

Frank Hermans

# De evolutie van het medeleven

Hoe het vermogen tot medeleven zich vanaf de eerste mensen heeft ontwikkeld tot het meest krachtige wapen tegen de trauma's van deze tijd



Uitgeverij Aspekt

# Inhoud

<b>Inleiding</b>	11
Medeleven en beschaving	11
De professionalisering van het medeleven	16
De mondialisering van het medeleven	18
De opzet van het boek	20
<b>Deel 1: Medeleven bij mens en dier</b>	25
<b>1. Medeleven bij intelligente dieren</b>	27
1.1. Medeleven	27
1.2. Vriendschap	33
1.3. Stabiliteit	36
1.4. Samenwerking	39
<b>2. Medeleven bij mensen</b>	42
2.1. Verbondenheid	42
2.2. Grootschalige collectieve hulp	44
2.3. Herdenken en herinneren	48
2.4. Begrip voor extreme pijn	51
2.7. Medeleven met buitenstaanders	54
2.8. Moreel besef	58
<b>Deel 2: De verbreiding van het medeleven</b>	61
<b>3. Identificatie met het lot van anderen</b>	63
3.1. Kwetsbaarheid en weerbaarheid	63
3.2. De tragiek verwoord	69
3.3. De tragiek in beeld	71
3.4. Zelfbeheersing en beschaving	71
3.5. Afkeer van wreedheid	75

<b>4.</b>	<b>De confrontatie met extreme gebeurtenissen</b>	77
4.1.	De pijn wordt ondraaglijk	77
4.2.	Het innerlijk raakt verscheurd	84
4.3.	Erkenning wordt onmisbaar	88
<b>5.</b>	<b>Collectief medeleven na oorlog en vervolging</b>	93
5.1.	Grootschalige verschrikkingen	93
5.2.	Mobilisatie van slachtoffers	95
5.3.	De oorlog herdacht	100
5.4.	Massale opvang	102
5.5.	Het verlichten van het lijden	107
<b>Deel 3: De professionalisering van het medeleven</b>		111
<b>6.</b>	<b>De massale erkenning van verborgen pijn</b>	113
6.1.	Professionalisering in fasen	113
6.2.	Verborgen pijn	115
6.3.	Een explosie van onthullingen	118
6.4.	De professionele erkenning van het leed	123
6.5.	De strijd om genoegdoening	125
<b>7.</b>	<b>De beheersing van de ontredde na rampen</b>	131
7.1.	De toenemende ontregeling na rampen en ongelukken	131
7.2.	De vorming van een figuratie van vier partijen	133
7.3.	De rol van de media	139
7.4.	Professionalisering van de crisisbeheersing	143
<b>8.</b>	<b>Grootschalige mobilisatie tegen traumatisch leed</b>	146
8.1.	De massale omvang van psychische trauma's	146
8.2.	De ingrijpende gevolgen van schokkende gebeurtenissen	149
8.3.	De professionalisering van de aanpak	155
8.4.	De sleutelrol van trauma-experts	161

<b>Deel 4: De mondialisering van het medeleven</b>	165
<b>9. Mondiale kwetsbaarheid</b>	167
9.1. Mondialisering	167
9.2. De kosten van de mondiale economie	173
9.3. Mondiale crises	177
9.4. Traumatisering als mondiaal probleem	179
<b>10. Medeleven op wereldschaal</b>	181
10.1. Medeleven als herstel van mondiale verbondenheid	181
10.2. Medeleven als behoud van menselijk leven op aarde	182
10.3. Medeleven als voorkomen van massaal geweld	185
10.4. Medeleven als zorg voor vluchtelingen en ontheemden	194
<b>Conclusies</b>	203
Hoe is de ontwikkeling verlopen?	204
Wat heeft de ontwikkeling mogelijk gemaakt?	205
Wat is het resultaat van de ontwikkeling?	208
<b>Literatuur</b>	211

