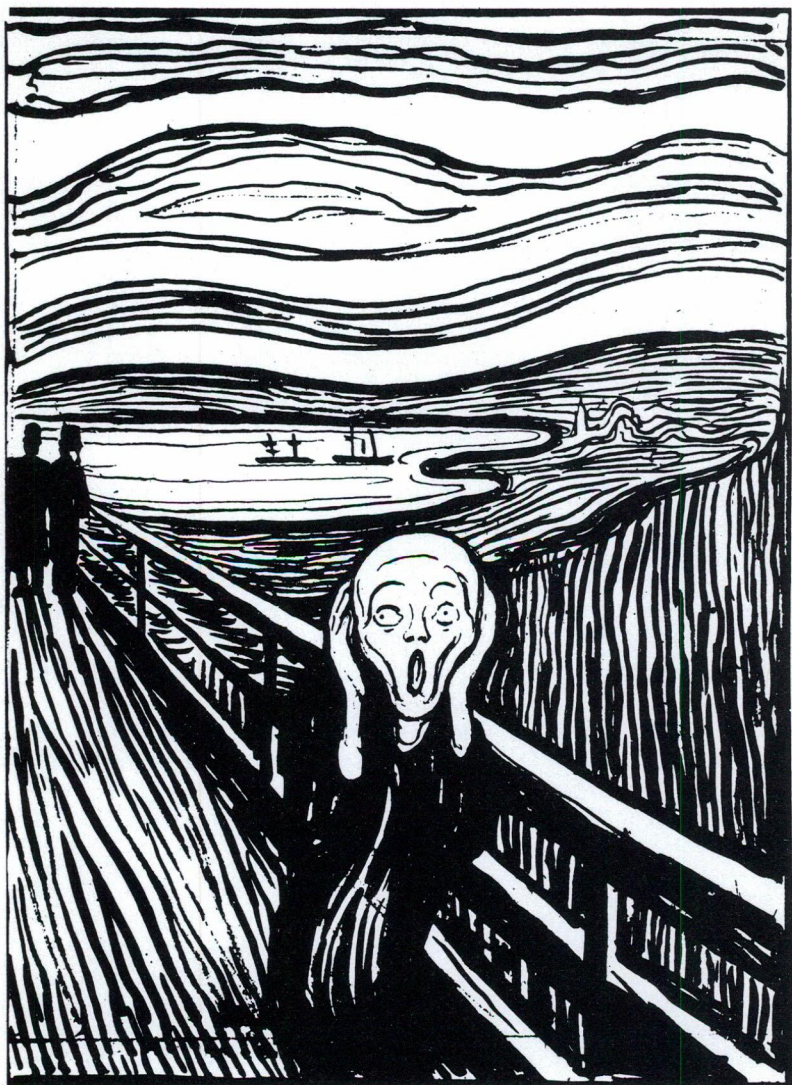
noodzakelijkheid voor hem om zich als het ware samen te ballen, te concentreren en van daaruit zijn eigen levensstijl krachtiger te kunnen waarmaken. De beleving op zich werd door bijna allen gevoeld als iets, waarvoor "oplossingen" gevonden moesten en konden worden, zoals: "in de natuur zijn", "muziek beluisteren", "plannetjes maken voor de directe toekomst", "een grote pan eten koken", "de telefoon pakken", "in bed kruipen en het over me laten komen".

Eenzaamheid en geestelijke verzorging

Het algemeen besef een eenling te zijn schijnt soms het gehele directe leven te gaan beheersen. Een crisissituatie schijnt dan te zijn ontstaan. Dat kan gebeuren als ingrijpende beslissingen genomen moeten worden, als aan het leven rakende veranderingen plaatsvinden, als het gevoel van indentiteit – het weten wie je bent – aangetast wordt. Als een wellicht wankel evenwicht verbroken wordt. Diepe eenzaamheidsbeleving is altijd verbonden met andere facetten van beleving, met crisis, verdriet en rouw, verlies van dierbare anderen, verlies van delen van jezelf of angst daarvoor, verlies ook van vertrouwen in de kracht van jezelf, gevoel van schuld en schaamte. Voor sommigen lijkt die crisis een soort toestand te worden, het hele leven wordt er door beheerst, en het leven verstart in de echte vereenzaming, soms zelfs tot een zelfgezochte dood toe. Maar meestal vindt iemand vanuit die beleving een mogelijkheid om als het ware de deur steeds verder te openen, geholpen misschien door wat juist voor hem of haar inspiratie, aanzet tot nieuwe creativiteit betekent.

Als geestelijk verzorger is het dan ook noodzakelijk om uitgaande van dat waar de ander in zijn hulpvraag mee komt, en dat is vaak "*ik ben zo eenzaam*", te trachten een samenhang te ontdekken tussen het gevoel eenzaam te zijn en het vele wat zich nog meer in dat leven afspeelt. Mijn contacten met mensen, met zeer oude mensen, met ernstig zieken en gehandicapten, met jonge mensen vaak die hun leven wilden beëindigen, hebben mij mijn eigen onmacht en mijn eigen eenzaamheid duidelijk gemaakt. Ook kreeg ik daarin het besef die ander nooit wezenlijk enig zicht te kunnen helpen krijgen. Tenminste als er niet al in die ander zelf allerlei mogelijkheden toe waren. Karakterstructuur, persoonlijke geschiedenis, gezondheid, geestelijk en/of lichamelijk, de aard van de directe omgeving, bronnen van creativiteit die, hoe verschoolen ook, aanwezig bleken. Het zijn allemaal factoren, die mee of tegen kunnen werken en die soms onwrikbaar lijkende gegevens zijn in de ontmoeting met die ander.

Daarnaast is evenzo belangrijk, wat ik als geestelijk verzorger naar die ander toe kan zijn. Ook mijn creativiteit, mijn aard en bovenal de mate waarin ik mij "vrij" kan opstellen, voor juist die persoon, zijn van uiterst belang in het contact en wat zich daarin afspeelt. Voor elke hulpverlener geldt, dat hij zichzelf onderzoekt op wat voor hem de speciale betekenis is van hulpverlenende contacten. Dit geldt evenzeer voor de geestelijke verzorger. Ik denk, dat ook altijd en niet alleen in de confrontatie met eenzaamheidsproblematiek, onderzocht moet worden, hoe ik als mens mijn eenling-zijn



E. Munch

diep van binnen ervaar. Het zoeken naar en weet hebben van de eigen behoeften en grenzen kan een taaiheid geven aan de strohalm, die je vaak juist voor de ander, in zijn worsteling om boven water te blijven, bent. Zodat je niet afbreekt en samen verdrinkt.

Humanisme

Juist in de humanistische geestelijke verzorging, waar het accent zo ligt op gelijkwaardigheid, nabijheid, invoelvermogen, verbondenheid, totale acceptatie van de ander en dat alles vanuit een persoonlijke verhouding tot die ander, is het gevaar zeer wel aanwezig, dat de eenzaamheidsproblematiek van de ander door de geestelijk verzorger zelf lijkt te worden opgelost. De mens, die zich geheel vervreemd voelt van buiten- en binnenwereld, tracht jou als geestelijk verzorger als het ware te annexeren. De vaak langdurige contacten, waarin soms nauwelijks enige verandering van beleving lijkt te komen, kunnen voor de geestelijk verzorger een soort uitputtingsslag zijn, waarbij het accent te veel kan liggen op nabijheid, die toch ook schijn kan zijn van persoonlijke nabijheid en die op zichzelf nooit een oplossing kan zijn voor de eenzaamheidsbeleving van de ander. Het benadrukken van de gezamenlijkheid in houding, in woorden, in oogcontacten zal wellicht de ander niet bekrachtigen als apart persoon en kan hem des te eenzamer achterlaten.

Welke steun vind ik vanuit mijn levensvisie voor de contacten met anderen? Allereerst het besef, dat existentiële eenzaamheid bij de menselijke situatie hoort. Die eenzaamheid vormt de grond van zijn uniekzijn, is de bron van waaruit hij naar buiten treedt, een bron die ook weer op zeer veel manieren gevoed wordt door dat "buiten".

"In het samengaan van eenzaamheid en communicatie heeft de eenzaamheid het primaat, omdat zij het is van waaruit communicatie mogelijk wordt. En tenslotte blijkt ze onze werkelijke bestaanswijze. Omdat de weg, waarvan nog niemand terugkeerde, door een ieder van ons alleen wordt afgelegd".

(F. van Raalten, "Eenzaamheid en Communicatie")

Ook het besef, dat ik als geestelijk verzorger een kleine schakel ben in de ketting, die het leven van de ander is. Dat ik nooit – zelfs niet gedurende een lang contact met de ander – echt kan weten, hoe mijn schakel werkt in samenhang met alle andere schakels. Eigenlijk dus het "wonderbaarlijke" van ieder mens in de meest letterlijke betekenis van het woord.

Humanistische uitgangspunten, die mij helpen, omdat ik ze als werkelijkheid beleef en als werkzaam, zijn de gelijkwaardigheid en de verbondenheid. De principiële gelijkwaardigheid van mensen, waardoor niets menselijks ons vreemd is, en de verbondenheid, het op elkaar aangewezen zijn, het voedende, wat mensen elkaar als unieke eenlingen te geven hebben. De eenzame opsluiting wordt niet voor niets als onmens-

waardig verworpen. Deze heeft als doel de geest te doden en kan dan ook geestdodend werken. Al zal, zoals bij alles wat over mensen gezegd wordt, ook zelfs dit weer afhankelijk zijn van wat zich aan kracht en geestelijke vrijheid ontwikkelde gedurende het voorafgaande leven.

Ik herinner mij het verhaal van de man, die tijdens de Japanse bezetting van Indonesië alleen in een varkenskot maandenlang moest doorbrengen. Hij vertelde mij, hoe hij zijn geest levend trachtte te houden door zich met moeilijke rekenvraagstukken bezig te houden.

Maar wat mij soms steunt, kan mij soms ook tot wanhoop brengen. Het besef, hoe wezenlijk "alleen" de ander blijft, ondanks mijn gevoel van verbondenheid, vooral ook hoe ongelijk het lot van mensen is, niettegenstaande het besef van gelijkwaardigheid; hoe weinig je de ander te bieden hebt. Dan voel ik mijn eigen ontoereikendheid, die mij verlamt. Dan overvalt mij mijn eenzaamheid.

Verschillen in eenzaamheidsbeleving

Is eenzaamheidsbeleving een eensoortige beleving afgezien van de kleur, die de mens om wie het gaat vanuit z'n hele persoonlijkheid er aan geeft? Ik heb als ervaring, dat er verschillen zijn in de betekenis in dát speciale leven in dié situatie, verschil in zwaarte.

Eenzaamheidsbeleving kan een fase zijn van een rouwproces, van waaruit iemand soms krachtiger dan tevoren het leven van nu tegemoet gaat.

"Wat mij niet doodt, maakt mij sterker" (Nietzsche).

Eenzaamheidsbeleving kan dus een fase zijn, waar een mens vaak doorheen komt door wat in hemzelf aan kracht aanwezig is en om hem heen als steunend en troostrijk wordt ervaren.

Soms lijkt dat niet te gebeuren en vereenzaamt iemand steeds meer. Zoals bijv. de oude man in het bejaardencentrum, die zijn vrouw had verloren. Steeds meer hield hij de deur van zijn kamer op slot, hij sloot de verzorging buiten (zoveel als mogelijk) en had de gordijnen dicht. Nadat hij enkele maanden zich in onze wekelijkse contacten had geuit, vooral ook zijn woedegevoelens, kwam er een moment, dat hij de gordijnen opende en naar buiten keek. Dat was een ontroerend en betekenisvol moment. Het goede, waarop hij terug keek, de kracht die hij in het leven had ontwikkeld, deden hem weer verdergaan.

Ik kon hem helpen o.a. door mijn openheid voor zijn verhaal met alle facetten. Ook doordat ik belangrijke punten in zijn verhaal als het ware in een proces kon plaatsen.

Soms echter blijkt je niet te kunnen helpen: een oude dame, met wie ik al tijdens de ziekte van haar man wat contact had, werd na zijn dood steeds emotioneler en verwarder. Zij huilde veel en vertelde mij, hoe iedereen haar zei nu eindelijk eens te gaan "leven". *"Maar hoe moet ik dat doen? Ik kan het niet, ik weet niet meer wat ik kan"*. Uit wat ze mij vertelde bleek, dat zij zich naast haar man een "nietsje" had gevoeld. Vanaf

het begin van hun huwelijk moest ze eigenlijk een ander zijn dan ze was: intelligenter, ontwikkelder, deftiger ook. Zelfs wat met de kinderen misging of anders dan wat haar man verwachtte, werd haar verweten. Zij kon niet meer verder, ging steeds meer drinken en moest uiteindelijk opgenomen worden in een psychogeriatrisch centrum. Er was te veel van haar "zelf" verloren gegaan om daar nog mee verder te kunnen gaan. Vanuit wat in een meestal langdurig contact wordt opgebouwd, is het soms mogelijk een brugfunctie te zijn naar een therapeutische hulpverlening, opdat wellicht eerst de blokkades, die in het leven zijn ontstaan, kunnen worden opgeruimd, opdat weer vrijer naar het leven van nú kan worden gekeken. Helaas werd dat bij deze mevrouw – tenminste in ons contact – niet tot een mogelijkheid. Hierbij speelt zeker de levensfase mee, waarin iemand verkeert.

De fase van de hoge ouderdom wordt al gekenmerkt door verlies van dierbaren, leeftijdgenoten, soms ook lichamelijke en geestelijke vermogens. Het grondgevoel over het leven, harmonie, vervuldheid, of wanhoop, schaamte en wellicht schuldgevoel bepalen de ervaring van het nu en het zicht op de komende eigen dood. Hierin speelt ook mee, hoe die dood vanuit de eigen levensbeschouwing wordt ervaren. Dit zijn vragen, die juist in ontmoetingen met oude mensen een rol spelen. Als het grondgevoel door onvervuldheid bepaald wordt, blijft soms alleen de trouw vanuit de verbondenheid met de ander over, als die ander jou tenminste in zijn leven blijft toelaten.

Een zeer specifieke eenzaamheidsbeleving is die van de dementerende mens, die zich op de grens voelt balanceren van twee werelden. De oriëntatiepunten in het heden worden anders, herinneringen die de lijn naar het verleden vormen vallen weg, de toekomst lijkt een zwart gat. Juist het besef, dat dit alles zich aan het voltrekken is en met die onzekerheid te leven, zelfs in de meest gewone dagelijkse dingen ermee geconfronteerd te worden, is uiterst pijnlijk. Iemand, die ik geregeld op zoek en die zich zeer bewust is van dit proces, geeft zelf een treffend beeld van wat hij beleeft: *"Weet je wel, wat het meest beangstigende is? Dat is, dat ik best weet, dat ik heel veel níet weet, maar dat ik ook dát wat ik denk te weten, tegelijkertijd alweer betwijfel"*.

De geestelijke verzorger kan soms tot steun zijn door de beleving van het nú te delen en daar samen vaste punten in te zoeken. En ook in het samen zoeken naar beslissingen, die nú genomen kunnen worden over de toekomst, waardoor wat dat betreft misschien wat rust ontstaat. Voorwaarde is wel, een zéér regelmatig contact met niet al te grote tussenpozen en een benadering van behoedzaamheid en eerlijkheid.

Daarnaast is er de eenzaamheid van de eventuele partner, die de levenskameraad niet door de dood verliest, maar door een vaak onbegrijpelijk onherkenbaar proces van veranderingen. In toenemende mate wordt een beroep gedaan op het lichamenlijk, geestelijk en emotioneel uithoudingsvermogen, zonder dat de partner daar als kameraad in kan delen. De uiteindelijke beslissing wel of niet "uit huis doen" wordt een zeer eenzame beslissing, waarbij allerlei gevoelens naast en door elkaar, verwarrend bestaan. Zoals opluchting, woede, schuld, schaamte, jaloezie, intense droefheid, leegte. De continuïteit van de vriendschapsbanden van "weleer" kan zeer troostend

zijn in het verwerken van dit alles, juist omdat de partnercontinuïteit zo cru verbroken is.

Dan de eenzaamheidsbeleving van de zich "anders" voelende mens. Anders dan anderen: bijv. in cultuur, ras, seksuele geaardheid, lichamelijke- of geestelijke vermogens. Het gevoel te hebben buitenstaander te zijn. Het zoeken naar wie-ben-ik en voel ik mij geaccepteerd in wie ik ben, is een centrale vraag, waar je je als geestelijk verzorger samen met de ander mee bezighoudt.

Wel moet ik mijzelf dan grondig onderzoeken, of échte acceptatie van en respect voor dit "anderszijn" bij mij aanwezig is. Hoe het contact zich verder ontwikkelt, is ook weer zeer afhankelijk van wat al in die ander opgebouwd werd aan identiteitsgevoel, maar ook van de acceptatie van de directe omgeving en de hem omringende maatschappij met de daarin bestaande normen en waarden.

De eenzaamheidsbeleving kan gevolg zijn van vaak op jeugdige leeftijd opgedane voor de ontwikkeling remmende of kwetsende ervaringen, die zich soms pas heel duidelijk op latere leeftijd manifesteren. Zoals o.a. concentratiekampervaringen, diepe schokken door wat aangedaan werd en machteloos moest worden ondergaan, ervaringen ook als incest, mishandeling en verwaarlozing.

Zoals de vrouw van ongeveer 50 jaar, die mij met zeer veel moeite en onderbrekingen haar "geheim" toevertrouwde: met het verlies van haar man had zij ook de enige verloren, die dat met haar deelde. Haar vader, van wie zij zeer veel hield, was als bekend NSBer vlak voor het eind van de oorlog door het verzet geliquideerd en dood thuisgebracht. Direct na de oorlog – zij was toen plm. 16 jaar – was ze met haar moeder en een jonger zusje in een kamp geweest. Dat alles had haar een geweldig gevoel van vernedering gegeven en een woede, die zij nooit durfde te uiten. Daarbij kwam het weggestopte verdriet over de dood van haar vader, waar zij eigenlijk geen kant mee op kon en waarover ze behalve met haar man met niemand kon praten, zelfs niet met haar kinderen. Dit geheim zette haar apart en speelde door in alle banden met anderen: het mocht nooit ontdekt worden. Het was voor haar een bevrijding dat alles uit te spreken en zich hierin geaccepteerd te voelen. Veiligheid en acceptatie en wat ik verder als geestelijk verzorger in dat contact te bieden heb, kunnen soms de brug vormen naar een therapeutische hulpverlening, die bij dit soort diepe traumatische ervaringen van levensbelang blijkt te zijn.

Mijnheer H.

Ter illustratie nu een schets van een man, die in mijn geheugen gegrift staat als een zeer eenzaam mens, mr. H.

Mr. H. is 68 jaar, weduwnaar, geboren in Drenthe, in een zeer arm gezin. Als hij 6 jaar is, verliest hij zijn moeder; dit is een geweldige schok voor hem. Zijn vader hertrouwt al vrij snel. Na jaren van veel conflicten thuis, loopt hij weg, gaat zwerven en gaat uiteindelijk als verstekeling aan boord van een schip naar Amerika. In de oorlog dient hij in het Amerikaanse leger. Na de oorlog komt hij terug naar Holland; hij is inmiddels

getrouwd, wat geen succes was, gaat werken in een fabriek in Rotterdam. T.g.v. een steeds verergerende longaandoening kan hij niet meer werken en als zijn vrouw sterft, vereenzaamt hij steeds meer. Als oplossing voor die eenzaamheid en de dagelijkse praktische problemen komt hij terug naar Drenthe, in een verzorgingscentrum voor bejaarden.

