

Peter Henk Steenhuis

Zin in het
ALLEDAAAGSE

DE KUNST OM ONS LEVEN
BETEKENIS TE GEVEN



Zin in het alledaagse

Peter Henk Steenhuis

Zin in het alledaagse

De kunst om ons leven betekenis te geven

th ten have

© 2021, Peter Henk Steenhuis/Uitgeverij Ten Have
Postbus 13288
3507 LG Utrecht
www.uitgeverijtenhave.nl

Omslagontwerp Bas Smidt
Vormgeving binnenwerk 2-D'sign grafisch ontwerp en dtp
Foto's binnenwerk Lars van den Brink

ISBN 978 90 259 0911 6
ISBN e-book 978 90 259 0912 3
NUR 740

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Uitgeverij Ten Have vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Inhoud

Inleiding	9
Lotte Driessen	14
Neske van Halsema	18
Johan Lock	22
Lydia Leibbrandt	28
Halleh Ghorashi	34
Frank Braakman	40
Erik Jan Paulus	44
Cor Baaij	48
Anouschka van Wettum	52
Theo Jeukens	58
Eva Maria Wagner	64
Dirk van de Glind	68
Margriet de Jong	74
Wim Drost	78
Lida van der Maat	82
Priscilla Farinelli	88
Ivar Berix	92
Luisa Kop	98
Eelco Musho van der Meulen	102
Koos Mechielsen	108
Harmien Bargeman	112
Jan Maars	116
Marjan den Hertog-van der Spek	120
Jeroen Kool	124
Susanna Kamminga	130
Jikke Verhulst	136
Elyn Nierop	140
Tilly Gerritsma	144
Nanda de Hoop	150
Jan Jaap Erwich	154
Margreet van Schie	158
Catja de Rijk	162
Els Langemeijer-van Eijndthoven	168

John Eberhardt	174
Floortje Thieleman	180
Ben Roest	186
Jolieke Timmermans	192
Rasit Bal	198
Carol Jan Klok	204
Rileen Noordermeer	208
Thom Geurts	214
Madeleine van Cann	218
Simeon Karsten	224
Rian van den Brand	230
Maarten van den Berg	234
Donny Kessing	238
Annelies Rosier	242
Johannes Klabbers	246
Arjen Scholte	252
Gerda van Delden	256
Wilfred Ploeg	260
Margret Seebacher	264
Chris Boon	268
Dankwoord	272

'Op de vraag naar de zin van het leven antwoordt iedereen met een opsomming van zijn levensloop.'

György Konrád, *Tuinfeest*

Inleiding

Op de vraag naar de zin van het leven antwoordt iedereen met een opsomming van zijn levensloop.' Deze zin van de Hongaarse schrijver György Konrád kwam altijd in me op als ik weer eens wijsgerige, psychologische of theologische beschouwingen over zingeving las. Konrád leek me een diepere waarheid aan te stippen dan al die beschouwingen bij elkaar. Als ik ooit op zoek ga naar die zin van het leven, dacht ik, wil ik op zoek naar zo'n opsomming.

Een levensloop is geen theorie, geen ideaal, geen geloof, geen hiernamaals, maar een opsomming van alledaagse gebeurtenissen. Daarin kunnen theorieën, idealen, geloofsovertuigingen een rol spelen, zeker, maar de zin zit hem in wat daarmee gebeurt. 'Mijn levensopvatting is besloten in mijn daden,' schrijft Konrád dan ook, één regel voor de zin waarmee ik opende.

In de tweewekelijkse rubriek 'Zin in het alledaagse' van Trouw ben ik op zoek gegaan naar deze levenslopen. In december 2018 plaatsten we een aankondigend artikel en een oproep in de krant: heeft u ook een verhaal over zingeving te vertellen? Binnen een week stroomden er meer dan vierhonderd mailtjes binnen; ik dreigde er volkomen in te verzuipen. Soms kreeg ik een paar regels opgestuurd die een aanzet voor een gesprek zouden kunnen vormen, maar lezers stuurden mij ook levensverhalen in boekvorm, preken, foto's die voor zichzelf zouden moeten spreken, en verhalen zo rond en goed geformuleerd dat ze bijna direct in de krant konden.

Al die digitale post maakte onmiddellijk duidelijk dat vrijwilligerswerk zin geeft door de verbondenheid die het oplevert, en dat ziektes vaak louterend kunnen werken. Toch zou een serie over alleen vrijwilligerswerk en ziektes, hoe belangrijk, ingrijpend en indrukwekkend ook, na verloop van tijd wat eentonig worden. Ik ben op zoek gegaan naar meerstemmigheid. Daarvoor moest ik ook bij mijzelf te rade gaan: wat versta ik onder zin?

