

AEX van de ziel



MAARTEN VAN DEN HEUVEL

# AEX

van de ziel

HOE ZELFHULPBOEKEN  
DE TIJDGEEST WEERSPIEGELEN

2021 Prometheus Amsterdam

Voor Marjelle

© 2021 Maarten van den Heuvel

Omslagontwerp Suzan Beijer

Omslagillustratie Jean-Claude Götting

Opmaak binnenwerk ZetSpiegel, Best

[www.uitgeverijprometheus.nl](http://www.uitgeverijprometheus.nl)

ISBN 978 90 446 4934 5

‘De menscheid maakt haar tijden, het individu doet wat zijn tijd van hem eischt.’

F. Bordewijk in *Karakter*



# Inhoud

Inleiding	9
1 Hoe het hoort. <i>Over wederopbouw</i>	13
2 De volwassene. <i>Over ontzuiling</i>	41
3 Bevrijd. <i>Over zelfontplooiing</i>	68
4 Gelijk. <i>Over man-vrouwverhoudingen</i>	85
5 De vonk. <i>Over new age</i>	107
6 Krijgen wat je wil. <i>Over marktdenken</i>	124
7 Mars en Venus. <i>Over man-vrouwverhoudingen</i>	147
8 Kwetsbaarheid. <i>Over de wereld na de crisis van 2008</i>	166
9 Geluk. <i>Over de wereld na de crisis van 2008</i>	192
10 Patronen	210
De zelfhulpboeken	232
Noten	237
Literatuur	265
Woord van dank	283





## Inleiding

Als ik u vraag wie u bent, wat zegt u dan? De kans is groot dat u iets antwoordt over uw werk. En wellicht iets over uw hobby's. Ikzelf heb de neiging om op die vraag iets te zeggen als: 'Ik ben opgeleid als historicus en werk als journalist. Ik maak televisieprogramma's en schrijf wel eens een boek. Ik houd van reizen en ga vooral graag naar Japan.' Dat was nog niet eens zo heel lang geleden geen vanzelfsprekend antwoord. Je kan je heel goed voorstellen dat in het midden van de jaren zeventig iemand een antwoord zou geven in de trant van: 'Ik ben een vrije geest.' En in de decennia daarvoor: 'Ik ben Jan, een van de vijf zonen van Van Dam van de Hoogstraat.' Dat Jan daarbij katholiek was zou hij er in het zuiden niet eens bij hebben hoeven zeggen. Dat was eigenlijk vanzelfsprekend. Maar als Jan in een stad woonde waar ook mensen van een ander geloof waren, dan zou hij zich haasten erbij te zeggen dat hij katholiek was.<sup>1</sup>

Met het veranderen van de tijdgeest verandert ook hoe veel mensen tegen het leven en tegen zichzelf aankijken.<sup>2</sup> Een ander voorbeeld daarvan zag ik in de tijd dat mijn vader in een verpleeghuis zat. Hij is inmiddels overleden, maar een aantal jaren

voor zijn dood werd bij hem dementie vastgesteld. Het voortschrijden van die ziekte, in combinatie met allerlei lichamelijke problemen, maakte dat mijn moeder op een gegeven moment niet langer voor hem kon zorgen. Dat betekende dat hij verhuisde naar een verpleeghuis waar mijn moeder elke dag een groot deel van de tijd met hem doorbracht. Dat was soms best zwaar en betekende dat ze weinig tijd overhad om aan zichzelf te besteden.

Als ze daarover aan – veelal jongere – kennissen vertelde, reageerden die steevast met: ‘Kan je het niet loslaten? Je moet wel goed voor jezelf zorgen, hoor!’ De implicatie was dat het gezond was om afstand te nemen van mijn vader en zichzelf voorop te stellen. En dat stuitte mijn moeder telkens tegen de borst. Zij wilde hem helemaal niet loslaten, omdat haar aanwezigheid mijn vaders lijden zichtbaar verlichtte en het leven voor hem aangenamer maakte. Ze was gevormd in een tijd dat je jezelf niet voor je partner plaatste en had de ontwikkeling naar een door individualisme gedreven maatschappij altijd met lede ogen aangezien.