Sotto voce

*Zo veel soorten van verdriet-
ik noem ze niet
maar één, het afstand doen en scheiden.
en niet het snijden doet zo'n pijn,
maar het afgesneden zijn.
(Vasalis)*

Mijnheer H. staat aan de altijd open deur van zijn kamer in het bejaardencentrum. Hij is een ietwat kleine, gedrongen man met hoge schouders en een wat geknepen borstkas. Hij staat daar te wachten op iemand, zo-maar iemand, die voorbij komt en die misschien wel niet alleen langs gaat, maar ook binnen zal komen. Iemand, die bij hem zal komen zitten, met wie hij koffie kan drinken, die hij voor dat doel altijd warm en klaar heeft. Iemand, die zijn verhalen over vroeger, toen hij zo'n kerel was, gezond en fit en vol vechtlust ten behoeve van ons aller bevrijding, wil aanhoren. Ook hoe hij dagen rondobberde op een vlot in een ijskoude zee, tot hij meer dood dan levend werd opgepikt. Waar hij dan ook nu zijn gebrek aan lucht aan te danken heeft. Iemand, die hij wat lekkers kan toestoppen, die zijn leven een beetje wil delen. Hij staat daar en tuurt de gang in; hij kan zelf niet ver gaan, want hij zit gevangen aan de draden van de zuurstoffles. Nog meer zit hij gevangen in zijn hunkering naar contact met een ander, een vriend ... nog liever een vriendin (maar ja, wie zou zo'n kerel van niets nog willen?). Hij wacht, en deelt aan wie langs komt snoepjes en vruchten uit. En het trieste is, dat de meesten, zelfs soms de mensen van de verzorging, steeds harder voorbij lopen. Hij is eenzaam. Net zo eenzaam als toen hij nog twee-hoog in Rotterdam woonde en de trap niet meer afkon, die hem naar buiten – naar de mensen – zou voeren. Misschien nog wel veel eenzamer, omdat hij hier zo velen náást zich weet maar zelden bij zich. De enigen, die hem echt even helpen zijn de vogels buiten, de konijntjes, die hij ziet spelen, de bloemen, die buiten bloeien. Hij wil absoluut geen bloemen binnen hebben: "ik vind 't goedbedoeld, hoor", zegt hij als iemand hem een bosje bloemen heeft gegeven, "maar kijk nou eens even, mij proberen ze hiermee op te lappen (wijst op de zuurstoffles) en die daar, die mooie bloem, die wordt zomaar weggehaald waar ze hoort, uit de aarde, dáár zou ze toch moeten doodgaan. Als ik dood ben, asjeblieft, geen bloemen bij me. Beloof je me dat?".

Al vrij snel, nadat mijnheer H. in het bejaardencentrum was komen wonen, ontstonden bepaalde moeilijkheden tussen hem en de verzorging, maar vooral tussen hem en

enkele medebewoners. De moeilijkheden, die in het begin nog leken op problemen, die te maken konden hebben met de grote overgang van de flat in Rotterdam naar het verzorgingscentrum in Emmen, bleken onoplosbaar zeer diep in hemzelf te zitten. Het werd ons steeds duidelijker, dat mijnheer H. hunkerde naar contacten, maar deze zelf door zijn gedrag zeer bemoeilijkte. Ik zocht hem eerst zo nu en dan op, maar steeds meer bracht ik daar in overleg met mijnheer H. een ritme in op vaste dagen. Langzaamaan werd ik een vertrouwde figuur voor hem en hij voor mij. Hij hechtte zeer aan goede vormen, ontving mij hoffelijk, deed direct zijn das om als hij mij zag en noemde mij altijd nadrukkelijk "mevrouw Van der Meulen". Maar als hij over mij sprak werd ik "moeders". Zoals bijvoorbeeld: "*Ja, als moeders weer geweest is, ben ik wat rustiger*". Hoewel hij in het begin van onze kennismaking ook mij van alles wilde toestoppen, hield hij daar haast moeiteloos geheel mee op, nadat ik hem gezegd had, dat niet prettig te vinden. Ik denk, dat het ook steeds meer een werkelijkheid voor hem werd, dat hij op me kon rekenen; mij hoefde hij niet te lokken, te vangen: ik kwam uit mezelf. Dat was meestal niet het geval met de meisjes van de verzorging, die vaak op ongezette tijden langskwamen (behalve zij die het eten rondbrachten, maar die moesten altijd opschieten, opdat het eten niet afkoelde); hen trachtte hij altijd binnen te halen, evenals toevallig passerende medebewoners. Bij een enkeling lukte hem dat, maar niemand kon aan zijn blijvende behoefte aan samenzijn voldoen en dat maakte, dat men hem een beetje gek vond, vreemd, lastig, zielig ook en in ieder geval voelde ieder zich machteloos en tekortschietend tegenover zijn hunkering naar gezelschap. Een enkele verzorgster, meestal een iets oudere, kon gelukkig erg goed met hem omgaan, maar de meesten joeg hij als het ware zelf weg, ook al doordat het element van hunkering van man naar vrouw, wat in deze contacten bleek, voor hen zeer moeilijk te hanteren was.

"Ik doe ze toch niets, dat weet U toch; maar ik ben toch een vent en al kan ik dan niks meer als man, ik zie graag een leuke meid, dat mag ik toch ook wel eens laten blijken". Zijn liefde voor de natuur was groot en des te treuriger was het, dat hij, nadat hij de eerste maanden in het verzorgingscentrum de konijnen en de vogels verzorgd had, door toenemende benauwdheid bijna continu met de zuurstoffles verbonden moest zijn en zich ook van die taak en dat contact beroofd zag.

Over mijnheer H. denkend, zie ik iemand bij wie allerlei lijnen bij elkaar komen, die tot diepe eenzaamheid kunnen leiden. Hij was gehandicapt door zijn uiterst slechte longfunctie; hij was betrekkelijk oud en had niet veel meer te verwachten van het leven en zo bleef hij omkijken naar voorbijge hieldendaden, die steeds groter werden. Het leek wel of zijn verleden zijn gebrek aan toekomst moest opvullen. Hij had een zeer ander taalgebruik dan de meeste bewoners, die uit Drenthe kwamen, was daar een buitenstaander en kon slechts vanaf de kant, als dat al kon, meedoen aan een gezellige avond. Dit vanwege de benauwdheid, die het samenzijn met veel mensen en vooral ook veel rokers, bij hem veroorzaakte. Frisse lucht was een levensvoorwaarde voor hem.

Hij was en bleef heel angstig voor de dood – hoe zou hij sterven? Stikken? Wat zou er daarna nog eens voor hem komen? Hij was van oorsprong katholiek en had niet het gevoel de hemel verdiend te hebben.

Misschien is de allerbelangrijkste lijn toch die lijn, die zo vroeg in zijn leven werd afgesneden: de band met zijn moeder. Met haar dood werd hij afgesneden van zijn voedende aarde, die voor zijn groei zo broodnodig was. En met deze dood hing ook veel samen van wat voor zijn latere leven bepalend werd.

Dit alles bij elkaar lijkt een rode draad te zijn, die uitmondt in de draden van de zuurstoffles. Met de bloem, die hij in de eigen aarde wilde laten leven én doodgaan gaf hij – bijzonder goed zijn gedachten over zijn leven weer. Toen hij, nu ongeveer 14 jaar geleden, gelukkig geheel zonder angst en ook zonder té hevige benauwdheid stierf, hebben wij hem dan ook (zonder bloemen) aan de aarde teruggegeven.

Heb ik nu in mijn contacten als geestelijk verzorger mijnheer H. kunnen helpen zijn diepe eenzaamheid iets te verlichten? Hoezeer ik ook betrokken was bij hem, hoeveel contacten wij ook hadden, naar mijn gevoel is er nooit iets wezenlijks in hem veranderd. Wel weet ik, dat mijn bezoeken en de zekerheid, die hij had daarover, de regelmaat ervan en alles wat ter sprake kon komen zonder dat hij zich "een vent van niks" voelde, een ondersteuning waren voor het leven, dat hij noodgedwongen leidde.

Ik herinner mij z'n diepe angst om dood te gaan, te stikken en ik weet hoe moedeloos ik zelf vaak was, dat ik dié angst zelfs niet een beetje voor hem kon wegnemen. Soms heel even, als ik hem verzekerde – ook wel via gesprekken met zijn arts – dat als het zo ver zou zijn, hij direct geholpen zou worden om heen te gaan. Toch kwam die angst steeds weer levensgroot terug. Dat ik hem niet in de steek liet, hem vanuit diep respect, vanuit een gevoel van gelijkwaardigheid kon blijven opzoeken, eerlijk tegenover hem kon zijn, het unieke in hem kon zien en aan hem kon tonen, dat is wat ik voor hem kon betekenen.

*hoe eenzaam zij was
wist zij toen haar eigen stem
de stilte verbrak*

*onder de sneeuwlaag
spraken sneeuwkllokjes samen
over de lente*

*laten wij praten
tot de woorden geen poging
meer doen te vluchten
(Ida Vos)*

Literatuur:

Max Frisch, *Dagboek '46-'49*. Amsterdam 1986.

F. van Raalten, *Eenzaamheid en communicatie*. Bussum 1982.

Vasalis, *Vergezichten en gezichten*. Amsterdam 1954.

Ida Vos, *Miniaturen*.

Els van der Meulen-Hoesen (1925) was tot 1984 als humanistisch geestelijk raadvrouw verbonden aan het streekziekenhuis te Almelo. Incidenteel begeleidt ze op vormingscentra vormingsgroepen voor gezinsverzorgenden. HOI-afstudeerscriptie over eenzaamheid.

Eenzaamheid: relatie en existentie

Jan Hein Mooren

Over eenzaamheid is vanuit verschillende disciplines en met een verscheidenheid aan gezichtspunten en gerichtheden gedacht. Dat heeft een veelheid opgeleverd aan betekenissen en onderscheidingen in het gebruik van de termen, die iets trachten weer te geven van de eenzaamheidservaring of van aanverwante ervaringen en zijnstoestanden. In dit artikel wordt een schets gegeven van eenzaamheid, die verwijst naar het ervaren van relaties (interpersoonlijke eenzaamheid) en eenzaamheid als fundamentele bestaansconditie (existentiële eenzaamheid). Ook de angst voor eenzaamheid, welke met existentiële eenzaamheid verbonden is, komt aan de orde.

Op grond van een vergelijking tussen beide vormen van eenzaamheid zal worden gekonkludeerd, dat het onderscheid, ondanks een poging om beide onder één noemer te brengen, gehandhaafd dient te worden. Dit onderscheid heeft konsekwenties voor de wijze, waarop wordt gedacht over het oplossen of verwerken van eenzaamheidsproblematiek. In het kort zal worden ingegaan op enkele psychotherapeutische implicaties voor het begeleiden van eenzaamheidsproblemen. Tot slot komt de betekenis ter sprake, die geestelijke begeleiding kan hebben voor de verwerking van eenzaamheid, alsmede de sociale functie van het Humanistisch Verbond als levensbeschouwelijke organisatie.

Eenzaamheid lijkt een wijd-verbreed verschijnsel, waar mensen zwaar onder gebukt kunnen gaan. Steemers-Van Winkoop gaf haar moraaltheologische studie over dit onderwerp de veelzeggende ondertitel mee: *"Voorrecht voor een enkeling, noodlot van velen"* (1). En De Jong-Gierveld opent haar dissertatie over eenzaamheid met de observatie, dat eenzaamheid algemeen wordt beschouwd *"als een van de ernstigste sociale problemen van onze samenleving"* (2, p.13). Anderzijds wordt de eenzaamheidservaring als onontkoombaar en noodzakelijk gezien: *"Loneliness is one of the most powerful human experiences, not only because it signals the absence of social connections, but also because the failure to experience loneliness appropriately calls into question one's very nature as a social being"* (3, p. 184). Verder is eenzaamheid het onderwerp van idealisering. Het gaat dan om zelfgekozen of tenminste geaccepteerde eenzaamheid ten behoeve van bijvoorbeeld creativiteit, of persoonlijke groei, of volmaaktheid. Voorbeelden hiervan zijn te vinden bij Steemers-Van Winkoop (1).

Eenzaamheid en relatie

Voor psychiaters en psychologen is eenzaamheid al tientallen jaren onderwerp van studie. Een bekend voorbeeld is de publicatie van Carp (4) over dit thema. Deze beschrijft eenzaamheid als een gemoedstoestand, die wordt gekenmerkt door *"het ontbreken ener verstandhouding met het andere ... de onmogelijkheid ener communicatie, de onmogelijkheid van bestaan ... een onmogelijkheid tot vereenzelviging met het andere (de ander) ..."* (4, p. 114). De nadruk in de vanuit deze disciplines ontwikkelde benaderingen ligt op het individu en diens (on)vermogen. Eenzaamheid lijkt dan vooral een privé-ervaring, welke angst inhoudt, en een gevoel van leegte. Deze individualiserende benadering sluit aan bij de wijze, waarop het merendeel der mensen tegen eenzaamheid aankijkt. Zo blijkt volgens de sociologe De Jong-Gierveld, dat



van een groep ondervraagde personen de meesten zich ervan bewust zijn, dat eenzaamheid strikt persoonlijke ervaringen betreft (2, p.28). Deze ervaringen hebben wel betrekking op het ontbreken van bepaalde kontakten met anderen.

Wood stelt evenwel, dat eenzaamheid tevens sociaal van aard moet zijn, wanneer eenzaamheid gedefinieerd wordt in termen van diskrepanties of problemen betreffende relaties. Zij vat het dubbele karakter van eenzaamheid als volgt samen: *"The central paradox of loneliness is that it is at one and the same time the most non-social and the most social of experiences"* (3, p.187).

Eenzaamheid is niet onverbrekelijk verbonden met alleen-zijn, alhoewel deze situatie in sterke mate eenzaamheidsgevoelens kan opwekken. En niet elk relatieprobleem of iedere stoornis in de kommunikatie leidt tot het ervaren van eenzaamheid. De Jong-Gierveld is in haar onderzoek naar eenzaamheid uitgegaan van een definitie, die gebaseerd is op de betekenis van eenzaamheid voor de onderzochte personen: *"Eenzaamheid ... wordt door ons omschreven als het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde relaties"* (2, p. 45). De vraag is dan onmiddellijk, om welke gemiste (kwaliteit van) relaties het gaat. Gebrek aan vrijheid in een relatie zal minder gauw tot een eenzaamheidservaring leiden dan een tekort aan intimiteit. Gemis aan uitdaging en tegenspel hoeft nog niet als eenzaamheid ervaren te worden, al is dat zeer wel mogelijk. Een nadere aanduiding van het gemis is dan ook noodzakelijk om eenzaamheid gestalte te geven. De Jong-Gierveld onderscheidt drie 'gemisaspecten': gemis met betrekking tot een partner of iemand, die speciaal bij je hoort; gevoelens van leegte, een gemis aan gezelligheid; en gevoelens van verlatenheid van anderen (2, p. 113).

Samenhang met andere problemen

Gevoelens van eenzaamheid in relationele zin gaan gepaard met een reeks van andere gevoelens, die als onaangenaam worden ervaren. Zo vond Rosenberg in een onderzoek naar de relatie tussen angst en zelfwaardering een duidelijk verband tussen lage zelfwaardering, angst en enkele andere gevoelens, zoals eenzaamheid (5). In de depressie-literatuur wordt veelvuldig verband gelegd tussen het optreden van depressieve klachten en het verlies van belangrijke mensen. Godderis wijst o.a. op dit verband in zijn artikel over depressie en ouderdom (6). Overigens moet hier direkt aan worden toegevoegd, dat de vanzelfsprekende associatie, die meestal gelegd wordt tussen eenzaamheid en ouderdom, ontzenuwd dient te worden. Royers (7) vermeldt, dat uit recente onderzoeken (waaronder die van De Jong-Gierveld) blijkt, dat leeftijd alleen nog geen eenzaamheid veroorzaakt: nauwelijks vier procent van de zelfstandig wonende Nederlanders van 55 jaar en ouder voelt zich volgens een CBS-onderzoek geregeld of altijd eenzaam.

Onverwerkte verbroken relaties geven aanleiding tot psychosociale problemen. Dijkhuis wijst op het bestaan van klusters van dergelijke problemen en rekent daar-

toe, naast het overspoeld worden door tegenstrijdige gevoelens, onzekerheid en stuurloosheid, ook eenzaamheidsgevoelens (8). Garssen e.a. noemen het belang van sociale steun voor het verminderen van psychosomatische klachten. Zij konkluderen, dat emotionele steun wel, maar praktische steun niet van belang is (9). En Zimbardo legt verband tussen geografische mobiliteit (verhuizingen), sociaal isolement en verlegenheid (10).

Existentiële eenzaamheid

Yalom (11) onderscheidt in zijn verhandeling over existentiële eenzaamheid drie vormen van 'isolation': *intrapersonal*, *interpersonal* en *existential*. Het Engels brengt deze drie begrippen bij elkaar wegens het gemeenschappelijke zelfstandig naamwoord. In ons taalgebied zal *intrapersonal isolation* niet snel met beide andere termen in verband gebracht worden. Het verwijst naar een door Freud beschreven afweermechanisme, dat met name bij dwangneurosen werkzaam is. Isolering houdt in, dat een onaangename ervaring wordt ontdaan van haar affekten en dat de associatieve verbinding met overige bewustzijnsinhouden wordt verbroken, waardoor de ervaring ontoegankelijk wordt voor het overige denken (11, p. 354).

Interpersonal isolation verwijst naar afzondering ten opzichte van anderen en wordt door Yalom zelf gezien als equivalent voor eenzaamheid in relationele zin (11, p. 353). Over deze vorm van eenzaamheid zegt hij niet veel. Hij constateert, dat interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid raakpunten hebben, dat ze op gelijke wijze kunnen worden ervaren (en dus met elkaar kunnen worden verward) en dat de ene vorm van eenzaamheid de andere kan maskeren.

Yalom's aandacht gaat uit naar *existential isolation*, dat in overeenstemming met het heersende taalgebruik zal worden vertaald met existentiële eenzaamheid. Hij omschrijft deze vorm van eenzaamheid als volgt: "*Existential isolation refers to an unbridgeable gulf between oneself and any other being. It refers to an isolation even more fundamental – a separation between the individual and the world*" (11, p. 355). Moustakas noemt existentiële eenzaamheid (ter onderscheiding van angst voor eenzaamheid) "*de onvermijdelijke, echte eenzaamheid van de oorspronkelijke ervaring*" (12, p. 46-57).

Het individu wordt onontkoombaar met deze vorm van eenzaamheid gekonfronteerd door het bewustzijn van zijn sterfelijkheid en door het zich realiseren van de eigen verantwoordelijkheid voor zijn bestaan. Yalom schrijft: "*It is the knowledge of 'my death' that makes me fully realise that no one can die with one or for one*" (11, p. 365). En: "*To the extent that one is responsible for one's life, one is alone*" (11, p. 357). Tot een soortgelijke konklusie komt Carp als hij verband legt tussen eenzaamheid, dood en schuld (4, p. 117 e.v.). Voor Carp zijn dood en eenzaamheid zelfs identiek (4, p. 118).

Existentiële eenzaamheid voert de mens, op momenten dat hij zich deze eenzaamheid ten volle bewust is, naar de rand van zijn bestaan. Tussen existentiële eenzaam-

heid en vervreemding bestaat een wisselwerking. Het een impliceert het andere. Yalom beschrijft, hoe door de konfrontatie met existentiële eenzaamheid de stabiele wereld van bekende objecten en instituties, van betekenisvolheid, desintegreert en de mens daarbij ontdeerd en angstig achterblijft. Deze gevoelens gaan volgens Carp samen met een verlies van geborgenheid en met een gevoel van verworpen zijn: *"De eenzame heeft de onuitvoerbare taak zich thuis te moeten gevoelen in 'Unheimlichkeit', daar het thuiszijn in de wereld van collectiviteit (das Man) een onmogelijkheid is. De eenzame heeft geen wereldbeeld waarheen hij kan gaan, als een dak boven het hoofd"* (4, p.117).

Angst voor eenzaamheid

"De angst voor eenzaamheid is het resultaat van een fundamentele breuk tussen wat men is en wat men probeert te zijn, een wezenlijke vervreemding tussen de mens en de mens, en tussen de mens en zijn natuur" (4, p. 37). Zo karakteriseert Moustakas de angst voor de eenzaamheid. Het gaat dan om de eenzaamheid van de zelfvervreemding en zelfverwerping. Uit angst voor echte, existentiële eenzaamheid levert de mens zijn authenticiteit, zijn integriteit in, konformeert hij zich en onderwerpt hij zich, aldus nog steeds Moustaka, in afhankelijkheidsrelaties. Yalom beschrijft uitvoerig hoe de angst voor existentiële eenzaamheid leidt tot "miscarried relationships" (11, p. 385). Bestaan-in-de-ogen-van-de-ander is een van de vormen van interpersoonlijke psychopathologie die ter vermindering van existentiële eenzaamheid kunnen worden ontwikkeld. Voortdurende bevestiging door anderen moet de paniek, die op de loer ligt, bestrijden.

