

A photograph of a woman with blonde hair, wearing a textured, light-colored jacket, standing in a forest. She is looking upwards and to the left. The forest has many thin, bare trees, and the ground is covered with green plants and yellow flowers in the foreground, which are slightly out of focus. The sky is visible through the trees.

# boeken.

## De kracht van melancholie

Filosoof Joke J. Hermsen

**De ultieme biografie van  
maffiabaas Al Capone ▶ p.6**

**Waarom mannen zo wreed zijn  
tegenover vrouwen ▶ p.11**

**interview.** Joke J. Hermesen zegt dat het verdringen van

# ‘We hebben verdriet nodig om elkaar te kunnen begrijpen’

In haar essay *Melancholie van de onrust* pleit de Nederlandse schrijfster en filosofe Joke J. Hermesen (55) voor een eerherstel van de homo melancholicus. Want onderdrukte weemoed gaat woekeren en manifesteert zich uiteindelijk in angsten, depressies, onrust en xenofobie.

CATHÉRINE ONGENAE

Wet ‘Rust’ als centraal thema sprak het voor zich dat de organisatie van de Maand van de Filosofie – traditioneel in april – bij Joke J. Hermesen aanklopte om het jaarlijkse essay te schrijven. Daarvoor haalde de filosofe al haar stokpaardjes van stal.

Even recapituleren. In *Heimwee naar de mens* (2003) onderzocht Hermesen al hoe de mens bezwijkt onder de steeds meer op prestaties gerichte samenleving, en wat kunst en filosofie vermogen in politiek onrustige tijden. In *Stil de tijd* (2009) en *Kairos* (2014) verdiepte ze zich in hoe rust en verveling noodzakelijke voorwaarden zijn voor het denken en voor de creativiteit. Het vinden van het juiste moment voor verandering vraagt om een alerte en intuïtieve geest; nieuwe inzichten komen als men de tijd neemt om weg te dromen. Weg van de kloktijd en externe doelen verschijnt immers Kairos, de god van het geschikte ogenblik. Dat herademen helpt de mens om opnieuw bevoegen en bezielde te raken en de wereld te veranderen.

Nu is er het rijkelijk gestoffeerde essay *Melancholie van de onrust*, waarin Hermesen een verband legt tussen melancholie en depressie. Met de Nederlandse verkiezingen nog zwaar op de maag komt het gesprek al snel op het hysterische optimisme van de Nederlandse minister-president Mark Rutte en het feit dat Geert Wilders de verhoopte winst aan zijn neus zag voorbijgaan.

Het heersende hoeragevoel zint Hermesen niet: “Men heeft Geert Wilders geen halt toegeroepen met waarden als solidariteit en empathie, maar met het overnemen van het xenofobe discours van de populist. De angsten zijn dus niet ontzenuwd, maar werden net gevoed.

“Hoe je die angsten dan wel kunt bezweren? Door zorgen weg te nemen, door een hoopvol verhaal van verbondenheid en pluraliteit voor ogen te houden en door de melancholie te accepteren in plaats van te verdringen. Als je melancholie verdringt, gaat het woekeren, wat op termijn tot veel ernstiger symptomen leidt. Mensen raken emotioneel verlamd, belanden in depressies, worden angstig, hebben het moeilijk om overleefd te blijven.”

**De mens is een weemoedig wezen, schrijft u. Wat betekent dat precies?**

Joke J. Hermesen: “De mens is weemoedig omdat hij een tijdsbesef heeft. We leven niet zoals andere wezens in de ervaring van het moment. We kunnen nadenken over verleden en toekomst. We weten dat we er ooit niet meer zullen zijn. Noem het gerust doodsangst.

“Maar dat besef van de sterfelijkheid is niet het enige. Ook het verlies van de ervaring van de kindertijd speelt, zoals Lou Salomé en Nietzsche al schreven, een rol. Het besef dat we de kinderlijke manier van verbonden zijn met de wereld verloren zijn, met die verwondering, dat enthousiasme

en die verbeeldingskracht, maakt ons melancholisch.”

**Wat is het verband tussen depressie en melancholie?**

“Al sinds de oudheid onderscheidt men twee vormen van melancholie. De ene vorm bevordert de creativiteit en de solidariteit door verbondenheid. De andere stimuleert de angst en gevoelens van machteloosheid en wanhoop.

