

ZINWIJZER

JOHN VAN DER HORST

Zinwijzer

Filosofische handreiking voor een zinvol leven



NOORDBOEK

© 2025 John van der Horst | uitgeverij Noordboek

Omslagontwerp: Bart van den Tooren

Boekverzorging: Elgraphic

Omslagbeeld: Arnold Ziegelaar

ISBN 9789464712810

NUR 730

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van uitgeverij Noordboek, Hellingbaas 1, 8401 JH Gorredijk, Nederland – info@noordboek.nl.

De uitgeverij heeft ernaar gestreefd alle copyrights van de in deze uitgave opgenomen illustraties te achterhalen. Aan hen die desondanks menen alsnog rechten te kunnen doen gelden, wordt verzocht contact op te nemen met uitgeverij Noordboek.

De uitgeverij stelt alles in het werk om op milieuvriendelijke en duurzame wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk van de Forest Stewardship Council (fsc) mag dragen. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Noordboek is onderdeel van
20 leafdesdichten en in liet fan wanhoop bv

www.noordboek.nl

www.johnvanderhorst.com

INHOUDSOPGAVE

Inleiding 7

1. Van zinzucht naar zingeving 13
2. Zingevende grondhoudingen 25
3. Zingevende grondvermogens 47
4. Zingevende grondwaarden 70
5. Vrijheid als grondwaarde 87
 - 5.1. Het vrijheidsideaal 87
 - 5.2. Inclusieve vrijheid 104
 - 5.3. De relatie tussen vrijheid en de grondhoudingen 114
6. Waarheid als grondwaarde 119
 - 6.1. Het waarheidsideaal 119
 - 6.2. Inclusieve waarheid 130
 - 6.3. De relatie tussen waarheid en de grondhoudingen 144
7. Schoonheid als grondwaarde 149
 - 7.1. Het schoonheidsideaal 149
 - 7.2. Inclusieve schoonheid 164
 - 7.3. De relatie tussen schoonheid en de grondhoudingen 176
8. Goedheid: de waarden verenigd 183

Nawoord 191

Verantwoording afbeeldingen 195

Noten 197

INLEIDING

In naam van de Vrijheid, de Waarheid en de Schoonheid

Organismen zijn strevende wezens. Zij streven naar voortplanting, naar voeding en verder naar allerlei andere zaken die voor hun overleving en overlevering noodzakelijk zijn. Dat geldt voor eencelligen, voor meercelligen, voor planten, voor dieren en dus ook voor de mens. Maar bij de laatste volstaan deze biologische noden niet. De mens streeft ook naar allerlei zaken die vanuit zijn biologische constitutie niet per se nodig zijn, zoals het streven naar liefde of naar spiritualiteit.

Een andere streving die eveneens lastig in een natuurwetenschappelijk hokje te duwen is, is ons voortdurend streven naar zingeving. Wij zijn allemaal toch vooral zinzuchtige wezens.

In dit boek staat deze zucht naar zin centraal. Wat maakt dat we zoeken naar het geven van zin en bestemming aan ons leven, en wat moeten we doen om tot dit 'vervulde' leven te komen?

De term *zinzucht* kwam ik tegen in een boek van de Spaanse filosoof Fernando Savater, die het woord vooral in negatieve zin gebruikt, omdat hij vindt dat wij mensen te veel grote zingevende idealen zoals dé waarheid of dé vrijheid nastreven, terwijl we die zingeving beter in het onverwachte of het alledaagse kunnen zoeken.¹ In dit boek hoop ik duidelijk te maken dat we grote idealen juist nodig hebben om ook in het kleine en het onverwachte de zin van het leven te kunnen ontdekken. Wat werkelijk waarde geeft is datgene wat ons eindige leven, al is

het maarvoorheel even, kan overstijgen. En dat omvat alles wat we vrij, waar en schoon kunnen noemen.

