

# Met Montaigne ontsnappen aan je cel

Kan filosofie helpen als je in de gevangenis zit? *Filosofie Magazine*-redacteur Lianne Tijhaar volgt een filosofiecursus in de bajes.

## DEEL 1: EENZAAMHEID EN ERGERNISSEN.

Auteur Lianne Tijhaar Beeld Bram Budel

**W**e moeten een kamertje voor onszelf apart houden, waarin je kunt praten en lachen alsof je ongebonden bent, zonder vrouw, kinderen en mensen die afhankelijk van je zijn. Dat schrijft de zestiende-eeuwse filosoof Michel de Montaigne in zijn essay 'Over eenzaamheid'. Maar wat als je onvrijwillig wordt afgesneden van de buitenwereld? Biedt dat achterkamertje ook troost in de gevangenis?


Binnen de muren van de Penitentiare Inrichting Almere zitten 300 mannen in afwachting van hun straf. Dertien van hen volgen de wekelijkse cursus 'Filosofie en humanisme'. Wat kan filosofie betekenen als je helemaal op

jezelf teruggeworpen wordt? Is de gevangenis een goede plek om te denken?

### VRIJHEID

Een jongeman met dreadlocks loopt achteloos de gevangenisbibliotheek binnen. Cursusleiders Bert en Knut reageren verrast. 'Je bent er tóch!' Niemand had verwacht dat Yuri (29) vandaag zou komen. Hij heeft rapport – een soort huisarrest in je cel. Bij hoge uitzondering mag hij toch naar de filosofiecursus.

Voor Yuri is dat volkomen logisch. 'Ik zeg tegen die bewakers: "Luister, dit is mijn grondrecht. Mijn vrijheid van godsdienst kunnen jullie mij niet afnemen."' Het is 13 uur. De lunch is net voorbij, er komen stroop-

A photograph of a man from behind, showing his neck and upper back. He has a white t-shirt with small colorful speckles. There is a prominent red, swollen area on the back of his neck, suggesting a recent injury or medical condition. The background is a plain, light-colored wall.

Ron (30):  
‘Ik kreeg er door  
detentie meer  
contacten bij’

‘Na mijn arrestatie zat ik drie dagen in een politiecel. Urenlang wachten op een bankje in een kale ruimte. Af en toe liep er een bewaker voorbij of werd er een gevangene binnengebracht. Wat doe je dan? Ik had eens gelezen dat het belangrijk is om je brein vitaal te houden in deze wereld vol mobiele telefoons. Dus ik heb mijn dagen in de politiecel omgezet naar een therapeutische sessie. Het heeft me veranderd. Door alleen te zijn ben ik bewuster gaan denken. Het is iets wat ik buiten nooit deed. Ik nam er de tijd niet voor. Ik heb het gevoel van tijd losgelaten. Ik wacht al zo lang. Jaren geleden ben ik beschuldigd omdat er verhalen over me verzonnen zijn. Nu zit ik hier al een heel lange tijd; er is nog steeds geen uitspraak. Ik ben wel alleen, maar niet eenzaam. Ik weet dat de mensen buiten aan me denken. Natuurlijk mis ik mijn vrienden en familie. Door detentie miste ik de bruiloft van mijn zus en de geboorte van haar twee kinderen. Tegelijkertijd krijg ik veel support van buiten. Oud-studiegenoten, -docenten en familieleden die ik jaren niet gesproken had, begonnen me te schrijven toen ze hoorden dat ik vastzat. Ironisch genoeg kreeg ik er door mijn detentie alleen maar meer contacten bij.’

wafels en gevulde koeken op tafel. De koffie gaat rond. Daar zitten ze dan: dertien gedetineerde mannen. De stemming is opgewonden. Er wordt gepraat en gegrapt over het feit dat er een journalist is aangeschoven.

‘Wie wil vandaag de tekst voorlezen?’ vraagt cursusleider Bert. Stilte. ‘Herman, wil jij lezen?’

Herman (78), de oudste van het gezelschap, kijkt vriendelijk op. ‘Ik wil het best doen, maar ik ben niet zo’n geoeffend spreker.’

