

## Betekenis en zin

### The stars look down

Wie kent niet de ervaring van het liggen in het gras, de blik gericht op een helderblauwe lucht? Of de ervaring van een late zomeravond in bijvoorbeeld Zuid-Frankrijk, een glas gekoelde wijn in de hand, onder een fascinerende sterrenhemel? En wie herinnert zich dan niet de bijkomende gedachte aan de uitgebreidheid van het heelal, de grootsheid van alles... de kleinheid van de aarde in alleen al dit ene zonnestelsel, de nietigheid van het eigen leven in verhouding tot het zich uitbreidende universum? De genieting van het glas wijn mag op zo'n moment van bezinning dan verschillen van persoon tot persoon, de genieting van het leven verschilt ook van mens tot mens. Wat voor de ene persoon een bittere smaak heeft of krijgt, of een gevoel van onbehagen geeft, kan voor de ander aanleiding zijn tot een 'carpe diem'-gevoel, of tot een meer relativerend 'so what'.

Het mag de lezer duidelijk zijn dat ik hier speel met twee verschillende perspectieven die een eigen betekenis hebben. De betekenis van het een hoeft niet samen te vallen met de betekenis van het ander: vanuit het gezichtspunt van het heelal is ons leven te zien als nietig en verwaarloosbaar, maar vanuit het individueel 'geleefde' leven niet. Verwaarloosbaar wil zeggen: het doet er niet toe, de waarde is nihil (of zo goed als). Passen we dat dan toe op ons eigen leven: "Mijn leven doet er niet toe, het is waardeloos." Gooien we er dan ook nog eens de term 'dood' bij, wordt het nog fraaier. Is ons leven in kosmisch perspectief al verwaarloosbaar, gaan we nog dood ook! En om nog dieper in de duisternis af te dalen: we hebben niet eens om het leven gevraagd... Nee, het is inderdaad allemaal niks. Waar doen we 'het' allemaal voor. De persoon die dit zo overweegt, worstelt onmiskenbaar met betekenisgeving: "Indien mijn leven eindig is, of futiel, dan is iedere volgende ademhaling volstrekt zinloos. Eruit dan maar."

### Absurd! Maar toch...

Volgens Irvin D. Yalom<sup>1</sup> hebben we hier te maken met vragen op het zogenaamde metaniveau. "Wat heeft het allemaal voor zin als we toch doodgaan?" Of: "Heeft het leven betekenis voorbij het persoonlijke leven?" Die vragen lijken er op te wijzen dat de dood alle betekenis vernietigt, maar eigenlijk wordt bedoeld dat het iemand niet lukt betekenis te vinden die de dood *figuurlijk* vernietigt. Dus: dood en betekenis zijn niet geheel afhankelijk van elkaar. De dood geeft een betekenis aan het leven, juist omdat zij niet samenvallen. De ervaring van zinloosheid die mede voort kan komen uit het perspectief van onvermijdelijke sterfelijkheid, kan het je benauwd maken. Reden ook dat er zo veel geworsteld wordt om de vaak als kil ervaren feitelijkheid een plaats te geven. Existentialfilosoof Albert Camus, die het bestaan als zodanig 'absurd' noemt, stelt dat het mogelijk is om indifferent te zijn in een wereld die indifferent is, die onverschillig is, zich niet bekommert, geen boodschap heeft (aan). Maar hij wijst deze vorm van nihilisme af in zijn befaamde werk *De myte van Sisyfus*. Ook al is de mens geworpen in zijn bestaan, is zijn bestaan net zo contingent als al het andere bestaande, het is mogelijk volgens Camus dat er moraal is, dat er gesproken kan worden van persoonlijke betekenisgeving. "De filosofie kent maar een werkelijk serieus probleem: de zelfmoord. Het oordeel of het leven al dan niet waard is geleefd te worden, houdt het antwoord in op de belangrijkste vraag die de filosofie stelt. (...) Wie zelfmoord pleegt bekent gewoon dat hij het leven niet de moeite waard vindt. Natuurlijk, leven is nooit gemakkelijk. Er zijn vele redenen waarom wij de dingen blijven doen die het bestaan vereist en de voornaamste daarvan is de gewoonte. Wanneer iemand een eind aan zijn leven maakt veronderstelt dit dat hij, al is het maar instinctief, heeft onderkend dat deze gewoonte bespottelijk is, dat het leven geen enkele diepere zin heeft, dat deze dagelijks terugkerende rompslomp absurd en alle lijden nutteloos is." Camus eindigt zijn boek sterk moraliserend: "Maar Sisyfus leert ons wat de hogere trouw is, waardoor goden worden verloochend en rotsen verplaatst. Ook hij is van mening dat alles goed is. Dit universum dat voortaan geen meester meer heeft, is in zijn ogen niet onbetekenend en ook niet onvruchtbaar. (...) We moeten ons voorstellen dat Sisyfus gelukkig is."<sup>2</sup> Trots en met opgeheven hoofd moeten we keer op de keer onze levenslast (de absurditeit, het rotsblok van Sisyfus) op onze schouders nemen. Leven als absurde held, daarin ligt de betekenis.

