

Van Roek Lips verscheen eveneens
bij Ambo|Anthos *uitgevers*

Wie kies je om te zijn
De wereld dat ben jij
Dit kan ook een goede tijd zijn
Retraite in zakformaat

Meld je aan voor onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van
de nieuwste boeken van Ambo|Anthos *uitgevers* via
www.amboanthos.nl/nieuwsbrief.

Roek Lips

Wie ben je
zonder verhaal

Op zoek naar richting als niets
meer vanzelfsprekend is

Ambo|Anthos
Amsterdam

ISBN 978 90 263 7024 3

ISBN 978 90 263 7025 0

© 2026 Roek Lips

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan

Omslagontwerp en -illustratie © Nanja Toebak

Foto auteur © Dirk-Jan van Dijk

Ambo|Anthos *uitgevers* vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen

Inhoud

Proloog 11

Inleiding 13

DEEL I

Iemand 23

HOOFDSTUK 1

Als de maat van de markt overal binnendringt 25

1 Dingen die we normaal noemen 27

2 Niet te veel, niet te weinig 39

3 Het doel van de staat is vrijheid 46

4 Achter de poort 56

5 Klop om middernacht 64

6 We vertellen onszelf een verkeerd verhaal 74

7 Het vermogen om antwoord te geven 86

Genoeg is genoeg 93

HOOFDSTUK 2

De werkelijkheid spreekt terug 103

- 1 Het wordt niet altijd beter 105
- 2 Precies genoeg van alles 114
- 3 Houdini en de glazen sluis 123
- 4 Achter en voorbij het bordje HERSENEN 131
- 5 Hoe laat is het? 139
- 6 Alles heeft een reden 145
- 7 Wij zijn materie 149
- 8 Richting in een universum dat complexer wordt 155
- 9 Pas op voor zekerheden 162
Leven bij de gratie van begrenzing 168

INTERMEZZO 177

DEEL II

Niemand 179

HOOFDSTUK 3

De ruimte tussen de noten 181

- 1 Een gesprek als beeldhouwwerk 183
- 2 Leegte en ruimte 188
- 3 De viool en de ruimte tussen de noten 195
- 4 Een toon die zoekt 203
- 5 Waarachtigheid als opening 213
- 6 Spreken zonder schuilplaats 220
Voor even niemand 224

HOOFDSTUK 4

Wat ons draagt als richting niet te vinden is 231

- 1 Een stoel als anker 233
 - 2 Eenvoud is het mooiste wat er is 239
 - 3 Een plein dat je moet oversteken 245
 - 4 Niet letterlijk, wel woordelijk 253
 - 5 Een traan in de chocoladetaart 260
 - 6 Een dans van atomen 268
 - 7 Aan de overkant 277
 - 8 Een klein misverstandje 282
 - 9 Een geliefd mens 291
- Waar niemand hoeft samen te vallen 295

DEEL III

En jij? 303

Epiloog 315

Woord van dank 316

Literatuurlijst 318

Inleiding

Ik weet nog precies waar het voor mij begon. Het was een kort, schijnbaar onbetekenend moment, een moment waarin iets mijn blik op mezelf en de wereld veranderde.

Een winkelstraat vol glas en licht, haastige gezichten die voorbijkchuiven zonder dat ze me bijblijven. Ik stond stil bij een etalageruit, niet omdat ik iets wilde kopen, maar omdat ik iets vreemds aan mezelf zag, iets wat ik niet meteen onder woorden kon brengen. Mijn gezicht had zich vermengd met het straatbeeld, half transparant, met achter mij de drukte van de straat en vóór mij een spiegelbeeld waarin opeens iets niet klopte. Er zat nog een tweede ruit achter de eerste, of misschien was het een spiegelwand vanbinnen, waardoor mijn gezicht twee keer verscheen, het ene net iets verschoven. Twee contouren die net niet over elkaar heen wilden vallen. Ik knipperde, deed een stap opzij, maar het effect bleef. Alsof ik uit twee lagen bestond die elkaar niet helemaal raakten. Niet dramatisch, maar net genoeg om mijn aandacht vast te grijpen.

Achter mij hoorde ik iemand lachen. Twee mensen liepen langs, een van hen zei iets tegen de ander, achteloos. Ik ving flarden op, één woord bleef hangen. Ging het over mij? Of over iemand anders? Ik merkte hoe mijn lijf reageerde, alsof dat woord een haak was die zich in mij vastzette. Ik liep door, deed alsof er niets was gebeurd. Maar die paar seconden bleven aan me trekken.

Een blik, een opmerking, een spiegeling in glas. Zo simpel kan het beginnen. Althans, bij mij. Maar zeker niet alleen bij mij; ook anderen hebben deze ervaring. Je denkt dat je iemand bent, een mens uit één stuk, en toch blijkt er steeds weer een ander verhaal klaar te liggen, afhankelijk van waar en bij wie je bent en door welke ogen je naar jezelf kijkt.

Pas lange tijd na dit incident legde ik de relatie met Luigi Pirandello, de Italiaanse schrijver en toneelvernieuwer die in zijn romans en stukken steeds opnieuw onderzocht hoe broos het 'ik' wordt zodra anderen er hun blik op richten. Zijn personages vallen zelden samen met één vaste identiteit; ze leven tussen rollen, maskers en de beelden die anderen van hen maken. In zijn bekende werk *Iemand, niemand en honderdduizend* (1926) begint die ontregeling met een bijna onbenullig detail: een opmerking over een scheve neus. Iets wat de hoofdpersoon zelf nooit had gezien, blijkt in de blik van een ander allang te bestaan. Van daaruit komt hij tot het besef dat hij in de blik van anderen telkens iemand anders is, dat hij honderdduizend individuen in zich herbergt, al naar gelang de blik van zijn medemensen. Maar wie is hij dan, als 'ik'?

Wie kent niet dat ongemakkelijke moment waarop het beeld dat je van jezelf hebt, ineens begint te wankelen? Pirandello prikt niet zozeer door de buitenkant heen, maar door de zekerheid waarmee we onszelf 'ik' noemen.

Je kunt *Iemand, niemand en honderdduizend* lezen als sublieme literatuur, wat het ook is. Pirandello kreeg niet voor niets de Nobelprijs voor Literatuur toegekend. Voor mij blijft vooral dat ene inzicht geniaal: dat ons 'ik' minder vast is dan we meestal denken.