Een aantal jaren geleden heb ik hier uitvoerige gesprekken over gevoerd met wijlen Denker des Vaderlands, René Gude. Hij onderscheidt vier vormen van zin, die ik bij het interviewen in het achterhoofd heb gehouden.

De eerste betekenis van het woordje 'zin' noemt Gude het zinnelijke. Dat is het lijfelijke aspect van er zin in hebben, het lustvolle.

Aan dat lijfelijke moest ik sterk denken bij Frank Braakman, die zinging vindt in het kitesurfen. 'Voor mij is zinging ook lichamelijk,' zegt Braakman. En daarna vertelt hij hoe zo'n ochtend kitesurfen verloopt. De adrenaline begint al te stromen als hij de auto parkeert. Hij maakt zich klaar, besluit met welk zeil hij zal gaan varen. Dan gebeurt het: 'Ik stap het water op, op dat moment word ik één met de natuur: jij en de elementen, wind en water, lucht. Bij de eerste vlaag voel ik de enorme natuurkracht, zoveel sterker dan ik. Die kracht kan ik alleen aan als ik ontspan. Maar nu ontspannen, dat is niet eenvoudig; let ik even niet op dan duikt mijn board en trekt de kite mij ervan af.'

We putten zin ook uit zintuiglijkheid. Dat is de tweede betekenis die Gude aan het woord 'zin' gaf. Zeer uitgesproken vinden we deze ervaring bij kunst, esthetiek, het Schone. Hierbij kun je ook denken aan mooie kleuren, of fijne geuren. Wat nemen de zintuigen waar?

Rian van den Brand, contactclown in de zorg, zegt daarover: 'Het is ook mooi wat we doen, alleen al onze outfits zijn bijzonder kleurrijk. Eigenlijk zijn alle zintuigen betrokken bij wat we doen. Daarom is het ook belangrijk dat wij fris ruiken, nooit parfum op hebben.'

De derde betekenis is zinrijk, de meer rationele vorm van zinging: ben jij in staat te verwoorden wat je doet? Je zou hierbij ook aan bezinning kunnen denken. Deze vorm van zinging noemen mensen zelden apart, zij hebben mij hierover geen mail gestuurd. Toch zie je hem in talloze verhalen opduiken, namelijk in de verwoording van de zoektocht naar zin.

Onmiddellijk schiet Rasit Bal me te binnen, die vertelt over zijn vertrek uit Turkije: 'Ik zag mijn vriend op de weg staan zwaaien. Hij werd kleiner en kleiner.' Rasit verloor zijn houvast en werd vroom, tot teleurstelling van zijn vader. Hij zocht verder, zijn leven kende veel bezinningsmomenten. Bal: 'In tegenstelling tot mensen in een homogene cultuur heb ik het voorrecht gehad dat ik mezelf vaak tegen het licht moest houden, als ik wéér iets tegenkwam wat ik niet kon plaatsen.'

De vierde en laatste betekenis van zin noemt Gude zinvol. Je leven is zinvol als je achter de doelen van je leven of je werk kunt staan. Mooi verwoordt Donny Kessing dat. Als voetbaltrainer zag hij nogal wat Am-

sterdamse jongens ontsporen. Samen met zijn familie richtte hij in Amsterdam een school op waar jongens voetballen en onderwijs krijgen.

Kessing: 'Het is fascinerend te zien hoe snel ze kunnen veranderen. Als ze achttien zijn, lopen de meesten hier met een rechte rug weg.' Vaak komt Kessing ze nog tegen. 'Zoals laatst, toen ik stond te tanken en een bestelbusje aan zag komen rijden. Er sprong een oud-leerling uit. Vol trots showde hij me zijn pakje van het bedrijf. Dat wij aan deze ontwikkeling een bijdrage hebben mogen leveren, is ontzettend zinvol.'

Tijdens een van de laatste interviews die ik in dit boek kon opnemen, vertelt Anouschka van Wettum over haar liefde voor verhalen. 'De reden waarom ik verhalen zo zinvol vind, is dat ze mensen bij elkaar brengen.' Ineens beseft ik dat Anouschka mijn drijfveer verwoordde om deze serie te willen maken. De vraag naar de zin van het leven is voor iedereen een zoektocht, waarover we terugkijkend een verhaal kunnen vertellen. En dankzij deze verhalen kunnen we met elkaar reflecteren op die zin – of op het ontbreken ervan in bepaalde periodes.

Het is niet zo dat ik met die vier betekenissen van zingeving in de hand zat te interviewen, en dacht: ja, dit past bij de eerste betekenis van zin, hier hebben we een zinnelijk verhaal. Integendeel, de verschillende betekenissen van zingeving zijn als communicerende vaten: krijgt iemands leven meer betekenis, meer doel, dan zie je dat meestal ook terug in de hoeveelheid energie die iemand heeft.

