

wordt eenzaamheid beschouwd als een groot maatschappelijk probleem dat moet worden bestreden. De vraag is echter of eenzaamheid zich wel laat bestrijden en of het een probleem is dat slecht negatief moet worden opgevat. In deze bundel (uitgegeven naar aanleiding van een symposium) wordt eenzaamheid benaderd als iets wat bij het leven hoort. Het bestaan stelt ons voor opgaven, vragen en moeilijkheden, die ons eenzaam of diep eenzaam kunnen maken. De existentiële invalshoek in deze bundel biedt ruimte om anders met eenzaamheid om te gaan en te komen tot een positieve duiding. De fundamentele vraag in deze bundel is dan ook: *Mag een mens eenzaam zijn?*

Als mensen zich eenzaam gaan voelen, speelt daarbij de werkelijkheid van zowel de binnenwereld als de buitenwereld een rol. Als bestaanskenmerk zegt eenzaamheid iets over de diepte in het bestaan, over iets dat groter is dan onszelf en dat zich in al zijn verscheidenheid toont in ieders persoonlijke gang door het leven. Eenzaamheid laat zich bij uitstek beschrijven en onderzoeken in niet alleen maatschappelijke, maar juist ook persoonlijke en existentiële termen (p. 11). 'Existentiële eenzaamheid is een zingevingsprobleem waartoe de persoon zelf zich verhoudt, en als zo'n existentieel beleefde eenzaamheid voor mensen een reëel en aanhoudend probleem is geworden – als de existentie zelf pijnlijk is – dan laat het zich niet zomaar oplossen met een sociale insteek', aldus Ton Jorna (p. 15).

Zingeving is hier van toepassing, omdat het behalve naar een sociaal gemis ook verwijst naar een individueel verlangen naar een zinvol leven.

Zeven auteurs vanuit verschillende wetenschappelijke disciplines (multi- en interdisciplinair) werpen een breed licht op de vraag: *Mag een mens eenzaam zijn?* *Anja Machielse*, filosoof en sociale-wetenschapper, laat zien dat sociaal isolement een strategie kan zijn om met existentiële eenzaamheid om te gaan. Dat doet zij aan de hand van het verhaal van meneer S., een man van 73 jaar, die er in zijn leven niet in is geslaagd om aansluiting bij anderen te vinden (pp. 23, 24). Zijn verhaal maakt duidelijk dat zijn eenzaamheid samenhangt met de wijze waarop hij zich verhoudt tot zichzelf en tot anderen (p. 31). Daarbij plaatst zij de eenzaamheid in de sociale context van de laatmoderne samenleving waarin sociale integratie niet vanzelfsprekend is. *Anne Goossensen*, onderzoeker kwaliteit van zorg, zoekt uitgaande van presentie naar verschillende kleuren van (existentiële) eenzaamheid, om vanuit verwonderde waarneming tot een gepaste respons te kunnen komen, nabij te zijn en iemand niet te verlaten (pp. 40-46). De kern van het verhaal gaat over het 'zien' van deze worsteling en over de opbrengsten van 'gezien worden' (p. 46). *Joachim Duyndam*, filosoof, onderzoekt in zijn bijdrage de relatie tussen eenzaamheid en veerkracht. Daartoe doet hij een korte verkenning in bestaande theorieën over emoties (pp. 55-59), om van

Ton Jorna (red.), **Mag een mens eenzaam zijn?**  
**Studies naar existentiële eenzaamheid en zingeving.**  
Uitgeverij SWP (Amsterdam),  
2012, ISBN 9789088503412,  
166 pag., € 19,60.

Eenzaamheid is voor veel mensen een herkenbare gesteldheid, voor de één als vervelend moment, voor de ander als aanhoudende last. In onze tijd

daaruit een concept van emoties voor te stellen dat zowel eenzame als de sociale of intersubjectieve aspecten van onze emoties verdisconteert (p. 59). Hij komt tot de conclusie dat we juist in emotioneel opzicht verbinding kunnen maken met anderen – of eigenlijk: hoe we om echt onszelf te kunnen zijn verbinding ‘moeten’ maken met anderen.