Een andere vorm is "fusion" (11, p. 378), eenwording, versmelting. Voorbeelden hiervan zijn transvestitisme, mysticisme, konformisme en sadomasochisme. Maar ook de afhankelijke opoffering van zichzelf, het volledig leven voor en door de ander behoort tot deze categorie. Versmelting werkt eenzaamheid-eliminerend, doordat op radicale wijze het zelfbewustzijn wordt geëlimineerd. Onder de oppervlakte blijft de vraag naar het eigen zijn echter spelen, en het naar boven komen van deze vraag betekent in toenemende mate een dreigende konfrontatie met de eenzaamheid.

Een derde door Yalom genoemde vorm van pathologische relaties ter vermindering van existentiële eenzaamheid is dwangmatige seksualiteit. Er is geen sprake van werkelijke zorg voor de ander, van werkelijk contact met de ander, van wederzijdse uitwisseling van wat er in elk van de partners omgaat.

"Failed intersubjectivity"

De opvatting van De Jong-Gierveld over eenzaamheid is te kenschetsen als een "discrepancy-definition" (2, p.184). Wood bekritiseert deze vorm van definiëren, omdat in deze visie de ervaring wordt opgedeeld in termen van de verschillende functies van relaties. Zij stelt voor de essentie van eenzaamheid te definiëren als "failed intersubjectivity" (3, p. 188). Onder "intersubjectivity" verstaat zij: "de wederkerige ver-

standhouding welke enerzijds karakteristiek is voor en anderzijds voortvloeit uit een interactie waarin sprake is van fenomenologisch bewustzijn door 'social actors' van elkaars onafhankelijke subjectieve leefwereld, een bewustzijn dat berust op gemeenschappelijkheid van vanzelfsprekende betekenissen" (3, p. 188). Essentieel in haar visie is, dat het bij eenzaamheid niet zomaar gaat om het ontbreken van intersubjectiviteit, maar om het *mislukken* van het tot stand brengen ervan.

Wood geeft hier een interessante visie op eenzaamheid, omdat zij met het concept "failed intersubjectivity" een brug tracht te slaan tussen interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid. Haar visie vertoont overeenkomsten met hetgeen Carp over eenzaamheid zegt. Deze vergelijking wordt vollediger, als we in ogenschouw nemen, dat volgens Wood "failed intersubjectivity" tevens verwijst naar een gevoel van afzondering van anderen en naar de moeilijkheid voor eenzamen hun ervaringen te beschrijven: "*They cannot articulate failed intersubjectivity precisely because it encompasses the unarticulated, the taken-for-granted*" (3, p. 189). Tegelijkertijd met een mogelijke verbinding tussen existentiële en interpersoonlijke eenzaamheid verliest haar opvatting evenwel aan waarde, omdat ze de essentie van eenzaamheid ontoegankelijk maakt voor onderzoek. Aangezien volgens haarzelf intersubjectiviteit (en dus "failed intersubjectivity") niet kan worden opgesplitst in konstituerende elementen, is tevens operationalisering van dit konsept tot een probleem geworden. Ook hier dringt zich een vergelijking met Carp op: "*... over eenzaamheid kan de wetenschap niets zeggen, daar de mens van eenzaamheid niets kan weten*" (4, p. 7). Carp erkent natuurlijk wel, dat er over eenzaamheid iets te zeggen valt, maar dat kan volgens hem slechts op analoge wijze als men bijvoorbeeld kan spreken over dood en onsterfelijkheid, welke onvoorstelbaar zijn.

De poging van Wood om interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid onder een noemer te brengen is niet als geslaagd te beschouwen. "Failed intersubjectivity" zegt namelijk niets over de oorzaak (oorsprong) van eenzaamheid of over de mogelijke noodwendigheid ervan. Juist op deze punten lopen de visies op beide vormen van eenzaamheid uiteen. Verder blijft het onderscheid, wellicht door de poging deze dilemma's te overstijgen, binnen haar omschrijving van "failed intersubjectivity" bestaan. Als we dat spoor volgen, doet bovendien de vraag op, of Wood wel een beschrijving van existentiële eenzaamheid geeft. Het onderdeel van haar omschrijving, dat ons inziens hiertoe een poging inhoudt, is het *ontbreken* van fenomenologisch bewustzijn door 'social actors' van elkaars onafhankelijke subjectieve leefwereld (ten gevolge van falen), hetgeen precies het tegendeel is van existentiële eenzaamheid. Vooralsnog lijkt het dan ook beter interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid van elkaar te onderscheiden en beide in hun konsekventies en onderlinge verband te onderzoeken.

Interpersoonlijke versus existentiële eenzaamheid

Relaties lijken ook bij existentiële eenzaamheid van fundamenteel belang. Maar hier treden ze niet naar voren als de kern van het probleem, zoals bij interpersoonlijke een-

zaamheid, doch als (inadekwate) oplossing voor het probleem. Dit is een van de meest wezenlijke verschillen. De relatie is daarnaast bij tijd en wijle ook hun ontmoetingsplaats. Immers, pathologische relatievormen ter vermindering van existentiële eenzaamheid brengen in het contact, dat er wel is, een gemis voort aan kwaliteiten in de relatie (zoals werkelijke zorg voor elkaar), die de relationele eenzaamheid zouden kunnen opheffen. Tegen "failed intersubjectivity" als bindend element tussen beide vormen van eenzaamheid zijn bezwaren in te brengen. Maar "intersubjectivity" als zodanig blijkt nu wel als norm voor gezonde, vervullende relaties te kunnen gelden. De prijs voor een gezonde relatie is de confrontatie met existentiële eenzaamheid. Een tweede verschil tussen interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid is dat de eerste in principe oplosbaar is, terwijl existentiële eenzaamheid hoogstens schijnbaar kan worden ontvlucht. Soms houden mensen dat laatste hun leven lang vol, maar vreemding is daarvan het gevolg.

Interpersoonlijke eenzaamheid en hulpverlening

Wanneer voor het verwerken van eenzaamheidsproblematiek een beroep wordt gedaan op de hulpverlening, is het laatste verschil van doorslaggevend belang in de wijze van benaderen. Eenzaamheid is te verhelpen, zegt De Jong-Gierveld (2, p. 299). Dat geldt dan voor interpersoonlijke eenzaamheid. Zij suggereert zelf, waar het gaat om een oplossing van psychische aard, dat hulp gericht moet zijn op het accepteren van de eigen situatie, waarna nieuwe contacten en/of zinvolle bezigheden kunnen worden gezocht.

Meer aandacht krijgt bij De Jong-Gierveld het persoonlijke netwerk van sociaal-emotioneel ondersteunende relaties. Bij eenzaamheid verdienen laag-geïstitutionaliseerde vormen van hulpverlening de voorkeur. Daarbij moeten we denken aan zelfhulp-groepen en vrijwilligersorganisaties. Deze zijn door hun lage graad van institutionalisering nog het meest vergelijkbaar met de persoonlijke netwerken. Verder dienen deze organisaties het bestrijden van eenzaamheid niet expliciet in hun vaandel te dragen, ter voorkoming van stigmatisering en stereotypering. Deelname aan zinvolle activiteiten, die tevens mogelijkheden bieden voor het leggen van contacten kunnen als neveneffect eenzaamheidsbestrijding tot gevolg hebben. Alsdus De Jong-Gierveld.

In de psychotherapie is er, als het gaat om interpersoonlijke eenzaamheid, min of meer bij toeval, sprake van een soortgelijke indirecte benadering. Eenzaamheid wordt meestal behandeld als aspect van andere problemen. Een voorbeeld hiervan is de behandeling van verlegenheid, zoals Zimbardo (10) voorstelt. Voor het ontwikkelen van sociale vaardigheden maakt hij gebruik van adviezen en technieken uit de wereld van de assertiviteitstrainingen (10, p. 187 e.v.). Naast deze gedragstherapeutische benadering op het nivo van het sociale handelen tracht Zimbardo, eveneens met gestructureerde technieken, zelfinzicht en zelfwaardering te bewerkstelligen.

Een dergelijke benadering sluit uitstekend aan bij de persoonlijkheidskenmerken,

welke door De Jong-Gierveld worden gesignaleerd als eenzaamheidsbevorderend. Sociale angst, introversie en een negatief zelfbeeld korreleerden positief met eenzaamheid (2, p. 222 e.v.).

Existentiële eenzaamheid en hulpverlening

Existentiële eenzaamheid en angst voor eenzaamheid lijken eerder te vragen om benaderingen, die geschikt zijn voor zelf-exploratie en emotionele verwerking. Voor Yalom is niet de existentiële eenzaamheid het therapeutisch probleem, maar het vermijden ervan middels pathologische relatievormen, of het niet kunnen aksepteran van de existentiële eenzaamheid, waardoor onnodig lijden ontstaat.

Therapie kan existentiële eenzaamheid niet wegnemen, net zomin als partners of vrienden dat kunnen. Wel kan de ervaring van existentiële eenzaamheid gedeeld worden met anderen. Yalom schetst enkele therapeutische stappen voor het benaderen van eenzaamheidsproblemen. In de eerste plaats dient de cliënt zicht te krijgen op wat hij doet met anderen. In het licht van deze taak suggereert Yalom een zekere voorkeur voor groepstherapeutische behandeling (ter onderscheiding van individuele therapie). Van belang is, dat de cliënt er in slaagt te komen tot "self-disclosure", tot het doen van mededelingen over zijn innerlijke gevoelens en gedachten.

De tweede belangrijke stap die Yalom schetst is de therapeutische manoeuvre, welke hij "isolation confrontation" (11, p. 397 e.v.) noemt. Het gaat hier om het creëren van een situatie, waardoor de cliënt in staat wordt gesteld zijn eenzaamheid ten volle te beleven. Yalom noemt twee voorbeelden: feitelijke afzondering en meditatie. Voor een verantwoorde confrontatie is nodig, dat er sprake is van een ondersteunend systeem, dat is afgestemd op de noden van de cliënt.

Eenzaamheid en levensbeschouwelijke organisatie

Het Humanistisch Verbond heeft in meerdere opzichten de mogelijkheid en de taak een bijdrage te leveren aan het voorkomen of verwerken van eenzaamheid. Daar wordt ook een en ander aan gedaan. Geestelijk verzorgers komen veel met eenzaamheidsproblemen in aanraking. En het humanistische vormingswerk levert een indirecte, maar belangrijke bijdrage.

Waarom heeft het Humanistisch Verbond hierin een taak? In zekere zin is het humanisme te beschouwen als een eenzaamheidsinducerende levensfilosofie. Van groot belang in het humanistisch denken zijn de existentialistisch-getinte ideeën over eigen verantwoordelijkheid en zelfbepaling, alsmede de nadruk, die gelegd wordt op de rede als het menselijk vermogen, waarop men zich wil baseren in de benadering van mens en wereld. Dit heeft zijn doorwerking naar de omgangskultuur in het Humanistisch Verbond. Ik zou deze cultuur willen karakteriseren als een cultuur van "individualiserend rationalisme".

Mensen, die in sociaal opzicht redelijk functioneren, kunnen in deze cultuur goed uit de voeten. Voor hen is voldoende, dat aspecten als verbondenheid, solidariteit, en

helpende zorg voor anderen gestalte krijgen in de maatschappelijke activiteiten van het Humanistisch Verbond en in de vorm van de geestelijke verzorging. Dit verheelt echter niet, dat op verenigingsnivo deze aspecten onvolledig tot hun recht komen. In slechts geringe mate lijkt het Humanistisch Verbond een bijdrage te leveren aan wat De Jong-Gierveld noemt *"het persoonlijk netwerk van sociaal-emotioneel ondersteunende relaties"* (2, p. 300) van individuen. Levensbeschouwelijke organisaties verliezen een belangrijk deel van hun zeggingskracht, als ze er niet in slagen voor gelijkgezinden méér te zijn dan een ontmoetingsplaats waar visies worden uitgewisseld en overgedragen. Het vormingswerk op het nivo van de gemeenschappen biedt voor het Humanistisch Verbond een uitgelezen mogelijkheid haar sociale steunfunctie gestalte te geven. Voorwaarde voor het slagen van gemeenschapsopbouw is evenwel continuïteit, en afstemming van het aanbod van thematieken op potentiële deelnemers. Naast het vormingswerk is het vrijwilligerswerk een middel bij uitstek om mensen in hun eigen situatie te benaderen en te steunen. Dit alles ligt in de lijn van wat De Jong-Gierveld konkludeert inzake het verhelpen van eenzaamheid: *"Wanneer de kring van relevante anderen niet beschikbaar blijkt of niet in staat is tot voldoende hulp en ondersteuning zullen anderen, uit een wat wijdere omgeving, (aanvullend) nodig zijn. Het beste alternatief dat dan beschikbaar is, is dat op het laagst geïnstitutionaliseerde niveau, waaronder zelfhulp-groepen en vrijwilligers-organisaties"* (2, p. 301). Zij voegt hier een advies aan toe: *"In het algemeen verdienen binnen deze laag-geïnstitutionaliseerde vormen van hulpverlening die contactvormen de voorkeur, die het doel van eenzaamheidsbestrijding niet expliciet in hun vaandel hebben geschreven"* (2, p. 301).

Eenzaamheid en geestelijke verzorging

Zoals reeds werd opgemerkt komen geestelijke verzorgers veel met eenzaamheidsproblematiek in aanraking. De situaties, waarin ze werken (ziekenhuizen, gevangenissen, kazernes, bejaardenoorden), roepen deze problematiek in versterkte mate op. Interpersoonlijke en existentiële eenzaamheid worden hun daarbij evenwel niet gescheiden aangeboden, maar verschijnen eerder als een kluw, verstrengeld en met elkaar verward. Het onderkennen van de relatie tussen beide en van hun onderscheid hoort tot de deskundigheid van de geestelijke verzorger.

Betreffende interpersoonlijke eenzaamheid behoren geestelijk verzorgers soms tot de weinige mensen met wie de cliënt (wekelijks of dagelijks) een meer dan functioneel contact heeft. Tevens kunnen geestelijk verzorgers de cliënt in contact brengen met anderen, binnen de instelling of daarbuiten. Het eerste gebeurt onder andere in gespreksgroepen. Bij het verlaten van de instelling dienen geestelijk verzorgers als contactpersoon, als steun bij de eerste stappen in de buitenwereld na het verblijf van de cliënt in de instituten, waar ze waren opgenomen of ondergebracht. Het aksent van hun begeleiding zal zich richten op het helpen van de cliënt, opdat deze zijn feitelijke situatie onder ogen kan zien en emotioneel kan verwerken. Daarnaast kan de cliënt

worden geholpen met het exploreren van de mogelijkheden tot bevredigend contact, die voor hem in die situatie open liggen. Geestelijke verzorging kan dus een bijdrage leveren aan het voorkomen, verwerken en verhelpen van interpersoonlijke eenzaamheid.

Bij existentiële eenzaamheid ligt de zaak anders. Opmerkelijk is, dat De Jong-Gierveld over existentiële eenzaamheid zegt, dat in haar onderzoek "deze in gesprekken met eenzame en niet-eenzame mensen niet te achterhalen (is). De meeste ondervraagden kunnen zich weinig voorstellen bij deze vorm van eenzaamheid. Expliciet daarnaar gevraagd, zegt men in te stemmen met de gedachte dat de mens uniek is, maar dat deze uniekheid gekoppeld zal zijn aan existentiële eenzaamheid wordt niet bewust ervaren" (2, p. 37). Dit geluid contrasteert sterk met dat van Yalom en anderen.

Voor dit verschil zijn verschillende redenen te bedenken. Als we er van uitgaan, dat existentiële eenzaamheid meer is dan een hol begrip en verwijst naar bepaalde ervaringen, dan is één mogelijkheid, dat het besef van existentiële eenzaamheid in belangrijke mate geïnspireerd wordt door het hebben van een voor deze ervaring relevante visie op het menselijk bestaan. Dit houdt tevens in, dat existentiële eenzaamheid niet als directe reactie op situaties opduikt (zoals verdriet, vrolijkheid, boosheid), maar een bewerking van ervaringen is, die wel een sterke emotionele component in zich draagt.

Geestelijk verzorgers kunnen een bijdrage leveren aan het benoemen en ontdekken van deze vorm van eenzaamheid, opdat de cliënt zijn eigen situatie en reacties daarop beter kan begrijpen en in overeenstemming daarmee kan handelen. Het besef van existentiële eenzaamheid kan, hoe pijnlijk de ervaring op zichzelf ook is, de cliënt helpen te stoppen met het blinde zoeken naar oplossingen voor iets dat niet op te lossen is. Het hebben of verwerven van een levensvisie waarbinnen existentiële eenzaamheid haar plaats heeft is voor verwerking en akseptatie noodzakelijk. Geestelijk verzorgers zijn daartoe bij uitstek toegerust.

Geraadpleegde literatuur

1. M.W.H. Steemers-van Winkoop, *Eenzaamheid. Voorrecht voor een enkeling, noodlot voor velen*. Assen 1986.
2. J. de Jong-Gierveld, *Eenzaamheid. Een meersporig onderzoek*. Deventer 1984.
3. L.A. Wood, Loneliness. In: R. Harré (ed.), *The Social Constructions of Emotions*. Oxford 1986, p. 184-208.
4. E.A.D.E. Carp, *Eenzaamheid. Schets ener antropologische psychiatrie*. Utrecht 1964.
5. J. Oxford, *The social psychology of mental disorder*. Harmondsworth 1976.
6. J. Godderis, *Depressie en de ouder wordende mens*. In: Tijdschrift voor Psychiatrie 25, 1983/5, p. 303-332.
7. Th. Royers, *Oud maar niet eenzaam*. In: Intermediair, 22e jrg. 43, 24-10-1986, p. 23-27.
8. J.H. Dijkhuis, *Verbroken relaties en psychotherapie*. In: Tijdschrift voor Psychiatrie 23, 1981/3, p. 163-174.
9. B. Garssen, P.J.G. Schreurs, T.I. Oei en F.M. Zwart, *Sociale steun en depressieve klachten*.

In: Tijdschrift voor Psychiatrie, 27, 1985/8, p. 552-564.

10. Ph. G. Zimbardo, *Verlegenheid*. Baarn 1977.

11. I.D. Yalom, *Existential Psychotherapy*. New York 1980.

12. C.E. Moustakas, *Eenzaamheid*. Baarn 1961.

Jan Hein M. Mooren (1948) is docent psychologie en psychopathologie aan het HOI. Verder is hij voorzitter van de Commissie Geestelijke Verzorging in ziekenhuizen van de Nationale Ziekenhuisraad. Publicaties:

(met Elly Abas) "*Ontmoetingsgroepen*". In: Rekenschap, december 1977.

"*Geestelijke verzorging in ziekenhuizen*". In: Ontzuilde zorg – Ontzielde zorg?, NcGv-reeks 65, Utrecht 1984.

"*Van geestelijke tot professional*". In: Praktisch Humanisme, NVVV/Brussel en HOI/Utrecht 1986.

Eenzaamheid

Realiteit, literair motief, filosofisch probleem

Marcel F. Fresco

In het onderstaande wordt de hypothese geopperd dat eenzaamheid als subjectieve realiteit waarschijnlijk universeel menselijk is, maar dat de objectieve omstandigheden die het tot een veelvoorkomend verschijnsel en daarmee ook tot een filosofisch probleem maken, zich pas sedert ongeveer de 18de eeuw voordoen. Daardoor wordt het mogelijk aan de literatuur ontleende illustraties te geven van subjectieve eenzaamheidsbeleving in het toen uitzonderlijke geval van de uit de gemeenschap gestotene, terwijl in de tweede helft van dit artikel eenzaamheid als filosofisch probleem aan de orde komt.

Subjectieve ervaring

Eenzaamheid is een *subjectieve* ervaring. Je kunt je heel eenzaam voelen in een grote menigte als je – terecht of ten onrechte – meent geen enkele binding te (kunnen) hebben met die om je heen golvende massa. De een zal er beter tegen kunnen dan de ander alleen te zijn. Iedereen heeft momenten dat hij zich graag terugtrekt. Sommigen trekken zich zelfs uit de gemeenschap terug, hoewel zij eronder lijden, uit trots, opstandigheid, gebrek aan zelfvertrouwen en wat niet al. Maar het gevoel van geborgenheid, tot een groter geheel te behoren, niet alleen te staan: het lijkt een algemeen menselijke eigenschap hieraan behoefte te hebben.

