

De zingevingdimensie

Prof. Will Dubbeling MA, PhD.

In de praktijk van alle dag kom je mensen tegen van wie de grondwaarden 'ondergesneeuwd' zijn door alle materiële invloeden en mogelijkheden van onze tijd. In een crisissituatie gaan zij vaak beseffen dat ze in een levenspatroon zijn gegleden dat ze niet bewust hebben gekozen. Men merkt dan in het gesprek op dat ze bij een bewuste keuze andere prioriteiten hadden gesteld. Nu zitten zij in een patroon dat hen eigenlijk verveelt.

Het niet toekomen aan eigen grondwaarden kan ook gepaard gaan met verzwakking van fundamenteel levensvertrouwen. Zo kan een diepe levensonzekerheid ontstaan, die zich kan uiten in een jacht op status of in een niet te verzadigen levensgulzigheid of in constante behoefte aan erkenning.

Een andere uiting van het onaangesproken blijven van de grondwaarden kan liggen in een vaag gevoel van onvrede, onvervuldheid. Dit gevoel kan uitgroeien tot twijfel aan de zin van het leven. De Amerikaanse psychiater Lowen meent dat in onze tijd een toenemend aantal mensen niet toekomt aan hun grondwaarden en dat zich dit uit in een depressiviteit die bijna epidemisch is. Depressie, zegt Lowen, ontstaat bij bijna ieder mens die niet meer vol vertrouwen kan leven volgens eigen waarden en die zijn bestaan alsmaar door andere dingen moet rechtvaardigen. Wanneer iemand zijn individualiteit niet ontleent aan een basis-gevoel tot-het-leven-te-behoren, moet hij het zoeken in zijn sociaalzichtbare ik; hetgeen weer ten koste gaat van zijn relatie tot de levenskrachten die het bestaan dragen.

Het is een cirkelgang die velen kennen: iemand wordt depressief doordat een totale, doorvoelde relatie tot het leven verstoord wordt. Door deze verstoring van relatie komt het leven hem vlak voor en ziet hij niets wat zijn bestaan zin zou kunnen geven. Omgekeerd zien we ook dat iemand die in een vertrouwensrelatie met het leven tot persoonlijk doorleefde waarden komt, een enorm incasseringsvermogen kan hebben.

De zingevingdimensie is van fundamenteel belang voor individuele en maatschappelijke geestelijke gezondheid.

De zingevingdimensie vraagt een 'open filosofie'

Filosofie kan gezien worden als een weg tot bewuste wezensverwerkelijking.

In onze tijd waarin het besef van de persoonlijke levenswaarden voortdurend 'ondergesneeuwd' dreigt te raken, is een bewust, zich verantwoordend zoeken naar de wezenlijke waarden geen luxe, maar een noodzaak tot overleven. Uiteraard is empirisch onderzoek van groot belang en mogen de resultaten van de empirische mens- en maatschappijwetenschappen nooit worden genegeerd.

Maar de empirische wetenschappen bieden ons steeds nieuwe inzichten – zoals ook de ontwikkeling van de maatschappij ons steeds weer voor nieuwe mogelijkheden en opgaven stelt.

Bij de nieuwe ontwikkelingen en veranderingen die van alle kanten en met verschillende inzichten op ons afkomen, is er behoefte aan integratie. Uit de veranderingen en ontwikkelingen komt steeds de vraag op wie de mens is en welke waarden hij leeft.

Zo kan men de filosofie – met alle respect voor andere taken ervan – zien als het streven om langs inductieve weg te komen tot een integrerende mensvisie die open staat voor ontwikkeling en bespreking en die bijdraagt tot wezensverwerkelijking.

Tijdens de Tweede Wereldoorlog verbleef de Franse filosoof Gusdorf in Duitse gevangenschap.

Onder de dagelijkse druk bleek de filosofie een middel om stand te houden door bewustwording van de persoonlijke waarden waaruit en waarvoor men leeft. Via de universiteit van het kamp "Oflag" hielp Gusdorf zijn medegevangenen door zijn inleidingen tot 'zelfontdekking'.