<sup>1</sup> Irvin Yalom: *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980, p. 419 e.v

<sup>2</sup> Albert Camus: *De myte van Sisyfus*. Amsterdam: Bezige Bij, 1985, p. 7, 10, 146. Het mag duidelijk zijn dat hier een filosoof aan het woord is die zich in theorie ophoudt, een estheticus. De praktijk die samenhangt met menige zelfdoding is dat er wel degelijk waarde gehecht wordt aan het (eigen) leven, dat het leven betekenis heeft, maar dat het om velerlei redenen onleefbaar is geworden. Suïcides om redenen van zinloosheid zijn naar verhouding zeldzaam.

## Engagement

Ook Sartre beaamt dat het leven zonder reden is, accidenteel: zowel het geboren worden als het sterven is zonder betekenis. Zijn adagium is dat de mens maakbaar is: de existentie gaat aan de essentie vooraf – je bepaalt als mens je eigen werkelijkheid; wie je bent, wat je wordt, ligt niet bij voorbaat vast, is niet vooraf gegeven maar heb je in eigen handen. Vrijheid is hierbij de centrale term, *absolute* vrijheid zelfs: je draagt de volledige verantwoordelijkheid voor de keuzes die je (niet) maakt.

Ondanks de inherente betekenisloosheid van het bestaan, weet ook Sartre een ingang naar zin te bedenken. De oplossing ligt in 'engagement', in sociale betrokkenheid, in de ethische visie dat verantwoordelijkheid boven het persoonlijke uitsteekt: het bevechten van maatschappelijk onrecht, solidair zijn. Dat het communisme/ marxisme/maoïsme zijn leidraad werd als systeem van rechtvaardigheid, een totalitaire ideologie waar de mensheid een pijnlijke prijs voor heeft betaald, waar juist de essentie aan de existentie voorafgaat, kan hem in retrospectief uitermate kwalijk genomen worden. Maar wie zonder zonden is...

Yalom sluit zich bij de engagementopvatting van Sartre aan. Ook al legt hij juist niet een bepaalde wijze van uitoefening daarvan op. Voor Yalom is betekenisvolheid een bijproduct van engagement. Daarmee zegt hij eigenlijk dat betekenis op zich een leeg begrip is en dat slechts iets betekenis kan krijgen indien het gekoppeld wordt aan (sociale) actie. Het is niet eens en voor altijd zinvol, neen, tijd en omstandigheden bepalen mede de betekenis die iets voor iemand kan hebben. Betekenis is aan verandering onderhevig.

Wie louter betekenis zoekt, zal verdwalen; hoe bewuster je ernaar zoekt hoe minder je het zult vinden. Vergelijk het met een benadering van 'geluk': het is een resultaat van handelen. Wie niets onderneemt en bij de pakken neer gaat zitten, verzandt in leegte en lusteloosheid. "Het heeft geen zin." "Ik ben niet gelukkig."

