

Waar is mijn speer

Van Tim Samuels is verschenen:

Waar is mijn speer ♦

♦ Ook als e-book verkrijgbaar

Tim Samuels

Waar is mijn speer?

De rol van de man in de 21e eeuw

Vertaald door Frans van Delft

UITGEVERIJ LUITINGH-SIJTHOFF

© 2016 Tim Samuels
All rights reserved
© 2016 Nederlandse vertaling
Uitgeverij Luitingh-Sijthoff B.V., Amsterdam
Alle rechten voorbehouden
Oorspronkelijke titel: *Who Stole My Spear?*
Vertaling: Frans van Delft
Omslagontwerp: Studio Jan de Boer
Omslagbeeld: Getty Images

ISBN 978 90 245 7145 1
NUR 320

www.lsamsterdam.nl
www.boekenwereld.com

Inhoud

1. Huilende mannen op hun werk	7
2. Hoe ik man werd (op de parkeerplaats van een supermarkt)	19
3. Zelf Don Juan worden	32
4. In de mallemolen van het daten	44
5. Relaties. Hou erover op!	65
Over de microseconde waarin de man eerlijk is	65
Man versus monogamie	68
De ergste vorm van commitment, behalve voor anderen	89
All you need is love (meer realisme, minder moralisme en misschien een pil)	96
6. Morrissey op theevisite	103
7. Een slechte dag om out te gaan	111
8. Hoe was je dag, schat?	138
9. Bevrijd ons van ons testosteron	161
Hup wie er wint!	161
Oorlog en tevreden	172
In goede banen leiden	181
Mannen onder elkaar	186
10. Getuige op een pornoset	193
11. De afgunst van een atheïst	215
12. Vaderschapstest	234
13. Wij willen onze speer terug!	261
Noten	274
Dankwoord	302



1

Huilende mannen op hun werk

Het is het volwassen equivalent van bedplassen.

In de ongedefinieerde, uitgestrekte kantoortuin van de BBC was het begonnen als een stevig creatief meningsverschil met mijn baas over een documentaire die ze wilden dat ik ging maken, terwijl ik, heel pedant, vond dat het niet zou werken. (Ik zat er uiteraard volledig naast, en tot op de dag van vandaag hebben ze het nog over de torenhoge kijkcijfers die deze documentaire, uiteindelijk gemaakt door een minder tegendraadse programmamaker, heeft gehaald.)

Twee volwassenen in een felle discussie over een documentaire. Het dagelijkse gedoe waaruit televisie maken bestaat. Mijn baas begon steeds harder te praten. De toon werd persoonlijker (in de trant van: *wie dacht ik wel wie ik was?*); het typen overal in het kantoor veranderde in een zacht, onregelmatig getik, toen collectief was besloten dat dit wel eens interessant zou kunnen worden. Het stemvolume steeg, de toon veranderde – en er knapte iets in mij.

Terwijl ik voet bij stuk hield – *dit is echt een cynische film waar iedereen zo doorheen kijkt* – voelde ik achter in mijn keel een brok ontstaan.

Je weet niet waar je het over hebt.

Het begon te prikken achter mijn ogen.

Toetsenborden vielen stil.

Wie denk je eigenlijk wel dat je bent?

Jezus.

Zijn dat *tranen* die ik daar voel?

Voor mannentranen is geen plaats op kantoor. Sterker nog, ik heb nog nooit een man op het werk zien huilen. In de loop der jaren heb ik wel minstens een half dozijn vrouwen richting wc zien rennen, vriendinnen achter ze aan, om even later terug te komen en meelevende knikjes en bemoedigende glimlachjes te ontvangen; licht bloeddoorlopen ogen, maar een ongeschonden status. Niks aan de hand.

Maar kan een man op zijn werk ongestraft in snikken uitbarsten? Hij komt daar misschien mee weg als hij zojuist te horen heeft gekregen dat zijn gehele familie (inclusief de hond) in een zinkgat is verdwenen. Of wanneer een arts hem heeft verteld dat hij nog maar tien minuten te leven heeft.

Terwijl ik mijn traanklieren dwong hun werk onmiddellijk te staken, veroorzaakte alleen al het idee dat ik in de brainstormruimte op de derde verdieping een traantje zou wegpinken, het soort blote schaamte dat ik sinds de zomer van 1983 niet meer had gevoeld, toen ik tijdens een padvinderskamp midden in de nacht de sluiting van de tent niet open kreeg en ik dodelijk vernederd gedwongen was de inhoud van mijn blaas in mijn slaapzak te legen, terwijl de andere jongens nog sliepen.

Maar ik was geen achtjarige meer die in een tentje zat opgesloten. Ik was een journalist die undercover in Noord-Ierland had gewerkt, zich onder demonstreerende fascistische skinheads had begeven en Jamaicaanse drugsdealers van betrokkenheid bij moord had beschuldigd. Ik was een man uit Manchester die nog steeds het coole loopje van Liam Gallagher probeerde te imiteren. Ik was twee keer in mijn leven door uitsmijters op mijn gezicht geslagen en had erom gelachen. En nu stond ik daadwerkelijk op het punt van huilen in het bijzijn van meer dan vijftig collega's die niet eens meer de schijn ophielden dat ze nog naar hun scherm keken.

Een man huilt niet op kantoor. In het besef dat ik waarschijnlijk nog maar één opmerking van een dijkdoorbraak was verwijderd, zocht ik wanhopig naar de Manchesterse bink in mezelf.

Mijn rug op.

En ik beende op een zwaar overdreven, bijna aapachtige manier naar buiten om uit een gebietste sigaret wat testosteron naar binnen te zuigen.

Nog steeds huiver ik bij de gedachte aan wat had kunnen gebeuren als ik die dag niet net op tijd de ejectknop voor Mannen uit het Noorden had ingedrukt. Zou er nog steeds op personeelsfeestjes over worden gefluisterd? Over die keer dat Tim eigenhandig zijn ballen had verwijderd en ze keurig op een hoopje naast het witte brainstormbord had achtergelaten?

Man in transitie

Nu ik, nog steeds met gêne, terugdenk aan dit incident, vraag ik me af of dat moment op een of andere manier iets zegt over de lastige balanceeract die het man-zijn van nu is. Als we met forensische blik de plaats delict aanschouwen, zou ik willen opmerken dat het veelzeggend genoeg plaatsvond op het werk, dat tegenwoordig een te grote, en daardoor schadelijke invloed heeft op ons gevoel van eigenwaarde en onze identiteit. Dat de omgeving een kantoortuin was – sowieso een onnatuurlijke bron van ontmannelijking die ontregelend werkt op onze vecht- of vluchthormonen. Dat ons werk zich tegenwoordig voornamelijk in ons hoofd afspeelt, zonder de bevredigende fysieke inspanningen waar je lekker van gaat zweten en waarmee je iets tastbaars tot stand brengt. Ik zou afdalen in mijn eigen geest en nagaan wat in die periode mijn grootste probleem was – slaapgebrek, stress om een relatie (of het ontbreken daarvan), frustratie vanwege de kloof tussen mijn verwachtingen van het leven en de realiteit. En aangezien ik meestal grondig te werk ga, zou ik met een krijtje het feit omcirkelen dat de baas die zo naar me schreeuwde een vrouw was. Zou er, op een bepaald niveau, iets extra ontmannends – of emotie-opwekkends – kunnen zijn geweest aan het feit dat de uitbrander afkomstig was van een vrouwelijke chef? En als we voorzichtig de arena van de politieke correctheid verlaten ten-

einde een cliché tegen het licht te houden: het was inderdaad zo'n vrouwelijke chef met haar op de tanden.

Een onbenullig incident, dat gelukkig niet in tranen is geëindigd, maar wel iets zegt over de staat van de moderne man in brede zin. Het is ondenkbaar dat mijn vader, die een tiener werd in de Tweede Wereldoorlog, wegens een beetje mot op zijn werk zijn tranen had moeten bedwingen. En ook zijn vader, die nog in de Eerste Wereldoorlog had gevochten, had waarschijnlijk betere dingen om van slag van te raken.

Je hoeft maar een of twee generaties terug te gaan in de tijd en je belandt in een volstrekt onherkenbare mannenwereld. Slechts drie jaar voor de geboorte van mijn vader kregen in Groot-Brittannië vrouwen vanaf eenentwintig jaar kiesrecht. Zijn vader leefde in een tijd waarin vrouwen niet eens beroepen als politicus, advocaat, accountant of veearts mochten uitoefenen. Mijn overgrootvader was geboren in een tijd waarin getrouwde vrouwen geen eigen bezittingen mochten hebben. En al mijn voorouders leefden in een tijd waarin carrières voor het leven waren en de positie van de man thuis en in de samenleving stevig vastlag. Tienduizenden jaren van solide mannelijke zekerheid en dominantie sinds de tijd dat we en masse agrariërs werden (blijkbaar waren we op het gebied van man-vrouwverhoudingen heel politiek correct toen we nog jagers/verzamelaars waren), zijn in luttele decennia verdampt.

En terecht. De enorme vooruitgang die is geboekt op het gebied van gelijkheid wat betreft geslacht, seksuele voorkeur en ras, is samen met de 24-uursapotheek een van onze grootste wapenfeiten. Honderd jaar geleden had je weliswaar zeeën van mannelijke zekerheid, maar ook rassenscheiding in de vs, gevangengezette homo's in Australië en uitgestrekte krottenwijken overal in Engeland. We zijn van ver gekomen (al is een Ku Klux Klan-afdeling die zwarte en homoseksuele 'wizards' zegt toe te laten niet echt de soort gelijkheid die je wilt).¹

Vergeef het ons mannen wanneer we soms wat minder zeker van onszelf zijn. Niet alleen vanwege de relatief abrupt verander-

de relatie tussen man en vrouw (na tienduizend jaar lang onze voetjes in onze comfortabele dominante sloffen te hebben gestoken), maar ook vanwege andere ingrijpende sociale veranderingen, die op zowel mannen als vrouwen invloed hebben. De stortvloed aan media die onze hersens volplempen met onhaalbare verwachtingen. De alomtegenwoordigheid van technologie in ons leven. Werk dat meer van onze tijd en onze gemoedsrust eist dan ooit, maar steeds minder zekerheid biedt. Weinig duidelijke antwoorden van gevestigde religies. We leven langer: huwelijk en monogamie waren iets totaal anders toen we gemiddeld vijfenveertig jaar oud werden. En we hebben een verpletterende keuzevrijheid op elk gebied.

In vijf minuten gedachteloos swipen op Tinder zie ik meer ongetrouwde vrouwen dan mijn overgrootvader zijn hele leven lang in zijn dorp had kunnen zien. En we kunnen er alleen maar naar gissen wat tien minuten surfen op YouPorn zou hebben gedaan voor de seksuele bevrediging van deze serieus ogende, sepiakleurige man die was uitgehuwelijkt aan zijn deftig ogende nicht.

Wat tijdens alle grote maatschappelijke omwentelingen niet is veranderd, zijn wij natuurlijk. Wij, mannen. Ons lijf heeft zich sinds de tijd van de holbewoners nauwelijks verder ontwikkeld. De synapsen en hormonen die ons beschermden tegen de leeuwen die over de prairies zwierven, functioneren nog precies hetzelfde. Maar ons lijf houdt geen gelijke tred met onze manier van leven. De hormonen die door ons lichaam gierden om ons te waarschuwen voor die leeuw die op ons afkwam, komen nu vrij wanneer een onvriendelijk mailtje in onze inbox ploft; en ze blijven vrijkomen nadat het doel – onze alertheid verhogen – allang bereikt is. Vechten, vluchten of *reply all*?

Zijn we doorgeschoten in onze ontwikkeling? Is onze levenswijze – onze geavanceerde, kapitalistische, westerse manier van leven – de beste manier om man te zijn? Zijn we echt gemaakt om dagelijks naar kantoor te gaan, gebogen aan een bureau te zitten, eindeloos te streven naar meer status en geld, en terug te keren naar onze in principe monogame partner thuis, nadat we het

moderne mijnenveld van dating en de giftige geestvervuiling van porno hebben overleefd en tussendoor ons hoofd hebben laten vollopen met zoveel zinloze micro-informatie uit de apparaten waaraan we verbonden zijn, dat we ons brein geen moment de rust hebben gegund om even na te denken over de ongemakkelijke vraag waar het in dit leven nou om draait, of om ons af te vragen of we de bizarre, eeuwenoude religieuze rituelen, die de mens uitstekend leken te dienen sinds hij op rotswanden begon te tekenen, niet iets te enthousiast met de vuilnisman hebben meegegeven?

Zijn we Man Zero geworden? Een testosteron-arme dieetversie van wat we zouden moeten zijn? Of is het nieuwste recept – ondanks alle gebreken – het beste tot nog toe?

Man Zero is een subtielere, minder voorspelbare variant op de vorige mannensmaakjes, een variatie op het haantjesgedrag van het New Laddism uit de jaren negentig en de vale vochtinbrengende glans van de metroseksueel. We zijn kritische consumenten geworden en bepalen zelf de ingrediënten. In onze vriendinnen en vrouwelijke collega's ontdekken we positieve trekjes die we wel leuk vinden staan. Plunderde de metroseksueel nog de toiletas van zijn vriendin leeg, tegenwoordig rommelt hij in de laatjes van haar emoties en jat daaruit het felbegeerde vermogen te vertellen wat er in hem omgaat.

(Het werkt uiteraard twee kanten op. Om maar even van dat andere gore frisdrankje te lenen: doe met een blinddoek om de Pepsi Gendertest. Wie kan nog zeggen welk gedrag, thuis of op het werk, van een man of van een vrouw is?)

Nauwkeurig bestuderen we het leven van onze voorvaders – hun waarden, wat hen al dan niet gelukkig maakte – en vragen ons af wat we moeten koesteren of weggooien in de opvoeding van onze kinderen. We zijn toleranter, behulpzamer en onbevangen dan ooit, maar de onderhuidse onrust is gebleven. Als een duister besef, dat gevoed wordt door de knellende druk om de man te worden die we zouden moeten zijn, en wel precies op het juiste moment. Bitter en zoet, in staat tot grootsheid en grootmoedigheid, maar geneigd tot onbehouwenheid en gestuurd

door onze kwetsbare ego's. Los van de traditionele ankers thuis, op het werk en daarbuiten, dus even vrij om ver en diep te vallen als om onszelf radicaal opnieuw uit te vinden. Leeftijd zegt niets meer over mentaliteit. Tegenstrijdigheden zijn de norm.

We zijn een eigenaardig brouwsel. Maar nog steeds gebotteld in het lichaam van de jager-verzamelaar.

Misschien zijn wij mannen op ons best wanneer we voor onze overleving moeten vechten (een afgrond waar veel van onze vaders en grootvaders in keken), wanneer we moeten omgaan met de basale dingen van het leven, wanneer onze handelingen echte consequenties hebben – wanneer het om meer gaat dan wat extra geld voor het opknappen van de badkamer.

We mogen dan wel rijker, veiliger, gezonder en op het emotionele vlak waarschijnlijk fijnzinniger zijn dan ooit, maar heeft de man van nu in deze ontwikkeling niet iets verloren?

Dit is geen flauw pleidooi voor mannenrechten. We zijn het dominante geslacht en wij hoeven niet door een glazen plafond te breken. En voordat vrouwen mij met een opgerolde *Guardian* om de oren willen slaan, stel ik het volgende voorop:

Zeven redenen om geen boek over mannenrechten te schrijven:

1. In het Verenigd Koninkrijk verdienen voltijds werkende vrouwen 9 procent minder dan hun mannelijke collega's en zijn ze oververtegenwoordigd in laagbetaalde banen.²
2. Slechts 23 procent van de leden van de raden van bestuur bij aan de FTSE 100-genoteerde bedrijven is vrouw.³
3. Tussen de 100 en 140 miljoen meisjes en vrouwen wereldwijd hebben genitale mutilatie ondergaan.⁴
4. Wereldwijd is minder dan 6 procent van alle regeringsleiders vrouw.⁵
5. In de Verenigde Staten worden vrouwen pas sinds 1875 wettelijk als 'personen' beschouwd.⁶

6. In Jemen dient een vrouw haar man te gehoorzamen en mag ze zonder zijn toestemming niet naar buiten.⁷

7. In de Verenigde Arabische Emiraten mag een man zijn vrouw lijfstraffen geven, mits hij geen lichamelijke sporen nalaat.⁸

Ik hoor – en steun – jullie. We spelen hier geen genderspelletje met als inzet alles of niets. Het is vanzelfsprekend dat elke man zou moeten eisen dat zijn zussen, vriendinnen en vrouwen dezelfde vrijheden, rechten en kansen hebben als hij.

Zoals ik al zei, dit is geen oproep tot een mannenopstand.

Wanneer je mannen hoort praten over een mannenrechtenbeweging klinkt dat niet als een feestje waar je bij wilt zijn. Het heeft iets sneus wanneer de dominante groep zich over zijn lot beklagt – blanken die zich gediscrimineerd voelen of Engelsen in Groot-Brittannië die denken dat ze worden benadeeld. *Deal with it.*

Dit is dus geen pleidooi om een mannenbeweging te vormen en massaal je onderbroek in de fik te steken, maar wél een oproep om te erkennen dat dit moeilijke tijden zijn om man te zijn. Milennia-oude rollen en zekerheden zijn weggefallen. De kernwaarden van de man die eeuwenlang werden toegejuicht – zijn heldhaftigheid, zijn agressie in conflicten, zijn koppige individualisme – zijn bij het voortschrijden der beschaving steeds bedenklijker geworden (al worden ze in Hollywood nog wel geïdealiseerd, verwarrend genoeg). De grenzen tussen man en vrouw verschuiven en vervagen; rites de passage hebben afgedaan; het opvoeden van jongens is een hachelijke onderneming vol tegenstrijdigheden geworden; en het valt niet mee om te voldoen aan alle verwachtingen die door je hoofd spoken.

Natuurlijk, mannen zijn nog steeds onbetwist het dominante geslacht – zozeer zelfs dat ze wel eens ‘het onzichtbare geslacht’ worden genoemd, geen wetenschappelijke studie waard⁹ – maar de discrepantie tussen de macht van de man in de samenleving en de persoonlijke ervaringen van mannen is groot. Als je die

twee zaken op één hoop gooit, zoals sommigen geneigd zijn te doen – wat hebben mannen nou te klagen? – dan begrijp je eenvoudigweg niet waar het om gaat.

Op sommige vlakken is er voor mannen echt iets grondig misgegaan.

Negen en nog wat redenen om dit boek te schrijven

1. Vier keer zoveel mannen als vrouwen beroven zichzelf van het leven. Tragisch genoeg is zelfmoord de belangrijkste doodsoorzaak van mannen onder de vijfenveertig.¹⁰
2. De gevangenispopulatie in Groot-Brittannië bestaat voor 95 procent uit mannen¹¹ (92 procent in de vs); mannen krijgen voor dezelfde delicten zwaardere straffen dan vrouwen (mannen in de vs zitten voor dezelfde federale misdrijven gemiddeld 63 procent langer in de gevangenis dan vrouwen).¹²
3. In alle geïndustrialiseerde landen liggen jongens op het gebied van lezen een jaar achter op meisjes; ze krijgen zes keer zo vaak als meisjes de diagnose ADD (Attention Deficit Disorder).¹³
4. In de vs krijgen mannen slechts in 10 procent van de scheidingen de voogdij over hun kinderen.¹⁴
5. Mannen krijgen tien jaar eerder dan vrouwen een hartkwaal.¹⁵
6. Tachtig procent van de daklozen is man.¹⁶
7. Mannen zijn vaker slachtoffer van geweld dan vrouwen – en 40 procent van alle slachtoffers van huiselijk geweld is man.¹⁷
8. Mannen in Groot-Brittannië werken gemiddeld vijf uur in de week langer dan vrouwen (en vierentwintig van de vijfentwintig laagst gewaardeerde beroepen in de vs worden voornamelijk door mannen beoefend).¹⁸
9. Zo'n 80 procent van de paren in een vruchtbaarheidskli-

niek geeft de voorkeur aan een meisje.¹⁹

En nog wat. Anesh, uit het Indiase dorp Barshitakli, die een jaar cel heeft gekregen vanwege een affaire met de vrouw van een herder.²⁰ In het Indiase recht kan een man gevangenisstraf krijgen voor overspel – een vrouw niet.

Ondanks deze statistische wanhoop en ellende, en ondanks Anesh' celstraf, kunnen dit fantastische tijden zijn voor een man. Nog nooit hebben we zoveel vrijheid gehad om te zijn wie we willen zijn. Hedonistische oplossingen in overvloed. En toch: het is niet eenvoudig om man te zijn. Al betekent dat nu ook niet het einde van de man, zoals sommige feministen gretig hebben aangekondigd, en waarmee we meteen een paar beroerde boeken kunnen overslaan. Het is gewoon de laatste stand van zaken.

Maar we kunnen het 'onzichtbare' geslacht niet zonder risico negeren. Wanneer mannelijkheid onder druk staat, komt ze doorgaans in een andere gedaante weer aan de oppervlakte, zoals de geschiedenis laat zien. Het verdwijnt niet, maar steekt veerkrachtig in verschillende vormommingen telkens weer de kop op, als de mol in dat oude arcadespel Whack-a-Mole. En dat is vaak geen fraai gezicht. In de decennia voor de Eerste Wereldoorlog, toen de man 'soft' was geworden door veranderingen thuis en op het werk, was er een opvallende opleving in de verheerlijking van het krijgsbedrijf, het idee dat oorlog voeren goed was voor een man. Onderdrukte masculiniteit kan op individueel niveau leiden tot mannelijk zelfdestructief gedrag als overmatig drankgebruik, van school worden getrap en het weigeren van psychische hulp, maar ik durf te suggereren dat ook de huidige opkomst van is er deels op is terug te voeren. Op een gruwelijk toxisch mengsel van mannelijke vervreemding en een bastaardvorm van religieus extremisme. De jongeman uit Portsmouth die zijn Primark-uniform verruult voor een legeruniform in Syrië, zijn saaie kantoorbestaan (en ongetwijfeld ook zijn seksuele frustraties) in een buitenwijk achter zich laat om samen met zijn broeders de wapenen op te nemen, jaagt zeker ook een illusie van mannelijkheid

na. In alle Europese landen waar mannen niet de economische middelen hebben om zichzelf als man te bewijzen, groeien de extremistische partijen. Of het nu thuis is of op het wereldtoneel, wanneer er een tekort is aan mannelijkheid, heeft dat gevolgen.

Echt, mannelijk

Enkele voortreffelijke schrijfsters – van Elizabeth Gilbert tot Caitlin Moran – hebben op briljante wijze beschreven hoe het is om vandaag de dag vrouw te zijn. Misschien is het nuttig om daar een mannelijke ervaring tegenover te stellen, om volledig inzicht te geven in hoe het is om man te zijn in deze tijd, hoe persoonlijk (en soms puberaal) dat misschien ook lijkt. Om te kijken hoe we onze aangeboren mannelijkheid kunnen uitleven zonder een ravage aan te richten.

Eerlijk gezegd gaat dit gepaard met enige billenknijpende spanning. Wat voor een vrouw een bevrijdend onderwerp kan zijn om over te schrijven, kan in de handen van een man al snel schunnig, beledigend of zelfs seksistisch overkomen.

En natuurlijk gaat het om de ervaring van één man, en wel van een heteroseksuele, blanke, westerse man. Ik weet bijna zeker dat ik niet spreek voor die kerel uit Jemen die zich afvraagt of hij vandaag zijn vrouwtje naar het winkelcentrum zal uitlaten, noch voor die boer van middelbare leeftijd uit Nigeria die op het punt staat met zijn kindbruid te trouwen.

Ik denk dat we een poging moeten doen om te beschrijven hoe het is om man te zijn. Dat we met andere mannen – en vrouwen – delen wat er in ons omgaat, onszelf beter begrijpen, het bereik van mannenonderwerpen vergroten, een tegenwicht bieden aan de media waarin de man vaak wordt afgeschilderd als een nipt eendimensionale aap die niet eens zijn eigen was in de machine kan stoppen, en uit zoeken wat er achter die schokkende statistieken schuilt.

Dat we even opkijken van onze telefoons, de normen die we

zo vanzelfsprekend vinden in twijfel trekken en ons afvragen: 'Is dit de manier waarop een man behoort te leven?'

