RENS BOD

waar om ben ik hier?

Een kleine wereldgeschiedenis van zingeving

2023 Prometheus Amsterdam

Voor Luca en Ilja

© 2023 Rens Bod
Omslagontwerp Tessa van der Waals
Foto auteur Maarten Delobel
Opmaak binnenwerk ZetSpiegel, Best
www.uitgeverijprometheus.nl
ISBN 978 90 446 5223 9

Inhoud

Woord vooraf. Is er een zingevingscrisis? 7
Inleiding. De zingevingsparadox 11

I Streven naar het onvergankelijke

1 Onsterfelijkheid 19
2 Figuurlijke onsterfelijkheid 24
3 Eeuwigheid – religie 29
4 Duurzame wereld 33

II Iets bijdragen aan de wereld

1 Helpen van anderen – rechtvaardigheid 41
2 Liefde en vriendschap 46
3 Het beste uit anderen halen 51
4 Wijsheid 56
5 Waarheid 60
6 Schoonheid 66
7 Vrede – de notie van punan 72
8 Troost 78
9 Uitbannen van pijn en lijden, bij mens en dier 83
10 Strijden tegen onrecht 90
11 Overige zingevingsvormen die iets bijdragen aan de wereld 95

III Iets bijdragen aan jezelf

1 Genot in het hier en nu 103
2 Geluk – de notie van ikigai 107
3 Rijkdom 114
4 Macht 119
5 Eer en aanzien 126
6 Betekenisvol werk 131
7 Ergens steeds beter in worden – de notie van shokunin 136
8 Begrijpen van de wereld 140
9 Hoger bewustzijn 146
10 Verbondenheid met de natuur 150
11 Overige zingevingsvormen die iets bijdragen aan jezelf 155

IV Zingeving in extremis

1 Zelfopoffering 163
2 Afkering van de wereld 168
3 Mislukte zingeving – onomkeerbare keuzes 173
4 Het einde 178

V Conclusie. De kunst van kiezen wat te doen met je leven

1 Systematisch overzicht van de zingevingsvormen 187
2 Patronen in zingeving 195
3 Principes: waarom zoeken we naar zin en betekenis? 200
4 Daarom ben ik hier 206

Noten 211
Woord van dank 233
Register 235

Woord vooraf

Is er een zingevingscrisis?

Iets is er dat sterker is dan de gruwelijkheid der oneindigheid
Nescio, 'Najaar', *Boven het dal*, 1942

Iedereen vraagt zich wel eens af: waarom ben ik hier? Wat maakt het leven de moeite waard? Waar doe ik het voor? Wat is de bedoeling van dit alles? Deze vragen gaan over zingeving, de manier waarop mensen kiezen wat ze met hun leven doen om er doel en betekenis aan te geven.

Steeds minder mensen zijn gelovig, maar steeds meer mensen zijn op zoek naar zin en betekenis. Wat doe je dan als niet-gelovige? Ga je alsnog op zoek naar religie? Of zoek je naar andere manieren om betekenis en een doel te geven aan het leven? En naar welke dan? De meesten komen uit bij dezelfde zingevingsvormen, zoals het stichten van een gezin, het verrichten van interessant werk, het onderhouden van een rijk sociaal leven, of het helpen van anderen. Maar niet iedereen slaagt erin om een diepere betekenis te geven aan haar of zijn bestaan. De zoektocht naar zin en betekenis kan een bron zijn van onzekerheid, stress en somberheid.

Volgens sommigen is er sprake van een zingevingscrisis: de vraag naar betekenisvolle invullingen van het leven is veel groter dan het aanbod.[1] Dit zou leiden tot een gevoel van machteloos-

heid en ontreddering. Het is waar dat godsdiensten, de grote verhalen en de politieke ideologieën voor veel mensen hebben afgedaan. Maar als we kijken naar hoe mensen in andere tijden en culturen betekenis hebben gegeven aan hun leven is er juist een overvloed aan zingevingsvormen. En die blijken bijna zonder uitzondering inspirerend voor het hier en nu. Helaas liggen ze niet voor het oprapen. Er was tot heden zelfs geen enkel overzicht van de vele manieren waarop mensen doel en betekenis geven aan hun leven. Met dit boek wil ik in deze leemte voorzien.