Een paar jaar geleden kreeg ik *De moed van imperfectie* van Brené Brown in handen, een klassiek zelfhulpboek waarin de schrijfster het met mijn moeder eens is. Ze pleit in het boek juist voor meer gemeenschapszin. Daarnaast roept ze op om trots te zijn op je ‘rommelige, imperfecte, ongeregelde en uitgelubberde leven’ en houdt ze ons voor dat ‘het gevoel overal recht op te hebben en prestatiedruk een recept voor hopeloosheid en onzekerheid (is)’. Die boodschap sloeg zo aan dat het boek jaren in de bestsellerlijsten stond.

Nog maar zeven jaar eerder werd die lijst gedomineerd door een heel andere boodschap. Rhonda Byrne verkondigde in *The Secret* dat alles je ten deel zal vallen, als je het maar genoeg wil

en leeft alsof je het al hebt. Succes is een keuze. Een opmerkelijk verschil! Hoe komt het, zo vroeg ik me af, dat we in een paar jaar tijd zo massaal een heel andere boodschap zijn gaan omarmen? Is dat toeval, of zit daar iets achter?

De maatschappelijke omstandigheden waren in de tussentijd natuurlijk nogal veranderd. 2007 was een relatief optimistische tijd, maar in 2014 hadden we inmiddels zes jaar economische crisis achter de rug. Zou de populariteit van zulke verschillende boodschappen daar een reflectie van zijn? En zou het dan wellicht voor meer – of alle – sinds de Tweede Wereldoorlog veel verkochte zelfhulpboeken gelden dat ze een graadmeter van de tijdgeest zijn, zoals de AEX dat van onze economie is?<sup>3</sup> Zouden ze laten zien waar we op dat moment mee bezig waren, wat we belangrijk vonden, zouden ze kortom onze zielenroerselen van een bepaald moment weerspiegelen?

Er is al veel geschreven over zelfhulp. Grofweg kan je dat in twee categorieën onderverdelen. Er zijn schrijvers die een of meerdere methoden hebben uitgetoetst en daarover berichten, en er zijn wetenschappelijke studies naar de betekenis van zelfhulp.<sup>4</sup> Die laatste linken de zelfhulpboeken vaak aan wat de schrijvers neoliberalisme noemen: de maatschappijvorm waarin de economie een centrale rol speelt, ook in het overheidsbeleid, en van de burgers wordt verwacht dat die zichzelf managen en verkopen als waren ze een bedrijf. Zelfhulpboeken helpen hen daarbij, zo is de gedachte. Of dat hopen de lezers tenminste. Daarmee wordt de zelfhulp vaak gepresenteerd als iets statisch en wordt niet gekeken of er een historische ontwikkeling zit in de boodschappen die in de verschillende boeken worden uitgedragen. In die leemte wil dit boek voorzien.

Dit boek gaat daarmee over de samenhang tussen de ontwikkelingen in onze cultuur en de veranderende boodschappen in

de populairste zelfhulpboeken. Die ontwikkelingen in onze cultuur zijn natuurlijk niet eenduidig. Het is niet zo dat iedereen altijd over alles hetzelfde denkt. Maar er is wel altijd sprake van een dominant verhaal dat invloed heeft op de levens van veel mensen. Dat dominante verhaal is vaak zo ingesleten, dat het de natuurlijke en dus tijdloze gang van zaken lijkt te zijn. Maar dat is nooit zo, er is altijd sprake van verandering. En we zullen zien dat het dominante verhaal van een bepaalde tijd inderdaad wordt weerspiegeld in de bestverkochte zelfhulpboeken van die tijd. Die zo dat dominante verhaal verder helpen verspreiden.

Wat voor beeld krijg je dan van Nederland als je de populairste zelfhulpboeken op een rij zet? Waar waren we mee bezig? En wat veranderde daarin? Om dat te onderzoeken ben ik nagegaan welke zelfhulpboeken de bestsellerlijsten hebben gehaald. En vervolgens heb ik gekeken hoe die boeken in hun tijd pasten. Bij elkaar schetsen ze een beeld van de veranderingen in het persoonlijk leven in Nederland en het denken daarover. Over wederopbouw, ontkerkelijkking, over de focus op zelfontplooiing, over vrouwenemancipatie, omgaan met overvloed en de nadruk op de eigen verantwoordelijkheid en de grenzen daaraan in tijden van crisis. Een ontwikkeling die al vaker is samengevat als de individualisering in onze maatschappij. Al deze thema's zijn in de tijd dat ze spelen terug te vinden in de populairste zelfhulpboeken.