## Blauwdruk

Doodsvrees, zo zegt Yalom, is vaak gemaskeerd als betekenisloosheid, en de vrees die voortkomt uit de gewaarwording van vrijheid en isolement –in een volgende bijdrage wordt hier nader op ingegaan– wordt ook vaak verward met de vrees voor betekenisloosheid. Hoe dan toch blijvend en bevredigend betekenis te krijgen in een contingente, betekenisloze wereld? Die vraag blijft terugkomen. (Omdat er *uiteindelijk* geen blijvend en bevredigend antwoord op te geven is?) Betekenis heeft betrekking op samenhang, coherentie, op structuur, patronen, op verklaringen. Indien zij ontbreekt ontstaat irritatie, frustratie, dissatisfactie, hulpeloosheid. Het vinden of het kunnen geven van betekenis geeft gevoelens van meesterschap, van controle, van overzicht. Betekenis verzacht zo enerzijds de angst voor een wereld zonder (vooraf) geordende, comfortbiedende structuur, anderzijds geeft zij 'geboorte' aan waarden die op hun beurt de betekenis weer versterken. Waarden geven richting hoe het leven te leven en bepalen hoe en met welke middelen te handelen; zij bepalen de blauwdruk hoe persoonlijk te handelen, geven een mate van voorspelbaarheid in het sociale leven. Voor de mens draagt betekenis dan een overlevingswaarde in zich: wie het niet lukt zijn bestaan van betekenis te voorzien, zal wegwijnen.

Sigmund Freud is duidelijk: wie vragen stelt over de zin van het leven is ziek en zal geplaagd worden door somberheid, depressie, zal zijn libido aangetast zien, in een identiteitscrisis geraken en heeft –nogal wies– een lage zelfwaardering. Grondlegger van de existentialistische logotherapie, de religieus *angehauchte* Viktor Frankl voegt daar nog aan toe: apathie, leegte, cynisme, doelloosheid en noemt een aantal existentiële neuroses die wijzen op problemen met betekenisgeving: alcoholisme, depressie, obsessie, delinquentie, oversexualisering, waaghalzerij. Frankl heeft het concentratiekamp overleefd en stelt vooral op basis van die ervaring dat iedere situatie, ook de meest erbarmelijke waarin het lijden en het kwaad niet te vermijden zijn, je niet vrijwaart van het zoeken naar betekenis. Betekenis draagt zo tevens een sterke overlevingswaarde in zich. Deze overtuiging redde hem van een vroegtijdige dood.<sup>3</sup> Voor de lezer die niet bekend is met Frankl: hij kon overleven in het kamp omdat hij een geschoold man was wiens kwaliteiten inzetbaar waren. Menig andere gevangene (Jood of niet-Jood) kon zich niet 'bewijzen' en werd gedood. Is hier dan sprake van platte pech of is er niet voldoende geloof gehecht aan het betekenisstelsel van Frankl? Het hebben van een keuze (om betekenis te zoeken) veronderstelt altijd een relatieve vrijheid. Niet iedere vervolgte Jood had die vrijheid. Denk bijvoorbeeld aan de slachtoffers van de 'holocaust by bullets', in de Oekraïne, die uit hun huizen werden gehaald en zonder bevraging of interesse in hun persoonlijke bestaan, zonder oog voor hun levenskwaliteiten, in zeer korte tijd in een greppel eindigden. Welke betekenis konden zij nog ontdekken in hun leven?

---

<sup>3</sup> In *De zin van het bestaan* (Rotterdam: Ad. Donker, 1946) vertelt Frankl over zijn kampervaringen en verkondigt hij dat het leven-in-zich betekenis heeft en dat dus daarom lijden zinvol is.

Niettemin heeft Frankl's verhaal op veel mensen een diepe indruk na gelaten en menigeen werd en wordt geholpen met diens therapeutische insteek. Het zoeken naar en het vinden van betekenis is dus voor hem iets anders dan wat de seculiere Sartre beweerde: je kunt het niet bedenken of maken maar je moet het ontdekken. Zoals een drift de mens van binnenuit aanstuurt, zo trekt betekenis aan de mens van buitenaf. Hoewel ook Frankl benadrukt dat de betekenis van het leven van een mens nooit door een ander ingevuld kan worden, benoemt hij toch een drietal *algemene* categorieën voor 'betekenis': 1. *creatief*: wat men bereikt of geeft aan de wereld; 2. *experientieel*: wat men neemt van de wereld middels ontmoetingen en ervaringen; 3. *attitudinaal*: de houding die men aanneemt ten aanzien van wat iemand overkomt – lijden, lot.

