

Dr. Lars Charbonnier publiceerde dit jaar *Religion im Alter. Eine empirische Studie zur Erforschung religiöser Kommunikation*, met onderzoeksresultaten over de religieuze zingeving bij mensen van 75 jaar en ouder. Zijn oudere mensen religieuzer dan jongere? Wat betekent religie voor hen en hebben zij een antwoord op de vraag naar de zin van het leven? Deze en andere vragen legde Charbonnier, predikant en docent theologie in Berlijn, ouderen voor in twintig kwalitatieve interviews en verzamelde zo interessante gegevens. Het boek is inmiddels met twee wetenschappelijke prijzen onderscheiden. Nico Krijn sprak met Lars Charbonnier over ouderen en de ervaring van zinvol dan wel ‘zinvrij’ leven.

‘Je zoekt naar samenhang’

Er zijn vele soorten ‘zin’. Daarvoor hoeven we slechts een greep in de geschiedenis van de filosofie te doen. Volgens Plato is de zin van het leven het verkrijgen van het hoogste inzicht. In de teleologie van Aristoteles is het hoogste goed het bereiken van *eudaimonia*, gelukkig zijn. Epicurus legt de nadruk op afwezigheid van pijn en geestelijke problemen. De zin van het leven is voor de stoïcijnen het bevrijd zijn van het lijden. Het klassiek liberalisme beschouwt de individuele vrijheid als het hoogste goed. Kant poneerde zijn alom bekende categorisch imperatief.

In de twintigste eeuw zijn pragmatische filosofen van mening dat het praktisch begrijpen van het leven belangrijker is dan de zoektocht naar een abstracte waarheid over de zin van het leven. Logisch positivisten, bijvoorbeeld Rudolf

Carnap, stellen dat de vraag naar de zin van het leven betekenisloos is, het is *onzin*. Uitspraken zijn alleen zinvol als zij verifieerbaar zijn, en dat zijn ethische concepten niet. Volgens het postpositivisme is er geen zin van het leven. We kunnen vaststellen dat filosofen van mening verschillen over de zin van het leven.

Het richtsnoer van het christendom is te vinden in het evangelie van Johannes: ‘... en een ieder, die leeft en in Mij gelooft, zal in eeuwigheid niet sterven’. Ook alle moslims dienen te geloven in God, zijn openbaringen, zijn engelen en boodschappers, en in de ‘dag des oordeels’. Vanuit een godsdienstige overtuiging wordt gesproken van dé zin van het leven, vanuit een seculiere over mijn zin van het leven. De vraag naar de zin van het leven is niet gebonden aan een bepaalde leeftijd; jong en oud worden ermee geconfronteerd. ►



Wat is het specifieke seniorenaspect van de zin van het leven?

‘Je geeft hiermee een indrukwekkende lijst van mogelijkheden om de zin van het leven te beschrijven. Er zijn er bij die ik ook in mijn gerontologisch onderzoek aantrof, waarbij ik senioren van boven de vijfenzeventig ondervroeg naar de zin van het leven. Volgens mij is het niet zo, dat er aan de zin van het leven een specifiek seniorenaspect kleeft. Oud of jong, de zin van het leven, en meer nog de zin van mijn eigen leven is een bijzondere biografisch bepaalde constructie. Het is wel zo dat ouderen meer bezig zijn met de vraag naar de zin van het leven dan mensen die in een andere levensfase zijn. Ervaringen van contingentie, afhankelijkheid, eindigheid, en ook van eenzaamheid nemen toe. In deze fase van het leven beschikt men over een schat aan antropologische basis-ervaringen, waarmee het verlangen wordt gevoed zich bezig te houden met zinvragen.

Veel van de vijfenzeventigplussers die ik in mijn onderzoek interviewde zeggen: ‘Elke dag denk ik na over de zin van het leven’. De filosoof Thomas Rentsch uit Dresden noemt daarom het ouder worden een proces van zelfverwerkelijking die bij de ouderdom tot volle wasdom komt.’

In Spinoza’s opvatting volhardt elk ding in zijn bestaan. Hij noemt dit de ‘*conatus*’. Dit bestaan is niet passief, elk ding tracht ook zijn voortbestaan te bestendigen en dit streven is niets anders dan het werkelijke wezen van het ding zelf.