# 1

## Hoe het hoort

### *Over wederopbouw*

‘Dankbaar moet je zijn, nederig en klein.’

(Robert Long in *Dankbaar*)

‘Verlegenheid is in de kern der zaak een overdreven aandacht voor het eigen Ik. U denkt te veel aan uzelf en over uzelf. Daarom verbeeldt u zich dat u opvalt tussen alle andere mensen. Dat is slechts zelden het geval, indien u niet op de een of andere werkelijk opzichtige wijze de aandacht op u vestigt.’

(J.F. Shipley in *Verlegenheid overwinnen*,  
Kanarie-boekje no. 58)

‘Het is erg gesteld met de moraal. [...] er [is] opeens een uitgelatenheid, een ongegeneerdheid, een opdringerigheid in vrouwelijk Nederland gevaren... [...] Het ware toch verschrikkelijk, als dit, ons prachtige volk, dat zich heldhaftig door den allermoeilijksten tijd heensloeg, thans in een roes van lichtzinnigheid zijn eer en zijn toekomst zou vergooien!’<sup>1</sup> De Haagse priester die vlak na de Tweede Wereldoorlog in de krant *De Stem* aan het woord werd gelaten had geen goed woord over voor de vrouwen in Nederland. Het was

een in die tijd veelgehoorde klacht. Maar vrouwenblad *Margriet* zag ook een andere kant van die medaille: 'Ik heb in trein, tram en overal elders wel eens jongemannen hun visie over verkeer, verlovings, huwelijk hooren verkondigen. En ik ben tot ontstellende conclusies gekomen, waarover ik hier maar niet lang zal uitweiden. Je praat over zedenbederf der vrouw, helaas kunnen we beter praten over algemeen zedenbederf. Dát is een van de grootste naweeën van de oorlog en er zal heel wat apostelwerk moeten worden gedaan, eer het zedelijk peil weer enigszins verbetert.'<sup>2</sup>

Op 23 juli 1946 maakte Den Haag zich op voor de eerste zitting van het net verkozen parlement. Nederland was meer dan een jaar bevrijd, maar de oorlog en zijn nasleep hield nog iedereen bezig. In haar troonrede stond koningin Wilhelmina uitgebreid stil bij de problemen waarmee het land een jaar na de bevrijding nog kampte. Hoewel er al belangrijke stappen waren gezet, 'wachten ons nog vele en groote moeilijkheden, welke ik zoowel U als mijn geheele volk in ernstige en voortdurende overweging aanbeveel'. Daarom was er volgens de koningin ook maar één doel en dat is 'het leggen van een deugdelijken grondslag voor den geleidelijken wederopbouw van onze geestelijke en stoffelijke volkswelvaart'. Daarmee herhaalde zij de kern van haar eindejaarsboodschap van 1945, toen ze het had over 'de grote nood, stoffelijk, maar vooral geestelijk'.

Wat opvalt in de woorden van Wilhelmina, is dat ze tot twee keer toe extra nadruk legt op het herstel van het geestelijk welzijn. Verderop in de troonrede wordt nader ingevuld wat we ons daarbij moeten voorstellen: 'Maatregelen zullen worden voorbereid ten behoeve van een meer doeltreffende bestrijding van de openbare onzedelijkheid. [...] Bijzondere aandacht zal worden gewijd aan de bestrijding van de verwildering der jeugd.'

## Nooit een kwartje

Zo vlak na de oorlog bestond er een groot verlangen naar terugkeer naar de oude vooroorlogse orde, die als een oase van stabiliteit en rust werd gezien. In die orde kende iedereen zijn plaats en iedereen wist precies wat er van hem of haar werd verwacht. Standsverschillen speelden daarbij een grote rol.

Als je voor een dubbeltje geboren bent, bereik je nooit een kwartje, zong Louis Davids al. Aan de positie van gezagsdragers werd dan ook nauwelijks getornd. De pers vormde daarop geen uitzondering. ‘Goede morgen excellentie, goede middag excellentie, de hele middag buigen de mensen alom,’ aldus parlementair verslaggever van *de Volkskrant* Henry Faas over de houding van journalisten ten opzichte van ministers.<sup>3</sup>

De gezags- en standsverhoudingen in de maatschappij waren veel duidelijker dan tegenwoordig, tussen mannen en vrouwen, tussen ouders en kinderen, tot meneer de directeur, de pastoor of dominee. Standsverschillen werden in alle lagen van de bevolking gevoeld. Toen de sociaaldemocratische vakvereniging NVV aan het begin van de jaren vijftig wilde reorganiseren en de bonden per bedrijfstak opzetten, stuitte dat op fel verzet van de ‘witteboordenbonden’ van kantoorpersoneel. Die voelden zich ver boven de handarbeiders verheven waarmee ze moesten fuseren.