Engagement, zo stelt Viktor Frankl, in diepe ervaringen constitueert betekenis.

### Zin als sociale categorie

Socioloog Norbert Elias keert zich tegen de tendens, zoals onder meer hierboven beschreven, dat betekenis en zin zo sterk gekoppeld worden aan het individu, aan een subject. "Het pogen om zin te vinden in een individueel menselijk bestaan, onafhankelijk van wat dat voor andere mensen betekent, loop op niets uit."<sup>4</sup> Want de verwachting wordt uitgesproken dat ieder menselijk leven voor zichzelf alleen zin moet hebben. En als dat niet lukt, beklagt men zich over de zinloosheid van het bestaan. Neen, zegt Elias, wat wij 'zin' noemen wordt in feite bepaald door een groot aantal mensen die op verschillende manieren van elkaar afhankelijk zijn en met elkaar in verbinding staan, middels gedeelde 'tekens'. " 'Zin' is een sociale categorie." De opvatting van Elias kent dus een overeenkomst met die van Frankl: zoek de betekenis buiten het zelf. Maar ook met Yaloms opvatting over engagement: de omgang met (betekenisvolle) naasten.

Natuurlijk kan iemand betekenis geven aan zijn eigen leven, maar zodra de tekens daarvoor te veel een *eigen* betekenis krijgen, raakt het communicatievermogen verloren en daarmee de zin.

Wanneer mensen over zichzelf na gaan denken, raken ze meer en meer overtuigd van de afgescheidenheid en het geheel en al voor zichzelf bestaan, en vinden daarvoor een rechtvaardiging in de traditioneel filosofische benadering. Terwijl het, zo stelt Elias, "in het dagelijks leven vrijwel vanzelfsprekend is – dat iedere mens hoort bij andere mensen", dat alles en iedereen afhankelijk is van een buiten zichzelf, van een buitenwereld. "Maar in de filosofische bespiegelingen wordt het maar al te vaak verdrongen. Dan gaan mensen zich zien als wezens wier 'innerlijk' een volledig van de 'buitenwereld' afgesloten bestaan leidt. Deze verdringing van wat iedereen in het dagelijkse leven weet is door de klassieke filosofie langzamerhand gerechtvaardigd." De mens is intrinsiek en onmiskenbaar in alle facetten betrokken op iets buiten zichzelf. En zo verdedigt Elias een meer *common sense* standpunt en bekritiseert hij één van de vele dualismes waar al eeuwenlang filosofen het hoofd over buigen.

### Draaglijke lichtheid

Spreeken over betekenis legt gewicht in de schaal. Er mag niet lichtzinnig over gedacht worden. Wie dat wel doet, krijgt bij wijze van spreken een 'jihad' over zich uitgeroepen. Dat is in ieder geval de overtuiging van wetenschapsfilosoof Jaap van Heerden die in een essay lof spreekt over de *zegen* van de zinloosheid van het bestaan.<sup>5</sup> Spreken over het zinloze leven wordt alom gerespecteerd en geaffirmeerd, "maar als ik aan het cynisch standpunt toevoeg dat ik het een zegen acht dat het leven geen zin heeft en dat ook beschouw als een interessante mogelijkheid om van het leven iets te maken, wordt mij gevraagd met deze rare ideeën even te wachten tot de kinderen naar bed zijn (...)." "Maatschappelijk gezien is iemand die zegt dat het leven niet meer is dan een sloep op open zee die langzaam volloopt of een bad dat langzaam leegloopt, een erkend moralist, die een existentiële ontgoocheling met distinctie draagt. Maar iemand die de zinloosheid van dit leven met liefde aanvaardt en er zelfs veel goed in ziet, valt geheel buiten de categorie van serieuze levensbeschouwingen, heeft geen culturele rechten en is dwaas." Zinloosheid en tevredenheid lijken niet met elkaar te mogen worden verbonden. Van Heerden geeft drie argumenten voor het tegendeel.