Het is ook het idee van relativiteit van het 'ik', dat ik nog steeds meesterlijk vind. We leven allemaal in één lichaam en we ervaren onszelf meestal als één 'ik', terwijl we tegelijk zo verschillend kunnen bestaan in veler ogen (waaronder die van onszelf), en in allerlei contexten. Soms wordt dat in één klap duidelijk, door iets groots, of door een klein detail dat niemand belangrijk vindt, behalve jij.



Wat er met mij gebeurde voor de etalageruit doet me denken aan dat moment op 21 oktober 2011, waarop ik in de spiegel van de hotelkamer keek, kort nadat het hoofd van de Spaanse kustwacht had gezegd dat ik maar beter naar huis kon gaan en dat ze mijn zoon, die in de zee verdwenen was, niet meer zouden vinden. Ik wist toen nog niet dat er daar, in die hotelkamer, iets was begonnen wat ik jarenlang niet als verhaal zou herkennen, maar wat zich ondertussen al in mij aan het schrijven was, wachtend op de woorden die ik er pas veel later voor zou vinden.

Daarna kwam de ziekenhuiskamer. Die kamer waarin ik een paar jaar geleden vele maanden heb doorgebracht, in een poging te genezen van een zware vorm van kanker.

Een ziekenhuis heeft zijn eigen soort stilte. Niet de stilte van kalme rust, maar een stilte van wachten in onzekerheid. Een gang waar het licht net te wit is. Stoelen die iets te netjes staan opgesteld. De geur van desinfecterende middelen die alles gelijkschakelt. De arts praatte rustig, zorgvuldig. Hij zei woorden die je liever op afstand houdt, ook al gaan ze over jou.

Op een bepaald moment viel er een zin als een nuchtere definitie nadat ik hem een vraag had gesteld.

‘Kanker is groei zonder richting.’

Ik knikte. Je knikt in zulke kamers vaker dan dat je het echt begrijpt. Maar die zin bleef bij me. Groei zonder richting. Drie woorden. Beweging zonder bedoeling. Een systeem dat maar doorgaat, uitbreidt, sterker lijkt te worden, terwijl het ondertussen zichzelf ondermijnt.

Na het bezoek van de dokter keek ik in de spiegel. Alsof ik nu pas zag wat ik al die tijd al had gezien.

In de maanden erna merkte ik hoe die zin zich in mijn hoofd had vastgezet en mij een nieuwe blik op het leven had gegeven. In alles. In hoe ik mijn eigen leven weer probeerde op te pakken. In de

manier waarop ik anderen observeerde. Hoe wij mensen werken, reizen, praten, plannen maken, in een tijd waarin alles sneller lijkt te moeten, groter, voller, zichtbaarder; alsof ‘meer’ het antwoord is op elke twijfel. En tegelijk voel je dat er iets niet klopt. Dat er wel veel beweging is, maar weinig richting. Dat we soms zo druk zijn met doorgaan, dat we vergeten te vragen waarheen.



Maar misschien moet ik nog veel verder terug. Naar het moment dat ik abrupt, kort na mijn achttiende verjaardag, het ouderlijk huis verliet. Mijn vader kwam thuis van een kerkdienst waarin hij zelf was voorgegaan. De Bijbel lag op tafel op zijn vaste plek. Ik schraapte al mijn moed bij elkaar en zei dat ik, als eerste van de kinderen, het huis ging verlaten. En, terwijl ik naar dat boek wees, dat het me een goed idee leek om dat ook achter me te laten. Mijn vader keek me aan zoals hij dat kon, scherp en aandachtig, alsof hij me nog één keer wilde wegen. Toen zei hij: ‘Dat is goed jongen, dan mag je nu zelf de betekenis van je leven gaan vinden.’ Het klonk als een zegen. En pas veel later begreep ik de tweede laag van die zin. Het was ook een opdracht. Een oproep om mijn eigen richting te vinden en te kiezen.

Die oproep is nog steeds van belang. Niet alleen voor mij, maar voor heel veel mensen. Wat geeft ons richting, in een tijd waarin de grote verhalen niet meer met een hoofdletter worden geschreven, terwijl buiten de aarde opwarmt, grenzen verharderen en mensen elkaar steeds moeilijker lijken te bereiken? De vraag om ‘een nieuw verbindend verhaal’ hoor ik steeds vaker in de kleine ruimte na afloop van een ontmoeting. In foyers na een optreden, in gangen, aan de rand van een gesprek. Vaak wordt het uitgesproken als een zucht, met die blik die je ook ziet bij mensen die te lang hebben geprobeerd hun verdriet alleen te dragen. En steeds meer krijg ik door: als er geen verhaal meer is dat ons optilt, zoekt de onrust

vanzelf een ander richtpunt. Desnoods een vijand. Want als een waarachtig perspectief ontbreekt, wordt onzekerheid een raar soort vacuüm, met een aanzuigende werking op snelle antwoorden. Dan krijgt onmacht een vaak nare stem, en die stem zoekt zijn eigen richting, desnoods in razernij.

Daar is in de afgelopen jaren een nieuwe urgentie bij gekomen. Kunstmatige intelligentie zal ons steeds vaker helpen zoeken, schrijven, kiezen en antwoorden. Maar zij begint bij de vragen die wij stellen, en die vragen komen nooit uit het niets. Ze dragen onze taal, onze verlangens, onze blinde vlekken. Juist daarom wordt het belangrijker dan ooit om te leren herkennen in welk verhaal wij leven. Alasdair MacIntyre schreef ooit dat je pas kunt weten wat je moet doen wanneer je begrijpt van welk verhaal, of van welke verhalen, je deel uitmaakt.

Het ongemakkelijke inzicht dat bij mij opkwam is dit: wat we meemaken, van de schade aan de aarde tot het schuren van ideeën en politieke standpunten in onze cultuur, lijkt niet alleen een economische of politieke crisis. Het is ook een crisis op het gebied van eerbied voor en diep besef van wat en wie wij wezenlijk zijn.