Dat we nagaan in hoeverre we nog steeds gestuurd worden door onze dierlijke instincten (kan de grootte van onze testikels vergeleken met die van andere apen ooit een excuus zijn voor vreemdgaan?), hoe we *echt* in ons werk zouden moeten staan, hoe we een partner kunnen vinden, een relatie onderhouden, gezond blijven, spirituele voldoening vinden, kinderen grootbrengen, met de overvloed aan porno dealen, met ons uiterlijk omgaan, hoe we goede ideeën van mannen elders in de wereld kunnen overnemen en manieren vinden om voldoende tijd met andere mannen in onze 'roedel' door te brengen. En hoe we, zoals dat in modern jargon heet, het discours over mannen zouden kunnen veranderen.

Voor alle keren dat een vriendin me in de afgelopen jaren vroeg 'Waar denk je aan?' en ze hooguit een Liam Gallagher-achtig, eenmalig schouderophalen terugkreeg, ligt hier dus het antwoord. Hadden we het maar nooit gevraagd, denken ze nu waarschijnlijk.

2

Hoe ik man werd (op de parkeerplaats van een supermarkt)

Vroeger was het gemakkelijk om te weten wanneer je eindelijk een man was.

Als je toevallig opgroeide binnen de Setere-Mawe-stam in Brazilië, was het een kwestie van je hand in een handschoen met kogelmieren steken en geen krimp geven gedurende de tien minuten waarin je onophoudelijk door de pijnlijkste mier van het Amazonegebied werd gestoken. Ja, je wapperde dan wel een paar dagen lang als een bezetene met je handje, maar je wist tenminste dat je een man was tegen de tijd dat je weer wat leven in je verlamde arm voelde. Voor een jongeman uit de Vanuata-stam was het overgangsritueel naar volwassenheid een relatief eenvoudige besnijdenis, waarna je van een dertig meter hoge, krakkemikkige bungeetoren werd gesmeten. Als je als jongetje was opgegroeid binnen de Sambia-stam in Papoea-Nieuw-Guinea, dan was je zevende verjaardag waarschijnlijk niet iets om naar uit te kijken. In plaats van taart en cadeautjes kreeg je een scherp stokje door je neus geboord, tot het bloed eruit gutste. Daarna mocht je fellatio plegen bij de mannen van het dorp, om hun ‘mannelijke geest’ te drinken.¹

Dan ben ik er nog goed van afgekomen. Eind jaren tachtig van de vorige eeuw bestond het ritueel binnen de geassimileerde Joodse stam in Manchester-Zuid eruit een dertienjarige jongeman te dwingen om een stukje onbegrijpelijke Hebreeuwse tekst uit zijn hoofd te leren en voor te dragen in een synagoge vol met grote hoeden dragende vrouwen en over zaken pratende mannen (terwijl je oprecht bad dat je stem niet zou overslaan juist op het

moment dat Noach aan de slag ging met zijn ark), gevolgd door een buffet met gerookte-visproducten. Het ritueel werd gewijd met een stortvloed aan Parker-vulpenen. Stamleden wat hoger in rang gaven 's avonds nog een enigszins ostentatief disco-avondje om de puisterige jongeman de ongemakkelijke kans te bieden een meisje zover te krijgen nog 'een wandelingetje' met hem te maken en haar mond vol orthodontisch metaal naar de zijne te navigeren.

Maar voor mij eindigde deze gedenkwaardige dag, waarop mijn afstamming van Abraham, Isaac en Jacob werd bevestigd, niet in een nieuw gevoel van mannelijkheid, maar al kotsend in de bosschages op de parkeerplaats van supermarkt Safeway in het voorstadije Hale. Een merkwaardige start voor een man.

Eerlijk gezegd heb ik in mijn jeugd meer tijd doorgebracht in een Safeway dan in een synagoge. Ik kan me geen woord van mijn bar mitzwa-tekst herinneren, maar het winkelmandje van de Safeway zie ik nog scherp voor me. Gesneden bruinbrood (wit was voor *andere* mensen), waterige tomaten die elke schoolboterham rond lunchtijd gegarandeerd klef maakten, een krop slappe sla die er slechts van kon dromen ooit met olijfolie in plaats van een kwak slasaus te worden verenigd, oploskoffie van het huismerk, ingeblikt fruit, ingevroren minipizza's ter grootte van een cd met sporen kaas erop, een ingedeukt blikje van de plank met afgeprijsde producten (hoe onwaarschijnlijk de kans op consumptie ook). O, de gierende afgunst wanneer ik op bezoek was bij een vriendje waar heuse voedselproducten van Marks & Spencer in de koelkast stonden – ooit zelfs hummus! Om maar te zwijgen over de verwarring toen ik op een dag bij iemand artisjok geserveerd kreeg: artisjok, eind jaren tachtig, in Manchester! Zo nouveau quiche. Misschien waren we er nog lang niet rijp voor om iets met kikkererwten te eten, maar toch: ons sobere Safeway-dieet werd op onnavolgbare wijze wél verrijkt met a: vleesvrij gehakt uit een ongeëvenaarde productlijn van de natuurwinkel, bestand tegen elke poging er smaak aan toe te voegen, en b: ge-

broken koekjes, per grootverpakking ingeslagen op de markt van Longsight.

Achteraf gezien is het een klein diëtetisch wonder dat ik mijn kinderjaren heb overleefd. Barre, groentevrije jaren, overlevend op kilo's gebutste koekjes met vanillevulling, jaren waarin alles wat op ons bord belandde eerst in een pan gestold vet was gegooid die nooit van het fornuis kwam en nooit werd ververst. Ik kan mijn vader dit gefrituurde dieet niet direct kwalijk nemen. Zijn huishoudelijke taken bleven beperkt tot de vreugdeloze boodschappen bij de Safeway en de uitstapjes in de Manchesterse onderwereld van gebroken koekjes-dealers. Degene die onze frituurpan bemande was een rondborstige Ierse die ooit samen met haar man – vrachtwagenchauffeur en Elvis-imitator – een truckerscafé had gerund, haar enige kwalificatie om de tienerhonger van mij en mijn broer te stillen. Ze kwam, frituurde en vertrok, elke dag. Wij slibden dicht.

Slechts enkele maanden voor de dag van mijn volwassenwording had ik cardiologisch gezien veel betere vooruitzichten gehad. Toen stonden er nog gezonde gezinsmaaltijden op tafel, kommen sla en pasteien die niet uit blik kwamen. Wél was in die periode de spanning thuis aanzienlijk toegenomen. 's Avonds in bed hoorde ik de gedempte ruzies tussen mijn vader en stiefmoeder. Ze werden steeds minder gedempt. Ik zette mijn stereo harder, maar tussen de nummers in viel er altijd een stilte. Als twaalfjarige kon ik me niet voorstellen dat er werkelijk iets concreets uit dat gekibbel zou kunnen voortkomen. Het was een onbestemd soort onaangenaamheid waarvoor je je afsloot. Het kwam dus als een donderslag bij heldere hemel toen mijn vader op een dag zei: 'We gaan verhuizen, pak je spullen maar.' Woedend trapte ik tegen de deur van mijn slaapkamer, waar ik nooit meer zou slapen.

Mijn spullen werden gepakt, en het onstuimige, tweeënhalp jaar durende huwelijk van mijn vader en stiefmoeder kwam met een knal ten einde. Verdrietig en verward verhuisden mijn vader, mijn oudere broer Mark en ik die avond naar een bescheiden rij-

tjeshuis, waar ik op het kampeerbed aan het kortste eindje trok. De kosten van die scheiding waren aanzienlijk. Ik verloor: een stiefmoeder die ik ‘mama’ durfde te noemen, drie oudere stiefbroers tegen wie ik huizenhoog opkeek, Claude de kat, de piano, een mooi huis in een betere buurt in Manchester en enkele essentiële bouwstenen uit de schijf van vijf.

De veerkracht van de jeugd is verbijsterend. Ik weet nog dat ik, net nadat ik in het rijtjeshuis was aangekomen, een vriendinnetje belde en aan de telefoon huilde toen ik haar vertelde dat mijn ouders gingen scheiden. Maar bij die ene emotionele uitbarsting is het gebleven. Het werd een soort van (gebroken) gezinsgrapje: dat papa er zo’n puinhoop van had gemaakt door met een vrouw te trouwen die hij nog maar zes weken kende. Twee zomers daarvoor, toen Mark en ik terugkwamen van een lange vakantie bij familie in de vs, werden we opgehaald van het vliegveld en rechtstreeks meegenomen naar een ons onbekende gezinswoning, waar we bizar genoeg gedwongen werden te poseren voor een groepsfoto, waarna ons, in de auto op weg naar huis, werd gevraagd of we die mensen leuk vonden. Daarna kregen we te horen: ‘Dat is dan mooi, want met die vrouw ga ik trouwen en over een paar weken trekken we bij ze in.’ Zes weken... wat een ongewoon snel, zij het goedbedoeld besluit voor een man die moeiteloos zes maanden kon wachten om de winterjassenuitverkoop bij groothandel Costco perfect te timen.

Natuurlijk kwam het best hard aan om een volledig nieuwe familie en een compleet huis met bidet te verliezen, en later een klein fortuin aan meelevend knikkende professionals, maar voor een dertienjarige was een scheiding in die tijd ook een trofee waar je zuinig op was. *Je hebt zojuist de eerste prijs in de zieligheidswedstrijd van school gewonnen, je mag ongestraft over iedereen grapjes maken.*

En voor een aankomende tienerrebel eind jaren tachtig was Manchester de ideale plek om die cheque te verzilveren. De stad was het bruisende, trotse centrum van de wereld en stak twee

noordelijke vingers op naar Londen of welke andere zelfingenomen stad ook. Op t-shirts las je *On the Sixth Day, God Created Manchester* of stond een stripkoe die *'Manchester: Cool as Fuck'* loeide. Voetbal, muziek, mode – in alles wat een puber maar belangrijk vond, waren wij de beste. De soundtrack van bands van eigen bodem klonk door de victoriaanse straten en nog niet gerenoveerde grachten van de stad. The Smiths, Joy Division, Buzzcocks, New Order, James, Inspiral Carpets, Charlatans, Happy Mondays, Stone Roses, The Fall – allemaal van ons. Discotheek The Hacienda pompte de house de wereld in. Spuuglokken, wijde jeans, smileys – je mag onze afdankertjes wel lenen, als je wilt, Londen.

Ook was er een bruisende industrie in bedreigend geweld. Maar in een stad die in de tabloids ook wel 'Gunchester' werd genoemd, waar rivaliserende drugsbendes uit wijken als Moss Side en Cheetham Hill op straat een bloedige vete uitvochten, was er voor een dertienjarige uit een gezin dat bruinbrood at en hem dwong publiekelijk een tekst uit de Torah te citeren teneinde zo veel mogelijk vulpenen in de wacht te slepen, niet zo heel veel ruimte voor jeugdige rebellie.

Voorals niet als deze dertienjarige naar de meest prestigieuze school van de stad ging, het Manchester Grammar – een meritocratisch instituut dat leerlingen aannam ongeacht hun afkomst en hen allemaal veranderde in een stelletje snobs en hen dwong om het al te herkenbare wapen met de uiltjes op hun blazers te dragen. Toevallig stond de school ook op de grens van Moss Side, letterlijk op spuugafstand van de probleemschool waar Liam en Noel Gallagher op zaten. Het Manchester Grammar behaalde landelijk gezien de beste resultaten, maar leerde zijn leerlingen ook om van het ene op het andere moment over te schakelen naar een plat accent – in bus 50 was dat meestal het moment dat iemand naar de uil op je blazer spuugde. Ik ben er in die jaren goed van afgekomen en slechts twee keer beroofd. De eerste keer was nog grappig: mijn aanvallers renden weg toen een hond in de buurt begon te blaffen. De andere keer was minder leuk: twee

jongens trokken een groot keukenmes en gingen er met mijn portefeuille, zeven pond en buspas vandoor.

Je moest dus je plaats kennen in de pikorde als je eind jaren tachtig stoer en een echte rebel wilde zijn. Dankzij een scheiding – en ondanks het gymnasium en het feit dat ik ooit in een huis met bidet had gewoond – had ik op mijn dertiende het volgende bereikt:

1. Ik strikte mijn schooldas achterstevoren, met het smalle stuk naar voren, waardoor de uilen treurig ondersteboven hingen.
2. Ik rookte gedroogd bananenvrucht vlees, nootmuskaat met Indiase kruiden gerold in een vloeitje van het huiswerk Latijn.
3. Tijdens de lunchpauze kocht ik in een achterstandswijk in de binnenstad wiet van een dealer die Sly werd genoemd. Beter dan nootmuskaat, maar een achteruitgang qua gezond verstand.
4. Ik was de eerste in de klas die direct, dus zonder enige tussenkomst van een beha, aan een borst had gevoeld.
5. Met de geboortekte van mijn broer had ik een vals identiteitsbewijs van de 'Youth Hostel Association' bemachtigd, dat officieel bevestigde dat ik achttien was.
6. Met bovenstaande pas heb ik in nachtclub International 2 The Waltones zien optreden, met watten in mijn oren om de bas te dempen, die er de dag daarna door de schoolverpleegster uit gepulkt moesten worden, waarna mijn vader van zijn werk moest worden gehaald om me naar een keel-, neus- en oorspecialist te brengen die dit karwei moest afmaken.
7. Ik werd een militante vegetariër die voor de McDonald's in Market Street aan verbaasde gezinnen pamfletten uitdeelde waarop een foto van een koe stond die in een abattoir in haar kop werd geschoten, met daaronder de tekst: 'Eet jij nog vlees als je dit ziet?'

8. Ik liet tijdelijk mijn vriendjes in de steek om rond te hangen met jongens van twee klassen hoger, wat mij verzekerde van een plaats achter in de bus, van bier in pubs waar om mijn YHA-pas werd gelachen, en de belofte van contact met de zo bejubelde oudere borsten.

Niet bepaald James Dean. Maar binnen de Joodse gemeenschap in Zuid-Manchester was dit een behoorlijk niveau van tiener-rebellie. Nadat op een of andere manier de moeders van de synagoge in Hale, tussen het beoordelen van hoeden door, het gerucht hadden opgevangen dat ik ‘aan de drugs was’, mocht mijn vriend Rob niet meer met mij omgaan. Uiteraard gingen mijn cijfers omlaag, en studie werd gemeden ten faveure van het eeuwenoude jongensachtige genoeg een fallus in een lesboek van een klasgenoot te tekenen en af te wachten waar hij die lul met ballen creatief in zou veranderen (meestal in een NASA-ruimteraket met twee startmotoren). Ook was ik erin geslaagd mijn vrienden Rob en John zo diep met me mee de afgrond in te sleuren, dat we op een dag met zijn drieën bij de conector op het matje moesten komen.

Terwijl we naast elkaar in zijn kamer stonden, in afwachting van een donderpreek, vroeg de man of iemand van ons nog iets te zeggen had. Plotseling ving ik, als de kleine Charlie die zijn Wonkareep openmaakte, een glimp op van mijn gouden wikkel.

Meneer, mijn ouders zijn pas gescheiden, dat is best moeilijk.

Rob zag in een flits zijn reddingsboei.

Die van mij zijn ook gescheiden, meneer.

Ja, maar dat was acht jaar geleden en nu woonde hij in een voor onze begrippen ongekend luxe woning. Een technische pass.

Arme John, hij kon geen kant uit. Zijn ouders waren het toonbeeld van een stabiel huwelijk.

Eh, meneer, hoe zal ik het zeggen, het is niet altijd even makkelijk geweest... soms... eh... de laatste tijd. Meneer.

Gelukkig gold mijn wikkel voor de hele groep en mochten we terug naar de klas in plaats van dat we een paar schaamtevolle

weken lang zouden worden geschorst. Johns ouders zijn 49 jaar lang gelukkig getrouwd gebleven. Langzaam verdween onze opstandigheid, en uiteindelijk stond de uil weer gewoon rechtop.

Met bijna pijnlijke nostalgie kijk ik terug op mijn schooltijd. De pure opwinding van het buiten rondhangen met je beste vrienden, dag in, dag uit. De constante maalstroom van grappenmakerij. Het geven van eenvoudige, maar fysiek letterlijke bijnamen: Dove Kwartel, Brillenboer, Studiepik of Tri-bal Warfare, voor de jongen over wie plotseling het gerucht ging dat hij drie ballen had, ondanks het gebrek aan enig overtuigend bewijs. De recla-metune voor Trio-biscuitjes werd hem tot aan de poort van de universiteit nagefloten.

De poedersuikerstormen bij gevechten met Sherbert Dip-Dab-lolly's, het gedrang in bedompte bussen, het wegduiken voor een straaltje inkt of hete thee, het armpje drukken, de heftige discussies over voetbal, het vakkundig klemzetten, het venijnig porren van iedereen die het waagde een meisje aan te spreken. Als een por niet werkte, waren enkele herhaalde trappen in de knieholte doorgaans voldoende om een versierpoging in de kiem te smoren.

De grappen waren genadeloos, maar nooit cynisch. Slap geouwehoer was de lijm die een groepje jongens bond. Hechte, op oprechte affectie en onderlinge steun gebaseerde vriendschappen, bijna alsof we familie van elkaar waren. En in die tijd greep ik elk beetje familiegevoel aan waar ik het maar kon krijgen.

Ik had een vader, een broer en een surrogaatfamilie van vrienden-door-dik-en-dun. En die waren allemaal aanwezig op het feestje van mijn bar mitswa – in tegenstelling tot ikzelf.

Ik werd niet onderworpen aan een blaastest op de parkeerplaats achter de supermarkt. Vermoedelijk had mijn lichaam gereageerd op een mij onbekende vitamine in het buffet.

De ochtend was zonder noemenswaardig incident voorbijgegaan. Wekenlang had ik na school gestudeerd op mijn stukje tekst

uit het Oude Testament. Toen ik aan de beurt was, riep de zwaar bebaarde, breedgeschouderde rabbijn me om voor het gezelschap te komen staan. Mijn vestje en mijn t-shirt met The Smiths erop waren verruild voor een marineblauwe blazer en een beige chinobroek, de Doc Martens vervangen door bruine brogues. Een dertienjarige met John Lennon-bril, piekhaar, een stem die op het punt stond een octaaf te dalen en die nog maar twee maanden en tweeëntwintig dagen had te gaan voor zijn eerste behabandje, werd ten overstaan van zijn gemeenschap tot man verklaard.

Het feit dat ik over de drempel van het man-zijn was gestapt voelde op dat moment niet als iets groots. Maar dat geldt voor de meeste belangrijke jeugdervaringen. Mijn obsessie destijds betrof niet zozeer mijn volwassenwording, maar meer de wording van mijn orgasme. De status die je verwierf door klaar te kunnen komen, was ongekend groot. Het zelfvertrouwen droop van die behaarde-ballenjongens die trots door de kleedkamer paradeerden. Ik wilde niets liever dan bij deze club horen toen ik dertien was. In de hoop dat mijn teelballen in actie zouden komen, staarde ik in mijn pisbuis naar een teken van ontluikend leven – alsof ik op het metroperron naar een verre koplamp tuurde. Helaas reden de treinen in de jaren tachtig nooit op tijd.

Afijn, ik zong iets in het Hebreeuws ten overstaan van de gemeenschap, werd op een podium gezegend door een rabbijn, kreeg een paar cadeautjes, er was een mediumgroot buffet en ik miste een bescheiden feestje. Niet wat je noemt voer voor horizon verbredende antropologie. Toch is dit een rite de passage die al enkele duizenden jaren zonder onderbreking bestaat. Sinds de nomadentijd in de woestijn, langs de haarspeldbochten van de geschiedenis, beleven alle jongemannen uit mijn ‘stam’ een zaterdag waarop familie en bekenden bij elkaar komen om hen tot man uit te roepen. Hoe areligieus ik ook ben, zo’n afkomst heeft ook iets krachtigs. Het geeft toch een beetje gewicht aan een onbeduidend organisme dat op deze tollende planeet rondzwerft. Ik denk dat ik soms onbewust troost heb geput uit de gedachte dat ik dan wel niet uit een normaal gezin kwam, maar wél deel

uitmaakte van een veel grotere gemeenschap. Niemand weet wat er in een puberbrein precies omgaat, maar het zal me in elk geval niet gehinderd hebben om op het rechte pad te blijven.

Rite, kom terug!

Niemand weet hoe belangrijk het is voor een gezonde mannelijke psyche om die overgang van jongen naar man te markeren. Fellatio plegen bij dorpsoudsten gaat wellicht wat ver, maar misschien hebben we iets even ongrijpbaars als belangrijks verloren door niet meer stil te staan bij de overgang van jongen naar man. Door onze ijver een rationele, seculiere maatschappij te worden, is er geen ruimte meer over voor eigenaardige rituelen. In veel culturen is initiatie echter altijd een essentieel onderdeel geweest van de ontwikkeling van een jongen – vaak gepaard gaand met ingewikkelde ceremonieën om de verantwoordelijkheden en waarden te benadrukken die men van een ontluikende man verwacht, en om zijn relatie tot de oudere mannen in de groep te onderstrepen.

De jongeman uit de Amerikaans-indiaanse Latoka-stam (Sioux) blijft in zijn eentje boven op een heuvel vasten totdat hij een visioen krijgt dat hem voor de rest van zijn leven als een spirituele bewaker zal begeleiden.² Een twaalfjarige knaap bij de Hopi-indianen wordt zes weken lang met de oudere mannen geïsoleerd en daarna anderhalf jaar van zijn moeder weggehouden.³ De jonge Niloot, afkomstig uit de seminomadische stam van veehoeders rondom de Nijlvallei, wordt meegenomen naar het gebied van de ouderen, waar hij ghamunga mag consumeren, heilige honingwijn. Zijn ‘geboorte’ als volwassene wordt extra benadrukt doordat hij een vrouwenrok en sieraden draagt, terwijl hij eet en zich gedraagt als een zwangere vrouw.⁴ De zeventiende-eeuwse Engelse jongen moest de rok juist verruilen voor een broek als eerste stap naar de volwassenheid, en er werd een groot deel van het gezinsinkomen aan deze grote broekceremonie besteed.⁵

Kleurrijk, bizar en soms op het randje van wreed, ja. Maar overgangsrituelen blijken een positieve psychologische invloed te hebben. Aidswezen in Botswana voelden zich geestelijk gezonder en bleken beter te integreren nadat ze mee de wildernis in waren genomen voor een zestien dagen durend ritueel dat de traditionele volwassenwordingsriten van dat land nabootsten.⁶

‘Hoewel er geen gevestigde initiatierite meer is, hebben jongemannen die wel nodig,’ klaagde Mark Gerzon over de Amerikaanse jeugd in 1982. Jongemannen moeten hun mannelijkheid kunnen bewijzen, betoogde hij, en zonder beschikbare riten nemen ze hun toevlucht tot geweld (die bleke afspiegeling van oorlog), seksuele veroveringen en buitensporig gedrag om te bewijzen dat ze in elk geval niet vrouwelijk zijn.⁷

Welke ritens heb je nog in deze tijd? Misschien de ontgroening in het leger en in studentenverenigingen, al lijkt dat meer op treiteren. Het zo snel mogelijk verliezen van je maagdelijkheid? Het behalen van je rijbewijs – wat vaak een paar maanden later wordt gevolgd door een botsing tegen een boom, omdat je zo graag stoer wilde zijn? Voor bijna iedereen in het Westen die geen religie aanhangt, blijft het hier wel zo’n beetje bij. Voor anderen is het misschien het eerste loon dat je naar je familie thuis stuurt, of het plegen van een seksueel misdrijf om de initiatie binnen je bende te markeren.⁸

In het decennium nadat Gerzon het gebrek aan ritens om mannelijkheid te markeren betreurde, is het aantal moorden in Amerika dat door tieners van veertien tot zeventien jaar is gepleegd, met 172 procent gestegen. Doodslag door wapengebruik onder jongeren is verviervoudigd. En deze geweldsexplosie vond volledig onder jongemannen plaats.⁹ Natuurlijk is hiermee niet gezegd dat als we maar een westerse versie van een heilig honingdrankje of martelende mierenhandschoenen zouden hebben, die ene jongen geen semiautomatisch wapen mee naar school had genomen noch de plaatselijke slijterij had plat geschoten. Rolmodellen, familie, onderwijs, economische kansen en geestelijke gezondheid hebben

elk een enorme invloed (zoals we zullen zien).

Maar op de achtergrond speelt een groter probleem, namelijk dat de maatschappij niet voorziet in bepaalde behoeften van jongens en mannen. Het niet stilstaan bij de overgang naar mannelijkheid is een van de ontbrekende stukjes in deze grote legpuzzel. Immers, er lijkt een universele mannelijke drang te bestaan bij jongens om zich te bewijzen als ze man worden – of ze nu in een houten hut op een nomadische vlakte of in een studentenhuis wonen. En die niet de kop in te drukken mannelijkheid zorgt ervoor dat sommige jongens hun mannelijkheid zullen bewijzen door middel van alles wat maar op hun pad komt, en als geweld of een potje neuken de enige dingen zijn die binnen hun bereik liggen, dan doen ze het daarmee.