# 1 Medeleven bij intelligente dieren

## 1.1. Medeleven

Medeleven, opgevat als bezorgdheid om het welzijn van de ander en de behoefte de ander te helpen, is niet beperkt tot de menselijke soort. Uitgebreid onderzoek bij primaten, zoals chimpansees en bonobo's, en bij olifanten, wolven, dolfinen en orka's laat zien dat medeleven een belangrijke plaats in hun samenlevingen inneemt. Volgens de primatoloog Frans de Waal wordt de basis van medeleven gevormd door gehechtheid die zich uit in de vorm van genegenheid en vriendschap.<sup>20</sup> Intelligente samenwerking, waar medeleven onderdeel van uitmaakt, vereist een goed ontwikkeld brein en het vermogen om duurzame relaties binnen een complex netwerk te onderhouden. Dit kan alleen met empathie, begrip voor elkaars bedoelingen en gevoelens in een stabiele rangorde en met langdurige allianties en vriendschappen tussen leden van een groep. Intelligente samenwerking in grote groepen komt vooral voor bij kwetsbare soorten, die in een gevaarlijke omgeving leven. Juist bij hen vormt medeleven een belangrijk onderdeel van hun gezamenlijk handelen.

Een voorwaarde bij medeleven binnen intelligente samenwerking is, dat men in korte tijd, vaak in een oogopslag, de stemming van een ander kan peilen. Emoties die een stemming bepalen zijn aanstekelijk. Een bedrukte stemming, maakt anderen bedrukt, een opgewekte stem-

---

<sup>20</sup> De Waal (1996), 55.

ming maakt opgewekt. Empathie gaat verder. Het is niet alleen het vermogen te voelen, maar ook te begrijpen wat een ander denkt, wil en nodig heeft. Dit overnemen van het perspectief van de ander komt voor bij een beperkt aantal diersoorten en gaat meestal samen met het herkennen van zichzelf in een spiegel. Het kan uitmonden in medeleven: begaan zijn met het welzijn van de ander en dit actief willen bevorderen. Empathie kan ook worden uitgeschakeld. Dit gebeurt vooral bij mannen, wanneer ze in in strijd zijn met andere mannen om een territorium of een positie in de rangorde, waarbij andere mannen hopen dat een man ten val komt. In de meeste gevallen echter, speelt empathie in intelligente samenwerking bij chimpansees, bonobo's, wolven, dolfijnen en olifanten een grote rol.

Neem dolfijnen. Dolfijnen hebben grote hersenen. Deze hersenen zijn vier maal zo zwaar in verhouding tot hun lichaamsgewicht in vergelijking met het gemiddelde bij zoogdieren (mensen 7,6, chimpansees 2,3).<sup>21</sup> Dolfijnen communiceren met geluiden tot 150.000 hertz ruim boven het niveau van 20.000 hertz dat mensen kunnen horen. De geluiden reiken tot 150 vierkante mijl ver.<sup>22</sup> Een piepje is vaak al genoeg om bepaalde betekenissen over te brengen. Ze kunnen geluiden associëren met objecten, ook symbolen bij het spel, zoals een bal. Wanneer zij bepaalde objecten missen kunnen ze dit in een training met mensen aangeven, door deze op te halen uit de voorraad speelinstrumenten.

Dolfijnen herkennen zichzelf in een spiegel. Zij kunnen hun jongen vaardigheden leren door deze voor te doen en aangeven of het goed gebeurt. Bepaalde technieken om een

---

21 Safina (2015), 342.

22 Safina (2015), 317.

vis te vangen worden de jongen geleerd in zeer ondiep water, waar de vis wordt neergelegd. Allianties tussen dolfijnen kunnen wel twintig jaar duren. Groepen kunnen clusters vormen van meer dan 1000 dieren. Dolfijnen behoren tot de walvisfamilie, waar ook orka's toe behoren. De hulp aan jongen wordt bij orka's overgenomen door de grootmoeders, omdat orka's een menopauze kennen, iets dat vrijwel niet voorkomt in het dierenrijk. Na de menopauze kunnen ze nog zeker twintig jaar leven en hun ervaring inzetten voor de groep.<sup>23</sup> Mannenorka's blijven vaak hun hele leven bij hun moeders. Moeders spelen een grote rol in het inschatten van voedselrijke gebieden. Orka's delen alle voedsel, veel meer nog dan chimpansees. Richten we ons op medeleven, dan kunnen dolfijnen de behoefte aan hulp goed inschatten, zowel bij soortgenoten als mensen en sommige andere soorten.

Volgens Frans de Waal beantwoorden zij de roep om medeleven door bijvoorbeeld lang bij een gestrande soortgenoot te blijven, die in nood verkeert en hem beschermen door zich er omheen te groeperen. Mensen die dichtbij komen worden op afstand gehouden of zelfs teruggeduwd naar de kant. Proberen om een dier van de groep te scheiden, roept enorme opwinding op in de groep. Pas als ze elkaar kunnen aanraken, wordt de groep weer rustig.

