

De lege hemel

Meld je aan voor onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven van
de nieuwste boeken van Ambo|Anthos *uitgevers* via
www.amboanthos.nl/nieuwsbrief.

Marjan Slob

De lege hemel

Over eenzaamheid

Ambo|Anthos
Amsterdam

Deze uitgave is mede tot stand gekomen dankzij
steun van het Nederlands Letterenfonds.

Nederlands
letterenfonds
dutch foundation
for literature



ISBN 978 90 263 4542 5

© 2020 Marjan Slob

Omslagontwerp Marry van Baar

Omslagillustratie © Kai Samuels-Davis,

The Beginning, kaisamuelsdavis.com

Foto auteur © Ruud Pos

Verspreiding voor België:

Veen Bosch & Keuning uitgevers nv, Antwerpen

Voor Emma

Inhoud

Voorwoord 11

1. Altijd alleen maar ik 15
2. Werelden simuleren 27
3. Denkende natuur 39
4. De bufferzone 55
5. Eenzame materie 63
6. Blootstaan aan de blik 71
7. Schulpdier 83
8. Het wereldse toneel 99
9. Ruimtejongen 113
10. Het gemaskerde bal 121
11. Schermtijd 135
12. Jezelf missen 145
13. Is dit alles? 159
14. Opeens is alles stil 175
15. Sterrenstof 191

Dankwoord 207

Aantekeningen 211

*Ah, look at all the lonely people
All the lonely people, where do they all come from
All the lonely people, where do they all belong*

The Beatles, 'Eleanor Rigby'

*Ik ken een raadsel over eenzaamheid en het gaat als volgt:
Het doet pijn en het telt voor twee
Na na na na na nananana*

Spinvis, 'Smalfilm'

Voorwoord

Gewoonlijk voel ik me goed bij ironie. Ironie geeft ruimte. Er overkomt je iets in je leven, je neemt iets waar, en je bewerkt het gebeurde net zo lang totdat je een functionele afstand hebt gevonden tot het voorval. Als mens vervorm en selecteer je de realiteit natuurlijk altijd, je kunt niet anders. Maar een ironicus besteedt aandacht aan dat proces en geeft er met zijn geestkracht een draai aan. Hij – zij – stileert.

Ironie is ook een beproefde manier om pijn op afstand te houden. Zoals in de prachtige, semi-autobiografische romans van Edward St. Aubyn, waarin de schrijver verfijnde taal inzet om het verhaal te vertellen van het misbruikte jongetje Patrick Melrose. De scherpe ironie van de vertelstem maakt het lezen over al dat leed draaglijk. De schrijver is gelukkig niet helemaal verzopen in zijn ellende, maar is nog bij machte om te bezien wie hij was. Zijn taal is korst op de wond.

Nu is Edward St. Aubyn een superieure stilist; hij weet precies welke afstand hij kiest. Bovendien thematiseert zijn werk de inspanning, training en intelligentie die het kost om (enigszins) los te komen van dat wat in jouw leven gegeven is – in het geval van het jongetje Patrick niet alleen het misbruik en de rauwe emoties die daarvan het gevolg zijn, maar ook de rigide, omfloerste omgangsvormen binnen de Britse hogere kringen.

Waar St. Aubyns ironie passend is, wordt ironie in het dagelijks leven vaak ingezet om weg te hollen van een situatie. ‘De ironie daalt nooit af naar de diepte van de dingen,’ merkte de dichter Rilke op. Ik herken dat bij mezelf; als ik geen zin heb om een opmerking of voorval echt tot me door te laten dringen, is een sneer snel gemaakt. Dat soort ironie kan al snel iets hooghartigs krijgen. Alsof je je verschanst achter je verstand. Mij raken ze niet!

Voor filosofen is misplaatste ironie een beroepsrisico. Filosofen zijn getraind in afstand nemen, zij proberen een breed veld te overzien en daarin lange krachtlijnen te ontwaren. Als individu verschijn je dan al snel als nogal nietig. Vandaar die neiging van filosofen om zichzelf uit het verhaal te schrijven. Het belang van je eigen leventje relativeren heeft bepaald zijn charme – zolang het maar geen strategie wordt om buiten schot te blijven.