De cursusleider knikt bemoedigend.

Zonder haperen leest Herman de tekst van Montaigne voor, zo nu en dan subtiel voorzien van eigen commentaar: ‘Daar ben ik het niet mee eens’, en: ‘Daar heb ik ook zo mijn twijfels over.’

Hardop leest hij uit Montaignes essay:

“We moeten zo mogelijk een vrouw, kinderen en goederen hebben, en bovenal gezondheid; maar daar ook weer niet zo aan gehecht raken dat ons geluk daarvan afhangt. We moeten nog een achterkamertje reserveren dat helemaal van ons is en helemaal vrij, waarin we onze ware vrijheid, en vooral onze afzondering en eenzaamheid huisvesten.”

Eenzaamheid is volgens cursusontwikkelaar Hans Scheper een belangrijk thema voor gedetineerden. Scheper is hoofd Humanistische Geestelijke Verzorging bij Justitie.

Zijn cursus wordt inmiddels in vijftien inrichtingen aangeboden, geleid door vrijwilligers van het Humanistisch Verbond. Scheper: ‘Als je gevangen wordt gezet, raak je afgesneden van je vrienden en familie, maar ook van kleine contactmomenten, zoals een praatje in de supermarkt. Veel gedetineerden voelen zich eenzaam, een emotie die doorgaans negatief wordt gewaardeerd en weinig wordt besproken. Als je hier op de afdeling vraagt wie er weleens eenzaam is,

### GEZOCHT

Het Humanistisch Verbond zoekt vrijwilligers die de cursus ‘Filosofie en humanisme’ willen verzorgen in verschillende gevangenissen door heel Nederland. Interesse? Neem dan contact op met hoofd Humanistische Geestelijke Verzorging Hans Scheper. [h.scheper@dji.minjus.nl](mailto:h.scheper@dji.minjus.nl)

## ‘Reserveer inwendig een kamertje dat helemaal van jou is’

steekt niemand zijn hand op. Het kan dan heilzaam zijn om even afstand te nemen van je eigen situatie en samen een tekst van een filosoof te lezen.’

Met de tekst van Montaigne wil Scheper laten zien dat omgaan met eenzaamheid een diepgeworteld thema is in onze cultuur. ‘Filosofen schrijven er al eeuwen over. Bovendien laat Montaigne zien dat je eenzaamheid ook positief kunt waarderen.’ Het devies van Montaigne: streef er niet naar dat de wereld over je praat, maar leer met jezelf te praten. Dat vergt oefening. Maar als je het eenmaal onder de knie hebt, is het een krachtig wapen tegen eenzaamheid en verlies.

### VERDRIET

‘Wat zou Montaigne met deze tekst willen zeggen?’ vraagt cursusleider Bert als Herman de laatste zin heeft voorgelezen. Danny (46) steekt zijn hand op: ‘Alles zit al in jezelf. Als je eenzaam bent, dan zorgt je geest er wel voor dat je gezelschap hebt.’

Charif (41) knikt instemmend. ‘Tevredenheid moet je niet laten afhangen van anderen.’ Voorlezer Herman hoort het hoofdschuddend aan.

‘Montaigne ziet eenzaamheid als iets positiefs’, zegt Bert. ‘Zien jullie dat ook?’ Het hoofd van Herman gaat nog heviger schuddend heen en weer.

Ron (30) krijgt het woord. Hij kan zich er wel in vinden. Ron had een goede baan en een



eigen huis, maar door zijn detentie raakte hij alles kwijt. 'In het begin had ik er moeite mee om alleen in een cel te zitten, maar nu heb ik me één gemaakt met de stilte. Door alleen te zijn ben ik bewuster geworden. Ik hecht veel meer aan immateriële zaken, zoals liefde en vriendschap.' Herman houdt het niet meer en krijgt het woord. 'Ik herken me hier helemaal niet in. Liefde is voor mij juist onlosmakelijk verbonden met de wereld buiten deze hoge muren, waar mijn vrouw, kinderen en kleinkinderen op me wachten. Alleen in een cel zitten vind ik een volstrekte ramp. Maar ik weet niet of ik me daartegen wil verzetten. Laat het verdriet maar over me heen komen.'