*‘Elke dag denk ik na
over de zin van het leven’,
zeggen veel vijfenzeventigplussers*

Er zijn geen aanwijzingen dat Darwin Spinoza heeft bestudeerd. Bij Darwin lezen we over de strijd om het leven en het overleven van degene die het best past in zijn omgeving.

Worden ouderen niet bevangen door een ordinaire doodsangst? Zij worden zich bewust van hun beperkingen en beseffen dat hun leven eindig is, de horizon komt in zicht. Is hun probleem niet de strijd tussen het willen onthechten en het verlangen naar een eeuwige jeugd?

‘Ja, dat speelt een belangrijke rol. Het groeiend besef van het eindigheid van hun eigen leven ontstaat vooral door de dood van anderen. Daardoor treedt de vraag naar de zin van het leven voor velen op de voorgrond. Maar, en daarmee spreek ik je tegen, deze vraag is niet voor iedereen terug te voeren tot een verlangen naar een eeuwige jeugd. In de filosofie, de Bijbel en de literatuur zijn veel voorbeelden te vinden van een waardig

sterven na een voldaan leven. Ook in mijn onderzoek heb ik oude mensen ontmoet die tevreden op hun leven terugkijken en bereid zijn te overlijden, omdat ze niets meer van het leven verlangen.

Er zijn natuurlijk ook mensen die geen verlangen naar een eeuwige jeugd hebben, omdat het alledaagse leven voor hen zinloos is geworden, bijvoorbeeld, omdat ze hun partner verloren hebben. De Berlijnse theoloog Notger Slenczka heeft, op basis van de Griekse filosofie, een theorie ontwikkeld over een “voltooiend leven”. Het leven is zinvol in het



perspectief van een natuurlijk eind. Ik vind dat een heel belangrijke aspect in de discussie over het verlangen naar een eeuwige jeugd.’

Denken aan de dood, maakt je bewust van de dood als grens. Wanneer je je eigen dood voor ogen houdt, kun je het een vaste plaats geven in je leven, er vertrouwd mee raken. Zo verdwijnt de vrees ervoor en bereik je gelatenheid in de omgang ermee. Seneca schreef aan Lucilius: ‘Oefen je er dagelijks in, het leven met gelijkmoedigheid te kunnen verlaten.’ Het weten te sterven is bevorderlijk voor het weten te leven.

De gedachte aan de eigen sterfelijkheid is een aanmoediging om goed te leven.

‘Daar ben ik het honderd procent mee eens. ‘Leer ons zo onze dagen te tellen dat wijsheid ons hart vervult’, zegt Psalm 90:12 en Martin Luther stelde: ‘Er zijn twee dingen die iedere mens zelf moet doen, geloven en sterven’. Maar dat is natuurlijk moeilijk en dat weet ook iedereen. Alleen al het praten over de dood is moeilijk. Ouderen beseffen meestal goed dat het elke dag waarschijnlijker wordt dat zij zullen sterven. Maar toch spreken ze minder over de dood en over een hiernamaals dan over hun angst voor het stervensproces. Die angst is bij velen prominent aanwezig. Meer voorlichting en een publieke discussie over de mogelijkheden van palliatieve zorg zouden een deel van die angst weg kunnen nemen.’

Sommige ouderen mijmeren over *hun* tijd die geweest is. In Seneca’s geschrift *Over de kortheid van het leven* wordt de tijd die je leeft een kost-

bare hulpbron genoemd, waarmee je zorgvuldig om moet gaan. Wie een ‘lang’ leven wil, bereikt dat niet door een verlenging van het leven. Het leven wordt langer door de tijd goed te gebruiken. Het tijdverlies is volgens Seneca ‘het ‘meest gênant’. Het betrof, aldus de Romeinse denker, de ‘verspilling die haar oorzaak vindt in slordigheid’.

Hoe kun je droefheid over de verstreken tijd omzetten in een kunst om de tijd wel te besteden en daarnaast bewust te genieten van verspilde tijd? Lummelen, mits zelf verkozen, is heerlijk.

‘Ik zie twee manieren voor ouderen om met deze vraag om te gaan. De ene oudere geniet van het hier en nu, en is bezig met dingen die niet belangrijk zijn: uit het raam kijken, dutten, enzovoort. De andere oudere gunt zich geen rust, ergert zich aan lang slapen omdat daarmee kostbare tijd verloren gaat die beter gebruikt had kunnen worden. Ouderen in de laatstgenoemde categorie zeggen dat ze geen zin in hun leven hebben gevonden en/of dat zij erg ontevreden zijn met hun leven en hun ouderdom.’

