

De andere kant van zin

**Een humanistische zoektocht naar de plaats van ‘tweede zin’
binnen de dynamiek van het zinzoekend zelf**

Masterscriptie Geestelijke Begeleiding, november 2010

A. Zaalberg, studentnummer 0020117

Begeleider: mr. dr. Ton Jorna

Meelezer: prof. dr. Hans Alma

Inhoudsopgave

Vooraf	5
Inleiding	7
Opzet van het onderzoek	10
Deel 1 Verkenning van tweede zin	11
1.1 Terug naar de bron	11
1.1.2 Een voorlopige beschrijving van tweede zin	15
1.2 Op zoek naar verheldering en verwantschap	16
1.2.1 Etty Hillesum	16
1.2.2 Tweede onschuld	21
1.2.3 Tweespalt	25
1.2.4 Zieke zielen of tweemaal geborenen	27
1.2.5 Positieve melancholie	30
1.3 Conclusie van de zoektocht naar verwantschap en verheldering	32
1.3.1 Herziening van de voorlopige beschrijving van tweede zin	33
Deel 2 Verkenning van het zelf	35
2.1 Het begrip ‘zelf’	35
2.2 De mens als verhalenverteller, twee visies op het zelf	40
2.2.1 Het dialogisch zelf, theorie en toepassing van Hermans	40
2.2.2 Het zelf als mythe, theorie en toepassing van McAdams	48
2.3 Conclusie van de verkenning van het zelf	55
Deel 3 Zin als beweging	57
3.1 Zin-geven of zin-vinden?	58
3.2 De kunst van het balanceren en een goede omgang met tweede zin	62
3.3 Geestelijke begeleiding als meebewegen	64
3.4 Conclusie van zin als beweging	69
3.4.1 Nogmaals het begrip tweede zin	69
Conclusie van het onderzoek	71
Samenvatting	73
Noten	74
Literatuur	83

Vooraf

Bij een foto

Zij hoort, het hoofd leeg,
wat hij weet over leven.
Zij houdt zijn verhaal heel
door niet te sorteren.

Zijn woorden laat zij rustig binnen
zij komt uit kalmte
uit de kalme kindertijd
haar begrip is innen.

Met de ernst ook van een kind
dat alles neemt; tegenslag, pijn
omdat het er nu eenmaal is
en zij met het begin begint
Geen eindpunt nog in zicht.

Zijn verhaal houdt zij gaaf
door niets te herkennen, er
niets tegenover te stellen
dat lijkt en toch niet lijkt.

Eigenlijk ernstiger dan hij
met zijn schampere grapjes
over wat hij nauwelijks droefenis
en letsel durft noemen,
staat zij hem toe te lachen
en wacht tot hij gelachen heeft.
Hoofd leeg, moe, toegenegen.

Judith Herzberg, Uit: Zeepost, 1972. 1)

In dit gedicht vind ik mezelf als mens met de wens een open houding te ontmoeten bij de ander, zodat er ruimte ontstaat voor durven ontdekken. In dit gedicht vind ik ook mezelf als geestelijk begeleider in wording. Op deze wijze wil ik de ander zich laten ontdekken, vanuit een houding zonder vooringenomenheid, in kalmte, toegewijdeheid en aandacht. Dat voor een houding van jezelf durven ontdekken en de ander zich laten ontdekken wijsheid en moed nodig is, dit inzicht krijgt voor mij steeds meer invulling. Deze scriptie is daar een voorbeeld van. Het is een verslag van een humanistische zoektocht naar een fragiel proces in mens-zijn, waarin de vraag naar zin zich vol twijfel aan het zelf opdringt.

Het schrijven over een fragiel proces in het zelf, betekent niet vanzelfsprekend een fragiel proces met je zelf aangaan. Ik dank mijn begeleider Ton Jorna voor zijn bijdrage; zijn rustige begeleiding -vanuit vertrouwen- heeft mij goed gedaan. Hans Alma heeft ondanks haar drukke werkzaamheden toch mee-lezer willen zijn. Dat waardeer ik zeer. Mijn 'scriptiemaatjes' Anna en Yvonne hebben in de afgelopen periode verbondenheid kleur gegeven en ook daardoor werd deze afronding van een fase, een afronding vol zin.

Inleiding

Op mijn levenspad is het verlangen naar zin een terugkerend thema; ik ken mezelf als een bezinnend mens, iemand die met vragen leeft. Toen een aantal jaar terug mijn leven plots kantelde en mijn bestaan op losse schroeven kwam, bleek zin vinden toch een moeilijke opgave. Dat gaf langdurig een sterke ervaring van afgeslotenheid en verlamming. In de luwte na deze breuk draag ik een gevoeligheid voor zin met me mee, een kijk op de wereld die me niet verlaat. Ik wil deze persoonlijke insteek als uitgangspunt nemen voor een onderzoek naar de dynamiek tussen zelf en zin.

In de aanloop van dit afstudeerwerk trof ik het begrip ‘tweede zin’ in een boek van theoloog en oud-docent pastorale psychologie Herman Andriessen ‘Volwassenheid in perspectief, Inleiding tot de psychologie van de volwassen levensloop’. Tweede zin wordt onderscheiden van de eerste, meer alledaagse, zin. Andriessen schrijft: *(...) het is ook mogelijk dat mensen aan de kritische situatie -ook wanneer die wordt opgelost- zinsvragen overhouden. Ze zijn gestoten op de broosheid en de onafheid van het bestaan, van hun persoonlijke bestaan; deze broosheid als zodanig blijft hen bij, ook al kan hun leven concreet wel weer verder. Ze hebben ontdekt dat de stilzwijgende of min of meer uitdrukkelijke zin die hun leven richtte, het niet ‘houdt’ wanneer het er op aankomt. Het zins-systeem zelf wordt dan in een nieuw kritisch aanvoelen en denken betrokken. De zin als zodanig stelt zich aan de orde: de ‘tweede zin’ 1).*

Dit begrip tweede zin raakte bij mij een snaar, het gaf woorden aan mijn ervaring van die andere kijk op de wereld die je begeleidt. Een niet verdwijnend gevoel van de broosheid van het bestaan, een blijvende gevoeligheid voor grote vragen, zin die zich roert in voelen en denken. Vanuit jezelf, maar ook vanuit ‘het leven’. Ik herkende een terugkerende, diepgaande twijfel aan de waarde van het bestaan.

Opvallend is dat Andriessen het begrip tweede zin nauwelijks uitwerkt; het wordt op een van de laatste pagina’s van het boek aangestipt. Ik zie als mens en als geestelijk begeleider in dit begrip een waarde en tegelijk kan ik het niet echt plaatsen. In dit afstudeeronderzoek wil ik graag de ruimte nemen om het begrip tweede zin verder te verkennen.

Zin is geen eenduidig, simpel begrip en tweede zin al helemaal niet. Zonder de beschrijving van Andriessen zal een gewone lezer met eigen associaties een invulling moeten maken. Kort ga ik in op een paar mogelijke gedachten die opkomen.

Tweede zin als het niet verdwijnend gevoel van de broosheid van het bestaan, een blijvende gevoeligheid voor grote vragen, kun je daar een spirituele aanleg in herkennen die aan het licht komt in of na een crisis? Een andere manier van kijken? Tweede zin kunnen we wellicht positioneren onder spirituele zingeving, zoals bijvoorbeeld in de recent opgestelde definitie in ‘Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin’. Die omschrijving luidt: *Spirituele zingeving kan gezien worden als een soort existentiële zingeving, eventueel als een soort ultieme zingeving. Hier wordt het leven van alledag overstegen vanuit een verlangen naar doorleving en bezieling. De relatie tussen het persoonlijke, innerlijke leven en de betekenis horizon van het leven als geheel heeft hier een bijzondere belevingskwaliteit, waarbij een sterk, omvattende en begeesterende verbondenheid wordt gevoeld met de werkelijkheid waarin wij leven 2).* Ik zie een verband tussen spirituele zingeving en tweede zin en toch denk ik dat tweede zin er niet in onder te brengen valt; het begrip heeft een andere reikwijdte. Tweede zin kent verlangen naar doorleving en bezieling, maar dan toch niet zozeer

vanuit de ervaring van begeesterde verbondenheid met de werkelijkheid. Tweede zin heeft iets aarzelends in zich, het weet hebben van de tragiek van het leven, van eindigheid en onafheid. Er zit een sterk element van afstand nemen in, van be-zinnen, be-leven, niet-weten. Tweede zin bevat een element van herijking, van verlangen naar diepte maar ook van zinloosheid en bevangenheid.

Een andere, bijna tegenovergestelde gedachte is: heeft tweede zin niet vooral te maken met zwaarmoedigheid of depressiviteit? Is die tweede zin niet speciaal iets van gevoelige mensen? De zin van het leven is op het spel gekomen, het leven gaat ondanks alles weer verder en is het dan niet vooral de echo van zinloosheid die voor sommigen hinderlijk hoorbaar blijft? En is het zo bezig zijn met zin niet kenmerkend voor angst om te leven, angst om de werkelijkheid te dragen?

Een blijvend besef van de broosheid van het bestaan heeft inderdaad een kant in zich van isolement, van angst, van verlamming. Aan die kant zou je depressieve gevoelens kunnen scharen; ze horen bij een bepaald levensgevoel of een karakter. Maar ook dit is slechts een deel van tweede zin. Daarin is ook een wens tot 'meer', tot 'anders' te zien, al lijkt er weinig daadkracht. En wat is het verband tussen depressieve gevoelens en het zien van zin? Een zwaarmoedige blik vertroebelt de kijk op het leven, maar een oorzakelijk verband tussen depressie en de zin van het leven is lastiger te leggen 3).

Tweede zin lijkt meerdere kanten in zich te hebben die elkaar niet per se aanvullen of insluiten: houvast willen en ruimte zoeken, afgeslotenheid en het reiken naar meer. Tweede zin roept bij mij associaties op met andere begrippen die ik in de studie Humanistiek en elders tegenkwam. Bijvoorbeeld met tweede onschuld van de theoloog Tjeu van den Berk. Hij noemt de tweede onschuld als een mogelijke derde fase in bewustzijn 4). Er is een eerste onschuld in de kindfase, gevolgd door de fase van schuld die gekenmerkt wordt door een overheersing van het verstand. Wie met het verstand niet uitkomt, wie dorst heeft, maar ervaart op een bevroren stroom te staan, kan "via het inzicht dat de bodem moet breken om bij stromend water te komen"5) een tweede onschuld beleven. Dat deze tweede onschuld geen vanzelfsprekende fase is, zal duidelijk zijn.

Tweede zin roept ook beelden op van een zoektocht naar zin in de broosheid en onafheid van het bestaan. We kunnen daarbij denken aan Etty Hillesum, die in 'De nagelaten geschriften' 6) een sterke reflectie toont op haar leven in de periode 1941-1943. Vanuit een andere hoek is er de literatuurwetenschapper Sam Dresden die 'positieve melancholie' noemt: het gevoel dat iets ontbreekt aan het leven of het eigen leven, iets essentieels dat vaste contouren ontbeert, zet ertoe aan deze elders te zoeken 7). Ik zie in deze associaties aanknopingspunten die verder onderzoek naar de waarde van tweede zin kunnen verrijken.

Dit onderzoek verricht ik in een humanistische context waarin theorieën over zelfbeschikking, verantwoordelijkheid en, daarmee samenhangend, zelf zin geven aan je bestaan belangrijke pijlers zijn. In die visies is vaak een gedachte van actorschap en een idee van maakbaarheid te vinden. Ik geef een voorbeeld uit een bron die recentelijk binnen de Universiteit voor Humanistiek is gebruikt. De Zwitserse hoogleraar filosofie Peter Bieri zegt in 'Handwerk van de vrijheid': (...) *een blik op het idee van het zelf. (...) het behoort tot de vrijheidservaring dat wij als actor de bron zijn, niet alleen van ons handelen, maar ook van ons willen. (...) Wanneer wij erin slagen een wil te ontwikkelen die we ons articulerend, begrijpend en beoordelend eigen gemaakt hebben, zijn we in een vollere zin het subject ervan (...) We breiden ons actorschap steeds verder naar binnen toe uit, waardoor de ervaringen dat onze*

wensen ons blindelings voortdrijven zeldzamer worden en vaker plaatsmaakt voor het besef dat we de zaak meester zijn 8).

In zo'n beschrijving mis ik een element of een verwijzing die ik voor het gemak nu even tweede zin noem. Ik mis het niet-vinden, het ervaren en toelaten van de schaduwkanten van het leven. Ik mis de aandacht voor de twijfel en ik vraag me af hoe deze visie zich verhoudt met tweede zin.

In het al aangehaalde boek 'Waarvoor je leeft. Studies naar humanistische bronnen van zin' samengesteld door Hans Alma en Adri Smaling, hoogleraren aan de Universiteit voor Humanistiek, zien we wel een besef van de last en ongemakkelijkheid die zinvragen in de huidige tijd met zich meebrengen: *Wanneer er geen vaste kaders zijn die aanvaard worden en het gevoel geven dat het leven zin heeft, dan dreigt er een moeilijk te verdragen leegte te ontstaan. Het leven kan dan ervaren worden als doelloos en waardeloos. Voor velen bieden kaders zoals godsdiensten en andere levensbeschouwingen geen bevredigend antwoord op hun levensvragen* 9). Het werk biedt allerlei mogelijke bronnen van zin aan waarmee de lezer zelf 'aan het werk' kan.

Vanuit het perspectief van tweede zin zal ik verschillende visies op zelf en zin gaan bekijken. Want zelf zin vinden in het bestaan is een opgave die zich in alle heftigheid kan aandienen. In de context van geestelijk werk gaat dit zoeken naar "de binnenkant van het bestaan"¹⁰) vaak samen met pijn en moeite. Binnen het humanistisch raadswerk geldt de aanname dat mensen zelf verantwoordelijk zijn voor de zin van het leven, dat er geen zin ontleend kan worden aan 'hogere machten'. Het zelf zin zoeken doet een appel op omgang met mindere kanten van het bestaan. De zoektocht kent verrassingen of brengt diep verborgen kanten aan het licht: 'ik ben mezelf niet' of 'ik ken mezelf niet terug'. Het is vaak een tasten naar antwoorden, los van houvast. Ik wil bekijken of er in tweede zin een waarde te vinden is die ook voor de praktijk van geestelijk raadswerk van belang kan zijn.

Opzet van het onderzoek

In dit afstudeeronderzoek aan de Universiteit voor Humanistiek zal ik het begrip ‘tweede zin’ verder uitwerken. De spanningsvelden die het begrip in zich heeft en diverse associaties worden bekeken en de mogelijke waarde van tweede zin wordt nader bepaald. Deel 1 is een vergelijkende studie naar begrippen als ‘tweede onschuld’, ‘tweespalt’, ‘tweede geborenen’. In deel 2 en 3 wordt bekeken of tweede zin een plek heeft/ kan krijgen in opvattingen over het zelf en over zin die binnen het humanistische denkkader waardevol zijn. Het wordt een zoektocht waarin het beroep van geestelijk begeleider op de achtergrond meespeelt; de begeleider die de ander bijstaat in de zoektocht naar zin. Dit afstudeeronderzoek heeft de vorm van een kritische literatuurstudie en biedt een beschouwende bijdrage aan het denken over zelf en zin.

Vraagstelling: Welke mogelijkheden heeft ‘tweede zin’ als waardevolle component binnen de dynamiek van het zinzoekend zelf?

Deelvragen

- * Hoe kan tweede zin nader doordacht, vergeleken en beschreven worden als mogelijke waardevolle component in het denken over zin?
- * Hoe kan tweede zin worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over zelf?
- * Hoe kan tweede zin worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over zingeving?
- * Wat betekent tweede zin in de praktijk van de (humanistisch) geestelijk verzorger?

Uitwerking in delen:

Deel 1 Verkenning van tweede zin

In dit hoofdstuk wordt eerst het begrip tweede zin nader uitgewerkt en voorlopig gedefinieerd. Daarna volgt vanuit diverse invalshoeken een verdere verkenning van het begrip. Bij welke bestaande concepten vindt tweede zin aansluiting, waar zit mogelijke spanning? Aan de orde komen: de zoektocht naar zin van Ety Hillesum, de begrippen tweede onschuld, tweespalt, tweede geborenen en positieve melancholie. Op grond van deze doordenking wordt een bijgestelde beschrijving gemaakt van tweede zin als mogelijke waardevolle component binnen denken over zin.

Deel 2 Verkenning van het zelf

In dit hoofdstuk wordt eerst het brede begrip zelf nader bekeken: een aantal visies op het zelf worden met elkaar in contact gebracht. Twee visies die aansluiten bij het humanistische denkkader krijgen meer aandacht. Dat zijn de visie van Hubert Hermans over het dialogisch zelf en de narratieve visie van Dan McAdams. De verschillen in de benaderingen bij deze auteurs bieden een breed perspectief voor de mogelijke plek van tweede zin in het zelf.

Deel 3 Zin als beweging

In dit hoofdstuk komen de laatste twee deelvragen aan bod. Eerst wordt het begrip ‘zingeving’ kritisch bekeken. Met een bredere omschrijving van zin ontstaat ruimte om tweede zin als waardevolle component binnen het zinproces te onderzoeken. Ook is er aandacht voor wat de zoektocht naar blijvende tweede zin betekent voor de praktijk van de humanistisch geestelijk verzorger. Tot slot wordt het begrip tweede zin overdacht en gewogen op bruikbaarheid.

Deel 1 Verkenning van tweede zin

In dit deel komt de eerste deelvraag aan de orde: hoe kan tweede zin nader doordacht, vergeleken en beschreven worden als mogelijke waardevolle component in het denken over zin? Eerst wordt het begrip tweede zin uitgewerkt en beschreven. Dan volgt een verdere verkenning en vergelijking vanuit diverse invalshoeken.

1.1 Terug naar de bron

Hoe werkt zin? Een veelgehoord antwoord luidt: je gaat pas nadenken over zin als er iets aan de hand is. Zin werkt vooral bij onderbrekingen -groot en klein- van het gewone leven. Positieve en vooral negatieve zaken genereren zinvragen. Via denken over het leven, over wat jij wilt, wie jij wilt zijn, komt zin aan de oppervlakte. Een doel hebben, erkenning voelen en verbondenheid zijn belangrijke begrippen in het spreken over zin.¹⁾

Zin werkt niet alleen via denken, ervaren speelt ook een rol. Het verband is niet helder: wie nadenkt over de zin van het leven, hoeft nog geen zin te ervaren en andersom geldt ook: wie zin ervaart, hoeft geen zin te denken ²⁾. Het blijkt moeilijk om de vinger te leggen op hoe zingeving en zinervaring werkt. Het zijn menselijke bronnen van levenskracht die we niet eenvoudig kunnen duiden.

Tweede zin is helemaal een lastig te vatten begrip. Opgevat als een niet verdwijnend gevoel van de broosheid van het bestaan, een blijvende gevoeligheid voor grote vragen, lijkt het niet aan te sluiten bij de opvatting van zingeving als reactie op onderbrekingen in de levenslijn. Het verband tussen tweede zin en zinervaring is ook lastig. We zagen immers dat tweede zin wordt ingekleurd door gevoelens die we niet gemakkelijk met zin verbinden, zoals onmacht, angst, isolement, twijfel.

Om meer zicht te krijgen op zin keren we eerst terug naar de bron: wat benoemde Andriessen nu precies als eerste en tweede zin? Eerste zin is de alledaagse zin, waarin het leven zijn gang gaat en zin als vanzelf werkzaam is. Deze zin is 'een gloed op de achtergrond'.

(...) duidelijk dat in de levensloop de zin niet voortdurend op de voorgrond staat. Doorgaans is het tegendeel het geval. Zin werkt. Meestal heeft hij een onuitgesproken karakter; hij werkt in ons doen en laten en wordt als zodanig niet 'geweten'. Zin hecht zich aan de concrete dingen die wij dagelijks doen, licht daarin op, doet ons daarin zijn dragende, integrerende, stimulerende en vervullende werking ervaren. Wanneer het leven goed verloopt, dringt hij zich niet op de voorgrond. (...)

Tweede zin komt aan het licht als zich problemen aandienen. Dan komt de vanzelfsprekende eerste zin in gevaar. In een wirwar van gevoelens ontstaan vragen, worden evaluaties gedaan:

Om deze dagelijkse zin te onderscheiden van zinsvragen die zich als zodanig aan de orde stellen, is het nuttig te spreken van 'eerste zin'. Wanneer er echte levensproblemen opduiken, komt deze eerste zin in gevaar. In crises gaat het over dingen die levensbelangrijk zijn. Gevoelens van boosheid, hulpeloosheid en wanhoop, van moed en verwachting gaan de situatie kleuren. Deze hebben alle verband met een

situatie waarin mensen ofwel geen mogelijkheid meer zien om op de situatie nog invloed uit te oefenen ofwel nog een aantal alternatieven onderkennen. In het eerste geval trekt de toekomst dicht en dikwijls wordt het verleden hierin betrokken: het wordt als uiteindelijk toch mislukt of verkeerd gekozen beleefd. Worden er nieuwe alternatieven gevonden, dan verdwijnt de zinsvraag dikwijls en kan het leven verder.

Tot hier schetst Andriessen een beeld van zingeving zoals dat gewoonlijk lijkt te bestaan. De vanzelfsprekendheid is doorbroken, diepere vragen komen op. We weten niet precies hoe en met welke moeite, maar nieuwe alternatieven worden gevonden en uiteindelijk dooft de zinsvraag.

Voor dit onderzoek wordt het interessant als Andriessen de mogelijkheid aanstipt dat het leven met vragen een blijvend vervolg krijgt. Als ontstane inzichten en ervaringen van broosheid van het bestaan een eigen dynamiek krijgen in het tweede zingevoel:

Maar het is ook mogelijk dat mensen aan de kritische situatie –ook wanneer die wordt opgelost- zinsvragen overhouden. Ze zijn gestoten op de broosheid en de onafheid van het bestaan, van hun persoonlijke bestaan; deze broosheid als zodanig blijft hen bij, ook al kan hun leven concreet wel weer verder. Ze hebben ontdekt dat de stilzwijgende of min of meer uitdrukkelijke zin die hun leven richtte, het niet ‘houdt’ wanneer het er op aankomt. Het zins-systeem zelf wordt dan in een nieuw kritisch aanvoelen en denken betrokken. De zin als zodanig stelt zich aan de orde: de ‘tweede zin’.

Vragen op het gebied van de tweede zin hoeven niet steeds aan concrete levensgebeurtenissen gebonden te zijn. De crisis van de levenswending bij voorbeeld maakt dit duidelijk. Meer be-zin-nende mensen zijn er heel hun leven mee bezig.(...)

De vraag naar de tweede zin stelt zich vanuit het eigen, persoonlijke leven. Maar eigenlijk reikt hij verder. Hij betreft ‘het’ leven en bij uitbreiding ‘de’ mens en ‘de’ geschiedenis.

Uit dit omgaan met de tweede zin ontstaan meer uitgewerkte levensbeschouwingen, zins-systemen en theologieën. Zij zijn een uitwerking van het menselijk verlangen dat erop gericht is boven zichzelf uit te reiken en in deze gerichtheid zelf stoot het op vragen die niet meer definitief te beantwoorden zijn. In deze vragen verlengt zich dan het verlangen door metaforen en verbeeldingen omtrent het geheim van ons bestaan: het zoekt ‘zin’ 3).

In deze beschrijving is tweede zin het gevoel dat overblijft na de crisis: “Ze zijn gestoten op de broosheid en de onafheid van het bestaan, van hun persoonlijke bestaan; deze broosheid als zodanig blijft hen bij, ook al kan hun leven concreet wel weer verder.” Naast de eerste zin die zich ‘als vanzelf’ aandient en tweede zin als reactie op de crisis, lijkt er nog een andere laag te zijn. Eigenlijk is het een tweede laag binnen tweede zin: een niet wijkende, vragende kijk op het leven die verder reikt dan het eigen leven.

In deze laag van tweede zin herken ik de andere kijk op zin, die blik van weten versus niet-weten, van existentiële twijfel aan wat het leven in zich draagt. Een gebeurtenis laat diepe sporen na, bevat pijnlijke ervaringen, van isolement, van dolen, van diepe angst die het denken te boven gaat. Een gevoel van wanhoop, van hulpeloosheid, een dwingende vraag naar verlichting, naar ruimte. Ook als het leven naar de buitenwereld weer een overzichtelijke

vorm heeft en zich zou kunnen voegen naar de meer stilzwijgende eerste zin, blijkt de binnenwereld omgeploegd. Het besef van twijfel, van broosheid dringt diep door, wordt tot een bron van anders kijken en zoeken. We komen hier een visie op zin op het spoor die een element in zich heeft van permanentie.

In een eerdere tekst van Andriessen 4) zien we ook de begrippen eerste en tweede zin terug. Opvallend genoeg maakt hij hier voor tweede zin minder ruimte: tweede zin wordt vooral een bezinnende periode, een tijdelijke onderbreking van de eerste zin, de aandacht voor de meer permanente laag van tweede zin is niet aanwezig. Deze beschrijving bracht me in verwarring. Juist de aandacht voor de blijvende doorwerking van ervaringen op zin inspireerde immers tot nader onderzoek.

Voor de volledigheid bespreek ik hier de andere kleuring die Andriessen geeft. Eerste zin beschrijft hij als het concrete levensontwerp, dat hij indeelt -in het voetspoor van o.a. Freud- in vier velden: liefhebben, werken, contact met anderen en genieten en ontspannen. Als het levensproject ernstig in gevaar komt, kan de uitdrukkelijke vraag ontstaan naar wat nog de zin van het leven is: de tweede zin dient zich aan.

Andriessen merkt op dat er niet echt sprake is van een tweedeling: "(...) als zou de eerste zin inhoudelijk betrekking hebben op de 'gewone' dingen van ons leven, terwijl de tweede op de levensbeschouwelijke of godsdienstige dingen en opvattingen zou slaan". Het belangrijkste onderscheid is dat eerste zin de spontane, ononderbroken levensbeweging is, terwijl tweede zin ons leven onderbreekt.

Het is geen 'gewone' vraag. Zij doet ons 'stil staan' en 'na-denken'. Op die manier maakt ze ons los uit vanzelfsprekendheden, patronen, gewoonten en ons normale levensritme. We zoeken naar een nieuw standpunt dat ons als persoon en dat ons hele 'gewone' leven betreft. Vinden wij daarop een 'wederwoord' dan wijden wij ons daaraan toe. Deze toewijding kan heel goed over niet-levensbeschouwelijke of godsdienstige zaken gaan 5).

Tweede zin wordt hier opgevat als een bezinnende periode die tot een bepaald effect leidt, namelijk het ervaren van meer persoonlijk onderschreven levenszin:

Kenmerkend voor tweede zin is dus dat hij bewust ontvangen, onderschreven en beaamd en op die manier ook gekozen wordt. Tweede zin wordt bewust verworven. Daarin 'geven' mensen ook werkelijk zin. Is dit eenmaal gebeurd dan kan deze toewijding tot het veld van de 'eerste zin' gaan behoren. Maar dan is er wel iets gebeurd. Iemand heeft dan bewust zijn bestaan in ogenschouw genomen en het in een bepaalde richting laten leiden en zelf mede-geleid. Hij of zij verwierf een beslissende levensinhoud 6).

Het samenspel tussen eerste en tweede zin dat hier wordt beschreven, resulteert idealiter in meer eerste zin: het leven leven in een bepaalde vanzelfsprekendheid. Andriessen formuleert dat zo:

Wij moeten ons dan weer tegen waken aan deze tweede zin a priori een meerwaarde toe te kennen ten overstaan van de eerste zin. (...) ben geneigd te zeggen dat - uiteindelijk- eerste zin het wint van de tweede. Ik bedoel: het leven is dan goed, wanneer een mens mag blijven werken, liefhebben, contacten onderhouden en

genieten, in de eenvoudige vanzelfsprekendheid die uit een echt levensvertrouwen ontstaat en die dikwijls in harde strijd op het leven moet worden bevochten 7).

De eerdere lading van tweede zin als blijvende bron van anders kijken, is in deze tekst van Andriessen niet vindbaar. Tweede zin heeft hier een sterker element van actorschap in zich, van doelgericht werken, van zelf zin geven. Dat zien we terug in de eerder genoemde beschrijving: “Iemand heeft dan bewust zijn bestaan in ogeschouw genomen en het in een bepaalde richting laten leiden en zelf mede-geleid”. Hierin treffen we het zelf actief zin geven in “zelf mede-geleid” naast de overgave voor wat zich aandient ”in een bepaalde richting laten leiden”. Belangrijk is hier vooral de visie dat eerste zin, al is het na harde strijd, het wint van de tweede. Tweede zin wordt hier dus uiteindelijk toch weer opgenomen in de eerste zin. Na hard werken kan een beslissende levenshoud worden verworven die bewuster (gekozen) is dan daarvoor. Zo’n vorm van tweede zin sluit aan bij bekende beelden dat in en na een crisis de balans wordt opgemaakt, prioriteiten worden gezocht, dat er wordt geleerd: “Nu pas weet ik wat echt belangrijk is”.

Dit idee van zingeving als een proces met steeds vastere bewegingen in een richting, zien we terug bij een beschrijving van historicus Jan Romeijn: *Elk bewust geleefd leven is een groeiende eenheid. Een zekere mate van eenheid is, gegeven de eenheid der persoon, waarvan het leven de uiting is, vanzelfsprekend. Dat zij, aanvankelijk nog los en weifelend ook bij bewust-levendend, bij dezen met de jaren in vastheid en zekerheid toeneemt, schijnt ons mede veroorzaakt door het volgende. De bezinning, op een bepaald ogenblik, op de afgelegde levensweg is er tegelijk de zingeving van en het is deze die mede en in steeds toenemende mate, het nog af te leggen gedeelte bepaalt. Vergeten we niet: het Franse ‘sens’ betekent zowel richting als zin 8).*

Ik wil dit proces van zingeven niet diskwalificeren of afdoen als ‘te doenerig’. Er zijn zeker heel waardevolle elementen: richting en een bepaalde maakbaarheid in zingeving zorgen voor het belangrijke gevoel van grip hebben, van kunnen verklaren en rechtvaardigen. Deze elementen zijn belangrijke pijlers van zingeving. 9) En in de overgave voor wat zich aandient, waarover Andriessen spreekt, zien we een element dat voor zin heel belangrijk is: ontvankelijkheid. Toch mis ik in deze beschrijvingen ruimte voor een mogelijk ‘slechte’ afloop, een uitkomst van de zinvraag die niet leidt naar zinvolheid. In deze beschrijvingen van zin lijkt, al is het dan na veel strijd, een positieve uitkomst min of meer het uitgangspunt.

Ik mis meer blijvende tweede zin waarin antwoorden niet voorhanden lijken, waarin juist het tasten, het niet-weten nadrukkelijk naar voren komt, als een *eigen* dimensie binnen zin. Op de mogelijke waarde van deze meer permanente tweede zin in het denken over zelf en zin ga ik me concentreren. Tweede zin is niet de bezinnende tussenfase die momenten van crisis flankiert, maar lijkt veel meer een grondtoon die tussen zelf en zin een eigen plek inneemt, die een bron kan zijn voor anders kijken en zoeken.

1.1.2 Een voorlopige beschrijving van tweede zin

Ik kom hier tot een eerste beschrijving van tweede zin, op grond van wat Andriessen meldt en mijn eerdere intuïtie dat we te maken hebben met een waardevol begrip voor denken over zelf en zin. Deze beschrijving dient als aanknopingspunt voor verder onderzoek.

Tweede zin duidt op een gevoeligheid, op anders kijken, in en voorbij het alledaagse. De tweede zin is een blijvend besef van eindigheid, van kwetsbaarheid dat dagelijkse ervaringen kleurt. De grondtoon van het leven klinkt anders nadat een gebeurtenis diepe sporen heeft nagelaten die zich niet (meer) laten vullen met ‘alledaagse’ zin. De ervaringen van isolement, van dolen, van angst die het denken te boven gaat, werken door. Het besef van broosheid dringt diep door, wordt tot een bron van anders kijken en zoeken.

