

Te nauwkeurig leven betekent het einde van de vrijheid

ANTHONY MERTENS

Een oud plan schoot me in de geest toen ik laatst in de badruimte van mijn hotelkamer de flesjes, tubes, flacons, al mijn toiletpullen uitstalde, die ik voor die week nodig meende te hebben. Ineens overviel me tijdens die gedachtenloze installatie, als een bliksemschicht van zelfinzicht, de neurotische betrekkingen die de haarlotion, de shampoo, de huidcrème, de aftershave, de tandenborstel, de scheerzeep met elkaar onderhielden. Alsof ze niet zonder elkaar konden daar op die toilettafel, stille getuigen van mijn zelfhaat.

Ooit, in een periode dat ik nog romanschrijver meende te kunnen worden, had ik in een schrift het plan genoteerd om een dag uit het leven van een doorsneemens te beschrijven, die alle praktische aanwijzingen van levensdeskundigen zou opvolgen. Zo zou hij ontwaken in een lichaamshouding die hem door de bedden- en matrassenspecialist als ideaal was voorgeschreven: een ergonomische raadgeving die verantwoord was in de vormgeving en het materiaal van het bed. Hij zou zijn benen en armen strekken op de manier die hem werd voorgeschreven via talloze video's van aerobics-trainers. Van de tandarts had hij de wenken onthouden die voor de verzorging van zijn gebit absoluut in acht genomen moesten worden. Zijn huid zou in verval raken als hij zich niet elke ochtend met de juiste crèmes zou masseren. Vooral zijn hoofdhaar, had de kapper gezegd, verdiende zonder een dag te vergeten alle aandacht, hij had een hele haarverzorgingslijn aangeschaft om zijn geweten niet al te zeer te belasten. Van de podoloog had hij een schema gekregen voor zijn dagelijkse voetverzorging. Wat er allemaal niet kon gebeuren, als hij zijn voeten zou verwaarlozen. De diëtiste had precies uitgerekend hoeveel calorieën en welke ingrediënten voor hem 's morgens nodig waren. Zijn dokter had hem bevolen in plaats van te roken en te drinken elke dageraad een half uur hard te lopen. De Oibiblio-gezondheidsraad had hem een reeks van meditatietechnieken aangeboden, waarmee hij ook zijn geest optimaal zou kunnen verzorgen. Alle levenswenken zou hij in acht nemen. In zijn dagboek (de psychotherapeut had hem dat aangeraden om zo de trauma's van zijn leven in de kieren en gaten van zijn geest te kunnen opsporen), zou hij ook noteren welke gevaren hem bedreigden wanneer hij de regels van de levensdeskundigen overtrad.

De conclusie had ik er ook al bij geschreven, bij dat plan: te nauwkeurig leven betekent het einde van de vrijheid. Nooit uitgevoerd natuurlijk, al besepte ik daar in de badkamer hoezeer mijn lichaam al verslaafd was geraakt aan de wereld van Nivea, Palmolive en Aqua. Angst voor mijn eigen lichaamsgeur was kennelijk een collectief

geweten geworden. Wat ik op de toilettafel zag, was het planetarium van een kunstmatig lichaam.

Waar ik op dat moment van walgde, was van de gezondheidsmaffia, de esthetische industrie die hun normen en waarden zo hadden vormgegeven dat ik ben gaan geloven dat ze van mij zelf zijn. In een rebelse uitbraakgedachte veegde ik al die synthetische levenslessen van tafel: boertig de dag door, met stront en viezigheid, met een ondoordringbare alcohol- en tabakslucht om me heen, met slaapzweet, het eerlijke symptoom van mijn nachtmerries, zou van meer respect getuigen voor het leven (en het lijden) dan al die therapeuten met hun zogenaamde 'lebensbejahende' voorschriften. Dionisisch leven en denken, wat een vrijheid zou dat geven.

de Helling

in het herfstnummer alles over:

GELD, VEEL GELD

- Hoe rijk zijn de rijken?
- Eerlijk delen: jaloezie of rechtvaardigheid?
- De legitimatie van beloningsverschillen
- Rijk en links: Henriette Roland Holst
- De duizendmiljard gulden van de pensioenfondsen

EN VERDER:

- Ankersmit over democratie
- Paars II: geen gevoel voor urgentie
- Het groen overlegmodel



Speciale aanbieding

Als u nu abonnee wordt van *de Helling* betaalt u dit jaar slechts **15 gulden** (normaal 49 gulden).

- Ja, ik neem *de Helling*. Ik betaal met de acceptgiro die mij wordt toegestuurd.

NAAM

ADRES

POSTCODE

PLAATS

Sturen naar: de Helling, Postbus 8008, 3503 RA Utrecht