Dan wordt eenzaamheid een probleem. Wat bedoel ik hier met probleem? Dat er een situatie is waaraan iets moet worden veranderd, iets moet worden gedaan. Invloed van psychologische aard bijvoorbeeld kan helpen, doodgewoon een gesprek met een vriend die je doet beseffen dat je niet zo eenzaam bent als je dacht. Zit het in je melancholische natuur ingebakken of heb je ernstige traumatische ervaringen gehad, dan baat het gesprek met de vriend niet blijvend, dan kan *misschien* psychotherapeutisch er iets aan worden gedaan, misschien ook niet. Voor zover het aan de inrichting van de samenleving ligt, waarover beneden iets meer, kan wellicht een diagnose omtrent die samenleving de eerste stap zijn om mensen zich minder eenzaam te laten voelen; alleen, hier gaat het niet meer om subjectieve beleving door individuen, maar om het scheppen van gunstige voorwaarden. Men kan het probleem eenzaamheid nog van diverse andere kanten benaderen, ook van een filosofische.

De constatering dat er ingegrepen moet worden: om eenzaamheid weg te nemen of althans te verminderen, is een waardeoordeel, normaal gesproken een ethisch oordeel. Eenzaamheid is een van de factoren (en misschien in toenemende mate een belangrijke factor) waardoor mensen zich ongelukkig voelen. En vrijwel iedereen is het

erover eens dat het gewenst is dat, voor zover het maar enigszins is te vermijden, mensen (én dieren) zich niet ongelukkig voelen.

Gaat het om mensen, dan komen die onderdelen van de filosofie die zich specifiek en in engere zin met de mens bezig houden in het geding: wijsgerige antropologie, sociale en politieke filosofie, cultuurfilosofie enz. Die leveren samen met de empirische positieve menswetenschappen het materiaal op grond waarvan aan ethische uitspraken, als boven gedaan, praktische consequenties kunnen worden verbonden. Zij immers analyseren en formuleren de grondslagen en uitgangspunten meer expliciet dan de wetenschappen het zelf doen. En bij het trekken van conclusies – de laatste schakel vóór de praktische consequenties – komt de wijsgerige waardenleer aan bod. Wellicht is het ook een waakhondfunctie van filosofische reflexie op ongewenste neveneffecten te letten, de prijs die je betaalt om een op zichzelf waardevol doel – in dit geval het bestrijden van tot zich ongelukkig voelen leidende eenzaamheid – naderbij te brengen.

Objectieve omstandigheden

Of je je eenzaam voelt of niet, mag dan een subjectieve zaak zijn, dat neemt niet weg dat *objectieve* omstandigheden een belangrijke rol hierbij spelen. In feite is dit boven ook al gezegd. Tot die omstandigheden behoort ook zeker de cultuursituatie waarin men verkeert. Zelfs het verdriet van de ongelukkig verliefde, die misschien zelfs eenzaam door de natuur dwaalt, vol verlangen naar het voorwerp van zijn hartstocht, zoals we dat al duizenden jaren in de literatuur vinden: van het oude Egypte via sommige van Theokritos' 'Herderszangen' en het Middeleeuwse "Egidius, waar bestu bleven? Mi langt na di, gheselle min ..." tot op de huidige dag – zelfs dat verdriet dat ons universeel lijkt, is misschien toch meer cultuurgebonden dan we wellicht denken.

Een hypothese die hier zal worden geopperd en geïllustreerd is deze: dat in culturen in het verleden, waarin de samenleving nog veel hechter was (en vaak ook homogener), toen een culturele eenheid nog niet kon worden geanalyseerd ("zergliedert" zegt de brave Kant het zo duidelijk) in afzonderlijke sociale, politieke, religieuze en andere aspecten, maar de *polis* of *clan* dit alles nog in zich verenigde, eenzaamheid zich minder frequent en in ieder geval ook anders voordeed. Als dit juist is, komt eenzaamheid dan ook pas in een vrij laat stadium als filosofisch probleem aan de orde. Dan beperkt het verschijnsel zich vrijwel tot het extreme geval van de *out-cast* in letterlijke zin, tot degene die buiten de geborgenheid van de polis of clan is gestoten. En – in een enkel geval – tot iemand die zich als zodanig beschouwt of zich willens en wetens zelf terugtrekt. Dit zou inhouden dat eenzaamheid als psychologische realiteit en daardoor ook als literair motief zich al vroeg voordoet – temeer misschien doordat het relatief uitzonderlijk is –, maar niet als filosofisch probleem. Dat er vroeger en elders kluizenaars en pilaarheiligen zijn (geweest), maakt ze voor het *probleem* eenzaamheid, zeker filosofisch gezien, nog niet relevant.

Als zodanig zou het dan pas de aandacht van filosofen opeisen in een tijd waarin de

samenleving begint te desintegreren, individuen tot atomen worden, vooral dus sedert de in de achttiende eeuw beginnende secularisatie, die juist de laatste decennien in een land als het onze een niet eerder gekende omvang heeft aangenomen. Aangezien het Nederlandse Humanisme (dat in de achttiende eeuw veel van zijn wortels heeft) deze secularisering enerzijds verwelkomt, hebben humanisten wellicht een extra verplichting om over neveneffecten als atomisering en eenzaamheid na te denken.

De out-cast.

Als eerste illustratie het verhaal van Adrastos, een *short story* te vinden bij Herodotos ($\pm$ 484-424 v. Chr.).¹ Door de schitterende literaire uitwerking, die ook het subjectief beleven prachtig doet uitkomen, laat dit verhaal zien dat de out-cast, de buiten de gemeenschap gestotene, de enige werkelijk eenzame was. Het is ingebed in de geschiedenis van de op zichzelf historische, maar ook legendarische koning Kroisos (Croesus) van Lydië in Klein Azië (6e eeuw v. Chr.). Bij Herodotos volgt het verhaal van Adrastos onmiddellijk op de vermoedelijk niet historische ontmoeting tussen deze rijkste man ter wereld en de wijze Griek Solon, die niet bereid was te zeggen dat Kroisos met al zijn schatten ook gelukkig was: vóór zijn dood kun je niemand gelukkig prijzen. Zoals bekend zou het met Kroisos slecht aflopen.

De Adrastos-episode geeft het eerste van een hele reeks onheilen die de koning zullen overkomen. Kroisos droomt dat de kroonprins Atys door een stalen speer(punt) zal sterven. De vader neemt – net als in het sprookje van Doornroosje, waarin immers alles wat met spinnen te maken heeft van het prinsesje wordt weggehouden – alle denkbare voorzorgsmaatregelen, arrangeert snel een huwelijk voor Atys en weigert hem, hoewel tot nu toe een dapper krijgsman en succesvol jager, te laten meegaan als een naburig volk hulp komt vragen bij de jacht op een monsterlijk everzwijn dat de akkers grote schade toebreacht.

Intussen was Adrastos aan het Lydische hof gekomen. Deze Phrygische prins had bij een noodlottig ongeluk ongewild de dood van een broer veroorzaakt. Zijn morele onschuld deed destijds niet terzake. Zijn aanwezigheid was een smet op (heel letterlijk!) en dus een gevaar voor de samenleving. Het *feit* van het bloedvergieten was het enige wat telde en hij werd uitgestoten. Kroisos voltrekt het (magische) reinigingsritueel aan Adrastos en neemt hem gastvrij op.

Om zijn dankbaarheid te tonen biedt Adrastos aan, speciaal om Atys te beschermen, mee ter jacht te gaan. Atys had aangevoerd dat een everzwijn, hoe gevaarlijk ook, toch geen handen had om een speer te gooien. Na Adrastos' aanbod zwicht de koning. De jagers vinden de ever, sluiten hem in en werpen hun speren op het beest; ook Adrastos. Hij mist de ever en treft Atys. Zo wordt de droom vervuld. Opnieuw is Adrastos een schuldeloze moordenaar. Hij smeekt de koning ook hem te doden, maar Kroisos, hoe opstandig ook tegen het noodlot, voelt voor de ongelukkige alleen medelijden: "Nee, Adrastos, niet U bent schuldig, een god heeft het zo gewild." Atys' begrafenis vindt plaats, allen gaan weg, Adrastos blijft: "Adrastos, de zoon van Gordias

de zoon van Midas, die man die de moordenaar van zijn broer was geworden én de moordenaar van (de zoon van) degene die hem ritueel gereinigd had, sloeg toen het stil was geworden om het graf, in het besef dat hij van de mensen die hij kende zelf het meest zwaar door het lot was getroffen, op het graf de hand aan zich zelf." Aldus in zwakke vertaling Herodotos' slotzin.

Deze korte parafrase kan niet duidelijk maken hoe Herodotos de onvermijdelijke gang van het noodlot bij mensen die het goede willen en alles doen om het lot af te wenden voelbaar maakt, maar laat misschien wel zien hoe de trieste verlatenheid van de out-cast tot ondraaglijke geestelijke eenzaamheid kan worden. Adrastos' ervaringen zijn te traumatisch dan dat Kroisos' grootmoedige vriendschap baten kan.

Sophokles (± 495-406) was persoonlijk bevriend met Herodotos. In diens tragedies vinden wij ook eenzaamheid. Zelf heb ik ooit geprobeerd² een ogenschijnlijke inconsequentie in de houding van Antigone in het gelijknamige stuk mede te begrijpen door haar (subjectieve, maar niet alleen subjectief bepaalde) gevoel van volstrekte eenzaamheid. Volgens haar tegenspeler koning Kreon plaatst zij zich met haar beroep op de ongeschreven wetten van Zeus, die haar gebieden haar landverraderlijke broer te begraven tegen het decreet van de (zeker in eigen ogen de *polis* vertegenwoordigende) koning in, geheel buiten de burgergemeenschap. Bijzonder schrijnend is aan het eind van het stuk de tragiek van Kreon zelf: allen zijn gestorven, meestal door zijn schuld; hij leeft, maar is volkomen eenzaam. Opnieuw blijkt dat al vroeg eenzaamheid een ondraaglijk ongeluk kan zijn.

In een andere tragedie van Sophokles vinden wij de eenzaamheid van Aias (dankzij Nederland *all over the world* meer bekend als Ajax). Het geval ligt anders. Het is ten dele zelfgekozen dat hij buiten de gemeenschap komt te staan. Hij hanteert in hoge mate de erecode van een *shame culture*.³ Het verhaal is bij Homeros al bekend. Het gaat hierom: als in de strijd om Troje Achilleus, de dapperste van alle Grieken, is gesneuveld, komen diens wapens toe aan de dapperste nog levende; dat is Aias. Maar Odysseus is slimmer en krijgt gedaan dat ze hem worden gegeven. Aias is zodanig in zijn eer getast dat hij in een vlaag van waanzin de Griekse aanvoerders probeert te vermoorden. Door de godheid verblind raast hij alleen tegen een kudde schapen. (Terzijde: men ziet hoe vele eeuwen later dit motief getransformeerd kon worden door Cervantes!). Hij was door de beslissing over Achilleus' wapens al buiten de gemeenschap geplaatst, zo voelde hij het althans: als de waanzin hem verlaat, voelt hij zich ten tweede male en nu definitief buiten elke gemeenschap staan. De liefde van zijn vrouw, de aanwezigheid van een zoontje, de trouw van zijn soldaten, niets mag baten. De enige uitweg om zijn eer niet nog verder te verliezen is zelfmoord. Een tachtig à negentig jaar voordat Sophokles zijn *Aias* schreef, namelijk omstreeks 530 v. Chr., maakte Exekias een vaas, het pronkstuk van het museum in Boulogne sur Mer. De schildering op deze amfora toont de volslagen trieste eenzaamheid van Aias op het moment dat hij het zwaard in de grond steekt om zich er in te storten, ook voor de mens van onze tijd voelbaar.

Juist bij Sophokles blijkt Aias uiteindelijk niet een out-cast. De Griekse opperbevelhebber wil hem een begrafenis ontzeggen, precies zoals Kreon die aan Antigone's broer had geweigerd. Maar Teukros, Aias' broer, komt in het tweede gedeelte van de tragedie met klem en tenslotte ook met succes op voor de eer van Aias en voor diens eervolle begrafenis. Daarmee wordt hij na zijn dood uitdrukkelijk als tot de gemeenschap behorend erkend. Maar het subjectieve gevoel van eenzaamheid en tekort gedaan zijn verlaat hem niet. Ook in de onderwereld – zo al bij Homeros in het elfde boek van de *Odysee* – weigert hij Odysseus te ontmoeten.

Atomisering

Het ervaren van eenzaamheid, het eraan te gronde gaan lijkt duidelijk niet tot onze tijd beperkt, maar boven is de hypothese geopperd dat eenzaamheid als niet uitzonderlijk geval en dus ook als zich voor wijsgerige reflexie aanbiedend probleem pas werkelijk voorkomt in de Westerse wereld sedert de secularisatie, sedert de atomisering waardoor het individu alleen komt te staan en zelfs de familieband is verslapt. Men zou zich kunnen afvragen of niet ook de ontworteling van negerslaven die gedwongen werden onder erbarmelijke omstandigheden in een ander werelddeel te trachten te overleven een kras geval van eenzaamheid toont – ik geloof het zeker, al was er soms (mogelijkheid tot) saamhorigheid –. Men zou zich verder kunnen afvragen of in de Ontwikkelingslanden de vervanging van kleinschalige landbouw door grootschalige tot een dusdanig buiten spel zetten van de vrouw leidt dat ook hier zich het probleem eenzaamheid voordoet – mijn persoonlijke mening is ook hier dat dit het geval is –, maar ik dien mij te beperken.

Binnen het kader van dit artikel begint het filosofische probleem dus pas in de tijd van rationalisme en Verlichting, in de achttiende eeuw. Dat is de tijd waarin de feodale hiërarchie verzwakt, de bourgeoisie haar rechten opeist, de tijd kortom van het verdwijnen van de patriarchale verhoudingen – die wij misschien als in strijd met de menselijke waardigheid principieel afwijzen, maar die in haar bloeitijd wél het voordeel van zekerheid, vertrouwdheid en geborgenheid kon bieden en vaak bood: je wist waar je stond, van wie je bescherming kon verwachten, al werd je in die verwachting soms teleurgesteld. Dat is de tijd dat men in de ethiek het nastreven van het eigen geluk en het behandelen van een mens alleen als middel (voor het eigen geluk of voordeel) niet meer accepteert, maar juist het grootste geluk van het grootste aantal belangrijk gaat vinden of een Kantiaanse kategorische imperatief gaat verkondigen. Er zit ogenschijnlijk een paradox in deze ontwikkeling. 'Goed leven' opvatten als 'zelf gelukkig leven' is al een oude gedachte, maar dat geluk als individu alleen in zichzelf zoeken en niet in de samenleving vinden, dat is een variant in de ethiek die juist volledig tot ontplooiing komt in die tijd dat al eens eerder de samenleving – althans voor de ontwikkelde elite – een versnippering, een atomisering vertoonde. Ik bedoel in de tijd van de grote Hellenistische koninkrijken na Alexander de Grote en in het Romeinse keizertijd. Als lid van de gemeenschap was er voor het individu geen taak meer wegge-

legd: de koning of keizer had alle macht over de onderdanen. Daardoor ontwikkelden degenen die hun levensovertuiging in de filosofie zochten – en dat was die kleine 'elite' – een dergelijke 'egocentrische' ethiek, terwijl de grote massa heil vond in de vaak uit het Oosten binnenkomende godsdiensten en mysteriën, zoals het christendom of de Isisdienst, die het heil voor allen beloofden die zich in hun rituelen lieten inwijden.

De achttiende eeuw, de tijd ná Lodewijk de Veertiende, is een periode van verlichte despoten. Je zou dus opnieuw een dergelijke, filosofisch nooit verdwenen, egocentrische ethiek kunnen verwachten. Vermoedelijk ligt een groot deel van de verklaring voor het feit dat dit niet het geval is, daarin dat de Derde Stand zoveel krachtiger was geworden. Bovendien zit er in de achttiende eeuw (bij mensen als Helvétius, zelfs Bentham) in het nastreven van het grootste geluk voor het grootste aantal een flinke portie 'egoïsme via een omweg'.⁴ Mijn persoonlijke veronderstelling⁵ is dat een niet meer zich machteloos voelende, ook numeriek talrijke burgerij om een andere ethiek gaat vragen. In de tijd van de Hellenistische rijken en het Romeinse keizerrijk was er – zo is boven beweerd – géén massale secularisatie; massaal is die er ook in de achttiende eeuw nog niet en buiten Nederland ook anno 1987 maar sporadisch; zij is echter krachtig genoeg om van de filosofische ethiek te wensen dat deze de lacune opvult, nu de homogene eenheid waarin sociale, politieke, religieuze én morele aspecten (inclusief gedragsregels, normen) ongescheiden waren of althans psychologisch zo nauw verbonden dat het voor een schaarse enkeling slechts een probleem kon opleveren, verdwenen is.

Verantwoordelijkheidsethiek

De geborgenheid en het houvast gingen langzaam maar zeker verloren en de filosofische ethiek nam de taak van Staat-en-Kerk over. Het wordt nodig naast 'vrijheid' en 'gelijkheid' ook 'broederschap' in het revolutionaire vaandel te schrijven. In de negentiende eeuw zal blijken dat de formele vrijheid en de formele gelijkheid zozeer de overhand krijgen dat de broederschap, tegenwoordig meestal 'solidariteit' genoemd, door de socialisten, 'Utopische' socialisten evengoed als Marx en marxisten, extra moest worden beklemtoond. Daarin ligt besloten waarop in de eerste paragraaf werd bedoeld. Het wordt wenselijk of noodzakelijk de samenleving zo te structureren dat de voorwaarden voor menselijk geluk, menselijk welzijn worden geschapen. Daarbij speelt de individualisering, het gevaar voor eenzaamheid een toenemende rol. Dat is juist een van de punten waarop de moderne samenleving en haar voorlopers ons in de steek laten.

In dit licht kan men, dunkt me, ook de nadruk begrijpen die de moderne ethiek op de verantwoordelijkheid, vooral gezien als de verantwoordelijkheid tegenover de medemens, legt.⁶ Dit neemt in theorie en zelfs een beetje in de praktijk een mondiaal karakter aan, maar de problemen van het pure overleven zijn elders nog zo groot dat wij in dit opzicht aan het probleem eenzaamheid nog niet toekomen. Wel in onze Westerse samenleving. Juist de Westerse mens kan bijzonder alleen zijn. De verzorgingsstaat

doet in beginsel veel aan materiële verbetering van het lot van mensen en dat is prachtig – al kunnen er ongewenste bijverschijnselen optreden, maar daarover gaat het hier niet –, alleen aan de eenzaamheid van een individu kan hij, gezien de aard van het verschijnsel, niet veel doen. Kan de politieke of sociale filosofie hier helpen? Richting gevend kan zij zijn. De wereld moet niet alleen verklaard worden, maar ook veranderd.⁷ Akkoord, maar er kan niet genoeg op worden gehamerd dat niet elke verandering een verbetering is, zelfs niet als wij haar 'vernieuwing' noemen. Je moet trachten na te gaan in welke richting je moet en kunt veranderen, neveneffecten trachten te voor-



J.P. Sartre

zien. Maar nogmaals, dit alles levert alleen het streven naar gunstige voorwaarden, kan het probleem van eenzaamheid niet oplossen, evenmin als een antwoord zijn voor andere factoren die menselijk geluk in de weg staan.

Voor de meeste filosofen van de twintigste eeuw spreekt het helemaal niet meer vanzelf dat de wereld of de samenleving een geordend geheel is. Integendeel de steentjes van het mozaïek liggen wild door elkaar heen en passen niet op elkaar. Het is zelfs de vraag of ze met de beste wil van de wereld nog tot een 'passend' geheel kunnen worden gemaakt. Als men spreekt van "Ich und Du", dan wordt dat een vraag, een verlangen, een eis, het tegendeel van een feitelijke constatering. Kras is het hoe de Amerikaanse theoloog Harvey Cox⁸ zich bij de feiten neerlegt, de atomisering aanvaardt. Hij ziet er geen been in het een relatie inhoudende 'Thou' (Bubers 'Du') door een nuchter en vrijblijvend 'you' te vervangen, waarin alle acceptering van de eenzaamheid en de wederzijdse vreemdheid, de reductie tot alleen maar vluchtige omgang met anderen is verdisconteerd. De ander is nauwelijks meer dan een ding geworden, tot een "objet", zoals Sartre het zou noemen.

