

## INHOUD

Voorwoord 9

Katrien Schaubroeck, filosoof	13
Frans Saris, natuurkundige	21
Maartje Wortel, schrijver	29
Manfred Buijs, ex-verslaafde	37
Disa Jironet, officier van justitie	45
John de Vos, paleontoloog	53
Shantie Singh, bestuurskundige en schrijver	61
Jo Vonck, ondernemer	69
Marleen Blootens, dominee	77
Alexander Rinnooy Kan, ex-SER-voorzitter	85
Arita Baaijens, bioloog en ontdekkingsreiziger	93
Gerrit Lammers, boer	101
Maud Vanhauwaert, dichter	109
Theodore Dalrymple, psychiater en schrijver	117
Mardjan Seighali, directeur UAF	125
Joop Verhaar, ex-chauffeur en ex-boekhouder	133
Lonieke Ultee, taaldocent	141
Jason Bhugwandass, student en 'ervaringsdeskundige'	149
Maartje Schermer, filosoof van de geneeskunde	157

Bob Fauser, Duchenne-patiënt	165
Laura van Dolron, theatermaker en stand-upfilosoof	173
James Kennedy, historicus	181
Vera Hofman, dirigent, fluitist en activist	189
Cuong Lu, boeddhistisch leraar	197
Machteld Huber, gezondheidsonderzoeker	205
Ismail Aghzanay, leraar Engels	213
Anita van Gameren, oud-politiemedewerker	221
Marc Van den Bossche, filosoof en sporter	229
Linda de Roos, ic-verpleegkundige en schrijver	237
Maxim Februari, filosoof en schrijver	245
Regien Jongma, therapeutisch coach	253
Marcel Worms, pianist	261
Brigitte van de Koevering, pedagoog	269
Herry Vos, ex-kinder- en jeugdpsychiater	277
Wing Yan Man, ondernemer	285
Gert Roos, huisarts-docent	293
Geeske Hovingh, Wereldhuis-coördinator	301
Akwasi, rapper en schrijver	309
Manuela Kalsky, theoloog en Nieuw Wij-oprichter	317
Lucas van der Rhee, filmmaker	325
Joyce Hes, activist en jurist	333
Philipp Blom, historicus en schrijver	341
Hans Alma, hoogleraar geestelijke zorg	349
Mason Ramdhan, ex-crimineel	357
Oek de Jong, schrijver	365
Slotessay: Zoektocht boven het bos. Over de mens en zijn verhaal	373
Verantwoording en dankwoord	397

