



De vrolijke illusie van onafhankelijkheid

Gijs Jansen

Binnen de westerse, individualistische cultuur worden we dagelijks geprogrammeerd met het idee dat we dingen zelfstandig moeten kunnen doen. We leren als kind al om 'onze eigen boontjes te doppen' en om 'op eigen benen te staan'. Dit impliceert dat we het centrale middelpunt zijn van onze wereld en dat we zelf de controle hebben over hoe ons leven verloopt.

Hard werken dus. Je zorgt ervoor dat je zo min mogelijk afhankelijk bent van anderen. Je creëert het idee dat je alles zelf in de hand hebt en dat je je leven volledig onder controle hebt. Tot het moment dat je een burn-out krijgt, je van de trap valt of iemand plotseling overlijdt. Ineens word je geconfronteerd met de nare werkelijkheid: Je hebt geen controle. Plotseling valt de illusie van onafhankelijkheid in duigen, als een luchtkasteel dat door een wespenteek wordt lek geprikt. Ineens gaan de woorden van John Lennon leven: *Life is what happens to you while you're busy making other plans.*

We willen zó graag geloven dat we controle hebben over alles, dat zelfs de harde realiteit ons niet kan overtuigen. We houden liever vast aan een illusie dan dat we een vervelend voelend feit durven te omarmen. Het idee van controle voelt gewoon heel lekker, zoals die fles wijn waarvan je ook wel weet dat hij niks oplost, maar die voor even wat lucht en ruimte geeft tussen de nog levende hersencellen. We zijn verslaafd geraakt aan het idee dat we ons leven zelf kunnen sturen en weigeren te erkennen dat het leven ons leeft in plaats van andersom.

Dit lijkt een verontrustend besef. Als het idee van vrije wil een illusie is, waarom zouden we dan nog moeite doen? De ironie van deze stelling is dat je helemaal niet de vrijheid hébt om te kiezen voor een lamlendig, passief leven. Je leeft je leven binnen de marges van je leergeschiedenis, DNA en omstandigheden in het hier en nu. De vrolijkheid van dit besef ligt hem in het feit dat je je dus ook niet meer druk hoeft te maken over dit soort dingen. Het leven leeft jou wel, dus laat het idee van controle lekker los en kijk waar het leven je naartoe brengt. Laat dingen gebeuren in plaats van dat je alsmaar probeert om de koers te bepalen. Als je de illusie van onafhankelijkheid los duft te laten, hoef je deze ook niet langer tegen beter weten in levend te houden.

De andere, vrolijke kant van deze medaille zit hem in de ervaring van verbondenheid. Elke dag besef ik dat ik zonder zuurstof binnen drie minuten een gruwelijke dood zou sterven. Zo naar als dit besef klinkt, zo bevrijdend vind ik de implicatie ervan. Want als we kennelijk zo afhankelijk zijn van alles om ons heen, dan staan we dus ook met alles in verbinding! We zijn allemaal een heel klein en onbeduidend deel van een schitterend groot en magisch geheel. Waarom zou je onafhankelijk willen zijn als je je op deze manier continu verbonden kunt voelen?