Toen ik aan mijn boek begon, leek het aantal zingevingsvormen redelijk overzichtelijk. Een recent onderzoek door het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) gaat uit van slechts vier vormen van zingeving in Nederland: sociale relaties, persoonlijke ontwikkeling, religie of spiritualiteit, en het ervaren van transcendentie.[2] Een Amerikaans onderzoek in zeventien westerse landen noemt een wat groter aantal van zestien zingevingsvormen: familie, werk, welzijn, sociale relaties, gezondheid, maatschappij, vrijheid, hobby's, persoonlijke ontwikkeling, natuur, liefde, betrokkenheid, reizen, pensioen, religie of spiritualiteit, en huisdieren.[3] Mijn boek laat zien dat het aantal zingevingsvormen vanuit een wereldwijd perspectief nog vele malen groter is. De naar betekenis hunkerende mens hoeft dus niet met lege handen te staan. Sommigen zullen hiertegen inbrengen dat geen enkele vorm van zingeving een oplossing biedt voor het grootste probleem van de mens: diens sterfelijkheid. Dit boek zal echter aantonen dat er naast religieuze ook niet-religieuze zingevingsvormen zijn waar mensen hun voordeel mee kunnen doen als het gaat om het probleem van sterfelijkheid.

Ik heb dit boek geschreven voor zowel de historisch geïnteresseerde lezer als voor de naar zingeving zoekende mens. Ik ben er namelijk van overtuigd dat een historisch overzicht ook tot hulp kan zijn als we zelf in een zingevingscrisis terechtkomen. Dit

overkwam mij toen ik begin 2023 te maken kreeg met de nasleep van een covidinfectie. Enige tijd leek er geen uitzicht op verbetering, waardoor de vragen 'Waarom ben ik hier?' en 'Wat maakt het leven de moeite waard?' een sterk persoonlijke lading kregen. Door een gelukkig toeval was dit boek zo goed als af, zodat ik mij kon laven aan zingevingsbronnen waarvan ik het bestaan nooit zelf had kunnen bedenken. Ze hebben me erdoorheen geholpen. Ik heb, voor wie een handzaam overzicht zoekt, alle zingevingsvormen bijeengebracht in de Conclusie van dit boek.

Inleiding

De zingevingsparadox

Niemand weet wat de zin van het leven is, maar we kunnen wel te weten komen wat zingeving inhoudt, namelijk door na te gaan hoe mensen in verschillende tijden en culturen een doel en een betekenis hebben gegeven aan hun bestaan. De vraag 'Wat is zingeving?' kunnen we dus empirisch onderzoeken, maar de vraag 'Wat is de zin van het leven?' niet.[1] Toch heeft deze laatste vraag het denken over zingeving eeuwenlang gedomineerd, waarschijnlijk omdat zo veel mensen hunkerden naar een antwoord. Maar daardoor werd de vraag die we wel kunnen beantwoorden – wat is zingeving? – vaak terzijde geschoven.

En juist die vraag is zo fascinerend. Hoe kunnen we ons laten inspireren door de manieren waarop mensen in het verleden en het heden doel en betekenis hebben gegeven aan hun leven? Deze manieren zullen we aanduiden met *zingevingsvormen*. De gangbare opinie is dat 'de mensheid al duizenden jaren van mening [verschilt] over de vraag wat de zin van het leven is', en dat 'iedereen op zijn eigen manier [zoekt] naar zin en betekenis in het leven'.[2] Deze uitspraken lijken zo vanzelfsprekend dat ikzelf ook lang heb gedacht dat onderzoek naar zingevingsvormen niet de moeite waard is. Pas de afgelopen jaren viel het mij op dat de uitspraken berusten op ongefundeerde en ongetoetste aannames die verre van vanzelfsprekend zijn.

Mensen die op zoek zijn naar religie kunnen putten uit de vele godsdiensten die de wereld rijk is, als men niet al van huis uit een geloof heeft meegekregen. Maar waar kunnen mensen terecht die hun heil niet – of niet alleen – denken te vinden in religie, maar wel op zoek zijn naar een antwoord op vragen als 'Waarom ben ik hier' en 'Wat maakt het leven de moeite waard'? Zij komen vaak uit bij de filosofie of de psychologie. Er bestaan talrijke filosofische boeken die gaan over de zin van het leven. Hoe interessant die boeken ook zijn, de meeste beperken zich tot theoretische bespiegelingen en gaan niet in op de vele zingevingspraktijken in de wereld. Iets soortgelijks geldt voor de psychologische (zelfhulp)literatuur: die kan van nut zijn voor geestelijke hulpverlening en counseling, maar ze geven geen inzicht in hoe mensen in andere tijden en culturen betekenis hebben gegeven aan hun bestaan. In de antropologie vinden we evenmin een historisch overzicht van zingeving. Hoewel er talloze studies bestaan over zingeving in specifieke culturen, zijn deze voornamelijk gericht op het heden. Daarnaast zijn er interviewbundels waarin bekende en minder bekende personen wordt gevraagd wat zij zinvol vinden in hun leven. Maar ook deze boeken richten zich vooral op het heden en op één land of cultuur.[3]