Van ons streven naar vrijheid, waarheid en schoonheid zullen slechts weinigen ontkennen dat ze onlosmakelijk verbonden is met wat het leven voor ons de moeite waard maakt. Demonstranten, onderdrukten en politici nemen te pas en te onpas het woord *vrijheid* in de mond, zoals rechters, wetenschappers en journalisten dat doen met de term *waarheid*, en kunstenaars, natuurliefhebbers en reizigers met het begrip *schoonheid*, maar eigenlijk zijn we er allemaal de hele dag mee bezig. Je kunt geen krantenartikel of roman lezen waar het bereiken of verliezen van ten minste een van de *grondwaarden* vrijheid, waarheid of schoonheid niet een richtinggevend motief vormt voor de inhoud ervan.² Parallel aan onze voortdurende neiging de duur der gebeurtenissen te willen afmeten aan klokkentijd en de lengte der dingen aan ons metrieke stelsel, hebben we de aard de kwaliteit van iets wat we zien of beleven te moeten afmeten aan het vrijheids-, waarheids- of schoonheidsgehalte ervan. We dragen deze grondwaarden als een heilige drie-eenheid met ons mee.

We zijn allemaal op zoek naar zin – als het leven niet op de een of andere manier een sprankje zin oplevert kunnen we net zo goed sterven (het leven heeft dan, zoals we dat zeggen, “geen zin meer”). En ook al komen we ondanks onze zinzucht maar al te vaak uit bij onvrijheid, leugenachtigheid en lelijkheid, toch zal ons streven niet tot stilstand komen. Als we bijvoorbeeld worden geconfronteerd met onderdrukking of opsluiting, proberen we ten minste nog vrij te zijn in ons hoofd. Als we worden geconfronteerd met leugens, proberen we erachter te komen wat dan wel waar, of ten minste *waarschijnlijk* kan zijn. En als we worden geconfronteerd met iets dat uitgesproken lelijk is, dan zullen we ons daarvan afkeren en op zoek gaan naar iets dat meer naar onze smaak is.

Toch kan onze hunkering naar deze drie waarden ook op de nodige scepsis rekenen, omdat er sinds de tijd dat de mensheid

het hier op deze aardbol voor het zeggen heeft waarschijnlijk meer onderdrukking, leugenachtigheid en lelijkheid te vinden is dan in de periode daarvoor, toen wij nog samen met de wilde dieren over de savannen zwierven. De vraag is dan ook gerechtvaardigd of ons streven naar het slechte en het lelijke niet veel sterker bij ons wezen hoort dan ons verlangen naar alles wat wij vrij, waar en schoon noemen. Een vraag die door veel denkers al eeuwenlang bevestigend wordt beantwoord.

Het leidt inderdaad geen twijfel dat zelfzucht, xenofobie en machtswellust het streven naar vrijheid, waarheid en schoonheid voortdurend in de weg zitten, maar als we waar ook ter wereld aan een willekeurig iemand zouden vragen of hij of zij liever naar vrijheid, waarheid en schoonheid streeft, of naar onvrijheid, onwaarheid en lelijkheid, dan zal deze persoon hoogstwaarschijnlijk zonder aarzeling voor de eerste drie kiezen. Vrijheid, waarheid en schoonheid hebben een positieve connotatie, altijd, en overal. We stellen er bovendien belang in vrijheid van onvrijheid te onderscheiden, waarheid van leugenachtigheid en schoonheid van lelijkheid. Wij willen ons een beeld vormen welke zaken in ons leven deze drie waarden vertegenwoordigen, en welke juist niet.

Dit boek onderscheidt zich van andere boeken over zingeving omdat het de menselijke zoektocht naar zin onlosmakelijk verbindt met dit streven naar vrijheid, waarheid en schoonheid. Een ander onderscheidend element is dat deze waarden op hun beurt worden gekoppeld aan de belangrijkste vermogens van de mens: het willen, het denken en het voelen. We zullen ons nooit in de richting van vrijheid bewegen als we niet de persoonlijke wil inschakelen, zoals we nooit op zoek kunnen naar de waarheid als we niet ons *verstand* gebruiken, en nooit enige schoonheid zullen ontdekken als we niet ons *gevoel* aanspreken. Wat vrijheid is voor de wil, is waarheid voor het verstand en schoonheid voor het gevoel.