## Voorwoord

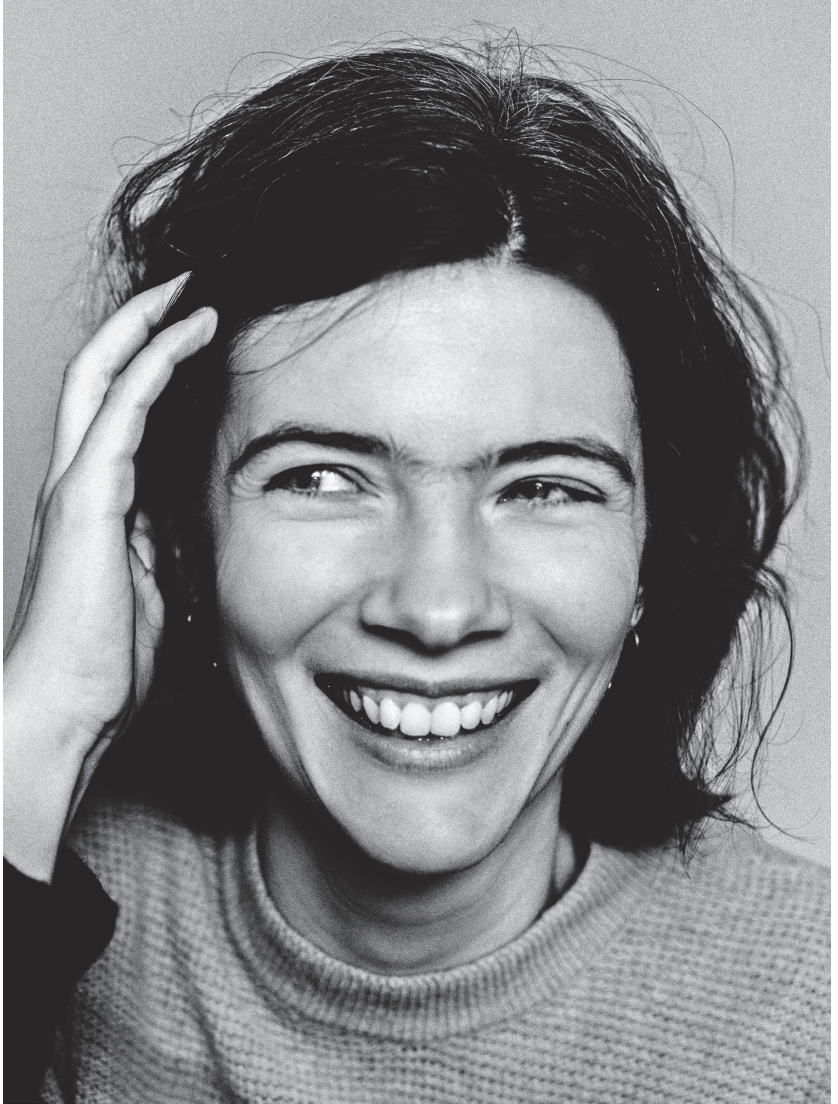
Over de vraag wat de zin van het leven is, verschilt de mensheid al duizenden jaren van mening, in alle culturen en religies, zonder uitzicht op consensus. In dat licht valt een Nederlandse journalist die aan het begin van de 21ste eeuw een poging doet die vraag toch te beantwoorden, gemakkelijk als hoogmoedig of op zijn best naïef weg te zetten. Toch heb ik die reacties niet of nauwelijks gekregen op de interviewreeks ‘de zin van het leven’, die sinds 2018 in *de Volkskrant* is verschenen. Vaker hoorde ik verzuchtingen in de trant van ‘het werd tijd’ – de inhoud van de gesprekken leek als water op vruchtbare grond te landen. Ook al wisten lezers, net als ik, dat ze geen sluitend antwoord op de hoofdvraag zouden krijgen, de behoefte om na te denken over existentiële kwesties bleek sterk. De mens is nu eenmaal tot zin zoeken geneigd, ook in het dagelijks leven. Een lezer verwoordde mooi wat de interviews, gebundeld in *De zin van het leven*, in dat opzicht met hem deden: ‘Ik moet me telkens tot de inhoud zien te verhouden. Het is alsof degene die aan het woord is bij me aan de deur klopt en vraagt: hoe zit het, wat vind jij eigenlijk?’

De tweede reeks interviews, gepubliceerd in het corona-

jaar 2020 en in dit boek gebundeld, beoogt wederom aan te kloppen. Het vertrekpunt is ditmaal een ogenschijnlijk eenvoudiger vraag: ‘Wat is voor u een zinvol leven?’ Die meer pragmatische benadering leek me waardevol, want wellicht zou die leiden tot inzichten waar een mens in het dagelijks leven iets aan heeft. Dat was gerekend buiten mijn gesprekspartners, die toch ook de meest fundamentele kwesties bleven aansnijden. Te beginnen met de Vlaamse filosoof Katrien Schaubroeck die meteen mijn hoofdvraag onder vuur nam. Volgens haar zou ik me beter kunnen afvragen wat een ‘goed leven’ behelst; ‘zinvol’ is verbonden met de ideologie van een liberale samenleving waarin mensen in het ondernemen van projecten denken. Haar bezwaar is dat bijvoorbeeld chronisch zieken dan geen zinvol leven zouden kunnen leiden.

Hoezeer die conclusie ongepast zou zijn, leerde me het interview met de chronisch zieke dertiger Bob Fauser. Zijn progressieve spierziekte betekent dat hij niet oud zal worden. Als Duchenne-patiënt vindt hij zijn leven zinvol, omdat mensen om hem heen dankzij hem hun zorgen gaan relativeren. Daarmee vervult Fauser een belangrijke functie in hun leven, een verrassend perspectief op wat zinvol leven kan zijn.

Ik hoop dat deze bundel voor de lezer meer verrassingen biedt. Of hij nu met instemming of ergernis een gesprek leest, in beide gevallen kan hij die klop op de deur horen, met als vervolgvraag: ‘Wat vind jij eigenlijk?’ Daartoe daagt ook het essay uit waarmee deze bundel afsluit. Ik leg daarin mijn fascinatie uit voor wat bij ieder van ons in flarden door ons hoofd dwarrelt, ons levensverhaal. Met mijzelf als voorbeeld geef ik aan welke rol dat zou kunnen vervullen. In dat licht valt ook dit essay op te vatten als een uitnodiging tot een innerlijke reis.



## Katrien Schaubroeck, filosoof

**H**oe komt het toch dat we bij uitstek jaloers zijn op onze vrienden? Waarom kunnen we niet altijd oprecht blij zijn wanneer een ander die ons zo na is, gelukkig is of succes heeft?