Komt het gevoel van ‘zin’-verlies voort uit een heimwee naar vervlogen tijden?

‘In een bepaald opzicht kan dat zeker het geval zijn. De ‘zin’ omvat meer dimensies die een eenheid vormen. De sociale dimensie is er een wezenlijk onderdeel van: ergens bij horen, deelgenoot zijn van een gemeenschap en daar een taak in hebben. Bij het vorderen van de leeftijd wordt het participeren in een gemeenschap steeds moeilijker, met als ge-

volg dat langzaam maar zeker de zin van het leven verloren gaat. Zo gezien ligt de bron van heimwee misschien in de ervaring van het tegenwoordige leven. Anders gezegd, het is niet zo dat de vervlogen tijden zo goed zijn geweest, maar het leven van vandaag is problematisch.’

De zingeving bevindt zich in het gebied begrensd door twee posities. Aan de ene kant bepaald door een religieuze houding en aan de andere kant door een humanistische perspectief. De religieuze zin wordt als het ware aange-reikt vanuit de traditie. De humanistische zin is geënt op een natuurwetenschappelijk stand-punt. Ons leven op deze planeet, ontwikkeld in een evolutionair proces, berust op een toevalstref-fer. Alles is zinloos. Dat is een negatieve annota-tie, daarom pleit ik ervoor om in navolging van Markus Gabriel te spreken van ‘zinvrij’.

Kunnen we een zinvol ‘zinvrij’ leven leiden?

‘Zin is, zoals ik al zei, een constructie met meerdere dimensies die een fundamenteel geheel vormen. Wanneer je de zin zuiver rationeel benadert en ontrafelt, verdwijnt de essentiële samenhang en verdampt het gevoel voor zin. Leven zonder zin – zinvrij, zoals je dat noemde – is daarom volgens mij leven zonder samenhang. Maar de wereld en de mensen beschouwen vanuit een objectief perspectief lijkt niet mogelijk. Vanuit subjectief perspectief kan iemand ervaren eenzaam te leven, zonder samenhang. Daarom is ook iedere subjectieve zelf- en zinervaring een

constructie: je zoekt naar samenhang bij mensen en in ervaringen die belangrijk voor je zijn. Het idee van de christelijke God maakt een fundamentele samenhang subjectief en tegelijk objectief mogelijk, die transcendent wordt gegarandeerd. Ik vind dat een fantas-tische voorstelling, in christelijke woorden gezegd: je kunt niet dieper vallen dan in Gods hand!’

De bioloog Frans de Waal onderzocht vele jaren het gedrag van chimpansees en bonobo’s. Hij is gespecialiseerd in primatologie en ethologie. Thans is hij hoogleraar psychologie en bekend om zijn vergelijkingen tussen het gedrag van mensen en andere dier-soorten. Volgens hem is de mens ‘tot op het bot sociaal’. Een goed

voorbeeld van de door en door sociale aard van onze soort is de verschrikking van eenzame opsluiting. Onze lichaam en geest zijn niet be-doeld om het zonder anderen te stellen. Zonder sociale contacten worden we depressief en onze gezondheid holt achteruit. Evolutionair gezien is empathie de oorspronkelijke, aan taal vooraf-gaande, vorm van verbondenheid tussen indi-viduen. De zin van je leven komt van anderen, je kinderen, je ouders, je vrienden. Jij bent de zoon van iemand, de vader van iemand. Je bent een knooppunt in een netwerk en het netwerk geeft je bestaan betekenis. Wij omgeven ons met geliefden die ons leven kleur, geur, smaak en houvast geven. Bij het ouder worden wordt de kring van vrienden en verwanten steeds kleiner. Het maken van nieuwe vrienden is moeilijk op hoge leeftijd. ▷

Als de zin steeds schaarser wordt, zijn er dan mogelijkheden om in dit groeiend tekort te voorzien?

‘Dat is inderdaad een grote uitdaging. Voor sommige mensen is het mogelijk om met behulp van hun godsdienst en geloof dit te compenseren. In een van mijn interviews zei een vrouw: ‘Ik praat met Jezus, hij helpt mij. Iemand anders is er niet’. Maar ook is het tegengestelde mogelijk. Een gepensioneerd pastoor, die eenzaam in een bejaardenhuis leeft, zei: ‘Hier en nu moet ik leven, en dat heb ik ook steeds verteld in mijn preken – maar dat is niet zo gemakkelijk ...’