Wat ontbreekt is een overzicht van zingevingsvormen uit verschillende tijden en culturen, en hun betekenis voor het hier en nu. De afwezigheid van zo'n algemeen overzicht heeft voeding gegeven aan een hardnekkige mythe: de misvatting dat religie doorslaggevend is (geweest) voor zingeving.[4] Zoals echter uit dit boek zal blijken, hebben mensen zich in geen enkele historische periode of regio beperkt tot religieuze zingeving alleen. Hierdoor wordt de vraag naar de aard van de vele andere vormen van zingeving nog prangender. Waar komen die vandaan? Worden ze bepaald door een filosofisch wereldbeeld, een levensleer, of zijn ze anderszins te begrijpen?

De geschiedenis van zingeving verdient dus een nieuwe start. Sterker: ze verdient een échte start, want tot nu toe was er hooguit sprake van een valse start. Ik richt mij in dit boek daarom op drie centrale vragen. De eerste is: *Hoe hebben mensen in het heden en het verleden, hier en elders, doel en betekenis gegeven aan hun bestaan?* Deze vraag lijkt vooral beschrijvend, maar die schijn bedriegt. Alles hangt af van de woorden 'doel' en 'betekenis'. En die woorden betekenen niet precies hetzelfde in verschillende tijden en culturen. Maar ze zijn wel vertaalbaar naar de meeste talen. Met behulp van digitale databestanden heb ik in miljoenen artikelen en boeken gezocht naar bronnen (die studies bevatten) over 'zin', 'betekenis', 'doel' en 'levensdoel'.[5] Dit heeft geleid tot 180 verschillende zingevingsvormen die ik heb ondergebracht in dertig thema's die overeenkomen met de hoofdstukken van dit boek. Hoewel ik bekend was met veel van de gevonden zingevingsvormen, waren er ook talloze bij die nieuw voor me waren. Dit geldt niet alleen voor zingeving buiten Europa zoals *shokunin* en *punan*, maar ook voor westerse zingevingsvormen als transhumanisme en offgrid leven.

De gevonden zingevingsvormen variëren soms aanzienlijk tussen tijdperken en culturen, maar er blijken ook allerlei overeenkomsten en 'familiegelijkenissen' te bestaan. Dit brengt mij tot de tweede centrale vraag: *Bestaan er patronen en diepere principes in de zingevingsvormen?* Ook hier beperk ik mij niet tot het beschrijven van de gevonden overeenkomsten maar probeer ik deze tevens te duiden en te verklaren. Daarbij vraag ik mij af of de gevonden patronen en principes biologisch, cultureel of anderszins van aard zijn, en of er een gemene deler valt te vinden.[6]

Tot slot zal ik ingaan op de vraag of en hoe de inzichten in dit boek kunnen bijdragen aan onze eigen zoektocht naar zingeving. Heel concreet zal ik de vraag stellen: *Hoe kunnen we een zo goed*

mogelijke keuze maken uit de vele zingevingsvormen? Ik zal daarbij in het oog houden dat veel vormen van zingeving min of meer toevallig op ons levenspad komen. Pas achteraf beseffen we dat we ze intuïtief hebben omarmd, zoals het aangaan van een relatie of het krijgen van kinderen, wat eeuwenlang geen bewuste keuze was, maar iets wat mensen overkwam of zelfs werd opgedrongen. Maar vanaf het moment dat we ons bewust worden van vragen als 'Waarom ben ik hier?' en 'Waar doe ik het voor?' kunnen we proberen om een zo verstandig mogelijke keuze te maken uit de vele zingevingsvormen die de wereld rijk is.

Ik zal niet beweren dat mijn boek ook maar bij benadering een totaaloverzicht van zingeving geeft. Een verdere zoektocht zal een rijker en genuanceerder beeld opleveren. Hoezeer ik ook mijn best heb gedaan om een zo neutraal mogelijke selectie te maken – de zingevingsvormen zijn afkomstig uit alle bewoonde continenten en uit alle historische perioden –, ik weet dat dit maar in heel beperkte mate mogelijk is. Maar door deze zingevingsvormen bijeen te brengen kan ik vergelijkingen maken die niet eerder zijn gemaakt en vragen stellen die nog nooit eerder zijn gesteld.

* * *

Eén ding werd al snel duidelijk: niet alle menselijk streven is een vorm van zingeving. Zo blijkt dat in geen enkele tijd of cultuur het vervullen van de éigen eerste levensbehoeften een vorm van zingeving is – zoals het lessen van dorst, het stillen van honger, het krijgen van voldoende slaap of het vinden van een veilig onderkomen. Mensen zoeken naar een toegevoegde waarde die de essentiële basisvoorwaarden te boven gaat. Overigens kan het verschaffen van eerste levensbehoeften aan ánderen weer wel een vorm van zingeving zijn. Dit is geen tegenstrijdigheid, want

het helpen van medemensen is een handeling die de eigen levensbehoeften overstijgt.

