

# Uit verveling

---

Bieke Vandekerckhove

*'De deur van het geluk gaat  
naar binnen open.'*

*Kierkegaard*

Een beetje verveeld met het feit dat ik een artikel over verveling moet schrijven, zit ik op een druilerige zondagnamiddag achter mijn computer. Het schrijven vlot niet, en daarom besluit ik voor de lol eens te googelen. Mijn zoekopdracht levert 432.000 resultaten op: 'Verveling – kinder- en jongerentelefoon', 'Verveling op kantoor', 'Word lid van Clan tegen verveling op Netlog', enz. Verveling blijkt op het Net een issue te zijn. Tussendoor bij een kop koffie weet mijn man, die op een middelbare school lesgeeft, te vertellen dat één van de woorden uit de top-10 van het jongerenvocabularium *saai* is. 'En het ligt heus niet aan mijn manier van lesgeven!' voegt hij er ondeugend aan toe. 'Heel snel bekruipt hen een gevoel van verveling... en worden ze ook vervelend,' lacht hij me na, terwijl ik me richting computer begeef om verder te gaan met schrijven...

Verveling is in elk geval ook een issue in mijn leven. Niets zo saai als niet uit de voeten kunnen. Als je voor alles van anderen afhankelijk bent, wordt de ruimte om (leuke) dingen te doen erg krap. Door mijn ziekte voel ik me vaak veroordeeld tot een leefruimte die letterlijk niet veel groter is dan de vierkante meter van mijn bestaan. Ik lijk wel één van die gekke monniken, die jarenlang zittend op een paal doorbrengen. Mijn leven is verschrikkelijk eentonig. 's Morgens helpt een verpleegster mij uit bed en in de kleren. Als zij weggaat, staat iemand anders al te wachten om te helpen bij het ontbijt. De voormiddag gaat restloos op aan fysiotherapie (passieve en actieve mobilisatie, pijnbestrijding, stretchen, enz.). In de namiddag ben ik vrij. Als je je armen zo goed als niet kunt gebruiken, stelt dit echter niet veel voor. Gelukkig beschik ik over een aangepast computersysteem, en gelukkig doen mijn armen het net voldoende om te lezen. Maar ik moet goed doseren. Binnen de kortste keren is het rusten geblazen. Als de enige bewegingsvrijheid trouwens die tussen je computer en je zetel is, met af en toe een uitzwenking richting mediatiemat, heb je daar gauw je buik van vol. Zo gaat het dag in dag uit. Van monotonie gesproken...

Tegenwoordig geniet ik van een PAB (assistentiebudget), waardoor ik extra hulp kan inschakelen en er iets meer ruimte is om te leven. Af en toe kan ik zelfs ingaan op een uitdaging, zoals mensen begeleiden of een lezing geven. Ik ben daar blij om. Dit wil ik tussendoor wel even zeggen. Op geen enkele manier wil ik de waarde van een positieve uitdaging betwisten. Meer dan wie ook heb ik onder het gebrek daaraan geleden. Toch is en blijft mijn leven, in vergelijking met dat van anderen, eentonig en vervelend. Mijn plek om te leven mag sinds dat PAB dan iets ruimer geworden zijn dan een paal, het leven bindt mij met een strak touw, waardoor ook ik heel wat van mijn tijd 'zittend op een paal' doorbreng, in verveling...

Lange tijd heb ik gedacht dat die diepe verveling iets is waar je aan kapot gaat. Ik kom daar steeds meer van terug. Verveling is niet iets dat tot elke prijs vermeden moet worden. Ze heeft ons iets te zeggen. Aanvankelijk probeerde ik de verveling krampachtig te verdrijven. Zonder resultaat overigens. Het contact met de trappisten van Westvleteren maakte dat ik er anders tegen ben gaan aankijken. Daar zag ik mensen, die een uiterst saai en monotoon leven leidden, die vele uren in stilzwijgen doorbrachten, en toch geluk uitstraalden. Ik dacht: als zij niet kapot gaan van verveling, is ook voor mij misschien niet alles verloren. Sterker

nog: de glans in hun ogen fascineerde mij. Ik kon dat niet begrijpen. Ik zag hen regelmatig in stilte op een bankje zitten, en ik ben mij op dit vreemde zitten gaan toeleggen, hoe vervelend het ook was. Het is een houding die mij diep raakt, en die mij later trof in de weg van Zen.