“Het is een ambivalente stemming. In gezonde vorm verenigt melancholie zwaarte en lichtheid, rust en dreiging, schoonheid en vrees. ‘Verdriet met een glimlach’, zoals Italo Calvino schreef. Maar indien uit balans, krijg je enkel nog de duisternis. Als de melancholie ongezonde trekjes krijgt, wordt de mens nostalgisch, en zal hij een verlangen en heimwee naar vroeger koesteren. Hij plooit zich terug op uiterlijke identiteitskenmerken, zoals clan, etnische origine of geslacht, en verliest daarmee een zekere menselijkheid.”

**Wanneer wordt melancholie ongezond?**

“Als de angst het van de weemoed wint. In de loop van de 20ste eeuw kreeg de melancholie vooral een negatieve reputatie en werd daarom steeds meer gemedicaliseerd. Alsof verdriet, verlies, rouw en weemoed niet tot het dagelijkse leven behoren, maar meteen bestreden moeten worden.”

**Get over it, kop op... De weerstand voor verdriet zit ingebed in ons taalgebruik. Waarom mogen mensen hun pijn niet tonen?**

“De ideale mens moet optimistisch en blijmoedig zijn. Hij denkt niet na over het verleden, is gericht op de toekomst. Zaken als verlies, tegenslag, teleurstelling, kwetsuren en vernederingen passen niet in het plaatje. Ik acht de neoliberale samenleving en de toenemende technocratie hiervoor verantwoordelijk. Melancholie is economisch niet rendabel.

“In andere culturen zie je dat men manieren heeft om om te gaan met die gevoelens. Denk

# melancholie ons depressief maakt



maar aan de Portugese saudade, en de fado. Fado drukt niet alleen die gevoelens van weemoed uit, maar verbindt mensen bovendien met elkaar. Ook in de Arabische, de Turkse, de Chinese en de Zuid-Amerikaanse filosofie zie je dat melancholie mensen dichter bij elkaar kan brengen. We hebben verdriet nodig om onze menselijkheid te bewaren en elkaar te begrijpen. Pas als we onze verliezen leren aanvaarden, kunnen we ze ombuigen tot een nieuw begin.”

## **Het is dus een kwestie om de gezonde melancholie opnieuw in beweging te krijgen. Hoe doen we dat?**

“Ten eerste door haar niet te zien als zwakte en haar niet te medicaliseren. Het oud-Griekse concept *ataraxia*, wat betekent dat je vrij bent van onrust, komt hierbij van pas. Rust is geen soft begrip. Integendeel, tijd nemen voor reflectie is een voorwaarde om gezond te blijven.

“Ook de liefde kan de melancholie in goede banen leiden. Volgens Lou Salomé brengt Eros ons terug naar die kinderlijke verbondenheid. ‘In de liefde, in de overgave, krijgen we ons zelf terug-geschonken’, schrijft ze in *Die Erotik*. Die liefde kunnen we dan ook op anderen, op de wereld richten.

“En dan zijn er de kunsten. Beeldende kunst, literatuur en muziek zijn het ideale toneel om onze melancholie te sublimeren. Er is toch geen roman of muziekstuk te bedenken waarin verlies géén grote rol speelt? En wat zie je uitgerekend in dat neoliberale politieke bestel? Kunst wordt geminacht. Geert Wilders noemt kunst ‘linkse hobby’s’. Dat er zo zwaar wordt bezuinigd op de kunsten, baart me zorgen.” →

**‘Er is geen roman of muziekstuk te bedenken waarin verlies géén grote rol speelt. En wat zie je in het neoliberale politieke bestel? Kunst wordt geminacht’**

**Het is geen toeval dat u de curator bent van de naderende tentoonstelling Kairos Castle in het Kasteel van Gaasbeek.**

“De tentoonstelling is een mogelijke encensering van het essay. Ik wil laten zien dat kunst geen linkse hobby is, maar een noodzaak om zowel onszelf als de maatschappij in balans te houden.

“We dienen ons meer te wijden aan wat volgens de Griekse filosofen Aristoteles en Heraclitus de belangrijkste taak van de mens is: het zorg dragen voor de ziel. Kunst inspireert en helpt bij dit zorgen voor de eigen ziel, zodat je vervolgens ook voor anderen kunt zorgen. Kun je dat niet, dan word je wat Henri Bergson een automaton-persoon noemde, een nauwelijks van de dingen te onderscheiden mens die alleen maar zal kiezen voor het eigenbelang en de eigen portemonnee en zich het lot van de andere niet kan of wil aantrekken. Een egocentrische, narcistische mens. Je kunt niet tot empathie komen als je voortdurend een façade van uiterlijkheden ophoudt.”