Sartre

In het Franse filosoferen van na de Tweede wereldoorlog overheerst ook veelal het aanvaarden van eenzaamheid, impliciet: als blijkbaar onontkoombaar. Maar hier moet men toch belangrijke nuanceringen aanbrengen. Sommigen – Albert Camus om slechts hem te noemen – vechten tegen deze absurditeit. Mensen zouden elkaar moeten verstaan, maar in een toneelstuk als *Le malentendu* (Het misverstand) lukt het maar al te slecht en waar hij een positiever geluid laat horen, klinkt als het ware de aarzeling mee.

Het is niet bij toeval dat ik weer bij de (toneel)literatuur terecht kom. Velen, misschien wel de meesten van diegenen die het filosofisch gezicht van Frankrijk zo tussen 1945 en 1965 hebben bepaald, schreven ook (filosofische) toneelstukken, soms ook romans. De niet alleen in dit opzicht meest bekende is natuurlijk Jean-Paul Sartre (1905-1980). Zijn existentialisme moet zeker zorgvuldig van de Duitse existentiële filosofie worden onderscheiden, maar dat neemt niet weg dat het denken van mensen als Husserl, Heidegger en de aan hen voorafgaande Nietzsche zware slagschaduwen over het Franse denken heeft geworpen. Veelzeggend is het volgende in Nederland waarschijnlijk nauwelijks bekende feit. In 1942 promoveert de Belgische filosoof A. de Waelhens in Leuven op een proefschrift *La philosophie de Heidegger*. Uiteraard baseert hij zijn heldere en kritische analyse nog voor een groot deel op *Sein und Zeit* (1927), lange tijd het boek van Heidegger. Sartre is dan nog een tamelijk onbekend man: als filosoof zal hij zijn eerste faam verwerven met zijn in 1943 (!) gepubliceerde *L'être et le néant*, al had hij voordien pas later naar waarde geschat filosofisch werk geschreven (en nadien natuurlijk eveneens). Ook de 'existentialistische' toneelstukken, zoals *Les mouches* (1942!), dateren bijna alle van na 1942. Maar de Waelhens had de vinger aan de pols. In een appendix citeert hij vrij uitgebreid uit Sartres roman *La nau-*

sée (naar ik meen in het Nederlands vertaald als 'Walging', een niet erg nauwkeurige vertaling, maar ik weet ook geen adequate weergave). De citaten uit deze roman van 1938 leidt De Waelhens (p. 367) zo in:

Ik wil hier graag een bladzijde uit de filosofische roman van Jean-Paul Sartre, La nausée, citeren die met een niet te evenaren kracht en duidelijkheid de ervaring tot uitdrukking brengt die voor de hele filosofie van Heidegger centraal is. De lezer zal aan bepaalde wendingen die vrijwel letterlijk aan het taalgebruik van Heidegger zijn ontleend opmerken dat Sartre zich van deze overeenkomst volledig bewust is. (Vertaling van MFF).

En dan volgt met weglatingen een citaat dat zich over vijf bladzijden uitstrekt en precies die moderne absurdistische eenzaamheidsbeleving weergeeft die tot die *nausée* leidt. Heidegger en Sartre ontdekken beiden het niet-authentieke, door Heidegger het "men" genoemd, beiden durven ze geen ethiek aan, wensen hun oproep om authenticiteit niet als zodanig geïnterpreteerd te zien, al accepteert Sartre wel dat Simo-



M. Heidegger

ne de Beauvoir kort na het verschijnen van *L'être et le néant* doet wat hij niet doet: zij vat zijn ethische opvattingen in een tweetal werkjes samen waarvan het tweede de veelzeggende titel draagt: *Pour une morale de l'ambiguïté*.⁹

Over Sartre nog twee of drie opmerkingen. Ten eerste, hij tilt zo zwaar aan de eenzaamheid dat hij de (morele?!) verantwoordelijkheid in zijn *L'être et le néant* buiten alle proporties en redelijkheid opblaast (p. 639 e.v.): Alles wat er ter wereld gebeurt is mijn verantwoordelijkheid, mijn beslissing. Dat is de vrijheid waartoe – zoals hij elders zegt – de mens gedoemd is: "*l'homme est condamné à être libre*". Al heeft het dit bij Sartre zelf niet gedaan, men hoeft maar aan zijn optreden in 1968 te denken, dit kan tot immobilisme leiden, tot de houding van, aangezien ik tot het onmogelijke niet ben gehouden, doe ik helemaal niets.

Voorts, in 1944 heeft hij het existentialisme een humanisme genoemd, tijdelijk weliswaar, maar het heeft het humanisme in Frankrijk geen goed gedaan. Antihumanisme is troef in het huidige Frankrijk, waar men natuurlijk zoals overal ter wereld tegen de idolen van gisteren aanschopt. Zonder het Franse woord 'humanisme' met datgene wat er in Nederland onder wordt verstaan geheel gelijk te stellen, moet men erkennen dat o.a. die stroming die wij tegen de wens van de vertegenwoordigers ervan 'structuralisme' noemen, wel degelijk ook in onze ogen vaak een antihumanistische tendens bevat. De mens als recente uitvinding, gedoemd snel weer te verdwijnen, of beter: eigenlijk alweer verdwenen (Foucault), dat is niet een gedachte erg geschikt om het probleem van de eenzaamheid filosofisch te lijf te gaan. Dat hoeft ook niet, zou de Amerikaanse behavioristische psycholoog en hervormer Skinner eraan toevoegen: menselijke waardigheid e.d. zijn maar ballast. Je kunt de mens gemakkelijker zo conditioneren dat hij zich happy voelt zonder dat. Merkwaardig is dat dergelijke mensen vaak in hun praktijk erg geëngageerd zijn, ondanks en tegen hun theorie in. Als structuren het enig belangrijke, ja het enig werkelijke zijn en de mens niets, waarom zou je je dan nog druk om hem maken?

Tenslotte heeft Sartre zich uitgebreid met de 'ander' bezig gehouden. De blik van de ander, waarover hij ook in *L'être et le néant* al uitvoerig schrijft, is fataal, maakt rampzalig eenzaam. In zijn toneelstuk *Huis clos* (eigenlijk ook weer onvertaalbaar: 'gesloten deuren' met toespeling op niet openbare rechtszitting) wordt het krachtig samengevat: "*De hel dat zijn de anderen*".

Humanistisch antwoord?

Dit is heel troosteloos en de enige "opening in muur van wereld" die een ander, een geliefd wezen, kan bieden, zoals Dèr Mouw, een evenzeer als Sartre om verlossing uit eenzaamheid worstelende Nederlandse dichter het uitdrukt,¹⁰ is blijkbaar door religieus filosoferen gegeven. Wij kwamen Buber al even tegen en nu denk ik natuurlijk aan E. Lévinas. Voor hem begint alle ethiek pas in de relatie met de ander, ja eigenlijk pas met de Ander. Het is indrukwekkend, maar meer een oer-intuïtie dan een werkelijk beargumenteerd filosofisch standpunt.

Staat een humanistisch filosoof dan met lege handen? Ik weet het niet, maar ik ben geneigd in de geest van Sartre te zeggen: De mens is wat hij er zelf van maakt. Of ons bestaan zin heeft, weet ik niet. In een absolute betekenis van het woord betwijfel ik het zelfs heel sterk, maar er is een *zingeving* mogelijk. Het behoort, dunkt me, tot de onbewezen en onbewijsbare, maar onbetwistbare humanistische uitgangspunten dat het zinvol is het leven en het leed van een ander, dus ook zijn/haar eenzaamheid ernstig te nemen. Dat kan hij dus niet goed beargumenteren en in zoverre staat hij niet sterker dan Lévinas, maar hij kan er zinvol door leven en wellicht daardoor het leven van anderen zin geven. Dat geldt voor andere problemen, dat geldt voor het probleem eenzaamheid zeker niet in de laatste plaats. Het heeft er immers alle schijn van dat Aristoteles gelijk heeft met zijn standpunt dat de mens een gemeenschapswezen is; modern getransponeerd kunnen we daarvan maken: de mens kan, doordat hij een *zôion politikon* is, zich alleen in een gemeenschap werkelijk tot volledig mens ontplooiën.

Protagoras, een tijdgenoot van Herodotos en Sophokles, heeft meer gedaan dan de stelling poneren dat de mens de maat van alle dingen is. Hij zegt bijvoorbeeld ook dat hij niet weet of er goden bestaan. Dat probleem is te duister, vindt hij. Modern gezegd: het is een vergelijking met te veel onbekenden. Hij kan dus geen sociale ethiek op de Ander bouwen, zoals Lévinas en in feite ook Buber en menige (moderne) theoloog. Toch verkondigt hij die en waarschijnlijk is hij de eerste die dit in een demokratisch, misschien mag ik zelfs zeggen: in een humanistisch perspectief doet. Zijn theorie is indirect overgeleverd, namelijk door Plato, en die komt in het kort hierop neer: de mens kan met al zijn technische vaardigheden wel zijn gebrek aan natuurlijke bescherming (warme pels) en andere middelen om te overleven (klauwen enz.) compenseren, maar dat is niet genoeg. Als hij niet twee essentiële sociale deugden, *aidôs* en *dikè*, respect voor de medemens en rechtvaardigheidszin, heeft, kan hij niet werkelijk overleven. Dan krijg je de later door Hobbes ons dreigend voorgehouden 'oorlog van allen tegen allen'. Dus postuleert Protagoras de aanwezigheid van deze beide eigenschappen als van nature bij (bijna) alle mensen aanwezig. Die enkeling die deze sociaal noodzakelijke eigenschappen mist, moet dan ook als een "pest" buiten de samenleving worden gestoten.

Of Protagoras gelijk heeft, dat kunnen we natuurlijk niet bewijzen, maar ik meen wel dat wij vanuit een humanistische visie zijn postulaten mogen en moeten overnemen. Niet in een preromantische illusie dat de mens van nature 'goed' is, maar wel dat hij goed genoeg is om met andere mensen samen te leven. Dan hebben we ook zonder de 'Ander' voldoende grond om ons om de ander te bekommeren. Dan hebben wij een wijsgerig-antropologische basis om eenzaamheid, verlies van verbinding met de gemeenschap als een heel belangrijke factor met betrekking tot de aantasting van menselijk welzijn te beschouwen. En daarin ligt dan een – typisch humanistische? – reden om tegen eenzaamheid van mensen te vechten.

Noten

1. D.F.W. van Lennep, 'Herodotos als *short story*-schrijver'. In: *Een smekeling op een cocktail-party*. Amsterdam 1971, p. 24 e.v. Van Lennep, een zeer erudiet, te weinig bekend essayist en filoloog, gaat hier overigens uitvoeriger in op een ander bij Herodotos voorkomend geval van totaal isolement, het zelf gekozen lot van Lykophron, die zijn vader Perian-dros, koning (tyrannos) van Corinthé, de dood van zijn moeder niet kan vergeven. Men leze Van Lennep en natuurlijk Herodotos zelf.
2. M.F. Fresco, 'Zijn er specifieke methoden voor bepaalde geesteswetenschappen?' In: J. Ruytinx en M. Gysens-Gosselin (red.), *Acta van het interfacultair colloquium over multidisciplinariteit, interdisciplinariteit en transdisciplinariteit in de mens- en natuurwetenschappen*. Brussel 1975, p. 237 e.v. Voor Antigone het slot: p. 248-253. (Dit artikel is licht gewijzigd eveneens gepubliceerd onder de titel 'Zijn er specifieke methoden voor "kunstwetenschappen" zoals de literatuurwetenschap?' In: *Spektator* jrg. 4, nr. 9/10, p. 556 e.v. Over Antigone zie p. 564-567.)
3. 'Shame Culture' wordt tegenover 'Guilt Culture' geplaatst door Ruth Benedict in *The Chrys-anthem and the Sword*. Zie ook M.F. Fresco, 'Universaliteitspretentie versus pluralisme?' In: H. Philipse en A. Soeteman (red.), *Flores debitorum Opstellen over Ethiek en Recht Aangeboden aan R.A.V. van Haersolte*. Zwolle 1984, p. 117-132, vooral p. 128-131.
4. Zo ongeveer heb ik het genoemd in mijn artikel 'John Stuart Mill, een genuanceerd utilist'. In: *Wijzgerig perspectief* jrg. 13, nr. 5 (mei 1973), p. 241-263.
5. Zie M.F. Fresco, 'Sociale verantwoordelijkheid, centraal thema in de moderne moraal'. In: M.F. Fresco (red.), *Vrijheid, verantwoordelijkheid en wetenschap* (eeuwfeestsymposium R.U.L.), Leiden 1976, p. 5-14, waar meer embryonaal dezelfde stelling al wordt geopperd.
6. J. de Graaf neemt zelfs verantwoordelijkheid op in de definitie van ethiek. Hoe sympathiek ik er verder ook tegenover sta, dit lijkt me principieel en historisch onjuist.
7. Toen ik een jaar of twintig geleden aan een bevriende dominee vroeg, wie dit wel gezegd zou hebben, was het verrassende antwoord: "Zou het van John Kennedy zijn?"
8. Harvey Cox, *The Secular City*, London 1965.
9. Soms vertaal ik titels niet, gewoon omdat ik geen aanvaardbare vertaling weet te bedenken. Hier zou 'Voor een moraal van de dubbelzinnigheid' zeer ongelukkig zijn.
10. J.A. der Mouw, *Volledig dichtwerk*, Amsterdam 1986, p. 364.

Marcel F. Fresco (1925) is bijzonder hoogleraar vanwege de Stichting Socrates aan de RU Leiden. Leeropdracht: wijsgerige antropologie en de grondslagen van het humanisme. Verder is hij ere-president van de Association Internationale des Professeurs de Philosophie. Voornaamste publicaties:

De dichter der Mouw en de Klassieke Oudheid (dissertatie), Amsterdam 1971 (1972).
Socrates, zijn wijzgerige betekenis, Assen 1983.
Filosofie en kunst, Assen 1987.

Eenzaamheid, het nauwste punt van de zandloper

Albert Nieuwland

Eenzaamheid wordt dikwijls als een diep onaangenaam gevoel van alleen-zijn of verlatenheid beschreven.¹ In deze vorm komt het in onze maatschappij veel en in toenemende mate voor. Algemeen wordt eenzaamheid als "*één van de ernstigste sociale problemen van onze samenleving*" beschouwd (De Jong-Gierveld, p. 13). Eenzaamheid is een alledaags verschijnsel, waarover iedereen kan meepraten. Velen kennen het uit eigen ervaring en regelmatig wordt het in de media, in films en in de literatuur aan de orde gesteld. Ook zijn er vanuit verschillende invalshoeken talloze studies over eenzaamheid geschreven. De bibliografie van een recent verschenen proefschrift omvat zo niet minder dan 53 bladzijden! (Steemers, p. 273). In dit artikel geef ik eerst enkele min of meer willekeurig gekozen voorbeelden van hoe vanuit verschillende invalshoeken de eenzaamheidsproblematiek op verschillende niveaus in kaart gebracht en begrepen kan worden. Vervolgens schets ik een kader, waarbinnen de verschillende benaderingen hun plaats krijgen, en tenslotte geef ik aan, hoe dat het geval is met de hulpverlening.

Eenzaamheid als individualiteit

Allereerst zijn er de meer *filosofische* studies waarin auteurs zich al reflecterend over eenzaamheid in een bepaalde denktraditie plaatsen. Zo benadert F. van Raalten zijn onderwerp wijsgerig-antropologisch, in de fenomenologische en existentialistische traditie. Hij gaat uit van de individualiteit als hoogste beginsel in ons cultuurgebied en stelt dat eenzaamheid identiek is aan individualiteit, de verhouding van de mens tot zichzelf. Ieder mens die zichzelf bewust is, is in wezen eenzaam. In die zin vult hij Descartes' uitspraak "*ik denk dus ik ben*" aan tot "*ik denk over mijzelf en ik ben eenzaam*" (Van Raalten, p. 26).

Van Raalten beschrijft de verschillende pogingen die de mens met zijn denkend bewustzijn onderneemt om die – wat wel genoemd wordt – *existentiële eenzaamheid* via communicatie te doorbreken. Maar noch tot zijn lichaam, noch tot het natuurgebeuren, noch tot de andere mens kan hij blijvend doordringen. "*Zolang zich communicatie voordoet, wordt de eenzaamheid opgeschort en deze opschorting wordt door de communicerenden als een grote verzachting ervaren voor het leed dat hun door de eenzaamheid wordt aangedaan*" (Van Raalten, p. 130).

In dit tragische beeld van de uiteindelijk heel eenzame in zijn eigen denkende bewustzijn opgesloten mens zal niet iedereen zich direct herkennen – of willen herken-

nen.² Zo is Hans Achterhuis van mening: *"Je hoeft geen dogmatisch marxist te zijn om te constateren dat bij van Raalten de wereld op zijn kop staat. Het wezenlijk eenzame bewustzijn wordt als het uitgangspunt van alle hedendaagse maatschappelijke verschijnselen gezien"* (Achterhuis). Hij bekritiseert het idealistische karakter van van Raaltens opvattingen en ziet eenzaamheid als verschijnsel dat *"ingebed is in en bepaald wordt door steeds veranderende historisch-materiële verhoudingen"*.

Van Raalten en Achterhuis hebben allebei gelijk. Ze reflecteren beiden weliswaar over eenzaamheid, maar vanuit verschillende denktadities en op verschillende niveaus van het bestaan. Van Raalten beschrijft in de fenomenologisch-existentialistische traditie eenzaamheid vanuit het bewustzijn van een naoorlogs westers mens, Achterhuis wil haar "objectiever" vanuit de marxistisch-structuralistische hoek benaderen. Ik snap eigenlijk niet dat Achterhuis niet dik tevreden is. Vanuit zijn standpunt zijn Van Raaltens opvattingen toch een prachtig voorbeeld van die van een van zijn omgeving en zichzelf "vervreemd" mens! Maar filosofen blijven liefst strikt inhoudelijk redeneren. Dit is dan ook zowel de kracht als de zwakte van filosofische studies. Mits zorgvuldig geconcipeerd en logisch-consistent doordacht zijn ze zonder meer "waar", bezitten ze geldigheid, bieden ze juiste interpretaties van menselijke waarnemingen en ervaringen – maar op een beperkt gebied. De grenzen van hun geldigheid worden gevormd door uitgangsperspectief en bereflecteerde bestaansnivo's door de filosoof gekozen.

Een punt, dat hiermee samenhangt, maar waarop ik helaas hier niet verder kan ingaan, is de vraag bij welk publiek en waarom bepaalde studies over eenzaamheid zo aanslaan; dat geldt ook voor kunst en literatuur met eenzaamheid als thema (denk bijv. aan Edvard Munch resp. Gerard Reve). Een volgende vraag is welke categorieën mensen zich meer of minder eenzaam voelen en welke psychologische en sociologische oorzaken dat heeft, waarmee we op meer empirisch terrein zijn aangeland.

Eenzaamheid als ziekte en als meetbare factor

Psychologische studies onderzoeken het verband tussen karakterstructuur, persoonlijkheidskenmerken, opvoeding, e.d. aan de ene kant en het optreden van gevoelens van eenzaamheid aan de andere. Auteurs uit de psychoanalytische school zoals Gregory Zilboorg en Frieda Fromm-Reichmann zoeken de oorzaak ervan in emotionele verwaarlozing tijdens de vroege kinderjaren. Een op zich normale primair-narcistische oriëntatie wordt daarmee gekoppeld aan een ervaring van de wereld als vijandig, waardoor de weg naar de ander geblokkeerd kan worden. Ernstige vormen van eenzaamheid kunnen zonder meer een ziekte genoemd worden, waarvoor therapeutische behandeling nodig is (Zilboorg en Fromm-Reichmann zoals weergegeven in: Steemers, p. 72–75).

Psychoanalytische studies moeten trouwens niet verward worden met werken die een min of meer "therapeutisch" doel hebben, zoals de bekende boeken over eenzaamheid van de psychiater E.A.D.E. Carp en de humanistisch-psycholoog Clark E.

Moustakas. Hierin worden lezers uitgenodigd via het volgen van de gedachtengang van de auteur zicht te krijgen op hun eigen eenzaamheid en de negatieve kanten ervan te overwinnen (Carp, Moustakas).

Van geheel andere aard zijn de meer gedragswetenschappelijke studies waarin bijv. eenzaamheid gemeten en in verband gebracht wordt met bepaalde persoonlijkheidskenmerken. Een negatief zelfbeeld, sociale angst en introversie zijn zo enkele kenmerken die eenzaamheid kunnen bevorderen, maar er ook het gevolg van kunnen zijn (De Jong-Gierveld, p. 222-236).