Iedereen was zich dus veel beter bewust van zijn vaste plek in de samenleving. Dezelfde Henry Faas verwoordde dat aldus: ‘Angst voor de onderwijzer, die met zijn veto kon tegenhouden dat je meedeed in de wereld van de beter gesitueerden. [...] Angst voor de pastoor, de ouderling. Angst voor het uniform. Angst voor het ongewone. Niet opvallen door spraak of kleding. [...] Angst voor de voorman. Het was zaak zijn hielen te likken.

Goede morgen, baas. Lekker geslapen, baas. Ja, met vrouw en kinderen gaat het ook goed, baas. Die angsten zijn niet weg.<sup>4</sup> Al was het maar omdat de neiging bestond om iedereen die zich niet wilde schikken naar de bestaande orde en de ermee gepaard gaande wederopbouwmoreel als onmaatschappelijk te bestempelen en tot paria te verklaren.

Een opmerkelijk voorbeeld daarvan valt in 1958 te lezen in de brievenrubriek van het damesblad *Margriet*. Een kruideniersvrouw schrijft hoe blij ze is met de bontjas die ze na lang sparen had kunnen aanschaffen. Maar: ‘Het feit dat ik als winkelierster een bontmantel draag doet ons klanten verliezen. [...] Op straat ontmoetten wij een klant van ons. Zij bekeek ons erg kritisch en de volgende dag toen onze bezorger bij haar aan de deur kwam, vertelde zij hem, dat zij niets meer van een kruidenier wenst te betrekken wiens vrouw een bontjas draagt.’<sup>5</sup> Dat was toen nog zondigen tegen de bestaande standsverschillen.<sup>6</sup>

Socioloog Cas Wouters heeft onderzocht hoe dat van invloed was op de omgangsvormen tussen mensen.<sup>7</sup> Hij constateert dat in de jaren voor de oorlog de neiging om standsverschillen te benadrukken met deftig gedrag alleen maar was toegenomen. En na de oorlog greep men daar weer volop op terug.

## Olie in het radarwerk

Dat betekende dat de omgangsvormen veel nauwkeuriger waren vastgelegd dan nu en dat ze afhankelijk waren van je sociale positie. Dat gold voor iedereen in de maatschappij, ook bijvoorbeeld binnen de arbeidersbeweging. Een redacteur van het nvv-blad *De Vakbeweging* schreef in 1950 over ‘piepjonge kantoor “heren”, die tegen oudere handarbeiders aan het “jijen en jouen” waren’.<sup>8</sup> Dat ‘jijen en jouen’ was gepast tegen mensen die



zich lager op de sociale ladder bevonden of op zijn best tegen mensen die met jou op gelijke voet stonden. Maar dan alleen wanneer je ze goed kende. Door te tutoyeren gaven de kantoorheren aan zich boven de handarbeiders verheven te voelen, ook al waren ze lid van dezelfde bond. Wat weer tegen het zere been van de handarbeiders was.

In het populaire boekje *Goede manieren* van Fred C. Brent zijn maar liefst acht van de 52 pagina's gewijd aan de juiste aanspreekvormen. Het werd verslonden, zoals blijkt uit een voorwoord in de zesde druk: 'De eerste vijf drukken van dit boekje waren in korten tijd uitverkocht, ofschoon die in een – voor ons land – tamelijk groote oplage waren verschenen. Dus stelden vele duizenden mensen belang in het onderwerp. Er moeten er nog duizenden zijn, want er is nog steeds vraag naar dit bescheiden werkje.' In 1952 was *Goede manieren* toe aan zijn dertiende druk. Die grote vraag was niet heel gek als je bedenkt dat de juiste omgangsvormen van essentieel belang waren om je te kunnen bewegen in de maatschappij. 'Goede manieren zijn de verkeersregels voor de dagelijkse omgang. Zij voorkomen botsingen en onaangename situaties,' zo kunnen we in *Goede manieren* lezen.<sup>9</sup>