Doordat we verzuimen stil te staan bij de overgang van jongen naar man en zijn aangeboren driften in het gareel te brengen, en hem naar volwassenheid laten afglijden, vergeten we iets belangrijks. Vooral voor de enorme groep jongens die zonder vader opgroeien – ongeveer een half miljoen jongens in het vk en meer dan zeven miljoen in de vs.¹⁰ Een aantal groeperingen gaat hier slim mee om. De vereniging ‘A Band of Brothers’ in Brighton claimt dat recidive met tachtig procent is gedaald onder jongemannen die mee zijn gegaan op het initiërende Quest Weekend en het mentorprogramma hebben gevolgd.¹¹ Het Australische Pathways neemt jongens van dertien tot vijftien met hun vaders of mannelijke mentor vijf dagen mee op kamp in de wildernis. ‘Boys to Men’ organiseert avontuurlijke weekends in delen van de vs en daarbuiten voor jongens die ervoor kiezen de man te worden die ze willen zijn, onder het motto van de Afro-Amerikaanse abolitionist Frederick Douglas: ‘Je kunt beter kinderen sterk maken dan gebroken volwassenen repareren.’

Maar dit soort programma’s is meestal gericht op jongens uit risicogroepen. Waarom bestaat er geen rite de passage waar alle jongens doorheen moeten? Nu we toch in bomenknuffelend fantasialand zijn beland: zou het niet mogelijk zijn om in het schoolcurriculum een ‘hoe word ik een man’-kamp op te nemen? Waar

tienerjongens met de mannen uit hun samengestelde gezin (en/of mannelijke rolmodellen) een weekend naar de blokhut gaan, volledig opgaan in kamperen en het aanleggen van kampvuren, enkele fysieke uitdagingen aangaan en luisteren naar openhartige verhalen en wijsheden van ouderen over relaties en het leven, met als hoogtepunt een ontroerend moment bij het kampvuur? Gewoon om even uit dit drukke leven te stappen en te verklaren: vanaf nu ben je een man.

Maar nog bedankt voor alle vulpennen.

3

Zelf Don Juan worden

Hoe pik ik vrouwen op (en word ik persona non grata)

O ja, en nog bedankt voor de meisjes.

Tenminste, bedankt dat ik soms naar een ruimte met meisjes werd gedreven – een dansvloer waar de wrede geur van willekeurige afwijzing hing – met dank aan de spaarzame bar mitswa-disco's. Toch gaf dat een enorm concurrentievoordeel op een jongensschool waar de meeste medeleerlingen liever voetbalplaatjes verzamelden dan leerden hoe ze moesten tongzoenen met een meisje wier mond een vleesetende val van staal en elastiek was. Het was allemaal noodzakelijk huiswerk om te slagen voor het vak Dating, dat hopelijk zou leiden tot enige kundigheid op relatiegebied voor het moment dat de volwassenheid intreedt.

Het is dus op zijn zachtst gezegd bizar dat ik nu in Miami in een zaal met 150 volwassen mannen zit, die in alle ernst aantekeningen zitten te maken, de woorden opschrijven van de meester voorin, die hun leert hoe je vrouwen versiert. Hoe heeft het zover kunnen komen, dat mannen er een lief bedrag voor overhebben om te leren hoe ze met een vrouw contact leggen? Is dit een verkennende studie naar Man Zero in zijn ontmande staat?

'Hoezo heeft een man een excuus nodig om met een jongedame in gesprek te komen?' buldert de docent voor zijn gehoor. Tientallen baseballpetjes knikken, pennen krassen. De mannen in de zaal zijn nauwelijks onder één noemer te brengen, behalve op het gebied van hun leeftijd, ruwweg tussen de twintig en de veertig jaar. Wit, zwart, latino, studentikoos, sportief, petje naar

voren, petje achterstevoren, knap, sukkelig, stoer soldatentype – iedereen is vertegenwoordigd. En ze hangen allemaal aan zijn lippen.

‘Soms krijg ik de vraag: Wat is een goed excuus om een meisje aan te spreken? Maar waarom heb je verdomme een excuus nodig? Het excuus is: jij bent een man en zij is een meisje [*maakt het gebaar van vinger in gat*]. Dat is toch voldoende? Je hebt geen fokking excuus nodig.’¹

De naam van de messias die ons van de ontmanning redt, is Julien Blanc, een van de beroemdste versierkunstenaars in deze business. De mannen in de sfeerloze vergaderzaal in de kelder van een van de lelijkere hotels in Miami, zijn uit heel Amerika voor dit bootcampweekend hiernaartoe gekomen. Sommigen hebben er een autorit van dagen op zitten. Ze hebben wel drieduizend dollar neergeteld voor deze cursus, die door Real Social Dynamics wordt verzorgd. Ze hebben de video’s bekeken, de boeken gelezen en zijn klaar om mensen te ontmoeten als Julien en Tyler – een kleine, bescheiden, introverte man met rood haar, die ondanks zijn uiterlijk een meester in het spel is geworden. Deze versierexperts hebben een bijna rocksterachtige status. Mannen staan in de rij voor een foto met Julien.

‘Ik weet niet wat ik moet zeggen. Maar, eh, je bent *awesome*.’ Een jongeman van begin twintig staat voor in de rij. ‘Je bent voor mij zowat een afgod. Je hebt mijn leven veranderd, echt waar.’

Hij straalt, poseert voor een foto en glipt weg om weer op zijn plaats te gaan zitten, naast zijn schaapachtige, iets oudere vriendin, die hij heeft meegenomen om haar te laten zien hoe hij iemand is geworden die een relatie met haar heeft kunnen krijgen. Welke levensveranderende lessen leren deze goeroes ons, waardoor inspireren ze zoveel volgelingen?

Het bootcamp is een combinatie van populaire psychologie om het mannelijke ego op te krikken, en een verzameling pseudomilitaire tactieken om een vrouw te benaderen en maximaal succes te oogsten. De populaire psychologie raakt een snaar. Waarom zijn zoveel mannen zo bang om op een vrouw af te stappen tot

wie ze zich aangetrokken voelen? Waarom zie je overal dezelfde mannetjesputters blakend van zelfvertrouwen op hun doel afgaan, terwijl de rest van ons zich voorneemt hetzelfde te doen na nog één drankje? Het toont alleen maar aan, aldus de goeroes, dat de man de weg kwijt is, dat we denken toestemming nodig te hebben om weer man te zijn.

‘Aantrekkingskracht is van alle tijden. Wat de holenvrouw in de prehistorie aantrekkelijk vond, vindt de vrouw van nu nog steeds aantrekkelijk. Helpt deze man mij in mijn overlevingsstrijd, helpt hij mij me voort te planten? Ja of nee?’ oreert Julien. De menigte mompelt.

Om contact te krijgen met de holenmens in ons propageren versierexperts gedragstactieken die bedacht zijn om zo snel mogelijk te achterhalen waarnaar de Wilma’s en Betty’s van deze tijd diep in hun hart op zoek zijn.

‘Je hebt niet de looks van een model nodig om een meisje op te pikken of ervoor te zorgen dat ze zich tot je aangetrokken voelt. Daar zijn ze niet naar op zoek. Ze zoeken naar aanwijzingen in je gedrag, niet naar visuele aanwijzingen.’

Enkele gedragingen die je aantrekkelijker zouden maken:

- Schuifel niet verontschuldiging op een vrouw af; stap zelfverzekerd erop af, maar doe dat omzichtig als een krab, been er niet rechtstreeks op af, dat komt nogal confronterend over.
- Laat je niet intimideren door wie ze ook maar mag zijn; maak een grapje over haar.
- Lok de vrouw uit haar groepje om rustig met haar te kunnen praten – je laat zien wie er de baas is door haar van de roedel te scheiden.
- Zorg op een of andere manier voor lichamelijk contact.
- Betrek andere vrouwen bij het gesprek. Daarmee laat je zien dat je sociale appeal en status hebt.
- Blijf niet te lang hangen; wees weg voordat het gesprek doodbloedt.

- Stel je voor dat je het middelpunt van je eigen fantastische feestje bent en dat het een feestje is waar ze graag bij willen zijn.

Een deel hiervan snijdt zonder meer hout. Als ik terugdenk aan de momenten dat ik vermoedelijk op het toppunt van mijn kunnen was, zie ik meestal omstandigheden voor me die enkele van bovenstaande voorwaarden scheppen: ik ben uit met vrienden en lijkt een beetje populair, doe niet heel erg mijn best en flirt wat van nature. Versierkunstenaars zouden zeggen dat je dit gedrag, net als elke vaardigheid, kunt aanleren en onder alle omstandigheden toepassen. Ook zonder drank. Zoals je kunt trainen om een betere golf- of pokerspeler te worden, zo kun je ook een vaardiger versierder worden, totdat geen vrouw meer buiten je bereik is. Zie het succes van Tyler en kijk naar hem. Het is bedwelmende leerstof. De pennen staan geen moment stil.

Voor mannen die hun leven lang aan de rand van de dansvloer hebben moeten toezien hoe hanige windbuilen moeiteloos afstappen op de meisjes die ze leuk vinden, is dit als manna uit de hemel. Een revolutionaire gedachte: dat ze niet voor altijd die jongen hoeven te zijn. Dat was waarschijnlijk precies wat die jongeman wiens leven zo veranderd was, bedoelde. Zo bezien lijkt deze cursus wel een vorm van cognitieve gedragstherapie. *Wat is het ergste wat er zou kunnen gebeuren?* houdt een cgt-psycholoog zijn cliënten vaak voor. Wat is het ergste wat er kan gebeuren als je de moed bijeenraapt om een praatje te maken met een vrouw? Ook als het volledig mislukt, krijg je er energie van, want dan heb je het tenminste geprobeerd en ben je niet onder de wat-als-scenario's bezweken. En Julien c.s. zouden zeggen dat je door regelmatig op vrouwen af te stappen de ervaring normaliseert, waardoor het bij elke poging minder eng wordt.

Als deze zaal nu vol zat met verlegen mannen die zwaar gebukt gingen onder het feit dat ze geen vrouw durven aan te spreken, zou het een volkomen lovenswaardige onderneming zijn. Maar als je met enkelen van de hier aanwezige mannen een praatje

maakt, krijg je al snel de indruk dat deze cursus niet alleen voor verlegen, teruggetrokken personen is bedoeld. Iemand vertelt me dat dit zijn vierde kamp is, dat zijn aantrekkingskracht wel ‘met factor zes, *bro*’ is verbeterd, en dat hij er nu weer bij is omdat hij, ‘kweetniet, gewoon hongerig’ is. Zijn maat in poloshirt knikt instemmend en zegt, naar mijn gevoel met iets te militante, gevechtsklare ernst: ‘Absoluut!’

Een andere cursist – jong, knap, motorjackje – grijnst van oor tot oor als hij vertelt wat de vorige workshop hem heeft opgeleverd. ‘Een paar maanden geleden heb ik een echte stripdanseres versierd. Dat was, wauw, voor mij een enorme prestatie.’

Dit zijn niet de woorden van een ontmante man. Hier spreekt een man van deze tijd, een uitgekookte consument die rechten meent te hebben. Hij wil de beste banen, kleding, huizen, auto’s en vakanties, en denkt dat hij, als hij maar goed zijn best doet en zijn portemonnee trekt, kan krijgen wat hij wil. En waarom zou dat niet voor seks opgaan? Waarom zou hij niet een beetje geld uitgeven om meer vrouwen te kunnen versieren of vrouwen van een ‘beter kaliber’ te krijgen? De Amerikaanse droom heeft de slaapkamer bereikt: als een man maar hard genoeg werkt, krijgt hij alles voor elkaar.

De positieve kant: deze mannen werken aan hun ontwikkeling, proberen aantrekkelijk en zelfverzekerd te zijn en ontnemen genot aan de seks die ze op deze manier kunnen krijgen en aan de relaties die ze vormen met vrouwen die ze anders niet zouden hebben ontmoet. Mannen zijn niet meer zo zelfverzekerd als vroeger, de datingscene kan meedogenloos zijn, dus alles wat mannen het gevoel geeft de juiste versie van zichzelf te zijn, dient te worden toegejuicht. Bovendien ontmoeten vrouwen hierdoor meer verschillende typen mannen, niet alleen maar de geboren mannetjesputters.

De keerzijde: deze mannen menen ten onrechte rechten te bezitten – geen vrouw mag onbereikbaar voor ze zijn. Dat reduceert vrouwen tot doelwitten die geacht worden te reageren op prikkels die, aldus een rare kronkel in het hoofd van deze mannen, bepalen

wat ze aantrekkelijk vinden. Met een vleugje misogynie worden mannen klaargestoomd om vrouwen als potentiële veroveringen te zien op wie ze hun tactieken kunnen toepassen.

Afhankelijk van degene met wie ik sprak, slingerde ik heen en weer tussen deze twee gezichtspunten, stuiterend van therapeutische goedkeuring naar walging over zoveel platheid. Ik moet erbij zeggen dat mijn mentale barometer op dat moment niet optimaal functioneerde, omdat ik nogal opzag tegen wat er na de lunch opdoemde. De stap van theorie naar praktijk. Midden in de Fashion Week.

Miami Ad-vies

Voor een Britse vent is het idee om een vrouw op straat aan te spreken, midden op de dag, en een praatje met haar aan te knopen om haar telefoonnummer te bemachtigen, een regelrechte nachtmerrie. Een gewapende overval of een vakantie in Noord-Syrië is minder afschrikwekkend. Hoe begin je in godsnaam het gesprek? Hoe kom je níét over als een ranzig mannetje? Helaas gingen er die dag geen directe vluchten van Miami International naar Tal Hamis, en moest ik dus wel achter Julien en een groepje andere cursisten aan drementelen naar een winkelgebied in Miami Beach voor het praktijkgedeelte.

De promenade Lincoln Road op een bloedhete vrijdagmiddag. Vrouwen zijn druk in de weer: ze praten bij met vriendinnen onder het genot van koffie, lopen winkels in en uit, fladderen van het ene naar het andere Fashion Week-event en tonen niet de minste behoefte om te worden lastiggevallen door mannen die een aardig bedrag hebben neergeteld voor een cursus om hen lastig te vallen.

Aangezien enkelen onder ons sceptisch blijven dralen, laat Julien zien dat hij het niet bij woorden alleen laat. Zonder blikken of blozen beent hij naar een vrouw buiten bij een Starbucks, vraagt waar ze vandaan komt en raakt in gesprek. Terwijl dit vol-

gens plan verloopt, komt er een andere vrouw voorbij, op weg naar een winkel. Hij houdt haar staande om haar bij het gesprek te betrekken. Een klassieke meesterzet om ‘het spel’ te openen: je zorgt voor een beetje competitie en straalt uit dat jij een man bent in het middelpunt van je eigen feestje. En zie: even later vraagt de tweede vrouw h  m om zijn telefoonnummer en wat hij die avond voor plannen heeft. Verbijsterende materie. En zonder drank.

De volgelingen zijn nog niet zover en vatten Juliens gedragsaanwijzingen misschien iets te letterlijk op. Iemand sleurt zowat een verbouwereerd meisje een ijssalon binnen om haar te laten zien wie het fysieke overwicht heeft. Een andere cursist, een klein kereltje, keft als een opgewonden jack russell naar een model aan de overkant van de straat, maar oogst niet meer dan een vermoeid en herhaaldelijk hoofdschudden. O, wat stond ik te grijnzen! Totdat ik zelf aan de beurt was om vreemdelingen lastig te vallen en pas mocht terugkomen na een telefoonnummer te hebben bemachtigd. Vergelijk het met het moment vlak voordat je een wondpleister verwijdt, terwijl je toevallig ook op het punt staat een bungeesprong te maken.

Het eerste meisje waar ik op af schuifel spreekt geen woord Engels. Ze klinkt Russisch. Ik zet mijn volledige repertoire in – *glasnost*, *perestrojka*, *pogrom* – maar ze blijft onverschillig. Ik word, door Juliens elleboog, gewezen op twee vrouwen aan de koffie. Een met kinderwagen. Geen van beiden neemt de tijd voor me. Nog voordat ik ook maar iets gezegd heb, steken ze als verkeersagenten hun hand op om aan te geven dat ik geen stap dichterbij hoef te komen.

Verslagen maar nog niet gebroken word ik in de richting van twee modellen geduwd. Gelukkig steken zij geen ledematen naar me toe. Wat volgt is een pijnlijk gesprekje van een minuut of twee, waarin ik alleen maar de vraag kan bedenken of zij ergens in de buurt een sokkenzaak weten en me uitermate kruiperig opstel, waarna ik me tot Julien wend als een geblesseerde voetballer die naar zijn coach zwaait en van het veld wil worden gehaald.

Met mijn zelfvertrouwen aan gort doe ik nog een laatste toenaderingspoging, ditmaal tot een pauzerende serveerster. Na wat onduidelijkheid over haar herkomst – ‘Macedonia’ klinkt al snel als ‘Barcelona’ – lukt het ons enkele minuten lang een aardig gesprekje te voeren over de naweeën van de burgeroorlog in Joegoslavië, totdat ik haar om haar telefoonnummer durf te vragen. Wat ze me daadwerkelijk geeft. Met zelfverzekerde tred en geloof in de Amerikaanse aanpakmentaliteit keer ik terug. Pas toen ik haar later weer eens tegenkwam, zag ik dat ze een trouwring droeg. Ze had me louter uit beleefdheid haar nummer gegeven. Zoiets zou je in Groot-Brittannië niet overkomen.

(Tussen twee haakjes: het zichtbaar controleren op een trouwring is een beginnersfout. De beste manier om het ongezien te doen gaat zo: wanneer een vrouw tegenover je zit, staar je naar iets aan je linkerkant ter hoogte van haar hand. Vervolgens maak je een panoramische zwaai naar rechts, omdat iets zogenaamd je aandacht heeft getrokken, waarbij je heel even haar hand in het vizier houdt zonder te worden betrapd op de neerwaarts gerichte blik op haar ringvinger.)

Ik verliet Miami met gemengde gevoelens. In de weken daarna moest ik in een bar of op een feestje soms de neiging onderdrukken zomaar op een meisje af te stappen dat ik er leuk vond uitzien. Ik hoorde Julien nog zeggen dat ik er gewoon op af moest gaan – *van wie had ik toestemming nodig?* Hij heeft gelijk. Een van mijn beste relaties was ooit begonnen nadat ik de moed had verzameld een betoverend meisje in een café aan te spreken – weliswaar pas nadat ik snel twee pinten achterover had geslagen. Hoeveel mogelijke relaties zijn mannen misgelopen doordat ze bij afwezigheid van drank niet op een vrouw durfden af te stappen? Het kan pijnlijk gênant zijn – zo niet onmogelijk in de verkeerde stemming – om zomaar een vrouw aan te spreken. Vooral in Groot-Brittannië, waar vrouwen de neiging hebben je aan te kijken alsof je ze tegen hun schenen hebt geschopt wanneer je gewoon een gesprekje met ze wilt beginnen. In de vs geven ze je dan wel hun

telefoonnummer, maar alleen om je niet te kwetsen. Dus elke truc of opkikker voor het zelfvertrouwen die mannen over die hobbel heen helpt, kan alleen maar welkom zijn.

En toch, iets klopte er niet aan die mannen die gewoon te ‘hongerig’ waren. Ze (over)gebruikten de technieken niet om de juiste persoon te ontmoeten, maar om hun slaggemiddelde te verhogen. En daarmee veranderden ze vrouwen in tegenstanders die ze moesten overwinnen. Wat was dit voor een ‘honger’? Als ik vanaf de koude grond een pseudoanalyse mag loslaten op een zaal vol mannen die ik nauwelijks ken en die niet op mijn analyse zitten te wachten, dan zou ik zeggen dat die honger een latente woede maskeert. Niet een woede die op vrouwen is gericht, al kennen de meeste twintig- en dertigjarige mannen wel de littekens en de moedeloosheid als gevolg van afwijzing en verlies. Nee, het gaat om een dieperliggende frustratie en woede, omdat deze mannen in deze fase van hun leven niet de middelen, de status, de zekerheid noch de toekomst hebben waar ze op hadden gehoopt en waar ze recht op meenden te hebben. Ze dachten dat ze een trede hoger op de ladder konden beginnen dan waar hun vaders waren geëindigd. En een manier om dat te compenseren, een uitlaatklep voor die onbedwingbare mannelijkheid, is de seksuele verovering. Een snelle manier om je mannelijkheid te bewijzen. Ook ik heb me daaraan schuldig gemaakt (waarom zeg ik *schuldig*? Waarom vellen we zo snel een oordeel als het om seks gaat?). Wanneer ik me door tegenslagen op het werk thuis op de bank heel zielig voel – en dus niet zo mannelijk – is het maar al te verleidelijk om een flirterig tekstje te typen in ruil voor die onmiddellijke ego-kick die een binnenkomend WhatsApp-belletje je geeft.

Seks om het zelfvertrouwen op te krikken en onze mannelijkheid te bevestigen, is niet bepaald een nieuw mannelijk fenomeen. Maar blijkbaar werd het verband tussen seks en ons zelfbeeld veel sterker vanaf eind achttiende eeuw, nadat de industriële revolutie een door stoom aangedreven trein door onze klassieke zuilen van mannelijkheid had gejaagd.² Tot die tijd kon een jongeman nog vertrouwen op het patriarchale stukje land dat op hem wachtte:

zijn identiteit, rol en toekomstige inkomen stonden aardig vast. Dit alles verdween na de industrialisatie, die een leger ontevreden mannen voortbracht, mannen die een nieuwe manier hadden gevonden om zichzelf te bewijzen: de vele vrouwen met wie ze in de opkomende steden in contact kwamen. Vanaf de jaren tachtig in de achttiende eeuw (een vroegrijpe voorloper van de opstandige jaren tachtig in de twintigste eeuw), was er in heel West-Europa en Noord-Amerika sprake van een opvallende toename in prostitutie en het aantal onwettige kinderen, terwijl de leeftijd waarop mannen hun maagdelijkheid verloren daalde (van vijf- à zesentwintig naar achttien à twintig jaar binnen de arbeidersklasse).³ Ik weet zeker dat als er in die tijd een cursus had bestaan waarin mannen konden leren meer molenaarsdochters te versieren, dat een daverend succes zou zijn geworden.

Ze waren me iets te ijverig, die hongerige jongens die vlijtig aantekeningen zaten te maken, alsof de coach hun een hogere positie in het klassement zou kunnen geven. Noem me ouderwets, maar juist omdat er geen vaste spelregels bestaan op het gebied van vrouwen versieren, heeft het een ambachtelijke charme. Een tijd later ontdekte ik dat een mooie bruiloft waar ik te gast was geweest, het resultaat was van een versiercursus. De bruidegom leed aan een haperend zelfvertrouwen, ging op cursus en ontmoette twee weken later op een feestje een meisje dat hij leuk vond. In plaats van zich zoals gewoonlijk bescheiden op te stellen, ging hij (in krabbengang) op haar af, raakte met haar in gesprek, kwam daarmee weg en warempel: hij stapte met haar in het huwelijksbootje. Denkend aan de bruiloft die er zonder dat vleugje versierkunst niet zou zijn geweest – en aan de kinderen die ze misschien ooit zullen krijgen – gaf ik alle versiergoeroes het voordeel van de twijfel. En stond er verder niet meer zo bij stil...

