

Mentale duurzaamheid in digitale tijden

Aan het einde van de negentiende eeuw maakt de ontwikkeling van de internationale markt de invoering noodzakelijk van een wereldtijd, de Greenwich tijd. Sinds dat moment hebben technologie, wetenschap en kapitaal de wereldtijd of 'kloktijd' steeds dwingender gemaakt. De Franse filosoof Henri Bergson heeft ooit de wereldtijd vergeleken met een kosmische metronoom. Zoals het onverstoort tikken van dit instrument zich verhoudt tot het soepele ritme van een dans, zo verhoudt de abstracte wereldtijd zich tot de werkelijk geleefde tijd. Objectief gezien, tikt de kosmische metronoom in steeds hetzelfde tempo, op enkele minieme correcties na die in de vorige eeuw zijn aangebracht. Even objectief gezien, is de metronoom sinds de invoering van de wereldtijd alsnog sneller gaan tikken. Was het begintempo nog gematigd, andante, inmiddels is de snelheid overgegaan in een presto. Het kapitaal flitst alsnog sneller over de aarde, virtuele contacten worden steeds gemakkelijker gelegd, de beeldwisselingen in de visuele media volgen elkaar op in steeds sneller tempo, en presentatoren voor radio en televisie babbelen alsof ze de laatste hoge snelheidstrein nog moeten halen. Er is een verhaal waarvan ik de bron niet meer kan achterhalen. Een indiaan, een *native american*, arriveert na een lange vliegreis op een vliegveld ergens in Europa. Daar gaat hij zitten wachten. Gevraagd waarom, laat hij weten dat hij niet verder kan. Hij laat weten dat hij pas naar zijn bestemming kan gaan, als de tijd hem heeft ingehaald. Dat is een iets andere vorm van *timemanagement* dan wij vandaag de dag kennen.

Timemanagement

Internet heeft het leven een stuk comfortabeler gemaakt. Google stelt ons onmiddellijk data ter beschikking die tot voor kort alleen met veel moeite te achterhalen waren. Voor internationaal overleg hoeven we ons huis niet meer uit. Met familie en vrienden overal over de aardbol kunnen we moeiteloos contact houden via skype. Onze muzikale behoefte kan direct worden bevredigd door iTunes..

Internet en de sociale media besparen ons op deze manier enorm veel tijd. Door deze tijdbesparing kunnen we ontspannen leven en meer tijd besteden aan de dingen die er werkelijk toe doen: het verdiepen van relaties, tijd voor nieuwe ontdekkingen en ervaringen, tijd voor dingen waar je nooit aan toekwam.

Het krankzinnige is dat het tegendeel gebeurt. Tijdbesparende middelen creëren steeds meer tijdnood. Hoe meer tijdbesparende elektronica de informatietechnologie ons aanreikt, des te harder slaat de tijdsdruk toe.

Dat laatste is bij nader inzien niet zo verwonderlijk. Het heeft te maken met een vertrouwd economisch mechanisme dat ook op de informatietechnologie van toepassing is. Want laten we ons niets wijsmaken: de sociale media zijn niet uitgevonden om de wereld socialer te maken, maar omdat er veel geld mee te verdienen valt, heel veel geld. Waar het rendement hoog is, is de concurrentie hevig. Dat verklaart waarom zowel innovatie als marketing een permanente noodzakelijkheid zijn om in de digitale wereld te overleven. Marketing is de kunst van het verleiden, en vanwege haar fantastische mogelijkheden is de verleiding van de informatietechnologie onweerstaanbaar.

De keerzijde is evenwel dat zij bijdraagt aan een cultuur die zichzelf voortdurend opjaagt, een 'staccatocultuur' (Anton Zijderveld) die vluchtigheid in de hand werkt en zorgt voor een

permanente stress vanwege de angst, vooral onder jongeren, om iets te missen en niet meer 'bij de tijd' te zijn.

Soms lees je iets wat je niet loslaat en de moeite van het bewaren waard is. Dat overkwam mij bij het lezen van het gesprek dat Hella Haasse kort voor haar dood had met journalisten van De Groene Amsterdammer (11 augustus 2011). Wat zij zegt, is op zichzelf niet zo verrassend. Bijzonder is de doordachte manier waarop zij, aan het einde van haar leven, haar inzicht weet te verwoorden. Gevraagd hoe zij staat tegenover de huidige tijd, antwoordt zij dat het voor haar een bijzonder verwarrende tijd is, een tijd van grote veranderingen. Zij is van mening dat die veranderingen zich in feite al in de negentiende en twintigste eeuw aankondigden. Ze stelt vast dat er vandaag de dag geen ruimte meer is voor creativiteit en fantasie, - erger nog, dat er geen behoefte aan is. Daarentegen is het belang van het volgen van trends en het werken aan je imago ongekend toegenomen: 'Ik weet niet eens of ik het de jongeren van nu kan verwijten, het is de tijd die hun bewustzijn zo heeft bepaald dat ze niet stilstaan bij wat ze missen. Ze denken aan banen, gezinnen, relaties en andere zaken die hen overkomen, ze laten hun leven opvullen en komen altijd tijd te kort'.