Het voorzien in de eigen eerste levensbehoeften is dan misschien geen vorm van zingeving, het is vaak wel een voorwaarde voor een zingevend bestaan. Als aan de essentiële basisvoorwaarden, zoals water, voedsel en veiligheid, is voldaan, ontkomt geen mens eraan om na te denken over zingeving. Dit lijkt enigszins op de zogeheten piramide van Maslow, die de hiërarchie van menselijke behoeften weergeeft.[7] In die piramide staan de eerste levensbehoeften onderaan en zingevingsvormen zoals zelfverwerkelijking bovenaan. Daartussen staan concepten als sociaal contact, waardering, erkenning en zelfrespect. Volgens Maslow zou de mens pas streven naar bevrediging van de behoeften die hoger in de hiërarchie staan nadat de lagergeplaatste behoeften bevredigd zijn. Voor dit laatste bestaat echter geen enkel bewijs en jarenlang onderzoek heeft geen steun opgeleverd voor de ordening van Maslow, ondanks de populariteit van zijn piramide.

Zo hebben Victor Frankl en Primo Levi laten zien dat mensen zelfs in de meest penibele situaties, tot aan Auschwitz toe, waar van bevrediging van eerste levensbehoeften geen enkele sprake was, toch naar zingeving hebben gezocht en de vraag hebben gesteld wat het leven waard maakt om geleefd te worden.[8] Zingeving kan volgens Frankl de diepste ellende en de grootste wanhoop leefbaar maken, zelfs in de concentratie- en vernietigingskampen van nazi-Duitsland. Maar ook in minder extreme situaties die niettemin precair waren streefden mensen naar zingeving, al dan niet van boven opgelegd door machthebbers die hun ondergeschikten lieten werken met de worst van zingeving voor hun neus. Zo leefden de meeste mensen tot ver in de negentiende eeuw in samenlevingen waar voedselschaarste de norm was. Armoede was troef en hongersnood lag continu op de loer. Dit maakt het

des te verrassender dat zingevingsvormen uit die tijd inspirerend kunnen zijn voor het heden.

Ook het schrijven van een boek over de geschiedenis van zingeving is een vorm van zingeving. Maar als mijn boek voltooid is, ben ik terug bij af: de zingeving verdwijnt als sneeuw voor de zon. We hebben blijkbaar zingeving nodig die niet ophoudt binnen afzienbare tijd maar van langere duur is. Zingeving vergt een doel, het liefst meerdere doelen die met elkaar in een groter verband staan en die een leven lang meekunnen.[9] We zullen zien dat mensen zowel kortetermijn- als langetermijn- en zelfs onhaalbare doelen nodig hebben. Een haalbaar doel kan immers wegvallen als het bereikt is, waarna we zonder zingeving achterblijven – zoals bij het 'legenestsyndroom' wanneer het zorgen voor de kinderen wegvalt.[10]

Maar hebben mensen altijd meerdere vormen van zingeving nodig, en welke dan? En hebben we naast een bereikbaar ook altijd een onbereikbaar doel nodig? En hoe weten we eigenlijk of een doel bereikbaar is of niet? En kunnen mensen ook zelf zingevingsvormen bedenken, of zijn er beperkingen? Om op deze en andere vragen een antwoord te geven, zal ik nu eerst ingaan op mijn historische zoektocht.

I
Streven naar het onvergankelijke

1 Onsterfelijkheid

Alle zingeving begint met de bewustwording van onze sterfelijkheid. Zo rond ons vijftiende levensjaar voelen we ons onsterfelijk. We hebben zeeën van tijd en de wereld ligt aan onze voeten. Wat we ook willen ondernemen, niets lijkt onmogelijk. Maar dan komen de twintiger jaren en snel daarna de dertiger jaren, en dan merken we dat onze tijd van leven toch niet zo ruim bemeten is als we dachten, al lijkt ze nog steeds heel royaal. Maar dan, tien, twintig jaar verder, komt er onherroepelijk een moment waarop we beseffen dat er meer tijd achter dan voor ons ligt. We vinden de resterende tijd steeds waardevoller en gaan er minder nonchalant mee om. We vragen ons af waarom we dit niet al veel eerder deden. We raken nog meer doordrongen van onze en andermans sterfelijkheid als onze naasten wegvallen. Bij de een slaat de ontgoocheling toe, de ander streeft naar berusting, maar allemaal gaan we op zoek naar iets – als we dat niet al deden. En zo gaat het sinds mensenheugenis.[1]