**Doelt u met die façade van uiterlijkheden ook op het doorgedreven identiteitsdenken waar u zich geen fan van toont?**

“Het zal allicht met mijn vrouwelijkheid en met mijn haarkleur te maken hebben, maar van kinds af vond ik het moeilijk om te worden gereduceerd tot die som van uiterlijkheden. Ik ervoer die reductie als een leugen, want wie ik was had zo weinig te maken met mijn uiterlijke identiteit, met wat ik was.

“Mensen zijn tweestemmige wezens, we voeren voortdurend een innerlijke dialoog met onszelf. De ene stem is een optelsom van wat Hannah Arendt onze wat-heden noemt: het uitgebreide paspoort waarop al onze biografische feiten zoals geslacht, sociale klasse en etnische identiteit staan.

“Daarnaast heeft iedereen een andere, niet te definiëren stem – of wieheid – die gebaseerd is op onze grotendeels onbewuste, persoonlijke geschiedenis. Die innerlijke dialoog verenigt en interpreteert die twee polen, telkens opnieuw, want ieders verhaal verandert ook. We zijn allemaal wezens in wording.

“In totalitaire regimes zie je evenwel dat die vrijheid om je eigenheid te interpreteren wordt vernietigd: de mensen worden tot hun watheid of hun uiterlijke onveranderlijke kenmerken teruggebracht. Dat noem ik de verdingelijking van de mens. In de Tweede Wereldoorlog had dit desastreuze gevolgen voor de Joden, die op basis van hun paspoort eerst werden gediskwalificeerd en vervolgens vermoord.

“Maar ook vrouwen en niet-westerse bevolkingsgroepen werden op basis van hun watheid eeuwenlang uitgesloten van de wereld, studie, bestuur en creativiteit. Voor velen geldt dat nog tot op de dag van vandaag. Een mogelijk gevolg hiervan is een ongezonde ontwikkeling van de melancholie tot bijvoorbeeld depressie.”

**Volgens de Brits-Ghanese filosoof Kwame Anthony Appiah moeten we die uiterlijke identiteitslabels weigeren, want die beperken de bewegingsvrijheid van de mens.**

“Waarmee Appiah overigens niet ontkent dat het voor sommige emancipatoire bewegingen belangrijk kan zijn om hun identiteitslabel als een vaandel te voeren. Zo moest de vrouwenbeweging wel een ‘vrouwen’-beweging zijn om een politieke vuist te kunnen maken. Maar voor hem is dat een over-

gangsfase, niet het einddoel. De laatste stap in de emancipatie is het afwerpen van diezelfde labels.”

**U hebt het niet begrepen op patriottisme. Maar is het met patriottisme niet als met melancholie? Is er geen positieve vorm van vaderlandsliefde mogelijk?**

“Patriottisme is in de meeste gevallen een combinatie van nostalgie en teruggrijpen naar die watheid. Maar er is inderdaad ook de versie die Martha Nussbaum bepleit in haar boek *Politieke emoties*, waarin ze stelt dat vaderlandsliefde ook een betrokkenheid op de samenleving kan uitdrukken. In deze onrustige en onverschillige tijden ontbreekt het aan die betrokkenheid, dus een bepaalde vorm van patriottisme zou volgens Nussbaum goed kunnen zijn.

“Persoonlijk twijfel ik tussen die twee posities. Bij de Nederlandse verkiezingen namen politici van links tot rechts het woord patriottisme in de mond, maar dat deden ze alleen maar om de wind uit de zeilen van Wilders te halen. Zelfs de PvdA had het over een progressief patriottisme. Een contradictie in terminis? Of kan het uitnodigen tot wat Hannah Arendt *amor mundi* noemt, een verantwoordelijkheid voor de wereld uit liefde voor die wereld?

**‘Rust is geen soft begrip. Integendeel, tijd nemen voor reflectie is een voorwaarde om gezond te blijven’**

“Als het progressieve patriottisme erop gericht is om mensen minder onverschillig en individualistisch te maken, om hen van achter de schermen van hun privéstulpje te halen, als het kan uitnodigen om de ramen en deuren open te gooien en de straat op te gaan, dan zeg ik ja. Maar dat is niet wat we vandaag zien bij de mensen die patriottisme oproepen. Dat lijkt toch eerder op een verholde variant van ‘eigen volk eerst.’”