Leeswijzer

In het eerste hoofdstuk begin ik met de vraag wat er nodig is om tot een vervuld leven te komen. Hoe kan de kloof die gaapt tussen zinzucht en zingeving overbrugd worden? Deze vraag is relevant in een tijd waar de zin van het leven niet langer via kerk of staat wordt opgedrongen, en de meesten hun eigen hobbelige pad moeten zien te bewandelen op dit gebied.

In het tweede hoofdstuk stel ik me de basale vraag welke verschillende *houdingen* de mens kan aannemen om bovenstaande kloof te overbruggen. Ik benoem er zeven: de *spelende* mens, de *zorgzame* mens, de *liefhebbende* mens, de *spirituele* mens, de *leergierige* mens, de *scheppende* mens en de *verantwoordelijke* mens. Het mag de lezer voorkomen dat deze houdingen willekeurig zijn gekozen, maar verderop in het boek zal duidelijk worden dat er een zekere logica schuilt in de keuze voor precies deze zeven houdingen, die ik in het vervolg dan ook *grondhoudingen* zal noemen.

In het derde hoofdstuk leg ik uit dat we deze grondhoudingen alleen gestalte kunnen geven als we eerst onze *grondvermogens* aan het werk hebben gezet: het *willen*, het *denken* en het *voelen*. Als we niet op de een of andere manier ons denkvermogen, ons gevoelsleven en onze wilskracht – afzonderlijk of tezamen – in stelling brengen, vinden we niet de kracht om werkelijk zin te geven aan het leven.

In het vierde hoofdstuk komen dan ook de *grondwaarden* vrijheid, waarheid en schoonheid aan de orde, waar ze in een kruisbestuiving worden gebracht met deze grondvermogens. De menselijke wil wordt in grote mate aangedreven door onze vrijheidsdrang, de verstandelijke vermogens door onze waarheidsdrang en het gevoelsleven door onze schoonheidsdrang. Daar waar denken, voelen en willen ons het vermogen geven om een van de zingevende grondhoudingen aan te nemen, zo vormen de grondwaarden – vaak onbewust – de dieperliggende idealen om tot zinvolle actie over te gaan. Zonder die idealen zouden we niet leergierig genoeg zijn om te weten, niet creatief

genoeg om te scheppen, niet empathisch genoeg om lief te hebben. We zouden ons geen houding kunnen geven om tot een rijk en vervuld leven te komen.

In de daaropvolgende hoofdstukken ga ik verder in op de waarden vrijheid, waarheid en schoonheid. Na een beknopte beschouwing van iedere waarde zoom ik verder in op hoe het navalgen van deze waarden betekenis en zin kan geven aan het leven. Dat kan als ze ‘inclusief’ worden benaderd. Voor de waarde vrijheid betekent dit dat we tot zelfontplooiing moeten komen, maar ook dat we rekening moeten houden met de vrijheidswens van de ander. Voor de waarheid betekent dit dat we waarachtig en oprecht moeten zijn, maar ook dat we op zoek moeten naar een gedeelde waarheid. En voor schoonheid betekent dit dat we niet alleen op zoek moeten naar de schoonheid op het eerste gezicht, maar ook naar vormen van schoonheid die zich pas in tweede instantie uit deze wereld laten aflezen.

Aan het eind van het boek sta ik dan nog stil bij een vierde grondwaarde: *goedheid*. In het goede leven komen de idealen vrijheid, waarheid en schoonheid samen.

Onze zucht naar zingeving kan men zien als een levenslange zoektocht naar vele paradijselijke plekjes op aarde, waarbij de *grondhouding* die de mens aanneemt kan worden opgevat als het specifieke vervoermiddel waarmee men reist, het bijbehorende *grondvermogen* als de brandstof die nodig is om vooruit te komen en de *grondwaarde* als de gewenste bestemming. En ook al lijkt die bestemming vaak te ver weg om ooit te kunnen bereiken, we zijn toch maar mooi op reis, en zoals het cliché zegt: het is niet de bestemming die ons de zin van het leven verschaft, maar de weg ernaartoe.

1.

Van zinzucht naar zingeving

“Wie zin geeft aan het leven, geeft ook zin aan de dood.”