Enkele leden van een groep waar je niet bij wilt horen

- De grootmoefti sjeik Sadik Al Ghariani: de hoogste geestelijk leider van Libië, die vanuit Engeland meewerkte aan de door islamisten geleide verovering van Tripoli⁴
- Omar Bakri Mohammed: de in Libanon gevestigde geestelijke wiens voormalige groepering al-Muhajiroun de kapers van 9/11 prees⁵
- Geert Wilders: de Nederlandse parlementariër die de Koran een ‘fascistisch boek’ heeft genoemd⁶
- Dieudonné M'bala M'bala: de racistische Franse cabaretier die is veroordeeld wegens het goedpraten van terrorisme⁷
- Mike Tyson: bokser en veroordeelde verkrachter⁸

... totdat enkele maanden later Julien Blanc tot dit selecte gezelschap werd toegelaten. Samen met de haatpredikers en de veroordeelden (en vele anderen), sloot hij zich aan bij hen die de afgelopen jaren de toegang tot Groot-Brittannië was ontzegd. De minister van Binnenlandse Zaken oefende haar recht uit om personen ‘wier aanwezigheid in het Verenigd Koninkrijk niet bijdraagt tot het openbaar belang’ te weren. Vlak voor zijn voorgenomen tournee door Engeland waren er videobeelden van hem opgedoken waarin hij meisjeshoofden in de richting van zijn kruis leek te duwen en foto's (die hij had gedeeld) waarin hij zijn handen om de hals van vrouwen klemde.⁹ Zonder verzachtende omstandigheden (en het zou niet zo gemakkelijk zijn om die aan te voeren), is dit ongetwijfeld allemaal behoorlijk onsmakelijk. #ChokingGirlsAroundTheWorld werd trending, de petitie om hem uit het land te weren bracht meer dan 130.000 handtekeningen op, en terwijl er op Twitter volop werd geruzied, kon Theresa May, destijds minister van Binnenlandse Zaken, een gemakkelijk politiek succesje behalen door hem de toegang tot het UK te ontzeggen. Als journalist die slechts een paar maanden daarvoor Blancs cursus had gevolgd, werd ik die ochtend door het programma *Today* en die avond door *BBC News at Ten* gevraagd

inzicht te geven in de man over wie *Time Magazine* zich afvroeg: 'Is dit de meest gehate man ter wereld?' (De generaal van Boko Haram onder wiens toezicht in diezelfde week vijfenveertig dorpsbewoners in het noordoosten van Nigeria waren afgeslacht, had de shortlist niet gehaald.) Mijn antwoord kwam erop neer dat ik besepte dat Blanc niet goed lag bij de feministen, maar dat ik tijdens zijn cursus niets had meegemaakt wat niet door de beugel kon, al had de minister van Binnenlandse Zaken misschien wél iets opgemerkt wat zó ernstig was, dat ze zich gedwongen zag hem uit het land te weren.

In werkelijkheid betwijfel ik dat. In het heetst van een Twitterstrijd zijn harde feiten en bewijzen een luxe. De gedachte dat we niet vanzelfsprekend het recht hebben om niet te worden beledigd, wordt onder de voet gelopen. Ik kreeg een stortvloed vitriool over me heen, alleen maar omdat ik had beschreven wat ik met eigen ogen had gezien. Iemand de toegang tot een westerse democratie ontfagen, is een zware maatregel, die neem je niet zomaar. Toch werd Julien Blanc, die bij mijn weten nog nooit was veroordeeld, beschuldigd en veroordeeld in de sociale media en door een reactieve overheid bestraft. Ik ben niet zijn grootste fan, er zitten elementen in zijn benadering die ik ongemakkelijk vind, en die foto's zagen er schokkend uit. Maar hij had natuurlijk gewoon toegelaten moeten worden, en pas zwaar bestraft moeten worden als hij een wet had overtreden.

Dit alles alleen maar voor een date.

4

In de mallemolen van het daten

Overpeinzingen over versieren, seks, schuldgevoel en toewijding

Geen heer zou een dame, die hij leuk vindt, maar niet liefheeft, langer dan een uur in het ongewisse mogen laten over de aard en het doel van zijn intenties. Vrouwen mogen koket zijn, mannen niet... Dergelijke misstappen kunnen twee verschillende gevolgen hebben. Of u voelt zich, nadat u genegenheid en hoop bij de dame hebt gewekt, gedwongen haar ten huwelijk te vragen, of u valt in ongenade en krijgt zweepslagen of misschien zelfs de kogel.

The Illustrated Manners Book, 1855¹

Het vooruitzicht om met een lederen galon te worden afgeranseld – of zelfs neergeschoten – doet ongetwijfeld wonderen als je een vent wilt laten nadenken over de vraag of hij een vrouw al of niet aan het lijntje houdt. Misschien had Theresa May als minister van Binnenlandse Zaken Julien Blanc alleen maar hoeven te geselen in de aankomsthal van Heathrow. Dit soort hoog-victoriaanse hoffelijkheid, met haar zero tolerance, is misschien wel volkomen prijzenswaardig. Maar stel je voor dat een vrijgezelle heer uit 1850 in de datingscene van nú terechtkomt: hij zou zich op een volstrekt onherkenbare planeet wanen. Metaforisch gesproken zou hij plaatsnemen aan de lopende band van een of andere sushiketen.

Het daten van nu is alsof je vastzit in een sushicarrousel. Op

een eindeloze lopende band trekt een keur van hapjes aan je voorbij: bij elke swipe van je Tinder-vinger krijg je iets nieuws. Er verschijnen nieuwe smakelijke gerechten, oude bekende hapjes keren terug en doen je even watertanden, sympathieke, gezonde gerechten voorkomen dat je gulzig wordt, maar zijn het net niet. De keuze is overweldigend en het is te leuk om op te stappen, al kun je geen pap meer zeggen. Je stapelt de borden buiten je blikveld op, om niet te hoeven zien hoeveel je al gehad hebt. Je stelt je open voor gerechten waar je altijd je neus voor hebt opgehaald, al weet je dat ze nooit je favoriet zullen worden. Op een gegeven moment kijk je op en zie je dat al je vrienden zijn vertrokken, verhuisd naar een buitenwijk om zich te settelen en voort te planten. Je denkt diep en lang na over alles wat je aan je voorbij hebt laten trekken. Je vraagt je af of de lekkerste gerechten al voorbij zijn gekomen. Ondertussen ben je zelf ook een gerecht geweest – op de lopende band voor vrouwen. Ach, waar zijn die goede, seksueel verstikkende tijden toch gebleven?

Keuzevrijheid en verwachtingen zijn onaangename disgenoten. Gelukkig voor het voortbestaan van het menselijk ras, heeft de man er weinig last van gehad sinds hij hier op aarde rondzwervt. Onze foeragerende voorouders zagen buiten hun eigen kringetje soms maandenlang geen ander mens. Gedurende hun leven ontmoetten ze hooguit een paar honderd medemensen.² Mannen moesten een partner selecteren uit de ongeveer 150 vrouwen die ze in hun leven tegenkwamen. In minder dan vijf minuten swipe ik er op mijn iPhone evenveel weg. Te veel keuze hebben werkt verlammend. Meer keuze in jam in de schappen van de supermarkt brengt ons aan het twijfelen: worden er meer dan drie merken aangeboden, dan daalt de verkoop met factor tien. Hoe kan ons brein dan omgaan met de overvloed aan keuzemogelijkheden op een van de belangrijkste gebieden in ons leven?³ Was er in overbevolkte steden al keuze genoeg, nu doen zich talloze mogelijkheden voor door de online beschikbaarheid van miljoenen vrouwen en mannen. Hoe kun je ‘hou op!’ schreeuwen, wanneer

er misschien een betere kandidaat om de hoek komt kijken of online opduikt, als je nog maar even doorgaat? Bovendien heeft de man geen last van een tikkende biologische klok die hem tot praktische besluitvaardigheid dwingt.

Het hebben van de keuze kan veel verlammerender zijn dan een voldongen feit; van het besluit om van baan te veranderen of je relatie te beëindigen kun je wakker liggen. Dit is geen lofzang op het gearrangeerde huwelijk; het jaloers makende scheidingspercentage van ongeveer drie procent in India is vooral te danken aan het stigma dat aan een scheiding kleeft en aan de ongelijkheid tussen mannen en vrouwen. Toch vraag ik me af of je, wanneer je gedwongen zou worden met je ex verder te gaan, misschien wel een manier zou vinden om eruit te komen.

Een overmaat aan keuzemogelijkheden zet de poort breed open voor een andere ongewenste disgenoot: de illusie van perfectie. Hoe langer je het hebt volgehouden, hoe moeilijker het is het buffet voorgoed te verlaten. Om van metafoor te veranderen: het is alsof je op een *royal flush* wacht voordat je all-in gaat (de kans daarop is 1 op 649.739).⁴

Ik weet dat mijn verwachtingen op dating-gebied in de loop der jaren woest onrealistisch zijn geweest. Keer op keer vervloek ik mezelf wanneer ik afscheid neem van een date met de gedachte: 'Ze was mooi, maar...' Ik weet dat de kans op een full house – een vrouw die sexy, intelligent, grappig en aardig is, én in dezelfde stad woont – tamelijk klein is (slechts 1 op 693). Op de schaal Hot-Crazy voor vrouwen in dat geweldige populaire internet-filmpje, ligt die kans onmiskenbaar ergens in de zogeheten Eenhoorn-zone:

Lager dan vijf op de as *Crazy* en hoger dan acht op de as *Hot* ligt de Eenhoorn-zone – daar waar dingen niet bestaan. Mocht u toch een eenhoorn tegenkomen, gelieve deze dan voorzichtig te vangen en in leven te houden, omdat we er graag een zouden willen bestuderen om eventueel mee te fokken.

Mijn foeragerende voorouders zouden niet wakker liggen van de vraag of hun partners wel boven de acht kwamen op de schaal *hot*; in het beste geval hadden ze een partner gevonden die ze er wel leuk vonden uitzien. Maar zij waren dan ook niet hun leven lang bestookt met gearbrushte afbeeldingen van onbereikbare vrouwen. Hun idee van schoonheid was waarschijnlijk realistisch geworteld in de enkele tientallen vrouwen die ze tijdens de beperkte reizen in hun leven hadden ontmoet. Tegenwoordig wordt een man al snel aan gemiddeld zeshonderd advertenties per dag blootgesteld – waarvan je veilig kunt aannemen dat een groot deel van de daarin voorkomende modellen in kunstlicht is gefotografeerd en daarna gefotoshopt (en sowieso afkomstig is uit de deelverzameling van de bijzonder mooie vrouwen). Dit moet uitermate verwarrend zijn voor het mannelijke brein, dat grip wil krijgen op wat hij werkelijk aantrekkelijk vindt. Om maar te zwijgen over de impact hiervan op vrouwen, die deze fictieve creaties als nastrevenswaardig ideaal onder hun neus gewreven krijgen. Zo loopt ieders zelfvertrouwen een deuk op. Mannen vragen zich nerveus af of hun vrouw objectief gezien wel aantrekkelijk (genoeg) is; vrouwen die zich in de buurt van een tijdschrift wagen, voelen zich ellendig. Het is voor iedereen een slechte deal. Laten we deze *faux beautés* in de ban doen en onszelf insmeren met Dove-zeep. (Als pervers terzijde: het verlangen naar alledaagse echtheid is misschien de reden waarom Britse mannen een voorkeur schijnen te hebben voor realistisch ogende pornosterren – compleet met putjes in de billen.)

De eigentijdse verwachtingen van het daten lopen niet alleen spaak op het uiterlijk van onze gewenste partner, maar juist ook op wat de essentie van een relatie zou moeten zijn. Als je op een of andere manier zonder film, televisie of massacultuur bent opgegroeid, wat zou je dan van een relatie verwachten? Op basis van wat je hebt gezien bij je ouders en andere gezinnen, hoop je misschien op een beetje gezelschap en steun, op iemand met wie je de taken kunt verdelen, momenten hebt van lol, woede en heel veel alledaagseheid. Wat je niet verwacht, is een permanente staat

van vrolijkheid omdat je partner je zo gelukkig maakt – een euforie die alleen door filmmuziek uit Hollywood onder beelden in soft focus kan worden overgebracht. Geen wonder dat het zo verleidelijk is met een date te kappen omdat je *er niets bij voelt*. Of omdat, wat God verhoede, het soms zo verschrikkelijk saai is. *Waar is het orkest gebleven? Waarom voel ik niet méér?*

Misschien kunnen we op dit gebied nog iets leren van het gearrangeerde huwelijk (let wel: ‘gearrangeerd’, niet ‘gedwongen’ – in families die huwelijken organiseren). Binnen ons (tamelijk recente) model van het op romantische liefde gebaseerde huwelijk, moet alles vanaf het begin fantastisch zijn. Psycholoog Robert Epstein, die onderzoek heeft gedaan naar liefde binnen het gearrangeerde huwelijk, zegt dat we onze blik op India zouden moeten richten, waar het motto luidt: ‘Eerst het huwelijk, dan de liefde’.⁶ Liefde is iets wat in de loop der jaren moet groeien en kan uiteindelijk groter worden dan het geluk van hen die om de romantiek zijn getrouwd.

Ook Brian J. Willoughby, van de School van het Gezinsleven aan de Brigham Young University (een mormoons instituut dat het niet zo op seks voor het huwelijk heeft), zegt dat het gearrangeerde huwelijk kan werken, omdat het ‘zoveel angst en onzekerheid wegneemt omtrent de vraag of “deze persoon wel de ware is”’. Hij schrijft dat ‘gearrangeerde huwelijken kil beginnen en tot kokens toe verhitten naarmate de echtelieden naar elkaar toe groeien en elkaar leren kennen. Niet-gearrangeerde huwelijken beginnen doorgaans kokendheet en eindigen meestal, nadat die hitte is verdwenen, in een kille relatie’.⁷

Of achter de lopende band van een sushiketen. En dan trekt er koude kip teriyaki voorbij of dient de misosoep te worden opgewarmd. Terwijl je eigenlijk langzaam zou moeten genieten van één gerecht dat later de basis van een verrukkelijke maaltijd blijkt te zijn. Een gerecht dat met zorg door je ouders is aanbevolen, die weten dat het afkomstig is van een leuke gerechtenfamilie met verenigbare waarden.

Het is niet moeilijk om het volledig eens te zijn met de na-

tuurlijke wijsheid achter deze benadering, die nog steeds de basis vormt voor de meeste huwelijken wereldwijd. Maar toch, onwillekeurig krimpen je ballen een beetje ineen wanneer een familie-lid je vertelt een aardig meisje voor jou te hebben gevonden.

Daten is een betrekkelijk nieuw fenomeen. Het idee dat je uitgaat met iemand zonder ouderlijke begeleiding is rond 1920 in de vs ontstaan.⁸ Vóór die tijd moesten jonge mannen en vrouwen in staten als Massachusetts genoeg nemen met huisfeestjes onder toezicht, waar dansen verboden was (te zondig), maar kusspelle-tjes wonderlijk genoeg door de vingers werden gezien.⁹ Wat vroeger een georganiseerde activiteit was, met impliciete codes en mores om je tegen af te zetten, is nu een adembenemend straatgevecht dat op het breukvlak van veranderende man-vrouw-relaties wordt uitgevochten. Vijftig jaar na de tweede feministische golf uit de jaren zestig is het moeilijker dan ooit om typisch ‘mannelijk’ en ‘vrouwelijk’ datinggedrag van elkaar te onderscheiden. Wat ongetwijfeld een teken van vooruitgang is; mannen hebben lange tijd al te enthousiast aan vrouwen opgelegd wat hun seksuele verlangens zijn en zouden moeten zijn. Toch houden sommige vormen van ‘hofmakerij’ ongemakkelijk stand naast de huidige gelijkheid.

Wanneer een vrouw je die doodenkele keer, meestal in het van heteroseksuele mannen verstoken New York, haar telefoonnummer geeft, is dat licht ontregelend en ontmoedigend voor het jachtinstinct. Wanneer na een etentje met een date de rekening komt, en je niet wilt overkomen als zo’n regelzuchtig mannetje uit de jaren zeventig door erop te duiken, al was je nog zo van plan om te betalen; daarom breng je je hand op de juiste snelheid naar je portefeuille en zegt daarmee: *ik wil je graag trakteren op dit etentje, maar vrees niet dat ik eropuit ben jou je zwaarbevochten stemrecht te ontfemen*. En het blijft licht choquerend voor het mannelijk organisme wanneer het door een vrouw wordt ‘gebruikt’ (arm schaap) voor seks. Ooit draaide ik me om voor een postcoïtale knuffel met een nieuw meisje dat ik bijzonder leuk

vond, om te ontdekken dat zij daar niets van wilde weten. Orgasme bereikt (naar haar zeggen), en weg was ze, mij achterlatend als de aanhankelijke, een koekje van eigen, mannelijk deeg proevend. Dit zijn slechts de licht verbijsterende naweeën van generaties mannelijke dominantie, en ik weet bijna zeker dat we niet als geslacht zullen imploderen wanneer deze hellevegen het initiatief nemen. (Ik kan er inmiddels mee leven, trouwens, voor het geval je een ongelooflijk aantrekkelijke vrouw bent en mij toevallig op Facebook opzoekt.)

Als absurditeit fataal zou kunnen zijn, dan had ik geen enkel vertrouwen in de toekomst van de mensheid meer, vanwege het online daten. Het is een mijnenveld van krankzinnigheid en onnavolgbaar menselijk gedrag en kost je vele loze uren die je nooit terugkrijgt. Het is precies het tegenovergestelde van het gearrangeerde paar, dat liefdevol door de familie tot elkaar is gebracht en de tijd krijgt om te rijpen en te groeien, met steun van de gemeenschap.

Online of app-daten is als vastzitten in een eindeloze aflevering van *Miss Marple*, en al even erotisch.

Elke swipe in Tinder roept nieuwe raadsels op: lijkt deze persoon in werkelijkheid een beetje op haar foto's? Maskeert de geforceerde glimlach meningen over immigratie waar Enoch Powell zich voor zou schamen? En, tot slot, is zij twee uur van je dvd-box-tijd waard om haar in het echt te ontmoeten? In luttele minuten voer je tientallen minionderzoeken uit. Daarbij vergeleken is het uitzitten van een volledige *Miss Marple*-aflevering om erachter te komen wie de kolonel in de pastorie heeft vermoord, het toppunt van analoge traagheid.

Wanneer een profiel de concurrentie met je favoriete tv-serie lijkt aan te kunnen, wordt het onderzoek grondiger. Je leert al snel dat een profiel met slechts één foto zeer verdacht is. Hetzelfde geldt voor zwart-witfoto's. Bij alleen maar foto's van het gezicht ben je gewaarschuwd. De meer geoefende onderzoeker kijkt dan naar de (blijkbaar veelzeggende) omvang van de boven-

arm. De lengte vergeleken met die van haar vrienden. Een teveel aan strandfoto's duidt op narcisme. Foto's zonder glimlach? Neem jezelf niet zo serieus! Meer dan één baby of puppy ingevoegd ter verhoging van de schattigheid? Dit is geen Athena-poster!

Maar het blijft nattevingerwerk. Ondanks het vele grondige onderzoek in de jaren dat ik nu aan online- en smartphonedating doe, verliep het niet altijd volgens plan. Ooit werd mij gevraagd of ik tijdens een gezamenlijke uitzending van de programma's *Women's Hour* en *Men's Hour* op Radio 4, mijn **pijnlijkste momenten tijdens een internetdate** wilde prijsgeven:

10. De vrouw die me bleef aanstaren. Ze bleef precies vijfendertig minuten lang naar me staren zonder maar één vraag te stellen of antwoord te geven in een lopende zin. Bovendien had ze twee jaar daarvoor haar haren rood geverfd, maar niet de moeite genomen haar profielfoto's aan te passen.

9. De dure escortdame, wier beroep pas aan het licht kwam (gelukkig in het begin) toen ik haar 'review'-pagina op haar opengeklapte laptop zag.

8. Stinkende adem. Adem waarvan je letterlijk tranen in je ogen krijgt, terwijl je je gezicht voortdurend in een hoek van vijfenveertig graden ten opzichte van het hare houdt om een rechtstreekse treffer met het neusgat te voorkomen en het risico van flauwvallen te beperken. Ik moest noodmaatregelen nemen en ging naar de plee om een app te downloaden die tien minuten later een telefoontje van mijn werk zou faken.

7. De stripteaseuse die bekende dat ze haar kind van vier thuis had gelaten, maar niet getreurd, de burenhadden de sleutel.

6. De meid die van mijlenver gekomen was en als eerste zei: 'O jee, ik ben jouw type niet.' Daarin had ze best gelijk. Toch had ze voor mij een schilderij gemaakt, voorstellende mijn miserabele leven in Londen. Ook dat klopte eigenlijk wel.

5. Het meisje dat uit Florida kwam overgevlogen, en ook aanvoelde dat ze niet mijn type was. Wél bleven we bevriend, al heeft ze me geen schilderijen gegeven.

4. De sm-liefhebster die me vroeg of ik haar Meester wilde zijn, en daarmee de energie van een man van eind dertig schromelijk overschatte.

3. De cryptoraciste die zelfs wanneer ze het café in een wit gewaad met puntmuts en een brandend kruis in haar handen zou zijn binnengekomen nog een meer raciaal-liberale indruk zou hebben gemaakt. Ik liet mijn biertje half staan nadat ze had verklaard dat het uiterlijk van zwarte mensen haar tegenstond.

2. De zes minuten durende date met een passief-agressieve levenscoach. Het eerste wat ze zei was: 'Dit is geen date', terwijl we elkaar toch echt via een datingsite hadden ontmoet. Daarna bestelde ze warm water, herhaalde dat dit geen date was en dat ik niet moest denken dat ik grappig was. De moed zakte me in de schoenen en zes minuten later stond ik buiten, na voor haar warme water te hebben betaald.

1. Het verbluffend mooie, maar prettig gestoorde model uit Duitsland dat bleef logeren, twee keer. Hoewel het niks werd tussen ons, emigreerde ze uit Duitsland en kwam ze toevallig een paar straten verderop wonen... en had ze zich toevallig ook nog tot het jodendom bekeerd. Tijdens ons laatste etentje vertelde ze dat haar die dag iets heel vreemds was overkomen in de metro: er zaten buitenaardse wezens bij haar in de coupé. Op de Bakerloo-lijn.

Ziehier de gevaren van het online daten.

Middelvingerlengte

Bij een eerste date weet ik al binnen acht seconden of ik haar leuk vind of niet. Dan heb ik het niet over een vriendin van een vrien-

din die ik al eens eerder heb ontmoet, of over iemand die ik van mijn werk ken. Nee, gewoon een eerste date, bijvoorbeeld via Tinder, met iemand die ik nog nooit gezien heb. Dit belachelijk snelle oordeel spreekt immense boekdelen over mijn oppervlakkigheid – een beschuldiging die ik niet zal bestrijden. Ondanks mijn kolossale bedenkingen bij al te stellige generalisaties, wil ik hier betogen dat mannen in het algemeen weinig speling hebben in de mate waarin ze een vrouw vanaf de allereerste ontmoeting gaandeweg leuker gaan vinden. Zelden kom je een man tegen die zegt dat hij een vrouw (of een man) bij de eerste ontmoeting zeer onaantrekkelijk vond, maar inmiddels helemaal weg van haar/hem is. Terwijl sommige vriendinnen van me vertellen dat ze zich aanvankelijk totaal niet voelden aangetrokken tot de mannen met wie ze uiteindelijk een relatie hebben gekregen. De vrouwelijke manoeuvreerruimte lijkt veel genereuzer en staat open voor verandering nadat ze de ander hebben leren kennen. Bij mannen komt dit ook wel voor: je kunt vallen voor de collega die je in de loop der tijd goed hebt leren kennen, maar die persoon had je dan ook in het begin niet volkomen onaantrekkelijk gevonden. Er zijn vrouwen die ik al jaren ken en een karakter hebben dat ik adoreer, maar dat ik me vooroverbuig om hun een zoen te geven, kan ik me niet voorstellen. Ik heb inderdaad wel eens gefantaseerd dat het karakter van x en het lichaam van y een perfecte combinatie zou zijn. Inderdaad een weinig verheffende gedachte.

Zijn de vrouwen – en die paar mannen – die zich wél tot een ander aangetrokken kunnen voelen naarmate het karakter zichtbaarder wordt, ook betere mensen? Welnu, lees voordat je jezelf begint te kastijden vanwege je oppervlakkigheid, het recente onderzoek uit de *Journal of Personality and Social Psychology*. Daaruit blijkt dat vrouwen, wanneer op zoek naar eenmalige seks, net zoveel waarde hechten aan een aantrekkelijk lichaam als mannen. We zijn allemaal oppervlakkig als het om een snelle wip gaat. En hoewel mannen inderdaad ‘meer waarde hechten aan fysieke aantrekkelijkheid in langdurige, liefdevolle relaties’, vinden vrouwen

‘sociale status’ belangrijker wanneer het serieus wordt. Dus terwijl wij hun lijven taxeren, beoordelen zij onze sociale status. Hetgeen grof-evolutionair gezien wel klopt.

Ter onzer verdediging: ‘Mannen zijn mogelijk geëvolueerd om romantische partners te prefereren die seksueel rijp en jeugdig lijken en daardoor vruchtbaarder zijn (korte termijn) en in staat om gedurende het leven (lange termijn) meer nakomelingen te produceren. Lichamelijke kenmerken die verbonden zijn met jeugd en vruchtbaarheid, zoals een strakke huid, zacht haar en een lage taille-heupverhouding, blijken voor mannen inderdaad bijzonder aantrekkelijk.’