Ik aarzel om het woord spiritueel te gebruiken. Dat klinkt al snel als iets waarvoor je je moet verantwoorden, of als iets wat je bewaart voor wanneer de feiten op zijn. Wat ik bedoel is eenvoudiger, en tegelijk ongemakkelijker: de vraag of wij nog ergens voor kunnen buigen. Niet in grote woorden, maar in de manier waarop wij kijken, hoe we omgaan met al wat leeft, en daarbij grenzen weten te erkennen die niet door onszelf zijn bedacht.

Als beschaving hebben wij het punt bereikt, lijkt het wel, waarop we ons gedragen alsof niets nog heilig is. Niet per se omdat we geen godsdienst meer hebben, maar omdat we ons nauwelijks nog oefenen in ontzag, voor iets wat ons overstijgt en ons begrenst. En waar dat ontzag verdwijnt, wordt de wereld al gauw puur materieel. Dan eten we haar op, stukje bij beetje, onder het mom van vrijheid. Mede omdat de waarachtig grote verhalen ontbreken.

Ik schrijf ‘grote verhalen’ en ik voel de weerstand meteen. Alsof je daarmee een nostalgie oproept die niet past bij het nu, met alle vrijheden die we tegenwoordig lijken te hebben verworven. Alsof elke poging om op die manier richting te zoeken verdacht is, omdat het al snel klinkt als opgelegde moraal, dogma’s of systemen. Maar ik doel op iets eenvoudigers. Waar kunnen we op terugvallen wanneer bepaalde vanzelfsprekendheden verdwijnen? Welke woorden en ideeën houden stand wanneer de grond onder onze voeten verschuift, letterlijk of figuurlijk? En wat zorgt ervoor dat we dan niet alleen reageren, maar ook echt kiezen?

In dit boek leg ik vier perspectieven naast elkaar, niet omdat ik denk dat ik daarmee volledig kan zijn, maar omdat juist deze vier domeinen veel zeggen over hoe wij vandaag richting zoeken.

Economie bepaalt in hoge mate wat wij waardevol noemen. Wetenschap bepaalt hoe wij werkelijkheid en waarheid begrijpen. Kunst opent een ruimte waarin waarneming, verbeelding en ervaring opnieuw kunnen gaan spreken. Spiritualiteit zoekt naar woorden voor wat ons overstijgt, begrenst en draagt.

We zijn die domeinen vaak als losse werelden gaan behandelen, terwijl ze in een mensenleven voortdurend door elkaar heenlopen. Wat wij waardevol noemen, raakt aan wat wij waar achten. Wat wij weten, verandert door wat wij durven zien. Wat wij ons kunnen voorstellen, bepaalt mede waar wij ons aan toevertrouwen. Daarom breng ik ze in dit boek bij elkaar: om te onderzoeken waar richting ontstaat wanneer waarde, werkelijkheid, verbeelding en betekenis elkaar weer raken.

De eerste twee perspectieven, economie en wetenschap, horen bij het deel dat ik Iemand noem. Zij laten zien hoe wij van buitenaf gevormd, geordend, benoemd en begrensd worden, door systemen, taal, kennis, verwachtingen en categorieën die ons houvast geven, maar ons ook kunnen vastzetten. Het economische denken is daarbij, zeker in de afgelopen decennia, steeds meer de domi-

nante lens geworden, doorgedrongen tot diep in gebieden als zorg, onderwijs en zelfs menselijke relaties, waarbij waarde al snel wordt vertaald in termen van nut, rendement of uitwisseling. Wetenschap kan daar iets wezenlijks tegenover zetten, doordat zij onze maakbaarheidsfantasie corrigeert en ons opnieuw confronteert met grenzen, perceptie, werkelijkheid en afhankelijkheid.

De andere twee perspectieven, kunst en spiritualiteit, horen bij het deel Niemand. Niet omdat daarin niets of niemand meer overblijft, maar omdat juist daar de vaste vorm van wie wij denken te zijn even kan openbreken. Kunst scherpt onze waarneming en verbeelding, en maakt ruimte voor wat zich niet direct laat vastpinnen. Spiritualiteit, religieus of niet, bewaart woorden voor grote ideeën, woorden als trouw, waardigheid en overgave.

Juist die woorden zijn schaarser geworden in een cultuur die minder wil vormen en inspireren dan verleiden. Niet alleen goederen, ook kennis, beelden, lichamen en hele identiteiten worden aangeboden, gemeten en geoptimaliseerd. Waar een cultuur arm wordt aan idealen en aan taal voor wat werkelijk van waarde is, krijgt het economische perspectief vanzelf meer gewicht. Dan kan bijna alles worden gelegitimeerd, zolang het maar 'werkt'. In dat stille 'waarom eigenlijk niet' begint de verschraling. Niet omdat economie onbelangrijk is, maar omdat het economische denken in zijn huidige vorm, zonder tegenstem, te zwaar gaat wegen, en alles wat kwetsbaar, te traag of niet direct meetbaar is naar de achtergrond drukt. Dan raakt ook de kwetsbare ander gemakkelijk uit beeld. De economische mens verschijnt tegenover ons als klant, profiel, dossier of doelgroep. Zo verarmt niet alleen onze taal, maar ook ons geweten.

Ik heb eerder gezocht, via andere vragen en in andere boeken. *Wie kies je om te zijn* was voor mij een directe ingang, omdat die vraag je niet laat ontsnappen en voorkomt dat je blijft hangen in te veel theorie. *De wereld dat ben jij* bracht me dicht bij de rol die onze

omgeving daarin speelt, in het besef dat onze identiteit niet los verkrijgbaar en ook niet maakbaar is. Het is ook een vraag die in mijn wekelijkse gesprekken met vriend en emeritus hoogleraar psychologie Paul Verhaeghe steeds weer terugkwam: hoeveel van wat wij 'ik' noemen, is eigenlijk mee gevormd door de wereld waarin wij leven? *Dit kan ook een goede tijd zijn* was een poging om niet alleen verlies te zien, maar ook een opening, zonder het donker weg te poetsen. *Retraite in zakformaat* werd een poging om inzichten klein en draagbaar te maken, een zin in je jaszak, licht genoeg om mee te nemen en zwaar genoeg om bij stil te blijven staan.