De tweede zin wordt gekenmerkt door polariteit. Zoeken naar innerlijke wijde en naar houvast. Enerzijds antwoorden willen verkennen, anderzijds verlamming, isolement. Tweede zin bevat herijking, maar ook zinloosheid en bevangenheid. Twijfel, niet-weten, is een belangrijk gevoel dat de tweede zin voedt.

Tweede zin kan tot een beter, zinvoller leven leiden, maar dat gebeurt niet noodzakelijk. Tweede zin is geen vanzelfsprekende onderbreking van alledaagse zin, maar een eigen bron binnen zin.

Tweede zin is geen gemakkelijk hanteerbaar begrip, daarvan ben ik me bewust. In een gesprek over zin blijkt het lastig te plaatsen. Die ervaring had ik veelvuldig in gesprekken over dit onderwerp: “Tweede zin, wat is dat?” In de verdere verkenning van het begrip zal het concept tweede zin centraal staan, in de meer definitieve beschrijving kan een andere term of omschrijving passender blijken.

1.2 Op zoek naar verheldering en verwantschap

Het begrip tweede zin, als bron voor anders kijken en zoeken, als toon die tussen zelf en zin een eigen plek inneemt, wordt nu verder verkend. Naast mijn intuïtie plaats ik andere bronnen die meer zicht zouden kunnen geven op de reikwijdte van het begrip. Aan de orde komen de nagelaten geschriften van Etty Hillesum, het begrip ‘tweede onschuld’ gevolgd door ‘tweespalt’. Vervolgens staan we stil bij ‘de zieke zielen of tweede geborenen’ en tot slot komt de notie ‘positieve melancholie’ aan bod. We zoeken naar verheldering en mogelijke verwantschap, maar nuanceringsen en tegenstellingen die opgeroepen worden, worden niet uit de weg gegaan.

1.2.1 Etty Hillesum

Het leven is niet te vangen in een paar formules. (p.143, 22 oktober 1941)

Tweede zin verbinden met ‘De nagelaten geschriften’ van Etty Hillesum lijkt een hachelijke onderneming. Is dit werk niet bij uitstek een monument van hoogstaande menselijkheid en een ultiem antwoord op duistere kanten van het leven?¹⁾ Ik besef dat de extreme omstandigheden waarin Etty Hillesum leefde en de sterke spirituele lijn die in haar ontwikkeling te zien is, een wat benauwd gevoel van bewondering kunnen geven. Naast inspiratie ook intimidatie? De Costa rept in haar studie over Hillesum als een ‘bijna heilige’²⁾.

Toch meent De Costa dat er in het werk ook zeker sprake is van wereldse, “onheilige” kanten. Zij ziet de kracht van Hillesum juist in *haar capaciteit om de paradoxen en complexiteiten van het leven en van haarzelf te accepteren. Haar streven is er steeds op gericht om de tegenstrijdigheden in een geheel te voegen, zonder de oppositie op te heffen* ³⁾. In deze capaciteit van Hillesum zie ik een aanknopingspunt voor het zoeken naar verheldering en verwantschap met het begrip tweede zin.

Etty Hillesum begon in maart 1941 haar dagboek ⁴⁾ als onderdeel van haar therapie bij Julius Spier. Hij helpt haar af te komen van haar depressies en lichamelijke klachten. Spier speelt een belangrijke rol in het leven en de geestelijke ontwikkeling van Hillesum. Als hij in september 1942 overlijdt, is er voor haar voldoende basis om wat ze heeft ervaren, uitgeprobeerd en in stilte overdacht, verder uit te bouwen. De lezer kan tot september 1943 meekijken in het zoeken naar een heel persoonlijk antwoord op het leven zoals dat zich aandient.

We maken kennis met Etty die beschroomd begint aan haar therapie; ze tast naar houvast: *Hij nam me a.h.w. bij het handje en zei, kijk zo moet je leven.* (9 maart 1941, p.6). Al snel zien we een inzicht dat bepalend is voor haar verdere ontwikkeling: *Alles moet nog vanzelfsprekender en eenvoudiger worden, ik moet zelf nog helemaal verdwijnen.* (12 maart 1941, p.10). We zien hier de articulatie van de verzaking van het (kleine) zelf en een overgave aan de taken van het leven.

Het schrijven is belangrijk in haar proces, dat zorgt ervoor dat ze grip houdt op zichzelf:

Ik moet er voor zorgen, dat ik contact met dit schrift houd, d.w.z. met mezelf, anders gaat het niet goed met me; ik loop nog ieder ogenblik de kans helemaal verloren en verdwaald te raken (...) (22 maart 1941, p.44)

De lezer kan een proces van ‘zelf-standigheid’ meebeleven dat verloopt met pieken en dalen en waarin inzichten in het bestaan woorden krijgen:

Het is een langzaam en smartelijk proces, het geboren worden tot werkelijke, innerlijke zelfstandigheid. Het steeds zekerder weten dat er bij anderen geen, nooit, hulp en steun en toevlucht voor je is. Dat de anderen even onzeker en zwak en hulpeloos zijn als jijzelf. Dat jij altijd de sterkere zult moeten zijn. Ik geloof niet dat het in je aard ligt dat je het bij een ander zult kunnen vinden. Jij wordt altijd weer teruggegooid op jezelf. Er is niets anders. De rest is fictie. Maar om dit iedere keer weer te moeten erkennen. (...) (p.141, 21 oktober 1941)

We zien dat Hillesum in de begintijd vaak over het zelf schrijft. Ze probeert allerlei inzichten uit: dat het zelf eenvoudiger, vanzelfsprekender moet worden, dat reflectie nodig is om zichzelf niet te verliezen, dat het zelf moet verdwijnen, dat zij het zelf-standig zal moeten gaan doen, zonder hulp van anderen. Ze komt uit op het inzicht dat het leven niet eenvoudig is, maar dat zijzelf wel een bepaalde eenvoud moet hebben:

Het leven is niet te vangen in een paar formules. Daar is het dat jij per slot steeds mee bezig bent en wat je te veel doet denken. Je probeert het leven te vangen in enige formules, maar dat kan niet, het is eindeloos genuanceerd, en het is niet te vangen en niet te vereenvoudigen. Maar daarom kun je zelf wel eenvoudig zijn. (p.143, 22 oktober 1941)

Een week later zien we een beschrijving van een gevecht in haarzelf. Ze beschrijft een diepe moedeloosheid waarbinnen toch een kracht te vinden is die wil vechten:

Soms zou ik me geruisloos willen laten zakken in een modderige gracht en daar zachtjes inslapen. Dan wil ik me gewonnen geven en ben dan zo moe van alles, niet alleen lichamelijk.
En dan plotseling, temidden der grootste vermoeidheid, springt iets in me op, iets dat stand wil houden en pal wil blijven staan. En zich dood wil vechten tot het einde. Iedereen en alles is me dan in de weg, ik moet dan in het reine komen met iets. Ik weet niet met wat(...) (p.148, 29 oktober 1941)

Zo nu een dan is Hillesum het spoor echt kwijt:

Levensangst over de hele linie.
Volledige inzinking. Gebrek aan zelfvertrouwen
Afkeer. Angst. (p.148, 30 oktober 1941)

Deze zoektocht naar meer zelfstandigheid, 100% volwassen worden zoals Hillesum het noemt, vindt plaats tegen de achtergrond van dreigende deportatie en vernietiging. Al vroeg formuleert Etty een antwoord richting de buitenwereld:

Dit probleem ligt in deze tijd. Die grote haat tegen de Duisters, die het eigen gemoed vergiftigt. (...) Dit betekent niet dat men halfzacht staat t.g.o. bepaalde stromingen, men neemt stelling, men is op gezette tijden verontwaardigd over bepaalde dingen, men tracht wat inzicht te krijgen, maar die ongedifferentieerde haat is het ergste wat er is. Het is een ziekte van de eigen ziel. (p.31, 15 maart 1941)

Er is nog veel werk nodig om echt te komen tot het dragen van haar eigen lot en daarbij *anderen een kleine helpende hand te bieden* (p.257, 20 februari 1942). In de binnenwereld van Etty waar het zoeken naar zin, naar andere kanten van zichzelf, zich voltrekt, kijken we mee. Gedachte en daad komen later samen in de buitenwereld, tijdens haar verblijf in Westerbork: *Die liefde voor de medemens is als een elementaire gloed, waaruit men leeft.* (p. 677, brief aan Maria Tuinzing, Westerbork, 7-8 augustus 1943).

We volgen deze ontwikkeling van een levenszin die zich steeds meer uit in het compassievol, belangeloos kijken naar anderen. Onder zware omstandigheden probeert Hillesum het menselijke te bewaren en anderen te bij te staan:

(...) Het is de enige manier waarop men het leven tegenwoordig leven kan, uit de voorkeurloze liefde tot de gekwelde medecreatuur, van wat voor natie, ras of gezindheid hij ook is. En toen dat in een volkomen troosteloos moment weer over me kwam, kon ik verder leven, niet zo maar een surrogaatleven in een joods doorstuurkamp in de tweede wereldoorlog, zoals de meesten hier doen, maar echt, met een hoop elan en vreugde en overtuiging en een vaag vermoeden van samenhangen, die er zijn en die in de diepte van het leven toch tot een zinrijk geheel maken – maar daarover kan men eigenlijk nog lang niet schrijven, omdat men de woorden niet weet (...) (p. 671, brief aan Maria Tuinzing, fragment, Westerbork eind juli 1943)

Wat brengt het werk van Etty Hillesum aan inzichten in tweede zin?

Eerder noemde ik al De Costa die de kracht van Hillesum ziet in “haar capaciteit om de paradoxen en complexiteiten van het leven en van haarzelf te accepteren”⁵). Te midden van alle oorlogsellende blijven haar zintuigen openstaan voor de schoonheid van het leven, ze neemt de verschillende delen van het leven in hun eigen waarde tot zich, met elkaar worden die tot een zinvol geheel ook al zijn de onderdelen op zich niet te bevatten: *Wat gebeurt er hier toch allemaal, wat zijn dat voor raadselachtigheden, in wat voor noodlottig mechanisme zitten we verstrikt? (...) we staan hier voor diepere vragen...* (p. 686, brief aan Han Wegerif en anderen, Westerbork 24 augustus 1943).

Zo toont het werk ons een gevoelige geest met een sterk bezinnende blik, op alle -ook de duistere- kanten van het leven. Etty Hillesum kan in zichzelf een bron aanboren om levenszin te ontwikkelen. Het bevangen zijn door zichzelf transformeert in een vorm van belangeloos zijn voor de ander. Van klagen naar dragen, van bezitten en behouden naar ruimhartig geven.

Haar dagboeken worden een werkplaats om te mogen zijn met alle tegenstrijdigheden. Hier toont zich de twijfelaar, de zoeker, de bevlogene en de ontgoochelde. Hier kan Hillesum betekenis en diepgang verlenen aan het heden. Het is vanuit deze veilige afstand dat zij uithuilt en moed verzamelt om verder te gaan. Vanuit een sterk besef van broosheid van het leven, van niet weten hoe te leven, ontwikkelt zich een nieuwe, krachtige zin; haar antwoord op het leven.

De Costa zegt over de functie van het schrijven, dat juist taal ontstaat waar gemis is. Taal kan helpen om te verwerken en nieuwe wegen te vinden. *Ook Etty Hillesum heeft het schrijven nodig om te kunnen leven. Zij overschrijdt de depressieve positie, in wezen de menselijke conditie, door de leegte in te vullen met taal. (...) Taal ontstaat steeds waar gemis is, waar afwezigheid is en ook schrijven komt voort uit het verlies van de paradijselijke toestand. Het is een manier om de scheiding te herstellen en ook een manier van rouwen. Het is als een voertuig, een transportmiddel dat door de hel gaat op zoek naar het tweede paradijs (Cornell). Etty Hillesum vindt dat tweede paradijs inderdaad: al schrijvend bereikt zij innerlijk rust en vrede 6).*

We kunnen ons in dit verband afvragen of de dagboeken niet een illustratie zijn van tweede zin als een meer tijdelijke onderbreking, een zoektocht naar sterkere eerste zin. Is er hier sprake van een blijvend besef van broosheid of verdwijnt dit gevoel? Ik citeer Andriessen nog eens: *Tweede zin wordt bewust verworven. (...) Is dit eenmaal gebeurd dan kan deze toewijding tot het veld van de 'eerste zin' gaan behoren. Maar dan is er wel iets gebeurd. Iemand heeft dan bewust zijn bestaan in ogenschouw genomen en het in een bepaalde richting laten leiden en zelf medegeleid. Hij of zij verwierf een beslissende levensinhoud 7.)*

De dagboeken zijn de plek waar tweede zin mag zijn en van waaruit verbinding met het 'gewone' leven, het leven in handelen, gemaakt kan worden. De dagboeken hebben de functie die we kunnen vergelijken met een vrijplaats: beschutte bezinning, op afstand van het levensgewoel. Het zo bezig kunnen zijn met zin leidt in dit geval tot een nieuwe, beslissende levensinhoud, wordt een bron om uit te putten. De nieuwe zin krijgt tijd om te rijpen. We zien dat de toon die eerst aarzelend klonk, steeds meer volume krijgt 8). Wat opvalt, is dat de broosheid wordt opgenomen in de levenszin en dus niet verdwijnt. Hierin zien we ook de kracht van Hillesum: het samenvoegen tot een geheel zonder uit te wissen. Een illustratie daarvan zien we in een brief uit Westerbork:

(...) De lucht is vol vogels, de paarse lupinen staan daar zo vorstelijk en vredig, op die kist zijn twee oude, keuvelende vrouwtjes gaan zitten, de zon schijnt op m'n gezicht en vlak voor onze ogen geschiedt een massamoord, het is zo onbegrijpelijk alles.

Met mij gaat het goed. liefs Etty (p. 641/2, brief waarschijnlijk aan Han Wegerif en anderen, Westerbork 8 juni 1943).

Zo'n fragment is indrukwekkend en roept de vraag op of 'De nagelaten geschriften' niet vooral een illustratie vormen van een spirituele weg. Ik meen dat dit werk inderdaad heel goed past onder de definitie van spirituele zingeving van Alma en Smaling die we eerder zagen. We kijken mee bij de ontwikkeling van Hillesum die ervaart dat "het leven als geheel een bijzondere belevingskwaliteit heeft, waarbij een sterk, omvattende en begeesterende verbondenheid wordt gevoeld met de werkelijkheid waarin wij leven"9). Al vroeg in het proces spreekt Hillesum over dit nieuwe levensgevoel, waarin er plaats is gemaakt voor het ondergaan van het leven tegenover het onderwerpen van het leven. Haar weg toont een spiritueel pad, waarin ze gehoor geeft "aan de opgave om innerlijk zelfstandig te worden, (...) en in dienst komt te staan van de ander en het andere"10).

Toch is de spirituele 'uitkomst' of de beslissende levensinhoud in dit verband minder relevant. De waarde van Etty Hillesum voor tweede zin is vooral te vinden in het voorbeeld van hoe met onafheid in het bestaan kan worden omgegaan. Het toont mogelijkheden om met

tegenstellingen te leven, om zin naast zinloosheid te ervaren. Om vanuit een diep inzicht in het leven en met toenemende openheid de werkelijkheid zoals die zich aandient, te beschouwen.

“Etty Hillesum schrijft zichzelf”, zo drukt De Costa het uit 11). De dagboeken illustreren dat tweede zin tijd vergt en een eigen ruimte waarin het zelf kan gaan bloeien. We zien dat het zoeken een pijnlijk proces is, waarbij eenzaamheid, niet-weten, moedeloosheid en diepe twijfel afwisselen met euforie, met een verlangen naar diepte en oog voor schoonheid en het zonder voorwaarden aanvaarden van het leven.

Het lezen van ‘De nagelaten geschriften’ geeft steeds weer een bijzondere ervaring. Ik ken het werk goed en ik heb het sinds de eerste publicatie regelmatig gelezen. Ook tijdens mijn jaren aan de Universiteit voor Humanistiek heb ik het meerdere malen bestudeerd. De Costa beschrijft de leeservaring op een manier die verrassend goed past bij de intuïtie van tweede zin. *Haar tekst raakt ‘de vreemdeling in onszelf’ (naar Kristeva 1991), het verdrongen en verwrongen deel van ons dat een grote kans heeft achter te blijven in de groei naar volwassenheid. Etty Hillesums teksten voeren voorbij de volwassenheid naar ‘la deuxième innocence’ (Cixous 1986), de onschuld die via de weg van kennis en levenservaring terugvoert naar de eenvoud en naaktheid van het bestaan 12).*

We kunnen deze confrontatie met verdrongen en verwrongen delen in tweede zin herkennen als de ‘onbeminde’ kanten van jezelf waarvoor je eigenlijk wilt schuilen. Dat kan de kwetsbaarheid van het bestaan zijn die je lamlegt, of het idee van de eindigheid, maar ook de confrontatie met de broosheid in het rationele zelf; de ervaring dat overtuigingen niet (meer) werken. In tweede zin zien we de strijd met die delen. Om door te dringen tot die verdrongen en verwrongen lagen is openheid en moed vereist. Etty Hillesum toont die aan de lezer.

1.2.2 Tweede onschuld

Het begrip tweede onschuld kwamen we zojuist tegen: “Etty Hillesums teksten voeren voorbij de volwassenheid naar ‘*la deuxième innocence*’ (Cixous, 1986), de onschuld die via de weg van kennis en levenservaring terugvoert naar de eenvoud en naaktheid van het bestaan”¹⁾. In het boekje van Tjeu van den Berk ‘Mystagogie’²⁾ vinden we het terug in een vergelijkbare betekenis. Wat houdt het begrip bij hem in en wat is de verwantschap met tweede zin?

Van den Berk richt zich vooral op het symbolisch bewustzijn: een laag in het bewustzijn die naast het alledaagse, rationele, bewustzijn een eigen plek heeft. Hij vraagt aandacht voor dit verbeeldend bewustzijn waarin een mens speelt, zich illusies vormt, droomt en gevoelig is voor het paradoxale karakter van het leven. Ook wil hij laten zien dat symbolen niet iets betekenen, maar iets zijn: “(...) echte symbolen gaan verstandelijke ontcijfering te boven, ze roepen een mentale dimensie te voorschijn die aan woorden ontsnapt”³⁾.

De bredere context van het pleidooi voor mystagogie -de inwijding in het geheim van het leven- kunnen we zien tegen de achtergrond van de tijdgeest die geen enkele aandacht geeft aan dit voor-bewuste, religieuze bewustzijn. Van den Berk noemt in dit verband de ontbinding van het christendom en vraagt zich af: “Hoe heeft het zout smakeloos kunnen worden?”⁴⁾ In deze vraag naar de ontkerkelijking, maar ook naar de onttovering van de westerse maatschappij, “informatie in plaats van initiatie”, kunnen we de lastige opgave voor de postmoderne mens beluisteren om zelf zin te vinden.

In het voetspoor van o.a. psychiater en psycholoog Carl Gustav Jung zoekt Van den Berk naar een antwoord. Bij Jung bestaat religie bij de gratie van symboliseringsprocessen. Mensen leren symboliseren is mensen inwijden in het geheim van hun leven. Symbolen tonen zich in beelden aan ons bewustzijn, maar zij vinden hun ontstaan in ons onbewuste. Symbolen overbruggen dus de tegenstelling bewust-onbewust. Deze verbindende kracht is de waarde van het symbool. Hierin is heelheid te ontdekken waarin ruimte is voor tegenstellingen. In dit bewustzijn herkennen we verwantschap met tweede zin zoals we dat bij Etty Hillesum bespraken: het vermogen om met de paradoxale en onaffe kanten van het leven omgang te vinden.

Het belang van innerlijk schouwen, het openen van andere bronnen in het bewustzijn, is de kern van het verhaal. Van den Berk neemt de lezer mee naar de fasen van menswording, die hij beschrijft in navolging van de schrijver Herman Hesse. We zien een grofmazig model dat verwijst naar de verbinding tussen de bewuste en onbewuste lagen, naar ruimte voor anders waarnemen. Simpel gezegd is de indeling: fase 1 is de fase van onschuld die sterk wordt bepaald door onbewuste, intuïtieve strevingen. Fase 2 is de fase van schuld, die wordt gestuurd door bewuste doelen die via wil en verstand bereikt kunnen worden. In deze fase ontstaat vertwijfeling, waarop of de ondergang of de verlossing volgt. In de derde fase van onschuld is er sprake van integratie en overstijging van fase 1 en 2, fase 3 is de tweede onschuld of de fase van wijsheid.

Deze beschrijving van de menswording vindt Van den Berk terug bij bijvoorbeeld volkssprookjes, zoals Roodkapje. *Het is een toneelspel in drie bedrijven, met als titel: menswording. Ze beginnen meestal in een sfeer die als paradijselijk gekenmerkt kan worden. Er wordt een onschuldig geluk beschreven. Dat geluk wordt wreed verstoord en de onschuld gaat verloren. Soms sturen de ouders hun kinderen bewust op een dwaalspoor, anderen*

*verlaten zelf het paradijselijke pad en komen de wolf of de heks tegen. We zitten dan midden in de tweede fase. Het is de fase van beproevingen. (...) Maar op het hoogtepunt van de duisternis doet dan de derde fase haar intrede. De hoofdpersoon wordt verlost, ontmoet de wijze grootmoeder (...)*⁵).

Een paar opmerkingen zijn hier op zijn plaats om de indruk te voorkomen dat we te maken hebben met een simplistisch model. In fase 1 is er een basis van intuïtief weten “dat rechtstreeks voortkomt uit de diepere, onbewuste lagen van onze psyche, waar alles als een ervaren wordt. Het betreft een holistische kijk op de werkelijkheid, de ervaring, dat alles met alles samenhangt”⁶). Deze fase van kinderjaren is niet per se positief, iets wat door een term als paradijselijk wel gemakkelijk kan worden verondersteld. Het idee van ongespletenheid van ervaringen sluit geen negatieve ervaringen uit.

In de fase van de schuld is het verrassend dat juist de mens die verstand krijgt en gebruikt “in het bos verdwaald raakt”. Dat wordt verklaard door de “tragiek van het denken”⁷): het denken zelf zit gevangen in de gedachten, het kan zich niet buiten gedachten bewegen. Ook het vermogen om moeilijke (levens)vragen bewust te stellen, maar er niet per se antwoorden op te krijgen, geeft de mens een gevoel van dolend te zijn, zo meent Van den Berk. Hij geeft een beeldende beschrijving: “Het is net of we stromend water in een emmer willen doen. Op het eerste gezicht lijkt dat te kunnen. Als we het gedaan hebben blijkt het echter geen stromend water meer te zijn”⁸). De werkelijkheid blijkt niet meer te passen bij het gedachte leven.

Tussen fase 2 en 3 zit een belangrijke stap in menswording. Het gaat hier om een inzicht dat niet zozeer aansluit bij ‘wat gewenst is’ maar bij ‘wat er is’: (...) *het inzicht moet komen dat de grootste en belangrijkste levensproblemen welbeschouwd onoplosbaar zijn: zij moeten dat ook zijn, want zij zijn de uitdrukking van polariteit die noodzakelijk eigen moet zijn aan ieder systeem, dat zijn drijfkracht in zichzelf heeft. Zij kunnen niet worden opgelost, men kan er slechts boven uitgroeien* ⁹).

In de fase van de tweede onschuld doet het verstand, dat heeft ingezien dat het beperkt is, een stap terug en is er sprake van overgave. *We moeten de krachten waar we ons tegen verzetten, naar boven laten komen. Men laat de schaduw weer toe. Men daalt af in het duistere water. (...) Een mens die signalen van de derde fase ervaart, leeft ‘om niets’. Paradoxaal genoeg, heeft hij maar een zekerheid, namelijk dat hij zijn zekerheden kwijt is* ¹⁰).

Deze fase van tweede onschuld is geen vanzelfsprekend vervolg op de fase van schuld. In de visie van Van den Berk zijn de fasen van menswording dimensies die in elkaar overlopen en waarin we terugvallen, die constant deel van ons blijven uitmaken: “(...) dikwijls gebeurt het ons dat we na momenten van verlossing weer terugvallen onder de wetten van angst, schuld en moraal”¹¹). Het is niet zinvol om vooruit te lopen op een fase die iemand nog niet ervaren heeft. Van den Berk meent dat ieder op de eigen tijd, het eigen moment de ervaringen zal ondergaan.

Is er tussen tweede onschuld en tweede zin verwantschap te ontdekken?

Tweede zin ontdekken we vooral in de fase die voorafgaat aan de tweede onschuld. Dit is de fase van schuld, ook wel de fase van schade en schande genoemd. Kenmerkend is dan ook een zekere hardnekkigheid waarin verstand en emoties strijd leveren: *Het lineaire*

oorzakelijkheid-redeneren is echter zo helder in zichzelf, dat het onvermoeid voortgaat met analyseren en met het zoeken naar de laatste oorzaken. Op allerlei wijzen probeert het de toekomst naar zijn hand te zetten maar telkens en telkens weer merkt het dat het op niets uitloopt. Daar komt bij dat de emoties ons blijven stuwten om dat 'oorspronkelijk visioen' weer terug te vinden. Het verstand kan die emoties wel verdringen, maar juist die verdrongen emoties versterken hun greep op onze onbewuste en bewuste psyche 12).

In deze strijd tussen het hoofd en de verdrongen emoties herkennen we tweede zin. Bij Etty Hillesum zagen we eerder al de notie van "verdrongen en verwrongen deel van ons dat een grote kans heeft achter te blijven in de groei naar volwassenheid". Als emoties die opspelen noemt Van den Berk: het blijvend verlangen naar heelheid, de vrees om het lijfsbehoud en het voortdurend schuldgevoel.

Het veelkantige karakter van tweede zin zien we in deze gevoelens terug. Als we "het verlangen naar heelheid" naast onze voorlopige beschrijving van tweede zin leggen dan herkennen we de herijking, de innerlijke wijde en het willen verkennen van antwoorden. De wens naar verandering, een herkansing. In "de vrees om het lijfsbehoud" zien we de angst voor de dood, voor verandering, we zien het isolement en de zinloosheid opdoemen. In "het voortdurend schuldgevoel" kunnen we twijfel, niet-weten plaatsen: je wilt 'beter' leven, maar hoe geef je dat vorm? Aan deze verwarrende mix van gevoelens biedt het hoofd weerstand om enige grip te houden.

Tweede zin hebben we in de voorlopige beschrijving een bron van anders kijken en zoeken genoemd. Juist het anders waarnemen kan een schakel zijn tussen tweede zin en tweede onschuld. Volgens Van den Berk wordt de overgang tussen de fase van schuld naar die van tweede onschuld gekenmerkt door een andere manier van waarnemen, van ervaren. In de fase van schuld stuiten we op de grens van de ratio en het symbolische bewustzijn kan dan een opening bieden. Van den Berk citeert Jung: *De levensproblemen zijn welbeschouwd onoplosbaar (...) Sommige mensen groeien echter boven deze problemen uit, anderen lijden er schipbreuk aan. Dit er boven uit groeien bleek bij nadere ervaring 'een niveauverhoging van het bewustzijn' te wezen 13).*

Het bewustwordingsproces moet van binnenuit op gang komen, een mens moet zelf het mysterie van de ziel ontdekken, een nieuw leven baren. Bij dit proces kan een mens geholpen worden, maar het is een eigen pad dat moet worden gevonden. Van den Berk haalt hier Kierkegaard aan: "Al weet de hele wereld iets, maar ik heb het zelf nog niet ervaren, (...) dan heeft het geen enkele betekenis voor mij" 14). De centrale rol voor ervaren is hier belangrijk. Het gaat niet om kennisoverdracht, maar om inspiratie, krachten die nieuwe lagen openen. Dat proces konden we bijvoorbeeld bij Etty Hillesum mee-ervaren. Met hulp van onder andere Spier kwam zij tot verdere stappen, maar wel vanuit een diepgevoelde eigen wens tot veranderen.

Toch is het een moeilijk proces, dat openen, toegang vinden tot de andere lagen van het zelf. Van den Berk toont een fragiel proces van mens-woorden, een zoekend en tastend proces. Het openstellen voor de andere lagen in ons bewustzijn is geen trucje, het vraagt om loslaten, ontvankelijkheid en dat is een opgave. Er moet echt wat gebeuren wil een mens zich gaan openstellen: "Zolang het alledaagse bewustzijn niet in crisis raakt, zal het steeds blijven wroeten en zich nooit overgeven. De mens moet zelf ontdekken dat hij op bevroren bodem staat" 15).

We herkennen hier elementen van het proces van afwisseling in zin zoals Andriessen dat beschrijft: eerste zin, tweede zin, hervonden eerste zin. Pas als je werkelijk stuit op grenzen, kan er iets verschuiven, dan doemt de vraag naar zin onontkoombaar op. Toch is in de benadering van Van den Berk veel meer ruimte voor onvermogen en twijfel als een meer blijvend deel in het zelf en nadrukkelijk blijft de mogelijkheid open van 'schipbreuk'. Het min of meer vastliggend patroon van zinloosheid naar zin, zoals we dat zagen bij Andriessen, ontbreekt hier.

Beschouwen we de relatie tussen tweede zin en tweede onschuld dan zien we tweede zin vooral in de fase van schuld waarin wordt gedood, waarin de ratio strijdt met de onderstroom van gevoelens. Deze fase van schuld zullen we niet zomaar achter ons laten op zoek naar de 'hogere' fase van onschuld. De fasen vormen geen afgeronde stappen in een mensenleven: het zijn aspecten die blijvend deel uitmaken van het zelf. Het op en neer en naast elkaar bewegen van schuld en onschuld ligt dan ook meer voor de hand. Het openen van het symbolisch bewustzijn, het betreden van de transcendentale ruimte kan een tijdelijke overgang van schuld naar onschuld geven, maar daarvoor is geen garantie.

Met dit inzicht komen we weer een stapje verder in het beantwoorden van de vraag naar de waarde van tweede zin. Fasen van schuld en onschuld maken blijvend deel van ons uit, ze wisselen elkaar af en bestaan naast elkaar. Met anders waarnemen kan de poort tot een meer symbolisch bewustzijn worden geopend, dat vergt veel en is geen vanzelfsprekendheid.

1.2.3 Tweespalt

In de zoektocht naar een blijvende tweede zin, heb ik tot nu toe tweede zin vergeleken met het werk van Etty Hillesum en Tjeu van den Berk. Zo hebben we zicht gekregen op het omgaan met de paradoxen en onaffe kanten in het leven en op het repeterend karakter in het proces van menswording, waarbij schuld en onschuld zich als fasen in het zelf afwisselen. De waarde van het symbolische bewustzijn waarin een andere manier van waarnemen plaats vindt, is hierbij belangrijk:“(…) het gaat er nu eenmaal niet om dat iets *anders* gezien wordt, maar dat men *anders ziet*”¹⁾.

Nu wil ik het begrip ‘tweespalt’ leggen naast tweede zin. Ik kwam het tegen in ‘Stil de tijd’ van filosoof Joke Hermsen ²⁾. In deze essaybundel bekijkt zij het verschijnsel tijd. Ze maakt een onderscheid tussen kloktijd en innerlijke tijd en verbindt het begrip tijdloosheid met zingeving. Interessant voor ons is de vergelijking die Hermsen maakt tussen de roman ‘Van de koele meren des doods’ van Frederik van Eeden uit 1900 en het recente boek ‘Sferen’ van Peter Sloterdijk, binnen de humanistiek geen onbekende filosoof.