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

De behoefte om waarde en zin te geven aan dit leven is voor het grootste deel te danken aan de eindigheid en de uniciteit ervan. Zonder schaarste geen waarde. Pas met de beperkingen die ons sterfelijke, solitaire leven met zich meebrengt zijn we in staat te onderscheiden wat belangrijk is en wat niet.

Laat duidelijk zijn dat niemand een ander kan opleggen ‘zinvol’ bezig te zijn. Van buitenaf kan niet worden bepaald wat betekenis geeft aan het leven van een individu – de enige die dat kan doen is dat individu zelf. Op de vraag naar zin is dus geen eenduidig antwoord mogelijk. Iedereen maakt daarbij zijn eigen afwegingen. Sommigen vinden alleen al het stellen van die vraag onzinnig, omdat we nu eenmaal allemaal ongevraagd op deze aarde zijn geworpen en er helemaal niet bewust voor hebben gekozen hier een bestaan op te bouwen, laat staan er ook nog een betekenis aan te geven. Een hogere zin lijkt er dan vanuit de maatschappij, de religie of de opvoeding te worden opgeplakt, in plaats van dat we er uit eigen wil voor hebben gekozen.

Toch maakt deze scepsis de vraag naar zin niet minder relevant. Want is het niet zo dat we die zin vooral ervaren in zaken waar het simpel vegeteren of het al te gedwee opvolgen van regeltjes niet aan de orde is – waar we dus onze persoonlijkheid

moeten aanspreken om op geheel eigen wijze iets van het leven te maken? Zonder de menselijke vrijheid die we hebben om het ene te doen en het andere te laten is het niet goed mogelijk zin aan het eigen leven te ontdekken. Zelfs mensen die opgroeien in een streng religieus milieu of in een dictatoriaal land kunnen besluiten om de wetten die hun geloof of staat voorschrijven met heel hun hart te volgen, óf om ze slechts voor de vorm te be-lijden, óf om ertegen in opstand te komen.

Zingeving: universeel of relatief?

Ondanks het feit dat ieder mens afzonderlijk zijn eigen zinvolle weg moet zien te vinden in dit leven en er geen standaardrecept is om tot een vervuld leven te komen, zijn er ten aanzien van zingeving in mijn visie toch drie algemeenheden te formuleren. Een ervan is, zoals verderop in dit boek zal worden uitgelegd, dat handelingen pas betekenis krijgen als er op de een of andere manier de idealen vrijheid, waarheid of schoonheid aan ten grondslag liggen, die op hun beurt weer op positieve wijze onze wil, ons verstand of ons gevoel aansturen. Een tweede is dat we zelfs de kleinste handelingen vanuit deze idealen verrichten. En een derde is dat de wijze waarop mensen zin geven aan hun leven door de culturen en tijden heen niet veel veranderd is.

Over dat laatste zal niet iedereen het eens zijn. De grondslagen voor zingeving zijn voor de Franse filosoof en politicus Luc Ferry bijvoorbeeld juist sterk aan verandering onderhevig geweest door de eeuwen heen, vooral in het Westen. Ferry onderscheidt zelfs verschillende perioden van zingeving, die elk uitgaan van een bepaald beginsel van waaruit zin en vervulling wordt gegeven aan het menselijk leven.¹

Het eerste dat hij noemt is het *kosmologische beginsel*. Dit is het beginsel dat in de oude culturen zoals die van de Egyptenaren en de Grieken werd gehanteerd. Zingevend zijn hierbij al die gedachten en handelingen die ons in overeenstemming brengen met de kosmische harmonie. Ferry gebruikt het voorbeeld

van Odysseus, die alle oorlogen en tegenslagen overwint en zelfs de belofte van Calypso om eeuwig jong te blijven weerstaat, om uiteindelijk als sterveling terug te keren naar zijn geliefde Ithaka, waar hij zijn plaats in de kosmische orde hervindt. In de filosofie zien we het belang van die kosmische orde weer spiegeld in bijvoorbeeld de ideeënleer van Plato en in de teleologie² van Aristoteles.