1. De gedachte dat het leven zin heeft, heeft een 'slechte reputatie' gekregen: de geschiedenis bewijst keer op keer dat (handelen uit) zin (of ideologie) een bloedig wereldtheater creëert.

<sup>4</sup> Norbert Elias: *De eenzaamheid van stervenden in onze tijd*. Amsterdam: Meulenhoff, 1984/2008, p. 64-66. "In het aldus samengestelde zelfbeeld van mensen als geheel voor zichzelf bestaande wezens komen ook hoogst reële vereenzamingstendensen tot uiting, die kenmerkend zijn voor de persoonlijkheidsstructuur en de wijze van individualisering van mensen in meer ontwikkelde samenlevingen."

<sup>5</sup> Jaap van Heerden: *Wees blij dat het leven geen zin heeft*. Amsterdam: Prometheus, 1991, p. 9-12

2. Geen zin betekent voor velen een vrijbrief voor amoreel handelen, *anything goes*; maar “uit de aanvaarding van de zinloosheid van het leven volgt niet dat wij geen initiatieven meer kunnen nemen om het bestaan een beetje aardig in te kunnen richten.”

3. Stel dat het leven wel zin heeft, dan “zou het dictaat van de zingeving elke beweging belemmeren, elk initiatief blokkeren en elk nieuw idee verschralen door de verplichte en onvermijdelijke toetsing in welke mate het bijdraagt aan de alles overkoepelende bedoeling van dit leven.”

### **Lenen.nl**

Uit bovenstaande blijkt dat er, alleen al uit een beperkte blik op het existentiële gedachtegoed, aardig wat visies zijn op wat het leven, of specifiek: het leven van ieder van ons, zou kunnen betekenen, wat het leven tot een zinvolle en te waarderen bezigheid maakt.<sup>6</sup> Aan betekenisgeving ontkomt, zo denk ik, niemand. Welke betekenis iemand aan zijn leven geeft, zal afhangen van de persoonlijke perceptie, van overtuigingen en waarderingen. En zolang die betekenisgeving bij die ene persoon blijft, zolang die betekenis met anderen vrijwillig gedeeld wordt, is er niet zoveel aan de hand. Waar Camus met opgeheven hoofd de absurditeit aanvaardt, kan een ander mens met evenveel recht het hoofd laten hangen. Wordt de betekenisgeving van de een echter een wapen om eenzelfde betekenis bij een ander af te dwingen, dan ontstaat er frictie. De maatschappelijke discussie over bijvoorbeeld het thema (hulp bij) zelfdoding, over de mogelijkheid van het uitiem kunnen beschikken over je eigen persoon, *in extremis*, wordt grotendeels bepaald door betekenisssystemen die het individu (en vaak ook diens welzijn) willen overstijgen. Politieke besluitvorming in onze westerse democratie bestaat immers bij de gratie van brede(re) instemming, bij overeenstemming volgens compromis. Terwijl de strikt individuele beslissing het eigen leven te beëindigen geen enkel maatschappelijk compromis verdraagt.

In een volwassen, pluralistische samenleving laten mensen elkaar *in principe* met rust, ook al *voelt* het voor menig een niet goed wat iemand anders doet met zijn leven, ook al wil menig een zich uit *zorg* met een ander *bemoeien*.

Zoveel hoofden, zoveel zinnen.

Zoveel mensen, zoveel wensen.

—

© oktober 2010

---

<sup>6</sup> Zo is daar ook de hedonistische variant, het ‘carpe diem’ uit de inleiding: het leven heeft geen zin, maar je kunt er nog wel zin in hebben. “Life is a gift, take it, unwrap it, appreciate it, use and enjoy it.” Of uit de Oosterse keuken: het leven overkomt je en vraagt niet om een reden. “Existence has no goal. It is pure journey. The journey in life is so beautiful, who bothers for the destination?”