Het begrip tweespalt legt Hermsen uit via Van Eeden, die in zijn roman met de hoofdpersoon Hedwig de Fontayne een illustratie geeft van het begrip. *Voor de mens zijn er volgens Van Eeden twee manieren om in het leven te staan. Hij kan zijn primaire behoeften en verlangens volgen die door zijn ‘lagere zelf’ worden ingegeven of hij kan proberen zich van dat lage ‘ik’ te ontdoen om tot een hoger ‘zelf’ te geraken. Deze als het ware dubbele gelaagdheid van het zelf, waarbij de ene laag op het materiële en de ander op het immateriële gericht is, wordt door Van Eeden ook aan een andere tijdervaring gebonden. De tweespalt speelt zich af tussen een tijdgebonden ik en een tijdloos zelf. Het doel van Hedwigs leven zou er volgens Van Eeden in moeten bestaan die tweespalt te onderkennen en vervolgens de overgang van het tijdelijke ‘ik’ naar het tijdloze zelf te maken (…)* ³⁾.

In de tweespalt zoals hier beschreven herkennen we fasen in menswording van Van den Berk: het meer bewust handelende ik versus het onbewuste dieper gelegen zelf. Twee kanten van het bewustzijn; het leven in controle versus het leven om niets. Ook bespeuren we verwantschap met de eerder aangehaalde dagboek aantekening van Etty Hillesum over ‘het zelf dat eenvoudiger moet worden’.

Hermsen vergelijkt de tweespalt bij Van Eeden met de zoektocht naar de verzonken binnenwereld van de mens die Peter Sloterdijk in zijn boek ‘Sferen’ onderneemt. Sloterdijk beschrijft de postmoderne tijd als een schaalloze tijd en stelt de vraag naar bezieling en geborgenheid: *Wie is er nog in staat de aan de kosmische kou van het grote oneindige Niets blootgestelde mensen van nieuwe omhulsels te voorzien?(…) Welke bezielende adem kan ons leven nog begeleiden?(…) Sloterdijk noemt het eerst ‘onvermijdelijk’ dat kinderen ‘zodra de eerste maternale bel uiteenspat, een soort psychische emigratieshock te verwerken krijgen’, die hij een ‘existentiële ontworteling’ noemt. (…)* *Het is het moment waarop de geboorte van de buitenwereld zich voor het kind voltrekt. We vallen (…)* *in een kil en vijandig buiten, waar we voortaan zelf, bij gebrek aan de omhulling van een goddelijke sfeer, onze gedeelde binnenwereld (…)* *onze gezamenlijk sferen moeten scheppen* ⁴⁾.

In deze beschrijving zien we verwantschap met de fase van schuld; een bepaalde heelheid of vanzelfsprekendheid is verdwenen. Het begrip ‘existentiële ontworteling’ sluit aan bij de kern van tweede zin: losgeraakt zijn uit een bestaand spoor.

De kerngedachte in de vergelijking tussen Van Eeden en Sloterdijk is dat er ‘iets buiten het ik bestaat’. Hermsen formuleert dit als volgt: (...) *dat we nooit volstrekt identiek zijn aan ons bewuste ‘ik’, maar dat er altijd nog iets meer is, en dat dit ‘meer’ een andere tijd kent dan het ‘ik’. De tweespalt biedt een mogelijkheid van overbrugging: De ‘transgressie of overstijging van het ‘ik’ is ‘de dood die de bron van leven kan zijn’ of deze nu door liefde, door creativiteit of door een religieuze ervaring wordt veroorzaakt* 5).

Hermsen wijst erop dat zowel Van Eeden als Sloterdijk in verbeelding de bron zien die de afgrond tussen het ‘lagere ik’ en het ‘hogere zelf’ kan overbruggen en de eenzaamheid kan verdrijven. De mogelijke weg over de afgrond is bij beide auteurs wel anders. Voor Sloterdijk is God geen hulpmiddel, hij zoekt de brug voor het ontbrekende in het avontuur van de kunst: “om in beeld uit te drukken wat zich in woorden niet zeggen laat”⁶). De marges van het ik worden zo verbreed en verruimd. Hierin herkennen we het zoeken naar het symbolische, het mysterie van het leven zoals we dat zagen bij Jung en in zijn voetspoor bij Van den Berk.

Van Eeden zoekt de oplossing voor het gemis in het goddelijke: Hedwig de Fontayne zal uiteindelijk haar materiële ik verzaken en plek maken voor het hogere. In de roman wordt Hedwig na allerlei omzwervingen en verleidingen, een vrome zuster (...) *die domweg gelukkig is midden in een modderig aardappelveld (...) Alles genoot zij, zoals nooit daarvoor, het aansteken van een lampje, het bijeenzitten rond het sobere maal (...) Al haar gewaarwordingen hadden een kern van lust in zich, en dat terwijl zij die lust daarin niet meer zocht, maar haar verlangen richtte naar het nog onwaarneembare* 7).

Tweespalt en de verwantschap met tweede zin

In tweespalt zien we verwantschap met de ervaring van tweede zin als een streven naar het andere, een gevoeligheid die is opgewekt en waarbij verbeelding een bron wordt. In het begrip tweespalt met de negatieve connotatie van strijd, verdeeldheid, herkennen we ook de moeite en de pijn van tweede zin, het isolement en de ontworteling. We maken kennis met een zelf dat buiten de beperking van het eigene wil stappen, die verruiming en omhulling zoekt.

Zo zijn we weer een stapje verder gekomen in de verkenningsstocht door de literatuur. Bij het zoeken naar de waarde van tweede zin bekijk ik een aantal begrippen die in de naam mogelijk verwantschap of verheldering bieden: tweede onschuld, tweespalt. Hierna volgt het begrip ‘tweemaal geboren’. Het begrip ‘tweede’ heeft naast de telfunctie ook de betekenis van ‘nog een keer’ als in ‘terugkeren naar’. Die betekenis zien we vooral bij tweede onschuld en tweemaal geboren, we beluisteren dat er sprake is van iets wat ontbreekt. Dit gemis, dat ook zo de toon bepaalt bij Van Eeden en Sloterdijk, geeft een belangrijke aanzet voor verder nadenken over tweede zin.

1.2.4 Zieke zielen of tweemaal geboren

De tot nu toe gebruikte bronnen hebben een religieuze, spirituele inslag. Ik zie daar een waarde in, al was het alleen al de waarde van openheid, van verder kijken dan de beperkende kaders van ‘het eigen ik’ of ‘de eigen levensbeschouwing’. Verrast werd ik door het boek ‘The Varieties of Religious Experience, a study in human nature’ van de Amerikaanse filosoof en psycholoog William James ¹⁾. Meer dan honderd jaar oud is het werk en het lezen gaf mij een sterke ervaring van verbondenheid met eerdere mensen en hun grote vragen, hun diepste gevoelens. Het werk is geschreven in bloemrijke taal, de geest van James is scherpzinnig en toont de rijkdom van een groot inlevingsvermogen.

Als illustratie van de toon van dit werk een langer citaat uit het slot:

(...) dan kunnen wij, naar mijn mening, tot geen andere conclusie komen dan dat religie een ‘afdeling’ is van de menselijke natuur, die in buitengewoon nauwe relatie staat tot de boven- en onderbewuste sfeer. Als de term ‘onderbewustzijn’ u onaangenaam aandoet en al te sterk riekt naar spiritisme of andere dwalingen, geeft het dan een andere naam om het te onderscheiden van het niveau van het heldere dagbewustzijn. Noem het laatste de A-sfeer van de persoonlijkheid, als u wilt, en het andere de B-sfeer. De B-sfeer, dan, is onmiskenbaar het grootste deel van ieder van ons, want het is het verblijf van al wat latent is en het reservoir van al wat onopgemerkt voorbijgaat. Het bevat, bijvoorbeeld, al onze voor dit moment niet-werkzame herinneringen, en daar zijn de bronnen te vinden van al onze onduidelijk gemotiveerde hartstochten, impulsen, onze voorkeur en afkeer en vooroordelen. Onze intuïtieve inzichten, hypothesen, fantasieën, bijgelovigheden, overtuigingen en in het algemeen al onze onberedeneerbare verrichtingen komen er vandaan (...) Het is bovendien de voornaamster bron van veel dat onze religie voedt. Bij diep religieuze personen schijnt, zoals wij dat nu veelvuldig hebben gezien en dat is mijn conclusie, de toegangsdeur van deze sfeer ongewoon wijd open te staan (...)²⁾.

William James maakt vooral gebruik van beschrijvingen van innerlijke gesteldheid die hij uit persoonlijke documenten haalt. Zo komt hij tot allerlei onderscheidingen in religieuze ervaring. De voorbeelden geven inzicht in gevoeligheid en diversiteit van de ervaringen. Religie in de vorm van theologie, kerk, dogma komt niet aan bod, het gaat hier expliciet om de ervaring. Voor dit onderzoek naar tweede zin zijn ‘de zieke zielen’ en de ‘tweemaal geboren’ interessant, maar eigenlijk biedt het hele boek stof tot nadenken over hoe de menselijke geest werkt en wat de rol van het religieuze is. In het bovenstaand citaat treffen we bijvoorbeeld meteen een aansluiting bij eerdere inzichten zoals de lagen van het bewustzijn van Van den Berk en we zien ook tweespalt terug in de A en B-sfeer. Interessant is ook dat James hier met de notie van een omvangrijke B-sfeer aansluit bij recente inzichten in de werking van het zelf, waarbij de rol van het onderbewuste als dominant wordt gezien.³⁾

In het hoofdstuk ‘de zieke ziel’ beschrijft James “de aan de wereld lijdende ziel”⁴⁾. Mensen met een gevoeligheid en ontvankelijkheid voor geestelijk lijden, een zwaar gedragen melancholie. Bij velen is sprake van een ontgoocheling, “een staat van vertwijfeling”⁵⁾. Met voorbeelden van bijvoorbeeld de Russische schrijver Lew Tolstoj geeft James een inkijkje in wat zich in een zieke ziel roert. Ik kies een fragment uit het werk ‘Mijn biecht, mijn bekentenis’ uit 1881 van Tolstoj. Hij beschrijft zijn aanval van ‘melancholie’, misschien zouden we nu zeggen depressie, die hem tot religieuze conclusies heeft gebracht:

Zo hang ik aan de takken van het leven, wetend dat de onontkoombare draak van de dood klaar staat om mij te verscheuren, en ik begrijp niet waarom ik tot martelaar word gemaakt. Ik probeer honing op te zuigen die mij vroeger verkwikte. Maar de honing smaakt mij niet meer(...)

'Maar misschien', heb ik dikwijls tegen mijzelf gezegd, 'is er iets dat ik niet heb opgemerkt, of begrepen. Het is niet mogelijk dat deze staat van vertwijfeling iets natuurlijks is voor de mensheid.' En ik zocht naar een verklaring op al die gebieden van de menselijke kennis.(...) Ik zocht als iemand die verloren is en zich probeert te redden – en ik vond niets. Ik kwam tot de overtuiging, dat alleen die voor mij naar een antwoord in de wetenschap hadden gezocht, evenmin iets hadden gevonden.(...)

'Toch was' (...) 'terwijl mijn intellect aan het werk was, iets anders in me ook aan het werk en weerhield me van de daad- een bewustzijn van leven, als ik het zo noemen mag, een kracht die mijn geest dwong zich in een ander richting te concentreren en mij weg te halen uit mijn wanhoopssituatie... Gedurende de hele loop van dat jaar, waarin ik mij bijna zonder ophouden afvroeg, hoe ik er een eind aan zou maken, door het touw of de kogel, gedurende al die tijd en tegelijk met al die bewegingen van mijn gedachten en waarnemingen, was er in mijn hart een ander kwellend smachtend gevoel. Ik kan dat niet anders noemen dan dorst naar God. (...) Het leek op een angstgevoel, waardoor ik mijzelf als een wees voelde, eenzaam temidden van al die dingen die zo vreemd waren. En dit angstgevoel werd verzacht door de hoop, hulp bij iemand te vinden 6).

In wat Tolstoj beschrijft, zien we verwantschap met tweede zin. We herkennen zijn anders kijken en anders ervaren, we zien een beklemmend gevoel van eindigheid, angst en eenzaamheid, bevangenheid, vertwijfeling. Deze zoekende, dolende geest bespeurt ook een glimp van een andere kracht. Een verlangen dat door Tolstoj 'dorst naar God' en 'hoop hulp bij iemand te vinden' wordt genoemd. Ik vertaal dit kwellende gevoel met zoeken naar innerlijke wijdte en herijking.

In deze andere kracht, hoe beperkt ook, is de mogelijke overbrugging in tweede zin te vinden: de stap die gezet kan worden of, minder activistisch geformuleerd, een spoor dat gevonden wordt. Het gaat om een verruiming van het ik zoals we die al eerder bij tweede onschuld en tweespalt tegenkwamen. In het werk van Hillesum zagen we de wens om hulp bij iemand te vinden zich gaandeweg vertalen in een heel eigen godsbeeld.⁷⁾

Bij het lezen van dit werk van William James valt de ruimte op die hij maakt voor ambivalenties. Daarmee past zijn toon ook zo bij tweede zin. William James zoekt op het scherpst van de snede, hij kiest voor de individuele religieuze ervaring, de plek waar zin wordt ondervonden maar schuwt daarbij de complexiteit van het leven en van het individuele niet.

De filosoof Charles Taylor noemt William James iemand die ruim 100 jaar terug al heel goed inzag dat religie verbindt en verdeelt, en die wist dat de vraag die rijst: "(...)wat doen met het instinctieve gevoel dat er nog meer is, (...) dat er buiten jou nog iets groters bestaat" ⁸⁾ een keuze vergt die niet simpel is. Taylor noemt James een denker van de drempel, hij weet wat "het betekent wanneer men in een open ruimte staat en men voelt hoe de wind je nu eens hierheen en dan weer daarheen blaast" ⁹⁾.

Tweemaal geboren en de verwantschap met tweede zin

James beschrijft de zieke zielen niet als zielige mensen, maar als mensen die weet hebben van de afgrond. Om die reden kent hij aan hen dan ook een extra waarde toe: *De methode, zijn aandacht af te wenden van het kwaad en eenvoudig te leven in het licht van het goede, is prachtig zolang het werkt. En ze werkt voor veel mensen, meer dan je zo op het eerste gezicht zou denken. Binnen de sfeer van succesvolle werking is er als een religieuze oplossing niets tegen in te brengen. Maar ze faalt hopeloos als de melancholie optreedt. Zelfs al is men er zelf vrij van, het lijdt geen twijfel dat optimisme ontoereikend is als een filosofische leer, omdat het feitelijk kwaad, waarmee zij weigert rekening te houden, een zeer wezenlijk deel van de werkelijkheid uitmaakt. Dit kwaad zou ten slotte wel eens de beste sleutel tot de zin des levens kunnen zijn. En misschien het enige dat onze ogen opent voor de diepste lagen van de waarheid* 10).

De zieke ziel toont ons de diepte van de menselijke tragiek. Al spreekt James zich hier uit voor de zieke ziel, toch is hij realistisch in zijn kijk op de mogelijkheden ervan om de “sleutel tot de zin des levens” te vinden. Hij noemt de wedergeboorte van de zieke zielen, de tweemaal geboren, maar merkt daarbij op dat het effect van in de afgrond kijken meestal blijvend zal zijn: “Wanneer ontgoocheling zulke afmetingen heeft aangenomen, is er zelden een restitio ad integrum, een algeheel herstel.” Hij voegt daaraan toe: “Je hebt geproefd van de vrucht van de boom der kennis en het geluk van de Hof van Eden komt nooit meer terug”¹¹). Het proces van tweede geboorte brengt niet zozeer meer geluk, als wel een dieper bewustzijn met zich mee, waarin het weet-hebben van het kwaad wordt ingesloten in de elementen van het leven. Daarin zit de ‘verlossing’.

Hierin zien we een treffende overeenkomst met Etty Hillesums vermogen om een goede omgang te vinden met de tegenstellingen in het bestaan, al lijkt bij Hillesum wel een toename van geluk waar te nemen: de ervaring van de zinvolheid van haar leven beklijft, ook tegen de achtergrond van barre omstandigheden. In dit verband is het aardig om te zien hoe De Costa spreekt van tweede geboorte in het werk van Hillesum: *Haar dagboeken en brieven voeren binnen in een wereld van een vrouw, een ‘beeldhouwster van de ziel’ (...) die eerst zichzelf vormt en het daarna als haar taak beschouwt andere mensen te helpen met hun innerlijke groei en zelfontplooiing. Als een vroedvrouw probeert ze anderen bij te staan bij hun tweede geboorte* 12).

William James geeft aandacht aan wat moeizaam is, wat niet maakbaar lijkt en brengt ons tot meer inzicht in tweede zin: tweede zin ontstaat vanuit een gemis, vanuit diepgevoelde twijfel, wordt een bron van anders kijken die, naast beperkende kanten, het vermogen in zich heeft tot verruiming. We zien in tweede zin tegenstrijdige elementen botsen: eenzaamheid naast het gevoel dat er meer kan zijn. Tweede zin dringt diep door en kan leiden tot een dieper bewustzijn. Tweede zin verdwijnt daarmee niet, maar wordt dan meer tot een deel van het geheel.

1.2.5 Positieve melancholie

We zijn nu aangekomen bij de laatste notie in het zoeken naar verheldering en verwantschap bij tweede zin: 'positieve melancholie'. Melancholie neemt in de tekst van William James een prominente plek in, ook in het essay van Joke Hermsen treffen we een verwijzing: *De mens, zo suggereert ook Van Eeden, is vanaf het moment dat hij kan spreken een homo melancholicus, een verstotene die voortdurend de mogelijkheden aftast om zijn ik weer te verzoenen met zijn vroegere kinderlijke zelf (...)* 1).

Zwaarmoedigheid die het zicht op de wereld inkleurt, die toon vinden we in tweede zin. Toen ik via een lezing van Alma 2) in contact kwam met het begrip positieve melancholie en met de bedenker -de literatuurwetenschapper Sam Dresden- vermoedde ik een belangrijk spoor in het denken over zin. Ik hoorde in het begrip een tegenstelling die ruimte schept. Geen nadruk op het depressieve, maar ook niet het uiterste geloof, maar een zoekende positie die een bepaald vertrouwen in zich heeft.

Wat wordt bedoeld met positieve melancholie? Dresden beschrijft het als: *(...) het gevoel dat iets ontbreekt aan het leven of het eigen leven, iets essentieels dat evenwel vaste contouren ontbeert, zet ertoe aan deze elders te zoeken* 3). Alma wijst er in een eerdere publicatie op dat in dit begrip een religieuze connotatie is waar te nemen, zij ziet een motiverende factor in het zoeken naar zin en het aangaan van een geloofsrelatie: *Dresden wijst zelf op dit verband: Het christelijke en platonische vaderland is niet van deze aarde maar wel voor de ziel op aarde te horen en aan deze roep moet zij gehoor geven. (...) Hij spreekt van 'verbannen zijn' en het daarmee samenhangende heimwee als kenmerken van het menselijk bestaan en als bron en motor van creativiteit* 4).

Positieve melancholie en tweede zin

In de notie positieve melancholie zien we een beweging die de motor kan zijn van zin. Positieve melancholie zet aan tot zoeken, tot experiment om vormen te vinden die uitdrukking geven aan dit diep menselijk verlangen. We kunnen in positieve melancholie de actieve kant van tweede zin terug zien, het verlangen naar meer, naar wijde, een gevoel van dieper-weten, tegen de twijfel in. Eerder zagen we bij tweespalt en tweede onschuld de overbrugging van de kloof als schakel tussen zinloos en zin. Ook in positieve melancholie vinden we ruimte om zo'n brug te slaan.

Alma reikt nog een begrippenpaar aan dat ons weer verder brengt in het denken over zin. Zij ontleent aan de psychoanalyticus Schachtel een onderscheiding in manieren van waarnemen: een allocentrische en autocentrische houding ten opzichte van de wereld. Een allocentrische houding is een open manier om de wereld waar te nemen. Deze houding wordt gekenmerkt door "diepgaande belangstelling, volledige openheid en ontvankelijkheid". Het accent verschuift van waarnemer naar waargenomene. Tegenover deze houding vinden we de meer inperkende autocentrische houding waarin de "behoefte, vrees en doelstellingen van de waarnemer bepalen hoe wordt waargenomen". Deze indeling is relatief, het gaat om twee polen van een continuüm waartussen het menselijk leven zich altijd afspeelt: *Angst voor het verlaten van geborgenheid, de angst om zonder die geborgenheid in een afgrond te vallen of*

in ongebaande gebieden te belanden, ziet Schachtel als de sterkste tegenstander van iemands openheid naar de wereld 5).

We herkennen in het begrippenpaar allocentrisch-autocentrisch de tegengestelde emoties die in tweede zin aanwezig zijn en we zien in de allocentrische houding de ontvankelijkheid, de openheid die we tegenkwamen als ‘opstap naar zin’. Voor echte zinbeleving is allocentrisme vereist, zo meent Alma: “Verruiming van perspectief vraagt de moed om een ontmoeting aan te gaan met het onbekende. Ook het stellen van en nadenken over existentiële vragen vraagt moed”⁶).

De spanning tussen openheid naar de wereld en angst voor het verlaten van geborgenheid is fundamenteel in het menselijk bestaan meent Schachtel. Alma verbindt deze visie met die van theoloog Paul Tillich die in deze angst “de vrees voor het wezenlijk onkenbare niet-zijn” ziet, de angst dat “men niet in staat zal zijn het eigen bestaan te bewaren. Deze angst behoort tot het menselijk bestaan zelf: zij kan moedig opgenomen, maar niet uitgeschakeld worden”⁷).

Als we dit inzicht verbinden met tweede zin en de moeizame zinbeleving, dan komen we tot een fundamenteel inzicht, waarvan we via Van den Berk en James al de contouren zagen: tweede zin is geen fase in het zoeken naar zin, maar een ‘aanwezige spanning’, onderdeel van de fundamenteen van mens-zijn..

Positieve melancholie brengt ons een opening om de spanning van het mens-zijn te verlichten. Daarmee is deze melancholie voor blijvende tweede zin van waarde, die kan beweging brengen waar verstarring dreigt.

1.3 Conclusie van de zoektocht naar verwantschap en verheldering

In dit eerste deel stond de vraag centraal: hoe kan tweede zin nader doordacht, vergeleken en beschreven worden als mogelijke waardevolle component in het denken over zin? Uiterste stemmingen en verrassende noties zijn we in deze zoektocht tegengekomen.

We hebben Etty Hillesum ontmoet die in een hoog tempo een indrukwekkend groeiproces doormaakt. We volgden de transformatie van bevangenheid van zichzelf naar belangeloosheid voor de ander. Haar gevoelige geest werpt in de dagboeken en brieven een bezinnende blik op alle kanten van het leven. Door deze reflectie en het zich ontwikkelend vermogen om de tegenstrijdigheden in het leven te aanvaarden, opent zich voor Hillesum een bron van levenszin. We zagen dat tweede zin zich transformeert naar een nieuwe levenshouding, dat het besef van de broosheid van het bestaan niet verdwijnt, maar wordt opgenomen in een geheel.

Via Van den Berk kregen we zicht op fasen in menswording waarin afwisselend schuld en onschuld te vinden zijn. In de fase van schuld schiet kennis tekort en ontstaat verwarring en strijd met onderliggende emoties, in de fase van onschuld zien we overgave, een verlossing door niet weten. We maakten kennis met het onbewuste, een laag in het bewustzijn die kan helpen het mysterie van het leven te ontsluiten. Hermsen bracht ons het begrip tweespalt uit het werk van Van Eeden en de visie van Sloterdijk 'op de postmoderne opgave'. We kregen meer kennis over het menselijk gemis, het verlangen naar heelheid, dat we ook al bij Van den Berk ontmoetten.

De zieke zielen van James brachten ons in contact met de diepte van de menselijke tragiek. De gevoelige geesten die lijden aan de wereld hebben als tweede geboren een 'voorsprong' op optimistische geesten omdat zij uiteindelijk meer diepgang kunnen vinden, maar eenvoudig is dat niet. Het werk van James toont die ambivalentie en de complexiteit van het individuele leven. Positieve melancholie ten slotte zette ons op het spoor van beweging, vanuit een gevoel van gemis kan zoeken op gang komen.

De zoektocht naar de waarde van meer blijvende tweede zin ben ik gestart vanuit de ervaring dat zinzoeken en zinvinden een moeizaam proces kan zijn, waarbij een schematische voorstelling tekort schiet. In deze poging tot verheldering en verwantschap hebben we meer contact gekregen met het fragiele, het weinig maakbare van zin. We hebben ontdekt dat de melancholische ondertoon een sleutel kan vormen tot zoeken, maar ook dat *'de vreemdeling in onszelf'* zich maar moeilijk laat ontdekken. De kloof vraagt om overbrugging, maar dat gaat vaak niet zonder pijn en moeite. We zagen dat het verlangen dat mensen drijft, het gevoelde gemis, zich beweegt tussen de polen van openheid en geborgenheid en zo kwamen we uit bij de fundamente van mens-zijn. Juist in die fundamente van mens-zijn zien we de beweging van vrees naar moed, van niet-willen naar verlangen, van niet-weten naar weten en vice versa. Hierin hebben we de toon van tweede zin herkend.

De onderzoeksvraag: hoe kan tweede zin nader doordacht, vergeleken en beschreven worden als mogelijke waardevolle component in het denken over zin, kunnen we beantwoorden. Blijvende tweede zin biedt ons een waardevolle aanvulling in het denken over zin. In tweede zin maken we kennis met 'de andere kant van zin', de kant waar vervulling ver te zoeken is, waar twijfel domineert. We zien dat tweede zin meer omvat dan een onderbreking van de eerste, vanzelfsprekende zin. Tweede zin toont ons een permanente laag in het zelf, als een

grondtoon van diepe twijfel die zin zoekt. William James wees op het effect van ‘in de afgrond kijken’ dat meestal blijvend is. Vanuit ervaring met de tegenstellingen en de tragedie van het leven, wordt de kijk op het leven anders. De zoektocht van de tweede zin *kan* meer eerste zin brengen, maar juist het weet hebben van de diepgaande werking van twijfel, brengt een andere waarneming voort. Zin ontwikkelt zich tot een brede dimensie in het zelf, waarin vele facetten van het zelf inclusief de paradoxen en onaffe kanten van het leven onderdak kunnen krijgen, waar vervulling en verdieping naast niet-weten en onvermogen bestaat.

1.3.1 Herziening van de voorlopige beschrijving van tweede zin

De beschrijving van tweede zin bewees in dit zoekproces goede diensten. Bijna alle noties die we tegenkwamen, hebben we kunnen herkennen en onderbrengen in de voorlopige beschrijving die eerder is opgesteld:

Tweede zin duidt op een gevoeligheid, op anders kijken, in en voorbij het alledaagse. De tweede zin is een blijvend besef van eindigheid, van kwetsbaarheid dat dagelijkse ervaringen kleurt. De grondtoon van het leven klinkt anders nadat een gebeurtenis diepe sporen heeft nagelaten die zich niet (meer) laten vullen met ‘allegaagse’ zin. De ervaringen van isolement, van dolen, van angst die het denken te boven gaat, werken door. Het besef van broosheid dringt diep door, wordt tot een bron van anders kijken en zoeken.

De tweede zin wordt gekenmerkt door polariteit. Zoeken naar innerlijke wijdte en naar houvast. Enerzijds antwoorden willen verkennen, anderzijds verlamming, isolement. Tweede zin bevat herijking, maar ook zinloosheid en bevangenheid. Twijfel, niet-weten, is een belangrijk gevoel dat de tweede zin voedt.

Tweede zin kan tot een beter, zinvoller leven leiden, maar dat gebeurt niet noodzakelijk. Tweede zin is geen vanzelfsprekende onderbreking van alledaagse zin, maar een eigen bron binnen zin.

Op enkele punten wil ik deze voorlopige beschrijving aanpassen. De zin “De grondtoon van het leven klinkt anders, *nadat een gebeurtenis diepe sporen heeft nagelaten*” verwijder ik deels. Tweede zin kan ontstaan als reactie op een ingrijpende gebeurtenis, maar belangrijker vind ik het wezen van tweede zin: het ervaren van het gemis, het besef van eindigheid, de “vrees voor het wezenlijk onkenbare *niet-zijn*”, de twijfel aan de waarde van het bestaan. Met het verwijderen van de verwijzing naar een mogelijke oorzaak van tweede zin, komt meer de nadruk te liggen op de diepere laag in zin die tweede zin vertegenwoordigt.

De notie ‘gemis’ wil ik toevoegen, daarmee wordt het min of meer permanente van tweede zin beter beschreven. James verwees naar “de methode de aandacht af te wenden van het kwaad en eenvoudig te leven in het licht van het goede”. Die methode werkt niet meer, het gevoelde gemis kan wel worden opgevuld, maar is steeds ook op een of andere manier opgenomen of aanwezig in het zelf. Dat inzicht hebben we gekregen uit de voorbeelden van Etty Hillesum en Lew Tolstoj en de beschrijving van menswording bij Van den Berk. We zagen vanuit het gevoelde gemis een overeenkomst met het verlangen dat mensen drijft. Dit verlangen beweegt zich tussen de polen van openheid en geborgenheid en zo kwamen we uit bij de fundamenteën van mens-zijn.

In de beschrijving wil ik de lagen in zin beter laten uitkomen. In de voorlopige beschrijving luidt de laatste zin: “tweede zin is geen onderbreking van alledaagse zin, maar is een eigen bron”. Die wil ik vervangen door “tweede zin is meer dan een onderbreking van alledaagse zin, het is een eigen dimensie binnen zin”. Zo kom ik tot de gewijzigde beschrijving van tweede zin:

Tweede zin duidt op een gevoeligheid, op anders kijken, in en voorbij het alledaagse. De tweede zin is een blijvend besef van eindigheid, van kwetsbaarheid dat dagelijkse ervaringen kleurt. De grondtoon van het leven klinkt anders vanuit een gevoeld gemis dat zich niet (meer) laat vullen met ‘allegaagse’ zin. Ervaringen van isolement, van dolen, van angst die het denken te boven gaat, werken door. Dit besef van broosheid, nietigheid dringt diep door, wordt tot een bron van anders kijken en zoeken.

De tweede zin wordt gekenmerkt door polariteit. Zoeken naar innerlijke wijde en naar houvast. Enerzijds antwoorden willen verkennen, anderzijds verlamming, isolement. Tweede zin bevat herijking, maar ook zinloosheid en bevangenheid. Twijfel, niet-weten, is een belangrijk gevoel dat de tweede zin voedt.

Tweede zin kan tot een beter, zinvoller leven leiden, maar dat gebeurt niet noodzakelijk. Tweede zin is meer dan een onderbreking van alledaagse zin, het is een eigen dimensie binnen zin.

Met het begrip tweede zin zoek ik naar ruimte voor de fragiele en weinig maakbare kant van zin. De term tweede zin blijft een lastige, dat hebben we al eerder gezien. Het begrip is onbekend en ook breed, het omvat meerdere existentiële thema's: angst, eenzaamheid, twijfel. Helemaal tevreden ben ik dan ook niet met het begrip. Voorlopig gebruik ik tweede zin nog als werktitel bedoeld voor het nadenken over ‘de andere kant van zin’ en over de werking ervan in het zelf. In het volgende deel staat dit zelf centraal.

Deel 2 Verkenning van het zelf

In het vorige deel hebben we gezien dat tweede zin een waardevolle component kan zijn binnen het denken over zin, een aanvulling op de positieve connotatie van het begrip zin. Met tweede zin krijgen andere dimensies binnen zin meer ruimte. Nu zoomen we nader in op het begrip ‘zelf’. Eerst kijken we hoe zelf en zin zich in grote lijnen verhouden, daarna bekijken we preciezer twee visies op het zelf die passen in de humanistische context. Centraal in dit deel staat de vraag: hoe kan tweede zin worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over zelf?