Bij alle psychologische onderzoeken gaat het nooit om meer dan het opperen van eenzaamheidsbevorderende houdingen. Op zich zijn bepaalde persoonlijkheidskenmerken e.d. nooit voldoende voor het ontstaan of blijven voortbestaan van gevoelens van eenzaamheid. Altijd is er ook sprake van een sociaal-culturele kontekst die eenzaamheidsbevorderend werkt.

Eenzaamheid als sociaal-cultureel fenomeen

Sociologische studies zijn in het algemeen in drie categorieën in te delen, naar het perspectief dat de auteurs ervan in hoofdzaak innemen. Men kan vooral kijken naar de sociale structuur, waarbinnen een fenomeen zich voordoet, naar de belevingswereld van betrokkenen en tenslotte naar de historisch-culturele kontekst (Buiks en Van Tillo, p. 81 e.v.).

Eerst de *structurele* kant. Welke sociaal-structurele omstandigheden geven een relatief grotere kans op eenzaamheid? Jenny de Jong — Gierveld komt in haar recente, uiterst zorgvuldige onderzoek tot de voor de hand liggende conclusie dat met name burgerlijke staat en leefvormen daartoe behoren. *"Ongehuwden en vooral gescheiden mensen, weduwen en weduwnaren zeiden vaker dat ze eenzaamheid ervaren dan gehuwden. Deze betekenis van burgerlijke staat wordt overschaduwd door de significante samenhang van leefvormen met eenzaamheid. Mensen die in een leefvorm zonder partner verkeren, maken een grotere kans eenzaam te zijn dan mensen die met een partner samenwonen"* (De Jong-Gierveld, p. 284).

Interessanter is dat ze enkele andere eveneens voor de hand liggende opvattingen over oorzaken van eenzaamheid weet te weerleggen: *"Leeftijd, het al of niet verrichten van betaalde beroepsarbeid en woonomgeving bleken – gecontroleerd voor leefvorm – geen significante samenhangen te vertonen met eenzaamheid. Daarmee zijn een aantal populaire stellingen over de nadelige invloed van de moderne woningbouw en verstedelijking vooralsnog verworpen"* (De Jong-Gierveld, p. 285). Ook weerlegt ze de vaak verkondigde opvatting dat buitenkerkelijkheid een grotere kans op eenzaamheid geeft. Ze vond zelfs – voor humanisten interessant – dat mensen die lid van een kerk geworden zijn een grotere kans op eenzaamheid lopen! Wat oorzaak en wat gevolg was kon ze helaas niet concluderen (Steemers, p. 141).

Via analyse van de *belevingswereld* van eenzame mensen probeert de fenomenologisch-socioloog William Sadler jr. het complexe fenomeen eenzaamheid in kaart te

brengen. Eenzaamheid vat hij op als het intense en pijnlijke gevoel van gemis van een fundamentele relatie. Hij onderscheidt vier opeenvolgende fasen, de oorzakelijke fase, de ervaring van eenzaamheid zelf, de (individuele en sociale) gevolgen ervan en de mogelijke wijzen van bevrijding eruit. Behalve deze fasen onderscheidt hij vijf dimensies van eenzaamheid. Men kan een concrete persoon missen (interpersoonlijke dimensie), men kan zich afgewezen voelen door de groep waartoe men graag zou willen behoren (sociale dimensie), men kan zich gescheiden voelen van de oude vertrouwde levensstijl en de eigen cultuur (culturele dimensie), men kan het contact met een universele orde en bron voor zingeving niet meer ervaren (kosmische dimensie) en men kan zich tenslotte van zichzelf vervreemd voelen (de psychologische dimensie die altijd samengaat met de andere vier). Therapie moet volgens Sadler rekening houden met zowel fase als dimensie van eenzaamheid. Ze bestaat uit het verschaffen van inzicht en het laten accepteren en mogelijk transformeren van de eenzaamheidservaring (Sadler zoals weergegeven in: Steemers, p. 69).

Verskillende schrijvers die eenzaamheid *cultuur-historisch* benaderen zijn het erover eens dat het alleen-zijn als apart fenomeen in West-Europa is opgetreden sinds de Renaissance. Het wordt in verband gebracht met het proces van individualisering dat op-



E. Munch

trad met de opkomst van een handeldrijvende in steden levende middenklasse van burgers die behoefte hadden aan een grotere mate van individuele vrijheid. Als geboortejaar van het sociale fenomeen alleen-zijn wordt wel het jaar 1346 genoemd, toen Francesco Petrarca zijn *De vita solitaria* schreef, waarin hij een pleidooi hield voor het recht op alleen-zijn en verdieping naast alle oppervlakkigheid van het drukke dagelijkse leven (Steemers, p. 8). In de Middeleeuwen stond het alleen-zijn in het licht van één-zijn met god, sinds de Renaissance werd het geseculariseerd en leidde het tot een verdiept besef van individualiteit. Dit was aanvankelijk de behoefte van een culturele elite en werd positief ervaren. In een later stadium tijdens en na de Verlichting werd individualisme voor brede lagen van de bevolking in de strijd om het bestaan die de opkomst van het kapitalisme meebracht, bittere noodzaak. Het ging gepaard met processen als industrialisering, verstedelijking en secularisering. Alleen-zijn was de zelfgekozen en positief gewaardeerde voorwaarde tot verdiept besef van individualiteit en persoonlijkheid. Maar dit alleen-zijn werd tot eenzaamheid als niet-gewild en onaangenaam symptoom van de vervreemding en zelfvervreemding van de moderne mens (Couwenberg).

Transpersoonlijk perspectief

Al deze brokstukken filosofie, psychologie en sociologie van de eenzaamheid wil ik nu met elkaar in verband brengen en gebruik daarbij het cultuurpsychologisch kader van Ken Wilber, vertegenwoordiger van de transpersoonlijke richting binnen de humanistische psychologie. In een vorig artikel heb ik dit kader geschetst n.a.v. de fasen waarlangs volgens hem het cultuurvormings- tevens bewustwordingsproces zich in de loop van de geschiedenis van de mensheid voltrokken heeft (Nieuwland, 1986). Dit keer maak ik gebruik van vergelijkbare fasen in het individuele bewustwordingsproces van mensen.

Bewustwording is volgens Wilber in feite het trekken van een mentale streep of grens door je totale ervaringsgebied. Alles wat aan de ene kant ligt voel of noem je "zelf", wat aan de andere kant van de grens ligt voelt als "niet-zelf" (Wilber, p. 10). In de loop van de geschiedenis van de Westerse mens – en dat proces is op microschaal terug te vinden bij het ontwikkelingsproces van ieder individu – is dat "zelf" steeds nauwer en nauwer omgrensd. Is er aanvankelijk sprake van een "oceanisch" gevoel van opgenomen-zijn in het geheel, later merken babies dat er een buitenwereld is die staat tegenover hun *lichaamszelf*. Zo leren ze bijv. dat er een verschil is tussen de zogende moederborst en de zuigende lippen. In de derde fase treedt de scheiding op tussen lichaam en geest en worden mensen zich als *ego* bewust dat ze een lichaam "hebben" en niet meer "zijn". Tijdens de vierde fase wordt het sociaal en persoonlijk niet-aanvaardbare als "schaduw" verdrongen door het aanvaardbare deel, de *persona*, het bewuste zelfbeeld als het – qua fase – meest vernauwd bewustzijn van het individu. Van hieruit is volgens Wilber echter weer groei mogelijk. Mensen ervaren dat hun persona, hun zelfbeeld te nauw is geworden, dat ze meer mogelijkheden

tot hun beschikking hebben dan ze ooit hadden gedacht. Ze kunnen stap voor stap alle afgesplitste delen van hun oer-zelf weer tot zich toelaten, tot verruiming van hun bewustzijn komen en "transpersoonlijke" (boven de persona uitstijgende) fasen van het bewustwordingsproces binnentreden. Freud zou dit "regressie" noemen, terugval naar kinderlijke stadia. Regressie naar "voorpersoonlijke" fasen kan inderdaad voorkomen volgens Wilber, maar is iets anders dan "progressie" naar transpersoonlijke fasen. Hierin blijft de individuele persoonlijkheid aanwezig, niet alleen als persona, maar aangevuld met de afgesplitste delen van het bewustzijn.

Ideologie van de eenzaamheid

Wilbers ontwikkelingsmodel van de menselijke persoonlijkheid gebruiken we nu als kader voor de reeds genoemde studies over eenzaamheid. Van Raaltens opvattingen blijken een mooi voorbeeld van denken vanuit de meest vernauwde bewustzijnstoestand van de mens, de persona. Van Raalten erkent dit en waardeert het zelfs positief. Hij wijst erop dat het woord persoon afkomstig is van het Latijns per-sona, letterlijk het *masker* waar de stem van de toneelspeler doorheen klinkt. Hij onderscheidt masker van *mombakkes* (Latijn: larva), het carnavalsmasker dat iemand depersonaliseert. *"De mens als masker typeert hem als individu. Zijn individualiteit bestaat daaruit dat hij gemaskerd is, dat wil zeggen niet onmiddellijk toegankelijk. Men zou de metafoor van het masker ook voor communicatie kunnen gebruiken en wel in die zin, dat communicatie betekent het afleggen van het masker en iemand onmiddellijk toegang verlenen tot zichzelf"* (Van Raalten, p. 23). Van Raalten ziet de persoon als eindpunt en bekroning van het groeiproces van individuatie, een proces dat concepten als vrijheid, verantwoordelijkheid, privacy en intimiteit opleverde maar daarentegen ook eenzaamheid. Het is onomkeerbaar; ook al zou de volgroeide persoon willen, hij kan niet "teruggroeien" naar zijn verleden van geborgenheid, waarnaar hij in al zijn eenzaamheid wèl naar hunkert. *"Wie een individu is geworden, is dat geworden als geestelijk wezen en als zodanig ziet hij zichzelf in zijn principiële eenzaamheid. Hij weet dat hij alleen staat en als hij geconfronteerd wordt met de wereld in al haar gevaarlijke en overmachtige aspecten, biedt hij weerstand aan de verleiding om zijn individualiteit op te geven en steun en bescherming bij anderen te zoeken en daardoor het gevoel van eenzaamheid en machteloosheid te boven te komen"* (Van Raalten, p. 37).

Nog twee laatste voorbeelden van hoe van Raalten zich in zijn individualistische persona-denken isoleert en uitgangen en daarmee transpersoonlijke groeimogelijkheden verspert. *"We kunnen wel vreugde beleven aan de natuur, we kunnen ons daarin verliezen, maar dan vervaagt ons bewustzijn in het besef zelf een deel van de natuur te zijn. Komt het tot zichzelf, dan merkt het hoe eenzaam het is"* (Van Raalten, p. 63). *"Sommigen zoeken hun troost in de religie, anderen in drugs, weer anderen in een Aziatische meditatie of andere obscuriteiten. (...) Ze zijn vormen van resignatie en leveren geen bijdrage tot de ontwikkeling van de individualiteit"* (Van Raalten, p. 26).

Ik heb Van Raalten zo uitvoerig geciteerd omdat hier in optima forma de ideologie

van de burgerlijke eenzaamheid beleden wordt. Existentiële eenzaamheid is echter geen basisgegeven van de mens als totaal, maar kenmerk van de persona als denkend deel van de mens (naast andere delen als intuïtie, gevoel en lichamelijkheid). Het is een filosofisch concept waarmee de gevoelens van eenzaamheid van mensen die denken slechts persona te zijn aangeduid en verklaard worden. Het gevaar bestaat dat daarmee de tragiek en de absurditeit bestendigd wordt van de bewustzijnsvernauwing, waar onze samenleving trouwens alle aanleiding toe geeft.

Een dergelijk bezwaar geldt ook psychoanalytici als Zilboorg en Fromm-Reichmann voorzover ze eenzaamheid als een individueel probleem zien. Vanuit hun praktijk met psychiatrische patiënten komen ze tot de conclusie dat eenzaamheid een ziekte is waarvoor therapie nodig is. Ze zien niet dat eenzaamheid ook een sociaal fenomeen is. Niet alleen mensen die in hun vroege kinderjaren emotioneel verwaarloosd zijn ervaren de wereld als vijandig. In feite is onze samenleving voor ieder individu vijandig, gebaseerd als ze is op het concurrentie- en prestatieprincipe. In ruime zin genomen zou men eenzaamheid met recht een "ziekte" van onze samenleving kunnen noemen waarvoor "therapie" nodig is. Therapie ook breder dan gewoonlijk opgevat als: hulpverlening bij het proces van heelwording, bewustwording, bewustzijnsverruiming. Deze zal er niet zozeer op gericht zijn eenzaamheid op te heffen als wel de angst ervoor.

Angst voor eenzaamheid

Hiermee sluiten we aan bij wat de humanistisch psycholoog/therapeut Moustakas met zijn studie over eenzaamheid beoogt: mensen ertoe te brengen door hun existentiële eenzaamheid volledig te accepteren de *angst* ervoor te overwinnen. Deze angst kan zich op velerlei manieren uiten, in agressiviteit, cynisme, wantrouwen en het vermijden van situaties van alleen-zijn. Maar juist het bewust "*doormaken van een periode van eenzaam-zijn geeft het individu de gelegenheid onaangeroerde capaciteiten en bronnen aan te spreken en zichzelf op een volkomen unieke manier te realiseren*". Het brengt "*nieuwe dimensies van het zelf tot bewustzijn, nieuwe schoonheid, nieuwe kracht tot menselijk mededogen, en een ontzag voor de kostbare natuur van elk ademend ogenblik*" (Moustakas, p. 18).

Moustakas schetst een optimistischer beeld dan Van Raalten. Beiden erkennen ze het bestaan van existentiële eenzaamheid, ze verschillen in opinie over de bronnen die aangeboord kunnen worden wanneer de angst voor eenzaamheid overwonnen is. De oorzaken van dit verschil liggen ten eerste in de aard van hun studies: Van Raalten als filosoof beschrijft, Moustakas als psychotherapeut probeert te veranderen. Een tweede oorzaak ligt in de gekozen richting: Van Raalten is een vertegenwoordiger van het Europese (levensbeschouwelijk-humanistisch getinte) existentialisme, Moustakas van de Amerikaanse stroming van de humanistische psychologie. Een derde reden lijkt me in de aard van het beestje te liggen. Dit brengt ons tot de psychologische en sociologische factoren die meespelen bij het fenomeen eenzaamheid.

Eenzaamheid en religiositeit

De Jong-Gierveld heeft aangetoond dat er significante relaties bestaan tussen een aantal persoonlijkheidskenmerken en sociale omstandigheden enerzijds en het optreden van gevoelens van eenzaamheid anderzijds. Tot echt nieuwe inzichten komt ze met haar gedragswetenschappelijke aanpak nauwelijks. Dat mensen zonder partner een grotere kans op eenzaamheid hebben lijkt voor de hand liggend. Toch heeft ze zoals gezegd een aantal andere gangbare opvattingen weten te weerleggen, zoals de wijdverbreide mening dat leeftijd een rol speelt bij eenzaamheid. Minutieus onderzoek als dat van De Jong-Gierveld blijft dus noodzakelijk. In dit verband is het jammer dat zij – verbonden aan de Vrije Universiteit – het verband tussen eenzaamheid en religiositeit niet heeft onderzocht. Ze zegt wel dat het er "*alle schijn*" van heeft dat in onze samenleving religie een minder belangrijke rol speelt bij de zingeving van het leven dan sociale relaties (De Jong-Gierveld, p. 297). Ze lijkt onder religie slechts de betrokkenheid bij een kerkgenootschap te verstaan en komt in haar onderzoek tot de conclusie dat er geen significante samenhang met eenzaamheid bestaat (Steemers, p. 141). Religiositeit is echter een ander en veel breder begrip. Het duidt gevoelens aan van ontzag voor en verbondenheid met de totaliteit van het bestaan (Van Praag, p. 185).³ Gemis aan religiositeit kan tot eenzaamheid leiden en er de "kosmische dimensie" van vormen, in de woorden van Sadler jr.

Het zou interessant zijn te onderzoeken of en in hoeverre eenzaamheid in het algemeen samenhangt met religiositeit. Een volgende vraag kan zijn in hoeverre gevoelens van eenzaamheid eventueel te overwinnen zijn via moderne ongodsdienstige "humanistische" vormgevingen van religiositeit, zoals die tot uiting komen in allerlei hedendaagse bewegingen zoals de milieu-, vredes-, vrouwen- en New Agebeweging.

Eenzaamheid en hulpverlening

Op eenzaamheid als ernstig sociaal probleem heeft onze samenleving gereageerd met een brede baaierd van soorten hulpverlening. Van laagdrempelige gratis toegankelijke instuifavonden "voor iedereen" tot aan langdurige en kostbare therapieën voor de *happy few*. Bij de eerste zal lang niet iedere eenzame zich thuisvoelen, tot de tweede niet kunnen doordringen. Het is maar goed dat er tussen beide een uitgebreide scala van andere mogelijkheden ligt. Zoals we gezien hebben zijn er vele vormen van eenzaamheid en vele vormen van angst en andere hinderpalen bij het aangaan en continueren van bevredigende sociale relaties. Wanneer we het kader van Wilber nogmaals gebruiken en aanvullen met enkele dimensies van Sadler jr. kunnen we tot de volgende indeling komen:

Er is hulpverlening die mensen (weer) in contact probeert te brengen met wat ze van zichzelf niet (willen) zien: hun *schaduw*; er is hulp die mensen zich hun *lichamelijkheid* (weer) laat voelen. Men kan mensen oefenen in het contact leggen met *anderen*, in het opbouwen van een vriendenkring, in het verdiepen van relaties. Men kan mensen bewust laten worden dat ze behoren tot een bepaalde *cultuur* (met alle eigenaardigheden

vandien), maar ook historisch gezien tot één *mensheid*. Men kan ze tot het besef proberen te brengen dat ze een uiterst cruciaal deel uitmaken van de *natuur* als dynamisch systeem van evenwichten. Men kan ze tenslotte helpen de bron van hun zingeving te (her)vinden en zich opgenomen te weten in de *totaliteit* van het bestaan.

De verschillende soorten hulpverlening zijn niet zo gescheiden als het hier wellicht lijkt. Hulpverlening (incl. *preventie*) functioneert pas goed als ze één systeem vormt, waarin soepel ingespeeld kan worden op de verschillende behoeften van cliënten. Hierbij speelt het Humanistisch Verbond als sociaal-geëngageerde levensbeschouwelijke organisatie een bescheiden maar belangrijke rol. In aanvulling op al bestaande hulpverlening doet het op allerlei nivo's een *laagdremkelig* aanbod in de vorm van individuele geestelijke verzorging, humanistisch vormingsonderwijs en allerlei soorten vormingswerk, zoals gespreks-, praat-, droom- en ontmoetingsgroepen, cursussen en trainingen. Deze zouden nog uitgebreid kunnen worden met groepen gewijd aan lichaamswerk, dans, meditatie, ontmoetingen met andere culturen, e.d. Meer dan nu zouden activiteiten gecentreerd kunnen worden rondom eenzaamheid, bijv. in een projectvorm.

Eenzaamheid en levensstijl

Eenzaamheid als sociaal probleem zal altijd wel blijven bestaan. Het is de keerzijde van de medaille der individualisering, een proces dat iedere samenleving in verandering vroeg of laat doormaakt. Eenzaamheid zal zo in andere culturen mede om deze reden een steeds groter probleem worden. Maar ook in onze samenleving zal het nooit definitief uit de wereld geholpen kunnen worden. Steeds nieuwe lagen van de bevolking raken geïndividualiseerd; daarbij is het een proces dat steeds weer door ieder individu opnieuw als existentiële crisis doorgemaakt wordt. Wat wel kan veranderen is de *levensstijl* van een samenleving. Deze kan het mensen makkelijker maken tot die crisis te komen en haar te doorleven in plaats van te ontkennen. Er kunnen nieuwe structuren geschapen worden waarbinnen mensen zich tijdens deze crisis meer gesteund weten en geestelijk kunnen groeien (Nieuwland, 1984). Eenzaamheid zal echter als nauwste punt van de zandloper een noodzakelijke fase van het proces naar grotere bewustwording blijven.