In deze filosofie verwees Gusdorf ook naar het onderscheid dat Bergson maakte tussen een 'open' en een 'gesloten' gemeenschap, een 'open' en een 'gesloten' manier van denken en filosoferen.

Een 'gesloten' systeem is 'omvattend'. De hele werkelijkheid wordt overzien (of is in principe kenbaar) en wat niet in het patroon past is of on-werkelijk of van on-waarde.

Een 'open' systeem laat ruimte voor andere mogelijkheden dan men op het moment kent, staat open voor verandering, verdieping of individuele vormen.

Het zal duidelijk zijn dat de zingevingsdimensie – als dimensie van persoonlijk levensvertrouwen en waardenverwerkelijking – vraagt om een ‘open’ filosofie.

Het verschil tussen open en gesloten is natuurlijk niet absoluut, maar een kwestie van accent. In een open filosofie ligt het accent eerder op de veelvormigheid van de realiteit dan op de mogelijkheid om de realiteit geheel te overzien of vanuit één ideologie te interpreteren. Open filosofie heeft oog voor de dynamiek of procesmatigheid van de werkelijkheid.

Van Peursen ⁴ duidde dit aan als een verschil tussen ‘functioneel’ denken en ‘ontologisch’ denken. Het ‘ontologische’, meer ‘gesloten’ denken is vooral gericht op feiten, objecten. Het is gericht voorwerpen, of zoals Dürckheim zegt: ‘gegenständlich’. Deze ‘objectieve’ werkelijkheid is kwantificeerbaar.

‘Open’ filosofie heeft meer ruimte voor menselijke gevoelens en ervaring. Open filosofie kent ook realiteitsgehalte toe aan een werkelijkheid die de grenzen van de rationaliteit overschrijdt, maar die te ervaren valt.

Open denken gaat samen met een verruimd wetenschapsbegrip waarin plaats is voor systematische bewerking van ‘top-ervaringen’ (Maslow), ‘diepten’ van bewustzijn

(Jung) en de werkelijkheid die met de diepten van het bewustzijn verbonden is (Merleau-Ponty) .

Ervaring en beleving verwijzen naar onze instelling ten aanzien van de werkelijkheid.

Door verheldering van ervaring verandert een mens. In een open filosofie hebben kennis en inzicht een existentiële betekenis.

De rationaliteit die gegevens of problemen als objecten beziet, krijgt soms iets gewelddadigs.

Zo schreef psychiater J.R.M. Maas o.a.: “[De rede ordent, verbindt, legt verbanden met opzij schuiven van aspecten ‘die er niet toe doen’](#). Het verstand streeft naar de ‘kern’ van de ‘dingen’.

[Andere facetten worden genegeerd, als niet belangrijk, niet ter zake doende.....](#)

[Dit geweld voegt mij in, dwingt mij in een kader te passen: het kader van het redelijke. Het ontnemt mij de mogelijkheid tot overgave.....](#)

[Ik geloof niet dat het grote geweld, het structurele geweld en het geweld tussen mensen te beperken zijn, als het geweld van de rede geaccepteerd wordt”](#).

In een andere paragraaf van zijn boek “Bomen spreken” legt Maas een verbinding tussen verstand en macht. Verstandelijk inzicht geeft een gevoel dat men proces kan beheersen. Maar op het gebied van mens en samenleving kan deze macht dodelijk zijn.

Als men verdriet, vreugde, angst, onmacht zou beheersen, zouden deze gevoelens ophouden echt te zijn. Bij macht over het gevoel zou het contact leeg zijn.

Maas verbindt hieraan de gedachte dat mensen die hulp zoeken, weinig hebben aan conflictloze helpers, die ‘klaar’ zijn met de vragen van hun leven. Alleen als de hulpverlener (counselor) zelf doorleefd bewust is van zijn onvermogen tot helpen, zijn eigen machteloosheid in het leven, kan de problematiek van de hulpvragende mens werkelijk aan bod komen. Bij deze gedachten van Maas komen de woorden op: “Mijn kracht wordt in zwakheid volbracht”.