Lange tijd ook heb ik met de idee geleefd dat mijn ziekte de boosdoener is, en dat je als gezonde, actieve mens van een dergelijke verveling gespaard blijft. Ook daar kom ik van terug. Ik loop tegen de veertig aan, en zie mensen van mijn leeftijd, net als ik, tegen vormen van verveling aanlopen. Psychologisch gezien is de midlife de periode dat we voor het eerst de relativiteit aanvoelen van al wat we in het leven (denken te) zijn, smaken, weten, bezitten. De verveling slaat toe. Naarmate we ouder worden steeds scherper. Elke keer dat dit gebeurt, komen we als het ware voor de keuze te staan: de verveling proberen te verdrijven met 'druk, druk, druk' en nieuwigheid na nieuwigheid, of de confrontatie met de verveling aangaan, op hoop van zegen...

Dat de 'veelheid', en je vrij tussen die vele dingen kunnen bewegen, niet behoedt voor verveling, blijkt ook de opvatting te zijn van Awee Prins. Tussen de 432.000 Google-resultaten voor verveling, bots ik op een interview met hem, naar aanleiding van zijn boek *Uit verveling*. In de ogen van deze Rotterdamse filosoof is verveling een verborgen grondstemming van onze tijd. Ik blijf bij Awee Prins hangen, en raak op een regenachtige zondagnamiddag, hoe merkwaardig dat ook klinkt, geboeid door het onderwerp verveling...

Prins verwoordt de dingen in dat interview met dagblad Trouw met pit. Wie welvaart vermeerdert, vermeerdert verveling, stelt hij. Hoe meer dingen je hebt, hoe minder waard ze worden, tot ze waardeloos worden, lijkt wel. De huidige westerse mens heeft zoveel tot zijn beschikking. Maar hij wordt door nagenoeg niets meer geraakt. We zijn voortdurend op zoek naar het interessante en denken dat de verveling dan wel verdwijnt. En al kunnen we dit jaren volhouden, en zelfs met een zeker succes, toch blijft de verveling op de loer liggen. Achter zowat elke hoek dreigt de verveling de kop op te steken. Steeds weer moeten we ze te snel af zijn, of we botsen er knal tegenaan. Prins probeert uit te leggen hoe dit komt. Geluk zit misschien niet zozeer in het *interessante* van mensen en dingen. Geluk zit in de *interesse* voor mensen en dingen. Interesse als *inter-esse*, van het Latijnse werkwoord '*zijn tussen*' de mensen en dingen. Maar er heerst geen inter-esse, zegt Prins. We zijn niet meer werkelijk temidden van de zijnden. Dat heeft er mee te maken dat we ons niet meer kunnen concentreren en geen geduld meer kunnen opbrengen voor de dingen.

Op de vraag of hij wegens uit de verveling ziet, antwoordt Prins dat hij niet in de smart drugs van Fukuyama gelooft. Verveling is in zijn ogen niet een louter fysiologisch, maar vooral een existentieel probleem. Blijkbaar gelooft hij ook niet in onze rusteloze bedrijvigheid en in onze amusementscultuur. Waarin gelooft hij dan wel? In het aannemen van een andere houding, waarbij de verveling wordt uitgehouden. 'We moeten geduld opbrengen voor de dingen,' zegt hij. 'Ik geloof in een verwijlen bij de dingen. Bij het voortdurend ontwijken van de verveling geraken wij nooit tot wat de "diepe verveling" ons te zeggen heeft.'

Op een gegeven moment komen in dat interview meditatietechnieken ter sprake. Prins zegt hierop dat ze een zegen zijn, wanneer ze bezinning tot doel hebben. Hij wijst er echter op dat de strategie vaak Westers blijft: het gaat er uiteindelijk om dat mensen beter gaan functioneren. Volgens Prins maken we niet zelden misbruik van oosterse filosofieën. We zien ze als middel om geluk te geven. Maar zoals de Deense filosoof Kierkegaard al eens opmerkte, gaat de deur van het geluk naar binnen open, dus het maakt niet uit hoe hard je er tegenaan duwt. Geluk is een toegift in een toegewijd bestaan.' Elders zegt hij hetzelfde over zin: 'Zin is niet iets wat je aan de dingen geeft, het is een toegift.'