Geraadpleegde literatuur

- Hans Achterhuis, *Van Raalten zet de wereld op zijn kop*. In: De Volkskrant, 25-8-1983.
 Peter Buiks en Gerard van Tillo, *Het sociologisch perspectief*. Assen 1980.
 E.A.D.E. Carp, *Eenzaamheid*. Utrecht 1964.
 S.W. Couwenberg, *De vereenzaming van de moderne mens*. Den Haag z.j.
 J. de Jong-Gierveld, *Eenzaamheid*. Amsterdam 1984.
 Clark E. Moustakas, *Eenzaamheid*. (Vert. van *Loneliness*, Englewood Cliffs, N.J. 1961.)
 Albert Nieuwland, *Humanisme en levensstijl*. In: Rekenschap, september 1984.
 Albert Nieuwland, *Humanisme: traditie en toekomst*. In: Rekenschap, maart 1986.
 J.P. van Praag, *Grondslagen van het humanisme*. Meppel 1978.

F. van Raalten, *Eenzaamheid en communicatie*. Bussum 1982.

M.W.H. Steemers-Van Winkoop, *Eenzaamheid*. Assen 1986.

Ken Wilber, *Zonder grenzen*. Amsterdam 1983. (Vert. van *No Boundary*. Boulder 1981.)

Noten

1. Over alleen-zijn als objectief gegeven en privacy als positief gewaardeerde vorm ervan gaat het in dit artikel niet in eerste instantie.
2. De Jong-Gierveld zegt erover: "*Deze existentiële eenzaamheid blijkt in gesprekken met eenzame en niet-eenzame mensen niet te achterhalen. De meeste ondervraagden kunnen zich weinig voorstellen bij deze vorm van eenzaamheid. Expliciet daarnaar gevraagd, zegt men in te stemmen met de gedachte dat de mens uniek is, maar dat deze uniekheid gekoppeld zal zijn aan existentiële eenzaamheid wordt niet bewust ervaren*" (De Jong-Gierveld, p. 37). Ik vraag me af, of dat niet te maken heeft met de negatieve lading van het woord eenzaamheid. Men zal eerder beamen, dat mensen het uiteindelijk in hun eentje zullen moeten rooien dan dat ze uiteindelijk eenzaam zijn. Zie ook het artikel van Els van der Meulen in dit nummer.
3. Godsdienstigheid kan opgevat worden als een voor een groot deel "ingevulde" religiositeit. De totaliteit van het bestaan wordt god genoemd, gevoelens van ontzag zijn dienst en de verbondenheid is gekoncretiseerd in erediensen, rituelen, e.d.

Albert Nieuwland (1933) is parttime tandarts en docent sociologie aan het HOI. Hij is lid van de Commissie Herziening Voorontwerp Humanistisch Perspektief, redakteur Rekenschap en publiceert regelmatig in *Humanist* en *Rekenschap*. Verder begeleidt hij in HV-verband praat-, ontmoetings- en droomgroepen.

Boeken

Willem de Ruiter, *De vooruitgang of het noodlot van Faust. Drie dialogen over de kwaliteit van het bestaan*, Acco/De Horstink, 1986, 158 p., f 24,90.

Willem de Ruiter heeft al een magnum opus geschreven, het in samenwerking met Bart van der Sijde ontstane, vorig jaar verschenen "*De nucleaire erfenis*", een compleet overzicht van de toepassingen van onze kennis van atoomkernen vanaf de ontdekking van radioactiviteit tot Star Wars toe. Maar als hij dat niet had gedaan, had het kleine boekje "*De vooruitgang of het noodlot van Faust*" zo'n magnum opus kunnen zijn. In klein bestek biedt het een compleet overzicht van de discussie rond wetenschap en vooruitgang, die zich voltrekt terzijde van de politieke besluitvorming, en daarmee toch onlosmakelijk verbonden is.

Socratisch gesprek

In het boekje discussiëren twee natuurkundigen: Klinkhamer, een man die voorop loopt in de ontwikkelingen van het moment, en Donkersloot, die tien of twintig jaar geleden een vooraanstaand natuurkundige was, voormalig leermeester van Klinkhamer. Donkersloot is ernstig ziek. Hij is verlamd en de medici kunnen niet ontdekken waaraan hij lijdt. Hij heeft nu tijd om na te denken, en in zijn eenzaamheid voltrekt zich zijn 'Copernicaanse wending': hij ziet in dat wetenschap en technologie samen een noodlottige spiraal bergafwaarts vormen – een omkering van het vooruitgangsgeloof dat hij het grootste deel van zijn leven heeft aangehangen, en dat ook Klinkhamer belijdt, net zo'n omkering als die van Copernicus die ontdekte dat de aarde rond de zon draait in plaats van omgekeerd.

Het eerste gesprek gaat – naar aanleiding van Donkersloots ziekte – over de vraag of de medische wetenschap vooruitgang heeft gebracht. Klinkhamers argumenten klinken ieder die onderwijs genoten heeft en kranten leest, bekend in de oren. De medische wetenschap verlaagt de stervenskans en verhoogt daardoor de kwaliteit van het bestaan. Donkersloots argumenten zijn vaak verrassend. Zo betoogt Klinkhamer dat de gemiddelde levensverwachting in ongeveer twee eeuwen is verdubbeld. Donkersloot stelt daar tegenover dat dit uitsluitend te danken is aan vermindering van de kindersterfte. Het risico, te sterven tussen je vijftiende en je vijftigste is door de eeuwen heen ongeveer gelijk gebleven. En zelfs de gemiddelde levensverwachting steeg in de VS de afgelopen dertig jaar niet meer, hoewel de uitgaven voor gezondheidszorg in

die periode twintig maal zo hoog werden. Het aardige van het boek is, dat zo'n laatste bewering met een noot wordt gestaafd. Wie het niet gelooft, kan het opzoeken.

Gelukkig doet niet alleen Donkersloot interessante beweringen. In een socratisch gesprek als dit zou de dialoog gemakkelijk kunnen ontaarden in een continu démasqué van de leerling door de meester. Toch ontkomt De Ruiter niet altijd aan dat effect; ook zijn de gesprekken soms wat gekunsteld, waar Klinkhamer zijn meester wel erg veel ruimte geeft om zijn vragenvuur systematisch op te bouwen.

Van tijd tot tijd doen zich geestige ontsporingen in het gesprek voor. Reeds na acht pagina's discussie over medische technologie is Donkersloot verder gegaan over het verkeer als belangrijkste doodsoorzaak bij jonge mensen. Hij pakt dan uit tegen het moderne verkeer, en wanneer hij als laatste punt de zure regen erbij haalt, zegt Klinkhamer: Zure regen? Ik heb sterk de indruk dat we van ons onderwerp zijn afgedwaald.

Donkersloot: Welk onderwerp?

Klinkhamer: We hadden het over de invloed van de medische technologie op de kwaliteit van het bestaan.

Donkersloot: Goed. Laten we ons beperken tot dat onderwerp.

De doos van Pandora

In feite is Donkersloots onderwerp veel breder. De discussie gaat verder over bewapening, de redenen die Pascal geeft om in God te geloven, kunstmatige inseminatie en de vraag of een draagmoeder betaald moet worden, biotechnologie in relatie tot de verbouw van rijst op Java en de noord-zuid-verhouding, over monopolies die door de informatietechnologie worden mogelijk gemaakt, over Wittgenstein, Popper en Capra, en over de kwaliteit van het bestaan.

Klinkhamers these is, dat wetenschap voortkomt uit de wens tot weten. De mythes van Prometheus en van de doos van Pandora tekenen ons menselijk bestaan. Donkersloot beaamt dat, maar met sombere boventonen. In zijn ogen is de moderne Prometheus, Faust, meer het prototype van de mens. Prometheus is een god, wiens ongeluk de mensheid niet raakt. Faust is de mens zelf, die zijn almacht niet kan beheersen. De tweede dialoog eindigt somber: "De ellende en rampspoed die voortkomen uit de menselijke nieuwsgierigheid lijken onuitputtelijk. De bodem van de doos van Pandora is nog lang niet in zicht."

De derde dialoog is de meest fundamentele. Hij begint met een fraaie retorische truc, die ik niet zal verklappen. In de dialoog schetst Donkersloot in grote trekken zijn levensovertuiging, die, als noot 94 klopt, tevens die van Willem de Ruiter is. Deze overtuiging is aan het optimisme voorbij, en toch wezenlijk niet pessimistisch, omdat hij zo diep de vreugde in het leven verwoordt. Het is aangrijpend, Donkersloot in zijn beklagenswaardige toestand de wil tot leven in zijn meest positieve vorm te horen uitspreken, juist ook in de conclusie dat voor hem het leven eigenlijk niet meer bestaat. Door die levenslust wordt Donkersloot uitgetild boven zwartkijkerij. Hij

wordt een werkelijk wijze man, een goeroe in de westerse betekenis, die er niet toe oproept te geloven maar de werkelijkheid onder ogen te zien. De dialoog siert hem. In een betoog zou zijn mening al gauw zwaarwichtig en neerdrukkend zijn. Nu blijft zijn opinie broos en open. Een indrukwekkend mens.

EvdH

Rekenschap 'international'

New Humanist

In de *New Humanist* 'spring 1986' (we krijgen het blad nogal onregelmatig toegezonden) noemt Brian Morris Erich Fromm een radicaal humanist. In tegenstelling tot zijn tijdgenoten Marcuse en Reich is Fromm slechts zelden het onderwerp geweest van kritische essay en studies. De theorie, die Fromm ontwikkelde begint met Freud, maar over de jaren heen is er een verschuiving, waarbij de nadruk op Marx komt te liggen. Fromm noemt zich een Freudiaan en voelde, dat hij zowel bij Freud als Marx thuis hoorde. "*Doubt and the power of truth and humanism are the guiding and propelling principles of Marx's and Freud's work (and imply) a dynamic and dialectic approach to reality*". ("*Beyond the Chains of Illusion*".) Fromm ontkennde iedere oppositie tussen individu en maatschappij. Fromm was tegen ieder soort cultureel relativisme, maar ook was hij tegen het idee, dat de aard van de mens was aangeboren en gebaseerd op eeuwige krachten, die wortelden in de menselijke biologie. In al zijn geschriften beargumenteert Fromm zijn concept menselijke natuur als basis voor zijn sociale theorie. Menselijk welzijn is "*ability to be creative, to be aware, and to respond; to be independent and fully active, to be concerned with being and not having*". ("*To have or to Be*", Sphere, NY 1976.) Fromms radicale humanisme werd geïnspireerd door een poging de theorieën van Marx en Freud te combineren. Voor Nederlandse humanisten is er een aardig interview met Kees Waaldijk over humanisme en homosexualiteit. Kees Waaldijk geeft colleges in publiek recht aan de universiteit van Limburg.

Het nummer bevat verder een essay van David Tribe, waarin hij de waarde schat van Koestler als schrijver en intellectueel en een debat over euthanasie in de House of Lords in 1985. Lord Jenkins diende een amendement in op de Suicide Act 1961, zodat het niet langer strafbaar zou zijn om iemand te helpen, die zichzelf wilde doden. Het voorstel van Lord Jenkins werd niet aangenomen, omdat het amendement werd geblokkeerd door een procedureel amendement. Het debat is het lezen waard. Kurtz bespreekt het fundamentalisme en het religieuze recht in de Verenigde Staten.

Een rationele houding t.o.v. AIDS schijnt niet gemakkelijk te zijn, aldus de redactie van *New Humanist* (januari 1987). Zo noemt de Chief Constable van Greater Manchester de ziekte het gevolg van homoseksuele gewoontes, een morele beerput. De parlamentssecretaris van het ministerie van Volksgezondheid verzekerde het publiek, dat goede christenen geen AIDS krijgen. De regering reageert traag, maar de

minister van Volksgezondheid heeft in ieder geval menselijkheid en gezond verstand getoond gedurende zijn bezoek aan Californië, waar hij AIDS-patiënten heeft ontmoet en handen heeft geschud.

AIDS is geen homoseksuele plaag. In Centraal Afrika, waar de verspreiding van de ziekte een grotere omvang heeft dan in de Westerse wereld, wordt de ziekte heteroseksueel overgebracht. In Europa en Noord-Amerika vindt men het grootste aantal slachtoffers onder homoseksuelen, drugpatiënten en mensen die bloedtransfusies hebben gehad. Roken, drinken en te hard rijden veroorzaken eveneens een premature dood, maar er is niemand die zegt, dat tabak, whiskey of verbrandingsmotoren instrumenten zijn van gods toorn. Overigens moet god wel een zacht plekje in zijn hart hebben voor lesbiennes, daar hun seksueel gedrag de ziekte niet overdraagt.

Sinds 1960 hebben humanisten grotere openheid en eerlijkheid in sociaal gedrag ondersteund. Nu zijn openheid en eerlijkheid meer dan ooit nodig. Mensen moeten eerlijk zijn als ze geïnfecteerd zijn of meer dan één seksuele partner hebben.

De konsekwenties van virusmutaties kunnen we niet ontlopen. Humanisten dienen de menselijke AIDS-tragedie eerlijk tegemoet te treden. We moeten ons uitspreken tegen het feit, dat slachtoffers gezien worden als zondebokken en er zorg voor dragen, dat de burgerlijke vrijheid van de geïnfecteerde niet wordt ingeperkt. We moeten er voor zorgen dat er geld komt voor onderzoek en geld voor de verzorging van slachtoffers.

Het nummer bevat een artikel van John Nichols met de vraag of AIDS een ethische crisis zal veroorzaken.

Thomas Paine

Op 29 januari werd in Thetford het 250e geboortjaar van Thomas Paine herdacht door de lokale Labour Party. Paine nam actief deel aan de Amerikaanse onafhankelijkheidsstrijd en aan de Franse Revolutie. Paine was een schrijver, die helder en duidelijk zijn denkbeelden naar voren bracht. Zijn taal was eenvoudig en goed te begrijpen, ook voor de minder goed ontwikkelde mensen. Als journalist schreef hij voor de *Pennsylvanian Magazine*. Hij was de eerste die pleitte voor internationale arbitrage en voor het internationale copyright, de eerste die schreef over de wreedheid tegenover dieren en over de stupiditeit van het duel. Hij was de eerste ook, die meer rationele ideeën over huwelijk en scheiding naar voren bracht en de eerste die om rechtvaardigheid voor vrouwen vroeg. Was Paine zijn tijd vooruit? Hij maakte een blauwdruk voor een plan voor welzijn, dat niet op liefdadigheid, maar op recht moest berusten. Als de test voor een politiek genie is gebaseerd op hoe iemand de tijd begrijpt waarin hij leeft en zijn ideeën in de praktijk vertaalt, dan was Paine de grootste Engelsman van de 18e eeuw.

Reason, theology and politics

In dit artikel levert G.A. Wells kritiek op het boek van Robert P. Ericksen "Theolo-

gians Under Hitler". Aan de hand van de geschiedenis van drie verschillende protestantse theologen wil Ericksen laten zien, dat rationele argumenten onvoldoende zijn om zich te beschermen tegen gevoelig liggende politieke standpunten. Ericksen claimt, dat elk van de theologen een argument, dat rationeel verdedigd kon worden, ontwikkelde voor zijn eigen politieke standpunt. Wells meent echter, dat Ericksens verklaring het tegendeel aantoon. Wells en Ericksen zijn het niet eens over de waarde van empirische kennis. Volgens Wells leidt empirische kennis en logisch denken niet naar zekerheden, maar het is meer relevant dan christelijk geloof dan theologen willen erkennen. Geloof is gebaseerd op veronderstelde historische gebeurtenissen, waardoor het bewijs puur empirisch is. Een argument, dat vaak wordt gegeven om het goddelijk karakter van het christendom te bewijzen, is dat van zijn historische ontwikkeling. Normale oorzaken, die de verspreiding van andere religies verklaren zijn onvoldoende om die van het christendom te verklaren. Dit argument kan worden aanvaard of verworpen door een beroep te doen op de historische feiten.

In zijn kritiek betoogt Wells, dat iedere beschrijving van de werkelijkheid gebaseerd is op componenten, kwaliteiten of andere kenmerken en dat die noodzakelijk incompleet zijn. Hoe uitgebreid onze kennis ook is, kennis kan altijd vermeerderd worden. Hij gelooft niet, dat ons idee over de werkelijkheid ook maar bij benadering correspondeert met de realiteit, niet omdat deze onkenbaar is, zoals Kant veronderstelde, maar omdat we verscheidene levens nodig zouden hebben om er ook maar een glimp van op te vangen.

Ericksen geeft commentaar op Wells' kritiek, maar meent dat ondanks de verschillende meningen, Wells en hij één geloof delen, nl. dat rationele informatie onze laatste hoop is.

In hetzelfde nummer bespreekt Harry Stopes-Roe de sterke en zwakke punten van James Hunnings boek "*Instead of God: a pragmatic reconsideration of beliefs and values*". Het nummer bevat verder een artikel van Steuart Cambell: "*The religious catastrophe*" en een artikel van Colin Brewer over medische ethiek, dat ook zeer de moeite van het lezen waard is.

EJ

(88 Islington High Street, London N1 8 EN, England)

Humanistic Judaism

In het zomernummer 1986 wordt de nadruk gelegd op de belangrijke Joodse feestdagen Rosh Hashana en Yom Kippur, omdat het nieuwe jaar volgens de Israëlische jaartelling in oktober begint. Voor veel Joden is dit een tijd, waarin men zich met ontzag en eerbied tot een almachtige god wendt en vergeving vraagt voor menselijke zonden. Voor humanistische Joden is deze opvatting onhoudbaar. Zij zien deze feestdagen als een bevestiging van menselijke kracht en menselijke waardigheid. Deze dagen dienen voor mogelijke veranderingen en verbeteringen, voor de gelukkige gedachte, dat we

menselijke wezens zijn, die onszelf creëren. Als we menselijke moed en onafhankelijkheid erkennen, verkrijgen we menselijke waardigheid.

Het nummer bevat artikelen voor de viering van Joodse feestdagen vanuit een humanistisch gezichtspunt, o.a. om Yom Kippur-gewoonten voor kinderen te herinterpreteren; een artikel over gebruik en betekenis van de verschillende feestdagen, een verhandeling van March over de betekenis van Yom Kippur, dat letterlijk "dag van boete" betekent. Verder is er een symposium, waarin verschillende mensen hun ervaringen vertellen over het vieren van de feestdagen op een humanistische manier.

EJ

(28611 West Twelve Mile Road, Farmington Hills, Michigan 48018)

Free Inquiry

Het winternummer van *Free Inquiry* bevat de lezing, die Paul Kurtz hield op het Iheucongres van vorig jaar in Noorwegen: "*De wereldomvattende groei van het fundamentalisme*".

Hoewel men aan het eind van de 19e eeuw van mening was, dat het (bij)geloof zou afnemen, dankzij de stijgende ontwikkeling, de verbeterde gezondheid en het verbeterd economisch welzijn en de klassieke religieuze gewoonten zouden worden vervangen door humanistische beschaving, gebaseerd op wetenschap en logisch denken, hebben de klassieke religies doorgezet. Het neo-fundamentalisme, veelal gefinancierd door conservatieve Amerikaanse religies en t.v.-evangelisten, tast het Amerikaanse leven aan. Het aantal christenen in China groeit, ondanks de vijandige houding van het Chinese marxisme. Ook in andere delen van Azië is de groei van het christendom aanzienlijk. In Afrika, ten zuiden van de Sahara, is er de laatste jaren eveneens een snelle groei. In Zuid-Amerika, Brazilië bijv. is ongeveer 80% van de bevolking in naam katholiek en beïnvloed door het spiritisme. In Israël gaan orthodoxe Joden tekeer tegen secularisten en protesteren tegen de seculaire aspecten van het moderne Israëliëse leven. Ook is er een opleving van het moslim-fundamentalisme en een contra-revolutie tegen het moderne heidendom in Iran, Pakistan, Libanon, Egypte en elders.

Wat verstaat Kurtz onder fundamentalisme? Een fundamentalist is iemand, die het geloof belijdt als een leer, dogma of ideologie en accepteert zonder reserves en vragen. Zijn principes zijn absoluut, onveranderlijk en eeuwig. Dit fundamentalistische geloof wordt – althans in theorie – gebruikt als een gids voor alle aspecten van het leven en bevordert de ontwikkeling van een pathologische, autoritaire persoonlijkheid. De humanistische attitude biedt weerstand tegen fundamentalisme. Humanisten leggen de nadruk op vrije informatie; voor hen is kennis feilbaar, hypothetisch. Voor fundamentalisten is kennis onfeilbaar en zeker. Humanisten kunnen leven met onzekerheid, fundamentalisten niet. Humanisten respecteren individuele vrijheid en diversiteit. Fundamentalisten tolereren niet, dat mensen dingen doen, die zij niet zinvol vin-

den. Humanisten willen dat hun kinderen zich ontwikkelen tot complete mensen i.t.t. fundamentalisten, die hun kinderen willen modelleren naar hun ideeën en waarden.