Terwijl, helaas voor die knul die geen nagel heeft om zijn kont te krabben, ‘vrouwen zich mogelijk hebben ontwikkeld om de sociale status van hun langdurige partners te waarderen, aangezien sociale status met toegang tot bronnen wordt geassocieerd’.¹⁰

Maar als die knul er leuk uit ziet, maakt hij wel kans op een paar onenightstands.

Tijdens elke date waarbij de moed je in de schoenen zinkt – je ziet meteen dat je niet op haar valt, maar moet nog minstens drie kwartier over koetjes en kalfjes praten voordat je met goed fatsoen kunt gaan – moet ik onbewust allerlei psychologische signalen hebben opgepikt. En niet alleen de voor de hand liggende kenmerken als lengte, gewicht, oog- en huidskleur. Psychologen hebben ontdekt dat partners vaak in grote lijnen een beetje op elkaar lijken, maar als het gaat om minder opvallende kenmerken, waaronder oorlengte, afstand tussen de ogen, polsomvang, longvolume en, in het bijzonder, middelvingerlengte, lijken ze juist heel veel op elkaar.¹¹ Dat is veel om in die acht seconden te verwerken. (Ook karaktertrekken sluiten vaak aan; stellen hebben vaak dezelfde religie, etnische achtergrond, socio-economische status en politieke voorkeur.)

Natuurlijk, als we ons voelen aangetrokken tot mensen op wie we lijken, wil dat zeggen dat aantrekkingskracht een subjectieve zaak is (de zoveelste reden waarom tijdschriften moeten ophou-

den met het pushen van een homogeen schoonheidsideaal). Wetenschapper en schrijver Jared Diamond sprak ooit met mannen uit de Foré-stam in Papoea-Nieuw-Guinea over vrouwen en seks. Dit zegt een van hen daarover:

Blanke vrouwen zijn afschuwelijk lelijk. Als je die vrouwen van jullie vergelijkt met de onze, begrijp je meteen wat ik bedoel: ze hebben een huid als van een zieke albino, sluijk, slierterig haar, dat soms zo geel is als dood gras, of zo rood als een giftige slang, dunne lippen en smalle neuzen als het lemmet van een bijl, grote koeienogen, een weerzinwekkende geur wanneer ze zweten en lelijk gevormde borsten en tepels. Als je een vrouw wilt kopen, neem dan een Foré als je een mooie wilt.¹²

En ik dacht dat ik kieskeurig was.

Als ik een nachtje bij de Foré ging kamperen, dan zou ik ze, nadat we plichtmatig hadden getreurd om de verloren gegane traditie van het opeten van gestorven familieleden (kannibalisme werd pas in de jaren vijftig van de vorige eeuw verboden), trakteren op mijn persoonlijke top vijf van doorslaggevende kenmerken die me vertellen of ik iemand echt leuk vind of niet:

1. Vind je het ook fijn om haar te kussen als je geen drank ophebt?
2. Vind je een door haar gedragen t-shirt lekker ruiken? Vertrouw op je neus (feromonen wijzen op een complementair immuunsysteem ter bescherming van toekomstige kinderen).
3. Zie je voor je dat je met haar op een zaterdag hand in hand cupcakes koopt?
4. Pieker je over de responstijd van en het aantal x-en in haar berichten?
5. Staat een hoed haar leuk? Vraag me niet waarom, maar dit is voor mij nog belangrijker dan middelvingerlengte.

Grijp je kans(en)

Het heeft de man nooit aan seksuele kansen ontbroken.

Die wilde jaren tachtig van de achttiende eeuw – met een golf van onwettige geboortes en een daling van de leeftijd waarop mannen hun maagdelijkheid verloren – werden waarschijnlijk veroorzaakt door jongemannen die treurden om het verlies van hun familieboerderij die een vast inkomen en een identiteit garandeerde. Maar deze kniesoren aan het begin van het industriële tijdperk kregen nieuwe seksuele kansen om hun moedeloosheid af te blussen in de opkomende steden vol met eigendomsloze (en dus kwetsbare) vrouwen, professionele prostituees en, voor mannen uit de middenklasse, bedienden thuis om te verleiden.¹³ Die inwonende bedienden waren aan het begin van de negentiende eeuw ronduit onweerstaanbaar voor de heer des huizes: een kwart van hen werd wegens zwangerschap ontslagen.¹⁴ Tegen het einde van die eeuw hadden rijke jongemannen in Delaware een speciaal woord voor meisjes uit de lagere klassen die ze nu in hun jacht op seksuele bevrediging konden ontmoeten: ‘de chippy’s’, sletten. Een van hen herinnerde zich dat ze ‘naar pretparken en ’s avonds naar uitgaanscentra trokken, op zoek naar meisjes waar ze vrijelijk op konden jagen vanwege hun fysieke charmes’ – wat ze de ‘oudewijvenjacht’ noemden. Over de vrouwen op wie ze jaagden zeiden ze: ‘Een lieflijk gezichtje en welgevormde ledematen waren voldoende om een “chippy” te worden genoemd.’¹⁵

De schrijver van bovenstaande vertrok in 1896 naar Yale. Daar waar ironisch genoeg in 2011 studentenvereniging Delta Kappa Epsilon vijf jaar lang werd verboden, omdat leden in een studentenhuus op de campus seksueel geladen leuzen hadden gescandeerd, onder andere ‘Nee betekent ja!’.¹⁶

Maar terug naar de mannen en hun seksuele opportunisme. Leven vrijgezelde mannen nu, gezien de megapopulaties van vandaag, de explosieve opkomst van het online daten en de vrouwelijke begeerte die is bevrijd van de beperkingen die door mannen waren opgelegd (al houdt het verschil tussen *slet* en *casanova* hard-

nekkig stand), in een luilekkerland vol seksuele kansen? Is de verlegen jongeman flink opgelucht nu hij niet meer de hachelijke oversteek naar de dansvloer hoeft te maken, aangezien het eerste contact online kan worden gelegd? Heeft de 'hongerige' kerel nu een overvloed aan mogelijkheden om zich aan tegoed te doen? Wijzen de vijf liter sperma die in Groot-Brittannië per minuut zouden worden geëjaculeerd – met dank aan statisticus David Spiegelhalter van de Cambridge University die dit heeft uitgezocht¹⁷ – op toegenomen seksuele activiteit? De cijfers van de uitgebreide *National Survey of Sexual Attitudes and Lifestyles*, Nat-sal (Landelijk Onderzoek naar Seksuele Attitudes en Levensstijlen) suggereren van wel, vooral voor hen die tot de belangrijkste demografische groep daters behoren, mensen van tussen de zestien en vierenveertig jaar. Voor mannen is het gemiddelde aantal seksuele partners tijdens hun leven toegenomen van 8,6 (begin jaren 1990) naar 11,7 (in 2013). De grootste revolutie de afgelopen twee decennia heeft plaatsgevonden onder de vrouwen binnen deze leeftijdsgroep, die hun gemiddelde aantal seksuele partners meer dan verdubbeld hebben van 3,7 naar 7,7.¹⁸ Vrouwen beginnen meer op mannen te lijken – en voor de hitsige man is dat een feestelijk neveneffect van de gendergelijkwaardigheid.

Het opportunisme van mannen steekt pas echt de kop op wanneer marktmechanismen samenspannen om de vrijgezelle man neer te zetten als een schaars goed. Mannen die grote oorlogen hebben overleefd keren terug naar een samenleving die hun gunstig gezind is. Duitsland beleefde na de Tweede Wereldoorlog een piek in buitenechtelijke geboortes, doordat mannen van tussen de twintig en veertig jaar ervan profiteerden dat ze in de minderheid waren, in een verhouding van 3:2.¹⁹ Zoals in juni 1945 *New York Times Magazine* tobde: 'Nu de oorlog voorbij is, keren de mannen terug naar huis in Amerika, maar het zijn er niet genoeg.' Het tijdschrift waarschuwde: volgens psychologen liepen de 750.000 vrouwen die nooit zouden trouwen het risico om 'neurotisch en gefrustreerd' te raken. Een arts opperde in *Esquire* de mogelijkheid om polygamie in het huwelijksrecht van de vs in te voeren.²⁰

De vrouwen in het huidige New York denken misschien dat polygamie feitelijk al is ingevoerd, zo vaak gebeurt het dat er met verschillende mensen tegelijk gedatet wordt – al doen beide seksen dit (vrouwen die in reactie op mannen weigeren trouw te zijn? Geëmancipeerde vrouwen die doen waar ze zin in hebben?). Maar toen ik in New York een radiodocumentaire maakte over de datingscene daar – *Find Me A New York Jewish Princess* – bekreep mij toch het gevoel dat de hysterie van direct na de oorlog nog steeds in volle gang was. De *Huffington Post*, waarin stond dat er 150.000 meer alleenstaande vrouwen dan mannen in de stad woonden, raadde New Yorkse vrouwen aan om ‘kriskras door het hele land’ te vliegen om een man te vinden.²¹ Er bestaat een website waar je de getalsverhouding tussen alleenstaande mannen en vrouwen per postcode in New York kunt opzoeken, met instructies hoe je als vrouw door de plattegrond moet navigeren:

Stap 1: Schuif de knop aan de linkerzijde op en neer.

Stap 2: Word depressief. Je mag zoveel ijs eten als je maar wilt tijdens het kijken naar Netflix.²²

Dit numerieke tekort, dat de stukprijs van de man opdrijft, is manna uit de mannenhemel. Afgaande op wat ik heb gezien en gehoord (van wanhopige vrouwen die geen fatsoenlijke man konden vinden om mee te settelen), doen mannen hier vanzelfsprekend hun voordeel mee. Door de overdaad aan keuze en zelfrespect blijken mannen in New York als een van de laatsten in de vs in het huwelijksbootje te stappen – de helft is 30-plus bij hun eerste huwelijk.²³ Wie tot ver na zijn veertigste nog blijft rondkijken, staat niet alleen. In de week dat ik daar intensief aan het daten was – louter voor mijn werk – dompelde ik mezelf antropologisch onder in de lokale multi-datingcultuur en haalde ik gemiddeld drie dates per dag. Oppervlakkig gezien leek het een bekende wereld: de plaatselijke bevolking sprak een soort Engels, de zwaartekracht deed gewoon zijn werk, op elke straathoek zat een Starbucks. Maar in feite zat ik op een andere planeet: vrou-

wen glimlachten gewoonlijk terug, soms deed een wijffe de eerste toenaderingspoging en kreeg ik zelfs een telefoonnummer in mijn hand gedrukt. Het leek op daten, maar dan niet zoals wij dat doen. De intens tevreden Britse maten die ik hier ontmoette, vertelden dat de meerwaarde van hun accent nog eens twintig procent aan hun aantrekkingskracht toevoegde (dertig procent indien Schots). Ik begrijp eigenlijk nog steeds niet waarom ik niet naar New York ben verhuisd.

Seks zonder schuldgevoel

Harde statistische gegevens over persoonlijke kwesties als je seksleven zijn even betrouwbaar als de opiniepeilingen voor de algemene verkiezingen in Engeland. (Als je niet eens eerlijk toegeeft dat je een Tory bent, hoe eerlijk kun je dan zijn over het aantal keren dat je in de afgelopen maand geslachtsgemeenschap hebt gehad?) Hoe kun je bepalen hoeveel seks mannen in werkelijkheid hebben, en hoeveel dit is vergeleken met andere perioden in de geschiedenis? Zou een Griek uit de oudheid meewarig moeten grinniken om de 11,7 partners die de middelbare man van nu zou hebben gehad? Was die verrukkelijke periode, vanaf de introductie van de pil tot aan de hiv/aids-crisis, werkelijk een tijd van vrijheid, blijheid? Bovendien is die 11,7 slechts een gemiddelde. Zo'n zes procent van de mannen tussen de vijfendertig en vierenveertig jaar in het seksonderzoek gaf aan meer dan vijftig partners in zijn leven te hebben gehad; twee mannen (en een vrouw) beweerden boven de vijfhonderd uit te komen.²⁴ Het lijkt erop dat wie uit is op seks, niets tekort hoeft te komen.

Moeten we hier blij om zijn? Waarom zou op de datingmarkt van vandaag, nu het maatschappelijke taboe op wellust is opgeheven en er dankzij nieuwe technologie nieuwe mogelijkheden zijn, een man zich níét tegoed doen aan het aanbod? De mens is immers de enige soort bij wie het doel van de copulatie volledig van de voortplanting kan worden losgekoppeld.²⁵ Menig wijfjes-

primaat verleidt een mannetje alleen maar als ze vruchtbaar is, met haar onweerstaanbare rode, roze of blauwe vaginale zwelling.²⁶ Seks heeft onmiskenbaar meer dan alleen voortplanting ten doel, al denk ik dat het brein, ook tijdens een onenightstand met veilige seks, je onbewust wijsmaakt dat jij je zaad verspreidt. Dit verklaart misschien waarom sommige mannen geen zin meer hebben in een volgende afspraak nadat ze een keer hun gang hebben kunnen gaan (behalve dat het gewoon klootzakken zijn).

Seks voor mensen die niet in een langdurige relatie zitten: de geuegten. Het is een oppepper voor je ego, een bevestiging van je mannelijkheid. Het dierlijke genot om het lichaam en de geur van een onbekende te verkennen. De natuurlijke kick van de jacht en verovering. Die tijdelijke toestand waarin je het beste en aantrekkelijkste van jezelf laat zien, voordat de ander de tijd en ruimte krijgt om je zwakheden en duistere kanten te ontdekken. Compensatie voor het alleen-zijn op momenten dat anderen iemand hebben die oprecht in ze geïnteresseerd is. Pornografische standjes met iemand met wie je níét de wekelijkse boodschappen hoeft te doen. Betere anekdotes tijdens een etentje.

Dit alles tegen de achtergrond van, en daaraan misschien bijdragend, de steeds meer ontspannen houding tegenover casual seks. In het Natsal-onderzoek begin jaren negentig keurde de meerderheid van de mannen onenightstands af; tien jaar later was dat gedaald naar 35 procent. Het percentage vrouwen dat eenmalige seks veroordeelde, zakte van 75 naar 50 procent.²⁷ Ondanks deze daling bestaat er dus nog steeds behoorlijk veel weerstand tegen mensen die vrijgezel zijn maar wel rondneuken. Misschien is het nog een overblijfsel van de getroebleerde, door religie geïnspireerde houding tegenover seks, die in het overgrote deel van de moderne westerse geschiedenis een hardnekkig bestaan heeft geleid.

De eerste christenen beschouwden seks als remmend voor de spirituele groei. Christelijke mannen in de tweede eeuw na Christus zouden chirurgen hebben gesmeekt om verwijdering van hun

testikels. De theoloog Origenes zou zijn eigen castratie hebben uitgevoerd.²⁸ Het idee dat seks schadelijk kon zijn voor een man hield koppig stand. In het elizabethaanse tijdperk werd gezegd dat een zaadlozing ‘meer schade bij een man aanricht dan wanneer hij veertigmaal zoveel bloed zou hebben verloren’. In de zeventiende eeuw waarschuwden artsen dat één mannelijk orgasme gelijkstond aan het verlies van 1,1 liter bloed – een inzicht dat tot in de negentiende eeuw bleef bestaan.²⁹ Beklagenswaardig was de man die in het victoriaanse tijdperk een beetje zelfgenot overwoog, want dat was ‘een door god verboden smerigheid’, bulderde de lijfarts van de koningin zelf. Masturbatie zou blindheid, acne, krankzinnigheid en zelfs een voortijdige dood veroorzaken.³⁰

Om 's lands jeugd van ‘zelfbevlekking’ te redden, kwam een zekere John Harvey Kellog, arts te Michigan, in actie. Nadat hij de negenendertig symptomen had onderscheiden waaraan je de masturbant kon herkennen (waaronder een slechte houding en een voorkeur voor pittige gerechten), bedacht Kellog een eenvoudig recept voor ontbijtgranen om het mannelijke seksuele vuur te blussen: zo ontstonden de graanvlokken, Kellog's Corn Flakes. Mocht het gemalen graan de man er niet van weerhouden om zichzelf te beroeren, dan stelde Kellog een onverdoofde besnijdenis voor (zodat de pijn herinnerde aan de zonde), of anders het met draad dichtsnoeren van het uiteinde van de penis ter voorkoming van erecties.³¹ De vrome dokter zal zich in zijn graf hebben omgedraaid toen de variant met Crunchy Nuts (krokante ballen) werd geïntroduceerd. Als ik in de jury zou zitten van de victoriaanse variant op Dragon's Den, een tv-programma waarin uitvindingen worden gepitcht, dan zou Kellog het toch afleggen tegen de moraalprediker die iets bedacht had dat mannen moesten dragen, waardoor er bij elke erectie een belletje ging rinkelen.³² Zou daar het woord ‘alarmbel’ vandaan komen?

Het twee millennia oude taboe op seks lijkt pas sinds kort te zijn opgeheven, vandaar dat het geen wonder is dat we een deel

van die oude bekrompenheid nog steeds in ons hebben. En o ja, dat sadistische afknijpen was slechts voor heteroseksuele mannen bedoeld. Je kunt je voorstellen hoe homomannen in het verleden werden behandeld. In Groot-Brittannië werden ze tot in de negentiende eeuw opgehangen en in de vorige eeuw nog chemisch gecastreerd. Nog steeds hebben ze last van die demonisering, nog steeds vechten ze in sommige delen in het Westen voor zaken als het homohuwelijk. Of denk aan vrouwen, voor wie genitale mutilatie om seksueel gedrag te frustreren meer is dan een eigenaardigheid uit het verleden.

De aanhoudende reserves ten aanzien van casual of semicasual seks is dus deels een uitvloeisel van ons preutse verleden. Maar hoeveel vleselijke en emotionele geneugten er ook verbonden zijn aan vrijgezellenseks, het is zeker niet het hoge groene gras dat sommige, reeds lang getrouwde vrienden van mij menen te zien wanneer ze over de schutting kijken. De nadelen: geen idee hebben van iemands seksuele geschiedenis; iemand per ongeluk bezwangeren; spermadiefstal (ik heb ooit een vrouw ontmoet die wilde voorkomen dat ik een condoom gebruikte, hoewel ze niet aan de pil was – *ik zou wel een kindje willen hebben van zo'n leuke vent*); het risico dat je niet kunt presteren (is groter wanneer je iemand echt leuk vindt, dus vrouwen: beschouw het als een compliment als je aan de (niet-)ontvangende kant staat); de hoeveelheid tijd en moeite die je in het ontmoeten en paren investeert (energie die gebruikt zou kunnen worden om, zeg, de Nobelprijs te winnen en nog tijd over te houden); het moment dat je halverwege de actie wordt geplaagd door de vraag of de jacht misschien wel prettiger was dan deze soms plichtmatige daad; raciaal verkeerd worden ingeschat (ooit kreeg ik de verbijsterende vraag hoe ik het vond 'met een blank meisje'); het lege gevoel soms erna. De datingwereld kan inderdaad meedogenloos darwinistisch zijn en haalt niet per definitie het mooiste uit je karakter. Volgens sommige sociobiologen is door de mannelijke drang naar variëteit en het vrouwelijke verlangen naar veiligheid, het spel van

hofmakerij een vijandig ‘seksueel partijtje schaak’ geworden.³³ En schaken op zichzelf kan een wreed spel zijn.

Je kunt het hart op de juiste plaats hebben, ook als dat niet geldt voor je penis.

Het secretaresse-probleem

Tot slot: kan te veel (semi)casual seks het moeilijker maken om je daarna te settelen? Wanneer je een opwindend leven hebt geleid met heel veel sekspartners, dan kun je misschien niet meer zonder die lichamelijke en psychische kick. Dan heb je te veel piekervaringen op de bank staan om genoeg te nemen met een gelijkmatige gezamenlijke rekening.

Bestaat er dan een optimaal moment om van tafel te gaan en het versieren voor gezien te houden? Verrassend genoeg komt het antwoord hierop uit de wiskunde. Wat vroeger het ‘secretaresse-probleem’ werd genoemd – hoe weet je wie van de vele sollicitanten je moet aannemen? – is overgenomen door de datingwereld en wordt wel de ‘theorie van het ideale stopmoment’ genoemd. Het is een rekensom met als uitkomst het verzilvermoment. De theorie gaat uit van een beginperiode waarin je je oriënteert op de markt; je wijst voorlopig iedereen af en bereidt je voor op de meest geschikte partner die je straks tegenkomt. Volgens wiskundecent dr. Hannah Fry moet je:

- eerst je ‘datingperiode’ bepalen. Als je op je vijftiende begint met daten en je wilt je rond je veertigste settelen, dan bestrijkt die periode vijftentwintig jaar;
- iedereen afwijzen die je in de eerste 37 procent van dat tijdvak ontmoet;
- de eerste kiezen die daarna voorbijkomt en die beter is dan alle anderen die je daarvoor hebt ontmoet.

Dit is niet zonder risico. Het kan voorkomen dat je in het begin

een droommeisje aan je voorbij moet laten gaan. Maar, zegt Fry, dit is ‘de beste manier om de kans te maximaliseren dat jij jouw ideale partner’ vindt. Toevallig wordt deze methode ook door bepaalde vissoorten gebruikt.³⁴

Wiskunde was niet mijn fort. Maar je hoeft geen wiskunde als examenvak te hebben gehad om uit te rekenen dat mijn 37 procent allang verstreken is. Misschien moet ik er dan maar een eigen ‘ideaal stopmoment in noodgevallen’ op na houden:

1. Wanneer meer dan de helft van je goede vrienden is verloofd...
2. ... begin dan een serieuze relatie met de eerste persoon die je tegenkomt en bij wie een zwangerschap geen grote ramp zou zijn.

Misschien moeten er geldboetes komen om mannen tot binding te dwingen. Een parkeerboete voor wie te lang aan het buffet is blijven staan. Toen er eind zeventiende eeuw in Engeland een tekort aan mannen was (tien mannen tegen dertien vrouwen in Londen), hielden ze uiteraard de boot af. Uit woede over de vele kerels die weigerden te trouwen, diende in 1693 een groepje vrouwen bij het parlement een petitie in voor een jaarlijkse belastingheffing op mannen die na hun 21e nog vrijgezel waren.³⁵

Ik zou blut zijn. Maar misschien wel gelukkiger.

5

Relaties. Hou erover op!

Over de microseconde waarin de man eerlijk is

Alleen tijdens de nanoseconde waarin de man klaarkomt, is hij bij zijn volle verstand.

Zodra de klieren van Cowper die ons voorvocht produceren worden aangezwengeld, hijsen logica, redelijkheid en volwassenheid zich in hun parachutes, klaar voor de sprong. Het moment waarop de eerste microdruppel seminaal vocht de urinebuis binnenkomt, zetten de chemische stofjes die de geestelijke gezondheid bevorderen, de bestorming van het brein in. Als door een oorlog gehavend staan de spermatozoïden langs de mannensnelweg opgelucht te zwaaien naar de bevrijdende troepen van het gezond verstand, die hun vanaf de andere kant tegemoetkomen.

Wanneer de teelballen opnieuw gaan vollopen, begint een man weer langzaam zijn verstand te verliezen. De uitingen van een man die rondloopt met een overvolle tank, dienen met hetzelfde korreltje zout genomen te worden als die van de kroegtijger die je met een zware kegel de oplossing voor het vluchtelingenprobleem aanreikt.

Bovenstaand is niet (alleen maar) het gepieker van iemand die te lang in zijn pubergedachten blijft hangen. Volgens het nieuwste onderzoek naar gedrag en besluitvorming heeft seksuele opwinding een grote invloed op ons oordeelkundig vermogen. Geil zijn is 'vergelijkbaar met de effecten van alcohol'.¹ We kunnen de professoren Dan Arieli en George Loewenstein niet dankbaar

genoeg zijn voor de moeite die ze hebben genomen om tot deze conclusie te komen.

Mannelijke studenten aan de universiteit van Californië in Berkeley konden tien dollar verdienen door een aantal vragen over hun voorkeuren en gedrag te beantwoorden. Snel verdiend, zou je zeggen. Maar een deel van hen werd verzocht om met de ene hand de vragen te beantwoorden, en met de andere hand zichzelf te 'stimuleren' tot een 'hoog, maar suborgasmisch niveau van opwindning'. Om de geloofwaardigheid van het experiment te verhogen, 'dienden de proefpersonen op het moment van ejaculatie de tabtoets aan te slaan, waarmee de sessie tot een einde kwam'.