'Hoe meer je je hecht aan dingen, hoe meer je er een slaaf van wordt. Misschien is dat wat Montaigne probeert te zeggen', suggereert Bert. Maar Herman blijft erbij. Hij krijgt steun van Stefan (33): 'Je kunt niet altijd om je verdriet heen. Mijn moeder was ernstig ziek. Vorig jaar is ze overleden. Moet je dan al in je achterkamertje hebben dat het morgen voorbij kan zijn?' 'Ja, en hoe kun je je nou níét hechten aan een kind?!' valt Charif hem bij. Daarmee raakt hij een gevoelige snaar. Veel tafelgenoten hebben zelf kinderen, of ze hebben te maken gehad met ziekte en verlies van dierbaren. Er is veel begrip, en er worden bemoedigende woorden gesproken.

## FILOSOFEREN ACHTER TRALIES (DEEL 1/4)

### ‘Over eenzaamheid’ Montaigne

Het doel van eenzaamheid is denk ik altijd hetzelfde: rustiger en meer op je gemak te leven. Welnu, aangezien wij de stap nemen om alleen te leven of het buiten gezelschap te stellen, moeten wij er ook voor zorgen dat het van onszelf afhangt of we tevreden zijn. Laten we ons ontdoen van alle bindingen waardoor we aan anderen vastzitten en ten opzichte van onszelf de kracht opbrengen ook werkelijk alleen te leven en ons daarbij op ons gemak te voelen.

We moeten zo mogelijk een vrouw, kinderen en goederen hebben, en bovenal gezondheid; maar daar ook weer niet zo aan gehecht raken dat ons geluk daarvan afhangt. We moeten nog een achterkamertje reserveren dat helemaal van ons is en helemaal vrij, waarin we onze ware vrijheid, en vooral onze afzondering en eenzaamheid huisvesten. Daar moet onze dagelijkse conversatie tussen ons en onszelf gevoerd worden, zo privé dat daarin geen enkele relatie of omgang met de buitenwereld toegang vindt; en daar praten en lachen we, alsof we geen vrouw en geen goederen, gevolg of bedienden hadden, zodat het niets nieuws is om het zonder hen te stellen als de situatie zich voordoet dat we hen verliezen. Wij hebben een geest die op zichzelf gericht kan worden; hij kan zichzelf gezelschap houden; hij heeft de mogelijkheid aan te vallen en te verdedigen, te ontvangen en te geven. Laten we niet bang zijn dat we in deze eenzaamheid door ledigheid en verveling verkommeren.

## ‘Volgens Montaigne kan onze geest zichzelf gezelschap houden’

Een van de gespreksgenoten is intussen begonnen aan een liefdesbrief. De koeken staan nog onaangeraakt op tafel.

### ERGERNIS

Wat is het mooiste inzicht dat de cursisten meenemen uit deze les? ‘Dat je niet te veel moet verwachten’, zegt Ron. Dat helpt hem door zijn dagen. ‘Ik verwacht ook niets van het personeel hier.’

Gelach.

‘Ik moet oppassen dat ik niet al te cynisch word’, zegt Ron verontschuldigend. Maar hij heeft de weg vrijgemaakt voor Evert (57), die tot dan toe niets gezegd heeft. De bewakers zitten hem dwars. Hij had bijna deze bijeenkomst gemist omdat ze de deur niet voor

hem wilden openen. Gemopper op de bewakers breekt los.

Bert sust de zaak: ‘We kunnen ons er groen en geel aan ergeren, of we kunnen onze schouders erover ophalen en denken: ach, het zijn bewakers. Probeer ermee te leven.’ Dennis: ‘Ik denk tóch dat we die bewakers iets aan hun verstand kunnen peuteren.’

Evert zucht: ‘Weet je wat het is, Bert... Er zijn hier zo weinig andere dingen om je druk over te maken. Soms moet ik gewoon even mijn ei kwijt.’