Er zijn prachtige staaltjes gedocumenteerd van dolfijnen die mensen die te ver van de kust waren geraakt naar de kust hadden teruggeduwd. Soms gebeurde dit ook als er haaien in de buurt waren.

In een bijzonder geval zwom een dolfijn plotseling uit de kring die een school sardines had ingesloten en aan het ver-

---

23 Safina (2010), 330.

orberen was. De rest van de groep ging haar pijlsnel achterna. Een stuk voor de kust stopten ze plotseling en maakten een cirkel rond een bijna levenloos lichaam van een vrouw, die hierdoor opgemerkt werd aan de kust en werd gered.<sup>24</sup>

Carl Safina beschrijft de dankbaarheid van een dolfijn die in draden verstrikt was geraakt en zijn redders daarna bedankte door hen een voor een met zijn neus aan te raken, alvorens weg te zwemmen.

Genegenheid heeft zijn wortels in de ouderlijke zorg waaronder het koesteren met teder contact, het verwarmen, verzachten van pijn en het schoonmaken van jongen. Genegenheid heeft zich in de evolutie verspreid over relaties tussen verwanten en niet verwante volwassenen. Dieren in de groep leerden om medeleven op te roepen en groepsleden hiermee zelfs te misleiden om gunsten te verwerven. Een chimpansee die van streek is kan pruilen, jammeren, keffen, met uitgestrekte hand bedelen en met beide handen zwaaien om een kalmerend contact op te roepen.<sup>25</sup> Alfamannetjes bij chimpansees en wolven die sterk zijn, laten veel toe van jonge groepsgenoten.

Een fraai voorbeeld is 21, een leider van een uitzonderlijk grote groep wolven in het Yellowstone park die op het hoogtepunt uit 37 wolven bestond. Wolf 21 die tijdens zijn leven nooit een gevecht had verloren en nooit een concurrent had gedood, had als favoriete spel om te stoeien met puppies uit zijn groep en net te doen of hij het gevecht verloor. Een van de puppies die zwakker was en zich afwijkend gedroeg, kreeg extra aandacht.

---

<sup>24</sup> Safina (2015), 373.

<sup>25</sup> De Waal (1996), 73.



Dit alles kan niet zonder inlevingsvermogen: zich kunnen verplaatsen in de situatie van de ander en aanvoelen wat het betekent om zwak en behoeftig te zijn. Het vermogen om te doen alsof is een teken van grote intelligentie.

Gehechtheid komt vooral bij olifanten tot uiting in verdriet direct na het sterven van een groepsgenoot. Sommige olifanten gaan zelfs jaren achtereen terug naar de plek waar een familielid is doodgegaan en inspecteren de stoffelijke resten. Ze bedekken soms het lijk met zand en bladeren. Hun zwijgen is het meest indrukwekkend als ze allen het lijk aanraken en het lijkt alsof de vogels dan stil worden. Wolven laten ook tekenen van rouw zien:

Toen de mannelijke alphawolf Old Blue in Yellowstone Park op de hoge leeftijd voor wolven van ruim 11 jaar overleed, ging het alfavrouwtje dagenlang zwerven in de sneeuw voordat ze zich weer met de groep verenigde.<sup>26</sup>

Primatesmoeders tonen hun gehechtheid door het lijkje van een verloren jong gedurende meer dagen rond te dragen.<sup>27</sup>

Toen in de Arnhemse dierentuin een volwassen chimpanseeman overleed, bleef de groep stil, ook toen een verzorger arriveerde, wat normaal tot veel drukte leidt. Pas toen het lijk werd weggehaald kwam het stemgeluid weer terug.

Vlak voor de dood van de chimpansee Amos die lag te sterven stopte een vrouwtje zachte bladeren achter zijn oren, zodat hij comfortabeler kon liggen. Na de dood aten de groepsleden dagenlang amper.

---

26 Safina (2015), 186.

27 De Waal (1996), 67-68.

Bij orka's is een geval bekend dat een moeder zes uur lang het lijke van haar jong voor zich uit duwde. Vaak trekt de moeder zich dagen terug en komt alleen boven om te ademen. Groepsleden bezoeken haar onder water om te controleren hoe het met haar gaat.