In mijn zoektocht stond de ontmoeting daarbij steeds centraal. Niet om simpelweg te verzamelen wat interessante mensen denken, maar om te merken wat er gebeurt wanneer je elkaars perspectief echt laat binnenkomen. Ik schreef deze gesprekken niet alleen op, ik filmde ze ook. Uit dat materiaal ontstonden later korte filmpor-tretten, bedoeld om iets vast te leggen wat zich niet altijd makkelijk laat navertellen. Menselijkheid krijgt pas gestalte als we belangstelling tonen voor het wereldbeeld van de ander, en de tijd nemen om te luisteren, ook wanneer de inhoud schuurt. In een wezenlijke dialoog worden wij zelf iemand, telkens opnieuw. Een ontmoeting met een ander is ook een ontmoeting met onszelf. Het begint bij aandacht, die de ander weer tot een echt mens maakt, tot iemand die je niet kende, die je niet verwacht had, en daardoor 'echt', voor-bij het verwachte. En die ontmoetingen kunnen in mij weer verder leven en spreken.

En toch verschoof gaandeweg de focus, bijna ongemerkt. Door mijn ziekte en het nieuwe leven dat zich daarna ontvouwde. Door mijn eigen ouder worden. Omdat ik de tijd en ook mezelf anders ben gaan beleven. Ik merkte dat 'houvast' niet altijd genoeg is. Slechte houvast werkt verstarrend. Echte houvast doet het tegen-overgestelde, en staat mij toe los te komen van wat ik dacht te zijn. Richting zoeken gaat over beweging, maar dan wel de soort bewe-ging die niet alleen maar van tevoren vastligt.

Wat hier nu volgt zijn ontmoetingen, scènes, observaties en gesprekken waarin niet alleen antwoorden werden gezocht, maar er ook iets op het spel stond. Ik wil onderzoeken waarom iets werkt, waar iets faalt, waar iets schuurt. En ik wil dat zo opschrijven dat de lezer ruimte houdt om zichzelf te herkennen, zonder dat ik hem dwing om mijn route over te nemen.

En ergens in en tussen al die bladzijden blijft die ene vraag meeklinken, zoals een verhaal dat je later pas goed begrijpt. Wie ben je zonder het verhaal dat je over jezelf bent gaan geloven? Wie ben je, als je jezelf niet meer kunt vastpinnen op één versie, op de 'iemand' die jij dacht (en anderen dachten) te zijn? Wat blijft er over wanneer die beelden van jezelf beginnen te schuiven?

Misschien begint het altijd met iets kleins. Een blik in een etalageruit. Een woord dat blijft haken. Een zin in een ziekenhuiskamer, of een moment in het ouderlijk huis. Wat daarna overblijft is de vraag hoe je er zelf betekenis aan kunt geven. Precies zoals mijn vader zei.

Als de maat van de markt overal binnendringt

Er is in elke supermarkt wel een moment waarop je jezelf iets ziet doen wat je niet bewust hebt besloten. Je staat bij een zelfscan, een broodje in je hand, en de handeling gaat zelfs sneller dan je aandacht. *Piep. Piep.* Achter je iemand die verzucht of het nog lang duurt, voor je een scherm dat vraagt of je een bon wil. Het is onschuldig en daarom verraderlijk: zo begint het, met gemak. Met de belofte dat alles beter wordt als we het efficiënt organiseren. Niemand heeft het ons opgedragen. Juist daarom gaat het misschien zo moeiteloos. Zo begint een groot verhaal vaak klein: niet als ideologie, maar als gewoonte.

Nee, economie of marktdenken is geen vijand, wel een macht die ongemerkt onze taal heeft overgenomen. Het is een taal die schat, weegt, vergelijkt, en daarmee haar orde oplegt aan onze wereld. Maar zoals elke taal heeft ook deze haar blinde vlekken. Ze kent het verschil wel tussen goedkoop en ongezond, maar dat past niet in haar orde. Ze kan nauwelijks uitdrukken wat je niet kúnt versnellen zonder iets anders stuk te maken. En ze heeft de neiging om steeds weer dezelfde vraag te stellen: wat levert het op? Zelfs op plekken waar je liever een andere vraag zou willen horen; in beleid, op het gebied van de zorg, het onderwijs, maar ook van menselijke relaties.

Plus: na verloop van tijd dreigt die taal niet alleen onze keu-

zes, maar ook onze verlangens te bepalen. Ze leert ons anders kijken, eerst naar de wereld, daarna naar onszelf. Wat begon als een manier van rekenen en regelen, is ondertussen onze gewoonten, verwachtingen en waarderingen binnengedrongen. De taal van de economie zegt niet alleen meer iets over prijzen, maar ook over mensen, over ons. Dat kan nuttig zijn, ja – maar niet altijd en overal.

Daarom begint dit boek bij Iemand. Iemand die op een dag merkt dat hij allang gelezen wordt, op allerlei manieren. In statistieken, profielen, budgetten, systemen die allang iets over hem zijn gaan weten voordat hij er zelf woorden voor heeft gevonden. Zijn werk verschijnt in cijfers, zijn waarde in beoordelingen, zijn tijd in agenda's en schema's. Langzaam is hij zich gaan voegen naar de taal waarin hij wordt aangesproken: inzetbaar, productief, effectief. Soms zelfs met een zekere trots, omdat die taal helderheid geeft en erkenning belooft. 'Wat ik doe en ben is meetbaar, dus ik tel mee.' En wat zich niet laat tellen, verdwijnt gemakkelijk uit beeld.

Nu die taal overal binnengedrongen is, voelen we ook hoe het gaat wringen. 'Genoeg' lijkt in het economische taalgebruik een vreemd woord, een bijna gênant excuus voor gebrek aan ambitie. Een boswandeling lijkt een remedie, een efficiency-moment, een stukje herstel om daarna weer harder te kunnen gaan. Daarmee verandert ook de toon van de cultuur. Zij wil ons minder vormen en inspireren; productief maken en verleiden voeren de boventoon. Niet alleen goederen, ook lichamen, bepaalde kennis en zelfs hele identiteiten komen in omloop. En ondertussen, bijna onmerkbaar, vindt overal verschraling plaats. Wanneer het leven alleen maar efficiënter en oppervlakkig geleefd dient te worden, hoeft het niet langer verstaan te worden als iets wat om aandacht, duiding en betekenis vraagt. Dan volstaan resultaat en winst.