2.1 Het begrip ‘zelf’

Honderdtwintig jaar geleden gaf William James in ‘The principles of psychology’ de volgende omschrijving van het zelf: *In de breedste betekenis is iemands zelf de som van alles wat hij “van hem” kan noemen, niet alleen zijn lichaam en zijn geestelijke vermogens, maar zijn kleren en zijn huis, zijn vrouw en kinderen, zijn voorouders en vrienden zijn reputatie en zijn werken, zijn landerijen en paarden, zijn zeiljacht en bankrekening 1).*

Wij zullen misschien glimlachen om de royale beschrijving, maar toch past het antwoord bij de omvattendheid van het zelf: we herkennen de rollen die we innemen in het sociale leven en de invloed van het materiële en het lichamelijke op ons zelfbeeld. Naast deze meer tastbare en ook veranderlijke kanten van het zelf zien we het innerlijk zelf, waarvan we een intuïtief idee bezitten dat het een zekere mate van continuïteit bezit 2). Naar dit innerlijk zelf, het zelf dat reflecteert op handelen, denken en gevoel gaat onze aandacht uit in de zoektocht naar zelf en zin, ook al is deze scheiding in wezen beperkend 3).

Bij Etty Hillesum kwamen we in het eerste deel veelvuldig reflecties op het innerlijk zelf tegen. In al haar dagboeken zien we aandacht voor een beweging naar binnen:

De bedreigingen van buiten worden steeds groter, de terreur stijgt met de dag. Ik trek het gebed om me heen als een donkere beschuttende muur, in het gebed trek ik me terug als in een kloostercel en treed dan weer naar buiten, “gesammelter” en sterker en weer bijeengeraapt. (...) Die innerlijke geconcentreerdheid richt hoge muren om mij heen op, waarin ik mezelf weer terugvind, me uit alle verstrooiingen weer bijeenraap tot een geheel. (p.380, 18 mei 1942)

Met deze ‘verstrooiingen’ beschrijft Hillesum een ervaring van een zelf dat uit delen bestaat die weer tot een geheel gevormd kunnen worden. Toch kunnen we ook de notie van een kern terugvinden bij Hillesum. We beluisteren een innerlijke dialoog en we zien als het ware een kracht waar Etty uit put en die sterker wordt. Zij voelt steeds beter wat van belang is, wat haar zelf zin geeft:

Verschuivingen. En alles uiterlijk blijft hetzelfde. En men kan niet spreken over die verschuivingen in zichzelf, omdat men zijn stem daarbij nog niet in bedwang heeft en omdat het te groot en bijna niet te dragen zou klinken. Een ding is wel zeker: men moet de voorraad liefde op deze aarde helpen vergroten. Ieder beetje haat dat men al aan het veel te vele haten toevoegt, maakt deze wereld onherbergzamer en

onbewoonbaarder. En van die liefde heb ik veel, heel veel, zo veel, dat ze werkelijk al mee kan tellen en niet meer te weinig is. (p.497, 4 juli 1942)

In een bron die we ook eerder tegenkwamen, Van de koele meren des doods van Frederik van Eeden, heeft de hoofdpersoon in de kindertijd de bijzondere ervaring 'een zelf te zijn'. Van Eeden beschrijft deze ontdekking van het zelf bij Hedwig de Fontayne als negen- a tienjarige: *Toch was zij in genen dele een droefgeestig kind (...) maar zij had wel, schoon onopgemerkt door ieder die haar kende, kortstondige tijden van in-zich-gekeerdheid, soms weinige minuten durend, waarin het was, alsof zij diep, diep in zichzelf zag, op onbegrijpelijke en beklemmende wijze. Dan prevelde zij haar eigen naam "Hedwig, - Hedwig Marga de Fontayne - ik, ik, ik - ik-zelf, ik ben Hedwig de Fontayne" en dan was het haar, alsof zij in afgronden zag, waarvan de diepte en ondoorgrondbaarheid haar den adem beroofde. (...) Op een namiddag in laatwinter, had Hedwig plotseling dat zelfinzicht op 't allersterkst gekregen. En deze maal gold haar als type of oerbeeld (voor) alle andere malen (...) 4).*

We zagen bij Van Eeden de tweespalt tussen het materiële lagere zelf en het immateriële hogere zelf. In bovenstaand voorbeeld lijkt Hedwig contact te maken met haar hogere zelf. Ze ontdekt het zelf als een diepte die niet te bevatten is, we zien de zwaarte van het besef een zelf te zijn. De volwassen Hedwig zal in zichzelf zoeken, ze verkent de tweespalt en het tijdelijke ik maakt de overgang naar het tijdloze zelf.⁵⁾ Volgens Van Eeden moet het lagere ik -het materiële- sterven om de weg naar het hogere ik -de goddelijke zin- te kunnen vinden.

Het idee van tweedeling binnen het zelf komen we in een andere vorm tegen bij William James. Hij wordt door velen beschouwd als de grondlegger van de moderne psychologie, waarin de zoektocht naar identiteit vorm krijgt. ⁶⁾ Eind 19^e eeuw maakte James het onderscheid in 'I' en 'me'. In het vermogen om afstand te nemen van onszelf zien we de tweedeling: 'Ik vergiste me'. Eigenlijk vinden wij het heel gewoon om over twee verschillende ik-figuren te spreken: het ik dat handelt (voelt, streeft, ziek is, etc.) en het ik dat daarnaar kijkt, zich over dat handelen, voelen, denken, een mening vormt (...) ⁷⁾. Het 'I' is het subject, het 'me' het objectieve deel van het zelf. Alleen het objectieve zelf is te kennen en te onderzoeken, het subjectieve zelf niet.

James noemde nog vier kenmerken die het 'I' bepalen: de invloed op de besluitvorming van de persoon (agency: geeft autonomie, eigenmachtigheid), het feit dat die persoon een uniek leven leidt (distinctness: geeft zekerheid van de individualiteit), de continuïteit van de eigen persoon in de tijd (continuity: geeft vertrouwen in onze duurzaamheid als persoon) en het feit dat hij zich van zichzelf bewust is (reflection: geeft zelfbesef, de betekenis van onze identiteit voor onszelf). James weet dat het proces tot wording van een volwassen 'I' haken en ogen kent, maar hij wijdt niet echt uit over mogelijke ontwikkelingsfasen, zo lezen we bij ontwikkelingspsycholoog Kohnstamm ⁸⁾. Ook geeft James weinig zicht op de invloed van anderen op het zelfbeeld.

De latere Amerikaanse psycholoog en filosoof, George Herbert Mead, kent wel een belangrijke rol toe aan het interpersoonlijke van het zelf. Mead stelde aan het begin van de vorige eeuw dat het zelf nadrukkelijk niet als een substantie gezien moet worden dat in een organisme gelokaliseerd is; het zelf is een mentaal proces dat onlosmakelijk verbonden is met sociaal handelen en door dit handelen wordt geconstitueerd.

Het zelfbewustzijn ziet Mead als het vermogen van mensen om te reflecteren op het eigen handelen. Het zelf ontstaat in relatie met en via anderen. Omdat er veel verschillende anderen

zijn, die veelal verschillend over ons denken, worden we geconfronteerd met een probleem van integratie en harmonisering van al die verschillende beelden van onszelf. We moeten daaruit de grootste gemene deler zien te vinden, via een proces van generalisatie. Het zelf is 'de gegeneraliseerde ander' zoals Mead het noemde. Dit proces is afhankelijk van communicatie, eerst in dialoog met anderen, daarna in de vorm van een innerlijke dialoog van het zelf met het zelf. Zo wordt het ik object voor zichzelf, ontstaat er een sociale interactie met zichzelf 9).

Over de invloedrijke theorie van Mead valt veel meer te zeggen 10), voor nu is het idee belangrijk van een zelf dat via reflectie ontstaat in een context van sociaal handelen. Mead toont ons een geleidelijke 11), stapsgewijze ontwikkeling van het zelf, waarin het zelf via taal steeds meer afstand kan nemen tot zichzelf als handelend wezen. Zo kan de reflectie op een steeds abstracter niveau plaatsvinden en ontstaat meer ruimte om vanuit verschillende perspectieven te kijken en te handelen. In dit vermogen kan ook betekenisverlening worden geplaatst. Het is een cognitief proces dat vooral gericht is op grip krijgen op de wereld om ons heen.12)

Voor ons is ook interessant dat Mead het idee van zelfrealisatie, het naar voren brengen van de individuele eigenheid, plaatst in een sociale context. Via het vermogen tot inleving komt het zelf tot ruimere perspectieven. Het kan zich verbinden met iets buiten zichzelf wat leidt tot zelfoverstijging. In deze zelfoverstijging zit een lijn naar zin. Zin veronderstelt een zelf, een ontwikkeld ik-gevoel en zelfbewustzijn, maar omdat je mens bent *in* een gemeenschap, zijn het individuele en het algemene belang bij Mead onlosmakelijk met elkaar verbonden. Zelf en zin kennen zo een vervlechting 13).

Het verschil tussen het meer rationele betekenisgeven en de zelfoverstijgende zin wordt mooi geïllustreerd bij Ety Hillesum in een proces van groei waarin het ik steeds meer groeit naar gemeenschap. *'Gemeenschap' is een woord dat past binnen Hillesums latere ontwikkeling, wanneer zij haar 'Ich-haftigheid' (zelfzuchtigheid) zo ver onder ogen heeft gezien en losgelaten, dat haar persoon zich heeft gevormd in 'overpersoonlijke' zin en in die richting zich verder ontwikkelt. Het gaan van haar eigen weg, waarin ze zich onafhankelijk maakt van uiterlijke en materiële bindingen, brengt eerst het idee van 'de gemeenschap' in beeld, later de concrete praktijk ervan in Westerbork 14).*

Wie ben ik? Zelf in context

Via Mead zagen we dat de vraag naar het zelf een vraag in een context is; de omringende werkelijkheid bepaalt onze blik op onszelf en ons denken over het zelf is in hoge mate sociaal en cultureel bepaald: de context en cultuur bepalen de reikwijdte van de vraag en het antwoord.

Om de huidige context beter te begrijpen, schets ik hier globaal de 'geschiedenis van het zelf', een zelf in een sterk veranderende context. Ik put uit 'Dialoog en misverstand' van de psycholoog Hubert Hermans 1), maar ik had ook een andere bron kunnen gebruiken. De basisgedachte komen we namelijk bij vele denkers tegen: bij de premoderne mens vormen zelf en zin een eenheid, bij de moderne mens zien we een zelf ontstaan dat zich-zelf samenstelt, voor de postmoderne mens dreigt fragmentatie van het zelf.

In de premoderne tijd wordt het zelf gezien als deel van een groter kosmisch geheel. Daarin is het zinvol ingepast als een klein deeltje, het levert zijn eigen bijdrage. Zelf en zin vormen een geheel dat niet ter discussie staat. We kwamen deze visie al tegen bij Van den Berk in zijn beschrijving van de oorsprong van de mystagogie en het symbolische bewustzijn, waarbij een symbool niet voor iets anders staat, maar zelf een werkelijkheid is, een ervaringswerkelijkheid. 2) Ook Peter Sloterdijk verwees naar de verwevenheid tussen zelf en zin in de premoderne tijd: “In deze tijd met een door God geschapen zeepbel (...) leefde de mens als kosmische middelpunt, troostrijk omringd door sferische gewelven en omhuld door warme hemelse mantels”³⁾.

Het moderne zelf vindt zijn oorsprong in de Verlichting en in die tijd van de Rede ontstaat een ‘zelf dat zichzelf definieert’. Hierdoor komt er diepe kloof tussen het zelf en de wereld, het cartesische dualisme tussen het denkende zelf (*res cogitans*) en de ruimtelijke wereld (*res extensa*)⁴⁾. De natuurlijke band met de kosmische orde is verbroken, het individualisme viert hoogtij. Er komt een tegengeluid als reactie op eigenbelang en materieel gewin, maar ook dit tegengeluid met nadruk op ruimte voor menselijke gevoelens, liefde en diepere expressie van het zelf, is weer een vorm van individualisme. Hermans verwijst naar socioloog Robert Bellah, die deze alternatieve vorm uit omstreeks het midden van de negentiende eeuw betitelt als “expressive individualism”⁵⁾. Hermans benadrukt dat het moderne zelf, hoe verschillend ook vormgegeven, gebaseerd is op de aanname dat het individu zijn grond en rechtvaardiging vindt in zichzelf en dat de ander geen intrinsiek deel uitmaakt van dit zelf.

In de postmoderne opvatting over het zelf is weer een tegengeluid te horen. Er wordt afstand genomen van het idee van een mens als een persoonlijkheid uit een stuk, de werkelijkheid is veel complexer. Nieuwe technologieën maken het mogelijk om contacten te onderhouden met een toenemend aantal personen, groepen en culturen. De selfmade man uit de moderne tijd wordt een zappende persoonlijkheid. Hermans ziet psycholoog Kenneth Gergen met zijn boek ‘The saturated self’ uit 1991 als een vertegenwoordiger van deze postmoderne stroming: “De postmoderne mens bevindt zich in een steeds fluctuerende veelheid van incoherente en onsamenhangende relaties die hem in ontelbare richtingen ‘uiteentrekken’”⁶⁾. In deze postmoderne benadering zien we de grote invloed van de hedendaagse netwerkmaatschappij, het beeld van een ‘pastische personality’ verschijnt: “(...) een sociale kameleon die voortdurend stukjes identiteit aan elkaar legt en dat doet op een grillige en ongeordende wijze”⁷⁾. Hermans ziet voordelen in de huidige tijd, maar merkt op dat de onoverzichtelijkheid wel toeneemt en zelf bedreigend kan worden.

We herkennen in deze geschiedenis van het zelf de ‘opdracht’ om -vanaf de moderniteit- het zelf vorm te geven en we zien dat de zinvraag dan meer en meer een persoonlijke kwestie wordt: wat vind ik van belang, wat is voor mij betekenisvol? We herkennen in bovenstaande beschrijving ook het effect van de vele invloeden op het zelf, of zoals Hermans het formuleert: “(...) een situatie waarin het zelf gefragmenteerd dreigt te raken en steeds meer bevolkt wordt door een verwarrende kakofonie van stemmen waarin elke richting verloren dreigt te gaan (...)”⁸⁾.

De filosoof Charles Taylor wijdt zijn boek ‘The sources of the self, The making of modern identity’⁹⁾ aan de invloed van de tijdgeest op noties van het zelf en aan de menselijke pogingen om zin en zelf met elkaar in verband te brengen. Taylor laat zien dat het idee van zelfverwerkelijking filosofisch en historisch diepere wortels heeft die verder gaan dan de schematische indeling premodern/ modern/ postmodern. We zien het socratische ideaal van ‘ken u zelf’ en het concept van zelfverwerkelijking bij Aristoteles. De romantische zoektocht

naar zelf-expressie en de eis van Nietzsche van 'worden wie je bent' zijn weer modernere vormen van zelfverwerkelijking. 10) Eenzelfde principe met steeds een eigentijdse invulling. Wel verdwijnen existentiële en morele vragen meer en meer naar de marge onder invloed van typisch moderne ontwikkelingen als verwetenschappelijking, individualisering, globalisering, zo toont Taylor. Koo van der Wal, oud-hoogleraar wijsbegeerte, formuleert het beslist: "Kortom, zoals zin het fluïdum is waarvan de premoderne voorstellingswereld doortrokken is- onzin is hier een randgeval van zin-, is in het moderne referentiekader het omgekeerde het geval: zin is daar een eilandje in een zee van onzin(...)"¹¹).

In deze eerste korte verkenning is het zelf beschreven als een constructie die via sociale beïnvloeding en zelfreflectie tot stand komt. Voor de vorming van het besef van eigenheid zijn anderen van belang, maar je definieert je-zelf, al is dat gevoel van identiteit in de postmoderne tijd verbrokken door vele invloeden van buiten. Zin en zelf zijn niet meer een min of meer vanzelfsprekende eenheid. Het zelf moet zin zoeken, in en ook buiten zichzelf. Juist via het vermogen zich in te leven in andere perspectieven zien we een lijn naar zin. Maar het inleven in anderen vergt een bepaalde openheid, een ontvankelijkheid, die in de veelheid van invloeden wel lastig te beteugelen lijkt. Dat kan het zelf uittrekken en zin doen vervagen.

De moderne opgave om zelf zin te vinden in het bestaan brengt de complexe vervlochtenheid van zelf en zin naar buiten. "Het eilandje in een zee van onzin" is vaak lastig te bereiken. Hierin zien we de sfeer van tweede zin weer terug: twijfel, vrees, wel willen, niet kunnen. Ook binnen de humanistische context, waar het zoeken naar zin mensenwerk is in een menselijke context, kan de vraag naar zelf en zin zich dwingend aandienen. De humanistische levensbeschouwing kent diepe wortels, maar mist het vastere aanbod van bronnen dat aan een religie mogelijk meer basis biedt.

2.2 De mens als verhalenverteller, twee visies op het zelf

De twee visies op identiteit die nu uitgebreid aan bod komen, kenmerken zich door een narratieve kijk op identiteit. De mens is een verhalenverteller, in het eigen verhaal komt het zelf als betekenisgevend individu naar voren. Eerst bekijk ik de psychologische visie van Hubert Hermans ¹⁾ op het dialogisch zelf en de daarbijhorende ZKM-methode. In het dialogisch zelf dragen vele tonen bij aan het 'eigen geluid'. Deze visie vergelijk ik met de narratieve visie van Dan McAdams ²⁾. McAdams ziet identiteit als een persoonlijke mythe die langzaam wordt ontwikkeld en geeft daarbij aandacht aan moraal als onderdeel voor een zinvol leven. De verschillen in benadering bij deze auteurs bieden een breder perspectief op het terrein tussen zelf en zin.

We bekijken hoe in deze visies de complexe vervlochtenheid van zelf en zin vorm krijgt. We vragen ons af: is zin 'gesitueerd in' het zelf? Is er een plek te ontdekken in het zelf voor tweede zin? Welke visie treffen we aan op de band tussen zelf en zin? We starten de zoektocht met Hermans en het dialogisch zelf.

2.2.1 Het dialogisch zelf, theorie en toepassing van Hermans

Het zelf in de visie van Hermans is geen samenhangende monoloog, het is een innerlijke conversatie. Deze conversatie brengt meerstemmigheid mee. Het zelf is een dialoog die gevoed wordt door de ervaringen van de verschillende stemmen in het zelf. Voor deze opvatting over het zelf maakt Hermans gebruik van de metafoor van de polyfone roman. Het individu leeft in een veelheid van werelden, die elk hun eigen auteur hebben. De verschillende auteurs vertellen een verhaal en met elkaar kunnen deze auteurs of ik-posities een dialoog aangaan. Het zelf is een 'Ik' dat zich tussen de verschillende posities beweegt.¹⁾

In dit meerstemmig zelf zijn twee fundamentele krachten werkzaam die een noodzakelijke bijdrage leveren aan de ontwikkeling van het zelf. Dat zijn de centrifugale en de centripetale krachten. De verschillende ik-posities zijn het resultaat van de centrifugale krachten: krachten die 'de blik naar buiten' richten. Tijdens de puberteit zijn deze krachten bijvoorbeeld oververtegenwoordigd. In deze fase is de persoon nog weinig geworteld in zichzelf en juist dan is het opdoen van uiteenlopende ervaringen en het onderzoeken van antwoorden van belang. De centripetale krachten vormen de blik naar binnen en komen tot uitdrukking in de zelfreflectie waarin de persoon de ik-posities samenbrengt en tot op zekere hoogte integreert.²⁾

Hermans meent dat het meerstemmig zelf niet past bij de postmoderne benadering. Hij noemt het dialogisch zelf dan ook een zelfstandige, vierde opvatting naast de premoderne, moderne en postmoderne opvattingen.³⁾ Deze vier fasen in zelfopvatting lopen volgens Hermans niet puur lineair, ook nu nog zien we nog elementen uit de premoderne visie in het zelf terug, bijvoorbeeld in het bijgeloof. In het dialogische zelf komen elementen uit de andere visies terug, maar dan wel met een ander accent.

Zo is de moralistische inslag van het premoderne zelf, waarbij het helder is waaraan het zelf moet voldoen, in het dialogische zelf terug te zien in de vorm van een ethische dimensie. Die

ethische dimensie toont zich in het “streven om misverstanden tussen individuen, groepen of culturen te erkennen en te transformeren in een richting van wederzijds begrip en respect”⁴).

De autonomie, kenmerkend voor het moderne zelf, zien we terug in de relatief autonome ik-posities in het dialogisch zelf. De verschillende stemmen in de dialoog kunnen een eigen verhaal vertellen. Belangrijk verschil is dat in het dialogisch zelf autonomie niet betekent een afgrenzing van de ander, zoals we dat zien bij het moderne zelf dat echt dualistisch van aard is. In de dialogische benadering is het dualistische opgelost: de ander is intrinsiek deel van het zelf: ”De ander is constituerend voor het zelf”⁵).

Vanuit de postmoderne visie op het zelf herkennen we in de dialogische theorie de decentralisatie van het zelf, maar de dialogische visie “ontkent dat daarmee het einde van het subject als zichzelf vormgevende kracht is ingeluid”. Vele invloeden en fragmentatie zijn een feit, maar er blijft een kracht in het zelf werkzaam die “in staat is op basis van de ‘fragmenterende’ ervaringen iets te smeden dat een uitdrukking is van de persoonlijke en creatieve mogelijkheden van het individu”⁶).

Hermans legt uit dat het juist de afwisselende werking van centrifugale en centripetale krachten is die het gevoel van eenheid en continuïteit oproept. De vele ik-posities zijn het resultaat van de centrifugale krachten. Naast het toelaten van vele invloeden, moet er binnen het zelf sprake zijn van ruimte voor verwerking, voor een proces van verinnerlijking. We kunnen hier de ‘eis’ lezen dat er een bepaald evenwicht moet zijn in de werking van de krachten.

Een treffend voorbeeld van het evenwicht in de innerlijke krachten vinden we bij Etty Hillesum:

*(...) De vele tegenstrijdige indrukken van buiten verdragen zich alle wonderwel met elkaar. De innerlijke ruimte kan steeds meer omvatten en de vele tegenstrijdigheden benemen elkaar niet meer het leven, ze leven elkaar ook niet in de weg (...)
Mijn eigen diepere leven hoef ik niet meer vol schaamte te verloochenen in frivole en oppervlakkigere momenten. Het krachtige centrum zendt z'n stralen uit, ook naar de verste periferieën. (p.232/3, 9 januari 1942)*

In deze beschrijving van “het krachtige centrum dat z'n stralen uitzendt” kunnen we de invloed van de psychoanalyticus Carl Jung zien. In deze periode las Etty regelmatig in zijn werk: *M'n Oudejaarsavond breng ik door met Jung en tulband (...)* (p. 219, 31 december 1941).

Ook in het werk van Hermans is de invloed van Jung terug te vinden bij het beschrijven van de dynamiek van het zelf. *Het zelf was voor Jung een eenheidsstichtende instantie in de menselijke persoonlijkheid. Deze eenheid kan slechts benaderd worden door een ontwikkelingsproces te doorlopen waarin men de tegenstellingen in het menselijk leven bij elkaar probeert te brengen (bijvoorbeeld bewust-onbewust, ratio-intuïtie, mannelijkheid-vrouwelijkheid (...)) [Het samengaan van tegenstellingen] vindt plaats vanuit een centrum in de psyche dat wordt voorgesteld door het middelpunt van een cirkel. Wanneer dat middelpunt wordt benaderd, wordt het gehele ervaringsveld erdoor beïnvloed. Dit wordt in Jungiaanse kringen wel voorgesteld met behulp van het symbool van de zon. De zon als middelpunt is niet louter een punt op zichzelf, maar straalt uit naar alle kanten tot in de periferie* ⁷).

Hermans legt het verband met deze Jungiaanse inzichten en de eigen visie op de werking van het zelf: *Deze wijze van voorstellen helpt ons te realiseren dat ons waarderingsleven als geheel beïnvloed wordt door het proces van verinnerlijking. (...) het centrum van de cirkel, die de kern van onze ervaringen voorstelt en waar zelfbevestiging en eenheid en ook positief en negatief elkaar raken. Dit raken kan enkel plaatsvinden als we een proces van verinnerlijking doorlopen dat in de richting gaat van het middelpunt. (...) gaat dit punt stralen in de richting van alle delen van de persoonlijkheid die erdoor worden verlicht. Hierbij verdwijnen de tegenstellingen niet. Ze blijven deel uit maken van onze veelvormige en rijkgeschakeerde ervaringswereld 8).*

Kantttekeningen bij de visie van Hermans

Hermans schetst een beeld van het dialogische zelf dat niet los staat van eerdere opvattingen over het zelf, maar dat deze opvattingen op een eigen wijze in zich opneemt. Kenmerkend is de open, dialogische houding, de ‘oplossing’ van de dualistische relatie met de ander en van de fragmentatie van het zelf; exploratie en integratie zijn de werkzame krachten die laten ontdekken en die verbinden. Het zelf heeft minder scherpe grenzen en biedt allerlei mogelijkheden voor nieuwe invloeden.

In deze visie treffen we een mens- en wereldbeeld dat past bij de humanistische visie als open levensbeschouwing met autonomie en verbondenheid als belangrijke pijlers. Het zelf geeft veel ruimte aan andere invloeden, schept daarmee mogelijkheden en tegelijk wordt integratie in het zelf, innerlijke kracht, belangrijk gevonden.

De vraag rijst wel of de dialogische visie op het zelf niet te veel uit gaat van een hoogstaand ideaal. In de wens het dualistische in het zelf op te lossen, komen we uit bij een zelf als gemeenschap van gesprekspartners. Dat brengt veel leven in het zelf en biedt perspectieven voor zin. Maar zal in die gemeenschap van gesprekspartners niet gemakkelijk een strijd ontstaan waarbij de ene stem de andere overvleugelt of waarin te veel invloeden hoorbaar worden? We kwamen bij de beschrijving van het postmoderne zelf de fragmentatie tegen met “de verwarrende kakofonie van stemmen waarin elke richting verloren dreigt te gaan”. Is de ‘Ik’ in het dialogisch zelf in staat deze fragmenterende invloeden te weerstaan? Er lijkt nogal wat verwacht te worden van de dialogische vaardigheden van het zelf: empathie, doorvragen, luisteren, verstaan en het vermogen tot integratie, verinnerlijking. We zien ook dat de centripetale krachten, ‘de blik naar binnen’, hoge eisen stellen aan zelfreflectie. Wat als die vaardigheden niet voldoende voorhanden zijn? Als er binnen het ‘Ik’ maar weinig kracht is om flexibel te bewegen?

Ik meen dat de vraag naar (dis)continuïteit in het zelf belangrijk is, juist ook als we willen kijken naar tweede zin. Hierin neemt het besef van eindigheid en twijfel een belangrijke plaats in. Het brengt contrasterende ‘tonen’ met zich mee, zoals zoeken naar houvast en innerlijke wijde, verlamming, isolement versus antwoorden willen verkennen. In deze veelheid komen we dicht bij fragmentatie uit.

De Jungiaanse inzichten die verwerkt zijn in het dialogisch zelf scheppen in de dreigende fragmentatie wel weer een bepaalde orde. Enerzijds stellen deze inzichten hoge eisen aan het zelf, met de eis van flexibiliteit waarmee ontvankelijkheid en integratie elkaar afwisselen. Anderzijds relativeren de inzichten ook een bepaald ‘ongemak’ dat in tweede zin wordt

vertolkt: het onvermogen om zinvolheid te ervaren. Het opnemen van tegenstellingen in het zelf, de omgang met de mindere kanten, wordt in het dialogisch zelf als positief beschreven: alle delen van het zelf worden belicht, tegenstellingen verdwijnen niet. Zo kunnen ook dissonanten een volwaardige plek binnen het zelf vinden.

Het zelf van Hermans biedt een theoretisch kader om tweede zin in te plaatsen, maar het dialogische zelf stelt hoge eisen aan de ‘gebruiker’. Of tweede zin ook echt in de vele tonen binnen de dialoog zal worden gehoord, blijft een open vraag.

ZKM: zelfonderzoek via persoonlijke reconstructie en waardering van gevoelens

Hermans e.a. ontwikkelden eerder een praktische methode voor zelfonderzoek, de zogenaamde zelfkonfrontatiemethode (ZKM)¹). Informatie over deze methode geeft ons meer zicht op de werking van het dialogisch zelf.

De ZKM-methode is een zelfonderzoek. Mensen worden in de gelegenheid gesteld hun verhaal te vertellen en te wegen. Ze praten over verleden, heden en toekomst en zoeken -in dialoog met de gesprekspartner- naar ervaringen die een bijzondere persoonlijke betekenis hebben. Deze betekenissen worden ‘waardegebieden’ genoemd. Die waardegebieden zijn een persoonlijke interpretatie, een persoonlijke reconstructie. Ze geven een referentiekader voor de eigen keuzen en beslissingen. Het verhaal dat ontstaat aan de hand van waardegebieden, geeft aan hoe mensen hun eigen leven waarnemen en waarderen. Die waardering gaat via het scoren van emoties: per waardegebied wordt bepaald in welke mate dat een gevoel oproept als eigenwaarde, kracht, trots, tederheid, liefde, zorgzaamheid etc.

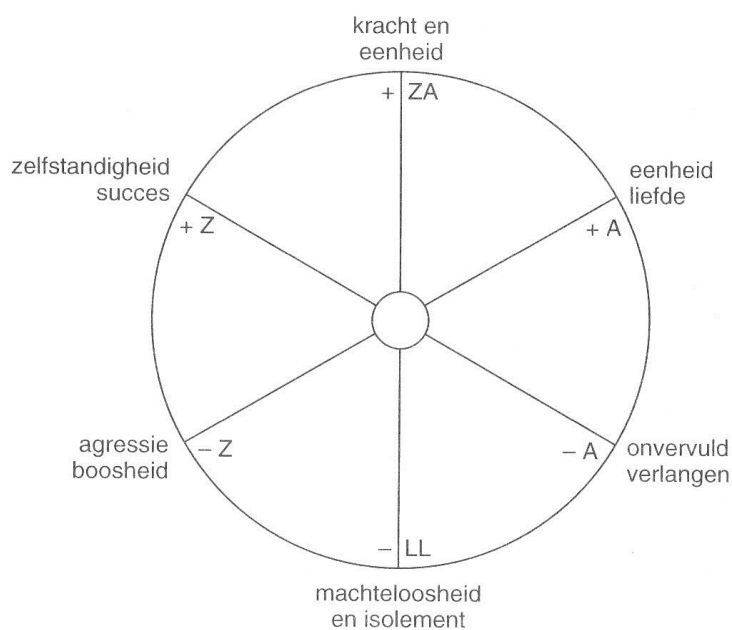
In ieder persoonlijk verhaal zijn steeds twee grondmotieven te vinden: het Z-motief en het A-motief. Het Z-motief verwijst naar de kracht in mensen om te streven naar versterking van de eigen positie, invloed op de omgeving via daadkracht, autonomie, erkenning van eigen kunnen, zelfhandhaving, zelfverdediging en expansie. Vanuit het Z-motief ervaart de mens zich als ‘op zichzelf staand’. In negatieve zin kan Z zich uiten in boosheid en agressie en machteloosheid en isolement. In het A-motief zien we het verlangen van mensen naar verbondenheid met een ander, zich aan iemand overgeven of zich openstellen voor de omgeving. Vanuit het A-motief ervaart de mens zich ‘als deel van een groter geheel’. In negatieve zin kan dit zich uiten in onvervuld verlangen, machteloosheid en isolement.

In het vertellen van het levensverhaal en het formuleren van de waardegebieden met daarbij de gevoelde emoties, komen de latente motieven naar buiten. Soms overheerst het A-motief, soms het Z-motief, soms zijn beide motieven te zien. Deze grondmotieven zijn fundamentele motieven, ze komen voor bij alle mensen en sturen het ervaringsproces: dit is waar we als mens op uit zijn. We herkennen hier in het zelf een brede koepel van zin, met positieve en negatieve zijden.