Kleding speelde daarbij een belangrijke rol. Heren dragen hoeden, anderen een pet. Groet je iemand met een hogere sociale positie, dan gaat de hoed of pet af. Maar etiquette alleen is niet voldoende, zo betoogt Herbert N. Casson in het boekje *Prettig in de omgang*. Wil je echt goed overkomen dan moet je de gedragsregels gepaard laten gaan met vriendelijkheid, voorkomendheid en opgewektheid. Alleen dan kom je goed over en voorkom je dat je de ander in verlegenheid brengt. 'Met de hoed in de hand komt men door het ganse land', luidde dan ook een spreekwoord dat wil zeggen dat je met vriendelijkheid en beleefdheid het verst komt.

Zonder te weten 'hoe het hoort', misluk je in het leven en dat kan tot allerlei problemen leiden, zoals verlegenheid. In het boekje *Verlegenheid overwinnen* van dr. J.F. Shipley heet het: 'Goede manieren zijn van veel belang. Heel wat mensen zijn verlegen geworden, omdat zij niet weten, hoe zij verschillende dingen moeten zeggen of doen. Met andere woorden: zij zijn bevreesd om tegen de etiquette te zondigen. Het is goed om manieren te kennen, zodat u niet door boersheid opvalt. [...] Beleefdheid en goede manieren, geen overdreven manieren, zijn nu eenmaal de olie, die het raderwerk van onze maatschappij gesmeerd houden. Bezit u die olie en weet u haar op de juiste plaatsen te gebruiken, dan loopt uw leven op rolletjes en komt u vele malen sneller vooruit, dan de mensen, die een inferieure olie gebruiken en eigenlijk veel sterker zijn dan u.'<sup>10</sup>

Inmiddels zijn wetenschappers het erover eens dat manieren, en meer algemeen gedrag, voortkomen uit een wisselwerking tussen sociale en psychische processen. Maar de schrijver van *Verlegenheid overwinnen* kijkt daar anders naar. Hij ziet daarin een eenrichtingsverkeer: een gebrek aan kennis van manieren is de oorzaak van het gevoel van verlegenheid van zijn lezers. En het overtreden van allerlei gedragsregels ziet hij als terechte oorzaak van schaamte. Maar wist je je goed aan de bestaande normen te houden, dan zou het vanzelf wel goed komen met je gevoelens.

Emoties werden in deze tijd sowieso veelal afgedaan als iets negatiefs en de oorzaak van overtredingen en wangedrag.<sup>11</sup> De schrijver van het boekje *Uw persoonlijkheid versterken* beaamt dat. Onbeheerste emoties maken je ziek, zo stelt hij. Daarom moet je leren jezelf te beheersen, zodat je je 'gezonder, krachtiger, fit en beter bestand tegen vermoeienis voelt'.<sup>12</sup>

## Dokter, biechtvader en wijze opa

*Verlegenheid overwinnen, Uw persoonlijkheid versterken, Prettig in de omgang* en *Goede manieren* waren uitgegeven als delen van de serie Kanarie-boekjes van uitgeverij N.V. Maandblad Succes. Die uitgeverij was vanaf 1928 bekend geworden met de uitgave van het gelijknamige blad voor zakenmensen, dat tot in 1987 heeft bestaan. Langzaam breidde de uitgeverij haar portfolio uit met een hele reeks aan zelfstudieboeken, de Nederlandse Boekenclub en met de bekende Succes Agenda, die SRT, de opvolger van het bedrijf, nog steeds op de markt brengt.

Midden jaren dertig lanceerde het bedrijf voor het grote publiek het 'Geel succes-boekje', dat later een opvolger kreeg in de Kanarie-boekjes. Ze waren niet heel veel groter dan een pakje sigaretten, 12,5 bij 8,5 centimeter, en hadden meestal zo'n vijftig of zestig pagina's. Ze behandelden de meest uiteenlopende onderwerpen. In eerste instantie waren ze vooral gericht op werknemers met titels als *Met succes solliciteren, Wat een kantoorbediende moet weten* en *Zakendoen per telefoon*. Later verbreedde dat zich met onderwerpen als *Zo wordt u een goed dammer, Zo wordt roken een genot, Snel Spaans leren, Schoonheidsgeheimen uit Hollywood* en korte biografieën als die van Louis Pasteur en Paul Kruger. 'Zoo verscheiden zijn de onderwerpen, die de Kanarie-boekjes behandelen, dat er in het dagelijksch leven haast niets ter sprake komt, of de Kanarie-abonné kan er op den duur een boekje op naslaan.'<sup>13</sup>