Het is het soort praktisch-filosofische vragen waar de Vlaamse Katrien Schaubroeck zich het hoofd over breekt. Haar antwoord: onze vrienden zitten in dezelfde sociale groep als wij en die nabijheid maakt hun succes soms moeilijk te verteren – want waarom hebben wij dat zelf niet? Haar advies: realiseer je dat je bovenal de vriendschap wilt, dan wordt het wellicht mogelijk de jaloezie in bewondering om te zetten. Ze is ervan overtuigd dat nadenken over dit soort kwesties ‘ons kan helpen bij onze morele zelfontwikkeling’.

Bijna veertig jaar is ze, moraalfilosoof aan de universiteit van Antwerpen en moeder van twee kleine kinderen. Haar jeugd verloopt min of meer rimpelloos. Ze beleeft een beschermde tijd in een Vlaams dorpje met duizend zielen, waar ze met haar zusje wordt grootgebracht door ouders die in de gehandicaptenzorg werken. Het ‘grootste moment in mijn leven’ noemt ze haar verhuizing naar Leuven op haar achttiende, waar ze filosofie gaat studeren. Ze ontmoet haar man,

met wie ze twee kinderen krijgt, inmiddels vier en één jaar oud. Dat lijkt op een voortzetting van de rimpelloosheid van haar jeugd, in werkelijkheid wordt ze regelmatig door sombere stemmingen gekweld: ‘Ik ben vatbaar voor depressie.’ Die zwaarmoedigheid overvalt haar soms, zonder aanwijsbare oorzaak: ‘Het is voor mij nog altijd een raadsel.’ Wel weet ze inmiddels dat ‘heel hard proberen’ niet werkt: ‘Ik kan mezelf niet aan mijn gedachtes uit het moeras trekken.’ Contact met anderen vormt de sleutel tot weer opveren: ‘Anderen kunnen me eruit wegtrekken, ze doen dat vaak zonder het zelf te beseffen.’ Maar juist dat contact vindt ze lastig – ze doet haar relaas vrijwel zonder oogcontact te maken: ‘Ik wil het wel, maar het valt me zwaar.’

De meest intieme vorm van contact, de liefde, speelt in haar werk een hoofdrol. In haar proefschrift schrijft ze over de Amerikaanse moraalfilosoof Harry Frankfurt die *self-love*, de liefde voor jezelf, als de hoogste vorm van liefde ziet – een mens behoort in zichzelf af te dalen om te achterhalen ‘waar hij werkelijk om geeft’. Haaks daarop staat Iris Murdoch, die navelstaarderij verafschuwt. De mens dient bovenal de wereld in te gaan, meent de Britse filosoof en schrijver. Dat spreekt Schaubroeck aan, omdat het aansluit bij haar eigen ervaringen met somberte en bij het vrijwilligerswerk dat ze heeft gedaan: ‘De betekenisvolle momenten zijn die waarop je weggaat van je dikke ik.’

### **Wat is voor u een zinvol leven?**

‘Liever heb ik het over de vraag: wat is een goed leven? Die stelden de oude Grieken zich al. Na de Tweede Wereldoorlog heeft zich in de filosofie een verschuiving voorgedaan van aandacht voor het goede naar het zinvolle leven. Dat laatste past beter bij een liberale samenleving, want de nadruk ligt

dan op wat je onderneemt, op projecten waarmee je je leven vormgeeft. Bezwaar is, vind ik, dat die benadering mensen uitsluit die niet tot projecten in staat zijn, bijvoorbeeld chronisch zieken. Die zouden dan geen zinvol leven leiden. Dat probleem heb je niet, wanneer je niet de nadruk legt op wát je doet, maar hóé je het doet. Een goed leven is dan een leven waarin iemand probeert een moreel goed mens te zijn: iemand die deugden nastreeft als eerlijkheid, vriendelijkheid, altruïsme. Maar zonder zichzelf tekort te doen, ook zelfrespect is een deugd. Die benadering is niet bedoeld om mensen langs de morele meetlat te leggen, maar ze een vraag voor hun leven aan te reiken: wat zou ik moeten doen om in de buurt van een moreel beter leven te komen?