Dit is een boek van een filosoof over eenzaamheid. Het menselijk vermogen om via taal afstand te nemen van jezelf en je directe omgeving, en daarmee een soort ruimtereiziger te worden (een belangrijk motief in dit boek), zie ik als de sine qua non van eenzaamheid. De komende hoofdstukken diepen deze voorwaarde voor eenzaamheid uit aan de hand van de gedachten van filosofen, en zeker ook via voorbeelden uit film, literatuur, populaire cultuur en eigen ervaring. Ik zal laten zien dat eenzaamheid mensen aantrekt, omdat de typisch menselijke vermogens die ons als soort zo succesvol maken ook, en onvermijdelijk, een eenzame ruimte voor ons openen.

Maar hoe schrijf ik daarover als filosoof? Met die vraag heb ik lang rondgelopen. Eenzaamheid is een zwaar woord. De toebedeling van dat woord aan een ervaring van jezelf of van anderen kan een loden deken leggen over dat stukje concreet leven. Je kunt met je denken haast geen kant meer op; de geest dreigt log te worden. Want eenzaamheid is lijden, en daar moeten we

een serieus gezicht bij trekken, toch?

Mijn eerste impuls is dan ook om ironisch op het begrip ‘eenzaamheid’ te reageren. Laat het maar tochten tussen mij en mijn thema, laat mij maar gevat commentaar leveren vanaf de zijlijn. Wel zo veilig. En bovendien voel ik me zelf helemaal niet zo vaak eenzaam; mijn leven is momenteel eerder te vol dan te leeg. Zou het dan niet aanmatigend zijn om mijn eenzaamheid op één lijn te stellen met die van mensen die daadwerkelijk wegwijnen door gebrek aan contact?

Dat gevaar is er. Ik claim niet de eenzaamheid te doorgronden van iemand die al jaren snakt naar sociale contacten die er niet zijn. Toch zou schrijven vanuit de positie van buitenstaander een (voor mijn ego) te veilige reactie zijn, die de verwantschap miskent die er ook is. Als persoon ben ik onderwerp noch vertrekpunt van dit boek, maar zodra je het over ‘de menselijke conditie’ wilt hebben, zit ik natuurlijk in hetzelfde schuitje als alle andere mensen. Ik wil dus beschouwen, zoals het een filosoof betaamt, zonder me te distantiëren. Veilige ironie is nu geen optie.

Hoe kan ik dan voort? Ik peinsde een tijd over een inspirend rolmodel. En toen verscheen voor mijn geestesoog zangeres Frédérique Spigt. Aanvankelijk wist ik niet wat ik met de liedjes van Spigt aanmoest; ze zijn zo rauw, zo onverbloemd. Zo weinig ironisch. Luister naar haar ‘Hart van onze tijd’:

Eén berichtje in de krant

Een schepje met zand

Eenzaamheid

In het hart van onze tijd

Dat zou ik zelf nooit kunnen schrijven. Veel te direct! Totdat ik tegen mezelf zei: ‘Als je er nu eens van uitgaat dat Spigt gewoon meent wat ze zingt.’ Sinds die tijd ben ik fan. Ik moest haar on-

middellijkheid aandurven voordat ik mijn veilige neiging tot ridiculiseren de pas kon afsnijden. Spigt werpt geen scherm op. Ze geeft direct uiting aan wat er in haar hart leeft. En het is nog mooi ook. Omdat haar toon zuiver is.

Daarmee had ik mijn voorbeeld: ik ga onverbloemd en zonder ironie zeggen wat ik zie als de menselijke conditie en hoe ik denk dat die ons eenzaam maakt. Ik zal beschrijven hoe dat vermogen tot eenzaamheid ons een leven lang vergezelt. Ja, dat klinkt zwaar. Maar het *is* ook zwaar. Ik ga het lijden niet omzeilen. Het menselijk verdriet is juist mijn vertrekpunt, zoals in elk goed levenslied. En ik weet ook wat me stilistisch te doen staat: proberen wijs te houden