Dingen die we normaal noemen

Mijn huis en ik hebben een stille afspraak: ik breng de routines in, borden en glazen keren terug op hun plek, de jas komt aan dezelfde haak, en het huis betaalt mij terug in voorspelbaarheid en rust. De krakende trede luidt mijn ochtend in; de waterkoker geeft aan wanneer de dag begint. Zo houden rituelen ons beide in stand, lijkt het: huis en bewoner, gewoonte en geruststelling.

Maar zoals elk huis kent ook het mijne zijn schaduwplekken, waar gewoontes niet doordringen. De la met 'van alles en nog wat': oude sleutels zonder slot, muntjes die naar vreemde handen ruiken, vullingen van een verloren vulpen, verstrikt in de snoeren van vergeten opladers uit een vorig decennium. En de zolderkast die zelden opengaat. Daaromheen daalt stof neer, als een dun laagje geruststelling, dat alles grijs en gelijk maakt.

Soms heb ik het gevoel dat het huis mij beter kent dan ikzelf. Het ziet hoe ik langs de spiegel loop zonder mijn blik te laten landen. Hoe een koude rilling eerder een draai aan de thermostaat oproept dan een vraag. Hoe ik soms een nieuwe mail open, voornamelijk om een vervelende gedachte te ontwijken.

Het huis kijkt terug. In het schilderij dat ik al weken recht moet hangen. In de lijmmresten van een losgeraakt hoekprofiel op de trap. In de klok die een halve minuut achterloopt, alsof de tijd mij iets kwijtscheldt. In die kleine afwijkingen schuurt ook een vraag: deze

dingen zie ik nog, maar wat ontgaat me omdat het inmiddels bezonken is tot gewoonte? Het hoeft geen scheve neus te zijn die voor ontregeling zorgt. Soms is het een schilderij dat scheef hangt, of een woord dat je te vaak gebruikt. Iets kleins dat ineens laat zien dat je jezelf minder goed kent dan je dacht.

In een uithoek van mijn geest ben ik mij ervan bewust hoe vaak ik het woord 'normaal' uitspreek om de dag in model te houden. 'Normaal eten' of 'normaal doen'. Het werkt, dat wel. Als een bezwering. De dag legt zich gehoorzaam neer. Maar wat verdwijnt er als we iets normaal noemen, zonder verder nadenken? Welke vraag leg ik daarmee het zwijgen op? En welk verhaal bevestig ik daarmee ongemerkt? Want normaal is zelden alleen dat wat vertrouwd voelt. Zo kan het economische denken vaak ongemerkt het dagelijks leven binnenkruipen: via de vraag of iets handig is, efficiënt, rendabel in tijd en aandacht. Maar is wat werkt daarmee ook het juiste?

Maandagochtend. Een klein appartement op de eerste etage in Amsterdam-West. De voordeur klemt en hem openkrijgen vraagt de nodige kracht, met als extra belemmering de tassen vol apparatuur die ik in mijn handen heb, in een poging om alles in één keer mee naar binnen te nemen. Het trappenhuis doet denken aan een studentenhuus, toch is het adres juist, want boven in het trapportaal klinkt een stem die zegt dat ik door mag lopen. Kort daarna wring ik me door een kleine hal vol jassen en sportschoenen. De eclectische inrichting van de kamer, met meubels en gewoontes die nog geen vaste plek hebben gevonden, verklaart mijn gastvrouw met een verontschuldiging: ze is nog niet zo lang geleden bij haar vriend ingetrokken.

In *de Volkskrant* las ik over haar, een dwarse stem in de psychologie. Lieke Asma, 41 jaar, filosoof én psycholoog. Het artikel over haar boek *Blinde vlekken* trok mijn aandacht. Was het de tegendraadse toon? De titel van haar boek? Of de foto bij het krantenartikel, waarop ze met een eigenzinnige blik in de camera kijkt? Ik

stuurde haar een e-mail, waarna ze had voorgesteld om eerst digitaal nader kennis te maken. Dat klikte. En nu ontmoeten we elkaar bij haar thuis. Ik herken de doorleefde bruinleren stoel waar ze zijwaarts in poseerde, met een uitspraak van haarzelf als onderschrift: 'Nog steeds denken veel mensen bij filosofen aan mannen met indrukwekkende baarden.' Van dat beeld, en wat er verder in de context daarvan in de verbeelding vaak wordt meegenomen, blijft in deze ruimte weinig over. Zelfs de boekenkast is zeer bescheiden vergeleken met het beeld dat ook ik in mijn hoofd heb van filosofen en psychologen.

We gaan zitten en Lieke vertelt dat ze de overstap naar filosofie maakte naar aanleiding van een presentatie die ze moest geven over haar afstudeeropdracht over pijnperceptie, waarbij ze zich plotseling realiseerde dat ze eigenlijk geen flauw idee had waar ze over sprak: 'Kun je die perceptie wel goed meten in iemands hersenactiviteit?' Ze realiseerde zich dat het om een veel bredere vraag ging, omdat het gaat over hoe lichaam en geest samenhangen. Kun je überhaupt iets zeggen over wat pijn is, zonder iemands persoonlijke perspectief mee te nemen? In die vraag naar pijnperceptie ligt namelijk ook al een andere vraag besloten: wat krijgt in onze huidige tijd eigenlijk gezag? Alleen dat wat zich laat meten?

'Dus,' zegt ze, 'ben ik ook filosofie gaan studeren, om mezelf met die bredere vragen te kunnen bezighouden. En als gevolg daarvan ben ik veel kritischer geworden op het onderzoek binnen de psychologie. Wat is wetenschap en waar houdt dat op?'

Een grote vraag, weet ik al langer. Wetenschap kan toetsen, mechanismes blootleggen, kwantificeren en informeren, maar niet beslissen wat we vervolgens moeten willen. Wetenschap levert feiten, maar geen betekenis. Wetenschap geeft alleen antwoorden op de door wetenschappers gestelde vragen; stel andere vragen en je krijgt andere 'feiten'. Binnen de wetenschap heerst ook een sterke neiging om alles vooral meetbaar te willen maken, maar daarmee raken de minder meetbare dingen op de achtergrond, of

verdwijnen zelfs uit beeld. Dit ging bij Lieke wringen. Menswetenschappen die niet-meetbare dingen bestuderen zijn immers ook fundamenteel anders dan natuurwetenschappen. ‘Kun je het gevoel buitengesloten te worden dat iemand ervaart meetbaar maken? En waarom moet er eerst een meetinstrument voor worden ontwikkeld, in plaats van dat we gewoon luisteren naar mensen die dit soort ervaringen hebben?’

