

Somniaccen

PIETER PEKELHARING

Eigenlijk is het verbijsterend dat hij pas de eerste is die er mee komt. Somniac ontdekte de waarde van de slaap in zijn geboortedorp in de Vogezen, waar de kippen nog over straat lopen en alle mensen elkaar nog bij naam kennen. In zijn boek *Over de waarde van het slapen* lanceert hij nu een aanval op het jachtige leven van de homo economicus, die zijn weerga niet kent.¹ Zelfs de stijl is onthaast: foto's, cultuurhistorische bespiegelingen en anekdotes uit het persoonlijke leven van de schrijver onderbreken voortdurend de betooglijn. Deze prachtig uitgegeven studie is wijdlopig maar wordt nergens saai; het is de verdienste van een auteur die er zijn tijd voor heeft genomen.

De foto's zijn het mooist. Er zijn vertederende bij, zoals die van de twee kinderen die op een bank in slaap zijn gevallen. Met blozende wangen liggen ze uitgeteld in een kamer waar het feest van de ouders nog gewoon doorgaat. Of die van het kleine jongetje in Holland, overmand door de slaap hangt hij scheef in zijn kinderzitje voor op de fiets; zijn vader moet met één hand zijn hoofdje ondersteunen en kan maar met grote moeite veilig door het drukke stadsverkeer sturen. Of die foto van een moeder met haar slapende kind in haar armen, zo verstild, zo innig, dat het plaatje elke piëta overtreft.

Somniac wil terug naar het vertrouwen dat kinderen in de wereld hebben, hun vermogen met overgave te slapen. Hij wijst op de plaats die het slapen in ons leven bezit – meer dan een derde van ons leven brengen we slapend door – en toont keer op keer aan hoe armzalig onze taal is geworden als het om uitdrukkingen voor slapen gaat. De middeleeuwen kenden wel twintig woorden voor de slaap. Die bestaan nog steeds, maar wij gebruiken ze niet meer. Bovendien hebben slaapwoorden bij ons vaak een pejoratieve klank gekregen. Bij Somniac leer je opnieuw de kleine nuanceverschillen kennen tussen dommelen, sluimeren, soezen, tukken, pitten, luimen en dutten.

Filosofisch interessant zijn Somniacs bespiegelingen over intimiteit. Wij denken dat seks, de penetratie, de intiemste kennis is die we elkaar kunnen schenken. In de liefdesdaad zouden wij het meest persoonlijke van onszelf blootgeven. Het orgasme als hoogste gave. Niet voor niets heette de liefdesdaad vroeger echter de bijslaap. Somniac is van mening dat het samen wegdoezelen *après l'acte* een veel hoger moment van intimiteit vormt dan de seksuele handeling zelf. De seks is letterlijk bijzaak; het wezen van de intimiteit schuilt in de sublieme voltooiing van de daad: in het samen slapen en ontwaken. Loom wakker worden, langzaam uit de nevels omhoogklimmen, de eerste geluiden van de dag tot je door laten dringen en de ander naast je zien liggen –

de moderne mens overkomt het alleen tijdens zijn vakantie. In het snelle leven van alledag zit de geliefde allang in de trein op weg naar een belangrijke vergadering. Voor volwassenen wordt ware intimiteit daarom een steeds zeldzamer ervaring.

Somniacs meest ontroerende anekdote is die waarin intimiteit nog werkelijk wordt beleefd. Een vriend van hem, zo vertelt Somniac, had ouders die een reizend bestaan leidden. Telkens als zijn ouders weer weggingen uit een stad, moest hij zijn speelkameraadjes achterlaten en elders, in een vreemd land, in een andere taal en op een nieuwe school onderaan de *picking order* beginnen. Gewend als hij was om het voorwerp te zijn van de algemene nieuwsgierigheid genoot Somniacs vriend nog het meest van de momenten waarop hij bij zijn echte vrienden anoniem kon zijn. Zodra het gezellig werd doezelde hij op de bank weg, en viel in een diepe rust. De slaap werd voor hem een teken van innig vertrouwen en ware vriendschap.

Mooi is ook het verhaal over de man die zo genoot van zijn dromen waarin hij kon vliegen, dat hij besloot zijn ervaringen in een droomboek bij te gaan houden. Hij ontdekte daarbij dat hij zijn dromen kon beheersen en manipuleren. Op den duur verzoon hij overdag waar hij die avond heen zou vliegen. Zijn droomervaringen werden zo belangrijk voor hem, dat hij besloot halve dagen te gaan werken om meer tijd te kunnen besteden aan het opschrijven van zijn dromen.

Een van Somniacs hoofdstukken draagt de titel 'Nooit meer slapen', die hij welbewust heeft ontleend aan het gelijknamige boek van Willem Frederik Hermans. De titel van Hermans' boek graaft dieper dan men geneigd is te denken. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat ouder wordende mensen steeds minder goed slapen. Hoe dichterbij de dood, hoe lichter hun slaap. Inslapen is een eufemisme voor een proces dat omgekeerd verloopt. Onregelmatigheden als het doorkomen van de eerste tandjes daargelaten, slapen kinderen het diepst. Wie goed leeft, die goed slaapt.

Volwassenen lijden in onze razende productie- en consumptiemaatschappij steeds meer aan slaapproblemen. Dat komt doordat de slaap niet op waarde wordt geschat en wordt verwaarloosd. De enige momenten waarop de mensen in de huidige maatschappij nog goed slapen, zijn die tijdens het vervoer van en naar hun werk. In de treinen, auto's en bussen wordt de slaap ingehaald die de onrust thuis of op het werk verdreef. Het gedwongen zitten en wachten tot de plaats van bestemming is bereikt, terwijl buiten de wereld voorbijglijdt, is letterlijk slaapverwekkend. Alleen de elite vecht in zulke gevallen tegen de slaap, omdat zij toegeven aan zoiets banaals als slapen ontrendacht. 'Toon mij een slapend iemand,' aldus Somniac, 'en ik zal u zeggen uit welke klasse hij komt' (37).

Somniac pleit in zijn kritiek op het kapitalisme en de westerse metafysiek nu eens niet voor ascese en soberheid. Terwijl wetenschappers onderzoeken hoe zelfs de slaap zo effectief mogelijk benut kan worden, beschouwt hij hem als het laatste bastion tegen de allesoverheersende invloed van het kapitalisme. De mens moet volgens hem leren om de passiviteit van de slaap te herontdekken. Heidegger pleitte voor gelatenheid, Nietzsche prees de geladen volheid van het middaguur, Somniac trekt deze cultuurkritiek radicaal door en zingt de lof van de volledige overgave aan de slaap.

1. Oorspronkelijk verschenen als *L'éloge du sommeil*, Uitgeverij Le Berger (Pastorale 1997).