Olifanten tonen veel medeleven en de vaardigheden die de zorg vereist, leren ze net als mensen van hun moeder. Hun hersenen vormen bij de geboorte, zoals bij de mens, niet veel meer dan een kwart van die bij volwassen dieren. De hersenen groeien dus vooral na de geboorte. Een jonge olifant is in de zorg voor haar jongen veel onhandiger dan een oudere soortgenoot, die veel meer heeft geleerd. Vrouwelijke leden van de groep tonen zeer veel medeleven als een jonge olifant in nood zit of struikelt. Moeders laten daarom veel van de zorg aan vrouwelijke soortgenoten over en grootmoeders zijn belangrijke babysitters. Jonge olifanten zijn ook tamelijk hulpeloos en ook al kunnen ze snel na de geboorte lopen, in de eerste week zijn ze nog bijna blind. De groep geeft hen regelmatig tijd om te rusten. Ze helpen een jong op te staan door aan twee kanten het dier te ondersteunen. Pas na elf jaar is een olifantenvrouwtje geslachtsrijp, mannelijke soortgenoten hebben hun eerste seksuele ervaringen pas rond hun dertigste.

Medeleven kan heel ver gaan. Het is bekend dat een olifant een speer uit het lijf van een groepsgenoot trok en een gewonde soortgenoot voedsel in haar mond stopte. Chimpansees kunnen wonden van anderen schoonmaken toegebracht door een luipaard en zorgen dat vliegen uit de buurt van de wond blijven.<sup>28</sup>

---

28 De Waal (2009), 17.

In 1996 redde een gorilla in de dierentuin van Chicago een drierjarig jongetje dat in een sloot was gevallen en wiegde hem op zijn schoot.<sup>29</sup>

Na een ruzie vindt in meer dan helft van de gevallen een hereniging plaats en verzoent men zich met elkaar. Chimpansees reageren op de emoties van de ander, herkennen zichzelf in een spiegel en maken zich er druk om, hoe ze bij groepsgenoten overkomen. Ze kunnen zelfs laten merken dat ze vermoeden dat de ander iets verbergt en zijn prima in staat een ander te misleiden. Al deze eigenschappen zorgen voor een hecht groepsleven, nodig om te overleven en samen te werken bij de jacht.

## 1.2. Vriendschappen

Het medeleven van dieren is gericht op leden van de groep, waar ze deel van uitmaken. Voor de hand ligt dat familiebanden een grote rol spelen, met name bij het medeleven van moeders met hun kinderen, maar ook de zorg van zusjes en broertjes voor elkaar. Naast familiebanden wordt de band in de groep in stand gehouden door wederkerigheid: iemand doet iets voor de ander en de ander doet vroeg of laat hiervoor iets terug. Dit vereist een goed geheugen voor de daden van zichzelf en anderen.

Een meester in het onthouden is de raaf die gezichten van onderzoekers jarenlang kan onthouden en ze kan herkennen in een menigte. Zijn intelligentie en hersenomvang in verhouding tot zijn lichaamsgewicht liggen op het niveau van een chimpansee.<sup>30</sup>

29 De Waal (2001), 61.

30 Safina (2015), 192.

In wederkerige relaties moet een dier kunnen onthouden of de ander zijn verplichtingen nakomt. Dieren met een slechte reputatie worden voorzichtiger bejegend en zelfs afgestraft. Wederkerigheid en reputaties spelen een grote rol in duurzame groepen waar men langdurig van elkaar afhankelijk is. Het groepsleven lijkt dan op een markt van verlenen en krijgen van gunsten.

Het wederzijds verlenen van gunsten kan uitgroeien tot hechte vriendschappen. Het delen van voedsel speelt hierin een centrale rol, zeker na de jacht. Chimpansees pakken zelden voedsel van soortgenoten in de groep af. Ze kunnen wel uitgebreid bedelen en zeer ontdaan zijn als ze niets krijgen. Reputaties en vriendschappen spelen ook een belangrijke rol bij het in stand houden of veranderen van de rangorde en daarmee van de stabiliteit van de groep, die op deze rangorde is gebaseerd.

Bij chimpansees gaan alfa-mannen soms zover dat ze mannen die een bedreiging vormen, omdat ze de leeftijd bereiken om hem van de troon te stoten, niet toelaten bij het verdeelen van voedsel. Soms proberen ze juist in zo'n periode om nieuwe vriendschappen te sluiten met belangrijke groepsleden door hen gunsten te verlenen, zoals het aanbieden van extra veel voedsel. Gunsten kunnen bij chimpansees ook bestaan uit vlooi-beurten, seks of hulp en ondersteuning.