Het is wél zo dat de verschillende betekenissen van zin mij handvatten gaven om vragen te kunnen stellen die de verhalen concreter en beeldender maakten. Wat voelde je? Kreeg je daar energie van, een kick? Wat zag je, was het mooi? Rook het lekker? Waarvan walgde je? Lukte het je je frustratie te formuleren? Toen niet, vroeger wel? Kreeg je leven daarna weer betekenis?

De regel van Konrád was mijn motto, maar ik heb helaas niemand zijn hele levensverhaal kunnen laten vertellen. Samen met de geïnterviewden zocht ik naar sleutelmomenten in hun leven, die positief of negatief konden zijn. Die momenten hebben we proberen uit te vergroten, zichtbaar te maken, en we hebben ons afgevraagd wat ze betekenen voor de geïnterviewden.

Concreter is beter, zei ik dan vaak, als rechtvaardiging voor nóg een drammerige vraag. Ik moest de scène voor me zien, om de betekenis enigszins te kunnen vatten en verwoorden. Het paradoxale is namelijk

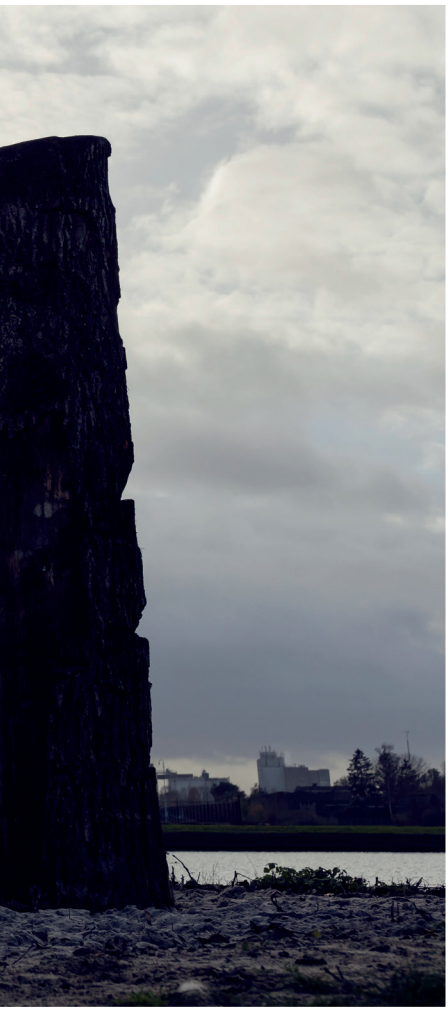
dat hoe beeldender de verhalen worden – dus hoe specifieker en unieker – hoe meer herkenning ze oproepen. Lars van den Brink maakte er daarna foto's bij, die minstens evenveel waardering oproepen als de verhalen zelf, zowel bij de lezers als bij de geïnterviewden. Ik ben Lars dan ook dankbaar dat hij zijn foto's voor dit boek beschikbaar heeft gesteld. Nu de verhalen bij elkaar staan, denk ik dat je ook kunt variëren op het motto van Konrád: de vraag naar de zin van het leven kunnen we beantwoorden met een opsomming van sleutelmomenten uit tientallen levenslopen.

Amsterdam, lente 2021



Ik rock mijn stok

Lotte Driessen (1990)



Wie heeft Lotte vast? Vanaf mijn veertiende ben ik nachtblind. Als wij op stap gingen, controleerden mijn vriendinnen altijd wie mij begeleidde. Liepen we een trap op, dan knepen ze me bij elke trede in de hand. Op 17 november 2017 heeft de oogarts gediagnosticeerd dat ik het Ushersyndroom heb, wat betekent dat ik doof en blind zal worden. Ik was toen 27.

Ik werk als verpleegkundige in de psychiatrie en volg daarnaast een hbo-opleiding. Ik bouw aan mijn toekomst. Na de diagnose lag ik een paar dagen in bed. Ik zat zo diep in mijn verdriet dat ik er voor niemand kon zijn; de liefde van mijn familie en vrienden kon ik er niet bij hebben. Ik word blind en doof, ik zal mijn beroep niet altijd kunnen uitoefenen. In plaats van dat ik blijf bouwen, zal ik gaan inleveren. Ze zeggen: mijn wereld stortte in. Voor mij geldt eerder: mijn toekomst stortte in. Ik was bang en ik voelde mij eenzaam. Ik kende niemand met hetzelfde syndroom. Ik moest het alleen dragen. Ik zou afhankelijk worden van anderen. Hoe kon ik de regie over mijn leven behouden? Wat is eigenlijk leven? Nergens viel zin te ontdekken.