Is dit de mening van een oude dame die niet meer bij de tijd is? Soms is het heel goed om niet 'bij de tijd' te zijn. Juist afstand kan helderziend maken. Vanaf haar jeugd was Hella Haasse vertrouwd met de Indonesische cultuur. Het schrijven van haar belangrijkste romans ging gepaard met grondig historisch onderzoek. Haar lange levenservaring, historisch inzicht, haar kennis van andere culturen en haar creativiteit maken dat zij beschikt over een *mentale duurzaamheid* die het mogelijk maakt de huidige tijd in een breder perspectief te zien en verontrust te zijn over het gebrek aan wat zij de jus van het leven noemt: verbeelding, fantasie.

Hella Haasse staat niet alleen met haar oordeel. Joke J. Hermsen pleit in haar veelbesproken boek *Stil de tijd* voor een fundamentele herziening van onze omgang met de tijd (inmiddels schreef zij nog drie nieuwe boeken over dezelfde thematiek). Koen Haegens publiceerde een boek met de welsprekende titel *Neem de tijd*. De laatste jaren verschijnt het ene boek na het andere over thema's als onthaasting, mindfulness, meditatie, verstillings en hoe om te gaan met de tijdsdruk. Maar zolang er een maatschappelijk taboe lijkt te rusten op het debat over de economische dogma's van groei en rendement, denk ik dat het in praktijk brengen van een alternatieve omgang met de tijd blijft voorbehouden aan de 'linkse elite' die zich een tweede huis, reizen naar Tibet of Nepal, een kort of lang verblijf in een klooster kan permitteren. Weliswaar wordt er de laatste jaren veel gesproken over het streven naar 'duurzaam ondernemen', maar ik zie niet hoe dat de stress en werk- en tijdsdruk zal verminderen. Hoe wil het bedrijfsleven een probleem oplossen met de middelen die datzelfde probleem hebben veroorzaakt?

Over duurzaamheid gesproken: al geruime tijd wordt onderkend hoe belangrijk ecologische duurzaamheid is voor de toekomst van de aarde en van wie de aarde bewonen. Weinig besef is er voor het feit dat niet alleen de ecologische duurzaamheid, maar ook onze *mentale* duurzaamheid aan sterke erosie onderhevig is. Ik denk - sterker, ik ben ervan overtuigd - dat mentale duurzaamheid de kwaliteit van het leven bepaalt. Ze is het vermogen persoonlijke ervaringen en ontmoetingen te laten inwerken en doorwerken, ze onderkent de kracht van bestendige relaties. Mentale duurzaamheid is ook het vermogen om in de veelheid van verschijnselen samenhang te ontdekken en de dingen van de dag in een groter verband te plaatsen. Ze maakt daardoor, op individueel en collectief niveau, weerbaarheid mogelijk tegen de waan van de dag. Ze is, tenslotte, het vermogen tot geduld en concentratie, voorwaarden voor creativiteit en fantasie. Vandaag de dag staat onze mentale duurzaamheid onder grote druk. In de politiek en in ons persoonlijk leven overheerst het denken op korte termijn. Dat kan ook niet anders in een wereld die steeds complexer wordt en waarin de tijdsdruk alleen maar toeneemt. Het huidige leven is als

de opslag van onze duizenden digitale foto's die nooit echt bekeken zullen worden wegens gebrek aan tijd. Ooit was de techniek een groot goed dat dienstbaar was aan het menselijk leven. Tegenwoordig volgen de commercieel aangedreven technologische ontwikkelingen elkaar in steeds sneller tempo op en is innovatie aan de orde van de dag. Steeds dwingender bepalen technologie en mediacultuur hoe wij hebben te leven. We laten ons leven en komen altijd tijd tekort.

Andere culturen

Mentale duurzaamheid betekent óók: de vrijheid om bij de tijd te *verwijlen*. In *Stil de tijd* wijst Joke Hermsen op het belang van het denken van Henri Bergson (1859-1941). Deze filosoof, wiens werk de laatste tijd opnieuw in de belangstelling staat, maakt een belangrijk onderscheid tussen tijd als 'wereldtijd' en tijd als 'duur'.