De verontwaardiging en vergelding bij het niet nakomen van verplichtingen kunnen stevig zijn, zoals schreeuwen, de boosdoener achternazitten of buitensluiten van andere contacten.

Vrouwelijke chimpansees zijn vaak geneigd om met elkaar samen te werken en vriendschappen te sluiten om zich te verweren tegen mannelijk geweld en machtsvertoon. Volwassen vrouwen spelen ook een belangrijke rol bij het intomen van agressie en het bij elkaar brengen van rivali-

serende mannen. Al deze banden kunnen een groep sterk maken, maar soms ook verdelen in rivaliserende groepen. Veel tijd wordt gestoken in het aftasten van stemmingen, bijvoorbeeld in de vorm van begroetingen en verzoeningen door iemand met uitgestrekte hand te benaderen. Verzoening is een instrument om de groepsbanden te herstellen en wat waardevol is niet door ongebreidelde agressie verloren te laten gaan. Een sterke groepsband biedt immers de meeste overlevingskansen. Chimpansees verzoenen vaak, maar hebben ook vaak ruzie. Ze zijn jaloers en ambitieus.

Bonobo's zijn veel vriendelijker dan gewone chimpansees. Ze hebben een levenslange band met hun moeder en vrouwelijke leden spelen een centrale rol in de groep. Ze delen veel, lossen veel problemen op met seks, vrouwen ook vaak met elkaar, en zijn weinig kieskeurig.

Volgens de Waal lijkt het lijkt of hun ontwikkeling in een enclave ten zuiden van de Congo-rivier anders is verlopen en ze eigenlijk nooit echt volwassen zijn geworden. Hun bloedsamenstelling, skelet en hormoonhuishouding zijn die van adolescenten. Ze leren vaardigheden langzaam, hebben een platter gezicht met kleinere kaken en ze blijven hun leven lang speels.

Mannelijke leden zijn zorgzamer, zoals in het wild eigenlijk alleen wolven dit kennen. Een overvloed aan voedsel kan hebben bijgedragen aan hun milde eigenschappen. Hun hersenomvang is kleiner, net als bij gedomesticeerde dieren, zoals honden, paarden en varkens, waar de hersenomvang ten opzichte van hun wilde soortgenoten ook is afgenomen. Ook de homo sapiens heeft kleinere hersenen dan de Neanderthaler.<sup>31</sup> Minder alertheid voor de omgeving en speelsheid zijn kenmerkend.

---

31 Safina (2015), 230.

Bonobo's zijn meester in het spel en leren daarmee veel reacties van soortgenoten in te schatten. Het spelgezicht bestaat uit een open mond.<sup>32</sup> Blindemannetje is een favoriet spel, door het gezicht met een bananenblad of zak af te dekken en dan allerlei gevaarlijke capriolen uit te halen. Bonobo's kunnen ook veel verschillende gezichten trekken en vaak is niet duidelijk wat echt is en wat geveinsd. Dit duidt op een grote intelligentie en inzicht in interactierituelen. Het pesten van anderen, ook sterkeren, vormt onderdeel van het spel. Zo trokken zij in een dierentuin de ketting uit een gracht toen een sterkere groepsgenoot onder in de gracht zat, zodat deze er niet uit kon.

Hun liefdesspel is zeer verfijnd en seks is een middel om conflicten te beheersen en rust te brengen en wordt voortdurend ingezet. Vrouwtjes zijn vrijwel permanent ontvankelijk. Bonobo's zijn onrustiger dan orang-oetangs die geduldiger zijn en beter in het spel met voorwerpen.

### 1.3. Stabiliteit

Een onmisbaar element in het groepsleven van intelligente dieren is een stabiele rangorde. Deze maakt de ontwikkeling van gehechtheid, genegenheid en medeleven mogelijk. Hiervoor is leiderschap vereist en het voortdurend bevestigen van ieders plaats in de rangorde. Mannen spelen een grote rol in het handhaven en veranderen van de rangorde. Mannenvriendschappen bij chimpansees zijn meestal ingegeven om een betere plaats in de rangorde te verkrijgen of een belangrijke plaats te behouden. Bonobo's zijn hierin een uitzondering. Zij kennen een rangorde, waarbij vooral oudere vrouwen de leiding hebben. De hiërarchie

---

32 De Waal (2009), 194.