Het raakt mij hoe Awee Prins, langs een heel andere weg dan die van mij, tot dezelfde slotsom komt: we kunnen de verveling niet ontlopen, en moeten die verveling, eerder dan haar steeds weer krampachtig proberen te verdrijven, uit durven houden. Zijn woorden doen me denken aan de koan: 'Hoe zet je een stap voorwaarts vanaf de top van een honderd

meter hoge paal?' Awee Prins lijkt, net als de trappisten en meditatietechnieken, te suggereren: Heel simpel. Door op die paal van verveling te gaan zitten... Precies zoals die gekke monniken. Ja. Het is nog zo gek niet van die gekke monniken!

Verder raakt het mij in zijn betoog dat de essentie van verveling met zinloosheid te maken heeft. Niet de eentonigheid of de veelheid op zich is vervelend, maar de zinloosheid van de eentonigheid, de zinloosheid van de veelheid. Zinvolheid heeft met relatie, met verbondenheid te maken. Ze ontstaat door inter-esse, het zijn tussen mensen en dingen, betrokkenheid dus, en niet doordat dingen of mensen interessant zijn. Hoe je tot zinvolheid, tot inter-esse kunt komen, verwoordt hij met een prachtig beeld: we moeten bij de dingen leren verwijlen, vertraagd van de ene naar de andere plek leren gaan. Als je langzaam gaat, wandel je tussen de dingen (inter-esse), zie je de dingen, en worden ze boeiend. Als je snel rijdt, vlieg je aan alles voorbij, ontgaan de dingen je, en wordt de rit vervelend.

Zin is in de ogen van Prins trouwens een toegift. Net zoals geluk een toegift is. 'In een toegewijd bestaan' zegt hij erbij. Zonder toegewijd leven en geduld opbrengen voor de dingen, kan de zin van de dingen niet voor ons opengaan. Prins citeert Kierkegaard die opmerkte dat de deur van het geluk naar binnen opengaat. Het geeft geen zin tegen die deur te duwen. Het enige dat wij kunnen doen is toegewijd leven, waken en wachten, tot de deur vanzelf opengaat... Ik lees in die woorden echter ook nog een tweede betekenis: Zin, geluk heeft met de beweging 'naar binnen' te maken. Vreemd genoeg ontstaat inter-esse, betrokkenheid door de weg naar binnen te gaan. Door in stilte en in aandacht bij onszelf te vertoeven. In die zin moeten we de deur van het geluk toch zelf naar binnen optrekken, en de dingen bij onszelf binnenlaten. Zin is niet iets wat wij aan de dingen geven. Ze ligt besloten in de dingen zelf. Maar hoe kunnen we die *zin in* de dingen ontvangen, als de deur naar binnen op slot is? De deur naar binnen optrekken is: de dingen binnenlaten door er bij te verwijlen, langzaam te gaan, ons door de dingen zelf te laten verrassen...

De intuïtie die Awee Prins in zijn dissertatie van 438 bladzijden verwoordt, kwam ik jaren geleden tegen in een kinderboek van nog geen zes bladzijden tekst. In 1996 won Marit Törnqvist met dit boekje de Zilveren Griffel. De tekst bedraagt zes korte stukjes, die overvloedig geïllustreerd worden. Törnqvist begint haar verhaal met de merkwaardige woorden: 'Op een paal ergens in zee zat een meisje. Ze zat er dag en nacht, in weer en in wind...' Na deze woorden volgen vier grappige tekeningen van een meisje op een paal. Je ziet haar overdag zitten, 's nachts, in de sneeuw (terwijl ze met het puntje van haar tong sneeuwvlokken probeert op te vangen), en in de waaiende wind. Als dat geen verwijlen bij de dingen is... Nog steeds verwondert het mij hoe deze vrouw, binnen de kinderliteratuur, op een houding wijst die mij bij westerse monniken, en later in de Zen, zo getroffen heeft: het zitten in stilte. En dat zitten uithouden. Dag en nacht. In weer en in wind. Ooit heb ik dit kinderboekje aan de trappisten van Westvleteren kado gedaan. Sindsdien wordt het daar gebruikt in het noviciaat (de vorming tot monnik). Bij dit zitten begint alles... De titel liegt er niet om. Törnqvist noemt haar vertelling aan kinderen over dit kleine meisje op een paal: *Klein verhaal over liefde...*

*Bieke Vandekerckhove*  
*februari 2009*