De boekjes waren niet in de gewone boekhandel verkrijgbaar, maar konden worden besteld bij de uitgeverij of gekocht bij een van de filialen van Succes in Amsterdam, Rotterdam, Antwerpen en Pretoria in Zuid-Afrika. Je kon je er ook op abonneren. Ze waren goedkoop, in de oorlog gingen ze voor een kwartje per

stuk over de toonbank en voor 1 gulden had je er zes. '1 Kanarie in de hand scherpt en ontwikkelt het verstand, maar waar 6 Kanaries staan gaan moeilijkheden van de baan', luidt een in die tijd gevoerde reclameslogan. En in een andere advertentie valt te lezen: 'Hier is de lijst van boeken, die alle verkoop-records breken. Deze Kanarie-boekjes worden nu bij tienduizenden gedrukt en nòg kan nauwelijks aan den vloed van bestellingen worden voldaan.'<sup>14</sup>

Het is goed hierbij te bedenken dat het gemiddelde opleidingsniveau in deze tijd een stuk lager lag dan vandaag de dag. Velen betraden direct na de lagere school of de middelbare school de arbeidsmarkt. Dat betekende dat er veel talent niet ontplooid werd en er automatisch een grote markt was voor zelfstudie. Uitgeverij Succes, die een deel van haar titels uitgaf als *De universiteit voor zelfstudie*, sprong in op deze behoefte en gaat de hele oorlog door met het uitgeven van Kanarie-boekjes. Het bedrijf zou dat tot eind jaren vijftig blijven doen.

In de oorlog verschijnen de eerste boekjes met meer psychologische onderwerpen. *Verlegenheid overwinnen* is daar een voorbeeld van, maar ook een boekje als *Huwelijksmoeilijkheden voorkomen en overwinnen*. Daar zou het bedrijf na de oorlog mee verdergaan. Dat deed het met nieuwe titels als *Van schuchterheid tot zelfverzekerdheid* van F.C.B. de Haan, dat in 1955 verscheen.<sup>15</sup> Maar ook met heruitgaven van de eerder verschenen boekjes, zoals *Wat opgroeiende jongens moeten weten*<sup>16</sup> en *Wat opgroeiende meisjes moeten weten*.<sup>17</sup>

De psychologie was op dat moment nog een relatief jonge wetenschap, die in Amerika werd gedomineerd door de stroming van het behaviorisme. Behavioristen bestudeerden het zichtbare gedrag en probeerden te doorgronden hoe dat een gevolg was van prikkels en impulsen. In het door en door chris-

telijke Nederland gruwde men van die aanpak. Het behaviorisme werd gezien als een bedreiging voor een bevredigend geestelijk leven en de psychologie moest juist dienen om dat geestelijk leven te doorgronden. Daarmee waren de Nederlandse psychologen nauwer verwant aan hun Duitse vakgenoten. De eerste hoogleraar psychologie in Nederland, Franciscus Roels, verwoordde dat als volgt: '[...] in tegenstelling met het zuiver mechanisch gebeuren, bezit het gedrag, "behavior", een zinvolle structuur, die op verwezenlijking van waarden is gericht'.<sup>18</sup>

In 1946 werd Roels aangesteld als wetenschappelijk directeur van uitgeverij N.V. Maandblad Succes en dat zorgde voor een uitbreiding van de boekjes met een psychologische inslag. Roels had voor de oorlog veel aanzien gehad. Hij had psychologie gestudeerd in Cambridge en Leuven en werd daarna aan de Universiteit van Utrecht eerst lector psychologie en daarna hoogleraar. In die functie was hij onder meer promotor geweest van de latere minister-president Jan de Quay. In 1945 werd hij echter oneervol ontslagen vanwege zijn nazisymphathieën – Roels was begunstigend lid geweest van de ss en lid van de Kultuurraad. Een gevangenisstraf volgde, maar dat vormde voor uitgeverij N.V. Maandblad Succes geen beletsel om hem daarna aan te nemen.