De grote vraag is, hoe het komt, dat de invloed van het fundamentalisme groeit ondanks de enorme technologische en sociale veranderingen. Kurtz oppert drie mogelijke verklaringen, een sociologische, een sociobiologische of een buitenzintuiglijke temptatie. In tijden van onzekerheid en angst schijnen mensen zich tot god te wenden. Ook kan een plotselinge ervaring worden versterkt door politiek-militaire macht. Dit laatste kan echter geen voldoende verklaring zijn, daar klassieke religies oorlogen en revoluties hebben overleefd. Ook een louter economische factor kan geen voldoende verklaring zijn.

E.O. Wilson, lid van de Academy of Humanism, meent dat er biologische en genetische factoren zijn, die sociaal gedrag bevorderen. Kurtz betwijfelt dit, want bovenzintuiglijke en goddelijke overtuiging zijn afwezig in significante delen van het mensdom. En hoe verklaren we het bestaan van ongelovigen in zoveel gemeenschappen?

Onder een bovenzintuiglijke temptatie verstaat Kurtz een neiging tot geloof in een ongeziene, verborgen, bovennormale wereld, die uitstijgt boven onze natuurlijke wereld van wetenschap en logisch denken en ons lot bepaalt. Wetenschappelijk onderzoek en een kritische sceptische rationaliteit is de beste therapie tegen een dergelijk geloof.

Kurtz vraagt zich vervolgens af, wat we moeten doen tegen de groei van het fundamentalisme. Hij denkt, dat onderwijs belangrijk is. De hele wereld apprecieert de macht van de wetenschappelijke revolutie en de vruchten van industrie en technologie. Verder moeten we de religieuze instituties, die de volledige ontwikkeling van de humanistische kijk en moraal verhinderen, uitdagen. Het humanisme moet radicaal zijn en krachtige kritiek leveren op valse religieuze mythologie en theologie. We moeten alle vormen van fundamentalistische theorieën bekritisieren, in het bijzonder als deze theorieën de wereld van de toekomst blokkeren. Onder humanisten schijnt er een diepgewortelde onwilligheid te bestaan om deze kritiek te uiten. De meeste religieuze bewegingen echter trachten voortdurend zieltjes te winnen door een beroep te doen op onbewezen theologische premissen. Hun vijanden – als ze niet tegen elkaar vechten – zijn humanisten, atheïsten en sceptici en ze zullen nooit vergeten ons op onze fouten te wijzen.

Kritiek uitoefenen

Kurtz denkt, dat wij hetzelfde moeten doen. Veel humanisten, rationalisten en secularisten denken, dat de oorlog gewonnen is en dat niemand het bestaan van god of de claims van bijbel of koran nog serieus neemt. Niets is minder waar. We moeten de geest van kritiek op de bijbel levend houden. In veel landen worden geestelijke en morele vrijheid, het recht op privacy, abortus en euthanasie en de wens om een eind te maken aan discriminatie, bedreigd. Als we een humanistische wereld willen bereiken,

moeten we onze creatieve verbeelding ontwikkelen en een inspirerende nieuwe moraal en esthetische gelijkwaardigheid tegen de buitenzintuiglijke temptatie. We moeten een nieuwe beschaving creëren, die uitstijgt boven de behoefte aan religie in het verleden. We moeten het ideaal voor een nieuwe gemeenschap verdedigen, een gemeenschap die uitstijgt boven bekrompen ethnische groeperingen, religieuze, raciale of nationalistische loyaliteit en grenzen, een humanisme, dat zelfs uitstijgt boven een door de planeet aarde begrensde mentaliteit, een humanisme geschikt voor het ruimtetijdperk, aldus Kurtz.

Het nummer bevat verder een artikel van Rob Tielman over ongeloof in Nederland en een artikel over geloof en ongeloof in Mexico van Mario Mendez-Acosta. Gerald A. Larue tracht in "*How the Old Testament Was Written*" aan te tonen, dat het Oude Testament niet goddelijk was geïnspireerd, maar een produkt was van vele auteurs, die het schreven in een periode van duizend jaar.

EJ

(3159 Bailey Avenue, Buffalo, NY 14215)

The Radical Humanist

Zes nummers tegelijk van mei tot november 1986. Veel artikelen zijn gebaseerd op zaken, die direct verband houden met de cultuur en politiek in India. Ook vinden we in praktisch ieder nummer een artikel gewijd aan de denkbeelden van de stichter, de filosoof Roy. De artikelen zijn verder nogal wisselend van aard en niveau. Het meinumnummer bevat bijv. enkele felle aanvallen op de Verenigde Staten n.a.v. hun bombardement op Libië in april en o.a. een artikel over Rajiv Gandhi met een opsomming van zijn positieve en negatieve kanten. Het juninumnummer bevat een verhandeling over de aangekondigde depolitisering van het onderwijs, waarvan een verkorte versie al was verschenen in de *Indian Express*. Het julinumnummer bevat een artikel over vrouwelijke pioniers op het gebied van medische verzorging, dat eerder thuis hoort in een blad als *Opzij*.

In het augustusnummer tracht Moin Shakir een verklaring te geven voor de opkomst van het fundamentalisme, dat in oorsprong geen aanzet tot een opleving van de religie vertoonde, maar een socio-politiek fenomeen was. In de 80-er jaren liet het fundamentalisme zich gelden als een gemeenschappelijke identiteit, een politisering van religieuze categorieën met de nadruk op economische en politieke belangen van verschillende groepen, gebaseerd op religie. Het bestaan van zekere instellingen, standsbewustzijn en afwezigheid van een ideologische strijd tegen dergelijke instellingen en anti-modern bewustzijn veroorzaakt mede de groei van het fundamentalisme. Dit wordt gevoed door een gemeenschappelijke ideologie en politiek, en gemeenschappelijk geweld. Iedere religieuze gemeenschap staat op zich en is verschillend. Hun politieke en economische belangen zijn echter niet tegenstrijdig en in deze eenheid ligt hun kracht. Het is niet de veelheid van geloven of religieuze gemeenschappen, die fun-

damentalisme voortbrengen, maar de gemeenschappelijke ideologie met zijn specifieke ideeën over samenlevingssituaties, die de mythe van gemeenschappelijk bewustzijn verandert in fundamentalisme.

In het oktobernummer staat een artikel over de commercialisering van het ouder worden van de Indiase vrouw. Onder invloed van het Westen stijgt de angst voor ouder worden, terwijl oud worden tot voor kort in India geen probleem was. Anjali Dhawal Mehta toont aan, dat een nieuwe naar boven komende middenklassecultuur normen aanlegt, die hen op zeer subtiële manier uitbuit.

EJ

(B-17, Maharani Bagh, New Delhi-110065)

Socrates-prijsvraag

Tot haar grote spijt heeft de jury van de Socrates-prijsvraag geen enkele inzending kunnen bekronen. Zowel in kwantitatief als kwalitatief opzicht bleven de ingezonden artikelen beneden de maat. Het onderwerp van de prijsvraag was: de konsekventies die nieuwe inzichten binnen de moderne natuurwetenschappen voor een humanistisch mens- en wereldbeeld kunnen hebben. Daar het om een uitermate belangrijk thema gaat, hoopt en verwacht de jury, dat het in humanistische kring diepgaand en blijvend aan de orde zal komen.

Losse notities

De zelfkant van deze samenleving bestaat niet alleen uit *verschijnselen* als geweld, eenzaamheid, lijden en onderdrukking. Het zijn *mensen* die de dragers zijn van deze verschijnselen en de fysieke en psychisch-geestelijke gevolgen ervan. Gelukkig zijn zij die zich een leven lang staande kunnen houden onder de druk van deze en andere "stressoren". Maar, zijn ze echt gelukkig? En blijven ze echt staande? Afhankelijk van de plaats, het milieu, de cultuur, het werelddeel waar men geboren wordt, zijn deze stressoren van meer materiële of immateriële aard. In onze Westerse cultuur is het vooral de druk van immateriële, culturele, geestelijke factoren die er voor zorgt dat een groot aantal mensen geen leven heeft. Te veel eisend werk of juist een geestdodende werkring, verbroken relaties, een gemist levensdoel, onaanvaardbaar verlies van een geliefde, levensvijandige normen en verwachtingen vanuit een geloof, levensovertuiging of politiek stelsel kunnen gevoelens van existentiële eenzaamheid, zinloosheid, faalangst, verlies van eigenwaarde en een beschadigd zelfbeeld opleveren. Vroeg of laat, en voor niet weinigen diverse malen in hun leven, komt de crisis. Hoe lang men er soms ook door een beproefde levenstactiek in slaagt de terugslag van het leven te ontlopen, op een goeie dag, soms duidelijk aangekondigd, soms als een dief in de nacht, is ze er. Voor de één bestaat de crisis uit een over jaren uitgestrekte vitaliteit en onderdrukte "grote matheid", waarbij het leven, ontdaan van vitaliteit en creativiteit, voortsukkelt, vegeeteert tot de dood, al of niet zelf gekozen, er op volgt. Soms wordt de komst van die permanente matheid bezworen door het blijven vasthouden aan vermoldme doelen. Totdat ook deze vertragingstactiek blijkt uitgewerkt.

Enkele jaren terug interviewde Netty Rosenfeld voor de televisie enkele mensen die vele jaren een dagboek hadden bijgehouden. Ze hadden hun leven van dag tot dag vastgelegd en konden dus, als privé-chroniquers, terugblikken op het verloop en de zin ervan. Eén van hen, een bejaarde man, was een gerenommeerd geleerde, tevens bekend humanist. Op de vraag van Netty hoe hij zijn leven nu beoordeelde, zei hij diep geëmotioneerd: "*Ik heb niet geleefd!*". Alle uitwendige succes ten spijt, was het saldo van zijn leven, naar zijn eigen oordeel, zwaar negatief. Hoevelen zullen aan het eind van de levensrit niet hetzelfde ervaren? En dit, tegen zichzelf (!) nazeggen?

Voor anderen uit de crisis zich in een ernstige ziekte waarin het lichaam de jarenlang uitgezonden tekenen van protest, die geen gehoor kregen, staakt. Het capituleert en zet de rebellie om in een kwaal of in een acute beëindiging van het lichamelijk functioneren zelf. Het nadeel van deze vorm van crisis is dat, in geval er nog leven is, het

genomen risico erg groot kan zijn. Herstel kan uitblijven. Of de ziekte kan blijvende sporen nalaten in lichaam en ziel.

Het voordeel van deze crisisuiting is dat de zieke door de omgeving op handen wordt gedragen. Alles is duidelijk en er zijn geen verdere vragen dan naar de fysieke mankementen en hoe deze de baas te worden. Het regent attenties en het zorg-complex van de omstanders krijgt alle kans. De zieke zelf hoeft niets te verbergen. Het litteken van een geslaagde operatie is eerder een ereteken bij, een wapenfeit van een riskante overleving dan een vraagteken, hoe iemand zo verkeerd met zijn/haar levens-energie kon omgaan dat die ziekte, dat die chirurgische ingreep, nodig was. Voor de zieke betekent deze fysieke instorting weliswaar dat hij/zij nu "voorzichtig" moet zijn. Maar de kans dat hij deze crisis aangrijpt voor een grondig zelfonderzoek, al of niet in samenspraak met een hulpverlener, blijkt gering of afwezig. Na een geslaagd fysiek herstel gaat hij/zij weer over tot de (wan)orde van de dag. Een existentiële levensloof blijft doorgaans achterwege. En al snel ontbreekt daarvoor ook de tijd, omdat het werk roept. Zodra de klager niet meer klaagt, sluit de waterspiegel van het arbeidsbestel zich boven het hoofd van de drenkeling. Er lijkt slechts sprake geweest te zijn van een incident dat nu gesloten is. Zand erover. Totdat ...

Er is ook een derde vorm (naast de permanente matheid en de fysieke instorting), waarin de crisis zich kan manifesteren. Niet primair het lichaam presenteert de rekening van het leven of een fase daarvan, maar de "ziel". Ondanks de aanwezigheid van een aantal vaak hevige fysieke klachten (berucht zijn inmiddels de locaties maag, hoofd, rug, spiergroepen en ademhalingsstelsel), "kan de internist niets vinden". De ziekte is niet alleen van psycho-somatische aard (welke ziekte is dat eigenlijk niet?), maar vooral van psychisch-geestelijke aard. De geleverde uitputtingsslag met het bestaan drukt zich uit in verschijnselen van diepe vermoeidheid, gevoelens van neerslachtigheid, eenzaamheid, angst, emotionele trefbaarheid. De vermoeide is 'burnt out', opgebrand, uitgeblust. De jarenlange inwerking van stress, soms een combinatie van privé- en werkdruk, heeft het weerstandsvermogen geslecht.

Niet zelden breekt deze crisis door in levensfasen, waarin de eigen positie in de primaire relaties (gezin o.m.) en werk aan versnelde verandering onderhevig is. Het na-deel van deze geestelijke crisis is dat zij voor de buitenwereld moeilijk duidelijk wordt. En daarvoor zijn redenen.

Er zijn hier geen littekens van operatief ingrijpen te tonen. De wonden van deze patiënt liggen diep onder zijn/haar huid. Hooguit de bezorgde en geofende blik van de geliefde of hulpverlener kon, voordat de crisis naar buiten trad, aan gelaatsuitdrukking, gestalte of stem vermoeden dat hij/zij dreigde vast te lopen.

Degene, die zijn/haar crisis voelt aansluipen, heeft de neiging om deze te negeren. Zowel bij zichzelf als naar de buitenwereld. Want intuïtief weet hij, dat de geestelijk vermoeide in onze cultuur, welke zo gesteld is op (mannelijke) kracht, no-nonsense, doelmatigheid, tempo en meetbaarheid, geen hooggeachte gast is. Want hij/zij door-

kruist door het niet geambieerde ziektepatroon alle gedragscodes en waarden (ook in hemzelf!), welke in de Westerse succes-cultuur belangrijk worden geacht. Flinkheid wordt tot emotionele kwetsbaarheid, doortastendheid maakt plaats voor tastend zoeken naar een nieuw houvast, doelgerichtheid wordt vervangen door twijfelmoedigheid, structurele vermoeidheid verdringt een jarenlange onverdroten werkinzet, naar buiten gericht gedrag slaat om in de behoefte aan inkeer, aan onzichtbaarheid, aan anonimiteit.

Deze tijdelijke vormen van crisisgedrag worden gecombineerd door het verschijnsel, dat de vermoeide, zo niet feitelijk dan toch figuurlijk gesproken, zijn stem is kwijtgeraakt. Waar voorheen zijn/haar woorden gezag hadden, ook voor hem zelf, moet hij ze opnieuw leren formuleren. Ook de inhoud, de zingeving van zijn leven, van zijn existentie is onder te hoge druk komen te staan. Zijn identiteit is in versnelde beweging gekomen. Ze heeft fors terrein verloren. Daarom, omdat de verbale uitdrukking een identiteitscrisis weerspiegelt, voelt hij zich gedrongen zijn taalexpressie te beperken. En te zoeken naar die spaarzame eilandjes, waar de "cultuur van de stilte" nog wordt gepraktiseerd. Wanneer deze crisis niet langer te onderdrukken is, spat ze soms ongebreideld naar buiten. Als een schok voor hem/haar zelf. Tot schrik van de omstanders, die dit noch hadden voorzien noch daarop zijn ingespeeld. En vervolgens niet goed weten hoe met deze vermoeiden om te gaan. Hun behoeften aan zorg en aandacht zijn veel "subtieler" dan van degenen, die hun crisis overwegend via de fysieke weg beleven. Omdat de uitingen van psychisch-geestelijke vermoeidheid een directe bedreiging vormen voor het heersende normen-patroon (zie boven) en het overheersende arbeidsbestel, moet vanuit de representanten van deze waarden niet veel heil worden verwacht. Tijdens de crisisperiode kunnen de reacties vanuit de omgeving dan ook een scala van gedragspatronen vertonen lopend van vermijding, ontkenning via amper gelukte of mislukte pogingen tot begrip en ondersteuning, tot psychologisering en stigmatisering.

Ook nadat de uitputting is verdwenen en er vaak nieuwe wijsheid, nieuwe kracht en een versterkt levensethos zijn aangetreden, kunnen deze reacties een taai leven leiden. Anders gezegd: het taboe dat op de psychisch-geestelijke uitputting rust is nog levensgroot. Behalve (enigszins overtrokken gesteld) in die kringen, waar deze problemen zich tot aandachtspunt van de professie, het beroep is geworden.

Voorop daarin staan de geestelijk verzorgers, die *wel* begrijpen, dat het doormaken van een dergelijke inzinking (met alle fysieke uitingen die daarin kunnen passen) niet gebaat is met snelle recepten en normerende adviezen, met haastwerk en pressie, maar met geduld, warmte, diepe betrokkenheid en aanvaarding van deze vorm van crisis als een uniek moment, een fase, een kans op fundamentele geestelijke heroriëntatie.

Met alle nadelen die deze crisisvorm ook heeft, het leerrendement kan erg groot zijn. Zeker wanneer men het voorrecht heeft in kringen te verkeren, waarover ik het zojuist had. Want de vermoeide gaat thans door de diepe dalen van zijn/haar eigen exi-

stentie en stuit daarbij op de diepste vraag naar zingeving en zelfaanvaarding. Hij/zij is nu *gedwongen* antwoord aan zichzelf te geven op de moeilijkste vragen die een leven kan oproepen. Niet langer gaat het om abstracte termen uit wijsbegeerte of theorie van het geestelijk werk. Je bent het nu zelf. En je doorloopt de thema's waaraan ook de literatuur en het toneel hun bestaansrecht ontlelen.

De abstractie lost op.

De *eigen* existentie wordt doorgelicht. En er is er per saldo maar één die de diepten daarvan beter kan leren kennen en hanteren. Jijzelf. Ikzelf.

Joos Sinke

Thema's van de volgende nummers van Rekenschap:

september 1987: *Geweld* (met o.a. artikelen over vijandsbeelden, gewetensbezwaaarden en humanistische antwoorden op bewapeningsvraagstukken),

december 1987 : *Taal als machtsmiddel*,

maart 1988 : *Religieus humanisme*,

juni 1988 : *Romantiek en humanisme*,

september 1988: *Holisme*,

december 1988 : *Atheïsme in de Sovjet-Unie*.

rekenschap

humanistisch tijdschrift voor wetenschap en cultuur

REKENSCHAP is een uitgave van de Humanistische Stichting Socrates, Oudkerkhof 11, Postbus 114, 3500 AC Utrecht (tel.:030-318145).

Redactie: mr. P. Cliteur, dr. W. van Dooren, drs. E. van der Hoeven, drs. E. Jacobs, P. Krug, drs. A. Nieuwland, ir. W. de Ruiter, dr. J. Sinke en dr. R. Tielman.

Redactie-sekretaris: drs. A. Hielkema.

Het abonnement loopt van 1 januari tot en met 31 december.

Abonnementsprijs f 35,- (voor studenten en CJP-houders f 25,-);
losse nummers f 10,-.

Voor betalingen van donaties, kontributies en abonnementsgelden giro 58.22.93
t.n.v. de Humanistische Stichting Socrates.

Druk: Boompers drukkerijen, Meppel, ISSN:0034-3749

DE HUMANISTISCHE STICHTING SOCRATES,

een werkstichting van het Humanistisch Verbond:

om de doordenking van de wetenschappelijke en kulturele achtergrond van het moderne humanisme te bevorderen

om de mogelijkheden te scheppen voor een uitwisseling van gedachten omtrent de fundamentele vragen waarvoor het humanisme geplaatst wordt

om door publikaties op wetenschappelijk nivo het moderne humanisme te verdiepen en te verbreiden

Vormen van deelneming:

a donatie van tenminste f 35,- per jaar ter ondersteuning van de bijzondere leerstoelen

b kontributie van tenminste f 17,50

Donateurs worden tevens als kontribuanten beschouwd.

RECEIVED
JAN 10 1964
U.S. DEPARTMENT OF
THE ARMY
WASHINGTON, D.C.