

## Laat Standard en Poor's 2012 niet vergallen

(Gepubliceerd in De Morgen, 28 december 2011)

Onlangs maakte ik kennis met een groep mensen met hoogst merkwaardige overtuigingen. Ze geloven dat niet Al Qaida, maar de regering-Bush op 9/11 een kleine drieduizend burgers vermoordde. Ze denken dat vaccinaties bedoeld zijn om de bevolking te vergiften. Condensatiesporen van vliegtuigen zouden in werkelijkheid chemische sproeistoffen zijn, die intentioneel worden verspreid om mensen ziek te maken. Zieke mensen, zo luidt de redenering, kan men immers makkelijker controleren en manipuleren. Hoe het menselijk brein besmet kan geraken met opvattingen die aantoonbaar kant noch wal raken, is een interessante kwestie. Maar wat me vooral fascineert, is de vraag hoe deze mensen met hun angst omgaan. Stel je voor dat je echt gelooft dat zo'n condensatiespoor, waarvan je er op sommige dagen tientallen kan zien, vol pesticiden, virussen en zware metalen zit, ingebracht door een machtig geheim genootschap, de overheid, de CIA of de farmaceutische industrie. Wat een vreselijk mens- en wereldbeeld! Niemand valt nog te vertrouwen. Iedereen kan erbij betrokken zijn. Ik vermoed dat wie in dergelijke complottheorieën gelooft, ook de meeste mensen wantrouwt. *Believers* worden immers voortdurend geconfronteerd met mensen die hun beweringen betwisten, en in hun psychologische logica zijn ontkenners medeplichtigen of daders.

De zestiende-eeuwse Franse humanist Montaigne wijdde een van zijn essays aan angst. 'Volgens de artsen', schrijft hij, 'is er geen andere emotie die ons verstand zo snel uit haar vereiste toestand rukt'. Angst, aldus Montaigne, zorgt voor 'geestesverbijstering'. Daarom moeten we vooral bang zijn voor de angst zelf. Natuurlijk heeft hij niet helemaal gelijk. Angst kan bijzonder nuttig zijn. Dieren, inclusief mensen, die niet in staat zijn tot het ervaren van angst, leven minder lang. De volkswijsheid 'liever blode Jan dan dode Jan' houdt steek. Die andere wijsheid die angst een slechte raadgever noemt, kan soms waar zijn, maar vaak ook niet. We zijn allemaal nakomelingen van voorouders die angst voelden wanneer dat doorgaans nuttig was, en daar ook naar handelden. Dapperheid roept meestal waardering op, maar in een rivier vol krokodillen gaan zwemmen is eerder onverstandig dan dapper. Het is geen toeval dat hedendaagse stadskinderen vooral bang zijn voor tijgers, slangen en spinnen, niet voor kernafval, auto's en stopcontacten: onze psychologie is niet aangepast aan een moderne leefomgeving. Het maakt het extra moeilijk voor ons brein om in te schatten wanneer angst functioneel is. Dat verklaart waarom we gemiddeld genomen angstiger zijn dan nodig. Het is beter om per vergissing angst te ervaren als je over de tuinslang struikelt, dan om dat niet te doen als je op een ratelslang trapt.

Maar voortdurend angst voelen zonder goede reden is ongetwijfeld contraproductief. De Britse socioloog Frank Furedi beschrijft in zijn boek *Cultuur van angst* (2007) hoe angst steeds meer mensen in zijn greep krijgt. We durven niet meer liften en zijn bang voor lifters. We gaan niet meer normaal om met kinderen, bevreesd dat men ons gedrag verdacht zal vinden. Ouderen blijven uit schrik 's avonds binnen. Binnenshuis is het al niet veel beter,

vanwege de kans op inbrekers. De Vlaamse arts Luc Bonneux vermeldt in zijn bijzonder lezenswaardige boek *En ze leefden nog lang en gezond. Hoe gezondheid een industrie werd* (2011) nog andere voorbeelden. We laten kinderen niet meer in de zon spelen, uit angst voor huidkanker, en onze overheden slaan massaal vaccins in voor vogel- en andere griep-pandemieën die zich niet voordoen. Er kan een dik boek geschreven worden over hoe de cultuur van de angst een economie van de angst aanzwengelt en bestendigt.