De strijd tussen eenheid (Z) enerzijds en contact met anderen (A) anderzijds vraagt om omgang met de ambiguïteit in onszelf. Ambiguïteit is de ervaring, zo stelt Hermans, dat de bedoeling van de grondmotieven nooit ten volle te bereiken valt. We kunnen nooit helemaal een eenheid ervaren en ook verbondenheid zal altijd worden gedwarsboemd door die andere grondkracht in het zelf, de wens naar eigenheid. Het omgaan met de ambiguïteit in ons bestaan is van belang voor het welbevinden in het zelf.

Hermans beschrijft drie manieren in het omgaan met het algemeen menselijk gegeven van ambiguïteit. De ambiguïteit kan geïntensiveerd of aangescherpt worden. In het Z-motief leidt dit tot geforceerd volhouden, streven naar het niet-haaltbare. Dit kan leiden tot agressie of destructie. In het A-motief zien we bij aanscherping van de ambiguïteit sociaal isolement en de ervaring van 'fugit amor', het onvervulde verlangen naar de onbereikbare geliefde. Het is ook mogelijk de ambiguïteit te ontkennen. Dit kan leiden tot illusies. In het Z-motief is zo'n illusie bijvoorbeeld 'ik heb wel alle mogelijkheden' of 'ik ben slachtoffer van de situatie'. In het A-motief leidt ontkenning van de ambiguïteit tot volledige, onkritische overgave aan een ander of tot isolement door het onvermogen tot nabijheid. De psychische meest gezonde reactie is volgens Hermans erkenning van de ambiguïteit. Ambiguïteit biedt kansen en beperkingen. Het weet hebben van de polariteit in het bestaan en daar rekening mee houden, vergroot de ruimte voor positieve ervaringen.²⁾

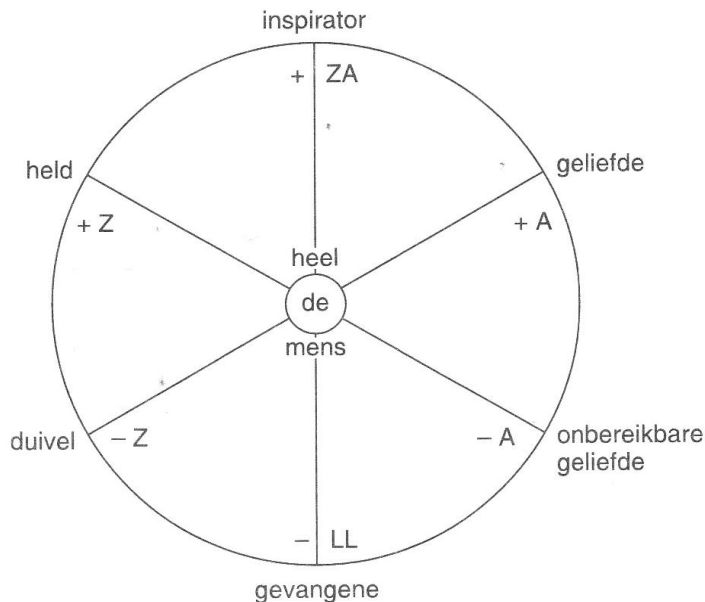
De uitkomsten van het ZKM-onderzoek worden statistisch onderbouwd. In een cirkel waarin de positieve en negatieve gebieden staan afgebeeld, kan worden afgelezen welke kanten van de persoonlijkheid te weinig of te veel aan bod komen. Ook kan met de uitkomsten van het onderzoek contact gemaakt worden met verborgen delen en verbanden in het eigen verhaal.



Figuur 1: de cirkel met typen waardegebieden ³⁾

In het bovenste deel van de cirkel vinden we de positieve waarderingen terug. Van links naar rechts volgen we het patroon van nadruk op Z, zelfstandigheid en succes, naar de combinatie van Z en A, met gevoelens van kracht en eenheid. Daarnaast zien we de nadruk op A, die eenheid en liefde geeft. In het onderste deel van de cirkel zien we negatieve waarderingen. Een negatieve waardering van Z uit zich in agressie en boosheid, negatieve gevoelens aan zowel de Z-kant als de A-kant van het zelf uit zich in machteloosheid, isolement. Het symbool -LL dat hierbij hoort, verwijst naar lage zelfbevestiging en lage eenheid met de ander. Aan de A-kant krijgen negatieve gevoelens de vorm van onvervuld verlangen.

Naast deze algemene beschrijving van waardengebieden is er ook een meer aansprekende typering in termen van oertypen in de literatuur. In mythen, sagen en andere verhalen herkennen we de beelden van de held, de inspirator, de onbereikbare geliefde etc. Deze typen kunnen we koppelen aan waarderingen.



Figuur 2: oertypen in de literatuur verbeeld in de cirkel van waardegebieden 4)

Hermans stelt dat het belangrijk is de dynamiek van de hele cirkel te gebruiken: “Het leven en doorleven van al deze variaties en contrasten doet ons een weg gaan die, met vallen en opstaan, spiraalvorming naar het midden leidt”⁵⁾. Het midden van het zelf is een streefdoel, een oriëntatiepunt: *Het middelpunt waarin de tegenstellingen samenkomen, kent als oertype de figuur van de heilige (...). De oorspronkelijke betekenis van het woord ‘heilig’ gaat terug op het Griekse ‘holos’ dat ‘geheel’ betekent. De benaming ‘heel de mens’ komt dan het dichtst in de buurt van wat hier bedoeld wordt. Sleutelwoorden zijn: verstillings, geworteld zijn, diepte en richting* ⁶⁾.

Een ZKM-onderzoek geeft ruimte aan contact met de meerstemmigheid van het zelf en met de bewegingen daarin. In het toekennen van waarderingen aan gebeurtenissen in het eigen verhaal, zien we zin en zinloosheid oplichten. Het zelf kijkt naar binnen en voelt wat een gebeurtenis betekent. Juist het scoren van de gevoelens leidt tot ontdekkingen. Kanten van het zelf die tot nu toe in minder samenhangende patronen waren verborgen, komen -in dialoog met de begeleider- naar voren en dat zorgt voor meer (be)grip en compositie van het eigen verhaal. Vanuit dergelijke inzichten kan een kiem van verandering tot groei komen. Het zelfonderzoek wordt na verloop van tijd herhaald om te bekijken of er veranderingen in de waardering te zien zijn.

Het mensbeeld van de ontwikkelaars van ZKM is optimistisch. Factoren als erfelijkheid, milieu, context worden onderkend, maar in het mensbeeld is er veel plek voor zelforganisatie: doelen stellen en keuzen maken. Het ontwikkelen van de persoonlijkheid en het doorvoeren van veranderingen is in de visie van Hermans dus zeker mogelijk. Het doel van

zelfontwikkeling is om de grondmotieven Z en A zo tot ontwikkeling te brengen dat de persoon flexibel heen en weer kan bewegen van zelfbevestiging naar verbondenheid. Het zijn de polen van zin in het zelf.

Het dialogisch zelf als brede basis voor zin

Wat brengt de visie op het dialogische zelf en de ZKM-methode ons in de zoektocht naar tweede zin? We hebben gekeken hoe de complexe vervlochtenheid van zelf en zin vorm krijgt. Drie vragen stonden centraal: is zin ‘gesitueerd in’ het zelf? Is er een plek te ontdekken in het zelf voor tweede zin? Welke visie treffen we aan op de band tussen zelf en zin?

In het dialogisch zelf en in de praktische uitwerking in de ZKM-methode, zien we de vervlochtenheid tussen zelf en zin goed terug. De innerlijke conversatie biedt ruimte voor vele geluiden, ook voor het ‘geluid van tweede zin’. De stem van twijfel, waarin verlangen hoorbaar is maar ook angst, vanuit gemis en onvermogen. Juist in het opnemen van tegenstellingen in het geheel van het zelf, zien we een plek van tweede zin. Tegenstellingen verdwijnen niet, ze mogen deel uit maken van de “veelvormige en rijkgeschakeerde ervaringswereld”¹).

In de grondmotieven van het bestaan zien we het zelf terug als een beweging tussen autonomie en verbondenheid. Via het toekennen van de waarderingen aan de onbewuste strevingen krijgt de zinervaring een naam. Als we het geluid van tweede zin in de cirkel van waarderingen plaatsens, dan zou vooral het A-motief, in de rechterkant van de cirkel, oplichten. In dit motief zien we een lijn naar onvervuld verlangen, machteloosheid en isolement. In mindere mate is er een lijntje naar de ervaring van liefde en eenheid. Daarvan kan in tweede zin een glimp te zien zijn, maar meestal overheerst de twijfel. Het Z-motief krijgt waarschijnlijk minder ruimte bij het geluid van tweede zin: kracht en eenheid, zelfstandigheid en succes passen er niet bij. Agressie en boosheid, de negatieve kant van het Z-motief, zal bij vlagen de toon van tweede zin domineren, maar het accent lijkt te liggen op andere emoties.

De visie van Hermans om flexibel de hele cirkel te leren benutten sluit aan bij de eerder besproken gedachte dat ‘de andere kant van zin’ een niet te verwaarlozen waarde bevat. We zien hier de aanname dat compleetheid en flexibiliteit wezenlijk zijn om te komen tot ontplooiing en verhoging van de kwaliteit van het bestaan. Het streven naar bijvoorbeeld alleen (positieve) ZA-ervaringen waarin kracht en eenheid samenkomen, lijkt op het eerste gezicht vanzelfsprekend, maar dat doet geen recht aan de veelheid van positieve en negatieve ervaringen. Het kunnen erkennen en toelaten van negatieve ervaringen maakt completer.

Dit rechtdoen aan alle ervaringen blijkt een voortschrijdend inzicht bij de auteurs: *Jaren geleden waren we (...) van mening dat het hoofddoel van het leven gelegen is in het bereiken van geluk. Om die reden hechtten we veel waarde aan de positieve waardegebieden (...) Maar we zijn de eenzijdigheid van het streven naar geluk gaan inzien, met name omdat dit kan onttaarden in een ‘happiness-industry’ en in allerlei geforceerde vormen van ‘positief denken’. We realiseren ons nu ook dat de positieve waardegebieden (de drie bovenste gebieden van de cirkel) niet los gezien kunnen worden van de negatieve waardegebieden (de onderste drie gebieden). De rijkdom aan facetten en het tot ontwikkeling brengen van een kern daarin, is een meer essentieel criterium dan geluk alleen 2).*

In het dialogisch model heeft het levensverhaal een open einde. De stemmen in de interne dialoog krijgen ruimte zodat steeds op creatieve wijze nieuwe mogelijkheden en perspectieven worden ervaren. Daarmee biedt dit model een brede basis voor zin. In de visie om het leven in heelheid te leven, zien we een benadering van menselijkheid die aanspoort tot zoeken, maar ook tot aanvaarden en het vinden van omgang met wat zich aandient.

2.2.2 Het zelf als mythe, theorie en toepassing van McAdams

“You must know my story, for my story defines who I am”¹⁾. Bij McAdams is de narratieve visie op identiteit met meer nadruk uitgewerkt dan we zagen bij Hermans. McAdams noemt het levensverhaal een persoonlijke mythe: van de verschillende delen van ons zelf en ons leven wordt een doelgericht en overtuigend geheel geconstrueerd. Met dit vertellen van het eigen verhaal kunnen mensen hun vaak wat gefragmenteerde ervaringen ordenen. Via verbeeldingskracht integreren we het verleden, zoals we ons dat herinneren, het heden zoals we dat nu waarnemen en de verwachte toekomst tot een verhaal.

Die persoonlijke mythe is geen verzinsel. Naar analogie van de mythe als een heilig verhaal dat een waarheid over het leven bevat, is de mythe bij McAdams een drager van waarden en een persoonlijke waarheid. Juist omdat de wereld om ons heen geen vanzelfsprekende mythes meer voortbrengt, McAdams spreekt over een “existential nothingness”, moeten een eigen betekenis en waarheid worden gecreëerd waaraan we ons leven kunnen wijden. Dit is geen narcistisch project, maar een “ongoing act of psychological and social responsibility”²⁾.

Betekent de uitspraak “my story defines who I am” dat het zelf bij McAdams gelijk is aan een geconstrueerd verhaal? De titel van zijn boek *The stories we live by, personal myths and the making of the self* lijkt deze vraag bevestigend te beantwoorden. Bij nadere bestudering blijkt dat in de visie van McAdams een sterk idee van maakbaarheid te vinden is.

De persoonlijke mythe ontwikkelt zich langzaam. Alle verhaalonderdelen hebben een rijpingstijd. De identiteit ontstaat niet in de eerste levensjaren, maar pas vanaf de jong volwassenheid, omdat daarvoor nog geen besef is van wat een verhaal behelst. Ook wordt er nog niet gedacht in termen van een levensverhaal. McAdams verwoordt dit resoluut: “(...) before adolescence, we have no life story. We have no identity”³⁾. Ook bij Hermans zagen we de visie dat het zelf zich maar langzaam ontwikkelt en dat in de adolescentie nog weinig worteling is ⁴⁾.

In de jonge jaren wordt wel al de basis gelegd voor de persoonlijke mythe met de narratieve toon. Dit is de onbewust en non-verbale basishouding die een kind aanneemt ten opzichte van zichzelf, de ander en de omringende wereld. McAdams noemt optimisme en hoop als de narratieve ondertoon bij veilige gehechte kinderen. Bij onveilige hechting krijgt de narratieve toon een pessimistische klank: de wereld is onvoorspelbaar en verhalen zijn gedoemd slecht af te lopen ⁵⁾. Ook belangrijk in de voorfase van het narratieve zelf is de setting. De setting ontstaat door ideologische vorming die vooral in adolescentie plaatsvindt, zo meent McAdams. In de ideologie zien we wat voor iemand ‘goed en waar’ is. Het ontwikkelend zelf creëert een morele context en de persoonlijke mythe krijgt hiermee een eigen ethische, religieuze en epistemologische tijd en plaats ⁶⁾. Deze expliciete morele bedding bevat een belangrijk element voor het denken over zelf en zin.

Net als bij Hermans is het zelf bij McAdams een drukke plek. De “multiplicity of the self” is hier niet een interne dialoog van vele stemmen binnen het zelf, maar bestaat uit de verschillende “stock characters in our story”. Het moderne leven vraagt veel en kent vele invloeden. Samenhang en doelgerichtheid is daarom gewenst. “Social selves”, de rollen die we vervullen, maar ook de “possible selves”, de gewenste of gevreesde zelfbeelden, waarin we volgens McAdams onze behoeften en angsten terugzien, worden in het levensverhaal in een verband gebracht, ze krijgen “form, function and voice”⁷⁾. De verschillende rollen komen

samen in een imago of karakter dat een eenheidsvormende, overkoepelende instantie is. Voorbeelden van imago's zijn 'the clown', 'de gestudeerde zus', 'de harmoniezoeker' etc.

Voor McAdams is een dialoog in het zelf wel mogelijk, maar dan opgevat als "a complex set of imaginal dialogues involving different imagoes developing over narrative time"8). Tussen de imago's of karakters kan natuurlijk spanning ontstaan, juist omdat ze contrasterende kanten van het zelf in het verhaal vertegenwoordigen. Een imago is niet te vergelijken met de archetypen van Jung. Die archetypen hebben door het collectief onbewuste te veel het idee van onontkoombaarheid in zich 9). Imago's bij McAdams ontwikkelen zich langzaam en zijn een eigen creatie die ontstaan door reflectie, de eisen die de omgeving van een volwassene stelt en de culturele overdracht van beelden. Vaak belichamen imago's externe rolmodellen of belangrijke andere personen uit ons leven. Hierin herkennen we Mead met zijn visie op het zelf waarin de 'gegeneraliseerde ander' zo'n grote rol speelt.

De verschillende imago's zijn onder te brengen in de centrale thema's van levensverhalen: macht en liefde of meer algemeen: 'agency' en 'communion'. Het imago van de 'zorger' reikt naar beide thema's, zowel agency als communion. De 'reiziger' past vooral onder agency, de 'vriend' onder communion. Het imago van de 'overlever' en de 'vermijder' wordt geclassificeerd als laag in agency en laag in communion. In deze centrale thema's van levensverhalen zien we het Z- en A- motief van Hermans, de grondmotieven in het bestaan. Ook in de imago's herkennen we enkele prototypen uit de literatuur die Hermans in de cirkel van het zelf plaatste zoals de held en de geliefde.

Imago Types: Some Common Characters in Personal Myth

Agentic and Communal

The Healer
The Teacher
The Counselor
The Humanist
The Arbiter

Agency

The Warrior (Ares)
The Traveler (Hermes)
The Sage (Zeus)
The Maker (Hephaestus)

Communion

The Lover (Aphrodite)
The Caregiver (Demeter)
The Friend (Hera)
The Ritualist (Hestia)

Low in Agency, Low in Communion

The Escapist
The Survivor

Figuur 3: voorbeelden van imago's in de persoonlijke mythe 10)

De persoonlijke mythe heeft naast inhoud ook een vorm. We zagen al de ontwikkeling van de narratieve toon en setting in de jonge jaren. De verhaalvormen die McAdams noemt zijn: de komedie die de luchtigheid van de lente in zich draagt, de romance die wordt bepaald door de zomer met passie en warmte. De tragedie geeft een meer pessimistische toon die we terugvinden in de herfst met verval en vergankelijkheid. Het winterseizoen zien we terug in de

ironie: in deze verhaalvorm wordt een omgang gezocht met de ambiguïteit en complexiteit van het menselijk bestaan. Een persoonlijke mythe bevat vaak een mix van vormen.

Gedurende ons hele leven werken we aan de persoonlijke mythe, steeds weer wordt er wat bijgeschaafd en ingevoegd. Er kunnen nieuwe karakters worden toegevoegd, het verleden kan anders worden bekeken en de verwachtingen voor de toekomst worden wellicht bijgesteld. Binnen alle verandering is het verhaal een eenheidschepende constante.

McAdams kan geen pasklaar antwoord geven op de vraag wat een goede persoonlijke mythe inhoudt, maar wel geeft hij criteria waaraan een mythe ideaal gezien moet voldoen. Dit ideaal betreft toenemende coherentie, een houding van openheid tegenover verandering en groei, geloofwaardigheid, differentiatie in details, karakters en thema's, verzoening tussen conflicterende kanten van het zelf. Het laatste criterium om te beoordelen of een mythe zich goed ontwikkelt, is het principe van generativiteit, het vermogen bij te dragen aan de groei van een ander en een groter geheel.

McAdams maakt deze eis van generativiteit voor een goede mythe, een goed leven, expliciet: *This is a book about the self, about how selves are made through narratives. A major message of the book, however, is that selves are made in a social context. The stories we live by have their sources within our imaginations on our personal experiences, and in the social world wherein we live and tell. Society has a stake in the stories we make. (...) From the standpoint of society and, indeed, the earth at large each of us has a responsibility to live a myth that enhances the world we live in* 11).

In deze boodschap van McAdams om als individu een bijdrage te leveren aan de verbetering van de wereld, zien we aansluiting bij het humanistisch gedachtegoed. *Eigen aan de humanistiek is dat manieren waarop mensen zin geven aan hun leven kritisch bevraagd worden in het licht van een rechtvaardige en solidaire samenleving. Omgekeerd wordt de inzet voor een humane samenleving kritisch onderzocht. Een individu moet in een beoogde samenleving een zinvol bestaan kunnen opbouwen, en het streven naar een meer humane samenleving tegen allerlei gevestigde belangen in, mag niet verworden tot fanatisme. Alleen in dit spanningsveld kunnen humanistische waarden geconcretiseerd worden* 12). Een egogerichte, hedonistische zin past niet in een humanistische levensovertuiging, die is doordacht en verantwoord.

De narratieve theorie van McAdams in de praktijk

In 'The stories we live by' vinden we geen uitgewerkt zelfonderzoek waarmee de theorie wordt toegepast, zoals we dat bij Hermans zagen. McAdams schetst beknopt de mogelijkheid om het wetenschappelijk interviewmodel te gebruiken in eigen beheer. Dit interview moet bij voorkeur worden afgenomen door een toegewijde, niet-oordelende luisteraar. Het vertellen van het eigen verhaal in deze context kan leiden tot meer zelfinzicht.

In het interview worden vragen over het narratieve raamwerk gesteld: de 'hoofdstukken' in het leven worden chronologisch of thematisch geordend. Ook sleutelmomenten en significante anderen in het leven komen aan de orde. Via details en vertelwijze over de hoogte- en dieptepunten en jeugdherinneringen en imago's kunnen verhaalthema's oplichten.

Vragen naar de toekomst, verwachtingen, hoop en ideologie kunnen een breder zicht geven op de eigen mythe en op gewenste veranderingen.

Als er echt sprake is van een wens tot diepe transformatie, dan is een narratief interview geen effectief hulpmiddel meent McAdams. Dan moet op gestructureerde wijze nieuw narratief materiaal worden opgediept om de identiteit -opnieuw- vorm te geven: “We can never go back to the past to find the personal myth that has been waiting for along. The stories we live by are made, not found”¹⁾).

Kanttekeningen bij de visie van McAdams

Het werk van McAdams is lezenswaardig. De voorbeelden zijn talrijk en tonen helder de mogelijkheden van de narratieve metafoor voor een mensenleven. McAdams toont het samengaan en strijden van agency en communion in het levensverhaal, de combinatie van karakters die in het verhaal een rol spelen en hij laat ons kennis maken met varianten in verhaalvormen, perspectief en setting. Deze narratieve visie op het zelf biedt de lezer vrij eenvoudig een mogelijkheid tot spiegelen. De visie van McAdams past ook goed binnen een humanistische context door het sterke accent op het menselijk vermogen om het leven in te richten, zin te ontdekken en een bijdrage te leveren aan de omringende wereld.

Toch heb ik ook vragen bij deze benadering van het zelf. Ik meen dat het idee van maakbaarheid in dit werk zwaar wordt aangezet. Een voorbeeld: *To make meaning in life is to create dynamic narratives that render sensible and coherent the seeming chaos of human existence. To fail in this effort of mythmaking is to experience malaise and stagnation that come with an insufficient narration of human life* ¹⁾. Ik zie in deze toon te weinig een erkennen van het menselijk tekort, te veel wordt de nadruk (schuld?) gelegd bij de mythemaker die niet goed genoeg ‘werkt aan zijn verhaal’.

Ook zien we nogal vaak het denken in stadia en eisen vanuit de samenleving of de aanname dat iets ‘op tijd’ is of niet. Ik vind dat jammer, het denken in levensloopstadia geeft al snel een nadruk op ‘vooruitgang’ als beste optie en laat minder ruimte voor het aanvaarden van het uitzonderlijke, het mindere, dat ook eigen is aan het leven. Aan de weerbarstige werkelijkheid wordt zo geen recht gedaan.

McAdams zegt zich bewust te zijn van cultureel bepaalde aannames, gedomineerd door westerse middenklasideeën ²⁾ als vrijheid, autonomie, onafhankelijkheid, verantwoordelijkheid. Hij geeft ook toe dat er bij alle maakbaarheid een beperking is: ”A person must do the best he or she can with whatever is at hand. There is no purely ‘self-made’ men or women. In life, as in myth, we can never transcend our resources”³⁾.

Ondanks dit bewustzijn ervaar ik te weinig ruimte voor de ongrijpbare en tragische kant van het leven. De narratieve theorie van McAdams geeft graag houvast. Hier een voorbeeld van een verklaring voor het onbehagen in het zelf dat nogal simplistisch wordt voorgesteld: *In the preceding examples, identity malaise results most generally from difficulties in making wholehearted commitments to vital life projects. Wholehearted commitment in life and in myth requires a fundamental faith in some aspects of the human enterprise* ⁴⁾. Een dergelijke ‘verklaring’ doet weinig recht aan een mogelijk veel complexer verhaal.

Een tendens naar optimisme en daarmee naar een bepaalde oppervlakkigheid zien we in het hele boek terug. Hier een voorbeeld uit het slot, waar McAdams spreekt over de post-mythische jaren, de jaren van ouderdom. Ik mis hier opnieuw aandacht voor de mogelijke ‘andere kant’ van het verhaal: *For years and years, we struggle to create ourselves through myth. The struggle is necessary and good. It is the glory and dream of human life. We are given but one opportunity to create a self and a world, and it is both joy and our responsibility to make the most of that opportunity. Having taken up the challenge in all earnestness and vigor, we eventually let it go in our last, postmythic years. We accept in return the product of our strivings. We look back and cherish the personal myth with the faith that what we have done and what we have made are worthy gifts* 5).

Ook de toepassing van de narratieve theorie in het levensverhaalinterview vind ik oppervlakkiger dan de ZKM-methode van Hermans. Enerzijds ligt dat voor de hand: de ZKM-methode is immers een psychologisch onderzoek, de methode van het levensverhaal is een beknopte versie van een wetenschappelijke methode voor privégebruik. Toch is beknoptheid niet mijn belangrijkste kritiekpunt, dat betreft vooral de omgang met reflectie. Bij Hermans speelt het eigen verhaal een grote rol, de inhoud en organisatie van de verschillende waardengebieden zijn essentieel, maar aanvullend is dat er juist veel inzicht in de latente motieven ontstaat door de dialoog met de begeleider.

Bij McAdams wordt er in de voorgestelde toepassing van het levensverhaalinterview nauwelijks aandacht besteed aan de duiding van het verhaal. Hij laat onbesproken dat er flink wat reflexieve vaardigheden van de geïnterviewde nodig zijn, ook om paradoxen, blinde vlekken en tegenstrijdigheden ‘te duiden’. Die reflectie lijkt als vanzelf plaats te vinden. Het vertellen van het verhaal aan een toegewijde luisteraar heeft absoluut waarde en het zelfinzicht kan daarbij zeker toenemen. Maar juist de verborgen kanten van het zelf vragen om een luisteraar die meer inbrengt dan empathie en niet-oordelen. Naast actief en aandachtig luisteren kunnen doorvragen en duiden bijdragen aan meer contact met verborgen lagen in het zelf. McAdams laat dit onbesproken.

Ik meen dat de narratieve theorie van McAdams zeker wat te bieden heeft, maar aandacht voor de mindere kanten van het levensverhaal lijkt in ‘The stories we live by’ ondergeschikt. De toon van het boek van McAdams is wat dit betreft te Amerikaans, passend bij een cultuur ‘die vooruit wil’. Voor de zoektocht naar zelf en tweede zin biedt de expliciete morele bedding van het zelf die McAdams formuleert wel een belangrijk element. Zijn benadering heeft meer dan die van Hermans een morele inslag.

Zelf, zin en moraal in het narratieve zelf van McAdams

Na deze bespreking van de visie van McAdams op het narratieve zelf zetten we op een rij wat die ons brengt in de zoektocht naar tweede zin. Hoe krijgt de complexe vervlochtenheid van zelf en zin in deze visie vorm? Is zin ‘gesitueerd in’ het zelf? Is er een plek te ontdekken in het zelf voor tweede zin?

McAdams legt een sterke relatie tussen zelf en zin. In het construeren van de persoonlijke mythe zien we een sterke vervlochtenheid tussen zelf en zin die aan het levensverhaal samenhang, grip en daarmee betekenis geeft. De toon van het verhaal wordt al vroeg bepaald, de karakters, inhoud en vorm volgen later. McAdams geeft enige nuancerings over de

maakbaarheid van de identiteit en van zin, maar zijn toon is vooral optimistisch en gericht op een min of meer omlijdend einddoel. Voor een zoektocht naar de complexe, minder grijpbare tweede zin is zo'n toon wat problematisch.

Wel geeft de theorie voldoende ruimte en voorbeelden voor een goede luisteraar om in een verhaal tweede zin te verstaan. Op allerlei narratieve niveaus kan tweede zin worden opgemerkt: in de samenhang in het verhaal, in de karakters die optreden, de vorm van het verhaal en de narratieve toon. Zo kunnen we in de verhaaltoneel het individuele mens- en wereldbeeld terugzien. Ook in de karakters kunnen we de zoekende en kwetsbare kanten van het zelf terugvinden. McAdams noemt karakters als de overlever en de vermijder, zij kunnen bijvoorbeeld elementen van tweede zin in zich hebben. En in de verhaalvormen die McAdams noemt, herkennen we tweede zin vooral in de tragedie en de ironische vorm, waarin aandacht voor verval en vergankelijkheid is te vinden en omgang met ambiguïteit en complexiteit in het leven.

Van meerwaarde in deze narratieve theorie is echter vooral dat McAdams meer expliciet de zinvraag opwerpt vanuit sociaal perspectief. In de theorie van Hermans is context natuurlijk ook aanwezig, maar minder als bron van zin. Hermans spreekt over het dialogisch zelf dat wil “streven om misverstanden tussen individuen, groepen of culturen te erkennen en te transformeren in een richting van wederzijds begrip en respect”¹⁾. Toch zien we bij Hermans meer nadruk op zelfontwikkeling als proces waarbij reflectie op het innerlijk een grote rol speelt. McAdams spreekt zich uitdrukkelijker uit voor zin buiten het zelf. Zin wordt ‘gemaakt’ in het zelf, via het geconstrueerde verhaal, maar komt van ‘buiten’: *Condemned to be free adults must transcend their [fear] to find something in life to believe in. The stories we live by are enhanced by our faith and our fidelity to something larger and nobler than the self – be that something God, the human spirit, progress through technology, or some other transcendent self*²⁾.

In zijn aansporing om buiten het zelf te kijken, is McAdams vastberaden: (...) *a personal myth functions first and foremost to provide life with meaning, unity, purpose. Happiness may follow, but in some cases may not. From the standpoint of society, to live the myth is to connect to the grand narratives of your social world. Myths are created and lived in a social context. As a social participant, you are responsible for creating and living a personal myth in such a way as to commit your life to the generative agenda of humankind. Without this commitment, identity loses any trace of social responsibility and degenerates into trivia and narcissism*³⁾. Eigen geluk staat niet voorop, het levensdoel ligt meer in een verantwoorde keuze voor een bijdrage aan een betere wereld.

Deze opvatting van 'living the myth' zien we ook bij Charles Taylor die al eerder ter sprake kwam. In 'Sources of the self, The making of modern identity' uit 1989 laat hij zien dat identiteit, moraal en zin een grote samenhang vertonen. In humanistisch wetenschappelijke kringen wordt aan zijn werk veel waarde gehecht.⁴⁾ Joep Dohmen, hoogleraar Wijsgerige en praktijkgerichte ethiek aan de Universiteit voor Humanistiek, verwoordt de theorie van Taylor over identiteit als volgt: *Weten wie je bent, is een afgeleide van weten waar je voor staat. Mijn identiteit wordt afgebakend door een horizon waarbinnen ik voortdurend sterk evalueer, bepaal wat ik werkelijk goed of slecht vind, wat ik onderschrijf of waar ik me tegen verzet. Deze horizon biedt het kader, de morele ruimte waarbinnen we kunnen bepalen waar we staan bij vragen over goed en kwaad, zinvolheid en zinloosheid. Als je deze horizon uit het oog verliest, kom je volgens Taylor in een identiteitscrisis. Identiteit en een bepaalde morele oriëntatie zijn dus nauw verbonden. Weten wie je bent, is je in de morele ruimte kunnen*

oriënteren 5). In de huidige maatschappij ziet Taylor een verdringing van het morele standpunt en hij bepleit dat de persoonlijk morele uitgangspunten weer expliciet moeten worden gearticuleerd. “Persoonlijke identiteit is per se *morele* identiteit. Zingeving hangt nauw samen met moraal, wie moreel faalt, is veroordeeld tot een zinloos leven” 6). Zin behoeft een invulling die een morele waarde vertegenwoordigt.

Zo expliciet zegt McAdams het niet, maar het bespreken van gevoeligheid voor zin buiten het zelf als “an ongoing act of psychological and social responsibility”⁷⁾ is van belang voor het denken over zelf, zin en de rol van moraal. Het verband tussen zin en zelf krijgt met het morele een extra schakel. In de adolescentie, de voorfase van de persoonlijke mythe, zien we bij McAdams de morele bedding van de ideologie vorm krijgen. Die ideologie biedt een kader van waaruit het verhaal kan worden ontwikkeld. In zijn aansporing “find something to believe in (...) something larger and nobler than the self (...)”⁸⁾ zien we zijn visie op de ontwikkeling van het zelf: wie buiten de kleine kring van het zelf durft te zoeken naar overstijgende waarden, die versterkt het zelf, versterkt de zin.

