



Chris Doude van Troostwijk

Minitheorie van de religieuze keuzestress

Het thema 'keuzestress en overgave' mag modern klinken, de basisstructuur is zo oud als de weg naar Rome. Augustinus' verzuchting 'Mijn hart is onrustig in mij, totdat het rust vindt in u, o Heer' zou een goed motto zijn op de openingpagina van de encyclopedie van het christelijke geloven. Overgave aan de Eeuwige geeft rust aan de ziel. Aan de Augustijnse spanning tussen de zondige wereld en de naar verlossing hunkerende gelovige ontspringt een kernthema van een groot deel van het christendom. Zo bezien is keuzestress slechts een ander etiket voor de vermoeidheid, de pijn en de benauwdheid die het leven in de wereld met zich meebrengt. Voor deze ziekte tot de dood is de overgave aan God het medicijn.

Christus zelf nodigt de mens: 'Komt allen die vermoeid en belast zijn, en ik zal u rust geven' (Matteüs 11,28). In de negentiende eeuw legde de Romantische beeldhouwer Thorvaldsen die uitnodiging vast in een zoetig Christusbeeld van een Heiland die zijn beide handen uitstrekt naar de gevallen zondaren. Balsam voor de burgerlijke ziel; ergernis echter voor Sören Kierkegaard, tijd- en landgenoot van de beeldhouwer. De overgave aan Christus, meent Kierkegaard in *Oefening in Christendom*, vereist heel wat meer. Het is een gevecht, spiritueel en intellectueel. Hoe kan ik gelijktijdig worden met Hem? Is Zijn eis niet oneindig hard? Geloof geeft geen rust, maar maakt onrustig! De ruimte van de Eeuwige is geen snoezelkamer, maar een jachtveld. Hij is de jager en jij bent het wild.

Dat leidt tot een fundamentele kwestie. Is religieuze overgave de oplossing

voor existentiële druk en keuzestress of de bron ervan? Of is overgave soms allebei: rust door onrust, stress én zekerheid door roeping?

Keuzestress

Het probleem van kiezen is Kierkegaard niet onbekend. Heb ik iets te kiezen? Hoe kunnen we tot een keuze komen? Ik moet kiezen in het geloof, de sprong wagen, maar tegelijk weet ik dat ik van de Ander, voor wie ik kies, volkomen afhankelijk ben. Genade en keuzevrijheid staan op gespannen voet. Ze veronderstellen elkaar, maar verdragen elkaar niet. Keuzestress is niet alleen tegengesteld maar ook inherent aan geloven.

Laten we proberen de keuzestress enigszins in kaart te brengen. Allereerst moeten we onderscheiden tussen twee soorten van kiezen. De kiezende consument voor de etalageruit *selecteert* uit een reeks vergelijkbare zaken. Daarnaast impliceren de meer fundamentele keuzes een *engagement*: beroepskeuze, partnerkeuze of keuze van een woonplaats. 'Kiezen uit' en 'kiezen voor' vereisen twee verschillende geesteshoudingen. Maar 'kiezen uit' impliceert ook altijd 'kiezen voor' en omgekeerd.

Vervolgens is er de vraag naar het 'hoe'. Er bestaat een methodische bandbreedte tussen reflectie en reflex. Om te kiezen kan ik een argumentatiecalculus opstellen, een lijst van pro's en contra's. Ik kan punten per argument geven en al rekenend tot mijn keuze komen. Een subtielere methode, door de Amerikaanse filosoof Dewey voorgesteld, doet een beroep op mijn voorstellingsvermogen. Ik stel me voor hoe het zal zijn als ik eenmaal in bezit ben van het begeerde object of het engagement. Voelt het goed en is het praktisch, dan ga je er voor! De derde methode is de specialiteit van reclamemakers en marketingmechanici. Pure reflexologie: intensiveer je verlangen zo hoog tot je vanzelf valt.

Bij falende keuzemethodiek ontstaat keuzestress. Op dit moment definieert Wikipedia keuzestress als 'een vorm van stress die veroorzaakt wordt doordat een individu geconfronteerd wordt met een overvloed aan informatie die overwogen dient te worden teneinde een 'goede' keuze te kunnen maken.' Dan zijn er ook nog 'het enorm toegenomen aantal keuzes in de laatmoderne samenleving' en het wegvallen 'van vaste denkkaders, tradities en voorgeschreven leefregels.'

We hebben nu genoeg bouwstenen voor een provisorische theorie. Keuzestress ontstaat, als we niet meer luisteren naar het adagium van mijn oude tante: 'Alles waar *te* voor staat, is verkeerd behalve tevreden.' Objectief gesproken is er een teveel aan dingen: te vol, te veel. Subjectief kampen we ook nog met een teveel aan informatie. Hoe te scheiden tussen relevante en irrelevante informatie? Het derde 'teveel', eveneens subjectief, betreft de overdosis aan dromen: overbelasting van Deweys voorstellingsvermogen. De mens als mimetisch wezen begeert wat de anderen begeren en wat zij begeren wordt ons dagelijks aangewreven in soaps, voorbijflitsend design en gadgetconversaties op kantoor. Stress: ik weet niet meer of ik het ben die wil wat ik schijn te willen.

Het vierde element van de minitheorie weegt mij het zwaarst. Objectief en subjectief gesproken ontstaat keuzestress door een 'te weinig': te weinig tijd. Het voorhandene is op voorhand gedateerd. De sociaalfilosoof Zygmunt Bauman ziet in de 'houdbaarheidsdatum' een kenmerk van de laatmoderne samenleving. Elk product heeft zijn specifieke levensduur, uiterste verkoopdatum, mode- en trendbestendigheid. Niet alleen de mens is sterfelijk, vooral de dingen zijn het. Stress ontstaat bovendien door dat wat de *Lidl*-marketeers goed hebben begrepen: elke week een andere superaanbieding. Het moet nu, maar ik ben er nog niet klaar

voor. Als ik nu niet toesla, kijk ik straks misschien met spijt achterom. Tijd voor reflectie is mij niet gegund. Alleen de reflex kan mij bevrijden. Of het uitstel van de keuze. (Maar van uitstel komt afstel.)

Keuzestress, gezien als temporeel fenomeen, heeft religieuze connotaties. Kiezen onder tijdsdruk is vragen naar het juiste moment, naar het *kairos*. Dialectiek van verlangen naar vervulling en angst voor de gemiste kans. Sommigen kanaliseren het teveel aan dingen, informatie en dromen door de overgave aan God, Allah of het oceanische gevoel. Bij overgave aan het Absolute krijg je denkkaders, tradities en leefregels terug.

Echter, is aan kiezen niet onherroepelijk een moment van overgave inherent? Met alleen reflectie kom je niet tot kiezen. Kiezen is springen, kiezen vereist een onberedeneerde reflex. En daarom is het verlangen naar religieuze overgave niet zomaar een antwoord op de keuzestress van de laatmoderne samenleving. Ze is er vooral de uitdrukking van.

Chris Doude van Troostwijk is freelance theoloog en filosoof.