*Joeri Calsius*, klinisch psycholoog en psychotherapeut, gaat in op het thema ‘existentiële bewustwording en angst’ vanuit de vraagstelling ‘hoe existentieel is existentieel eigenlijk?’. Calsius verkent in een theoretisch exposé wanneer we van een existentieel ervaringsproces kunnen spreken en gaat vervolgens in op de klinische en therapeutische herkenbaarheid ervan. Hij stelt impliciet vast dat het begrip van de ‘existentiële ervaring en bewustwording’ (pp. 91-92) niet onproblematisch is, maar wijst op een ‘existentiële tussenruimte’ (p. 95). *Eric Ettema*, medisch filosoof, gaat in op de eenzame voorbereiding op de dood. Aan de hand van enkele citaten laat hij zien dat sterven veelal gezien wordt als een gebeurtenis waarvan het eenzame karakter zelfevident is. ‘We staan alleen in het aanzicht van de dood. Geen communicatie met anderen kan deze eenzaamheid wegnemen, net zoals de aanwezigheid van anderen in het uur van onze dood het feit niet kan onthullen dat het “onze” dood, en onze dood “alleen”, is die we sterven’ (Tillich).

*Ton Jorna*, onderzoeker geestelijke of existentiële begeleiding,

bezieet eenzaamheid als iets dat eigen is aan het bestaan (p. 115) en als een potentiële katalysator voor ontwikkeling. Hij maakt dat verder heel tastbaar in het volgen van Karen Armstrong als leermeester (p. 127-132). Als laatste auteur schrijft *Jan Bor*, filosoof, over de toegang die eenzaamheid biedt tot het innerlijk; hoe een mens gevoeliger en ontvankelijker wordt door eenzaamheid te doorleven. Hij maakt daarvoor een onderscheid tussen eenzaamheid als sociaal isolement en een heel andere eenzaamheid, namelijk een diep doorleefde, innerlijke, existentiële eenzaamheid. Ze vormen elkaars tegenpolen. De innerlijke eenzaamheid verdient onze ‘lof’ (p. 139), want het is het beste dat een mens heeft: ze vormt de toegang tot het rijke landschap van het innerlijk. De vraag naar wie je bent begint met deze innerlijke eenzaamheid en ze eindigt ermee, zij het dat er onderweg een transformatie van die eenzaamheid plaatsvindt. Kortom, eenzaamheid is de menselijke conditie, aldus Jan Bor.

Wat kan de geestelijk verzorger met deze bundel? ‘Conceptualisering van ervaringen van existentiële eenzaamheid kan bijdragen aan een meer adequate omgang met eenzaamheidsklachten door geestelijk verzorgers’, aldus Ton Jorna. De verdienste van deze bundel is het feit dat de auteurs het thema ‘existentiële eenzaamheid’ door middel van diverse reflecties handen en voeten hebben gegeven. De conclusie, waar geestelijk verzorgers rekening mee dienen te houden,

is dat de auteurs eenzaamheid niet uitsluitend zien als probleem, maar ook als een mogelijkheid voor innerlijke groei, als een schrijnende toestand die ook vruchtbaar kan zijn. Zij laten zien dat eenzaamheid niet alleen een gemis in en aan relaties is, maar ook vaak een confrontatie met angst, met de dood en met het eigen innerlijke landschap. ‘De mooiste schittering daarbij is wanneer geestelijk verzorgers daadwerkelijk oog krijgen voor de existentiële dimensie van eenzaamheid en aan de slag kunnen met de aangereikte handvatten’, aldus Eric Ettema in zijn nabeschuiving van deze bundel (p. 158).

*Theo A.R. de Zwart*  
medisch ethicus in Ziekenhuis Rijnstate, Arnhem