Als individuen bevinden we ons allemaal ergens op de angstcurve, die de vorm van een klok heeft. De aanhangers van complottheorieën waarmee ik kennismakte, zitten aan de zeer angstige kant: nagenoeg alles is gevaarlijk en vrijwel niemand is betrouwbaar. Aan de andere kant van de curve bevinden zich de optimisten, zoals de Britse bioloog en auteur Matt Ridley, die in zijn boek *De rationele optimist* (2011) argumenteert dat het allemaal wel meevalt met de bevolkingsgroei, de honger in de wereld, de opwarming van de aarde, en dies meer. De meerderheid van de mensen troept in het midden samen. Maar de positie van de curve kan veranderen: we kunnen met zijn allen gemiddeld meer of minder angstig worden. Volgens Frank Furedi waren we in het Westen nooit angstiger dan nu, ondanks onze welvaart, onze goede gezondheidszorg en de stijging van de levensverwachting. Hij kan best gelijk hebben, ook al bezitten we geen harde wetenschappelijke gegevens over de mate waarin mensen vroeger angst kenden. Misschien waren mensen in de middeleeuwen, toen men meer geteisterd werd door bijgeloof, tirannie, honger, oorlog en de pest, angstiger dan nu. Hoe dan ook, de angst die ontstaat wanneer mensen het gevoel hebben de controle te verliezen, is ongetwijfeld zeer oud.

We worden nog altijd geboren met een brein dat nauwelijks te onderscheiden is van dat van de cro-magnonmensen van ruim dertigduizend jaar geleden. Maar onze omgeving is ondertussen wel dramatisch veranderd. In de prehistorie hadden mensen ongetwijfeld, en meestal terecht, angst voor het onzichtbare, het vreemde, het oncontroleerbare. De nacht hield gevaren in, zoals wilde dieren en vijandige soortgenoten. Ons brein reageert in essentie nog steeds op dezelfde manier. In de plaats van wilde dieren zijn andere vreemde en angstwekkende fenomenen gekomen: elektromagnetische straling, genetisch gewijzigde organismen, de EHEC-bacterie, kredietbeoordelaars, dioxines, moskeeën, cholesterol, kerncentrales, klimaatopwarming en financiële markten. We hebben allemaal wel ergens schrik voor, en vrijwel iedereen tracht met eigentijdse rituelen de onzekerheid te verminderen. Dat kan op zeer uiteenlopende manieren tot expressie komen. Sommigen wagen zich aan extreme sporten. Door de Mount Everest te beklimmen of dubbele salto's te maken met een crossmotor, controleren en verminderen ze hun eigen angst. Meteen tonen ze ook aan gezond en sterk genoeg te zijn om zich het gebrek aan angst te kunnen veroorloven. We bewonderen de waaghalzen niet alleen omwille van hun kracht en technisch vernuft, maar omdat we via hen ook onze eigen angsten sussen. Anderen doen aan angstreductie op een minder risicovolle manier. Zo las ik recent dat pensioensparen 'een hit is bij twintigers'. Allicht is daar een rationele kant aan, maar het is ook symptomatisch voor de angst die onze leefwereld is binnengeslopen. 'Stormloop op alarminstallaties', luidde een ander bericht in de krant in december. 'Men kan de vraag nog amper bijhouden, de bestellingen stromen binnen', aldus het artikel. Diezelfde week kopte de krant een uitspraak van Christine Lagarde, hoofd van het

Internationaal Monetair Fonds: 'Wereldeconomie op zeer gevaarlijk keerpunt'. Een rapport van de NASA werd samengevat als: 'Helpt van aardoppervlak zal veranderen door opwarming', en een wetenschapper was 'met verstomming geslagen' door 'enorme methaanbellen' die hij in de Noordelijke ijszee had zien opborrelen. Nog een titel, in diezelfde periode: 'Vogelgriepvirus kan door genetische mutaties miljoenen mensen doden'. Dit soort berichten is dagelijkse kost. Hoeft het te verwonderen dat mensen in het Westen angstiger zijn dan ooit? Wie veel bezit, heeft veel te verliezen.