Na vijf dagen moest ik naar een audiologische winkel – sinds mijn derde draag ik hoortoestellen. Terwijl ik op mijn beurt wachtte, kwam er een man binnen met een taststok. Ik stapte op hem af: iemand in een winkel voor hoortoestellen met een stok voor slechtzienden, wat is het verband? Ook syndroom van Usher. Ik ben niet alleen, dacht ik. We raakten aan de praat, zijn ziekteverloop was vergelijkbaar met het mijne. ‘Bij vaststelling van het Ushersyndroom houdt het leven niet op.’ Met die uitspraak ben ik aan de slag gegaan. Het leven is zoveel meer. Maar wat dan?

‘Je hebt nog drie andere zintuigen,’ zei de bedrijfsarts. ‘Natuurlijk, dat zijn zintuigen die in onze maatschappij minder belangrijk zijn. Maar ze zijn er wel. Benut die andere drie.’

Na het gesprek kwam ik buiten. Ik ging naar het park. Het was een koude, zonnige dag. Dat zag ik, maar ik voelde het ook. Ik maakte mezelf bewust van welk gevoel het gaf, voelde de warmte van de zon op mijn huid. Ik haalde diep adem en maakte mezelf ook hierin bewust van wat ik precies rook. En ik rook dat het nat was van de kou.

Twee maanden ben ik in diepe rouw geweest, waarin ik de zin van het leven niet kon vinden. Praten met een psycholoog over mijn diepe gedachten en gevoelens gaf mij zin; het hielp me mijn gedachten te ordenen. Het leverde mij zo veel op dat ik intensiever met mijn familie en vrienden ben gaan praten. Zo hebben we een goede manier gevonden

om er voor elkaar te zijn, en leerde ik om te gaan met het intense verdriet. De diagnose werd gesteld toen de dagen korter werden. Toen de dagen lengden, werd het lichter in mijn hoofd. Langzaam werd duidelijk dat studie en werk, weliswaar aangepast, konden doorgaan.

Daar, in het park, stond ik weer met beide benen op de grond. Ik voelde de zon, ik rook het natte gras: dit is ook leven. De zintuigen die ik behoud, zoals geur en reuk, zijn voor mij nu van het grootste belang. Ik maak ze ook belangrijker. Als ik nu op de fiets stap en het gaat regenen, ben ik me bewust van de regendruppels. Ik voel de regen, de kou; ik voel in mijn buik dat ik leef.

Ik kan nog steeds genieten van de vogels die ik hoor en zie, maar tegelijkertijd besef ik dat ik dit ooit niet meer zal kunnen. Ik red me wel – dat gevoel geeft mij zo veel zin.

Vanaf het moment dat ik wakker word totdat ik weer naar bed ga, omarm ik mijn lot. Ik voel een drive om er het allerbeste van te maken, ga uitdagingen aan en zoek ze ook zelf op. Ik loop in het donker hard met een vriendin. We houden elkaar vast met een band. Zij begeleidt me, stuurt met de band, trekt die iets omhoog als er een stoeprand komt, en duwt hem naar beneden bij een afstapje. In het donker loop ik nu altijd met de taststok, overdag is dat nog niet nodig. De eerste keer naar buiten met de taststok was moeilijk. Dat veranderde toen ik ervoer dat de stok mij helpt om de wereld in te stappen en er aan deel te nemen. Ik schaam mij niet meer, ik wil dat mijn wereld zo groot mogelijk blijft. Ik rock mijn stok.

VERHALEN VAN GEWONE NEDERLANDERS OVER HOE HET LEVEN BETEKENIS KRIJGT

Betekenis geven aan het leven heeft altijd een dimensie die diep is geworteld in de alledaagsheid: zoals bij sporten, muziek maken, een wandeling door de natuur. Peter Henk Steenhuis sprak met gewone, maar altijd bijzondere Nederlanders over hoe zij dit doen. Hij sprak niet over zingeving in theoretische zin, maar verzamelde verhalen over die sleutelmomenten in hun leven. Dit boek bevat indrukwekkende en inspirerende gesprekken over hoe mensen de zin van het leven ervaren in hun alledaagse leven.



PETER HENK STEENHUIS (1969) is journalist en schrijft veel over filosofie en zingeving. Dit boek bundelt zijn meestgelezen en spraakmakende stukken uit de gelijknamige rubriek van *Trouw*. Steenhuis schreef ook de boeken *Filosofie van het kijken* en *Denken over dichten*, die op de shortlist van de Socratesbeker stonden.