We hebben zicht gekregen op een narratief zelf waarin ruimte is voor tweede zin binnen het eigen verhaal. Maar de meerwaarde van McAdams voor tweede zin ligt vooral bij zijn visie op het verband tussen zelf, zin en moraal. Zijn inbreng van morele keuzen als antwoord op zinvragen en zijn visie op identiteit als gesitueerd in en verantwoordelijk voor gemeenschap, werpen een ander licht op de relatie zelf en zin. Wordt in het gevoel van tweede zin, in de fragmentatie binnen het zelf, niet juist morele leegte zichtbaar? Roept langdurige omgang met existentiële twijfel niet om (morele) invulling? Voor het denken over tweede zin is de vraag naar de relatie tussen zelf, zin en moraal van belang.

2.3 Conclusie van de verkenning van het zelf

In dit tweede deel stond de complexe vervlochtenheid tussen zelf en zin centraal. Na een eerste algemene verkenning van het denken over het zelf, hebben we de visies van Hermans en McAdams preciezer bekeken. Op de onderzoeksvraag hoe tweede zin kan worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over het zelf, hebben we een antwoord gevonden waarin duidelijke accentverschillen zijn aan te wijzen. Hermans benadrukt vooral zin in het zelf, McAdams legt meer een accent op zin buiten het zelf.

Het dialogisch zelf van Hermans biedt onderdak aan vele tonen. Zijn visie, ontleend aan Jung, om het leven in de volle rijkdom van ervaringen te ervaren, biedt ook ruimte aan dissonanten en daarmee aan de ‘toon van tweede zin’. We vinden hierin een opvatting over zin als waarde van jezelf beter leren kennen, ook in de mindere kanten. Het levensdoel is niet zozeer het vinden van geluk, het gaat “de rijkdom aan facetten en het tot ontwikkeling brengen van een kern daarin”¹). Zin uit zich vooral in meer geïntegreerde zelfkennis.

De narratieve kijk op het zelf van McAdams geeft ons een minder fragiel verband tussen zelf en zin. Hij legt zin vanaf het begin meer buiten het zelf en adviseert de lezer daar te zoeken. Hierin zien we zijn visie op wat een goede ontwikkeling van het zelf is: wie buiten de kleine kring van het zelf durft te zoeken naar overstijgende waarden, die versterkt het zelf en versterkt de zin. McAdams biedt aanknopingspunten voor het gevoel van tweede zin in het levensverhaal, maar hij legt ons vooral de vraag voor of het gevoel van tweede zin waarin twijfel zo’n overheersend gevoel is, niet juist morele leegte zichtbaar maakt. Moet daarvoor niet een antwoord buiten het zelf worden gezocht?

Aan het slot van dit deel over het zelf is het aardig om een uitstapje te maken naar de ‘Grondslagen van het humanisme’. In dit werk uit 1978 van ‘de vader van het Nederlands humanisme’ Jaap van Praag vinden we de visies van Hermans en McAdams op de relatie tussen zelf en zin min of meer geïntegreerd terug.

Van Praag noemt zelfbestemming en verbondenheid humanistische antwoorden op de vraag van het zelf naar zin:

(...) de wereldlijke mens moet zelf zin aan zijn leven geven. Hierin ligt nu de ware uitdaging aan het humanisme: het beantwoorden van de vraag naar zin in de huidige situatie. Humanisten beschikken niet over toverspreuken. Zij staan er op dat ieder zijn eigen problemen oplost en dat is ook de enige mogelijkheid, want het is geen kwestie van woorden, maar van persoonlijke ervaring. Toch kunnen humanisten wel zeggen waar en op welke wijze zij de zin van hun leven denken te vinden. (...) Daarvoor is het nodig dat het zelfbewustzijn versterkt wordt, want zelfbewustzijn is een noodzakelijke voorwaarde voor zelfbestemming, die betekenis aan het leven geeft. (...) Maar er is nog een ander beslissend gezichtspunt op het menselijk bestaan; de verhouding van iemands zelfbeschikking tot de zelfbeschikking van anderen. Menselijk leven betekent leven in gemeenschap; menselijke activiteiten voltrekken zich in de sociale cultuur (...) Zelfbestemming en verbondenheid zijn richtlijnen, die mensen in staat stellen de onzekerheden van het bestaan onder ogen te zien (...) ²).

Van Praag meent dat beide elementen, zin in en zin buiten het zelf, nodig zijn voor een zinvol leven. Enerzijds leidt meer zelfbewustzijn naar zelfbestemming, beter weten wie je bent en

wat je wilt, anderzijds is er de verbondenheid met anderen in de gemeenschap die leidt tot zin, een mens leeft immers niet voor zichzelf alleen.

Het inzicht van Van Praag lijkt te benadrukken dat de waarde van tweede zin kwetsbaar is. Tweede zin lijkt immers vooral gericht op het zich ontdekkend, ontwikkelend zelf, en veel minder op verbondenheid met anderen. Is deze tegenstelling echt zo scherp of zijn er andere inzichten die ruimte bieden? In deel 3 gaan we hier nader op in.

Deel 3 Zin als beweging

In het voorgaande hebben we gezien dat tweede zin waardevol is voor een ruimer denken over zin, we zagen ook dat tweede zin een plek kan hebben in het zelf, als toon die zich laat horen in de dialoog en als element in het narratief. Maar past tweede zin wel in gangbare visies op zin? Licht ook daarin niet vooral de nadruk op de positieve, ‘zinrijke’ kanten zoals op het vinden van een doel, samenhang zien, verbondenheid ervaren?

Eerst een voorbeeld uit ‘Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin’. Daarin wordt een brede conceptuele beschrijving van zingeving geformuleerd waarin de nadruk ligt op die ene kant van zin: *Zingeving is een persoonlijke verhouding tot de wereld die gekenmerkt kan worden door de volgende ervaringsaspecten: doelgerichtheid, het ervaren van samenhang, waardevolheid, verbondenheid, transcendentie, competentie en erkenning dragen bij aan motivatie en welbevinden. Die twee laatste elementen zijn geen vooraf gegeven voorwaarden maar eerder een gevolg van de andere aspecten* 1). De auteurs merken op dat een bepaalde breedte en diepte in deze ervaringen en ook een levensbeschouwelijke achtergrond -weten van waaruit je leeft- bepalen hoe omvangrijk en intens de individuele invulling van zingeving zal zijn. Zij geven een omschrijving van het koepelbegrip zingeving waarin individuele invulling belangrijk wordt geacht. In deze brede definiëring lijkt weinig ruimte voor de andere kant van zin zoals het ervaren en toelaten van de schaduwkanten van het leven, twijfel als waardevol element. Zingeving lijkt een proces dat min of meer actief en positief is. Het beeld past bij het menselijk streven naar vervulling, naar het goede, het ware, het schone.

Het idee dat zingeving een proces is met steeds vastere bewegingen in een richting, zagen we ook in deel 1 bij Jan Romeijn: *Elk bewust geleefd leven is een groeiende eenheid. (...) De bezinning, op een bepaald ogenblik, op de afgelegde levensweg is er tegelijk de zingeving van en het is deze die mede en in steeds toenemende mate, het nog af te leggen gedeelte bepaalt. Vergeten we niet: het Franse ‘sens’ betekent zowel richting als zin* 2).

Van Praag is reeds geciteerd, hij toonde ons de tweeslag in zin: vanuit opgebouwde innerlijke kracht, kunnen krachten in gemeenschap worden gedeeld. Over zingeving zegt hij: *(het) is de meest fundamentele behoefte van het menselijk bestaan, de sleutel tot menswaardig leven, niet los van structuren of omstandigheden, maar gericht op een innerlijke kracht, die humanisering mogelijk maakt* 3).

Deze benadering past bij een levensbeschouwing die antwoorden in de menselijke maat geeft: zelfbestemming en verbondenheid. Het ‘geloof’ in de menselijke kracht is groot, als ontwikkelende “weerbaarheid om verleiding en lijden te overwinnen”. We beluisteren bij Van Praag een pleidooi voor het bewust bezig zijn met zelf en zin, met als hoopvol streven het bereiken van een “zinrijke toekomst”. De toekomst is niet verzekerd, zo stelt Van Praag, “maar zonder zingeving in het heden is er geen menswaardige toekomst” 4).

Al deze benaderingen stellen de vraag op scherp hoe tweede zin kan worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over zingeving. In dit deel gaan we deze derde deelvraag beantwoorden. We kijken hierbij eerst naar de terminologie zin-geving en zin-vinding. Een belangrijke bron vormt het werk van Hans Alma, hoogleraar Psychologie en Zingeving aan de Universiteit voor Humanistiek. Daarna komt de vraag aan de orde wat

binnen het denken over zin en zelf een goede omgang is met tweede zin. Tot slot is er aandacht voor de laatste deelvraag: wat betekent tweede zin in de praktijk van de (humanistisch) geestelijk verzorger?

3.1 Zin-geven of zin-vinden?

Het ervaren van zin is een ingewikkeld en kwetsbaar proces. Alma formuleert dat in haar oratie zo: *Het menselijk bestaan speelt zich af in een onontkoombaar en bijna niet uit te houden spanningsveld. De autonome zingevoerder die controle wil uitoefenen en zijn mogelijkheden wil realiseren, stuit steeds weer op zijn afhankelijkheid van een werkelijkheid die niet buigt voor zijn wil, die hem angst inboezemt en fascineert* 1).

Het proces van zin is een beweging tussen de polen geborgenheid en transcendentie en de polen zelfarticulatie en erkenning. Wordt een balans gevonden, dan is zin te ervaren als een “opgenomen zijn in een groter verband” 2). In dit zinproces herkennen we zelfarticulatie en erkenning als de grondmotieven van het bestaan die in de theorie van Hermans een grote rol spelen: het streven naar zelfbevestiging (het Z-motief) en het streven naar verbondenheid met de ander (het A-motief). De polen geborgenheid en transcendentie zagen we eerder bij Schachtel in de autocentrische en allocentrische wijze van waarnemen. Ook het spanningsgebied tussen angst voor het verlaten van geborgenheid en openheid naar de wereld, zo ontdekten we eerder, is fundamenteel in het menselijk bestaan. In de allocentrische houding van openheid en ontvankelijkheid zien we een verruiming van perspectief, de wens om het onbekende te ontmoeten. McAdams wees naar deze houding bij zijn pleidooi voor het vinden van ‘iets buiten het zelf’.

Zin begeeft zich in een continuüm van deze bestaansmotieven, dit zijn de vlammetjes die aanzetten tot leven. Het ene motief is niet beter dan het andere, de kunst is om alle motieven aanwezig te laten zijn; een eenzijdige gerichtheid werkt beperkend.³⁾ De motieven zijn vooral minder bewuste processen die in ons werken, die dynamiek en richting geven, daarom is het lastig om in het dagelijks leven de motieven ‘bewust’ te ervaren.

Deze spanningsvolle, tegenstrijdige ‘bestaanseisen’ vergen bezinning op gedrag en gevoel, maar het is de vraag of dat de meest voor de hand liggende reactie is. Alma meent van niet: *De verlichte westerse mens tracht aan deze spanning te ontkomen door zijn autonomie te benadrukken en zijn mogelijkheden voor controle en zelfontplooiing uit te breiden. De maakbare wereld die dat oplevert, blijkt echter voor velen een wereld van leegte te zijn, die hen veroordeelt tot zelfbepaling temidden van een overvloed aan keuzemogelijkheden die geen zin verschaffen* 4). De spanning tussen de polen moet worden uitgehouden, dat kan een begin van zin brengen. Alma: *Er bestaat geen antwoord, althans geen antwoord dat de spanning kan opheffen. We kunnen wel proberen in die spanning te gaan staan, op de meest kwetsbare positie die we als mens in relatie tot de wereld kunnen innemen* 5).

Het vinden van een bepaald evenwicht in de spanning die mens-zijn met zich brengt, lijkt noodzakelijk voor het ervaren van zin. In deze lastige balanceerkunst tussen polen, kunnen we het minder positieve gevoel van tweede zin onderbrengen. We zagen al in deel 1 bij de verheldering van het begrip tweede zin dat het begrippenpaar allocentrisch-autocentrisch de tegengestelde emoties weergeeft die tweede zin kleuren: de strijd tussen moed en vrees, willen en niet kunnen, twijfel. Ook hebben we gezien dat de allocentrische houding van

ontvankelijkheid nodig is als ‘opstap naar zin’ en dat moed vereist is voor het stellen en toelaten van (existentiële) vragen.

Toch is de vraag of tweede zin past in gangbare visies op hoe zingeving werkt hiermee nog niet echt beantwoord. Want juist tweede zin heeft weinig in zich ‘van een actie gericht op het vinden van balans’. Tweede zin lijkt meer ontregelend dan gericht op een bepaald evenwicht. Is tweede zin daarmee voor zingeving zinloos?

Ook bij Hermans kwamen we het idee tegen van een zekere balans, een groeiende eenheid. Een bepaald evenwicht en (flexibele) samenhang geeft het zelf zin, in een middelpunt waarin tegenstellingen samenkomen. Wel noteert Hermans dat het een lange en moeizame weg is om het midden van het zelf te bereiken: *(...) de voorstelling van het midden van het zelf (is) niet alleen moeilijk uit te leggen, maar ook moeilijk te bereiken. We moeten vooral niet denken dat dit punt er zomaar is en ook niet dat er een ‘rechte weg’ is in de richting van een te bereiken eindpunt. De weg is geenszins recht en het gaat veel meer om een oriëntatiepunt dan om een eindstation.(...) Als we ons eigen leven en dat van anderen volgen, zien we eerder dat er momenten zijn dat er we een beweging maken in de richting van het midden, misschien bij het beluisteren van onze favoriete muziek of tijdens een bijzondere reis of bij een verrijkende prestate waarin we erin slagen onze diepere kwaliteiten aan te spreken. Op een ander moment, mede afhankelijk van de situaties die zich voordoen, raken we verder van het punt verwijderd. In de loop van de jaren hebben we, gerijpt door de louterende werking van uiteenlopende ervaringen, de mogelijkheid om het punt dichterbij te bereiken, maar misschien gaat dit via bochten en spiraalbewegingen 6).*

Alma rept over “proberen in de spanning te gaan staan, op de meest kwetsbare positie”, Hermans spreekt over “bochten en spiraalbewegingen”. Het proces van balans vinden tussen de polaire krachten, waarin eenheid in zelf en zin -tijdelijk- wordt gevonden, lijkt zo een lastige en weinig maakbare onderneming. Van zin-geven lijkt hier geen sprake, er spelen andere, minder maakbare processen.

In de inleiding van dit deel is de recente, brede definitie van zingeving aangehaald, waarin de term zingeving als koepelbegrip wordt gebruikt. Dat ligt voor de hand omdat het aansluit bij het gangbare taalgebruik, maar dit legt wel een bepaald accent waarin weinig ruimte is voor het ‘precaire van zin’. Al merken de auteurs Alma en Smaling op dat deze definiëring ruimte biedt voor meer dan alleen mentale processen, ook lichamelijke, esthetische ervaringen en emoties vallen onder zingeving. Volgens de auteurs is er naast zinzoeken binnen het begrip zingeving ook plek voor zinvinding 7). Toch heft deze aanvulling niet direct de onzichtbaarheid van andere kanten van zin in de definitie op.

De term ‘zingeving’ is beperkend en zendt een boodschap uit die geen ruimte biedt voor het meer passief toelaten van zin, voor twijfel aan zin en niet-weten als begin van mogelijke zinvinding. In de begripskeuze zingeving komt heelheid in de betekenis van “alle facetten omvattend” niet uit de verf, vooral de gedachte van een bepaalde maakbaarheid wordt hierin expliciet gemaakt. Dit legt onbedoeld veel nadruk op denken en doen, op autonomie en eigen krachten en daarmee geeft het een beperkte visie op andere wezenlijke krachten.

Hillesum wees op de beperking van willekeur in het ‘toekennen’ van zin: *En zodra men onderdelen (...) wil uitschakelen en niet accepteren en men eigenmachtig en willekeurig dit van het leven wel wil aanvaarden en iets anders niet, ja, dan wordt het inderdaad zinloos (...) 8).* Zo toont zij een omgang met de onafheid van het bestaan. Ze laat zin naast zinloosheid

bestaan. Met een toenemende openheid heeft zij de werkelijkheid zoals die zich aandienende, beschouwd en ondergaan. Na zin-geven kwam er steeds meer ruimte voor zin-vinden en zin-ontmoeten.

Ik ben van mening dat het een gemiste kans is dat in deze specifiek humanistische tekst over bronnen van zin andere kanten van zin niet worden gearticuleerd. Juist omdat in de humanistische context waarden als ‘ontvankelijkheid’ en ‘overgave’ wel een plek hebben, maar dan toch vaak in een klein, afgebakend hoekje. De dominantie van ‘eigen kracht’, ‘zin-constructie’, ‘verantwoordelijkheid’ en ‘autonomie’ is ook anno 2010 sterk.⁹⁾

In een eerdere publicatie van Alma vinden we -in een godsdienstpsychologische context- meer expliciete aandacht voor het gebruik van het begrip zinvinding: *Zingeving moet (...) begrepen worden in termen van verlangen naar zin, gekenmerkt door ontvankelijkheid. De term zinvinding doet in feite meer recht aan dit proces waarin zowel sprake is van een actief zoeken naar zin vanuit eigen gevoeligheid, als van een zich receptief open stellen voor wat in de omgeving voorhanden is, om zo zin te kunnen ontdekken in de ontmoeting met de weerbarstige werkelijkheid. ‘Vinden’ heeft altijd iets onverwachts en verrassends; zoeken leidt ons naar plaatsen waar we anders zelden of nooit komen (...) Bij zinvinding moet de voor een zinbeleving benodigde ontvankelijkheid al met de zoekhouding gegeven zijn; zinvinding vraagt dus wel iets van de kant van het individu, maar geen activiteit opgevat als doelgericht, strategisch handelen. Wie zin wil maken, werpt een blokkade op voor zinbeleving* 10). Alma wijst hier op ontvankelijkheid en verlangen als begin van meer zin en op het niet-instrumentele karakter van zin, elementen die in de oratie ook met nadruk zijn benoemd.

Ook Ton Jorna, hoofddocent Praktische humanistiek, geeft in zijn boek ‘Echte woorden’ een andere kijk op zin. Hij zoomt in op zin en betekenis: *De begrippen ‘zin’ en ‘betekenis’ worden vaak door elkaar gebruikt, maar ik gebruik ‘betekenis’ voor iets dat mensen zelf min of meer actief aanbrengen of toekennen. Er is dan, met andere woorden sprake van een wilsact van de actor om het ‘zo’ te zien, om er ‘deze’ betekenis aan te geven. Die betekenisgeving kan plausibel zijn, houvast bieden en voor dat moment waar zijn. En om overeind te blijven en de boel zoveel mogelijk te redden, zullen veel mensen in een breukervaring aan de fragmenten zo snel mogelijk enige betekenis willen toekennen. Voor het vinden van zin is echter meestal meer tijd nodig: (...) het (kan lang) duren eer er na vele omwegen en ogenschijnlijke herhalingen van zetten uiteindelijk richting, zin en bestemming wordt gevonden. ‘Zin’ gebruik ik dan ook voor dat wat wordt gevonden door diepte te zoeken in situaties die worden aangegaan en verteerd en aldaar, in die diepte, verrassenderwijs en in zeker zin passief worden ontdekt* 11).

In deze bredere opvattingen van zin zien we verschillende krachten. Er is een meer actieve kracht, die heel beslist kan zijn en soms ook een bepaalde oppervlakkigheid (in de betekenis van ‘aan de oppervlakte blijven’) in zich lijkt te hebben en een meer passieve kracht waarmee een andere laag van zin in werking kan treden vanuit gevoeligheid en ontvankelijkheid. Naast het meer doelgerichte zin-geven is er zin-vinden. Niet als onderdeel van het begrip zingeving, maar als zelfstandige kracht met een eigen potentie. Deze kant van zin mag explicieter worden vertolkt.

Een mens die betekenis zoekt, wil de wereld verklaren, beheersen, overstijgen misschien. Deze meer rationele, eigenmachtige kant van het zinzoekend zelf heeft nut en beperkingen. In het willen duiden zit zeker een beweging die levenskracht stuwt. Maar in de roep om zelfverwerkelijking en zelf zin geven kunnen andere dimensies van zin gemakkelijk over het

hoofd worden gezien. Tweede zin als verwarrende mix van gevoelens kan een gevoel van discontinuïteit, van fragmentatie veroorzaken. Het blijkt vaak een niet erg gewenst deel van het zelf, deze toon van de ‘existentiële twijfelaar’, die leegte aan het licht brengt, die roept om invulling. Invulling van ‘buiten het zelf’¹²⁾ lijkt aantrekkelijk, als antwoord op de vragen die dit deel van het zelf pijnlijk in het verhaal naar voren brengt. Het is verleidelijk om dan vooral zin te *geven*, maar daadkracht brengt niet per se zelfinzicht of zin die doorwerkt. Zin-geven kan ook werken als zelfverloochening of zelfvergetelheid, zeker als het min of meer instrumenteel wordt ingezet. Het zoeken van antwoorden ‘buiten het zelf’ als reactie op de twijfel draagt dit risico met zich mee.

Het durven belichten van andere, minder daadkrachtige kanten van het zelf is belangrijk voor een stap naar meer zin. Die kanten van het zelf hebben een eigen ‘nut’ en eigen beperkingen. Juist bij die meer twijfelende kanten in het zelf is zin-vinding een passender benaming voor het tastende proces tussen twijfel, niet willen, isolement en zich openstellen naar de werkelijkheid. Zin-vinden biedt meer ruimte aan een andere kant van het zelf en een andere kant van zin. Het onder ogen zien van de onzekerheden van het bestaan en de ‘mindere kanten van het zelf’ blijkt een heel lastige opgave. Het toelaten van het geluid van tweede zin in het zelf, als onderdeel in het proces van zinvinding, is daarbij belangrijk.

Zo komen we weer uit bij het zelf waarin vele geluiden zich idealiter kunnen laten horen, ook het geluid van tweede zin. Het complexe gevoel van tweede zin is aanwezig met twijfel, vrees, vragen en ook met verlangen. Wanneer het leven zijn gang gaat en zin als vanzelf werkzaam lijkt als “een gloed op de achtergrond”¹³⁾, dan zal het geluid van tweede zin wellicht niet zo duidelijk hoorbaar zijn. Loopt het leven niet vanzelf, dan zal dat geluid luider klinken, al vergt het ook dan moed om die innerlijke toon echt te verstaan en de vragen die worden opgeroepen ook echt te stellen. Tweede zin moet niet op voorhand worden bestreden, door het smoren van de tegenstellingen of invulling met krachtige, zingevende antwoorden. De toon moet ruimte en tijd krijgen om zich ‘uit te spreken’, om op kracht te komen, te mogen zijn naast andere tonen.

De opvatting over wat zin is en hoe zin werkt, kan met dit inzicht worden verbreed. Want al is de connotatie van het begrip zin positief en heeft ook het ervaren van zin als “opgenomen zijn in een groter verband” deze positieve lading, toch kan met de brede benadering van zin meer ruimte gemaakt worden voor zin als beweging, waarin soms het midden wordt bereikt, maar waar ook in de bewegingen, van het midden af en naar het midden toe, een basis voor zin is te vinden.

3.2 De kunst van het balanceren en een goede omgang met tweede zin

Zin vraagt om balanceerkunst, om evenwicht vinden in de spanningen van het mens-zijn. Het uithouden van de spanning die de zinvraag met zich meedraagt, betekent ook contact maken met de diepe twijfel, met het niet-weten in het zelf. Voor een goede verbinding tussen zelf en zin is het openstaan voor tweede zin naar mijn idee een schakel. Jezelf beter leren kennen, ook in de minder welgevallige delen van het zelf, kan een opening bieden. Maar wat is dan een goede omgang met tweede zin? Hoe past tweede zin -als 'negatieve' component- in de kunst van het balanceren?

Voor de goede omgang met tweede zin zie ik erkenning als sleutel. Erkenning is niet vanzelfsprekend. Het verschil tussen enerzijds de kennis dat niet-weten en diepe twijfel een menselijke trek is ¹⁾ en anderzijds die mindere kant durven toelaten, dat verschil kan groot zijn. Erkenning geven aan de eigen toon van tweede zin, echt contact durven maken met die twijfel, is niet eenvoudig. Het beeld dat van het zelf bestaat, komt onder spanning en geeft dan nog maar weinig houvast. Zagen we niet eerder al hoe taai weerstand kan zijn? Van den Berk citeerde Kierkegaard: "Al weet de hele wereld iets, maar ik heb het zelf nog niet ervaren, (...) dan heeft het geen enkele betekenis voor mij"²⁾. Een bewustwordingsproces moet van binnenuit op gang komen. Bij dit proces kan een mens geholpen worden, maar het is een eigen pad dat moet worden gevonden.

Durven erkennen vormt wel een begin. Jorna formuleert dit mooi: "(Meer) open worden naar zichzelf en beseft hebben van de eigen duisternis, betekent al een verruiming en een herademing"³⁾. Ook Hermans wees op erkenning als voorbeeld van goede omgang met de ambiguïteit in onszelf.

Zin brengt processen die geduld vragen. Geduld uitoefenen is zwaar, zeker in een tijd waarin zelfredzaamheid en het lot in eigen hand nemen belangrijk is. Het durven toegeven dat er 'van binnen' iets beweegt dat niet past bij de gewenste 'buitenkant', het erkennen dat antwoorden niet simpelweg voorhanden zijn, dat is moeilijk. Het onthullen van het binnenste is pijnlijk. Bij Etty Hillesum volgden we die moeilijkheid en we zagen dat zij steeds weer naar binnen keert, om in de strijd tussen buiten- en binnenkant in zichzelf een rustpunt te vinden: "Je (moet) afstand (...) kunnen doen (...) van iedere uiterlijke zekerheid en daarom moet je geborgen zijn in je zelf en rusten in je zelf (...)"⁴⁾.

Toch is er de kans dat tweede zin zich vooral uit in zelfbeklag of ontkenning, deze kans is reëel. Juist omdat de gevoelens maar weinig 'positieve' zin met zich brengen, zal de neiging tot toedekken, klagen en de schuld bij de ander leggen groot zijn. Van Praag formuleerde dat zo: "(...) Wie oren heeft om te horen, kan de roep om zingeving niet misverstaan, ook al wordt die roep veelal in tijdverdrijf of actie, leer of leven versmoord"⁵⁾. Liever iets doen dan iets laten, liever redeneren dan toelaten. ⁶⁾ Op die manier ontregelt tweede zin inderdaad de ontdekking van zin.

Contact maken met wat er diep van binnen leeft, in alle complexiteit en tegenstrijdigheid, vraagt om mildheid en moed. Het durven erkennen en onthullen van de contrasterende gevoelens heeft de waarde van het leren aanvaarden van het zelf. Dat biedt een mogelijke basis voor meer diepere, rijkere zin, waarbij ruimte kan ontstaan voor belangeloze zin 'buiten het zelf', zin in gemeenschap.

Als tweede zin een eigen plek krijgt in het proces van zin dan kan op enig moment de balans gaan hellen van de 'negatieve' kant van niet-weten, zinloosheid, naar de 'positieve' kant met meer zinrijkheid. De brug daarvoor zit in het verlangen dat tweede zin ook bevat. Op een of andere manier zal dat verlangen een vorm moeten krijgen, hoe vaag ook. Het verlangen kan ontstaan vanuit weerzin tegen de eigen 'passiviteit', een gevoel de stap te 'moeten' wagen. Het kan ook gaan om beroering die het verlangen mobiliseert, een moment van ontvankelijkheid waarop het aanraken van moed wel lukt, waarin opschuiven van geborgenheid naar (iets) meer openheid plaats kan vinden, waarin de weerstand zachter wordt. Dat proces is fragiel, soms onbewust en niet-talig. Hillesum beschrijft het zo:

Er zit een melodietje in me, dat er soms zo naar verlangt in eigen woorden te worden omgezet. Maar door geremdheid, gebrek aan zelfvertrouwen, luiheid en ik weet niet wat nog meer, blijft het nog steeds verstikt in me zitten en spookt in me rond. Soms holt het me helemaal uit, dan vervult het me weer met een heel zachte, weemoedige muziek (p.138, 20 oktober 1941)

Het erkennen en het toelaten van de polariteiten in het bestaan, daarbij is tweede zin belangrijk. Vanuit een goede omgang met ambiguïteit kan een andere kracht ontkiemen. De kracht van tweede zin is te vinden in het onder ogen zien van het eigen onvermogen en de spanningen in het bestaan. Juist hierdoor kan ruimte ontstaan. Het geluid van tweede zin kan aanzetten geven tot meer invulling, meer zoeken. Al eerder werd dit zichtbaar in positieve melancholie als een beweging richting het verlangen naar meer, naar wijdte. We zagen ook in tweespalt een bruggetje tussen delen in het zelf. Hier zijn mogelijkheden die tweede zin in zich draagt, maar zekerheid is er niet.

3.3 Geestelijke begeleiding als meebewegen

Dit onderzoek naar tweede zin is verricht binnen de afstudeervariant geestelijke begeleiding. De laatste deelvraag betreft dan ook de praktijk van geestelijke begeleiding: wat betekent tweede zin in de praktijk van geestelijk werk? We hebben het brede begrip tweede zin theoretisch verkend, we hebben geen concrete casus of context die meer zicht op de praktijk van humanistisch geestelijke begeleiding werpt. Het is daarom lastig om hier een antwoord te formuleren, de praktijk kent immers vele vormen -langdurige contacten naast kortstondige- en wordt in verschillende contexten met heel eigen vragen verricht.

Op het eerste oog lijkt de relatie tussen geestelijke begeleiding en tweede zin min of meer vanzelfsprekend. Bij geestelijke begeleiding is er heel vaak sprake van contact met mensen die een breukervaring hebben. Daarin is tweede zin als echte onderbreking van eerste zin te herkennen: tweede zin die zich aandient als het leven ontspoorde. In zo'n situatie kan de vraag naar zin dwingend zijn, de behoefte aan grip en begrijpen groot. Nabijheid en betekenis geven kunnen dan van waarde zijn. In dit onderzoek is tweede zin bestudeerd in een andere, diepere laag. Tweede zin als een meer blijvend gevoel, een eigen dimensie binnen zin, een gevoel van onbestemdheid dat langdurig de kijk op het leven bepaalt. In humanistisch geestelijke begeleiding lijkt ook de borging van dit fragiele proces van zin in het zelf vanzelfsprekend. De aard van het werk vraagt om voorzichtigheid en een houding van tweede naïviteit: een attitude van bereflecteerde en doorleefde ontvankelijkheid die nodig is om te interpreteren 1). De geestelijk begeleider kan in het proces van tasten naar zin een belangrijk persoon zijn, die de ander nabij is, erkent en ondersteunt bij het onthullen van de tegenstellingen en verscholen kanten van het zelf.

Toch zit in die vanzelfsprekendheid ook een mogelijke valkuil. Om de vraag te beantwoorden wat 'de andere kant van zin' voor het werk van de geestelijk begeleider betekent, bekijk ik eerst verschillende visies op geestelijke begeleiding, daarna volgen enige overwegingen voor de praktijk.

Humanistische geestelijke verzorging bestaat nu zo'n 60 jaar en er is veel nagedacht over wat de professie van geestelijk begeleider kenmerkt of uitzonderlijk maakt. Juist vanuit een tot op de dag van vandaag voortdurende onduidelijkheid, zowel intern maar vooral extern, in wat het ene helpende beroep onderscheidt van het andere.2)

Van Praag formuleerde in 1978 de taak van humanistische (geestelijke) begeleiding als: *(...) de ambsthalve, systematische benadering van mensen in hun situatie in een sfeer van veiligheid en empathie zodanig dat hun vermogen geactiveerd wordt tot zingeving, oriëntatie en zelfbestemming, mede door confrontatie met de mogelijkheden van het menszijn naar humanistisch inzicht, waardoor zij zelfstandig een levensvisie kunnen ontwerpen en hanteren* 3).