Neem het Gilgamesjepos dat al meer dan vierduizend jaar oud is en rond 2100 v.Chr. voor het eerst is opgeschreven. Wanneer Gilgamesj, koning van Uruk, zijn vriend Enkidoe ziet sterven, krijgt hij zo'n grote angst voor de dood dat hij besluit om op zoek te gaan naar het eeuwige leven. Hij onderneemt een riskante tocht om ene Oetnapisjtim en diens vrouw te bezoeken aangezien zij als enigen de zondvloed hebben overleefd en daardoor onsterfelijk zijn. Om hen te bereiken moet Gilgamesj de Wateren

des Doods oversteken, waar hij dankzij een behulpzame veerman in slaagt. Oetnapisjtim vertelt Gilgamesj het verhaal van de zondvloed en geeft hem twee kansen op onsterfelijkheid. Gilgamesj kiest ervoor het kruid van het eeuwige leven mee te nemen naar Uruk. Dit kruid groeit op de bodem van de zee, en door stenen aan zijn voeten te binden zodat hij over de bodem kan lopen, weet Gilgamesj het kruid te bemachtigen. Wanneer hij op de terugweg stopt om te baden, wordt het kruid gestolen door een slang. Gilgamesj huilt om de zinloosheid van zijn inspanningen en hem rest niets anders dan naar Uruk terug te keren en zijn lot te aanvaarden.

Dit Soemerische epos is een van de vele meeslepende verhalen over de zoektocht naar onsterfelijkheid die roemloos eindigen. Hoewel aardse onsterfelijkheid binnen handbereik ligt, verknalt de held het volledig. De boodschap van deze epische vertellingen lijkt te zijn dat onsterfelijkheid onhaalbaar is voor mensen. Onsterfelijke wezens worden weliswaar bezongen in mythen en legenden, maar in werkelijkheid heeft geen enkel mens het eeuwige leven. We zullen in het reine moeten komen met onze eindigheid.

Toch hebben mensen in alle historische perioden gezocht naar onsterfelijkheid, tot op de dag van vandaag. Het begint in de Oudheid met de alchemistische queeste naar de steen der wijzen. Deze steen zou niet alleen metalen in goud kunnen veranderen maar ook een heelmiddel zijn voor alle kwalen en daarmee een middel tot onbeperkte levensverlenging. Het idee van de steen der wijzen vinden we ook in India en China, lang voordat Europese alchemisten ernaar begonnen te zoeken. Zo meende de Chinese alchemist en arts Sun Simiao dat het levenselixer bestond uit een brouwsel van 64 kruiden, waaronder achttien giftige, die in de juiste verhouding onsterfelijkheid zouden opleveren.[2] Voor zover bekend heeft dit brouwsel nog niemand onbeperkte levensverlenging gegeven.

Vanaf de vroegmoderne tijd hebben de briljantste geesten zich gewijd aan het vinden van de steen der wijzen, zoals Isaac Newton die hier een groot deel van zijn leven naar heeft gezocht.[3] Maar onsterfelijkheid heeft het hem noch anderen ooit gebracht. Wel doen er verhalen de ronde dat de veertiende-eeuwse Nicolas Flamel en de achttiende-eeuwse graaf van Saint-Germain er beiden in zouden zijn geslaagd om onedele metalen in goud om te zetten en daarmee het geheim van onbeperkte levensverlenging te hebben ontrafeld. Ze zouden nog steeds ergens rondlopen op aarde.

We kunnen lacherig doen over de alchemistische queeste naar onsterfelijkheid, maar ze maakte deel uit van de eeuwenlange zoektocht naar levensverlenging die ook nu nog als zingevingsvorm bestaat en die met grote ijver en geestdrift wordt ondernomen. Weliswaar wordt het hedendaagse onderzoek niet onder de noemer van onsterfelijkheid gedaan, maar het doel blijft het vinden van onbegrensde verlenging van het leven. Dit wordt soms aangeduid met het traceren van het 'ouderdomsgen'.[4] En hoewel er sprake is van vooruitgang in het onderzoek naar de vertraging van het verouderingsproces, is *onbeperkte* levensverlenging voorlopig een stip achter in plaats van aan de horizon.