Gelukkig schortte er niets aan de zelfdiscipline op Berkeley, zodat de twee professoren konden aantonen dat seksuele opwindning een grote invloed op onze opinie- en besluitvorming heeft. Slechts 42 procent van de niet-opgewonden studenten gaf aan vrouwenschoenen sexy te vinden. Onder de opgewonden respondenten liep dit percentage op tot 65 procent. De bereidheid onder de seksueel opgewonden jongemannen om te fantaseren over seks met een vrouw van zestig, verdrievoudigde (van 7 procent naar 23 procent). En er was onder respondenten die de tabtoets binnen handbereik hielden, een significante stijging van hen die seks met een andere man of een extreem dikke vrouw overwogen, en die zich konden voorstellen seksueel opgewonden te raken door contact met een dier (over de hattrick bestaan helaas nog geen data).

Als je deze uitkomsten bagatelliseert, dan zegt dat waarschijnlijk vooral iets over wat je nu met je handen doet. 'We hadden verwacht dat de niet seksueel opgewonden deelnemers de invloed van seksuele opwindning op hun voorkeuren en beslissingen zouden onderschatten,' schreven de professoren. Mocht je om een of andere reden jezelf aan het beroeren zijn terwijl je dit leest, knik dan gerust instemmend mee.

Met volle ballen loop je dus het risico dat je oordeelkundig vermogen wordt aangetast. En als een beetje sjoeren al de neiging

opwekt je te vergrijpen aan je grootje of te krikken met een konijn, kan een volle zak je dan ook in de waan brengen dat er ergens massavernietigingswapens zijn verstoppt of dat je gewoon recht hebt op het grondgebied van Oekraïne?

Hoeveel conflicten en verschrikkelijke beleidsmaatregelen kunnen worden voorkomen als parlementen of de Verenigde Naties voortaan precies op dat verrukkelijke moment van post-ejaculatoire scherpzinnigheid tot stemming zouden overgaan? Het is misschien onsmakelijk om vlak voor de stemming tijdens de Algemene Vergadering een toiletpauze in te lassen, maar de wereld zou er een stuk vrediger op kunnen worden. We zouden strategisch getimede verzoeken om spermadonaties kunnen organiseren vlak voor kabinetsbijeenkomsten in Westminster, Washington en het stamgebied ten noorden van Waziristan.

Voor gewone stervelingen heeft dat moment van inzicht echter geen verstrekkende geopolitieke consequenties. Het is een moment van zuiverheid waarop onze gedachten volkomen helder zijn, vrij van hormonale bemoeienis. Alsof je onder een horizontaal venster van brillenglas ligt en alles heel scherp ziet. Elke vezel in je lichaam schreeuwt op dat moment: draai je om en houd haar stevig vast (als in een romantische komedie van Richard Curtis), of: ze krijgt als altijd nog een kus en dan draai ik me om, eventueel in lepeltjeshouding (standaardrelatie doordeweeks), of: rol zo ver de zwaartekracht het toelaat naar de rand van het bed (alles goed, maar ik heb mijn nachtrust nodig), of: zoek z.s.m. je kleren bij elkaar en vertrek (wanneer leer ik het nou?), of: blijf zwijgend liggen en straal alfagolven uit totdat ze een taxi belt (je hebt het dus nog niet geleerd), of: klap hoofdschuddend je laptop dicht, wat ben je toch weer een teleurstelling. *Sine semen veritas.*

De laatste tijd hoor ik op dat moment van helderheid slechts één ding: laat Richard Curtis maar binnenkomen. Wend je af van het buffet, het is genoeg geweest, ga op zoek naar die ene partner en settel je. Maar is dat wel, diep vanbinnen, wat wij, of wat ik echt wil? Sluit ik niet gewoon braaf aan in de rij, omdat de opdracht voor de volgende levensfase lijkt te luiden dat ik een le-

venspartner moet hebben? Is het vooruitzicht om de rest van je leven, je bed, je vakanties, je dinertjes en je genen met een en dezelfde persoon te delen niet een duizelingwekkend schrikbeeld voor een man?

Man versus monogamie

Samuel Pepys schreef een goed dagboek. Scherpzinnige, gedetailleerde ooggetuigenverslagen over enkele belangrijke gebeurtenissen in de Britse geschiedenis, bijvoorbeeld de Grote Pestepidemie en de Grote Brand, die tijdens zijn leven door de straten van de Britse hoofdstad woedden. Een uniek inkijkje in het dagelijkse leven aan het eind van de zeventiende eeuw. En in de wellustige behepheden van iemand die later parlamentslid voor de Tories zou worden. Hoewel hij getrouwd was en beweerde van zijn jonge vrouw Elisabeth te houden, kon Pepys (spreek uit: pieps) zijn pik maar moeilijk in zijn broek houden. Onder anderen waren daar:

- Betty Martin, de vrouw van een manufacturier in Westminster Hall. ‘Ze heeft zeer blanke dijen en benen, maar is monsterlijk vet.’
- Mevrouw Burrows, de weduwe van een marineofficier: ‘Haar lippen stonden me altijd ten dienste.’
- Doll Powell, met wie hij op een middag ‘rollebolde’, samen met mevrouw Burrows.
- Betty Mitchell, de vrouw van een herbergier, die ‘alles deed wat ik haar vroeg’.
- Mevrouw Knepp, actrice, met wier borsten hij speelde in de koets.
- Mary Mercer, een zeventienjarige huisjuffer van zijn vrouw, die hij streekte terwijl ze zijn oren waste en zijn haren knipte.
- Deb Willet, bediende en gezelschapsdame van zijn vrouw,

die hen betrapte halverwege een omhelzing. ‘En inderdaad zat ik met mijn *main* [hand] in haar vagijn.’¹

Pepys’ vrouw was laaiend, bedreigde Deb met een mes en smeed een loeihete tang naar haar man. Voor historici is Pepys’ dagboek een onuitputtelijke bron van informatie over het dagelijkse zeventiende-eeuwse leven, dus we mogen aannemen dat zijn geschuinsmarcheer enigszins representatief is: de bemiddelde en gehuwde man zat in die tijd tamelijk enthousiast achter de meiden aan. Wellicht had dat deels te maken met het gemak waarmee men in die periode de onwettige kinderen van de upper class en de werkende klasse accepteerde.² We weten niet of iedereen zo doortastend was als Pepys, die gedurende de achtenhalf jaar dat hij zijn dagboek bijhield, met tien vrouwen seks en met nog eens veertig vrouwen seksueel getinte ontmoetingen blijkt te hebben gehad – terwijl hij getrouwd was.³

Pepys werd geboren in een tijdperk waarin mannen konden weggelopen met moord, of in elk geval met een terechte afranseling van hun vrouw, die geen recht op eigen geld en nauwelijks de mogelijkheid had om te scheiden. In Frankrijk werd getrouwde mannen pas in 1810 verboden om tegen de wil van hun vrouw thuis een concubine te onderhouden.⁴ In de loop van de geschiedenis hebben we altijd regels bedacht en ontdoken in ons eigen voordeel – en altijd gekozen voor een ‘flexibele’ omgang met buitenechtelijke relaties. Maar stel dat er meer aan de hand is dan het puur egoïstische misbruik van mannelijke macht? Stel dat ons gedrag door de eeuwen heen iets diepers blootlegt: dat de meeste mannen ronduit ongeschikt zijn voor het monogame huwelijk. Verlang ik dan naar een universele blauwdruk die inmiddels achterhaald is?

Hebben we, met andere woorden, domweg de pech om geboren te zijn in het ultrakorte tijdvak binnen de 150.000 jaar van het bestaan van de homo sapiens, waarin het hebben van een en dezelfde levenspartner op bizarre wijze toevallig de norm is? En de pech om geboren te zijn in het Westen, niet eens op plekken

als Saoedi-Arabië, waar polygamie legaal is en nog enkele ouderwetse zeventiende-eeuwse echtscheidingswetten gelden (zo moesten vrouwen toestemming van een mannelijke voogd krijgen om te scheiden, maar is onlangs wel een man van zijn vrouw gescheiden omdat ze meer van een kameel dan van hem zou houden).

Volgens de statistieken staat het huwelijk er niet bijster goed voor. Men verwacht dat in Groot-Brittannië 42 procent van de huidige huwelijken in een scheiding zal eindigen.⁵ Wanneer je aan een Britse universiteit 58 procent van de benodigde studiepunten hebt gehaald, geldt dat als een krappe voldoende. Een Amerikaanse scholier die in een test 58 procent van de vragen goed heeft, krijgt daarvoor een F, die staat voor Falen.⁶ Waarom schrijven we ons nog steeds massaal in voor deze cursus?

Dat het huwelijk de standaardmodus is, is ongetwijfeld voor een deel te danken aan de historische en nazinderende invloed van het geloof, in het bijzonder het christelijke. Het antieke jodendom tolereerde polygamie, maar praktiseerde het zelden, en verbood het in de elfde eeuw in het Westen.⁷ De Grieken en Romeinen stonden polygamie de facto toe in de vorm van concubines en gescharrel met slaven.⁸ Maar na de val van Rome begon de monogamie zich te verspreiden. Als Constantijn zich niet tot het christendom had bekeerd, zouden er dan nog steeds orgieën worden gehouden om stoom af te blazen? In het Engeland van Pepys was het kerkelijk verboden dat een vrouw boven op de man gingen zitten, dat mannen het vanachter deden, sowieso alles wat oraal of anaal was, en seks op een volle maag werd sterk afgeraden.⁹ Het is moeilijk om het eeuwenoude dogma van het huwelijk naast je neer te leggen als het de enige optie is. En meestal ook de enige legitieme manier om seksueel aan je trekken te komen. Een man met barstensvolle ballen is – vooral als hij de raad van dokter Kellog heeft opgevolgd – tot alles in staat, zelfs tot tafelschikking op een bruiloft.

Net nu de invloed van religie afneemt, wordt door de kolossale ‘commitment-industrie’ de druk om te trouwen flink opgevoerd. Wereldwijd zorgen trouwfeesten voor een geschatte omzet van

300 miljard dollar per jaar.¹⁰ Alleen al in de vs zijn 750.000 banen er afhankelijk van – denk aan catering, boeketten, trouwkleiding, feestlocaties, bruidsreportages, huurauto's, de kapper, enzo voort.¹¹ Tel daar veertig miljard dollar aan verlovings- en huwelijksieraden bij op. (Het idee dat je een diamanten verlovingsring moet hebben, is inderdaad bedacht door een reclamebureau dat eind jaren 1930 door diamantbedrijf De Beers was ingehuurd. Diamanten en winst blijven elkaar voor eeuwig trouw.)^{12, 13} Nog eens veertig miljard gaan op aan huwelijksreizen.¹⁴ Een slordige vijftig miljard aan Valentijnsdag.¹⁵ Om en nabij vier miljard aan onlinedating. En jaarlijks wordt er een schamele som van 111 miljoen bruto verdiend aan romcoms.¹⁶ Alles bij elkaar opgeteld hebben we het over een sector ter waarde van 434,1 miljard, die volledig berust op het droombeeld dat mannen hun penis voor de rest van hun leven aan één vagina wijden. Als *commitment* een land zou zijn, was het de 42e economie ter wereld (na Zweden).¹⁷ En we weten dat de macht van een gigantische industrie die onze smaak dicteert, groot kan zijn. Dankzij bijvoorbeeld de ontbijtgranenbusiness, met een omzet van 33 miljard relatief klein, zijn we er oprecht van overtuigd geraakt dat we dagelijks een flinke lepel geraffineerde suiker in een kindermondje moeten schep-
pen.¹⁸

Misschien is het huwelijk, los van de belangen van godsdiensten en de commitment-industrie, geleidelijk ontstaan doordat het nuttig voor de maatschappij bleek – hoewel niet noodzakelijkerwijs ook voor het welbevinden van het individu. In de afgelegen gebieden van Papoea-Nieuw-Guinea, onaangetast door de moderne tijd en Hallmark's, kunnen we dankzij enkele nog bestaande groepen jagers-verzamelaars inzicht krijgen in de manier waarop de mens de afgelopen zes miljoen jaar heeft geleefd. En dat is niet volgens het romcomscenario van jongen ontmoet meisje. Eerder is het: jongen met hoge status ontmoet af en toe een meisje, de rest vangt bot. Deze 'mild-polygame' opzet blijkt echter een recept voor spanningen en agressie. In de hooglanden van Nieuw-Guinea, schrijft Jared Diamond, geven alleen geschild-

len over het eigendom van varkens vaker aanleiding tot oorlog dan ruzies over seks.¹⁹ Het laten uitroeien van je eigen stam vanwege mot over een vrouw (of varken) is niet wat je noemt darwinistisch. Als je al oorlog wilt voeren, dan heb je meer aan een monogame samenleving, want die groeit harder en kan dus een groot leger op de been brengen, omdat de gewone man niet hoeft te vertrekken om elders een vrouwtje te vinden. Toen heersers in het Westen dat in de smiezen kregen, ontstond de sociaal opgelegde monogamie als wederzijdse afspraak: de mannelijke elite gaf de gewone man toestemming om te trouwen, in ruil voor militaire dienst en belastingen.²⁰

De kerk. De commercie. En het leger. Samen staan ze sterk voor monogamie. De natte droom van iedere complotdenker.

Apenballen

Misschien is het gewicht van het militaire, industriële en religieuze apparaat wel nodig, gezien de taak waarvoor we staan: het temmen der testikels. Druist monogamie niet alleen in tegen de manier waarop we vrijwel de gehele geschiedenis van onze soort hebben geleefd, maar ook tegen onze eigen natuur? Tegen onze biologische bedrading?

De belangrijkste aanwijzing hangt tussen onze benen. Wie toevallig een weegschaal bij de hand heeft, kan bevestigen dat onze testikels gemiddeld 42 gram wegen. Zit er een gibbon in je huiskamer die ook mee wil wegen, dan mag je trots zijn, want zijn ballen wegen slechts acht gram. Elke vorm van borstklapperij wordt echter snel ontmoedigd als er een chimp naar de weegschaal sjokt, met zijn logge, laaghangende testikels van honderd gram.²¹ Onze ballen zijn dus groter dan die van een gibbon, maar kleiner dan van een chimpansee – so what? Nou, bij onze nauwe verwanten zegt balomvang iets over seksueel gedrag. Een chimpansee heeft grote hoeveelheden sperma nodig om zijn promiscue leefstijl te kunnen volhouden en de zaadresten van zijn

rivalen letterlijk weg te spoelen. De gibbon daarentegen is een monogame aap: hij deelt zijn leven met één gibbonwijfje en hun jongen, en leeft van vijgen en insecten. Hij heeft geen biologische noodzaak voor grotere testikels, die alleen maar brandstof voor zijn andere organen zouden opsouperen. Als je kijkt naar scrotumomvang, dan lijkt het menselijke mannetje te zijn gemaakt om naar monogamie te streven, maar dat doel net niet te halen. Monogaam-achtig, wordt dat wel genoemd.²² Inderdaad, de lichaamsomvang van menselijke mannen en vrouwen wijst er anatomisch op dat we zijn uitgerust tot ‘milde polygynie’ (één mannetje op verscheidene wijfjes, net als die andere aap met kleine ballen, de gorilla, wiens teelballen iets minder wegen dan die van de mensenman).²³ Geen wonder dus, dat de mens in slechts 43 van de 238 samenlevingen in de wereld monogaam is.²⁴ En dat buitenechtelijke seks in alle menselijke samenlevingen voorkomt.²⁵

Het verschijnsel dat de mens tegen zijn biologische software vecht om te kunnen voldoen aan de eisen van het kerngezin, is volgens sommige sociobiologen de bron van veel eigentijdse ellende en neurosen.²⁶ Ondanks alle opsmuk van de beschaving zijn we niet meer dan apen in goedkope pakken. Ons DNA komt voor 98,4 procent overeen met dat van de chimpansee en de bonobo: al onze genen, op 1,6 procent na, bestaan gewoon uit apen-DNA.²⁷ Chimpansees zijn zelfs, net als mensen, een van de weinige diersoorten die niet alleen maar omwille van de voortplanting vrijen: ze doen om verschillende redenen aan seks, onder andere om allianties aan te gaan en spanningen te verlagen.²⁸ De chimpanseeverteller in *Great Apes* van Will Self kijkt met meewarige verbazing naar de manier waarop mensen leven:

Mensenparen blijven vaak samen – en hebben dus seks – voor het leven! ... En hoewel mensen doorgaans evenveel als chimpansees van hun kroost houden, is vanwege hun perverse loyaliteit aan het organisatieprincipe van de monogamie (pervers omdat het geen genetisch voordeel oplevert),

de kloof tussen de ‘groep’ en de gemeenschap groot. Oudere mensen worden veel vaker veronachtzaamd en verwaarloosd dan oudere chimpansees.²⁹

Je moet wel ballen hebben om de apentroef uit te spelen wanneer je als echtgenoot op overspel wordt betrapt. *Sorry schat, dat ik met die meid naar bed ben geweest; mijn sociobiologische instincten werden me te machtig. Weet je wel hoe groot mijn ballen zijn, relatief?* We zijn dan misschien wel op een bepaalde manier bedraad, dat wil niet zeggen dat ons gedrag door ons instinct bepaald wordt. Anders zouden we geen potje suiker kunnen doorgeven aan tafel zonder ons eraan tegoed te doen. We kunnen conflicten beslechten zonder tot agressie over te gaan. Ons gebit bepaalt niet wat we eten. Sommige mensen stellen de kwaliteit van hun leven boven het hebben van kinderen, terwijl dat indruist tegen elke impuls van het zelfzuchtige gen. Hoe mensen persoonlijk met elkaar omgaan, wordt uiteraard bepaald door talloze factoren: de genen die je toevallig hebt meegekregen, je opvoeding, belangrijke gebeurtenissen in je leven, de sterkte van je seksdrive, persoonlijke morele principes, de dynamiek met je partner, wat er op een willekeurig moment gebeurt op je werk, met je lichamelijke of geestelijke gezondheid, in je leven, enzovoorts.

De hunkering naar suiker is echter een nuttige aanwijzing. Wanneer biologische impulsen tegemoetkomen aan kortetermijngeneugten, geven we er snel aan toe. Kijk maar naar de grote toename van obesitas wereldwijd: bijna een op de drie mensen op deze planeet is klinisch te dik.³⁰ Wanneer we ons bewust zijn van onze bijna verslavende voorkeur voor zoetigheid, die voortkomt uit het volkomen begrijpelijke overlevingsmechanisme van de jager-verzamelaar, kunnen we er tenminste rekening mee houden. Als we obesitas werkelijk willen aanpakken, zouden we de suiker uit de ontbijtgranen voor kinderen halen, tv-advertenties voor junkfood vóór 21.00 uur verbieden, frisdrankjes in onaantrekkelijke verpakkingen gieten (denk aan onze sigarettapakjes) en een suikertaks invoeren, zodat we deze buitengewoon geraffi-

neerde drug uit onze gedachten en buiten ons bereik houden.

Zo ook wanneer het om seks gaat. Als je monogamie waardevol vindt, dan is het op zijn minst raadzaam te erkennen dat we door onze genetische aanleg een andere kant op worden gedreven. Ik heb vrienden die deze neiging onder ogen durven zien en moeilijkheden bewust uit de weg gaan, zoals de zoetekauw proactief het snoeppad in de supermarkt mijdt. Ik ken mannen die, in het besef van hun zwakheid, hun vrouw de login-gegevens van hun Facebook-pagina geven zodra ze zijn getrouwd, of die voorkomen dat ze dronken worden in het gezelschap van alleenstaande vrouwen. En ik ken iemand die, meteen nadat hij volkomen onverwacht een flirterig berichtje van een ex-vriendin had ontvangen, dat aan zijn vrouw liet lezen. Dit zijn mannen die weten hoe ze kunnen zijn – of zijn geweest – en die het gekoesterde evenwicht van de monogamie niet op het spel willen zetten. Deze mannen vallen onder Categorie c in mijn complete overzicht van **Soorten Mannen met een Relatie**:

A: De romanticus bij wie het niet eens opkomt om naar een andere vrouw te kijken. Neigt ertoe zijn affectie uitbundig te tonen, heeft trouwe hondenogen en zet suikerzoete liefdesboodschappen op Facebook. Heeft oprecht zin om te trouwen. Wordt door andere mannen met argwaan/bewondering bekeken.

B: Kijken, niet aankomen: een gewone vent die van zijn partner houdt, maar graag het gevoel heeft dat hij nog een beetje meetelt. Houdt van een beetje veilig flirten. Kun je op een vrijgezellenfeestje rustig loslaten in een stripclub.

C: Loopt risico onder de verkeerde omstandigheden. Hij is toegewijd aan zijn partner en wil niet vreemdgaan, maar is altijd een beetje een versierder geweest. Verkleint het risico op overspel door moeilijke situaties te mijden. Dient op te passen met drank in een stripclub.

D: Het slippertje bij 'speciale' gelegenheden. Doorgaans monogame en toegewijde partner, maar met de behoefte af en toe wat stoom af te blazen, wat volgens hem niets zegt over zijn gevoelens voor zijn partner. Trekt mogelijk de grens bij volledige geslachtsgemeenschap wanneer hij genoemde stoom afblaast. Beschouwt het ritueel van het vrijgezellenfeest als 'toestemming' om de chimpansee in hem uit te laten.

E: De seriële vreemdganger. Zit in een relatie, maar monogamie past niet bij hem. Heeft affaires, seksdates, bezoekt mogelijk ook prostituees. Expert in compartimentaliseren. Wordt gedreven door de aap in hem, die de moderne samenleving juist probeert in te tomen. Zijn relaties lopen vaak spaak of werken op een niet-conventionele manier juist perfect. Zou beter af zijn in Papoea-Nieuw-Guinea.

Type A vertegenwoordigt de sprookjesprins op het witte paard. Zo heb ik me alleen gevoeld op het toppunt van een oxytocine-roes, meestal bij ernstige verliefdheid op een actrice of zangeres die de schijn weet op te houden dat ze heel gewoon is gebleven. Type B is waarschijnlijk de hoogste kwalificatie die ik – en de meeste mannen – kunnen halen: romantisch maar met realiteitszin. Type C is een nette voldoende. Ik heb liever helemaal geen vriendin dan een die ik stelselmatig ontrouw ben. Ik wil niet die kerel zijn die op een vrijgezellenfeest volledig uit zijn dak gaat, maar ik sta ook niet vooraan om hem te veroordelen. Wie weet wat er speelt binnen andermans relatie, wat mensen doen om bij elkaar te blijven én zichzelf trouw te zijn.

Maar oordelen doen we, wanneer een man – of vrouw – op overspel betrapt wordt. Politieke carrières worden erdoor geruïneerd, publiekslievelingen op voorpagina's gelynacht. De vele verwensingen worden niet alleen ingegeven door de extra verkoop die roddel genereert, maar ook door de puriteinse, quasi-victoriaanse moraal die door kranten wordt uitgevent en waar de

meeste lezers – en de meeste redacteurs – zich in het dagelijkse leven niet aan kunnen houden. De pers doet hiermee niet alleen tot in detail inbreuk op iemands privéleven – waardoor de kans dat het paar het incident achter zich kan laten aanzienlijk kleiner wordt – maar weerhoudt daarmee ook iedereen die een minder oppassend leven leidt, om een openbare functie te gaan bekleden.

William Gladstone was een verheven liberale premier die de epische uitdaging was aangegaan om zaken als Iers zelfbestuur en de corruptie in Westminster aan te pakken, maar in de avonduren wandelde hij graag door Londen om met prostituees te praten in een poging hen te redden, waarna hij naar huis ging om zichzelf lekker af te ranselen (en een klein zweepje in zijn dagboek te tekenen). David Lloyd George was een charismatische, radicale eerste minister die kinderarbeid bestreed en Groot-Brittannië naar de overwinning van de Eerste Wereldoorlog leidde, en tijd overhield om de bijnaam ‘oude bok’ te krijgen, vanwege de vele buitenechtelijke betrekkingen die hij had, naast een maîtresse die hij dertig jaar lang onderhield. Onder het alziend oog van de hedendaagse tabloids zouden Gladstone en Lloyd George het in deze tijd niet één nieuwscyclus hebben volgehouden, laat staan vier termijnen zoals Gladstone, en zouden wij allen slechter af zijn. Ik zeg niet dat machtige mannen nu eenmaal een groot libido hebben: er zijn aanwijzingen dat het vergaren van macht op zichzelf onder mannen (en vrouwen) kan leiden tot een overactief libido dat aan het roekeloze grenst (en misschien wel de knetterende chemie tussen John Major en Edwina Currie verklaart).³¹ Maar als we willen dat onze leiders een beetje hebben geleefd, dat ze ook kwetsbaar en empathisch kunnen zijn, menselijk in plaats van kleurloze apparatsjiks, dan moeten we misschien een oogje dichtknijpen als het gaat om met wie, in plaats van wát ze in hun werk-kamer doen. Het maakt me niet uit hoe ze zich verkleeden of waarvan ze een fotootje versturen, als ze maar zorgen dat de gezondheidszorg een beetje loopt en in staat zijn om, dat zou helemaal mooi zijn, voor airconditioning in de metro te zorgen.