In zijn toelichting maakt hij duidelijk dat er geen sprake kan zijn van humanistische verkondiging, maar het humanisme is wel de grond waarop de begeleider staat. De zelfstandigheid van de ander is uitgangspunt in het contact. De begeleider kan ook geen kant-en-klare oplossingen bieden, maar reikt uitgangspunten en mogelijkheden. Tot slot: de begeleider is niet neutraal, wel een onbaatzuchtig, dienstbaar instrument 4). In deze beschrijving treffen we een nadruk op veiligheid en empathie, tegelijk zien we een nadruk op levenbeschouwelijke kaders in de "confrontatie met de mogelijkheden van het menszijn naar humanistisch inzicht" en een expliciete doelgerichtheid in "activeren van vermogen tot

zinggeving, oriëntatie en zelfbestemming” en in het “zelfstandig een levensvisie ontwerpen en hanteren”.

Het onderscheid tussen geestelijke verzorging en psychotherapie is verklaard door Jan Hein Mooren, docent Psychologie van zinggeving en levensbeschouwing aan de Universiteit voor Humanistiek. Hij ziet als basis in beide beroepen het interpreteren van het verhaal van de cliënt, maar dat gebeurt vanuit eigen kennis en met eigen accenten. Hij maakt een onderscheid in een primair en secundair referentiekader. Bij een geestelijk verzorger is het primaire referentiekader de levensvisie en wetenschappelijke doordenking daarvan.

Psychotherapeutische inzichten kunnen in het contact een rol spelen, maar dan op de achtergrond, als deel van het secundair kader. Bij een psycholoog ligt het precies andersom. Daar bepalen de wetenschappelijke en praktische inzichten van de therapeutische school hoe het verhaal van de cliënt wordt geïnterpreteerd, levensbeschouwelijke bronnen kunnen op de achtergrond, in het secundaire kader een rol spelen 5).

Mooren verwoordt zijn visie op geestelijke begeleiding als: *Geestelijke verzorging richt zich op het begeleiden van mensen met levensvragen -en problemen, welke benaderd worden vanuit en geplaatst in de levensbeschouwelijke kaders van cliënt en begeleider en welke worden besproken met een gerichtheid op het ondersteunen en bevorderen van het geestelijk functioneren van de cliënt* 6). In zijn beschrijving legt Mooren de nadruk op het levensbeschouwelijke kader en een omschreven doel: ondersteunen en bevorderen van het geestelijk functioneren van de cliënt.

Een andere benadering vinden we bij Jorna, bijvoorbeeld in het boek ‘Echte Woorden’. Hij definieert geestelijke begeleiding vanuit een spiritueel perspectief van “onvoorwaardelijke aandacht voor de werkelijkheid” en gaat uit van begeleiding waarbij contact tussen twee mensen centraal staat, de mens is daarbij onherleidbaar tot een theorie, levensbeschouwing of een casus: “In deze directe verbinding van mens tot mens wordt het leven gedeeld, gewekt of doorgegeven” 7). In deze opvatting worden diverse competenties van de begeleider genoemd, zoals de personale, hermeneutische en communicatieve competenties maar die komen samen in de ontwikkeling van de persoon van de geestelijk begeleider, de “zelfwording”. De persoon van de begeleider staat voorop en het vermogen om het contact echt aan te gaan, dus niet te schuilen achter de professie of de kaders van de levensbeschouwing, is essentieel. In de visie van Jorna zien we een vorm van maatschappijkritiek terug: *Geestelijke begeleiding in spiritueel perspectief is (...) als [een] tegenbeweging (...) [ze] honoreert vanuit een ruimere kijk op het leven de complexiteit en authenticiteit die mensen in zich dragen en die verder reikt en een andere gang heeft dan in de opvattingen van de gevestigde orde wordt gezien en gehonoreerd. Terwijl in het maatschappelijke verkeer gewerkt wordt met de functionele buitenkant van het bestaan, geeft het geestelijk en innerlijk leven zin aan de binnenkant van het bestaan* 8).

In haar masterscriptie voor de Universiteit voor Humanistiek wijst Hanne Laceulle op de noodzaak van het kunnen verwoorden van het eigene van geestelijke begeleiding en de bijbehorende competenties voor beroepsidentiteit en profilering van het vak. Ze laat echter ook zien dat de humanistische levensvisie waarin zelfbestemming en autonomie belangrijke waarden zijn, een open discussie over het eigene van het vak beperkt. Het is niet altijd helder hoe de relatie tussen het ‘persoonlijke’, het ‘levensbeschouwelijk kader’, de ‘methodiek’ en het ‘doel’ van geestelijke begeleiding vorm moet krijgen 9). Het antwoord op de vraag naar wat blijvende tweede zin betekent voor de praktijk van de geestelijk begeleider hangt dus mede af van de ontwikkelde en doorleefde visie op de eigen levensbeschouwing en op het eigene van het vak.

Mijn -compacte- beschrijving van humanistisch geestelijke begeleiding luidt: het bieden van ruimte aan een kwetsbaar medemens om contact te maken met wat er nu plaatsvindt. Dat vraagt om ondersteuning en mededogen, om ontzag voor het zoeken en luisteren vanuit hoofd en hart. De geestelijk begeleider moet ook antwoorden, vanuit de eigen, doorleefde levensvisie. Deze beschrijving heeft zich ontwikkeld in studie en praktijk 10). Er is een voorzichtigheid en een bereflecteerde en doorleefde ontvankelijkheid terug te zien: samen kijken naar wat nu speelt, daarin antwoorden zoeken.

Wie een ander wil bijstaan, moet zichzelf door en door durven kennen. Dit betekent voortgaande bezinning op het zelf, durven kijken naar minder welgevallige kanten van het zelf en minder welgevallige kanten van zin. De waarde van deze andere kant van zin, met al die twijfel en niet-weten, moet worden gewogen. Wie niet uit eigen ervaring kan ‘invoelen’ en ‘meepraten’, moet via andere bronnen kennis en ervaring doorleven. De geestelijk begeleider moet tweede zin opnemen in het persoonlijk en hermeneutisch kader. De geestelijk verzorger moet de toon van tweede zin horen, verstaan en beantwoorden. Wat bij een cliënt gaande is, moet worden gestimuleerd met nabijheid, erkenning en ondersteuning. Het lastige proces van onthulling van het zelf vraagt om een veilige plek. Geestelijke begeleiding kan zo’n plek zijn voor een kwetsbaar mens om de niet-aantrekkelijke onbestemdheid van blijvende tweede zin te verkennen.

Echte omgang met blijvende tweede zin is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Welk antwoord dringt zich op in een contact waarbij de (levensbeschouwelijke) leegte pijnlijk zichtbaar is? Wat roept zoveel onvermogen en onbestemdheid bij de geestelijk werker op? Hoe wegen begrippen als zelfaanvaarding en zelfbestemming door in zo’n contact? De kwaliteit van geestelijk werk zit voor een groot deel in “empatisch en trouw deelgenoot zijn van een situatie waarin de cliënt zich bevindt”¹¹⁾. Ook als die cliënt niet ‘ver komt’ -om de metafoor van zin als richting te gebruiken- dan nog moet de geestelijk verzorger er zijn. Lukt het wel om dan echt contact te houden?

De ingewikkeldheid bij het echt contact maken met tweede zin ligt wellicht niet zozeer in het inleven in en doorwerken van tweede zin. De gevoeligheid, intuïtieve krachten en levenswijsheid van een geestelijk begeleider, als ontwikkelende krachten, zullen niet de grootste hobbel vormen. Lastiger is de min of meer verborgen valkuil van het ‘doel’, zowel bij de cliënt als de geestelijk werker. Tweede zin staat in schril contrast met doelgerichtheid en daarmee is het extra kwetsbaar.

Binnen de humanistiek zijn de meningen over het doel van geestelijke begeleiding verdeeld. Enerzijds is er een grote terughoudendheid voor expliciete doelgerichtheid, als een sta-in-de-weg voor de open ontmoeting. Mooren daarentegen spreekt over doelloosheid als een van de mythes binnen humanistisch geestelijke begeleiding. Hij meent dat -al is er geen behandelplan of vooraf beschreven resultaat- bij geestelijke begeleiding van doelloosheid geen sprake is. Een geestelijk begeleider kan bijvoorbeeld de zelfverwerkelijking van de cliënt bevorderen, reflectie bieden op bestaansvragen of mensen in contact brengen met hun verborgen levensvisie 12). Laceulle maakt duidelijk dat in geestelijke begeleiding -ondanks openlijke huiver die lijkt te bestaan over doelgerichtheid- gewerkt wordt vanuit een bepaald doel, maar dat juist dat doel vaak niet bewust wordt gehanteerd: “Toch denk ik tegelijkertijd dat geestelijk begeleiders vaak in een gesprek keuzes maken die wel degelijk geïnspireerd worden door een onuitgesproken - en problematischer- wellicht onbereflecteerd idee van wenselijkheid van een bepaalde ontwikkelingsrichting”¹³⁾.

We zien enerzijds een bepaalde afkeer van vooringenomenheid en een maatschappijkritische benadering van geestelijke verzorging als “een andere gang (...) dan in de opvattingen van de gevestigde orde wordt gezien en gehonoreerd”¹⁴), anderzijds is er de visie dat geestelijke begeleiding toch niet doelloos kan zijn. Als we humanisme typeren als een ‘realistisch optimistische benadering van de werkelijkheid met vertrouwen in de innerlijke kracht van mensen’, wat betekent dit dan voor omgang met tweede zin? Speelt juist het idee van een doel toch niet verraderlijk door in het contact? Kan de begeleider de langdurigheid van tweede zin aan? Wordt die niet toch mede gestuurd vanuit een idee van ‘vooruitgang’ of wenselijke richting? En geldt ook niet voor de cliënt dat echte bezinning lastiger is dan een streven naar voortgang? Tweede zin is de toon van twijfel, van niet-weten. We zagen het verband tussen tweede zin en dreigende fragmentatie en leegte. Kunnen antwoorden bij langdurige twijfel nog een rol hebben, is er meer dan erkenning en nabijheid? Hoe houdt de geestelijk begeleider, ondanks een voorgenomen ‘neutraliteit’, de leegte uit? Wat zijn de grenzen van de levensbeschouwing, van het vak, van de begeleider?

De menselijke (en professionele) wens van ‘nodig zijn’ en een doel bereiken, kan in conflict komen in een praktijk waarin het lastig is om een glimp van zinvolheid op te vangen. De officiële professionele wens dat de ander zelf tot inzicht moet komen, juist vanuit de gedachte van autonomie en zelfbestemming- kan strijden met andere -meer onbewuste- drijfveren. Hoe kan het eigen aandeel in het contact eerlijk worden bekeken? Hoe kan onbewuste ‘streverigheid’ of geloof in ontwikkeling worden verstaan?

Dit probleem geldt ook voor andere hulpverleners die omgang moeten vinden met leegte, met langdurig uitzichtloze processen. Toch is juist bij geestelijke begeleiding de last groot, omdat de begeleider niet primair kan terugvallen op de methode, maar zelf vanuit de eigen doorleefde levensvisie als “dienstbaar instrument” in het contact staat. Het vinden van een helpende houding juist bij het onwelgevallige, trage, doelloze, niet-maakbare is lastig, maar wel een belangrijke eis die gesteld mag worden aan de geestelijk begeleider. Eenzaamheid en isolement kunnen bij de cliënt langdurig overheersen en steeds weer de bepalende, onbestemde toon zijn. Ook jaren nadat een breukervaring heeft plaats gehad, kan blijken dat betekenis geven niet (meer) voldoet, dat moed toch maar een heel dun vliesje was op een verkild innerlijk. Dat vraagt van een geestelijk begeleider om uithoudingsvermogen in presentie, om extra bezinning op eerlijkheid, mildheid, (verborgen) doelgerichtheid.

Juist voor de professionaliteit van de geestelijk begeleider is bezinning op ruimte voor het menselijk tekort en onvermogen in een doelgerichte samenleving dan ook belangrijk. De ingebedheid van het individu in de maatschappelijke context mag niet over het hoofd gezien worden. Enerzijds is er de ‘eis’ om het verhaal van de cliënt als uniek menselijk verhaal te beluisteren en te beantwoorden, anderzijds is er de omringende werkelijkheid die niet weggedacht kan worden.

Een humanistisch mensbeeld van (uiteindelijke) verwachting en hoop, moet gewogen worden in onmacht en wanhoop. Tijd, geduld, echte nabijheid zijn factoren die in een proces van zinzoeken cruciaal zijn en steeds geldt dat de uitkomst niet zeker is. Dit past maar slecht in onze cultuur van nuttigheid en doelen willen halen.¹⁵ Al wordt afstand genomen van deze algemene denkwijze, al wordt een veilige schuilplek gecreëerd, ook de geestelijk begeleider maakt deel uit van deze cultuur. Met afstand nemen is de dominantie van doelgerichtheid niet verdwenen. Erkenning en nabijheid moeten doorleefde waarden zijn die kritisch bekeken moeten worden in een context van doelgerichtheid. Want ook een mens die ‘uiteindelijk’ geen

omgang vindt met de onafheid in het bestaan, wil niet alleen blijven. Daar zit een belangrijke opgave.

In deze zoektocht heb ik geprobeerd ruimte te vinden voor de moeizame kant van leven. Juist bij geestelijke verzorging moet die kant een veilig onderkomen vinden. Ik bepleit meer reflectie op de grenzen van het geestelijk werk en de onbewuste drijfveren van de begeleider, juist omdat het ontdekken en toelaten van tweede zin een gemakkelijk te kwetsen fragiliteit in zich heeft.

Dit tonen van de ‘andere kant van zin’, betekent niet dat ik geen oor zou hebben voor juist de openingen die kunnen ontstaan in of na het contact. Van Praag toonde de tweeslag in zin: via zelfaanvaarding en zelfbestemming in gemeenschap krachten kunnen delen. Die processen kunnen naast elkaar bestaan. Het is niet nodig zelfaanvaarding en zelfbestemming helemaal ‘uit te werken’ voordat er in gemeenschap gewerkt kan worden. Hillesum liet zien dat die twee processen, het proces naar binnen en het proces naar buiten eerst aarzelend en later steeds zekerder naast elkaar konden komen. Voor geestelijke begeleiding betekent dit dat de inspiratie niet hoeft te wijken voor de erkenning en nabijheid, het zijn geen gescheiden wegen.

Als het verlangen in tweede zin wordt aangeroerd en verstaan, door cliënt en begeleider, dan *kan* mogelijk ruimte komen om te gaan balanceren in de beweging van zin. We zagen in deel 2 dat de fragmentatie in tweede zin roept om invulling. De krachten die in mensen schuilen en kunnen worden aangeraakt en opgediept, soms na langdurige onbestemdheid, zijn in zichzelf een bron van ontzag en inspiratie. Werken aan de articulatie van moraal heeft een belangrijke bijdrage voor het gevoel van betekenis, zo zagen we bij eerder bij McAdams en Taylor. Ze geven een impuls aan het benoemen van ‘waar je voor staat’ en het herbronnen en uitspreken van waarden.

Soms veroorzaakt een kleine beweging een stroom. In geestelijke begeleiding kan het onthullen van waarden betekenisvol zijn, het kan een begin vormen van meer diepgang in zin en zelf. Dat zal niet om expliciet articuleren gaan, maar meer met subtiele ontdekkingen. De begeleider kan met vragen en voorbeelden deze kant van zin aanspreken. Het vergt, als steeds in geestelijke begeleiding, veel menselijk inzicht en voorzichtigheid om aan te voelen wat -in deze situatie voor deze persoon- antwoorden zijn op het verlangen dat zich in tweede zin kan manifesteren.

In dit derde deel van de zoektocht naar de waarde van tweede zin hebben we zin gezien als balanceerkunst, een tastende beweging waarbij niet alleen de actieve en positieve kanten moeten worden belicht. Voor de praktijk van geestelijke begeleiding geldt dat in deze beschrijving van zin een opdracht zit. Wie de ander wil bijstaan, moet in het contact ook echt durven meebewegen: tussen zinloos en zinrijk en alles wat daartussen zit en zo nodig weer terug. Ook moet het onderliggende ‘doel’ van de begeleiding, of dat nu het vinden van een doorleefde levensvisie, van geestelijke weerbaarheid of een spirituele ontwikkeling is, goed bereflecteerd worden. Want de valkuil van het moeilijk (h)erkennen of toch willen toedekken van tweede zin, aan de kant van de cliënt en aan de kant van de begeleider, is niet denkbeeldig. Het echt erkennen van tweede zin, in jezelf en bij de ander, vraagt om mildheid, moed en wijsheid die niet overdraagbaar zijn, maar wel in geduld en nabijheid kunnen worden voorgeleefd.

3.4 Conclusie van zin als beweging

In dit laatste deel van de zoektocht stonden twee deelvragen centraal. Allereerst de vraag: hoe kan tweede zin worden begrepen en/of nader worden uitgewerkt in inzichten over zingeving? We hebben gezien dat het begrip zingeving beperkend is. Hierin wordt nadruk gelegd op denken en doen, op autonomie en eigen kracht en daarmee is er weinig aandacht voor andere wezenlijke krachten. In de begripskeuze zingeving komt heelheid in de betekenis van ‘alle facetten omvattend’ niet uit de verf. Het begrip zinvinden past beter bij de twijfelende kanten in het zelf. Het is een passender benaming voor het fragiele proces tussen twijfel, niet willen en zich mogelijk toch openstellen voor de werkelijkheid.

Zin zien als balanceerkunst, als een tastende beweging tussen de polen van menselijk streven, waarbij niet slechts de actieve en positieve kanten worden belicht, biedt ook ruimte aan een goede omgang met tweede zin. Erkennen is daarbij een uitgangspunt. De waarde van tweede zin zit in het toelaten van alle -ook de tegenstrijdige en mindere- kanten van het zelf. Het aanvaarden van het zelf biedt een mogelijke basis voor diepere, rijkere zin, al is dit geen rechte weg of vaststaande route.

Tot slot is de vraag bekeken wat tweede zin betekent in de praktijk van de humanistisch geestelijk verzorger. Al lijkt er op het eerste gezicht een vanzelfsprekende relatie tussen geestelijke verzorging en tweede zin, tweede zin als langdurig gevoel van onbestemdheid vraagt van de geestelijk verzorger om echt meebewegen met de cliënt. Uithoudingsvermogen in presentie en meer expliciete reflectie op doelen, op de eigen levensvisie en op de grenzen van het vak zijn nodig om tweede zin in openheid en wijsheid tegemoet te treden.

3.4.1 Nogmaals het begrip tweede zin

Tweede zin is een complex en breed begrip. De bijgestelde beschrijving heeft ons dit getoond:

Tweede zin duidt op een gevoeligheid, op anders kijken, in en voorbij het alledaagse. De tweede zin is een blijvend besef van eindigheid, van kwetsbaarheid dat dagelijkse ervaringen kleurt. De grondtoon van het leven klinkt anders vanuit een gevoeld gemis dat zich niet (meer) laat vullen met ‘alledaagse’ zin. Ervaringen van isolement, van dolen, van angst die het denken te boven gaat, werken door. Dit besef van broosheid, nietigheid dringt diep door, wordt tot een bron van anders kijken en zoeken.

De tweede zin wordt gekenmerkt door polariteit. Zoeken naar innerlijke wijdte en naar houvast. Enerzijds antwoorden willen verkennen, anderzijds verlamming, isolement. Tweede zin bevat herijking, maar ook zinloosheid en bevangenheid. Twijfel, niet-weten, is een belangrijk gevoel dat de tweede zin voedt.

Tweede zin kan tot een beter, zinvoller leven leiden, maar dat gebeurt niet noodzakelijk. Tweede zin is meer dan een onderbreking van alledaagse zin, het is een eigen dimensie binnen zin.

Het begrip vindt aansluiting bij een grondgevoel van onbestemdheid dat kan worden ingegeven door twijfel, angst, eenzaamheid, door depressieve gevoelens, door (te) veel tegenslag, te weinig begrip. Het brengt een kijk mee die het alledaagse kleurt. Het gevoel kent ook een meer verlangende kant. Tweede zin kan zich langdurig in de diepte roeren, maar toont zich met moeite aan de oppervlakte. We kregen zicht op de ingewikkeldheid van het toelaten van tweede zin en op het openen van andere lagen van het zelf. De woorden van Judith Herzberg, waarmee we deze zoektocht begonnen, zijn veelzeggend :

Eigenlijk ernstiger dan hij
met zijn schampere grapjes
over wat hij nauwelijks droefenis
en letsel durft noemen,
staat zij hem toe te lachen
en wacht tot hij gelachen heeft.
Hoofd leeg, moe, toegenegen.

Het begrip tweede zin is waardevol gebleken omdat het ons op een spoor heeft gebracht van vergelijkingen met andere begrippen en dat gaf inzicht en verrijking. Toch roept het gebruik vooral vragen op vanwege het 'ongewone', 'onbekende'.

In de titel van deze scriptie heb ik daarom gekozen voor 'de andere kant van zin'. Dit is ook een breed begrip, maar op een bepaalde manier eenvoudiger te hanteren. Ik kies met de andere kant van zin voor een benadering van zin waarbij de schaduwzijden ook echt deel uit maken van zin, zoals ze ook deel uit maken van het zelf. Meer bewuste aandacht voor die andere kant van zin en de andere kant van zelf is gewenst, juist omdat we zo graag om de schaduw heen lopen.

Conclusie van het onderzoek

In deze humanistische zoektocht naar de plaats van ‘tweede zin’ binnen de dynamiek van het zinzoekend zelf hebben we de notie tweede zin als een eigen dimensie in denken over zin en zelf nader bekeken. De zoektocht werd ingegeven vanuit de intuïtie dat zinzoeken en zinvinden een moeizaam proces kan zijn dat meer is dan een tijdelijke onderbreking van het gewone leven.

Het begrip tweede zin is ontleend aan Andriessen, die daarmee de intuïtie ondersteunde dat wie op de broosheid en onafheid van het bestaan is gestoten een langdurige of blijvende andere kijk op het leven, op zin kan ontwikkelen. Die andere kijk wordt gekenmerkt door polariteit, wel willen en niet kunnen, verlangen en angst, waarbij twijfel en onbestemdheid belangrijke gevoelens zijn. De vraag naar tweede zin is relevant voor een humanistisch perspectief waarin zelf zin vinden in het bestaan als mensenwerk wordt gezien.

Om meer zicht te krijgen op de waarde van het complexe begrip tweede zin is het vergelijken met aanverwante begrippen de eerste stap geweest. Het zoeken naar verwantschap en verheldering in deel 1 gaf een kijk op zin waarin vele facetten van het zelf, inclusief tegenstellingen en paradoxen van het leven, onderdak kunnen krijgen. Tweede zin neemt de plek in van ‘de andere kant van zin’ waarin vervulling ver te zoeken is, waar twijfel domineert. De diepgaande werking van tweede zin brengt een andere waarneming voort die zin bepaalt, als een grondtoon die door klinkt in het leven. Tweede zin als meer permanent gevoel sluit aan bij een gevoel van gemis, een menselijk verlangen naar heelheid, naar ontsluiting van het mysterie van het leven. In dit gemis zit een mogelijke opstap naar meer en diepere zin.

In deel 2 is tweede zin in het zelf nader bekeken. Twee visies op het zelf die in de humanistische context passen, waren daarbij onderwerp van onderzoek: de visie op het dialogisch zelf van Hermans en de narratieve visie op het zelf van McAdams. We hebben gezien dat het dialogisch zelf ruimte geeft aan veel tonen, in de innerlijke dialoog is ook plek voor dissonanten en daarmee voor de toon van tweede zin. In de visie van Hermans vinden we een opvatting over zin als waarde van jezelf leren kennen, ook in de mindere kanten: zelfkennis en zelfaanvaarding als basis voor zinnig leven. De narratieve kijk op het zelf van McAdams legt zin meer buiten het zelf: wie buiten het zelf durft te zoeken naar overstijgende waarden, versterkt het zelf en versterkt de zin. Daarmee is de vraag naar de mogelijk morele of levensbeschouwelijke leegte die tweede zin vertolkt naar voren gekomen. Via deze visies op het zelf zijn we in contact gekomen met wat Jaap van Praag humanistische antwoorden op het leven noemde: zelfbestemming en verbondenheid.

In het derde en laatste deel van de zoektocht is gekeken naar gangbare visies op zingeving, waarin de nadruk ligt op de positieve, zinrijke kanten van zin. Deze nadruk beperkt het zicht op de vele bewegingen in het zelf en beperkt erkenning van de andere kanten.

De schaduwzijden in het zelf bezitten een waarde die binnen het denken over zinvol leven meer aandacht zou moeten krijgen. Zin breder opgevat als balanceren tussen de polen van menselijk streven maakt plek voor de omvattendheid van het zinzoekend zelf, in positieve *en* negatieve zijden. Deze omschrijving van zin als beweging biedt ruimte aan het fragiele proces van zinvinden. Hierin is ook de waarde van tweede zin terug te vinden; het aanvaarden van het gehele zelf, dus ook het aanvaarden van het langdurig onbestemde van tweede zin, past

binnen het idee van zin als meer tastende beweging en geeft een mogelijke basis voor diepere, rijkere zin. Erkenning van tweede zin is daarbij een belangrijke stap, juist omdat tweede zin zich maar moeilijk laat ontdekken.

Dit onderzoek naar tweede zin is verricht binnen de afstudeervariant Geestelijke Begeleiding. Het brede begrip tweede zin is vooral theoretisch zin verkend, een concrete casus of context die meer zicht op de praktijk van humanistisch geestelijk begeleiding zou werpen, is niet aanwezig. Het belang van tweede zin in de praktijk van geestelijk werk is dan ook toegespitst op de meer algemene deelvraag naar wat omgang met langdurige twijfel en onbestemdheid in de praktijk kan betekenen. In humanistisch geestelijke begeleiding lijkt borging van het fragiele proces van zin in het zelf vanzelfsprekend en juist daarin zit een mogelijke valkuil, want het moeilijk (h)erkennen en toch willen toedekken van langdurige tweede zin is niet denkbeeldig. Meer reflectie op de grenzen van het geestelijk werk en de (on)bewuste drijfveren van de begeleider en cliënt zijn nodig. Voor de geestelijk begeleider geldt dat de ander bijstaan betekent samen met de ander echt durven meebewegen in het tasten naar zin.

Samenvatting

In dit onderzoek staat de notie tweede zin centraal. Deze notie is ontleend aan de theoloog Herman Andriessen en wordt omschreven als “een andere kijk op de wereld, een blijvende gevoeligheid in het zelf vanuit een gevoeld gemis dat zich niet (meer) laat vullen met ‘allegaagse’ zin”. Deze gevoeligheid wordt gekenmerkt door twijfel en onbestemdheid, maar bevat ook verlangen. De vraag naar deze blijvende tweede zin is relevant binnen een humanistische context waarin zelf zin vinden in het bestaan als mensenwerk wordt gezien.

In deel 1 is het complexe begrip tweede zin vergeleken met aanverwante begrippen als tweede onschuld, tweespalt, tweede geborenen, positieve melancholie. Ook is het nagelaten werk van Etty Hillesum als bron gebruikt. In deze zoektocht is zin naar voren gekomen als een brede dimensie in het zelf waarin vele facetten van het zelf, inclusief tegenstellingen en paradoxen van het leven, onderdak kunnen krijgen. Tweede zin als meer permanent gevoel van twijfel en onbestemdheid vindt aansluiting bij het menselijk verlangen naar heelheid, naar ontsluiting van het mysterie van het leven. Dit verlangen dat ook deel is van tweede zin, biedt een mogelijke opstap naar meer en diepere zin.

In deel 2 is tweede zin in het zelf nader bekeken. Twee visies op het zelf kwamen aan bod: de visie op het dialogisch zelf van Hermans en de narratieve visie op het zelf van McAdams. In de visie van Hermans kan tweede zin worden gehoord als toon in de innerlijke dialoog. Tweede zin sluit in deze opvatting aan bij de waarde van jezelf leren kennen, ook in de mindere kanten. Zelfkennis en zelfaanvaarding bieden een basis voor zinnig leven. In de narratieve kijk op het zelf van McAdams is voor tweede zin wel ruimte, maar deze benadering legt zin meer expliciet buiten het zelf: wie buiten het zelf durft te zoeken naar overstijgende waarden, versterkt het zelf en versterkt de zin.

In deel 3 is gekeken hoe tweede zin zich verhoudt tot gangbare visies op zingeving, waarbij de nadruk ligt op de positieve kanten van zin. Die visies beperken het brede idee van zin zoals dat in dit onderzoek naar voren is gekomen. Daarin is de waarde aanwezig van het aanvaarden van het gehele zelf, dus ook het langdurig onbestemde dat tweede zin kenmerkt. Juist de schaduwzijden in het zelf bezitten een waarde die binnen het denken over zinvol leven meer aandacht moet krijgen. De ‘actieve’ kant van het humanistische denken, met nadruk op zingeving en actorschap, lijkt in contrast te staan met het nadenken over fragiele en onaffe processen in het zelf. Voor geestelijke begeleiding betekent tweede zin dat omgang met langdurige twijfel en onbestemdheid in de praktijk van het geestelijk werk vraagt om meer reflectie op de grenzen van het geestelijk werk en de (on)bewuste drijfveren van de begeleider en cliënt.

Aan het einde van de zoektocht wordt de complexe en wat verwarrende term ‘tweede zin’ vervangen door ‘de andere kant van zin’. Hiermee wordt de voorgestelde brede benadering van zin geaccentueerd, een benadering waarin ook aandacht is voor schaduwzijden in de dynamiek van het zinzoekend zelf.

Noten

Vooraf

1. Het gedicht van Judith Herzberg geciteerd in: Warmenhoven, O. (1985). Om te bestaan, over andragologie. Een collegecyclus. Utrecht: Pascal, p.50

Inleiding

1. Andriessen, H.C.I. (1998). Volwassenheid in perspectief, Inleiding tot de psychologie van de volwassen levensloop. Assen: Van Gorcum, p.201
2. Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.18
3. Harry Stroeken beaamt dat in zijn boekje 'Zoeken naar zin, psychotherapie en existentiële vragen', p.35: *De zin van het leven niet zien, hoeft niet te betekenen dat men op weg is naar een depressie. (...) Toch is het zeker waar dat de (on)vriendelijkheid van de wereld en het universum iemands levensgevoel medebepaalt. Of de mensen, jijzelf en de dingen je fundamenteel betrouwbaar voorkomen of niet, maakt een groot verschil. Of je al of niet tot vrede komt met je bestaan. Tobberig piekeren over de zin van het leven kan wellicht een factor zijn in een depressie, maar metafysica hoeft geen topperij in te houden.*
4. Berk, T. van den (2001). Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn. Zoetermeer: Meinema.
5. Idem, p.47
6. Hillesum, E. (1986). Ety. De nagelaten geschriften van Ety Hillesum 1941-1943. Amsterdam: Balans.
7. Sam Dresden geciteerd in H.A. Alma (2005). Religieuze feesten als serieus spel. Een godsdienstpsychologische benadering. Lezing Studium Generale: de festivalisering van het dagelijks leven, Universiteit Leiden en Universiteit voor Humanistiek.
8. Bieri, P. (2006). Het handwerk van de vrijheid. Over de ontdekking van de eigen wil. Amsterdam: Wereldbibliotheek, p.374
9. Zie achterflap van H.A. Alma en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP.
10. Jorna, T. (2008). Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding. Amsterdam: SWP, p.10

Deel 1 Verkenning van tweede zin

1.1 Terug naar de bron

1. Zie voor een beschrijving van zingeving bijvoorbeeld www.humanistischverbond.nl
2. Twee gedichtjes die Harry Stroeken aanhaalt in 'Zoeken naar Zin. Psychotherapie en existentiële vragen' zijn in dit verband veelzeggend.
De vrolijke niet-weter: Ich komme, ich weiss nicht woher/ Ich bin, ich weiss nicht wer/ Ich sterb', ich weiss nicht wann/ Ich geh', ich weiss nicht wohin/ Mich wundert's, dass ich frohlich bin,
kan vergeleken worden met de treurige-weter: Ich lebe und weiss wohl wie lange/ Ich sterbe und weiss wohl wann/ Ich fahre aus, weiss wohl wohin/ Mich wunder's, dass ich traurig bin.
3. Citaten uit: H.C.I. Andriessen (1998). Volwassenheid in perspectief, Inleiding tot de psychologie van de volwassen levensloop. Assen: Van Gorcum, p.201/2
4. Andriessen, H.C.I. (1992). Ervaren van zin. Ouder worden, zingeving en de bijdrage van de psychologie. In: H.A. Schreuder (red.) Zin in het leven. Over zingeving en ouder worden. Zoetermeer: Meinema.
5. Idem, p.32
6. Idem, p.33
7. Idem, p.37/8
8. In: Derkx, P. (1993) Wat is humanisme? In: Paul Cliteur en Douwe van Houten (red.), Humanisme: theorie en praktijk. Utrecht: De Tijdstroom, p.108/9.
9. Zie bijvoorbeeld R.F. Baumeister (1991). Meanings of life. New York: Guilford Press.