Terwijl ze spreekt komt de dooddooener ‘Meten is weten’ in me op. En ook die mantra wringt plotseling binnen de context van ons gesprek. Grafieken geven vaak inzicht op basis van vooraf bedachte categorieën, ja, maar dat is nog geen betekenis. En daarbij: wat meten we eigenlijk? Scherpste betekent nog geen scherpzinnigheid, decibels zeggen niets over aandacht, frequentie niet over gevoel. Meten is alleen weten zolang we ruimte laten voor en nieuwsgierig blijven naar wat er niet zichtbaar is, of zelfs niet eens kan worden vastgelegd.

Lieke ging de bredere twijfels over haar vakgebied gaandeweg ook op zichzelf betrekken. Ze vertelt hoe confronterend het voor haar was toen ze erachter kwam dat zelfs het beeld wat ze van zichzelf had niet klopte. Ze was opgegroeid met het idee dat ze – anders dan haar voorouders – in een geëmancipeerde wereld leeft, waarin mensen, anders dan vroeger, eindelijk wél eerlijke kansen krijgen, en iemands positie in de samenleving niet langer bepalen door afkomst, gender en etniciteit. Dat beeld van zichzelf moest ze al snel bijstellen toen haar duidelijk werd dat het beeld dat we van onszelf hebben sterk kan verschillen van hoe we ons daadwerkelijk gedragen. Als voorbeeld noemt ze de impliciete vooroordelen die ons vaak onbewust leiden, waardoor we blijkbaar in staat zijn iemand ongelijk te behandelen zonder dat we dat willen en zelfs zonder dat we het zelf in de gaten hebben. ‘Een persoon met de naam Anna wordt nog altijd eerder uitgenodigd voor een sollicitatiegesprek dan iemand die Aisha heet.’ Vaker dan we willen toegeven zit er verschil tussen wat we denken, of menen te denken,

en wat we doen. Er zijn zoveel dingen die we normaal vinden, zegt ze, terwijl die eerder normatief en veel minder normaal zijn dan we aannemen.

‘Normaal’, daar zijn we weer. Het is een even noodzakelijk als verraderlijk woord in ons leven. Het klinkt onschuldig, maar draagt ook gevaren in zich als je het te gemakkelijk gebruikt. We beroepen ons er meestal op met de beste bedoelingen, maar juist daar, zegt Lieke, gaat het mis: ‘Ook met de beste intenties vinden mensen dingen “normaal” die ze jaren later toch problematisch, vreemd of opvallend blijken te vinden.’ Meteen moet ik denken aan haar uitspraak onder de foto in de krant over ‘filosofen met indrukwekkende witte baarden’. Normaal is wat we verwachten te zien, of te horen, op grond van wat onze omgeving ons in de loop van de jaren geleerd heeft. Maar dat ‘normaal’ is in de huidige tijd niet alleen een sociale of psychologische aangeleerde gewoonte. Het draagt ook de sporen in zich van een economisch wereldbeeld dat zich via woorden als efficiëntie en rendement in ons denken heeft genesteld. Wat vanzelfsprekend lijkt, blijkt vaak al gevormd door een taal die niet alleen beschrijft hoe wij leven, maar ook voorschrijft wat als verstandig, productief en dus ‘normaal’ geldt.

Zelf heb ik ook gemerkt hoe vaak ik het woord ‘normaal’ gebruik als rustpunt in een onrustige wereld. Zoals de krakende traprede mijn thuisgevoel versterkt. Onze verwachtingen ordenen de wereld, maken die voorspelbaar en dus ‘veilig’. Dit is normaal, want dit is wat ik verwacht. Wanneer dat niet het geval is, ervaren we onrust.

Normaal. Sinds mijn ziekte weet ik ook hoe verraderlijk geruuststellend dat woord kan zijn. Eén goede uitslag, één dag waarop het lichaam zich gedeisd houdt, en je wil meteen denken: zie je wel, alles is weer normaal. Terwijl het lichaam zelf een andere taal spreekt. Het laat je voelen dat terugkeer niet hetzelfde is als herstel, en herkenning niet hetzelfde als veiligheid.

Iets ‘normaal’ noemen is een mentale sluiproute: efficiënt, maar vooral geruststellend, moreel of anderszins. Ik herken het dus ook bij mezelf. Zodra iets schuurt, grijp ik gemakkelijk naar woorden die de onrust weer in het gareel brengen. Normaal. Logisch. Zo gaat dat nu eenmaal. Het geeft rust, al is het soms een rust die iets toedekt. Maar wie of wat raakt er uit beeld wanneer we het woord ‘normaal’ de doorslag laten geven? Welke vanzelfsprekendheid lift er mee op onze vaak oprecht goede bedoelingen? Ontstaat de richting die we vervolgens kiezen dan uit een echte keuze? Of vooral uit gewoontes of aannames die ons ongemerkt sturen? De vraag ‘Wat zullen anderen hiervan denken?’ Het onpersoonlijke ‘men’ dat in ons digitale tijdperk tegenwoordig overal aanwezig is. Zoals iemand in een appgroep onlangs opmerkte: ‘Men is hier klaar mee.’ Of in een post op X: ‘Men tolereert dit niet.’ Geen naam, wel veel reposts. Alsof er allang een oordeel in de lucht hangt, waar je je maar beter naar kunt voegen. En juist daar begint het te wringen: hoeveel van wat ik een eigen keuze noem, is werkelijk van mij? En misschien gaat het nog verder. Misschien is niet alleen mijn keuze minder van mij dan ik denk, maar besta ik ook zelf allang in meerdere versies, in de verwachtingen, blikken en oordelen van anderen, nog voor ik goed en wel heb gezegd wie ik ben.