Frankrijk heeft een goede traditie in schouderophalen om de ondeugden van hun politici (het Franse minnares-model, type F). Op de begrafenis van president Mitterrand stond zijn vrouw zij aan zij met de maîtresse met wie hij een langdurige relatie had. Een eerdere drager van het Franse presidentsambt, Félix Faure, zou, zo beweren boze tongen, gestorven zijn terwijl hij door zijn jonge minnares werd gepijpt. Tegenwoordig zijn Franse tijdschriften zo brutaal om foto's te publiceren van president François Hollande wanneer hij 's avonds op zijn scooter naar zijn minnares sjeest.

Zoals die andere grote Fransman, inspecteur Clouseau, zei: 'Anonimiteit is een zegen. Dat weet iedere dwaas.'³²

Wat betekent het eigenlijk wanneer een man seks heeft met een vrouw die niet zijn partner is? Of eigenlijk, wat betekent het níet? Nou, het hoeft niet per se veel te betekenen – althans niet voor hem. Seks kan geheel losstaan van gevoel. Een aapachtige, dierlijke handeling, hoewel idealiter langer durend dan de zeven seconden die een chimpansee gemiddeld nodig heeft om te copuleren.³³ De komiek Jerry Sadowitz heeft het in zijn act over 's mans 'kleine seksboodschap' – een overweldigende, lichamelijke drang, alsof je heel erg moet plassen, al hoef je niet met een pispot te onderhandelen om aan die behoefte te voldoen.

Deze 'behoefte' in mannen werd tijdens de Eerste Wereldoorlog officieel erkend door het Britse leger, dat soldaten toestemming voor bordeelbezoek gaf (anders dan het Amerikaanse leger, dat vreesde dat seks de soldaat zou uitputten). Getrouwde mannen – die aan geslachtsgemeenschap gewend zouden zijn – kregen zelfs voorrang als het om bordeelbezoek ging. Vanzelfsprekend kregen officieren hun eigen hoerenkast (je had bordelen met een rode lamp voor Jan Soldaat; die met blauwe verlichting waren voor de officieren). Ook Franse soldaten werden aangemoedigd om naar een prostituee te gaan.³⁴

Ongetwijfeld hielden de soldaten die terugkeerden naar het vaderland niet minder van hun vrouwen, onder welke kleur lamp

ze ook hadden gedarteld. Ik geloof niet men zich hierover schuldig voelde, want in de pas voorbije eeuw was betaalde seks voor de meeste mannen een rite de passage.³⁵ En dit gebruik hield stand: als we de cijfers mogen geloven zou volgens het Kinsey-rapport 69 procent van de Amerikanen in de jaren veertig van de vorige eeuw ooit een prostituee hebben bezocht. Volgens het Natsal-onderzoek uit 2000 zou 9 procent van de Britse mannen ooit voor seks hebben betaald.³⁶ We doen minder aan betaalde seks, maar het bestaat nog wel. Mijn enige ervaring met de prostitutie kreeg ik toen ik als jonge onderzoeksjournalist bij het zesuurjournaal van de BBC wekenlang bezig was een zestienjarig meisje uit Litouwen op te sporen, dat vanuit haar dorp naar Londen was gesmokkeld. Uiteindelijk vonden we haar in een bordeel bij Heathrow Airport. De politie deed een inval en eindelijk kon het meisje terug naar haar bezorgde moeder thuis. Het was een grimmige zaak die een licht wierp op de exploiterende kant van deze branche.

Om inzicht te krijgen in mannen die betalen voor seks met vrouwen – aan de niet-gedwongen kant van het spectrum – interviewde ik onlangs voor *Men's Hour* een middelbare man die al dertig jaar getrouwd was. Mike was zijn leven lang met maar één vrouw naar bed geweest – zijn vrouw – totdat hij regelmatig ver van huis moest werken en het bordeel begon te bezoeken. Op een gegeven moment ontmoette hij regelmatig dezelfde escortdame, met wie hij afsprak in een restaurant, waarna hij in zijn hotel seks met haar had. Mike, een zachtaardige, gewone man, vertelde nadrukkelijk dat hij veel van zijn vrouw hield en alleen maar van escortservices gebruikmaakte om zijn lichamelijke behoeften te bevredigen.

‘Tijdens de seks experimenteren we veel, doen we dingen die ik thuis niet doe. Ik vind het bijvoorbeeld fijn om een vrouw genot te schenken, ik bevredig een vrouw graag oraal, en mijn vrouw houdt daar niet van. Ik kan een escortdame oraal bevredigen en dat heel geil vinden. Als ik het goed doe en ze krijgt er een orgasme van, geeft me dat een fijn gevoel en ik hoop haar

ook.’ Ook liefhebberde hij wat in sm en liet zich vastbinden. Dat had dertig jaar lang niet op het menu gestaan bij zijn vrouw, die daar, was mijn indruk, niets van moest hebben.

‘Zoenen is fysiek fijner met een escort dan met mijn vrouw. Het zijn professionals, ze weten hoe ze moeten zoenen, en ze klagen niet over hoe ik zoen.’

Zijn vrouw ontdekte het nadat hij een soa had gekregen – hij gebruikte condooms, maar niet bij de orale seks. Haar reactie was niet ‘bijzonder aangenaam’, maar ‘ze kon begrijpen dat ik bepaalde behoeften had, toen ik vaak weg was voor mijn werk’.

Ze zijn nog steeds getrouwd, en nog steeds bezoekt hij een escort, zonder dat zijn vrouw het weet. Die escortdame is Laura, een gezellige Ierse vrouw en gepassioneerde pleitbezorgster voor sekswerkers. Ook haar heb ik geïnterviewd. Met Mike zoenen vond ze ‘verrukkelijk’ vertelde ze; ze beschouwde hem als een vriend, maar op de vraag of hij misschien verliefd op haar was geworden, antwoordde ze: ‘Geen commentaar.’ Over haar werk: ‘Zolang een klant me waardig en respectvol behandelt, is het prima. Soms voelt het als gewoon werk – als ik moe en uitgeput ben –, maar soms kan ik nauwelijks geloven dat ik hier nog voor betaald krijg ook. Wanneer een man iets doet wat ik niet wil, zeg ik dat hij daar meteen mee moet ophouden. Dat hij ervoor betaalt, geeft hem nog geen carte blanche; vrijwilligheid staat buiten kijf.’

‘Toen ik hier in Ierland mee begon, belden mannen van het platteland me op en zeiden: “Ik durf het bijna niet te vragen en ik hoop niet dat je mijn vraag beledigend vindt, maar zouden we het van achteren kunnen doen?” Dat was voor hen exotisch.’

Wanneer een man als Mike zijn impulsen wil volgen, kan hij misschien beter naar een prostituee gaan dan een affaire beginnen, waarin hij de vrouw meesleept en het risico loopt zich aan haar te hechten of te worden betrapt. Om deze opzet staat het hek van de transactie. Hoewel hij is betrapt, gaat hij nog steeds naar Laura, buiten medeweten van zijn vrouw, en daar voelt hij zich geen moment schuldig over. Het enige wat hij af en toe denkt is: Soms besef ik dat ik hier gezinsgeld aan uitgeef.

Mannen kunnen emotieloze, puur dierlijke seks hebben. Maar soms gaan ze per ongeluk vreemd (ja, dat klinkt een beetje als een zwak excuus in de trant van *mijn ballen zijn nu eenmaal te groot*).

Zoals de professoren te Berkeley hebben aangetoond, lijdt de seksueel opgewonden man aan verminderde redelijkheid, vergelijkbaar met wanneer hij dronken is. In alle nuchterheid heeft hij waarschijnlijk geen enkele interesse in een affaire, maar eenmaal seksueel opgewonden neemt een bizar verlangen naar schoenen en omaatjes de overhand. Menig man is niet van plan om vreemd te gaan. Een van de belangrijkste factoren bij ontrouw is de gelegenheid: mensen rollen eerder in een affaire dan dat ze die plannen.³⁷

Kansen om vreemd te gaan deden zich bij mannen als Mike vroeger alleen maar voor wanneer ze bijvoorbeeld ver van huis gingen werken. Door de sociale media is er nu echter gelegenheid genoeg. Een gevaar voor vrienden uit Categorie c, die Facebook en nachtclubs dan ook mijden, en ik ken één man die ervoor zorgt dat hij met regelmaat masturbeert om de demonen van de volle ballen op afstand te houden. Hij is midden veertig en heeft eindelijk zijn wilde haren laten knippen om zich te settelen. Hij vertelde me dat hij, hoewel hij het idee van monogamie 'krankzinnig' vond, zijn best bleef doen om trouw te blijven door zichzelf voor te stellen dat op een dag een andere man zich met de opvoeding van zijn kinderen zou bemoeien, als hij het ooit zou verknallen. Zelf heb ik geprobeerd een vergelijkbare, zen-achtige visualisering te bedenken op het gebied van fastfood. Ik verafschuw McDonald's, maar heel af en toe, in een dronken bui, krijg ik ontzettend veel trek in het eerste hapje van de augurk. Door me echter te concentreren op het gassige, vettige moment daarna, wanneer dat heerlijke augurkgenot moet wijken voor de nasmaak van karton, roept dat voldoende helderheid en wilskracht bij me op om die stinkende gouden bogen waarachter ze die biologische crack verkopen, voorbij te lopen. Kun je je, door even in de toekomst te kijken, tegen dat ene slippertje beschermen? Door te

bedenken hoe je jezelf op het moment na de lozing zult voelen? Door je voor te stellen hoe rot je jezelf dan voelt – of dat een vreemde kerel ooit jouw kinderen vertelt dat ze voortaan voor Chelsea moeten juichen.

Naar de apen?

Goed, mannen kunnen dus emotieloze, vleselijke seks hebben. Dat kan een opportunistisch slippertje zijn als gevolg van een be-nevelde geest waarin de rede grotendeels afwezig is. Het kan een geplande date zijn, waar je al een week met alle bijbehorende voorpret naar uit ziet en waarbij elk schuldgevoel – als het er al is – netjes opzij wordt gezet. (En het kan natuurlijk ook iets zijn wat je de persoon van wie je zielsveel houdt nooit zou willen aan-doen.)

Dus wanneer een emotievrije, puur lichamelijke expressie die blijkbaar de liefde voor onze partner niet vermindert en in onze biologische software zit, de norm is in de meeste samenlevingen ter wereld en past bij de manier waarop mannen het overgrote deel van hun tijd op deze aardbol hebben geleefd – dus voordat religieuze, commerciële en politieke instituten in het Westen ons in hun belang monogamie oplegden – dan ontkomen we niet aan het nogal brisante vraagstuk: is het minder erg als een man een affaire heeft?

Als je kijkt naar de eeuwenoude wetten die hierover bestaan, en die op veel plekken in de wereld nog steeds op wrede wijze worden gehandhaafd, dan leken de mannen die ze hebben opge-steld (uiteraard) dat inderdaad te denken. De opperrechter van Engeland in 1707 omschreef overspel door een vrouw als de ‘ernstigste inbreuk op privaat eigendom’ die een man kan over-komen.³⁸ Tegenwoordig beschouwen we een affaire niet zo snel meer als een vorm van huisvredebreuk, maar wél hoor je nog regelmatig dat buitenechtelijke seks door vrouwen zou indruisen tegen haar sociobiologische instincten. Mannen zouden gepro-

grammeerd zijn om naar variatie te zoeken, vrouwen om naar geborgenheid te streven.³⁹ Daardoor zou het een ernstiger overschrijding zijn, een nog groter verraad tegen de natuur, wanneer een vrouw zich laat penetreren – wanneer ze een andere man in zich toelaat, en daarmee binnen het heiligdom van de relatie – dan wanneer een man iemand van buiten de verbintenis penetreert.

‘Telkens wanneer we vrijen zie ik haar voor me met een andere man. Ik doe mijn best het uit mijn hoofd te zetten en het haar te vergeven, maar het lukt me niet. Wat moet ik doen?’ vraagt een man wanhopig aan zijn geestelijk raadsman.⁴⁰ Het idee dat een andere man in je vrouw is geweest, kunnen veel mannen niet verkroppen. ‘Hun eigen misstappen kunnen mannen zichzelf wel vergeven, die van hun partner veel moeilijker,’ zegt psychotherapeut Phillip Hodson. ‘Voor een bedrogen vrouw is een affaire een inbreuk op haar waardigheid. Voor menig bedrogen man is het een inbreuk op zijn mannelijkheid. Het verraad treft hem recht in zijn identiteit.’⁴¹ Het komt aan als een mokerslag en kan een moorddadige razernij bij mannen opwekken. In 2010 werden er in de Verenigde Staten 1.099 echtgenotes of vrouwelijke partners vermoord – en 241 echtgenoten of vriendjes.⁴² Een man uit Cardiff had zijn partner omgebracht nadat ze haar Facebook-status had veranderd in ‘single’.⁴³

Ik weet hoe het is om te worden belazerd. Mijn langste relatie tot nog toe – ik was eind twintig, te jong om te beseffen wat ik had – liep uiteindelijk stuk toen ik ontdekte dat ze een affaire met een collega had gehad. Vreemd genoeg had ik een voorgevoel gekregen dat ze een affaire met iemand op haar werk had door een realistische nachtmerrie tijdens een nachtvlucht, en thuis in Groot-Brittannië confronteerde ik haar daarmee. De pijn toen de waarheid aan het licht kwam: alsof je ademloos, duizelig en misselijk tegelijk bent, een allesverterende, diep doorvoelde razernij. Ik rende naar buiten, sprong op mijn gammele Vespa, scheurde in een kamikazeachtige razernij met honderd kilometer per uur door Edgware Road en liet mijn telefoon onbeantwoord

in mijn broekzak zoemen. Het was een sterk visuele, fysieke oervaring. *Een andere man heeft mijn vriendin geneukt.* Het snijdt diep tot in het allerzachtste, kwetsbaarste – en meest dierlijke – deel van wat jou tot man maakt. Je voelt opwinding en wanhoop in gelijke mate.

Mogen mannen minder vergevingsgezind zijn? Mogen ze het misschien erger vinden – omdat het meer betekenis heeft – als een vrouw vreemdgaat? Voorzichtig legde ik bij de lunch deze kwestie voor aan een groepje vriendinnen. *Een man kan seks hebben zonder dat het verder ook maar iets voor hem betekent,* stelde ik. *Wij ook,* reageerden ze eensgezind. Ik drong aan, ging gezamenlijke bekenden na, en uiteindelijk werden we het eens dat emotionele seks onder de mannen en vrouwen binnen ons cohort in de verhouding 60:40 voorkwam. Ik sprak erover met een man die een site beheert die getrouwde mensen helpt bij het regelen van een date. *Kunnen mannen hun gevoelens beter opzijzetten?* Het is juist andersom, zei hij: juist vrouwen zijn experts in het managen van verschillende mobieltjes en het niets laten merken.

Hét bewijs dat vrouwen hun slippertjes net zo keurig als, zo niet nog beter dan mannen kunnen wegmoffelen, is de prevalentie van vaders die kinderen opvoeden in de illusie dat ze de biologische ouder zijn, terwijl dat geenszins het geval is en hun vrouwen daarover zwijgen. Vanzelfsprekend zijn hier nauwelijks betrouwbare statistische gegevens over. Volgens één grote studie zou vier procent van de Britse mannen ‘hoorndrager’ zijn.⁴⁴ Een ander uitgebreid, wereldwijd onderzoek becijferde twee procent.⁴⁵ Onderzoeken uit het verleden in Groot-Brittannië en Amerika schommelen tussen de vijf en dertig procent (mogelijk deels veroorzaakt door het gebrek aan voorbehoedsmiddelen).⁴⁶ Wetenschappers in Nottingham beseften medio jaren tachtig dat er iets aan de hand was, toen bleek dat 23 procent van de vrouwen in hun onderzoek, van wie de echtgenoten onvruchtbaar waren, al waren bezwangerd vóórdat ze aan de behandeling waren begonnen.⁴⁷ (Deze vrouwen aten van twee walletjes: ze gaven én hun genen door én lieten zich door de niet-biologische

vader helpen om hun kinderen groot te brengen.) De ultiem bedrogen mannen binnen de Nayar-samenleving in het zuiden van India, waar vrouwen verschillende minnaars hebben, hadden als oplossing bedacht de kinderen van hun zussen groot te brengen, met wie ze ten minste een kwart van hun genen gemeen hebben. Sommige mannetjesvissen nemen geen enkel risico op het gebied van vaderschap. Ze stelen de eitjes van het wijfje meteen nadat ze gelegd zijn, nemen ze mee om te bevruchten en zorgen er vervolgens zelf voor.⁴⁸ Fish4Justice.

Elders in de oceaan zwemt een mannetjes-anemoonvis rond die niets of niemand lastigvalt: hij kijkt uit voor vijandige pijlstaartroggen en mijmert misschien over de uitstekende symbiotische relatie die hij heeft met de zeeanemoon, als hij niet naast zijn vinnen zwemt omdat zijn soort door Pixar is gecast voor de hoofdrol in *Finding Nemo*. Maar plotseling begint het te borrelen in de lendenen van deze vis. Zijn geslachtsklieren stulpen langzaam naar binnen, er ontstaat eierstokweefsel en een paar weken later is zijn testiculaire zone geslonken en nutteloos geworden. Nemo is veranderd in een wijfje. Onder water worden de verschillen tussen man en vrouw kleiner – menig wijfjesvis eindigt haar leven als een vent. Ook aan wal, om deze wat vergezochte vergelijking subtiel door te trekken, zou je kunnen stellen dat de grenzen tussen mannelijk en vrouwelijk seksueel gedrag aan het vervagen zijn: wat kunnen we nog typisch ‘mannelijk’ en ‘vrouwelijk’ noemen? Een weekje Tinder is als surfen op een golf van seksueel hermafroditisme. Mannen hebben het patent op ontrouw verloren (als ze dat al ooit hebben gehad): in de vs is de afgelopen twee decennia het percentage vrouwen met een affaire met bijna veertig procent gestegen naar 14,7 procent in 2010; het aantal mannen dat toegeeft buitenechtelijke affaires te hebben gehad, bleef gelijk op 21 procent.⁴⁹ In Engeland is het aantal aan overspel toegeschreven scheidingen bij mannen en vrouwen gelijk (15 procent).⁵⁰ Hoewel niet zo leuk voor de betrokkenen zelf en hun eventuele kinderen, kun je er ook een positief aspect in zien:

vrouwen zitten niet meer in de dwangbuis van de *Female Eunuch*, zijn economisch zelfstandig en vrij om hun libido te volgen, dat even sterk is als dat van de man.

Maar terug naar de vraag waar ik omheen draai: is het minder erg als een man een affaire heeft? Om maar meteen op een gender-mijn te trappen, durf ik te beweren dat er een opvallend verschil is. Onderzoekers hebben ontdekt dat mannen eerder vreemdgaan wanneer ze negatieve gevoelens hebben, wanneer ze er genoeg van hebben. Het is voor hen een zelfvernietigende, opwindende, rebelse daad, vergelijkbaar met ruzie zoeken, excessief drinken of een misdaad begaan. Bij een vrouw duidt vreemdgaan eerder op een ongelukkige relatie en verveling.⁵¹ Met andere woorden, bij een man gaat het meer om hoe hij zich voelt over zichzelf, bij een vrouw om hoe zij zich voelt over hem. Een affaire of slippertje van hem of van haar kan dus ernstige gevolgen hebben voor de relatie, maar je zou kunnen volhouden dat het vreemdgaan van een vrouw vaak betekent dat er iets ernstig mis is met de relatie. Wanneer een vrouw een affaire heeft, is ze mentaal misschien al bezig uit de relatie te stappen. (Terwijl het voor de man, die niet voelt aankomen dat hij bedrogen of gedumpt wordt, als een donderslag bij heldere hemel komt, die hem als een gebroken, stameland hoopje mens achterlaat.)

In mijn geval, nadat de woede was weggeëbd en ik gelukkig niet met mijn scooter tegen een lantaarnpaal was gereden, beschouwde ik de affaire van mijn toenmalige vriendin uiteindelijk als niet meer dan dat – als een teken dat de fut eruit was. Dat de relatie op was. Hoewel wat ze gedaan had onmiskenbaar klote was, nam ik mijn verantwoordelijkheid: ik had zelf niet bijzonder hard aan de relatie gewerkt, veel gesprekken in de trant van ‘wat hebben we nog samen’ afgewimpeld en me in de drie voorgaande jaren weinig betrokken betoond. Maar nadat ik was afgewezen, vocht ik als een leeuw om haar terug te krijgen. Het begon met het laten bezorgen van een bloemetje op haar werk, en escaleerde toen ik spontaan in haar flat kwam opdagen, als in *Love, Actually*, compleet met liefdesverklaringen op grote kartonnen platen.

Toen dat niet bleek te werken nam ik, als laatste redmiddel, stiekem dezelfde vlucht als zij (een maand eerder had ik hetzelfde gedaan om iemand die verdacht werd van moord voor de camera te krijgen – een nuttige oefening). In het vliegtuig liet ik een stewardess een gedichtje via het gangpad naar haar brengen. Precies op het moment dat ze het ontving, ontstond er, terwijl ik al opstond voor de ontroerende, romantische ontknoping, hevige turbulentie en moest ik me schaapachtig terugtrekken naar mijn plaats, voordat ik ook maar iets kon zeggen. Aangekomen op de bestemming – dezelfde waar we naartoe zouden zijn gegaan als er niets gebeurd was – zei ze dat ze nog nooit zoiets romantisch in haar leven had meegemaakt, maar of ik zo vriendelijk wilde zijn meteen terug naar Londen te vliegen. Au!

Achteraf gezien weet ik niet of acute verlatingsangst – samen met het besef er zelf verantwoordelijk voor te zijn geweest – mij tot deze extreme acties heeft gedreven, en of ik, als we bij elkaar waren gebleven, haar ontrouw werkelijk had kunnen verkroppen, of dat ik altijd het oergevoel zou hebben gehad dat ooit een ander beest mijn territorium was binnengedrongen. Daar valt onmogelijk iets over te zeggen. Maar de meeste mensen die ontdekken dat hun partner is vreemdgegaan, blijven nog jaren bij elkaar.⁵² Ironisch genoeg vroeg mijn ex-vriendin zich jaren later af waarom ze zich in die tijd zo ‘mannelijk’ gedroeg.

De stelling dat een slippertje voor een man minder ‘erg’ kan zijn, is niet plagerig bedoeld. Het hebben van een affaire kan een vernietigende daad zijn waarmee je de mensen van wie je het meeste houdt pijn doet, jezelf schade berokkent en kinderen hun ouderlijk huis ontnemt. Dat jonge mensen tegenwoordig meer moeite hebben met overspel dan hun ouders in het verleden, zegt misschien iets over de pijn van het opgroeien in een gebroken gezin (goed voor tienerrebellie, later kostbaar vanwege therapie).⁵³ Maar de reden dat we hier een meedogenloos eerlijke blik op de natuurlijke instincten van de man werpen, op de wijze waarop we door de eeuwen heen in verschillende culturen hebben geleefd,

op de krachten die ons de norm voorschrijven (van de kerk tot de sensatiepers), op wat seks al of niet voor ons betekent, op opportunistische slippertjes en ons vermogen het lichamelijke van het emotionele te scheiden, is het enkele feit dat het voor heel veel mannen (en vrouwen) zo verdraaid moeilijk is zich aan dat monogame model te houden.

Het is toch niet vreemd om in een wereld waar een vijfde van de mannen in een relatie blijkbaar een affaire heeft en bijna de helft van alle huwelijken op de klippen loopt, even onder de motorkap te kijken om te zien wat er mis is? Het gaat niet alleen om de vraag of een man zijn gulp dicht kan houden. Het gaat om het problematische model van het gezin als hoeksteen met levenslang monogame ouders. Seks is daar slechts een onderdeel van. Het kan de barometer zijn voor de toestand van een relatie, maar afhankelijk van het stel en de fase waarin ze verkeren, is het een bijzaak dan wel allesbepalend. Ik moet de van slaap verstoken vader met kleine kinderen nog spreken die regelmatige geslachts-gemeenschap boven aan zijn prioriteitenlijst heeft staan. Seks is niet echt het probleem waar we mee zitten.