De wereldtijd is voor hem een aan de ruimte ontleende voorstelling van de tijd: tijd als een oneindige lineaire beweging die zich in een reeks homogene partjes laat opdelen. Deze tijd is voor Bergson het ordeningsprincipe van het rationeel handelende ik, dat tracht de vijandige, weerbarstige materie in de hem omringende omgeving te beheersen.

Tijd als *duur*, daarentegen, is de tijd zoals mensen die innerlijk ervaren vanuit een intuïtief contact met de werkelijkheid, de tijd als 'de ondeelbare en niet af te breken voortgang van een melodie waarin het verleden het heden binnengaat en er één ondeelbaar geheel mee vormt'. Tijd als duur brengt ons, aldus Bergson, in aanraking met een dieper gelegen 'zelf'. Doordat we ons steeds meer door onze rationele en abstraherende vermogens laten leiden, zijn de ogenblikken waarop we onszelf hervinden schaars geworden. In deze schaarse momenten evenwel hervinden we onze authenticiteit en vrijheid, ofwel het *élan vital*, de scheppende, stuwende kracht die zorgt dat het leven zich blijft ontwikkelen en vernieuwen.

Het is opmerkelijk, dat juist in niet-westerse culturen een verwantschap bestaat met het denken van Bergson. Zo neemt de Vlaamse franciscaan Placide Tempels in zijn boek *Bantoeïfilosofie* (1946) het begrip 'élan vital' over om daarmee het wezen van de Afrikaanse levensvisie uit te drukken: 'levenskracht' is de kracht die de totale werkelijkheid doordringt en waaraan de mens deelheeft. Hoeveel kritiek het boek van Tempels ook later van de kant van Afrikaanse denkers heeft ondervonden, het begrip 'levenskracht' is herkenbaar gebleken. Deze levenskracht laat geen abstract, lineair tijdsbesef toe. In *African religions and philosophy* (1969) stelt de Keniaanse theoloog John Mbiti dat in de Afrikaanse traditie tijd moet worden *ervaren* om betekenis te krijgen en werkelijkheid te worden. Deze ervaring kan persoonlijk zijn, maar zij kan ook teruggaan op vorige generaties. Daarmee komt de traditionele Afrikaanse tijdsbeleving dicht bij de 'duur' van Bergson.

Mbiti gaat verder in op het westerse idee dat Afrikanen lui zijn en 'altijd te laat komen'. Wanneer iemand ergens zit zonder iets te doen ('zijn tijd te verdoen'), is dit, aldus Mbiti, om tijd te 'maken' of om te wachten op tijd.

Uit zijn onderzoek zou blijken dat het Afrikaanse tijdsbegrip een lang verleden ('zamani') kent, van waaruit de maatstaven voor het handelen in het heden ('sasa') worden gelegitimeerd. Omdat de toekomst, behalve wanneer zij nabij is, niet kan worden ervaren, zou die buiten de Afrikaanse tijdsbeleving vallen. Op dit laatste punt is Mbiti sterk bekritiseerd door latere onderzoekers, die hebben aangetoond dat het toekomstperspectief wel degelijk een plaats heeft in het Afrikaanse tijdsbewustzijn.

In het antropologisch onderzoek naar het tijdsdenken bij de Yoruba en bij andere Afrikaanse volken is gevonden, dat vooral mythische en historische vertellingen de tijdsstructuur bepalen. Daarnaast wordt de tijd gestructureerd door gebeurtenissen als de overwinning van een oorlog of

de intronisatie van een koning, door rituele feesten of het ritme van de marktdagen. Verder bepalen de stand van zon, maan en sterren de tijd, of de wisseling van de seizoenen. Altijd is sprake van een binding aan een concrete plaats en een historische vertelling. In een vergelijkend onderzoek naar de bantu-talen heeft Alexis Kagame (Rwanda) laten zien dat in deze talen geen tijdsbepaling kan worden gegeven zonder dat er tevens een plaatsbepaling in meeklinkt. De ruimte is daarmee als het ware de vierde dimensie van de tijd.

Mij vallen de grote overeenkomsten op met het tijdsbegrip in andere traditionele culturen in verschillende continenten. Hoe rijkgeschakeerd en gedifferentieerd ook, overall komen we dezelfde elementen tegen als de hierboven genoemde.