De ontmoeting met Lieke is voor mij een nieuwe oefening in het loslaten van de automatische piloot in mijn hoofd en het zoeken naar een bewuster moreel kompas. Niet uit wantrouwen over mijn eigen drijfveren, maar om mijn gevoeligheid en zelfkennis te verfijnen. Ook om mijn richting te bepalen. De richting die we zoeken is immers geen pijl op de kaart, maar een beweging die juist ontstaat zodra we bereid zijn onze ‘normaalstand’ te onderbreken. Onze richting berust meestal op gebaande wegen die we automatisch volgen in onze ‘normaalstand’; pas wanneer we de weg kwijt raken kunnen we een eigen weg vinden.

Maar daarbij rijst dus wel de vraag: in hoeverre hebben we als mens de mogelijkheid om zelf een bewuste keuze te maken over

welke richting we inslaan? Het belangrijkste onderzoek van Lieke in de afgelopen jaren, vertelt ze, richt zich op het al dan niet bestaan van de vrije wil. In haar definitie is de vrije wil: 'Het menselijke vermogen om omwille van zelfgekozen beweegredenen te handelen'. Een onderwerp waarop filosofen en psychologen zich al sinds de oudheid stukbijten. 'De doelbewuste keuze is de basis van onze verantwoordelijkheid,' zei de oud-Griekse filosoof en wetenschapper Aristoteles al. Veel moderne wetenschappers zijn daar, onder invloed van nieuwe neurologische inzichten, een stuk sceptischer over geworden. De titels van boeken als *Leven zonder vrije wil* (Derk Pereboom), *The Illusion of Conscious Will* (Daniel Wegner) en *De vrije wil bestaat niet* (Victor Lamme) spreken boekdelen.

In een gesprek dat ik een paar jaar geleden voerde met de bovengenoemde hersenonderzoeker Victor Lamme vatte hij zijn eigen sceptische houding samen in een oneliner: 'Je zou kunnen zeggen dat wij mensen geleid worden door drie drijfveren: hebzucht, angst en kuddegedrag.' Met hebzucht bedoelde hij: de drang naar meer, groter, mooier, beter en sneller. Precies de drang waarop een op groei gerichte economie voortdurend een beroep doet. Angst verwijst naar onze neiging om doemscenario's te ontwikkelen – tegenwoordig vooral gevoed door de media en/of de commercie –, die soms weinig met de realiteit te maken hebben en vervolgens maar al te vaak uitgroeien tot massahysterie. En kuddegedrag omdat wij mensen nu eenmaal sociale dieren zijn, zeer geneigd om automatisch over te nemen wat we anderen zien doen. Simpel gezegd: een ander zien gapen, doet gapen. 'Als je menselijk gedrag wilt begrijpen en beïnvloeden,' zei Lamme, 'moet je die drie dingen nooit uit het oog verliezen.'

Ik weet nog goed dat zijn stellige uitspraak destijds weerstand bij me opriep. Hebzucht, angst en kuddegedrag? Dat mocht misschien voor anderen gelden, dacht ik, voor mensen die zich lieten meeslepen door hypes, paniekberichten of de mening van de meerder-

heid. Maar ik? Ik was hier toch juist mee bezig uit eigen keuze, uit belangstelling, uit vrije wil? Tot ik merkte hoe vaak ook mijn eigen aandacht meebeweegt met wat zich aandient. Een bericht dat veel gedeeld wordt, krijgt vanzelf meer gewicht. Een boek waar iedereen het over heeft, lijkt al belangrijk voordat ik er één bladzijde van heb gelezen. Niemand wil graag van kuddegedrag worden verdacht. Juist daarom herkennen we het zo moeilijk bij onszelf.

Tegelijk: ons gedrag en denken zijn grotendeels wel degelijk een weerspiegeling van onze omgeving, en we beseffen dat nauwelijks. Vaak zijn we een soort aangepaste kopie van de verwachtingen van anderen (waarvan de 'ik' verwacht dat ze die van mij zullen hebben).

Lieke glimlacht bij de voorbeelden die ik geef over ons idee van (zelf)bewustzijn. Ze vertelt over het moment waarop zijzelf zich bewust werd van haar neiging om vooral die dingen te doen die ze kon afstrepen van haar to-dolijstjes. Ze stelde zich daardoor niet meer de vraag waarom ze deed wat ze deed, maar liet zich leiden door de meetbare en doelgerichte lijstjes, zegt ze. 'Maar waarom zou ik drie artikelen per jaar moeten schrijven als onderzoeker? En waarom dan specifiek dit ene artikel? Dat vergat ik me af te vragen.' Ze realiseerde zich dat met het afwerken van haar lijstjes andere, belangrijkere, kwesties naar de achtergrond werden gedrongen, en dat ze zonder erbij na te denken vooral verwachtingen van anderen aan het realiseren was.

Ik denk meteen aan de vele afvinklijstjes op mijn eigen werktafel, die vooral een rommelige en willekeurige opsomming laten zien van opwallingen die op enig moment in mij opkomen, of voortdurend terugkomen, net zolang tot het vaak niet meer nodig is om ze weg te strepen omdat ze na een lang verstreken houdbaarheidsdatum tevoorschijn komen en dan óf achterhaald zijn, óf zichzelf allang opgelost hebben. De manier waarop Lieke naar de dingen kijkt, laat mij ook met een nieuwe blik kijken naar mijn eigen lijstjes. Ze bevestigt mijn gevoel dat het geen enkel probleem

is om die af en toe uit het oog te verliezen.

Lieke wijst me ook nadrukkelijk op een ander gevaar van ons gedachteloos voegen naar het 'normale'. Wanneer de 'waarom-vraag' ontbreekt, zijn wij het zelf die een wereld creëren waarin de vrije wil nauwelijks nog bestaat – een wereld die grotendeels beleefd wordt op de automatische piloot, waarin, als je doorredeneert, niemand meer echt schuldig is en ook niemand echt vrij.

'De vraag is dus vooral: met wat voor bril kijken we naar de werkelijkheid?' zegt ze. Ondanks de recente inzichten van de neurologische wetenschap dat ons 'onbewuste brein' de allesbepalende factor is, bestaat er in haar ogen wel degelijk ruimte voor het perspectief van bewust handelen, hoe lastig dat soms ook is.