Altijd alleen maar ik

Huilend word je geboren. Je verlaat de besloten roze ruimte waar het pompte en klopte, en je wordt naar buiten geperst, een wereld in die geen einde lijkt te hebben. Er is licht, een zuchtje wind, alles is anders. Je hebt geen idee. Je zit nog slechts met een strengetje vast aan het lichaam waar jij net deel van uitmaakte – een lichaam dat trouwens ook schreeuwt. En jou gelukkig meestal ook troost door je weer in een omhelzing op te nemen, zo goed en zo kwaad als dat van nu af aan gaat. Want hoe liefdevol dat gebaar ook is, het kan jouw nieuwe situatie niet opheffen. Voortaan ben je op jezelf.

Sommige baby's blijven maar huilen, uren per dag, maandenlang. Alsof de nieuwe wereld te overweldigend is, het leven te groot. In zekere zin hebben ze gelijk: dat is het ook. Mensen zijn vermoedelijk de enige dieren die beseffen dat ze leven. Ons zenuwstelsel stelt ons daartoe in staat, onze taal reikt ons de woorden daarvoor aan. Het maakt ons tot de machtigste wezens op aarde. Maar met dat besef komt ook verlorenheid. Dat bijzondere en prachtige vermogen tot reflectie is wat ons eenzaam maakt.

Eenzaamheid is 'je niet verbonden voelen', zeggen de woordenboeken. Ik vind het een prima omschrijving voor huishoude-

lijk gebruik. Want ja: eenzaamheid is een gevoel – en dus geen feit. Het is een woord voor de manier waarop een individu een situatie waardeert. En ja: eenzaamheid duidt op een gebrek aan vanzelfsprekende verbondenheid. Je voelt je niet verbonden met je omgeving – en je lijdt daaronder. In principe kun je je dus in elke situatie eenzaam voelen, ook (juist!) op een feestje, een netwerkborrel, in de klas of de kantoortuin. Koningin Wilhelmina had daar ervaring mee, afgaande op de titel van haar memoires: *Eenzaam, maar niet alleen*.

De Nederlandse taal maakt het je verder niet gemakkelijk om het fenomeen eenzaamheid met precisie te benaderen. In het Engels heb je *solitude* en *loneliness*, woorden die een heel andere kleuring met zich meebrengen. In de woorden van neurowetenschapper John Cacioppo: ‘The word *solitude* expresses the glory of being alone, whereas the word *loneliness* expresses the pain of being alone.’ Gebrek aan verbondenheid is voor niemand fijn, maar alleen zijn hoeft bepaald geen kwelling te zijn. Een avondje heerlijk op jezelf (en niets hoeven) is iets waar drukbezette mensen vaak naar uitkijken. Tal van spirituele tradities roepen op om het niet bij een avondje te laten en je erin te bekwamen op jezelf te kunnen zijn. Als je de niksigheid en je eigen stilte leert te verdragen, kan zich gaandeweg een dimensie van het leven openen waarin je je diep verbonden voelt met het bestaan in al zijn glorie. Sommige mensen is dat gegund; zij hebben leren floreren in ‘solitude’.

Andere mensen zijn ‘lonely’, en daar is weinig glorieus aan. Ze missen intimiteit en connectie – misschien ook met zichzelf, zoals ik later in dit boek zal opperen. De Engelse woorden ‘solitude’ en ‘loneliness’, die beide stug worden vertaald met ‘eenzaamheid’, dragen dus bijna diametraal tegenovergestelde waarderingsen uit van de allenige mens.

Ik zal het hier over beide vormen van eenzaamheid hebben,

al zal het accent liggen op de droevige invulling, die in het Nederlands nu eenmaal dominant is en waarschijnlijk ook getalmatig het vaakst voorkomt – niet zo heel veel mensen voldoen aan dat ideaal van serene ‘solitude’. Ik ken beide vormen van eenzaamheid ook uit eigen ervaring – althans, in enige mate. Als schoolkind was ik graag alleen. Zodra ik de kans kreeg, maakte ik in de woonkamer van ons rijtjeshuis een soort nest voor mezelf in de smalle ruimte tussen muur en bank. Dat plekje legde ik vol met kussens, mijn lievelingsboeken stopte ik achter de verwarmingsbuizen, en zo installeerde ik me voor een lange middag lekker lezen. Ik deed niet open voor vriendinnetjes die aanbelden. Ik was veel liever alleen met mezelf.