Het tweede is het *theologische beginsel*, met als essentie dat de voorwaarden voor een betekenisvol leven in de overeenstemming met de goddelijke geboden moet liggen. Waar Odysseus nog vaak handelde in strijd met de wil van de goden, werd in de Middeleeuwen (en ver daarna) gehoorzaamheid verwacht tegenover God en de heilige boeken die in Zijn naam zijn geschreven. Enkel een godsvruchtig leven in dienst van het geloof kan leiden tot een zinvolle invulling van dit aardse leven, én van een prettige voortzetting ervan na de dood.

Het derde is het *humanistisch beginsel*, zoals dat zich vanaf de Renaissance in onze cultuur heeft genesteld, en in de Verlichting echt tot bloei kwam. Het heil der wereld is hier niet langer afhankelijk van de kosmische orde of van een God buiten ons, maar van onszelf. Als redelijke wezens moeten wij zelf het heft in handen nemen. Wij hebben de vrijheid om van de wereld een betere plek te maken. Op die manier kunnen we ons ontrukken aan de onvrijheden die geloof, natuur en sociale tradities ons opleggen, zodat we onze eigen geschiedenis kunnen gaan schrijven. Zinvol handelen vanuit het humanistisch beginsel is het handelen in dienst stellen van vermeerdering van kennis, vrijheid en menselijk geluk.

Wie denkt met dit humanistisch beginsel al in het heden te zijn beland, komt bedrogen uit. Er is namelijk ook nog *het beginsel van de deconstructie*. Dit beginsel wantrouwt alle vorige beginselen, die een illusoir karakter blijken te hebben. Er is noch een kosmische orde noch een goddelijke orde, maar ook het idee dat de mens een vrij en rationeel subject is, die autonoom aan de vooruitgang van de wereld kan bouwen, is op drijfzand geba-

seerd. Wij worden namelijk hoofdzakelijk door dierlijke en onbewuste driften aangestuurd, en verder zijn er allerlei economische en maatschappelijke processen waar we zelf amper grip op hebben, maar die ons denken en handelen verregaand beïnvloeden en bepalen. Bekende *deconstructivistische* denkers als Schopenhauer, Nietzsche, Foucault, Marx, Heidegger en Freud hebben geprobeerd duidelijk te maken dat we niet langer 'hogere' waarden moeten nastreven die zich boven het gewone leven verheffen en er als het ware buiten staan. Als we al een zin aan ons leven willen ontdekken dan moeten we ons richten op dat leven zelf en de irrationele en onvoorspelbare krachten die daarin werkzaam zijn. Volgens Nietzsche kan alleen een intens en autonoom leven zonder transcendente idealen tot een zinvol bestaan leiden. Vreugde wordt geput uit intensivering van levenskrachten, droefheid uit de verzwakking ervan.

Dat zo'n intens, druk, volgebouwd leven de norm is geworden zie ik inderdaad vaak genoeg om me heen, maar ook dat dit voor veel mensen heel vermoeiend is. Té vermoeiend vaak. De vraag die het opwerpt is of zo'n leven nog wel werkelijk zin aan het bestaan kan geven. De *Umwertung aller Werten* die Nietzsche voor ogen stond is toch vooral een *Untwertung aller Werten* geworden, leidend tot weinig verheffende idealen als die van het fascisme, het neoliberalisme, het postmodernisme en het dataïsme³. Na een *deconstructie* van waarden zou toch eigenlijk een menswaardige *reconstructie* moeten volgen.

Ferry, zelf deel uitmakend van de love & peace-generatie van de jaren zestig van de vorige eeuw, toen hij student was in Parijs, voegt daarom nog een laatste beginsel van zingeving toe in de ontwikkeling van het westerse denken. Dit noemt hij *het beginsel van de liefde* en het is volgens hem ontstaan in de overgang van het verstandshuwelijk naar het door jonge mensen zelfgekozen huwelijk uit liefde en omwille van de liefde. Het zou volgens Ferry het tijdperk van het 'tweede humanisme' moeten inluiden, en een richtsnoer moeten zijn voor een compleet nieuwe opvatting van het goede leven.