Ze vertelt over een televisiefragment van een paar weken geleden dat haar aan het denken zette. Hierin zwom een vrouw die vanwege ziekte haar borsten had moeten laten amputeren zonder topje in een zwembad, en werd daarop aangesproken door omstanders. De mensen in het zwembad wilden niet geconfronteerd worden met haar littekens. De vrouw was er zichtbaar verdrietig over. En terecht, denk ik meteen als ik het hoor. En toch: bij het beeld van de bikini- en borstloze vrouw vraag ik me ook af hoe ik zelf zou reageren. In het idee dat ik van mezelf heb ga ik ervan uit dat ik in zo'n geval zou proberen om zo tolerant mogelijk over te komen, maar als ik eerlijk ben, is er toch eerst die seconde van ongemak en schrik, voordat ik zou beseffen dat een compassievolle houding een betere keuze is. Dan bedenk ik dat het voorbeeld aangeeft dat er dus verschillende normaliteiten zijn. Een 'medisch normaal' met een bepaalde vrij absolute norm (vrouwen hebben borsten, geen littekens). Daarnaast is er een moreel normaal: vrouwenborsten horen bedekt te zijn in de openbare ruimte, niet bloot. Maar deze vrouw heeft eigenlijk geen borsten meer. Mag het dan nog niet? Omdat ze een vrouw is? Wat zegt dat dan precies?

'Mannen kunnen prima met een ontbloot bovenlijf op allerlei plekken zijn,' benoemt ook Lieke, 'op het strand of op de fiets zit-

ten, maar als vrouw moet je daar niet mee aankomen. Wij ervaren het in ons badpak, bikini of zwembroek naar het zwembad gaan als een bewuste, vrije handeling, maar is dat wel zo? Welke normen houden we daarmee in stand, zonder dat we het beseffen? Zelfs als onze intenties goed zijn?’

Kortom: we bedoelen het goed. Bijna altijd. En toch is dat niet altijd genoeg. Lieke heeft het in dit kader over het blinde-vlek-moment: dat je pas jaren later inziet dat wat jij ooit ‘normaal’ vond, later, met nieuwe inzichten en meer reflectie, toch problematisch blijkt, wanneer je erachter komt hoezeer bepaalde opvattingen weliswaar zijn aangeleerd, maar niet objectief gegrond. Dan blijkt dat oriëntatie vaak niet mis gaat door onwil, maar eerder door een scherm van onzichtbare aannames.

Soms breekt dat scherm. Door een klein voorval. Een blik van iemand. Een zin die blijft hangen. Of er kraakt plotseling een andere trede van de trap. Wat dan kan volgen is een andere betekenisverlening, die een andere norm naar voren schuift. En ineens komt het besef binnen dat je al jaren een weg volgt die je zelf nooit echt hebt gekozen, maar wel aangeleerd hebt gekregen. Zoals toen mijn dochter jaren geleden eens vroeg waarom ik het altijd zo druk had. Waarbij ik me realiseerde dat je een onderscheid kunt maken tussen ‘Ik heb het druk omdat ik als ik het goed wil doen het druk móet hebben, zoals iedereen’ en ‘Ik heb het druk met zaken waar ik echt zelf voor kies’. Je realiseert je dat je het woord ‘normaal’ hebt gebruikt als stopwoord, terwijl het eigenlijk een verdwijnpunt was. Een plek waar geen ruimte is voor twijfels en vragen, voor levenservaringen en meningen van anderen.

Mensen kunnen er echter ook bewust voor kiezen om andere normen te hanteren. In dezelfde lijn van Liekes voorbeeld: hoe denken wij eigenlijk over een burkini? Als onze keuzes en meningen méér willen zijn dan gewoonte alleen, moeten we misschien onze aangeleerde reflexen vertragen. En onszelf meer vragen stellen.

Op de terugweg van mijn gesprek met Lieke buitelen de gedachten door mijn hoofd. Welke keuzes maak ikzelf eigenlijk op de automatische piloot? Welke ideeën als ‘dit is normaal’ en ‘zo doen we dat hier’ bepalen mijn morele kompas? Welke gebeurtenissen en ervaringen maken dat je stilstaat bij je aangeleerde morele kompas en dan toch een andere richting uitgaat? Wijst die vraag niet op de essentie van wat Aristoteles al zei? Doelbewuste keuze is en blijft de basis van onze verantwoordelijkheid.

Bij het stoplicht op de Jan van Galenstraat kijk ik vanuit de auto toevallig bij een geopende voordeur een trappenhuis in. Elke verdieping heeft hetzelfde naambordje, hetzelfde lettertype, dezelfde plastic glans. De mensen die daar wonen noemen dat hun thuis. Maar wie ben ik als dat ontbreekt en wat kies ik wanneer ‘normaal’ niet langer richting geeft?

Is het woord ‘normaal’ in het dagelijks taalgebruik niet vooral een afweersysteem, erop gericht om de wereld herkenbaar en voorspelbaar te maken? Wanneer iemand over iets vertelt wat schuurt, een andere levensstijl, een afwijkend geloof, of een relatievorm die niet ‘de onze’ is, is onze eerste instinctieve gedachte vaak: ‘niet normaal’. Alsof we met dat ene woord de verwarring kunnen afweren die in ons opkomt. Dat doen we niet alleen om ons te beschermen tegen een kleine (of grote) vorm van innerlijke chaos, maar misschien soms ook tegen een dieper bewustzijn in onszelf, onze ongereflecteerde overtuigingen en zekerheden.

Aristoteles noemde bewustwording een verantwoordelijkheid, in de perceptie van Victor Lamme gaat het er vooral om dat we ons bewust zijn van de driften die aan ons trekken, en Lieke voegt daar, naast het belang van persoonsperspectief, aan toe dat onze vrije wil via bewustwording vooral een eigen keuze is.

Dat is waarom we dat woord ‘normaal’ dus niet zozeer moeten afleren, als wel beter moeten leren doorzien – als een collectieve aanname over de werkelijkheid die richting gaf en geeft, maar

waarvan we ook tot het besef kunnen komen dat die niet meer bij ons past. De 'normale' route is met alleen dat woord nog geen vaststaande route, en het is goed om ons af en toe af te vragen of die zogenaamd logische, 'normale' bestemming nog wel de onze is.