1.2 Op zoek naar verheldering en verwantschap

1.2.1 Etty Hillesum

1. Abel Herzberg zegt het zo: (...) *Het is de tegenkracht die je ontwikkelen kunt en ontwikkelen moet. Tegenover die haat - die ze zo verfoeit - moet je het menselijke, de mensenliefde plaatsen. Uit dit boek lees je dat dat geen praat is van conventionele aard, maar werkelijk beleefd wordt in omstandigheden die onvergelijklijk bitter slecht zijn. Dat is toch wel buitengewoon groot, daarvoor moet je een groot mens zijn.* Herzberg geciteerd in Jorna, T. (2005). De grote gevoelens en verbondenheden in hun afgeronde geheel. Over mensenliefde en religiositeit in het werk van Etty Hillesum. In: Duyndam, J., M. Poorthuis en T. de Wit (red.) (2004). Humanisme en religie. Delft: Eburon, p.215.
2. In: De Costa, D. (1996). Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit. Amsterdam: Balans, p.33
3. Idem, p.34
4. De nagelaten geschriften van Etty Hillesum bevatten dagboeken en brieven. Ik gebruikte de versie uit 1986: Hillesum, E. (1986). Etty. De nagelaten geschriften van Etty Hillesum 1941-1943. Onder redactie van Klaas A.D. Smelik. Amsterdam: Balans.
5. In: De Costa, D. (1996). Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit. Amsterdam: Balans, p.37
6. Idem, p.241
7. In: Andriessen, H.C.I.(1992). Ervaren van zin. Ouder worden, zingeving en de bijdrage van de psychologie. In: H.A. Schreuder (red.) Zin in het leven. Over zingeving en ouder worden. Zoetermeer: Meinema, p.33
8. De Costa wijst op het verschil in de manier van schrijven dat is waar te nemen tussen de dagboeken en de brieven uit Westerbork: *Terwijl ze eerst schreef om te behouden, uit bezitsdrang, schrijft ze steeds meer om te geven, aan anderen. Deze accentverschuiving getuigt van een openheid naar het andere en de ander. (...) Ze sluit zich niet langer op in de beschutte binnenwereld, maar kijkt de werkelijkheid met open ogen aan.* In: De Costa, D. (1996). Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit. Amsterdam: Balans, p.255
9. In: Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.18.
10. In: Jorna, T. (2008). Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding. Amsterdam: SWP zien we een visie op spiritualiteit terug als de ontwikkeling van het ik van individu tot enkeling. Deze beschrijving past ook op de ontwikkeling van Etty Hillesum: het kleine ik wordt van individu een (ruimhartige) enkeling.
11. In: De Costa, D. (1996). Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit. Amsterdam: Balans, p.301
12. Idem, p.34

1.2.2 Tweede onschuld

1. In: De Costa, D. (1996). Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit. Amsterdam: Balans, p.255
2. Berk, T. van den (2001). Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn. Zoetermeer: Meinema.
3. Idem, p.10
4. Idem, p.14
5. Idem, p.23
6. Idem, p.15/6
7. Idem, p.42
8. Idem, p.42/3
9. Idem, p.44
10. Idem, p.48
11. Idem, p.49
12. Idem, p.46
13. Idem, p.46
14. Idem, p.59

15. Idem, p.49

1.2.3 Tweespalt

1. Berk, T. van den (2001). *Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn*. Zoetermeer: Meinema, p.27
2. Hermsen, J.J. (2009). *Stil de tijd. Pleidooi voor een langzame toekomst*. Amsterdam, Arbeiderspers.
3. Idem, p.215
4. Idem, p.220 en p.221
5. Idem, p.228
6. Idem, p.215
7. Idem, p.225 en p.226

1.2.4 Zieke zielen of tweede geboren

1. Ik heb gebruik gemaakt van de vertaling van het werk 'The Varieties of Religious Experience, a study in human nature': James, W. (2005,1902). *Vormen van religieuze ervaring. Een onderzoek naar het wezen van de mens*. Amsterdam: Abraxas.
2. Idem p.359
3. Zie bijvoorbeeld een interview met hoogleraar in de cognitieve neurowetenschap Victor Lamme in NRC Handelsblad van 19/20 juni 2010: 'Het 'ik' als kwebbeldoos'. Daarin vinden we recente inzichten vanuit de neurobiologische hoek over het menselijk bewustzijn. Deze visie is tamelijk onthutsend voor wie leeft met een bepaald idee van autonomie en actorschap van het zelf. Lamme ziet niet het zelfbewustzijn als 'de baas', maar het machtige brein zelf. Ons zelfbewustzijn is in zijn visie een vrij toevallig onderdeelje van dat brein. Dit introspectieve deel, de 'kwebbeldoos', kijkt slechts toe.
4. James, W. (2005,1902). *Vormen van religieuze ervaring. Een onderzoek naar het wezen van de mens*. Amsterdam: Abraxas, p.110
5. Idem, p.118
6. Idem, p.118/9
7. De Costa schrijft uitgebreid over het godsbeeld bij Etty Hillesum. God is voor Hillesum haar essentie, haar diepste zelf. Geen transcendente God, maar een immanente God die diep in haar woont en overeenstemt met haar dromen en gedachten. Een illustratief citaat in dit verband: *Er is niemand anders meer, die me helpen kan. (...) Het geeft me helemaal geen verarmd gevoel, eerder een rijk en rustig: God en ik zijn nu helemaal alleen achtergebleven* (p.577-578). Zie De Costa, D. (1996). *Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit*. Amsterdam: Balans, p.279-285.
8. In: Taylor, Ch. (2003). *Wat betekent religie vandaag?* Kapellen: Pelckmans, p.61
9. Idem, p.61
8. James, W. (2005,1902). *Vormen van religieuze ervaring. Een onderzoek naar het wezen van de mens*. Amsterdam: Abraxas, p.124
9. Idem, p.119
10. In: De Costa, D. (1996). *Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit*. Amsterdam: Balans, p.255.

1.2.5 Positieve melancholie

1. In: Hermsen, J.J. (2009). *Stil de tijd. Pleidooi voor een langzame toekomst*. Amsterdam, Arbeiderspers, p.225.
2. Zie: Alma, H.A. (2005). *Religieuze feesten als serieus spel. Een godsdienstpsychologische benadering. Lezing Studium Generale: de festivalisering van het dagelijks leven*, Universiteit Leiden en Universiteit voor Humanistiek.
3. Dresden, S. (1987). *Wat is creativiteit? Een essay*. Amsterdam: Meulenhoff, p.212. Geciteerd in Alma, H.A. (2005). *Religieuze feesten als serieus spel. Een godsdienstpsychologische benadering. Lezing Studium Generale: de festivalisering van het dagelijks leven*, Universiteit Leiden en Universiteit voor Humanistiek.
4. In: Alma, H.A. (1998). *Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof*. Kampen: Kok, p.297
5. Idem, p.290/1

6. Idem, p.291
7. Idem, zie noot 13, p.291

Deel 2 Verkenning van het zelf

2.1 Het begrip 'zelf'

1. Citaat van William James uit 'The principles of psychology' (1890) genoemd en vertaald in: Kohnstamm, D. (2002). Ik ben ik. De ontdekking van het zelf. Amsterdam: De Bezige Bij, p.153/4
2. Zie ook: Alma, H.A. (1998). Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof. Kampen: Kok, p.70: *Hoewel er reden genoeg is om het zelf op te vatten als een voortgaande conversatie in plaats van een consistente monoloog, blijft dit uitgangspunt voor de moderne westerse mens in zekere zin tegen-intuïtief. Ondanks de veranderingen die we in de loop van ons leven ondergaan, hebben we immers de ervaring van een min of meer continue identiteit. Deze continuïteit wordt verondersteld in de identiteitsvraag 'Wie ben ik?', maar ook in populaire uitdrukkingen als 'zichzelf zijn', 'zichzelf ontdekken' en 'zijn ware zelf laten zien'.*
3. De relatie tussen materieel, sociaal en innerlijk zelf is sterk. Het antwoord op de vraag *wie ben ik?* zal ook meestal verschillende categorieën omvatten waarbij materiële, lichamelijke, sociale componenten sterk vertegenwoordigd zijn. Vgl. ook Bourdieu genoemd in H.A. Alma en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.24. Bourdieu meent dat de individuele ruimte voor zingeving erg wordt beperkt door de volledig sociale vorming van het zelf. Gezien het kader van de scriptie is een beperking tot innerlijk zelf op zijn plaats met inachtneming van het grotere verband waarin een zelf zich manifesteert. We zullen zien dat de rol van 'buiten het zelf' vaak groot is en altijd in wisselwerking met het innerlijk zelf staat.
4. Zie Kohnstamm, D. (2002). Ik ben ik. De ontdekking van het zelf. Amsterdam: De Bezige Bij, p.33/4
5. Zie verkenning van tweede zin in deel 1, 1.2.3: Tweespalt
6. Zie: Kohnstamm, D. (2002). Ik ben ik. De ontdekking van het zelf. Amsterdam: De Bezige Bij, p.153
7. Idem, p.150
8. Idem, p.154/5
9. Idem, p.160, Kohnstamm over Mead
10. Zie bijvoorbeeld over Meads transactionele sociale psychologie: H.A. Alma (1998). Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof. Kampen: Kok, p.30 e.v.
11. Het idee van geleidelijkheid in de ontwikkeling van het zelf vinden we niet alleen bij Mead, maar bij de meeste onderzoekers. Een verrassende bijdrage in de ideeën over het zelf is te vinden bij voormalig hoogleraar psychologie Dolph Kohnstamm. In 2002 verscheen zijn boekje 'Ik ben ik, de ontdekking van het zelf' waarin hij de plotse ontdekking van het zelf in de kindertijd onderzoekt. Dit ontdekken van het zelfbewustzijn blijkt voor velen een bijzondere herinnering. Interessant is dat dit plotse zelfinzicht, of liever zelfervaren, niet wordt genoemd in de geschiedenis van de psychologie, zo stelt Kohnstamm.
12. Zie: Alma, H.A. (1998). Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof. Kampen: Kok, p.83.
13. Idem, p.86
14. Zie: Jorna, T. en D. de Costa (1999). Van aandacht en adem tot ziel en zin. Honderd woorden uit het levensbeschouwende idioom van Etty Hillesum. Utrecht: Kwadraat, p.181

Wie ben ik? Zelf in context

1. Hermans, H.J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen.
2. Berk, T. van den (2001). Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn. Zoetermeer: Meinema, p.21
3. Hermsen verwoordt de visie van Peter Sloterdijk in: J.J. Hermsen (2009). Stil de tijd. Pleidooi voor een langzame toekomst. Amsterdam, Arbeiderspers, p. 219/220

4. Zie Hermans, H.J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen, p.21
5. Idem, p.22. Hermans verwijst naar: R.N. Bellah et al (1985). Habits of the heart: Individualism and commitment in American Life. Berkeley: University of California Press.
6. Idem, p.24 Hermans verwijst naar: K.J. Gergen (1991). The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life. London: Sage.
7. Idem, p.25
8. Idem, p.26
9. Zie: Taylor, Ch. (1989). The sources of the self. The making of modern identity. Cambridge: Harvard University Press en Taylor, Ch. (2007). Bronnen van het zelf. Rotterdam: Lemniscaat.
10. Zie Hanne Laceulle over Charles Taylor. Presentatie Goed Ouder Worden Groep, congres Londen juli 2010.
11. In: Wal, K. van der (2008). Humaniteit. Uitdagingen en perspectieven voor een eigentijds humanisme. Kampen: Klement Pelckmans, p.55

2.2 De mens als verhalenverteller, twee visies op het zelf

1. Hubert Hermans heeft veelal met anderen gewerkt aan de theorie van het dialogisch zelf en de ZKM-methode. Voor het leesgemak verwijs ik naar ‘Hermans’.

Gebruikte literatuur:

- Hermans, H.J.M., E. Hermans-Jansen, en W. van Gilst (1985). De grondmotieven van het menselijk bestaan. Hun expressie in het persoonlijk waarderingsleven. Lisse: Swets & Zeitlinger.
- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen. (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen.
- Hermans, H.J.M. en H.J.G. Kempen (1993). The dialogical self; Meaning as movement. San Diego: Academic Press.
- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen, E. (1995). Self-narratives. The Construction of Meaning in Psychotherapy. New York: The Guilford Press.
- Hermans, H. J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen.
2. Zie: McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press.

2.2.1 Het dialogisch zelf, theorie en toepassing van Hermans

1. Zie: Alma, H.A. (1998). Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof. Kampen: Kok, p.70-73
2. Hermans, H.J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen, p.29.
3. Idem, p.26
4. Idem, p.26
5. Idem, p.27
6. Idem, p.28
7. Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.46
8. Idem, p.46/7

ZKM: zelfonderzoek via persoonlijke reconstructie en waardering van gevoelens

1. Gebruikte literatuur voor ZKM-onderdeel:

- Hermans, H.J.M., E. Hermans-Jansen en W. van Gilst (1985). De grondmotieven van het menselijk bestaan. Hun expressie in het persoonlijk waarderingsleven. Lisse: Swets & Zeitlinger.
- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen.
- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1995). Self-narratives. The Construction of Meaning in Psychotherapy. New York: The Guilford Press.
- Hermans, H. J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen.

2. Zie: Hermans, H.J.M., E. Hermans-Jansen, en W. van Gilst, (1985). De grondmotieven van het menselijk bestaan. Hun expressie in het persoonlijk waarderingsleven. Lisse: Swets & Zeitlinger, p.159/160.
3. Illustratie uit: Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.26
4. Illustratie uit: idem, p.29
5. Idem, p.90
6. Idem, p.47

Het dialogisch zelf als brede basis voor zin

1. Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.67
2. Idem, p.90

2.2.2 Het zelf als mythe bij McAdams

1. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.11
2. Idem p.34/35
3. Idem, p.40
4. Zie Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.58-61
5. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.47
6. Idem, p.81
7. Idem, p.117/8
8. Idem, p.131
9. Idem, p.134
10. Illustratie, Idem, p.124
11. Idem, p.268/9
12. Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.12

De narratieve theorie van McAdams in de praktijk

1. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.274

Kanttekeningen bij de visie van McAdams

1. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.166
2. Idem, p.97
3. Idem, p. 92
4. Idem, p.174
5. Idem, p.279

Zelf, zin en moraal in het narratieve zelf van McAdams

1. Hermans, H.J.M. (2006). Dialoog en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte. Soest: Nelissen, p.26
2. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.174
3. Idem, p.265
4. Zo zien we in Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.85-104 de visie van Charles Taylor uitgebreid aan bod komen. Het boek 'Sources of the Self' is ook onderdeel van het mastergedeelte van de studie Humanistiek.

5. Taylor beschreven in: Dohmen, J. (2010). De onontkoombare reis naar de diepte. In: Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.88
6. Idem, p.85
7. McAdams, D.P. (1993). The stories we live by. Personal myths and the making of the self. New York: Guilford Press, p.34/5
8. Idem, p.174

2.3 Conclusie van de verkenning van het zelf

1. Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.90
2. Zie: Praag, J.P. van (1978). Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens -en denkwereld. Meppel: Boom, p.14/15

Deel 3 Zin als beweging

1. Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.19-23
2. Jan Romeijn in deel 1, geciteerd uit: Derkx, P. (1993). Wat is humanisme? In: Paul Cliteur en Douwe van Houten (red.) Humanisme: theorie en praktijk. Utrecht: De Tijdstroom, p.108/9.
3. Zie: Praag, J.P. van (1978). Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens -en denkwereld. Meppel: Boom p.236
4. Idem, p.237

3.1 Zin-geving of zin-vinding

1. Zie: Alma, H.A. (2005). 'De parabel der blinden'. Psychologie en het verlangen naar zin. Utrecht: Humanistics University Press (oratie), p.22
2. Idem, p.14
3. Zie Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn, p.63. Hier wordt gewezen op het gevaar van fixatie op een van de grondmotieven zelfbevestiging en verbondenheid.
4. Zie: Alma, H.A. (2005). 'De parabel der blinden'. Psychologie en het verlangen naar zin. Utrecht: Humanistics University Press (oratie), p.22
5. Idem, p.22
6. Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan. Baarn: Nelissen, p.48.
7. Zie: Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.19-23
8. Hillesum in Jorna, T. en D. de Costa (1999). Van aandacht en adem tot ziel en zin. Honderd woorden uit het levensbeschouwelijk idioom van Etty Hillesum. Utrecht: Kwadraat, p.104/5
9. Zie de opmerking over de levensbeschouwelijk 'magere' formulering van de uitgangspunten van Humanistisch Verbond, met nadruk op rationaliteit en verantwoordelijkheid in: Alma, H.A. en A. Smaling (2010). Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin. Amsterdam: SWP, p.34. Er zijn binnen humanistische kringen, zeker binnen de kring van humanistisch geestelijk begeleiders, andere tendensen hoorbaar, maar het geluid van 'autonomie' en 'ratio' lijkt dominant. Zie bijvoorbeeld ook: IJssel S. van (2007). 'Daar humanisten het niet zo over'. Over de rol van spiritualiteit in het leven en werk van humanistisch geestelijk raadslieden. Delft: Eburon.
10. Alma, H.A. (1998). Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof. Kampen: Kok, p.84/85.
11. Jorna, T. (2008). Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding. Amsterdam: SWP, p.93/4
12. Het zelf zoals we dat hebben leren kennen in deel 2, kan niet worden gesplitst in een innerlijk en een uiterlijk zelf, een mens leeft lijfelijk in contact met anderen in een context. Het idee van 'zin in het zelf' en 'zin van buiten het zelf' lijkt dan ook vreemd, hoewel de tegenstelling wel wordt gebruikt als onderscheid tussen meer ik-gerichtheid en meer gemeenschap-gerichtheid. Waar ik op doel is het

zoeken van bronnen die niet aansluiten bij wat wezenlijk is voor het zelf. Het vinden van bijvoorbeeld goede werken, die wel afleiding brengen en een tijdelijk 'goed gevoel van betekenis' geven, maar niet het zelf 'zinnigheid' schenken. Daarmee blijven deze goede werken aan de 'buitenkant' van zin.

13. Uitdrukking van Andriessen, uit: Andriessen, H.C.I. (1998). *Volwassenheid in perspectief, Inleiding tot de psychologie van de volwassen levensloop*. Assen: Van Gorcum, p.201/2

3.2 De kunst van het balanceren en een goede omgang met tweede zin

1. Zo wees Van Praag op: *het tekort aan zelfaanvaarding als karaktertrek van –gedesoriënteerde-mensen. (...) men heeft een fundamenteel gevoel van tekortschieten en stoort zich voortdurend aan het tekort van anderen*. Zie: Praag, J.P. van (1978). *Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens -en denkwereld*. Meppel: Boom, p.206

2. Zie: Berk, T. van den (2001) *Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn*. Zoetermeer: Meinema, p.59

3. Jorna, T. (2008). *Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding*. Amsterdam: SWP, p.176

4. Hillesum over 'innerlijk' geciteerd in: Jorna, T. en D. de Costa (1999). *Van aandacht en adem tot ziel en zin. Honderd woorden uit het levensbeschouwende idioom van Etty Hillesum*. Utrecht: Kwadraat, p.238

5. Zie: Praag, J.P. van (1978). *Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens -en denkwereld*. Meppel: Boom, p.236

6. Een recent commentaar op de neiging tot doenerigheid is te lezen in een gesprek met psychiater Frans Jacobs, *Groene Amsterdammer* 09/09/2010: *Misschien gaat onder de gedachte van "het lot in eigen handen nemen" met alle streberigheid en jachtigheid van dien, toch een vorm van verwekelijking schuil: de weigering om de eindigheid onder ogen te zien. Het leven is opbloeien, bloeien en verwelken. Ik pleit voor meer bewustzijn van de eindigheid van het bestaan, dan verwacht je minder heil. Het is een prachtige paradox.*

3.3 Geestelijke begeleiding als meebewegen

1. Zie voor tweede naïviteit: Ricoeur in Hetteema, T.L. (1997). *De hermeneutiek van Ricoeur; interpreteren aan de grenzen van het subject*. In: *Wijsgerig perspectief* 37, p.140-144

2. Zie masterscriptie Hanne Laceulle hoofdstuk 3: Laceulle, H. (2009). *Ouder worden: een nieuw perspectief? Gerotranscendentie, levensbeschouwelijke ontwikkeling en geestelijke verzorging (masterscriptie Universiteit voor Humanistiek)*. Hierin vinden we een beknopt overzicht van meningen over wat geestelijke begeleiding inhoudt en discussie over het eigene van het vak.

3. Zie: Praag, J.P. van (1978). *Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens -en denkwereld*. Meppel: Boom, p.210

4. Idem, p.209-211

5. Mooren beschreven in de masterscriptie van Hanne Lacuelle (2009). Het betreft het boek: Mooren, J.H.M. (2008). *Geestelijke Verzorging en psychotherapie*. Baarn: Ambo.

6. Idem, p.79

7. Jorna, T. (2008). *Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding*. Amsterdam: SWP, p.41

8. Idem, p.11

9. Zie Laceulle, H. (2009). *Ouder worden: een nieuw perspectief? Gerotranscendentie, levensbeschouwelijke ontwikkeling en geestelijke verzorging (masterscriptie Universiteit voor Humanistiek)*, hoofdstuk 3.

10. Mijn 'definitie' van geestelijke begeleiding heeft vele invloeden, opgedaan in studie en praktijk. Ik denk aan de teksten van Van Praag, in het bijzonder het boekje uit 1953 'Geestelijke Verzorging op humanistische grondslag', dat veel indruk op mij heeft gemaakt. De colleges en heel eigen aanpak van zowel Ton Jorna als Jan Hein Mooren hebben mij de afgelopen jaren veel stof tot denken gebracht. De verschillen in opvatting werden in een mensgerichte benadering 'opgelost'. Ook van invloed is de praktijk in het UMCU geweest; met name geestelijk begeleider Lenie Scherpenzeel heeft mijn denken over geestelijke begeleiding verruimd en aangescherpt. Mijn 'eigen' traject bij De Voorde in 2008-2009 heeft mijn visie op wat goede begeleiding is veel kleur gegeven. Ook Hilde Teseling, een humaniste van het eerste uur heeft -met haar respect en waardering voor mijn eigenheid- op de

achtergrond een bijzondere rol gespeeld in mijn ontwikkeling. Haar levendige wijsheid is een voorbeeld.

11. Zie Laceulle, H. (2009). Ouder worden: een nieuw perspectief? Gerotranscendentie, levensbeschouwelijke ontwikkeling en geestelijke verzorging (masterscriptie Universiteit voor Humanistiek), p.82

12. Idem, zie hoofdstuk 3

13. Idem, p.80

14. Jorna, T. (2008). Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding. Amsterdam: SWP, p.11

15. Zie bijvoorbeeld Marjoleine de Vos in NRC Handelsblad, 15 oktober 2010. “Maatschappelijk relevant –wie zei dat ook alweer?” Een column over het belang van ‘onnut’ als bron voor zinvolheid.

Literatuur

- Alma, H.A. en A. Smaling (2010). *Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin*. Amsterdam: SWP.
- Alma, H.A. (2005). 'De parabel der blinden'. *Psychologie en het verlangen naar zin*. Utrecht: Humanistics University Press. (Oratie)
- Alma, H.A. (2005). *Religieuze feesten als serieus spel. Een godsdienstpsychologische benadering. Lezing Studium Generale: de festivalisering van het dagelijks leven*, Universiteit Leiden en Universiteit voor Humanistiek.
- Alma, H.A. (2005). *Humanisme en Christendom als bronnen van zin*. In: Duyndam, J., M. Poorthuis en T. de Wit (red.) *Humanisme en religie*. Delft: Eburon.
- Alma, H.A. (1998). *Identiteit door verbondenheid. Een godsdienstpsychologisch onderzoek naar identificatie en christelijk geloof*. Kampen: Kok.
- Andriessen, H.C.I. (2006). *Spiritualiteit en levensloop. Over levensfasen en geestelijke bestemming*. Zoetermeer: Meinema.
- Andriessen, H.C.I. (1998). *Volwassenheid in perspectief, Inleiding tot de psychologie van de volwassen levensloop*. Assen: Van Gorcum.
- Andriessen, H.C.I. (1996). *Oorspronkelijk bestaan. Geestelijk begeleiding in onze tijd*. Baarn: Gooi en Sticht.
- Andriessen, H.C.I. (1992). *Ervaren van zin. Ouder worden, zingeving en de bijdrage van de psychologie*. In: H.A. Schreuder (red.) *Zin in het leven. Over zingeving en ouder worden*. Zoetermeer: Meinema.
- Baumeister, R.F. (1991). *Meanings of Life*. New York: The Guilford Press.
- Berk, T. van den (2001). *Mystagogie. Inwijding in het symbolisch bewustzijn*. Zoetermeer: Meinema.
- Bieri, P. (2006). *Het handwerk van de vrijheid. Over de ontdekking van de eigen wil*. Amsterdam: Wereldbibliotheek.
- Brammer, L.M. (1991). *How to cope with life transitions. The challenge of personal change*. Bristol: Hemisphere Publishing Corporation.
- De Costa, D. (1996). *Anne Frank en Etty Hillesum. Spiritualiteit, schrijverschap, seksualiteit*. Amsterdam: Balans.
- Derkx, P. (1993). *Wat is humanisme?* In: P. Cliteur en D. van Houten (red.) *Humanisme: theorie en praktijk*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Dohmen, J. (2010). *Filosofische bronnen van zelfzorg en zin*. In: Alma, H.A. en A. Smaling: *Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin*. Amsterdam: SWP.
- Dohmen, J. (2010). *De onontkoombare reis naar de diepte*. In: Alma, H. A. en A. Smaling: *Waarvoor je leeft, Studies naar humanistische bronnen van zin*. Amsterdam: SWP.
- Dohmen, J. en F. de Lange (2006). *Moderne levens lopen niet vanzelf*. Amsterdam: SWP.
- Dohmen, J. (2005). *Autonomie en levenskunst. Naar een houding van geestelijke weerbaarheid*. In: Duyndam J., M. Poorthuis en T. de Wit (red) *Humanisme en religie*. Delft: Eburon.
- Duintjer. O. (2002). *Onuitputtelijk is de waarheid*. Budel: Damon.
- Duyndam, J., M. Poorthuis en T. de Wit (red.) (2004). *Humanisme en religie*. Delft: Eburon.
- Erikson, E. (1971). *Het kind en de samenleving*. Utrecht/Antwerpen: Uitgeverij Spectrum.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self identity. Self and society in the late modern age*. Cambridge: Polity Press.
- Hermans, H.J.M. (2006). *Dialogo en Misverstand. Leven met de toenemende bevolking van onze innerlijke ruimte*. Soest: Nelissen.

- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1995). *Self-narratives. The Construction of Meaning in Psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- Hermans, H.J.M. en Kempen, H.J.G. (1993). *The dialogical self; Meaning as movement*. San Diego: Academic Press.
- Hermans, H.J.M. en E. Hermans-Jansen (1986/1996). *Het verdeelde gemoed. Over de grondmotieven van ons dagelijks bestaan*. Baarn: Nelissen.
- Hermans, H.J.M., E. Hermans-Jansen en Van Gilst (1985). *De grondmotieven van het menselijk bestaan. Hun expressie in het persoonlijk waarderingsleven*. Lisse: Swets & Zeitlinger.
- Hermans, J.J. (2009). *Stil de tijd. Pleidooi voor een langzame toekomst*. Amsterdam, Arbeiderspers.
- Hettema, T.L. (1997). *De hermeneutiek van Ricoeur; interpreteren aan de grenzen van het subject*. In: *Wijsgerig perspectief 37*.
- Hillesum, E. (1986). *Etty. De nagelaten geschriften van Etty Hillesum 1941-1943*. Onder redactie van Klaas A.D. Smelik. Amsterdam: Balans.
- James, W. (2005, 1902). *Vormen van religieuze ervaring. Een onderzoek naar het wezen van de mens*. Amsterdam: Abraxas. (Vertaling van *The Varieties of Religious Experience, a study in human nature.*)
- Jorna, T. (2008). *Echte Woorden. Authenticiteit in geestelijke begeleiding*. Amsterdam: SWP.
- Jorna, T. (2005). *De grote gevoelens en verbondenheden in hun afgeronde geheel. Over mensenliefde en religiositeit in het werk van Etty Hillesum*. In: Duyndam, J., M. Poorthuis en T. de Wit (red.) (2004). *Humanisme en religie*. Delft: Eburon.
- Jorna, T. en D. de Costa (1999). *Van aandacht en adem tot ziel en zin. Honderd woorden uit het levensbeschouwelijk idioom van Etty Hillesum*. Utrecht: Kwadraat.
- Jorna, T. (red.) (1997). *Door eenvoud verbonden. Over theorie en praktijk van humanistisch geestelijk raadswerk*. Utrecht: Kwadraat.
- Kohnstamm, D. (2002). *Ik ben ik. De ontdekking van het zelf*. Amsterdam: De Bezige Bij.
- McAdams, D.P. (1993). *The stories we live by. Personal myths and the making of the self*. New York: Guilford Press.
- Laceulle, H. (2009). *Ouder worden: een nieuw perspectief? Gerotranscendentie, levensbeschouwelijke ontwikkeling en geestelijke verzorging (masterscriptie Universiteit voor Humanistiek)*.
- Praag, J.P. van (1978). *Grondslagen van Humanisme. Inleiding tot een humanistische levens- en denkwereld*. Meppel: Boom.
- Praag, J.P. van (1953). *Geestelijke Verzorging op humanistische grondslag*. Utrecht: Humanistisch Verbond.
- Stroeken, H. (1999). *Zoeken naar Zin. Psychotherapie en existentiële vragen*. Amsterdam: Boom.
- Taylor, Ch. (2007). *Bronnen van het zelf*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Taylor, Ch. (2003). *Wat betekent religie vandaag? Kapellen: Pelckmans*.
- Warmenhoven, O. (1985). *Om te bestaan*. Utrecht: Pascal.
- Taylor, Ch. (1989). *Sources of the self. The making of modern identity*. Cambridge: Harvard University Press.
- Wal, K. van der (2008). *Humaniteit. Uitdagingen en perspectieven voor een eigentijds humanisme*. Kampen: Klement Pelckmans.
- IJssel, S. van (2007). *'Daar humanisten het niet zo over'. Over de rol van spiritualiteit in het leven en werk van humanistisch geestelijk raadslieden*. Delft: Eburon.