Is het streven naar onsterfelijkheid als zingevingsvorm dan gedoemd te mislukken? Misschien niet als we ons realiseren dat sommige wezens het oneindige leven al bezitten. Dit geldt voor eencelligen die zich miljarden jaren ongeslachtelijk hebben voortgeplant, zoals bacteriën. Een ouderbacterie splitst zich in twee biologisch identieke dochtercellen – klonen –, die zich vervolgens weer in tweeën splitsen. Hierdoor heeft de bacterie in feite het eeuwige leven. Onze verre voorouders waren dus genetisch onsterfelijk, maar slechts als eencellige wezentjes. In de lange evolutionaire keten van het aardse leven, die ongeveer vier miljard jaar telt, hebben we onze onsterfelijkheid pas een miljard

jaar geleden verloren bij het ontstaan van de geslachtelijke voortplanting, zo blijkt uit fossiele overblijfselen.[5] Geslachtelijke voortplanting heeft als evolutionair voordeel dat aanpassing en verandering heel snel kunnen plaatsvinden. Maar bij elke geslachtelijke voortplanting wordt het genetische materiaal van beide ouders in tweeën gedeeld zodat er een uniek nieuw wezen ontstaat dat geen kopie is van een van de ouders. Hoe effectief deze evolutionaire ontwikkeling ook is, onze sterfelijkheid is daarmee een feit. Maar welk sterfelijk mens zou willen ruilen met een onsterfelijke bacterie?

Het biedt misschien enige troost om te bedenken dat alle biologische bouwstenen hun oorsprong vinden in het prille leven op aarde. We kunnen met enig recht stellen dat we uit vier miljard jaar oud biologisch materiaal bestaan. En daarmee hebben we de facto een leeftijd van zo'n vier miljard. Dit is voor ons stervelingen maar een schrale troost omdat we geen herinneringen hebben aan die eerdere miljarden jaren. We kennen blijkbaar alleen zin toe aan enig bestaan als we er bewust van zijn of er herinnering aan hebben.

Dit laatste leidt tot een verrassend en mogelijk zingevend inzicht: als we alleen zin toekennen aan het leven wanneer we er bewust van zijn of enige herinnering aan hebben, dan is dit leven subjectief beschouwd (dat wil zeggen, vanuit onze ervaring geredeneerd) iets zonder een begin of eind. Aangezien we nooit ons eigen begin of einde zullen ervaren en er dus nooit enige herinnering aan zullen hebben, hebben we subjectief bezien het eeuwige leven, of in elk geval een leven zonder begin of eind. Het begin van ons leven is qua bewustzijn immers in nevelen gehuld, net als het einde ervan. Zo lijken we er altijd te zijn geweest en er altijd te zijn. Zijn we dan onsterfelijk zonder het te beseffen? Natuurlijk niet. We zien om ons heen mensen geboren worden en sterven, al zullen we er voor onszelf nooit enige herinnering aan

hebben. Objectief kent het leven een begin en een einde – geen mens is ooit teruggekomen – maar subjectief niet.

De wetenschappelijke zoektocht naar objectieve levensverlenging gaat ondertussen onverminderd door en het is onmiskenbaar dat er sprake is van enige, zij het geen schokkende, vooruitgang. Mensen worden steeds ouder en elke paar jaar worden nieuwe mogelijkheden tot levensverlenging ontwikkeld en uitgeprobeerd. Het ziet ernaar uit dat we in een niet al te verre toekomst steeds opnieuw worden opgelapt om weer een tijdje verder te kunnen. Maar het is de vraag of zingeving bestaat uit het streven naar een onbeperkte levensduur. Stel dat onbegrensde levensverlenging ooit binnen ons handbereik komt, zoals sommigen geloven,[6] dan lost dit niet al onze zingevingsproblemen op. Door in principe onbeperkt lang voort te leven krijgt het leven niet vanzelf zin. Het wordt er mogelijk zelfs zinlozer door: waarom zou je iets willen afronden als je toch onbeperkte tijd hebt? En dan hebben we het nog niet eens gehad over het probleem van de onleefbaarheid op aarde als alle mensen in leven zouden blijven.

Maar als doel op zich kan het streven naar onbeperkte levensverlenging gemakkelijk een leven lang mee. Voor het 'legenestsyndroom', waarin we zouden geraken als het doel is behaald, hoeven we voorlopig niet bang te zijn. Het streven naar onsterfelijkheid is zonder twijfel een langetermijndoel.