Volgens Maas is het gewenst dat de hulpverlener doorleefd bewust is van zijn onvermogen of grenzen. Doorleefd, d.w.z. vanuit een voluit geaccepteerd, met eigen gevoelens afgetast, ervaren.

Maar ook bewust. De ervaring wordt op bewust niveau onder ogen gezien, d.w.z. in relatie gebracht tot andere ervaringen en kritisch beschouwd.

Ervaring en bewustwording hebben ook een sociale betekenis. In het algemeen is onze instelling mede van invloed op het leefklimaat om ons heen. Deze invloed werkt door in steeds wijder wordende cirkels. Een mens die enigszins verantwoord wil leven, zal niet alleen letten op de betekenis die een bepaalde ervaring voor hem zelf heeft, maar ook op de betekenis ervan in het kader van zijn omgeving en de maatschappij waarin hij leeft.

Het persoonlijke element , de ervaring en de toetsing aan het eigen beleven is voor een open denken onmisbaar. Maar dezelfde openheid vraagt dat wij ons niet in onze beleving vestigen als in een burcht. In vestingen is het meestal duister.

Het existentiële moment mag nooit een excuus worden voor obscurantisme. Open denken en open filosofie vragen om een voortdurende toetsing en ontwikkeling in een wisselwerking met anderen.

De psychiater Maas wijst op de gewelddadigheid die de westerse rationaliteit eigen kan zijn. Onze ervaring is veel breder, dieper en hoger dan wij ons bewust zijn. In onze ‘objectief’ denkende maatschappij wordt die ervaring in rationele begrippen verwrongen of is er geen plaats voor. Maar een verdrongen kracht wordt vaak een negatieve kracht.

Volgens de cultuurfilosoof Roszak lijkt het erop of steeds meer onbewuste behoeften niet tot hun recht kunnen komen. Dergelijke behoeften gaan op een negatieve, irrationele wijze ons rationele gedrag beïnvloeden. Velen ervaren een zekere onvervuldheid of leegte onder een leven dat gericht is op het vervullen van materiële mogelijkheden – maar die leegte werkt vervolgens als impuls tot nog meer bestedingen.

Een algemene gejaagdheid brengt steeds meer mensen onder stress. Velen proberen die stress te ontvluchten door nog sterkere prikkels, die een nog zwaardere aanslag doen op het zenuwstelsel. Jung heeft er herhaaldelijk op gewezen dat onze wereld wordt beheerst door ‘manlijke’, objectiverende, ingrijpende ‘animus’-krachten. Andere menselijke ervaringen, behoeften, mogelijkheden, worden onderdrukt. Zij worden onder deze druk zo verdonkerd, negatief en explosief, dat er een catastrofe valt te verwachten.

Onafhankelijk van de psycholoog Jung heeft de wijsgerig antropoloog Plessner aangetoond dat de mens zich door zijn bewustzijn ver heeft verwijderd van de gebondenheid van het natuurlijk bestaan. De mens kan veel meer dan sterker natuurgebonden wezens. Maar er zijn ook minder natuurlijke remmen op neigingen tot vernietiging.

De mens is daardoor geworden tot de enige soort die een bedreiging vormt voor zijn eigen voortbestaan. Ook dit soort gegevens wijst op een behoefte aan een open filosofie die probeert recht te doen aan de breedte en diepte van de menselijke ervaring.

Noten:

- 1 Alexander Lowen, *Depressies en het lichaam*, 1975
- 2 Georges Gusdorf, *La découverte de soi*,
- 3 J. Alexander Gunn, *Bergson and his philosophy* (e-book)
- 4 Van Peursen, *Verhaal en werkelijkheid: een deiktische ontology*, 1992
- 5 Dürckheim, *Hara, het dragende midden van de mens*, 1990
- 6 Abraham Maslow, *Ontplooiing*, 1973
- 7 Jolande Jacobi, *De psychologie van Carl G. Jung*, 1993
- 8 Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception*, 1945
- 9 J.R.M. Maas, *Bomen spreken*, 1974
- 10 Theodore Roszak, *The making of a counter culture*, 1969
- 11 Helmuth Plessner, *Einleitung in die philosophische anthropologie*, 1928