### **Kunt u een voorbeeld geven?**

‘Stel, je ergert je in de rij bij de supermarkt aan een lastig kind. Je kan dat veroordelen door te denken: die is slecht opgevoed. Maar je kunt ook een stap terugzetten en overwegen dat de ouders wellicht een moeilijke dag hebben gehad of dat het kind te weinig slaap heeft gekregen. Voor mij staat vast dat die tweede manier moreel beter is. Het vereist meer moeite, omdat we onze natuurlijke zelfbekommernis te boven moeten zien te komen. Je gaat dan niet mee in je primaire, egoïstische duiding van een slechte opvoeding, maar doet een poging tot empathie.

Een mooi voorbeeld van zo’n morele inspanning kwam ik tegen bij Iris Murdoch. Ze verhaalt over een moeder die haar schoondochter vulgair en kinderachtig vindt. Ze probeert wijs te zijn en vraagt zich af: wat zit er achter mijn afkeer? Misschien, bedenkt ze, heeft ze er moeite mee dat haar zoon iemand heeft gekozen die niet op haar lijkt. Dan gaat ze meer liefdevol kijken: de schoondochter wordt dan niet vulgair,



maar spontaan; niet kinderachtig, maar jeugdig. De moeder doet dus een morele inspanning, een liefdevollere blik brengt haar meer kennis over de werkelijkheid bij.’

### **In hoeverre slaagt u er zelf in een goed leven te leiden?**

‘Het gaat bij iedereen, dus ook bij mij, meer om het streven dan het bereiken, zoals de oude Grieken al zeiden – het is een activiteit, geen toestand. Op sommige momenten denk ik: nu doe ik wat een goede vriendin hoort te doen. Maar evenzeer belangrijk, en misschien nog wel nuttiger, is wanneer ik me het tegendeel realiseer. Dan probeer ik mijn gedrag aan te passen.

Zelf heb ik nogal last van het oplichterssyndroom – het idee dat ik mijn baan eigenlijk niet waard ben. Mijn beeld van studenten was lang dat van een troep wolven; gulzige monsters die ik niet genoeg kon bieden, omdat ik het niet in me had. Dat maakte dat ik soms met afhangelende schouders en met de moed in de schoenen een lokaal binnenstapte. Wat dan kan helpen, is de aandacht buiten jezelf op iets anders vestigen. Ik herinner me een keer een fietsongeval op straat, waardoor mijn aandacht geheel werd verlegd. Daarna ging de les prima.

Dat oplichterssyndroom is niet zo meisjesachtig of onschuldig als het lijkt. Het heeft ook een arrogante kant, omdat het ertoe leidt dat je het beoordelingsvermogen van anderen in twijfel trekt: “Ze hebben mij wel voor deze baan gekozen, maar ik ben niet goed genoeg. Dus als zij denken dat ik dit wél kan, moeten zij ook slecht zijn.” Daar zit iets destructiefs in – het haalt niet alleen mij naar beneden, maar ook de mensen om mij heen. Dat staat op gespannen voet met de vriendelijkheid jegens anderen die me voor ogen staat. Waar het denk ik vooral om gaat, is dat je van dit soort mechanismes

bewust wordt. Als dat het geval is, leid je al het goede leven. Misschien heeft de Boeddha dat doel ooit bereikt, maar voor de meesten van ons zit het goede erin dat ze proberen het te bereiken. Meer dan een poging een goede vriend, geliefde of ouder te zijn, zit er niet in.’

### **Uw aandacht voor deugden heeft iets ouderwets.**

‘Ja, ik realiseer me dat het een betuttelende, moraliserende indruk kan maken. Maar het mag dan ouderwets klinken, toch zie je het in series, films en literatuur nog altijd veel terugkomen. We leven mee met personages met een goed hart, die opkomen voor rechtvaardigheid en zich medemenselijk tonen in een wereld van brutaliteit en concurrentie. Dus ik voel me niet zo tegen de stroom ingaan. Alleen wordt er te weinig over gepraat – het is iets waar we onszelf meer vragen over mogen stellen.

In onze prestatie maatschappij ligt vooral de nadruk op het benutten van je talenten, zelfontplooiing. Dat is zeker belangrijk, het helpt ook zin in het leven te houden. Maar mijn gevoel is dat we mensen zeer stimuleren hun talenten te ontwikkelen, maar dat we weinig spreken over de manier waarop die worden gebruikt. Voor mijn kinderen vind ik het ook van belang dat zij zichzelf ontplooien, maar nog belangrijker vind ik dat ze vriendelijk, eerlijk en aangenaam in de omgang zijn. We moeten oppassen voor een samenleving waarin die waarden niet meer lonen. Het extreme voorbeeld is iemand als Trump, die zijn talenten uiterst goed benut, maar die niets met waarden heeft. Dat je zonder die serieus te nemen toch president kunt worden, is nogal een slecht voorbeeld.’