***Zingevingsvormen**: onsterfelijkheid, berusting, levensverlenging.*

2 Figuurlijke onsterfelijkheid

Wat niet lukt in letterlijke zin, kan nog altijd slagen in figuurlijke zin. Deze gulden regel heeft haar geldigheid in de geschiedenis meermalen bewezen.[7] Hoewel aardse onsterfelijkheid vooralsnog onbereikbaar is, kunnen we wel 'iets achterlaten' wat mogelijk blijft voortbestaan na onze dood. Denk aan het oprichten van een stichting, het opzetten van een onderneming, of het bouwen van een huis. Ook kunnen we 'iets doorgeven' aan anderen, zoals via onderwijs of mentorschap, maar ook via het ouderschap en de opvoeding. Ouderschap en het opvoeden van kinderen is misschien wel de beste kandidaat om zowel 'iets door te geven' als 'iets achter te laten'. Je geeft je kinderen normen, waarden, ideeën en kennis mee, en ze leven meestal nog een tijdje door als je er zelf niet meer bent. Ze kunnen bovendien voor verder nageslacht zorgen waardoor er echt iets van je blijft voortleven. Hierdoor komt het zingevingsdoel van onsterfelijkheid een stukje dichterbij, al is het een schrale troost voor je lichamelijke sterfelijkheid.

Het voortleven van iets van jezelf in je kinderen betreft genetisch gezien de helft van je DNA. Het is echter een veelvoorkomend misverstand dat de overerving van (een deel van) je genetische eigenschappen alleen maar zou plaatsvinden via je eigen kinderen. Het doorgeven van je DNA gebeurt ook via de kinderen van je broer of zus. Kinderen van dezelfde ouders hebben ongeveer 50 procent van hun DNA gemeen. Kinderen van je broer of

zus zullen dus ongeveer 25 procent van hun DNA delen met jou. Dus waarom zou je zelf kinderen verwekken als je broers of zussen al meerdere kinderen hebben? Voor je genen hoef je het niet te doen.

Dat de meeste mensen met neefjes en nichtjes niet nalaten om zelf een gezin te stichten wijst erop dat het louter doorgeven van genen niet de enige reden is om voor kinderen te kiezen – nog afgezien van de vraag in hoeverre mensen in het verleden er bewust voor konden kiezen om wel of geen kinderen te krijgen. De genegenheid en zorg voor kinderen zit zo diep in onze natuur dat cultuur daar maar weinig vat op heeft. De liefde tussen ouder en kind is waarschijnlijk zo oud als er zoogdieren bestaan, zo'n 300 miljoen jaar, en die natuurlijke vorm van liefde voor kinderen dragen wij als homo sapiens met ons mee. Daarbij komt ook het geluk om kinderen en eventuele kleinkinderen te zien opgroeien, de warmte van een gezin, en niet te vergeten de voldoening van het opvoeden waardoor we kinderen iets mee kunnen geven dat beklijft – ziehier de figuurlijke onvergankelijkheid. Maar als deze onvergankelijkheid vooral ligt in de opvoeding, dan zouden mensen als zingevingsvorm net zo goed kunnen kiezen voor niet-biologische, geadopteerde kinderen. Hoewel adoptie in de afgelopen decennia controversieel is geworden, zijn er tijden geweest dat de keuze voor niet-biologisch nageslacht de gewoonste zaak van de wereld was.

Zo was in het oude Rome adoptie een succesvol middel om het voortbestaan van de familielijn veilig te stellen. Welbekend zijn de Romeinse adoptiefkeizers, maar het afstaan en aannemen van kinderen vond op veel grotere schaal plaats: tijdens het vroege Keizerrijk bestond ongeveer 7 procent van de Romeinse burgers uit geadopteerden,[8] en in sommige steden van het Italiaanse Schiereiland lag dit percentage zelfs rond de 25 procent. Elke pater familias had een opvolger nodig, en als zo'n opvolger niet

voorhanden was werd een jongeman van buiten het gezin gezocht zodat het voortbestaan van de naam van de familie niet in gevaar kwam. Men adopteerde daarbij hoofdzakelijk jongvolwassenen, zelden minderjarigen. Overigens verdween adoptie na de val van het Romeinse Rijk weer ijlings. In de Europese Middeleeuwen was de bloedlijn het enige wat telde, waarbij de katholieke kerk adoptie zelfs verbood. Pas in de loop van de achttiende eeuw raakte de adoptiepraktijk weer geaccepteerd, maar niet van minderjarigen. De Belgische adoptiewet uit 1804 stond zelfs alleen adoptie van volwassenen toe. Pas in de twintigste eeuw werd in de Lage Landen ook de adoptie van kinderen juridisch mogelijk.

Zoals de antropoloog Jack Goody in een vergelijkende studie heeft laten zien, bestaat adoptie als zingevingsvorm over de hele wereld.[9] De adoptiepraktijk was vooral wijdverspreid waar zonen nodig waren voor het in stand houden van religieuze of rituele praktijken. Zo konden in India alleen zonen begrafenisrituelen uitvoeren, terwijl in China een zoon nodig was om de plichten van de voorouderverering op zich te nemen. In beide gevallen was adoptie een van de manieren om nageslacht veilig te stellen.