Veel memorabele gebeurtenissen van 2011 waren evenmin geruststellend, zoals de aardbeving en tsunami in Japan en de daarop volgende kernramp, de aanslagen door Tristan van der Vlis, Anders Behring Breivik en Nordine Amrani, het recordaantal dagen om een Belgische regering te vormen, de financiële crisis in Europa in het algemeen en Griekenland in het bijzonder, het drama op Pukkelpop, de geboorte van de zeven miljardste wereldburger, de vergrijzing en de verwachte moeilijkheden om de pensioenen te betalen. Zelfs hoopgevende gebeurtenissen gaven reden tot scepsis en angst. De Arabische lente konden we aanvankelijk interpreteren als een scharniermoment richting democratie, maar al snel doken signalen op dat die nieuw verworven vrijheid de positie van het fundamentalisme kan versterken. Ongetwijfeld stemmen sommige Egyptenaren, Tunesiërs en Libiërs op antidemocratische partijen omdat, zoals Montaigne aangeeft, 'de angst ons zelfs bang maakt voor wat ons kan redden'. Bijgevolg worden ook wij angstiger, want angst voedt zich met angst. De Noorse massamoordenaar Breivik werd gemotiveerd door zijn angst voor de islam. Onvermijdelijk zaait zijn daad angst in de geesten en harten van moslims, wat het risico inhoudt dat die zich terugplooiën op overtuigingen die net de angst en haat bij Breivik opwekten. Dergelijke spiraaleffecten wekken zelf angst, omdat ze zo oncontroleerbaar zijn en zelden een goede afloop kennen. Een gerucht over de kredietwaardigheid van een bank kan ertoe leiden dat steeds meer mensen hun geld bij de bank weghalen, waardoor het gerucht zelfbevestigend wordt. De mens lijkt het enige wezen dat zichzelf omwille van gefabuleerde redenen angst aanjaagt. Zeer in het bijzonder hebben we schrik voor anderen, ook al zijn daar, zoals Steven Pinker in zijn jongste klepper *Ons betere ik* (2011) aantoonde, steeds minder redenen voor. Mits goede afspraken over enkele fundamentele democratische basisregels, vormt de ander steeds minder een bedreiging.

Een vriend van me, fan van de filosoof Arthur Schopenhauer, houdt ervan om geregeld een uitspraak van zijn held aan te halen, in het bijzonder als hij er positief ingestelde mensen door op stang kan jagen: 'Het ergste moet nog komen'. De pessimistische Duitser heeft uiteraard gelijk, maar er is iets triviaals aan zijn gelijk. Naarmate we ouder worden, takelen we af. Uiteindelijk gaan we allemaal dood. De kans dat onze soort het nog honderdduizenden of miljoenen jaren uithoudt, is niet erg groot. Op nog langere termijn komt er een eind aan ons zonnestelsel. Het zal allemaal wel. Maar men kan in dit alles evengoed redenen vinden om er het beste van te maken. Zelf haal ik liever Marie Curie aan: 'Er is in het leven niets om angstig over te zijn. Men moet het alleen maar begrijpen'. In een beroemd interview zei een andere Duitse filosoof, Martin Heidegger, dat 'enkel een God ons kan redden'. Ons redden van wat? Dat was minder duidelijk. Heideggers onbestemde angst heeft zich het afgelopen jaar in de hersenen van veel te veel mensen genesteld.

Schopenhauer was overigens minder zwartgallig dan algemeen wordt aangenomen. Hij schreef niet voor niets ook een verhandeling met als titel *De kunst om gelukkig te zijn*. Mijn Schopenhaueriaanse vriend is radicaal pessimistisch. Mocht hij, zoals Schopenhauer zelf, denken dat er ondanks alles toch manieren zijn om gelukkig te worden, dan kan men daarin ook weer mislukken. Die faalangst leidt dan weer tot depressie. Daarom is zijn pessimisme zijn enig houvast voor geluk. Doemdenken is zijn enige hoop.

Zijn er dan geen redenen tot bezorgdheid? Natuurlijk wel. De vraag is alleen: waarover? We schenken veel meer aandacht aan een persbericht van Standard & Poor's dan aan een rapport van de Verenigde Naties over de bevolkingstoename. Onze angst is niet gefocust, noch goed gedoseerd. Fundamenteel moet een mens zich afvragen wat hij met zijn leven wil aanvangen. Wie de kunst van het leven beheerst, ervaart geen overbodige of disfunctionele angst. De anarchistische journalist en vrolijke ukelelespeler Tom Hodgkinson schrijft in zijn boek *Leve de vrijheid* (2007): 'Angst is het opofferen van creativiteit ten behoeve van veiligheid', en 'angst maakt dat we het leven eerder observeren dan het zelf leiden'. Christopher Hitchens, op 15 december van dit angstige jaar aan slokdarmkanker overleden, heeft zijn leven ten volle geleefd, en zoals uit zijn autobiografie *Hitch 22* (2011) kan blijken, op een zeer creatieve manier. Het stelde hem in staat om de dood recht in de ogen te kijken. Hij schreef in 1994: 'Mensen die voortdurend angstig zijn, hebben geen zelfrespect meer'. Mijn wens aan onze samenleving voor het komende jaar: minder angst en meer zelfrespect; minder contemplatieve observatie en meer actief plezier in het leven.

Johan Braeckman