In april 1954 werd Roels door *de Volkskrant* geïnterviewd over het enorme succes van de Kanarie-boekjes.<sup>19</sup> 'Als er een nieuw boek uitkomt, ontvangen we soms de eerste dag al achtduizend bestellingen. [...] Ons werk is min of meer psychotherapeutisch en geestelijk heilzaam. We helpen mensen die het spoor bijster zijn er weer bovenop. We zijn een combinatie van dokter, biechtvader en wijze opa. Mensen die hun geestelijke vingers niet kunnen gebruiken, helpen wij om het raderwerk van hun dagelijks leven op gang te brengen. [...] Eigenlijk

is het hier een fabriek voor de oplossing van moeilijkheden.’

Roels zegt in het interview nog steeds uit te gaan van zijn bekende uitspraak dat ‘zeventig percent van de Nederlandse bevolking het intellectuele peil van de dertienjarige’ bezit. Daarom is hij tot de overtuiging gekomen dat de Kanarie-boekjes het de mensen zo gemakkelijk mogelijk moeten maken. Daarmee past zijn visie naadloos in het op dat moment nog dominante standdenken, waarbij de gegoede burgerij zich als meer ontwikkeld zag dan de rest van de bevolking, die moet worden opgevoed en gedisciplineerd; het is er de psychologische variant van.

Misschien dat dat ook verklaart waarom de Kanarie-boekjes zo controversieel zijn. ‘De meningen – óók in de hoogste wetenschappelijke kring – lopen ver uiteen,’ schrijft *de Volkskrant* bij het interview met Roels. Enerzijds zijn er mensen die de boekjes ‘waardeloos’ en ‘gelddieverij’ noemen, anderzijds wijst de krant op de duizenden ‘juichende originele attesten van dankbare gebruikers’. Toch blijkt er ook wel enig *dedain* uit de woorden van de betreffende redacteur als hij het heeft over de lezers van de Kanarie-boekjes: ‘Veilig kan worden aangenomen, dat de grote meerderheid van de afnemers bestaat uit lieden met lichte aanpassingsmoeilijkheden of een niet geheel harmonische persoonlijkheid, met een licht te beïnvloeden geesteshouding en een brede, maar niet diepgaande belangstelling, met tekortkomingen in hun ontwikkeling of opleiding en met een positieve dosis van vertrouwen in de door het instituut te baat genomen psychologische methoden.’

## Luiards zowel als dronkaards

De Kanarie-boekjes waren geheel in lijn met de tijdgeest uiterst moraliserend van toon. Een mooi voorbeeld daarvan biedt *Van*

*schuchterheid tot zelfverzekerdheid* uit 1955. 'Ieder mens heeft recht op geluk in het leven,' zo stelt schrijver F.C.B. de Haan. Maar niet zomaar, eerst moet aan een paar voorwaarden worden voldaan: 'Als hij zich kwijt van zijn plichten jegens zijn medemensen, als hij zijn deel bijdraagt tot het welzijn van de wereld, als hij daarenboven zonder morren zijn deel aanvaardt van de tegenslag, de teleurstellingen en de onrechtvaardigheid, die uit deze onvolmaakte wereld niet zijn weg te denken, dan heeft hij ook recht op de voorspoed en de aangename ervaringen, die eveneens tot 's mensen deel behoren.'<sup>20</sup>

Dit paste goed in de tijdgeest na de oorlog. Als we het citaat nader bekijken, herkennen we drie belangrijke kenmerken. Van mensen wordt ten eerste verwacht dat ze bijdragen tot het welzijn van de wereld. Vijf jaar oorlog had voor enorme puinhopen gezorgd. Het CBS schatte dat 86.600 huizen volledig vernietigd waren. Dat was 4 procent van het totaal. Nog eens ruim vierhonderdduizend huizen, oftewel 18 procent, waren beschadigd. En de bouwmaterialen voor herbouw ontbraken veelal, zodat nog jaren overal in Nederland ingestorte gebouwen zichtbaar waren. Maar niet alleen veel huizen lagen in puin, dat gold ook voor fabrieken, spoorlijnen, wegen en bruggen. Veel akkerland lag bovendien vol met mijnen en overal kon je op een ontplofte bom stuiten. Tot overmaat van ramp hadden de Duitsers veel machines en andere apparatuur naar Duitsland verscheept. In juli 1946 kon *De Tijd* blij melden: 'De laatste door de Duitsers van de Rotterdamsche elektrische tram geroofde wagens zijn gisteren te Rotterdam teruggekeerd.'<sup>21</sup> Maar veel kwam ook niet terug.