In Nederland werd in de tweede helft van de twintigste eeuw op grote schaal geadopteerd, vooral om nageslacht aan kinderloze paren te verschaffen maar ook om een thuis te bieden voor wezen en vondelingen. Het ging om duizenden kinderen per jaar.[10] Voor zover het buitenlandse adoptie betrof, ging het altijd om minderjarigen uit economisch zwakkere landen. Deze praktijk is in de eenentwintigste eeuw controversieel geworden, enerzijds omdat er signalen zijn dat biologische moeders hun kinderen onder dwang hebben afgestaan, anderzijds omdat bij buitenlandse adoptie een kind wordt onttrokken aan de eigen cultuur zonder dat het wilsbekwaam is. Het aantal adopties is sinds het

begin van deze eeuw dan ook gestadig afgenomen: werden in 2010 nog ruim 700 kinderen geadopteerd, in 2020 is dit aantal geslonken tot 70. Adoptie, zowel van minder- als meerderjarigen, is daardoor een uitstervende vorm van zingeving geworden.

De meerwaarde van onze historische uitweiding dient zich nu aan: iets wat eeuwenlang een acceptabele vorm van zingeving was – volwassenenadoptie – is zo goed als verdwenen en in veel landen onwettig zonder dat daar een dwingende reden voor lijkt te bestaan. De Nederlandse wet stelt dat het adoptiefkind minderjarig moet zijn, en dat de rechtbank alleen in bijzondere omstandigheden het minderjarigheidsvereiste terzijde kan leggen. In zulke gevallen gaat het vaak om aspirant-adoptiefouders die al langere tijd voor de ondertussen meerderjarige kinderen hebben gezorgd. Adoptie van volwassenen als zodanig is uit de gratie geraakt.

En toch kan volwassenenadoptie een belangrijke zingevingsvorm zijn voor kinderloze paren, ook al levert het zorg dragen voor meerderjarigen misschien een mindere mate van zingeving op dan het grootbrengen van minderjarigen, voor wie de cultuur- en waardeoverdracht nu eenmaal sterker is. Maar ook jongvolwassenen kunnen veel profijt hebben van aanmoediging en begeleiding door adoptiefouders. Studies naar adolescenten laten zien dat onze hersenen nog in volle ontwikkeling zijn tot de leeftijd van 25 jaar. Dus er valt veel te winnen bij het overdragen van immateriële zaken aan jongvolwassenen. Ook hier is het idee van figuurlijke onsterfelijkheid niet ver weg.

Maar wat nog belangrijker is, is dat volwassenenadoptie de nadelen van kinderadoptie opheft. Bij volwassenenadoptie is er voor zover bekend geen dwang voor moeders om hun kind af te staan, en het probleem van wilsonbekwaamheid van de geadopteerde lijkt veel minder of geen rol te spelen. Wel is het de vraag in hoeverre een jongvolwassene onbevooroordeeld kan beslis-

sen over diens adoptie als er sprake is van grote verschillen in rijkdom. Het is echter een misverstand dat adoptiefouders altijd rijker zijn dan geadopteerden, in het heden noch in het verleden. Zo werden er in het oude Rome regelmatig zonen van rijke patriciërs geadopteerd door armere Romeinen zodat deze zonen konden deelnemen aan de verkiezingen tot volkstribuun. Dit voorbeeld zet volwassenenadoptie niet in een positief daglicht, maar het laat zien dat de economische relatie tussen adopterenden en geadopteerden anders kan liggen dan gedacht. De eerdergenoemde voorbeelden waarbij geadopteerde volwassenen begrafenisrituelen op zich nemen of waarbij adoptiefouders jongvolwassenen een nieuwe toekomst geven, laten de meer positieve kanten van volwassenenadoptie als zingevingsvorm zien.

Overal ter wereld vormt zowel biologisch als niet-biologisch nageslacht een bron van zingeving. Het is echter goed om in het oog te houden dat figuurlijke onsterfelijkheid verder reikt dan nageslacht alleen: deze betreft ook de impact die mensen kunnen hebben op anderen buiten familiebanden. Denk aan leraren die een vormende en duurzame invloed hebben op hun leerlingen, mentoren die jongeren begeleiden in cruciale momenten van hun leven, kunstenaars die meesterwerken creëren die generatieslang inspireren, of mensen die in staat zijn kleine of grote maatschappelijke veranderingen teweeg te brengen. In al deze gevallen geven we iets door dat niet ophoudt bij ons eigen bestaan. Figuurlijke onsterfelijkheid is daarmee een haalbaar zingevingsdoel.

***Zingevingsvormen**: iets doorgeven, iets achterlaten, nageslacht, familiebanden, rituelen.*