**Zou het kunnen dat veel mensen niet zozeer onverschillig zijn, maar eerder de moed verloren hebben?**

“Melancholie kan zeker uitmonden in moedeloosheid. Naast de wereldwijd 400 miljoen mensen die aan klinische depressiviteit lijden, zie ik dat als een van de mildere vormen van depressie en neerslachtigheid. Mensen kijken weg uit machteloosheid, omdat ze denken dat het allemaal niets meer uithaalt.

“Maar je kunt altijd iets doen. Het hoeven geen grootse dingen te zijn. Kijk eens wat je kunt veranderen in je werk, op je school, bij je thuis, of in de ontmoeting met anderen... Ieder mens kan op elk onverwacht moment beslissen om het roer om te gooien en opnieuw te beginnen. Het is dus zaak om niet in moedeloosheid weg te zakken, maar om onze melancholie weer aan creativiteit en hoop te verbinden. De melancholie heeft die hoop nodig om ‘gezonder’ te blijven.”

**Hoe melancholisch bent u zelf?**

“Ik ben bang dat ik tamelijk hoog scoor. Ook het omslagpunt van melancholie naar depressiviteit is me niet onbekend. Al mijn boeken, hoe abstract filosofisch ze ook mogen zijn, komen voort uit mijn eigen ervaring. Ik heb nog nooit iets geschreven dat ik niet zelf heb beleefd.

“Schrijven is voor mij ook een manier om zielsverwanten te zoeken, die ik vind in auteurs als Hannah Arendt of Virginia Woolf of Henri Bergson. Niet alleen troosten hun analyses me, ze verdiepen ook mijn ervaring.”

**Toen u nog filosofie doceerde, hebt u jarenlang tevergeefs gestreden om Arendt op het curriculum te krijgen. Is ze intussen wel aanvaard?**

“Mijn waarde collega's vonden Hannah Arendt geen filosoof. Op de vraag wat ze dan wel was, antwoordde men na enig nadenken: ‘een vrouw’. 1999, echt gebeurd.

“Intussen is ze actueler dan ooit. Zij schreef in de jaren 50 al over totalitaire regimes, xenofobie, *alternative facts*, pluraliteit en melancholie. Het lijkt wel alsof haar werk juist voor deze tijd geschreven is, want opnieuw staan we ook in het Westen voor een mogelijk aanwakkeren van totalitaire tendensen. We leven op een kantelpunt. Of het nu over duurzaamheid gaat, over migratie, over economie of hoe we de samenleving organiseren: de transitie is gaande.

“Maar het kan nog alle kanten op. Wordt het het pad van de nostalgie, het patriottisme, identiteitspolitiek en uitsluiting? Of rolt het dubbeltje in de goede richting en kiezen we voor empathie, duurzaamheid, solidariteit en verbinding?”

**Denkt u nooit: hoe kunnen diezelfde problemen zich telkens weer blijven herhalen?**

“Dezelfde problemen en gevaren keren inderdaad steeds terug, maar elke nieuwe cyclus brengt nieuwe hoop mee. Vandaag nemen wij, twee vrouwen, deel aan het gesprek over de wereld. Dat was honderd jaar geleden niet mogelijk geweest, dus zover zijn we al. Traag maar zeker maken we vorderingen, en zullen er ook steeds meer mensen uit de niet-westerse wereld aan dat gesprek deelnemen.”

**U blijft optimistisch?**

“Ik ben van de school van Heraclitus, die de filosofische gedachte *panta rhei* introduceerde. Alles stroomt, alles verandert. Hoewel de geschiedenis zich lijkt te herhalen, stap je nooit twee keer in dezelfde rivier. In de mogelijkheid om te veranderen, schuilt de hoop van de mens.

“Maar, om te kunnen stromen, moeten we ook onze ambivalente gevoelens mogen koesteren. Aanvaard dus de melancholie, buig deze om tot creativiteit en de wereld zal weer een stukje menselijker worden.”

*Kairos Castle. De kunst van het juiste ogenblik* loopt van 1 april tot 18 juni in het Kasteel van Gaasbeek. [kasteelvangaasbeek.be](http://kasteelvangaasbeek.be)



**Joke J. Hermesen,**  
*Melancholie van de onrust,*  
Lemniscaat en Arbeiderspers,  
100 p., 4,95 euro.