En zo toont zich in een gesprek over eenzaamheid, verlies en alledaagse ergernissen een wezenlijk kenmerk van de mens. We zijn eerst en vooral sociale wezens. Het lijkt erop dat deze mannen achter de tralies hun grootste troost niet uit het achterkamertje van Montaigne halen, maar uit een goed gesprek over gedeeld gemis. Het is het leven buiten dat hen op de been houdt.

Een paar deelnemers praten nog even na in de gevangenisbibliotheek. De cursusleiders krijgen een vriendelijke hand. En dan vertrekken de cursisten, ieder naar zijn eigen cel. ■

### VOLGENDE MAAND

Omarm je lot, zegt Friedrich Nietzsche. Kan dat als je opgesloten zit in de bajes?

### ► FILOSOFIE.NL

Lees alle delen van deze serie via [filosofie.nl/dossiers/tralies](http://filosofie.nl/dossiers/tralies)



Milan (42):  
‘De meesten  
willen hun cel  
uit, maar ik wil er  
soms juist in’

‘Ik ben een Hindoestaan, zoals je ziet. Maar ik doe hier van alles. Ik ga naar de kerkdiensten, naar de boeddhistische sessies, en ik zit bij de humanisten. Ik ben bijna nooit in mijn cel. Als afdelingsreiniger ben ik vaak buiten, tussen de mensen. Maar alleen op de groene afdeling. Dat is het goede deel van de gevangenis. Daar waar je komt te zitten als beloning voor goed gedrag.’ Milan lacht. Hij heeft een vriendelijk gezicht. Je begrijpt direct waarom mensen hem mogen. Maar zijn drukke bajesleven zorgt er ook voor dat hij soms tijd voor zichzelf nodig heeft. ‘Soms ben ik de indianenverhalen van de jongens hier helemaal zat. Dat gepoch over wat ze allemaal hebben gedaan en hoeveel geld ze hebben gejat. Ik heb in totaal al 12,5 jaar gezeten. Ik weet waar ik voor sta. Dan ga ik even in mijn cel zitten. De meesten willen hun cel uit, maar ik wil er soms juist in. Dan doe ik even helemaal niks. Geen gezeur aan m’n hoofd.’ Of hij eenzaam is? ‘Zet mij maar in een cel en ik blijf zo een jaar zitten. Ik heb eigenlijk geen mensen nodig. Soms fantaseer ik erover om ergens in de natuur te gaan leven. Weg van de samenleving. Ik loop graag door het bos met mijn hond. Dan vertel ik tegen hem hoe slecht het leven is. Soms moet je alles kunnen zeggen zonder dat je iets terug hoort. Dat helpt mij om het van me af te zetten.’

# FILOSOFIE

AKADEMIE

Colleges door  
Michel Dijkstra

## Confucianisme, shinto en zen in Japan

Abonneeprijs:

€4795,-

Van 21 november t/m 2 december 2018 organiseert *Filosofie Magazine* een 12-daagse filosofiereis naar Japan. Maak kennis met oosterse wijsheid op locatie in Nara, Kyoto, Eiheiiji en Tokyo.

- Reisleiding: Michel Dijkstra (docent Oosterse filosofie ISVW)
- Bezoek aan Nara, Kyoto (Gouden Paviljoen!), Eiheiiji (het klooster van Eihei Dogen) en Tokyo
- Kijk voor het volledige programma en meer informatie op onze website: [filosofie.nl/japan](http://filosofie.nl/japan)

**Let op! Uiterlijke inschrijfdatum voor deze reis is 21 september.**

Inclusief lijnvluchten met belastingen en toeslagen, alle vervoer ter plaatse, overnachtingen op basis van logies en ontbijt, 2 lunches en 7 diners, inhoudelijke en organisatorische reisleiding, lokale gidsen, entrees, fooien. Toeslag eenpersoonskamer: €295,-.

 meer info en boeken via:  
[filosofie.nl/japan](http://filosofie.nl/japan)