Dit laatste gegeven heeft de Franse filosoof Jean-François Lyotard (1924-1998) ertoe gebracht om, zeer algemeen, in de traditionele culturen een mogelijke tegenkracht te zien tegenover het westerse tijdsdenken. Traditionele culturen, die verbonden zijn aan het historisch en geografisch kader waarbinnen zij werkzaam zijn, vertonen, aldus Lyotard, geen sterke drang hun grenzen te overschrijden. Dit in tegenstelling tot de totaliserende tendens van een tijdsdenken dat met nieuwe technologieën, gebaseerd op elektronica en informatica, bezig is 'de programmering en de controle over de geheugenopslag – dat wil zeggen de synthese van verschillende tijden in een enkele – steeds onafhankelijker te maken van het leven op aarde (*Het onmenselijke. Causerieën over de tijd*, Kampen 1992, 72).

Of wat Lyotard 'etnotijd' noemt inderdaad een tegenkracht kan vormen ten opzichte de 'wereldtijd', lijkt mij de vraag. Mondiaal wordt de etnotijd steeds sterker gedomineerd door de kloktijd. Instanties als het IMF en de Wereldbank kennen geen andere tijd dan de efficiëntie van de kloktijd, en culturen die zich daaraan niet weten aan te passen, bevinden zich in hun optiek nog in een ontwikkelingsstadium.

Een klein verhaal als illustratie: in oktober 2007 werd in Abidjan, Ivoorkust, voor zakenmensen en overheidsambtenaren de campagne gevoerd 'Punctuality Night'. De slogan van de campagne was: "African time" is killing Africa – let's fight it.' De winnaar van de wedstrijd, juridisch adviseur Narcisse Aka, was zo ongewoon punctueel dat zijn collega's hem 'Mr White Man's Time' noemden.

Toch betekent de overheersing van de kloktijd niet dat we de 'etnotijd' moeten afschrijven. Hoe hybride en gebroken traditionele culturen ook zijn, ontmoetingen met mensen van andere culturen kunnen ons doen ontdekken dat de tijd diepere en rijkere dimensies kent dan alleen de kloktijd. Zo kan, bijvoorbeeld, 'het Afrikaanse tijdsdenken aan het Westen duidelijk maken dat het heersende tijdsbegrip abstract is en dat *daarom* een hiaat is ontstaan tussen het tijdsbegrip en de tijdsbeleving.' (Heinz Kimmerle, *Mazungumzo*, Amsterdam 1995, 84).

Religieuze tradities

Opmerkelijk is dat Lyotard ook ergens in het hart van de westerse cultuur zèlf een 'tegengestelde houding' waarneemt ten opzichte van het op beheersing gerichte tijdsdenken, en wel in de manier van zijn en denken die is voortgekomen uit de joodse traditie. Hij schrijft: 'Wat binnen deze traditie 'studie' en 'lezen' heet, vereist dat elke realiteit wordt behandeld als een duistere boodschap, verzonden door een onkenbare en zelfs onnoembare instantie. Zoals er geluisterd moet worden naar het vers van de Tora, moet er geluisterd worden naar het fenomeen; het moet vanzelfsprekend ontcijferd en geïnterpreteerd worden, maar dan wel met humor en zonder te vergeten dat de interpretatie op haar beurt geïnterpreteerd zal worden als een niet minder enigmatische (...) boodschap dan het oorspronkelijk gebeuren' (*Het onmenselijke*, 89).

Tora is de naam voor de eerste vijf boeken van de Hebreeuwse bijbel (het 'Oude Testament'). Meestal wordt Tora vertaald met 'wet', maar richtlijn of richtsnoer zou een betere weergave zijn.

De Tora geeft *richting* aan het dagelijks bestaan en voorkomt dat het leven verzinkt in chaos. Wat in de joodse traditie 'studie' of 'lezen' heet, is nooit vrijblijvend, maar staat altijd in het teken van het 'doen'. Het doen van Tora - zoals het onderhouden van de sabbat, het vieren van het Loofhuttenfeest - heeft een eigen tijdsritme, een eigen voortgang die de tijd niet wil beheersen, maar de toekomst openhoudt voor het nieuwe en onverwachte.

Ook andere godsdienstige tradities kennen een eigen tijdsduur, gemarkeerd door feesten, rituelen en symbolische handelingen. Ze dragen bij aan mentale duurzaamheid door mensen de mogelijkheid te bieden hun individueel bestaan te zien in het overkoepelende verband van eeuwenoude overleveringen van verhalen en symbolen, die, steeds opnieuw geïnterpreteerd, ruimte kunnen scheppen voor wat Bergson 'duur' noemt.