Om aan deze problemen het hoofd te bieden voerden de opeenvolgende regeringen een beleid, waarin de nadruk werd gelegd op het vergroten van met name de industriële productieca-

paciteit. Veel van de schaarse middelen werden daartoe ingezet en van de Nederlandse bevolking werd verwacht dat zij de schouders eronder zouden zetten en aan de slag zouden gaan. Er was werk aan de winkel en daarom werd gehamerd op een strikt arbeidsethos. In de kranten werd veel geageerd tegen iedereen die zich daaraan zou willen onttrekken en de Kanarieboekjes deden daar nog een schepje bovenop.

In *Vergroot uw levensvreugde* stelt schrijver H. Pieterse dat levensvreugde ‘een natuurlijk voorrecht’ voor iedereen is en dat je dat uit jezelf kan halen. Daartoe geeft hij een aantal tips, waarvan de eerste en belangrijkste wordt samengevat met het woord ‘doen’. En doen betekent hier heel duidelijk: werken. ‘Werken is normaal. Als er geen werk in de wereld was, zou er werk uitgevonden worden. Wellicht komt eens de tijd, waarin het dagelijks werk door machines wordt overgenomen. Dan zal het mensdom grote plannen beramen om ander werk te vinden. Als de tijd komt, waarin drijfkracht gratis tot onze beschikking staat, dan zal de eerste vraag zijn: Wat kunnen wij doen?’<sup>22</sup> Mensen die niet werken worden dan ook ‘abnormaal’ genoemd.

Werken mag dan normaal zijn, de schrijver van *Haal meer uit uw leven* ziet wel een gevaar op de loer liggen. ‘Bijna iedereen kijkt naar de kleine genoegens van het ogenblik, die hem telkens van de rechte weg naar het succes willen afleiden. Dagelijks zijn er miljoenen, die om nog een paar minuutjes ’s morgens in bed te kunnen blijven luieren, zich de hele dag moeten haasten om verder tijdig klaar te komen. Het is altijd de bedrieglijke redenering: “Nog ééntje er bij, dat zal niet hinderen.” Die drogreden kweekt luiaards zowel als dronkaards en maakt maar al te vaak het verschil uit tussen fiasco en succes.’<sup>23</sup> Ook in *Vergroot uw levensvreugde* moeten luiaards het ontgelden: ‘Luiheid is een



gebrek, dat iemands karakter totaal ruïneert. Het is erger dan drinken en dobbelen.’ Nee, sterker nog, ‘geen ongelukkiger mensen dan zij, die hun leven doorbrengen in luiheid en vermaak’.<sup>24</sup>

Zelfs met genoeg geld gaan verstandige mensen niet rentenieren, vervolgt de schrijver. ‘Willoze en halfslachtige mensen kunnen maar niet begrijpen, dat iemand die heel rijk is, toch blijft werken. Zij zeggen dan: “Wat een materialist, hij krijgt ook nooit geld genoeg.” Zij begrijpen niet, dat een flinke en doelbewuste man niet om het geld zelf werkt. Hij heeft het geld alleen maar nodig om er mee te doen, wat hij doen wil – om zijn plannen te verwezenlijken.’ Slechts een paar mensen met genoeg geld om te doen wat zij willen, zijn te benijden, namelijk diegenen die én geld én werk hebben: ‘Ja, zulke mensen zijn te benijden, maar niet de rijke nietsnutters zonder doel.’<sup>25</sup>

Maar pas wel op met dat benijden, want: ‘Roem, fortuin en gezag stijgen de mensen erger naar het hoofd dan wijn. Wie zijn hoofd daardoor op hol heeft laten brengen, kan geen ogenblik vergeten dat hij een gewichtig man is. Voor die waardigheid wordt een ongelofelijke prijs betaald. Op den duur zal het zelfs de ondergang worden. Werkelijk grote mannen blijven ondanks hun roem en rijkdom eenvoudig en vriendelijk. [...] Zij denken aan hetgeen moet worden gedaan, en niet aan hetgeen zij hebben gedaan.’<sup>26</sup>

Zelfdiscipline is bij dit alles de sleutel. Je bent nu eenmaal niet in de gelegenheid om alle verleidingen des levens te ontlopen, dus moet je zorgen dat je er tegen gewapend bent. Want voor je het weet beland je in de goot.