Maar als kind van een jaar of tien kende ik ook al het vertwijfelde gevoel dat ik in mijn diepste en meest persoonlijke ervaringen geen aansluiting vond bij andere mensen. Ik wist niet goed uit te drukken wat mij bezighield, en mijn pogingen stuitten op lege blikken en afgewende hoofden. Ooit heb ik een schoolvriendinnetje zelfs aan het huilen gemaakt omdat ik probeerde te zeggen dat het woord ‘stoel’ ook maar willekeurig gekozen is, en dat je dus niet echt kunt vertrouwen op de band tussen woorden en dingen. Die tranen waren natuurlijk niet mijn bedoeling, maar stortten mij juist in vertwijfeling. Is het taboe om dit soort thema’s aan te snijden, of loop ik hier alleen mee rond, vroeg ik me af. Kennelijk was datgene waar ik in mijn binnenwereld mee bezig was in elk geval geen onderwerp van gesprek. Na een tijdje legde ik me daar maar bij neer.

Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) voelt 4 procent van de Nederlanders zich ‘sterk eenzaam’. Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieuhygiëne (RIVM) komt zelfs tot 8 procent, wat zou neerkomen op 1 miljoen mensen. Sociaal wetenschappers onderscheiden vaak handzaam drie soorten eenzaamheid: emotionele eenzaamheid (je lijdt eronder dat je

je diepste gevoelens niet met iemand kunt delen), sociale eenzaamheid (je ervaart een gebrek aan sociale contacten), en existentiële eenzaamheid (je voelt je verloren).

Zelf wil ik me liever verre houden van de definities en demarcatiekwesties van sociologen en hulpverleners. Het lijkt me dat deze vormen van eenzaamheid vaak in elkaar overvloeien. Bovenal gaat het me hier niet om verschillen tussen mensen, maar om overeenkomsten die voortkomen uit onze gedeelde conditie. In mijn ogen delen wij allemaal een talent voor eenzaamheid, en het is dat talent dat ik in dit boek verken.

Ik richt me in het vervolg dus vooral op een vermogen dat we als mensen gemeen hebben; dat vind ik uiteindelijk zowel gelijkwaardiger als filosofisch interessanter. Tegelijk wil ik niet suggereren dat alle mensen feitelijk even eenzaam zijn, of evenveel onder eenzaamheid lijden. De eenzaamheid van een wegwijnende weduwnaar is allicht scherper en bepalender voor zijn leven van alledag dan de eenzaamheid van een zich af en toe wat verloren voelende filosoof. Ik wil niet blind zijn voor die verschillen – en denk bovendien dat er waardevol inzicht zit in de verhalen van langdurig eenzame mensen.

Sommige mensen verkeren in omstandigheden waardoor zij vaak alleen hun dagen doorbrengen. En de weekenden. En de kerst. Maanden, jaren waarin er nauwelijks iemand langskomt, en het ook futiel voelt om de boom op te tuigen, of je haar te kammen. Doordat de feitelijke condities waarin mensen leven verschillen, kunnen er wel degelijk reële verschillen tussen mensen ontstaan. Want als zo'n periode van niemand om je heen hebben lang duurt, verander je daardoor, zegt de Canadese juriste en ervaringsdeskundige Emily White.

White is de schrijfster van *Lonely* (2010), waarin ze intelligent verslag doet van haar tijd als eenzame dertiger. Aanvankelijk maakte Emily zich niet zo'n zorgen over zichzelf. Ja, ze was

single en kwam dus thuis in een leeg huis. Veel mensen kende ze nog niet in de nieuwe stad en ze was sowieso vaak te moe om 's avonds nog veel te ondernemen. Logisch allemaal. Dat geldt voor zoveel mensen. Emily had het best leuk met zichzelf; het feit dat ze zoveel tijd alleen doorbracht, tastte haar gedrag en zelfbeeld niet aan. Maar er was een punt, vertelt ze, waarop haar eenzaamheid structureel werd. Volgens White kruipt langdurig isolement onder je huid en dreigt het een kracht op zichzelf te worden, die je zelfvertrouwen ondermijnt. Als je lang alleen bent, is het moeilijk om te blijven geloven dat je een mens bent dat de moeite waard is. Dan wordt dat isolement, in de woorden van romanschrijver Michel Tournier, 'een invretende sfeer' die je 'langzaam maar onophoudelijk bewerkt, en vernietigt'.