Een groot probleem is vandaag de dag dat in alle wereldreligies het fundamentalisme sterker wordt, voor een deel als reactie op de moderniteit. In het fundamentalisme is het grote overkoepelend verband een gesloten universum geworden van onaantastbare zekerheden en eeuwig herhaalde waarheden, en de door Lyotard genoemde humor is er ver te zoeken. Aan mentale duurzaamheid dragen zij niet bij.

Ook waar van fundamentalisme geen sprake is, zijn religieuze instituties dikwijls routineus bedekt met het stof van eeuwen. Of zij zijn zo 'vrijzinnig' geworden dat zij zich aan de tijdgeest hebben aangepast en hun 'tegengestelde houding' hebben verloren. Dat neemt niet weg dat er - vaak onverwachte - plekken en momenten zijn waarop de oorspronkelijke bevrijdende kracht wordt herontdekt waaraan de oude verhalen en symbolen hun ontstaan te danken hebben. Dan ontstaat er zoiets als Lyotards 'tegengestelde houding' en een gevoeligheid voor wat in de heersende trends is veronachtzaamd en vergeten.

Zijn religieuze tradities in zekere zin op het verleden gericht en, als tradities, van het verleden afhankelijk, in elk geval voor de joodse en de christelijke tradities geldt dat in het bevrijdende gebeuren waarvan zij verhalen, de verwachting van een ongekende toekomst wordt bewaard. Het profetische element in deze traditie legt deze toekomst niet vast, maar voedt de actieve hoop op het geladen moment, op de 'kairos' waarin zich een 'novum' aandient, een onverwachte kans op een nieuw leven.

Kunst

De publieke opinie vertoont de tendens kunst te zien als vrije tijdsbesteding. Zij dient tot vermaak en verstrooiing. Ooit, in oude tijden, waren kunsten en wetenschappen nauw met elkaar verbonden. Tegenwoordig is de scheiding tussen kunst en wetenschap vanzelfsprekend. 'Zoals bekend worden ten gevolge hiervan kunst en literatuur teruggedrongen in hun miserabele functie de mensen af te leiden van wat hen onophoudelijk achtervolgt en afmat: de obsessie om de tijd te beheersen', schrijft Lyotard in *Het onmenselijke* (88).

Voor een andere omgang met de tijd zijn kunst en literatuur onmisbaar. In de recente literatuur over dit onderwerp zijn daarvan de nodige voorbeelden gegeven. Zij laten zien dat kunst in staat is ongekende dimensies van het leven aan het licht te brengen, nieuwe ervaringen te ontsluiten, en, zeker wat de muziek betreft, uit te drukken wat in woorden niet gevat kan worden.

In verband met mentale duurzaamheid beperk ik me hier tot één aspect: kunst is niet alleen het product van creativiteit en fantasie, het vraagt ook van de hoorder, lezer of kijker fantasie en verbeelding. Kunst verdraagt geen consumentenmentaliteit. Je moet er moeite voor doen. Je kunt op het eerste gezicht een doek van Raphaël mooi vinden of geraakt worden door een subtiele tekening van Paul Klee. Wil je echt tot deze kunst doordringen en er een relatie mee ontwikkelen zodat het deel gaat uitmaken van je geestelijke bagage, dan vraagt dat tijd, aandacht en een zekere kennis van de materie (zelf eens een penseel ter hand nemen is voor dat laatste de beste

manier). Ook om de schoonheid van klassieke muziek te ontdekken, moet je moeite doen, ook al ben je muzikaal. De Goldberg Variaties van J.S. Bach of de strijkkwartetten van Béla Bartók vragen geconcentreerd luisteren en enige kennis van de muziekgeschiedenis. Maar datzelfde geldt ook veel muziek die vaak als muzikaal behang wordt gebruikt. Je kunt door de blues, de flamenco, de fado of de Griekse rebetika ontroerd worden, maar deze muziek gaat pas echt voor je leven als je weet hoe ze ooit is ontstaan als overlevingskunst van mensen aan de rand van de samenleving. Hoe dan ook, kunst vraagt en voedt wat essentieel is voor mentale duurzaamheid: aandacht, geduld, dromen, wachten.

Zullen interculturele contacten (voor zover die echt plaatsvinden), oude en nieuwe religieuze tradities (voor zover niet fundamentalistisch) en kunst (voor zover niet gereduceerd tot entertainment) op den duur kunnen optornen tegen de maalstroom van elkaar steeds sneller opeenvolgende technologische ontwikkelingen? Dat is, op z'n zachts gezegd, onzeker. De tijd zal het leren.

Gepubliceerd in *de Helling*, kwartaaltijdschrift voor linkse politiek, nr.2/zomer 20014, 13-19