De wereld werd in het verleden beheerst door religieus denken. Deze overkoepelende zingeving heeft samenlevingen bij elkaar gehouden en richting gegeven aan het maatschappelijke en individuele handelen. We leven nu in een wereld de zuiver rationeel wil zijn. Met het verdwijnen van het religieuze denken om de wereld betekenis te geven, lijkt er ook steeds minder plaats voor de menselijke verbeelding en een samenleving die steeds meer in het teken van berekening is komen te staan. Om met historicus en filosoof

Huizinga, bekend om zijn publicaties over de spelende mens, te spreken:

‘In het getal bezwijkt het verhaal en wordt geen beeld geboren’. Criticus en literator Bas Heijne stelde vorig jaar in zijn Huizinga-lezing ‘Want ook de mens is onttoverd. De mens is geen mythisch wezen, de mens is geen religieus wezen, de mens is een biologisch wezen – alles wat hij doet of denkt, is het resultaat van natuurlijke

processen.’ Door de ontwikkeling van de samenleving van religieus naar pluralistisch ontstaat bij velen de angst voor een wereld waarin alles zonder betekenis dreigt te worden. Wanneer men niet langer in staat is om betekenis te geven, blijft er slechts een vorm van zingeving mogelijk: calculatie.

Mensen voelen zich religieus ontheemd, en ze zijn op zoek. Hoe vinden we een thuis, een veilige schuilplaats?

‘Volgens mij is dit bewust overdreven geformuleerde standpunt erg problematisch en ik begrijp de argumentatie niet echt. De mens was altijd al een biologisch wezen, en als zodanig heeft hij zijn religie gevormd. Dat religie door het verstand is gecreëerd beseft men tegenwoordig niet alleen binnen de filosofie, maar ook binnen de theologie. Natuurlijk zijn er geen grote verhalen meer die de hele mensheid aanspreken in de pluralistische wereld van vandaag. Maar dat betekent niet dat individuen deze verhalen niet in hun leven zoeken. En als je bijvoorbeeld het begrip religie door spiritualiteit vervangt, zul je de rijkdom van godsdienst ontdekken met

ongekende mogelijkheden. Mensen zijn op zoek naar een thuis, ook in spiritueel opzicht. En zij

vinden deze niet alleen in kerken en bij traditionele godsdiensten, maar ook elders. Deze eenzijdige seculiere opvatting en de ermee verbonden dominantie van het rationele, natuurwetenschappelijke denken beschouw ik als een ideologie, en geen theorie gebaseerd op goede gronden. Wat wij echt nodig heb-

ben is een grondig begrip van de fenomenen die wij kunnen waarnemen, en een intensieve reflectie hierover, en dat lukt niet zonder traditionele godsdiensten, niet zonder theologie.’

Charles Taylor constateert op dat in de huidige tijd zijn meerdere bronnen beschikbaar gekomen naast religie, die aan ervaringen betekenis kunnen geven. De ervaring van volheid kan op een humanistische of een boeddhistische wijze worden uitgelegd, of vanuit het perspectief van een natuurfilosofie. We gaan op zoek naar zin, alsof de zin ergens in het verborgene klaarligt om door ons ontdekt te worden.

Is het niet beter in plaats van verheven idealen het dichter bij huis te zoeken en betekenis vinden binnen de grenzen van het eigen bestaan en de eigen beslommeringen? Roger Scruton wees erop dat schoonheid kan worden ervaren in de dagelijkse dingen, zoals tafeldekken voor je gasten die komen eten.

‘Oh ja, dat is zeker zo! De afgelopen twintig jaar hecht men toenemend belang aan de alledaagse ervaringen, die zich afspelen in onze eigen tijd en ruimte. Deze werden aan het eind van de vorige eeuw als minderwaardig beschouwd. Het is van belang de waardevolle aspecten van het alledaagse te leren herkennen en erkennen, zodat ze bij kunnen dragen aan een zinvol bestaan.’ ◁

Literatuur

Dietrich Korsch en Lars Charbonnier (2008). *Der verborgene Sinn. Religiöse Dimensionen im Alltag*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Nico (drs. N.) Krijn werkt bij TNO. Hij is als filosoof gespecialiseerd in de filosofie van de wiskunde en wetenschapsfilosofie.
nico_krijn@hotmail.com