Hoe kon het zover komen? Nakomertje Emily groeit op in Toronto, waar ze woont bij haar vers gescheiden moeder, die in die stad een nieuw leven moet zien op te bouwen. Haar twee oudere zussen wonen al zo'n beetje op zichzelf. Moeder werkt lange dagen; vaak komt Emily van school thuis in een leeg huis. 'Je maakte het me nooit moeilijk,' zal haar moeder later liefdevol tegen Emily zeggen. En inderdaad: Emily schikt zich. Maar ze mist rumoer, ze is in feite bang voor het lege huis.

Voor Emily is haar eenzaamheid daar begonnen. Op een gelukkige en sociale studententijd na beschrijft ze een kaal bestaan. Op haar werk heeft ze niet veel aanspraak. Ze werkt als jurist voor een kleine milieuclub waar ze vooral bureauwerk doet, terwijl collega's op inspectie zijn. Minnaars blijken tijdelijk, en de stap naar een ander mens lijkt steeds groter te worden. Het is een paradox die ze scherp invoelbaar maakt: hoe meer Emily andere mensen in wezen nodig heeft, hoe meer ze zich in de praktijk terugtrekt. Naarmate ze langer alleen is, wordt haar innerlijk leven rumoeriger – al die stemmetjes in haar hoofd de hele tijd! Al dat zelfcommentaar dat haar hande-

lingen begeleidt! Ze kan zich minder goed concentreren, alles wordt diffuser.

Natuurlijk probeert ze zichzelf aan te pakken en gaat ze de deur uit. Maar als de juf van het yogaklasje waarvoor ze zich heeft opgegeven de opdracht geeft om jezelf liefdevol te omarmen, kijkt Emily in paniek om zich heen om te spieken hoe anderen dat doen. Met zo'n aanwijzing kan ze niets meer.

Emily probeert een andere strategie en geeft zich op voor een vrouwenfietsvakantie op het platteland van Ontario. Ze arriveert als een van de eersten op de vakantieboerderij, en daar begint het grote terugkrabbelen. 'Veel deelnemers komen in hun eentje, en na een dag is het net alsof ze elkaar al jaren kennen,' verzekert de gids haar. Maar terwijl de andere fietsers binnendruppelen en druk met elkaar aan het kletsen slaan, aait Emily de kat die op de hoek van de bank ligt. Ze weet dat er vier slaapkamers voor zeven fietsers zijn. De kans is groot dat ik een kamer moet delen, denkt Emily. Ze hoopt het – en ze vreest het. Op dat moment realiseert ze zich dat haar aanhoudende eenzaamheid haar heeft veranderd. 'Isolatie voelde inmiddels veiliger dan samenzijn,' schrijft ze.

Op de derde nacht van haar fietsvakantie gaat Emily vroeg naar bed. Natuurlijk is zij geëindigd in de enige eenpersoonskamer. Door de wand heen hoort ze haar reisgenoten lachen en zingen. Ze kruipt dieper in haar slaapzak, en realiseert zich dat ze bij de gezamenlijke maaltijden zelf aan het einde van de tafel gaat zitten, waar ze stijfjes en flauw glimlachend om zich heen kijkt. Dat ze schrikt als iemand haar aanraakt. Dat ze bij voorkeur achteraan fietst. Niet dat ze de andere vrouwen niet aardig vindt, en ze merkt echt wel dat haar reisgenoten proberen haar bij gesprekken te betrekken. Maar de woorden komen stroef over haar lippen. Ze weet niet meer hoe ze een praatje moet maken. Kleine dingen worden enorm. Emily snapt dat ze zichzelf saboteert – ze ziet alles in en om zich heen juist heel