‘Het is een groot experiment om twee fundamentele menselijke behoeften – de behoefte aan veiligheid en de behoefte aan avontuur – in één relatie proberen samen te brengen; om van een en dezelfde persoon te verlangen ons een gevoel van veiligheid en stabiliteit te geven, en om onszelf speels, stout en avontuurlijk te voelen,’ zegt relatietherapeut Esther Perel.⁵⁴

Het is een zware onderneming om dit model – dit experiment – in de huidige samenleving te laten werken en langs enkele geduchte gevaren te loodsen. Om de romantische beelden uit Hollywood uit ons hoofd te wissen. Om de verleiding te weerstaan voor een snelle oplossing te kiezen of uit elkaar te gaan wanneer het wat minder gaat. Om te blijven groeien naast je partner als de cycli van persoonlijke ontwikkeling (die misschien wel zevenjarig zijn) niet synchroon lopen. Om langer samen te leven dan waar het huwelijk op berekend is – in de tijd van Pepys duurde een verbintenis gemiddeld zeventien tot tweeëntwintig jaar (af-

hankelijk van je klasse) voordat je partner overleed.⁵⁵ Denk aan het enorme aantal ‘grijze scheidingen’: in de Verenigde Staten is dat onder 65-plussers binnen één generatie verdubbeld.⁵⁶ Om je identiteit te behouden, te blijven wie je was voordat je opging in een verbond en beschouwd werd als wederhelft (misschien wel de grootste drijfveer voor mensen die vreemdgaan). Om fysiek te worden opgesloten in de beslotenheid van het gezin, afgesloten van een groter stamverband. Om aan de verwachtingen van het moderne ouderschap te voldoen. Om de moeilijkheden op te lossen die ontstaan door het gebrek aan werkgelegenheid – iets wat de man in zijn hart treft en invloed heeft op zijn functioneren binnen de relatie (waar we later verder op ingaan). Het is opvallend dat de hoeveelheid blanke arbeiders die aangeven dat hun huwelijk heel gelukkig is, tot een krappe vijftig procent is gedaald – en dat terwijl er al zoveel minder mensen in het huwelijksbootje stappen.⁵⁷

Het zijn vreemde tijden om je beste pak aan te trekken en ten overstaan van familie en vrienden publiekelijk je penis voor de rest van je leven aan één vagina te verbinden. En dat vervolgens nog te vieren ook.

De ergste vorm van commitment, behalve voor anderen

Ik heb mijn eigen bruidslijstje. Niet een met luxe huishoudelijke apparaten erop. Het is eerder een mentale checklist die zich altijd onwillekeurig aan me opdringt wanneer ik weer eens in de kerkbanken zit te kijken naar twee mensen die elkaar het jawoord geven: een lijstje met alle angsten die ik onder ogen moet zien voordat ik zelf naar dat altaar schrijd.

- Hoe houd je op de lange duur de seks spannend?
- Zijn we te ver gegaan in ons chimpansee-gedrag en daardoor tot deze verregaande vorm van binding gekomen?

- Als het huwelijk spaak loopt: weegt alle moeite wel op tegen de pijn van een scheiding?
- Hoe kun je je kinderen een scheiding aandoen en hen veroordelen tot levenslange therapie?
- Stel dat je een keer alleen wilt slapen?
- Waarom beschouwt de vrouw van een van mijn vrienden masturbatie als overspel en moet hij zichzelf stiekem onder de douche bevredigen?
- Wie zou het in godsnaam levenslang met mij en mijn geëmmer kunnen volhouden?
- Wat te doen als jij of je partner verandert en je elkaar niet meer leuk vindt?
- Wat te doen als haar ouders zo'n afschuwelijke hotelbruiloft hebben geregeld, met een funfactor die even hoog is als die van een besnijdenis?

En iedereen maar denken dat ik op een bruiloft sta te snikken omdat ik zo gevoelig ben.

Voor vrijgezellen is een trouwerij een vloek. Bruiloft na bruiloft zitten we aan tafel met de andere vrijgezelle paria's. Klaar om als Usain Bolt naar de plee te sprinten op het moment dat de coverband het eerste nummer inzet en stelletjes uitnodigt om te dansen: een zee van schuifelende buitenwijkbewoners. Ik ben 4,75 keer getuige geweest (altijd tweede viool) en heb dus met eigen ogen gezien dat zo'n dag – met uitzondering van de bruiloft van die jongens met trouwe hondenogen uit Categorie A – eigenlijk niet of nauwelijks om de man draait. De bruidegom is het mannetje in pak dat van het ene naar het andere tafeltje wordt gesleept, af en toe voor een camera wordt gezet en dat, als zo'n Action Man die iets zei wanneer je aan het touwtje in zijn achterhoofd trok, gedwongen wordt te herhalen hoe mooi het vrouwelijk familielid dat voor hem staat eruitziet.

Viermaal getuige – en hulpgetuige op twee andere bruiloften. Maar ook, op bijna evenveel trouwerijen, het 'laatste vorige vriendje'. Ik blijf het akelige vermogen te bezitten om vrouwen

het huwelijksbootje in te duwen met de kerel die ze na mij ontmoeten. Soms al na een paar maanden. Het zou fair zijn, en tevens de ceremonie rondom de koud geworden kip verlevendigen, als er een toast op het laatste vorige vriendje zou worden uitgebracht. *Dit feest zou niet hebben plaatsgevonden zonder de man dankzij wie de verwachtingen van mijn vrouw over relaties zodanig waren gekelderd dat ze bereid bleek om met deze zakkenwasser te trouwen. Hef uw glas op haar laatste ex-vriendje!*

En toch. Ondanks mijn innerlijke angsten, de statistische kans dat het fout gaat en de vraag of het wel natuurlijk voor de man is om te trouwen, blijft de wens om me te binden aan me knagen. Hoe komt het toch dat ik, de zeldzame keer dat ik iemand met ‘full house’-potentie ontmoet, een onbezonnen makende opwindend gevoel? Terwijl de kaarten worden omgedraaid en het er gunstig begint uit te zien, zie ik mezelf al samen met haar en onze kinderen aan de eettafel zitten bij haar ouders, door wie ik als een zoon word onthaald, of in een pas geopend hip restaurant met een bevriend paar. Ik verander, met andere woorden, van een flegmatische Brit in een verliefde bakvis uit *Glee*. Oké, de vierde kaart blijkt meestal compromisloos narcisme van een actrice of zangeres te zijn, waarmee ik al mijn fiches verlies.

Wat is hier aan de hand?

Ben ik gehersenspoeld? Misschien. Wat betekent de vrije wil van een man tegenover millennia oud religieus onderricht en een commitmentindustrie waarin miljarden omgaan? Een en ander versterkt in het zich vormende brein, doordat ik ben opgegroeid in een gemeenschap waar volwassenen als paar door het leven gaan. Als ze mij zodanig hebben kunnen conditioneren dat ik het volkomen normaal vind dat een oude man met baard de voorhuid van een acht dagen oude jongensbaby er afsnoeit – een handeling die zelfs gevierd wordt met een bagel en gerookte zalm – dan zijn onze normen onmiskenbaar plooibaar. Bovendien vinden we het heerlijk om de bestaande symbolen voor succes af te vinken zodra we ze hebben bemachtigd – diploma, goede baan, huis, vrouw,

kinderen, riant pensioen – zoals we vroeger blij waren met een goed cijfer voor een werkstuk. We zijn competitieve wezens en behalen graag een voldoende of meer voor de module Volwassenheid. Dus ja, ik heb geen weerstand tegen de sociale osmose die mijn brein stimuleert naar een levenspartner te zoeken. God weet wat ik daarvoor doe, zoals God – als Hij/Zij bestaat – ook weet waarom ik geen voorhuid heb.

Maar wat zijn in het hier en nu de prozaïsche factoren die mij, en met mij vele andere mannen, deze extreem moeilijke en misschien terecht absurd te noemen uitdaging van levenslange toewijding aan één partner doen aangaan? Op de middelbare school moesten we bij Aardrijkskunde eens de factoren op een rij zetten die migranten aantrekken en afstoten: waarom is iemand bereid huis en haard te verlaten, wat beweegt die persoon naar een ander gebied te trekken? Ik denk dat we ons in dezelfde trant mogen afvragen waarom we ons zouden willen settelen: waarom het vrijgezelligdom verlaten en naar het land van de gebondenheid verhuizen? Waarvan je het burgerschap niet bewijst met het tonen van je paspoort, maar met een update van je Facebookstatus en een gezamenlijk huishoudboekje.

Het is misschien niet zo heel romantisch om de redenen waarom je zou willen trouwen te reduceren tot een rijtje voors en tegens, maar het is beter om ten minste te begrijpen waarom je deze visumaanvraag doet, dan domweg in het huwelijksbootje te stappen.

Aantrekkende factoren: waarom settelen?

Liefde: Zo, komt de romantiek toch nog even om de hoek kijken. Het gevoel van verliefdheid is een geweldige sensatie. Je bent high van de endorfinen en intimiteit, denkt de hele wereld aan te kunnen als je samen bent, voelt de drang om cadeautjes te bedenken waarmee je je geliefde écht verwent, beseft dat er iemand is die je zorgen werkelijk met je deelt, dat het geheel meer is dan de som der delen. Wie wil dit niet?

In het beste geval staat je hele leven in het teken van de liefde.

Het meest inspirerende voorbeeld is de liefde tussen Kris en Marita Maharaj. Ze zijn beiden rond de vijfenzeventig en al veertig jaar getrouwd. Kris zit inmiddels negenentwintig jaar in een gevangenis in Florida – waaronder vijftien jaar in een dodencel – voor moorden die hij niet kan hebben gepleegd. Ik volg deze zaak al sinds mijn tijd als leerling-journalist en heb met eigen ogen kunnen zien hoe Marita haar leven opoffert om haar man te steunen. Ze woont duizenden kilometers van hun huis in Engeland, leeft van giften van vrienden, alleen maar om wekelijks haar man te kunnen bezoeken. Op een gegeven moment mocht ze hem niet eens meer aanraken, werden ze door gevangenisglas van elkaar gescheiden. Haar hele volwassen leven heeft ze opgeofferd om haar man bij te staan. ‘Ik ben met Kris getrouwd in voor- en tegenspoed,’ vertelt Marita. ‘Ik was met Kris in voorspoed, en nu blijf ik bij hem, hoelang het ook zal duren hem dit land uit te krijgen.’ Dankzij haar bezoeken gedurende de bijna drie decennia waarin men probeert zijn onschuld te bewijzen, is hij geestelijk gezond en ongetwijfeld ook in leven gebleven.

‘Mijn vrouw is mijn ruggengraat,’ zegt Kris in zijn vaalblauwe gevangenispak. ‘Zonder haar zou ik het niet hebben gered. De momenten dat ik haar zie, zijn de gelukkigste in mijn leven sinds ik hier ben; ze houden me staande tot het volgende bezoek.’

Kinderen: Ik houd me aanbevolen voor een beetje voortplanting (later zal ik, hopelijk wat minder oppervlakkig, ingaan op het vaderschap). En dat is zeker de biologische imperatief om een verbintenis aan te gaan. Anders dan bij dieren kan een mensenkind niet voor zichzelf zorgen. De kans dat je nakomelingen (en genen) het goed doen, wordt groter wanneer beide ouders in de buurt zijn. 1 punt voor de gibbon in ons, 0 voor de chimpansee.

Het is gezond: Een man in een goed huwelijk leeft doorgaans langer. Hij heeft 46 procent minder kans op een hartziekte en blijft tweemaal zo lang leven na prostaatkanker vergeleken bij een vrijgezel.¹ Als alleenstaande ben je echter weer beter af dan iemand die in scheiding ligt. Mensen in een ‘zeer warme relatie’ hebben ook meer kans om meer geld te verdienen – gemiddeld

141.000 dollar op hun hoogtepunt meer dan degenen aan de kilste kant van de relatieschaal. En ze hebben dankzij hun beroepsmatige succes drie keer zoveel kans om in de *Who's Who* genoemd te worden.²

Gevoel van geborgenheid: Terwijl de oude zekerheden die hoorden bij het man-zijn – een baan voor het leven, statusgarantie, een vaststaand levensdoel – zijn weggefallen, kan het er onrustig en hard aan toegaan in de buitenwereld. Deel uitmaken van een team, je samen wapenen tegen de dagelijkse nonsens in plaats van alles in je eentje te moeten klaren, is aantrekkelijk. Dit gevoel speelde ook in de negentiende eeuw, toen bestaansonzekerheid ertoe leidde dat mannen weer verlangden naar de zorg van een liefhebbende vrouw.³

Dit verklaart misschien waarom de naald soms weer een beetje naar het huwelijk terugwijst. Een hoogopgeleide Amerikaan die in de 'yuppie jaren tachtig' was getrouwd, had 20 procent kans om tien jaar later gescheiden te zijn; dat zakte naar 16 procent voor mannen die in de jaren 1990 waren getrouwd.⁴ Die jaren tachtig beleefden een piek in het aantal mannetjesputters met een affaire;⁵ in de recente economische recessie hebben mannen juist significant meer moeite met huwelijkse ontrouw.⁶ Als we ons economisch onzeker voelen, voldoet een monogame knuffel heel aardig.

Afstotende factoren – weg uit vrijgezellenland

Entreebewijs: Op een dag ontdek je dat je toegangspas niet meer werkt. Zonder enige verwittiging hebben ze de codes veranderd. Je hebt geen toegang tot de volgende levensfase als je geen paar vormt. Hele gesprekken, doorspekt met begrippen als *schoolkeuze*, gaan langs je heen; het sociale leven speelt zich niet meer af in het openbaar, maar in de privésfeer met bevriende stellen, bij wie je om beurten eet; sommige vrienden verdwijnen volledig van de radar; een vakantiemaatje vinden wordt een logistieke uitdaging. Je hebt het gevoel dat alle mensen om je heen een ander traject doorlopen – dat ze zijn doorgedaan naar het volgende ni-

veau – waar je alleen maar toegang toe krijgt door het vastepartnermodel te omarmen. Als ik, iemand die hopelijk nog een beetje tijd heeft, dit gevoel al heb, dan kan ik me voorstellen hoe acuut vervreemdend dit voor alleenstaande vrouwen moet zijn. En het geldt niet alleen voor hetero's. Een homoman met wie ik wel eens samenwerk vertelde me dat hij, naarmate hij ouder wordt, moeite heeft zijn plek te vinden in de maatschappij, terwijl stellen met kinderen mee kunnen liften op een reis die hen minstens twintig jaar verder brengt.

Eenzaamheid: Het gevoel van eenzaamheid is iets wat onze jagende en verzamelende voorouders volslagen vreemd moet zijn geweest.⁶ Mazzelkonten. 's Avonds thuiskomen en weten dat er niemand op je wacht – tenzij je met veel moeite iets hebt geregeld – kan uitermate deprimerend zijn. Het kan je ontmoedigen en leiden tot een lethargie die je op de bank naast je favoriete dvd-box doet neerploffen. Hoe welvarender onze samenleving, hoe schraler het sociale leven. Voor een man heeft de op stellen gerichte lifestyle nog een nadeel: je verliest je roedel. De mannen met wie je vroeger op jacht ging, vallen een voor een af om een gezinnetje te stichten – ver weg, in een buurt waar volgens onderzoek goede scholen zouden zijn.

Nogmaals, dit geldt niet alleen voor heteroseksuele mannen. Onlangs kwam in Soho een groep homomannen bij elkaar om te praten over 'Omgaan met eenzaamheid'. De bijeenkomst was georganiseerd door Simon Marks, dramatherapeut en oprichter van 'A Change of Scene', een praatgroep voor homo's en biseksuelen. Marks bekende: 'Ik heb jarenlang in de scene mijn best gedaan om te voldoen aan het ideale homoleven, met veel spetterende seks, party's en glamour. Maar voor mij persoonlijk werkte het niet.' Na een vruchteloze nacht cruisen in een bar 'liep ik door Soho en zag mensen die dronken waren, of met een vriendje, of samen lol hadden. Ineens besepte ik dat ik me eenzaam voelde'.⁸

Het is vermoeiend: Op een gegeven moment gaat de routine van het vrijgezellenbestaan je tegenstaan en ben je het zat. Je moet

je flat opruimen voor de aankomst van een date voor het geval dat het gesmeerd loopt, je moet de haartjes in je oren aan regelmatige inspectie onderwerpen, praten met onbekende internet-dates in kroegen waar je nog nooit bent geweest om te voorkomen dat je een bekende tegenkomt, je langer dan 24 uur van zelfbevrediging onthouden voor een afspraak, zodat je gemotiveerd blijft om van de bank te komen, jezelf dwingen op iemand af te stappen die je er leuk vindt uitzien, want misschien is ze wel *de ware*. Omgekeerd is er, pervers genoeg, een vreemde opluchting wanneer degene die op afstand zo aantrekkelijk leek, dat van dichtbij veel minder bleek te zijn. Genoeg hierover...

Geen wonder dat het longitudinale Harvard-onderzoek waarin 268 mannen vijfenzeventig jaar lang werden gevolgd om na te gaan wat een mens gelukkig maakt, onlangs concludeerde: 'De vijfenzeventig jaar en twintig miljoen dollar die we aan dit onderzoek hebben besteed, brengen ons tot ... een duidelijke, in vijf woorden te vatten conclusie: 'Geluk is liefde. Punt uit.'

All you need is love (meer realisme, minder moralisme en misschien een pil)

Liefde, geborgenheid, nakomelingen, verminderde kans op omvallen wegens hartaanval, bevrijding uit de klauwen der eenzaamheid. Voor degene die deze zoete vruchten wil plukken is er maar één beproefde oplossing: een of andere samenlevingsvorm met een levenslange partner. Er zijn geen andere gangbare modellen in de aanbieding. Natuurlijk, nog steeds kun je kiezen voor een van de 2.571 communes ter wereld, maar meestal eindigt dat avontuur toch in een boos briefje op de koelkast, omdat de hennepmelk weer niet is aangevuld. Om Groot-Britanniës grootste leider te parafraseren: het huwelijk is misschien de ergste vorm van binding, behalve voor anderen. En dat terwijl Winston zevenenvijftig jaar lang een toegewijde echtgenoot voor zijn Clemmie schijnt te zijn geweest.

Als de relatie voor het leven de enige optie is, zouden we het spel dan op een andere manier kunnen spelen? In Amerika groeit een op de drie kinderen op zonder vader, in Groot-Brittannië een miljoen kinderen. Je kunt je dus terecht afvragen of we dit model op een creatieve manier kunnen veranderen. Valt er iets te doen tegen het gevoel dat je muurvast zit of je je identiteit verliest, hoeveel je ook van je partner houdt?

Het ligt voor de hand om bij de seks te beginnen. Dat 65 procent van de kinderen in stadsdeel Riverside in Liverpool opgroeit zonder vader, betekent niet dat iedereen daar oversekt is. De oorzaak is een complex van sociale factoren: van de van generatie op generatie overgedragen armoede tot de impact die werkloosheid heeft op het mannelijke gevoel van eigenwaarde.¹ Maar laten we niet volledig aan onze innerlijke aap voorbijgaan: monogamie is vaak, zoals we hebben gezien, een uitdaging. Zou een eerlijker en meer ontspannen houding tegenover trouw kunnen helpen? Als we onze blik minder lieten bepalen door de van verkoopcijfers afhankelijke media, en ontrouw minder als een groot verraad beschouwden, dan zou een slippertje, dat bij veel paren onvermijdelijk voorkomt, minder vaak aanleiding tot een relationele crisis vormen. Zou ik in mijn woede minder hard op mijn scooter hebben gescheurd als ik anders geconditioneerd zou zijn geweest? We hebben dus eerlijker en minder moralistische media nodig. We zouden wat vaker als de Fransen onze schouders moeten ophalen. En met Esther Perel moeten nadenken over de vraag of er een nuanceverschil zit tussen ‘bedriegen en non-monogamie’.²

Zouden we, op individueel niveau, binnen onze relaties meer open moeten zijn en ‘afspraken’ moeten maken? Ik ken verschillende homostellen die deals hebben gesloten en elkaar in feite toestemming geven om vreemd te gaan, mits:

- het eenmalig is
- het met iemand is die ze niet allebei kennen
- het niet thuis gebeurt

- het om veilige seks gaat
- de ander er niet van hoeft te weten

Dit model erkent de behoeften, maar zet het slippertje apart zodat het fysiek, sociaal en emotioneel los van de relatie komt te staan. Een homoseksuele vriend vertelde me dat hij, hoewel hij dergelijke afspraken had gemaakt in een relatie die drie jaar had geduurd, niet één keer was vreemdgegaan: het idee dat hij de vrijheid had om vreemd te gaan, daar had hij het meest behoefte aan. Ongetwijfeld worden er ook in de heterowereld afspraken gemaakt en open relaties onderhouden, en volgens sommigen gebeurt dit steeds vaker (maar of de miljoen swingers in Groot-Brittannië – vijftien miljoen in de vs – slechts een fantasie zijn van de sensatiepers of niet, staat ter discussie).³ We leven in een onconventionele tijd. Minder dan de helft van de kinderen in Amerika groeit op in een ‘traditioneel gezin’, dat wil zeggen, bij hun heteroseksuele ouders die slechts één keer zijn getrouwd.⁴ Misschien moeten we openstaan voor, en eerlijk durven praten over minder conventionele manieren om aan onze seksuele behoeften te voldoen. Over wat er maar nodig is om de balans tussen avontuur en geborgenheid te vinden – om toegewijd te zijn én je vrij te voelen – of dat nu binnen de relatie kan worden bereikt of dat een van beiden, of allebei, daarvoor zijn of haar heil daarbuiten moet zoeken.

Behalve wanneer we deze spanning op één vaststaande dag per jaar naar eigen inzicht mogen oplossen. De middeleeuwse christenen begrepen waarschijnlijk wel de noodzaak om onze dagelijkse ernst en het seksuele decorum van ons af te werpen om wat stoom af te blazen en sanctioneerden het Narrenfeest: een jaarlijks, orgiastisch drankfestijn waar alles mocht. Drinkwedstrijden, tot groenten bidden, vanaf de klokkentoren pissen, met iedereen van welk geslacht ook vrijen. Men geloofde dat dit voor de geestelijkheid van die tijd een hoger doel diende: ‘Een wijnavat barst als er geen lucht uit kan ontsnappen.’ En wanneer men eenmaal is gelucht, kan men met meer ijver God dienen.

De filosoof Alain de Botton zei over het Narrenfeest: ‘We zouden de chaos één dag per jaar een ereplaats moeten geven, een dag waarop we tijdelijk zijn verlost van de twee zwaarste plichten in ons seculiere volwassen leven: altijd rationeel en altijd trouw blijven.’⁵

Een eigentijdse variant hierop zou een Nationale Overspeldag kunnen zijn. Ik denk niet dat het christelijke tijdschrift voor tienermeisjes *Relate* dat zou goedkeuren. Huwelijksadviseurs zullen eerder geneigd zijn ons te wijzen op de uitkomst van een groot-schalig parenonderzoek dat aangaf dat de sleutel tot een duurzame relatie is gelegen in het vermogen goed en gul te zijn; niet zomaar een beetje aardig in de omgang, maar ruimhartig als het gaat om de ambities en behoeften van de ander, zijn verlangen naar ruimte en individualiteit. Het meest destructief is minachting. Wie zijn partner met minachting behandelt – door bijvoorbeeld gemeen en kritisch te zijn (over het zoenen van Mike) – kan zelfs zijn of haar vermogen aantasten om zich tegen kanker te wapenen.⁶ (Vriendelijkheid is hiermee, in pokertermen, van de flop gepromoveerd tot een verplichte kaart in de eerste twee blinde kaarten.)

Misschien moeten we niet alleen onze attitudes tegenover seks tegen het licht houden, maar ook iets doen aan de omgeving waarbinnen stellen leven. Vergeet niet dat we kuddedieren zijn. Het ideaal van het kerngezin dat zichzelf terugtrekt in zijn eigen veilige omgeving – hoe meer rijkdom is vergaard, hoe groter het isolement – zet relaties onder grote druk. We brengen te veel tijd door met onze wederhelft en te weinig met onze eigen seksegenoten (meer daarover later). Als je het te ver vindt gaan om alles achter je te laten en in een commune in het Zwarte Woud te gaan wonen, hoe zou je dan met behoud van je gezinsleven, meer tijd met anderen kunnen doorbrengen? Bijvoorbeeld door in groepsverband te eten.⁷ We zouden onze straten en buurten zodanig kunnen inrichten dat mensen rond etenstijd bij elkaar komen, in plaats van dat iedereen zich in zijn micro-eenheid terugtrekt. Meer in stamverband leven, verbintenissen aangaan in de breedte

(dus minder ‘hoe was jouw dag, schat?’ en stilzwijgend voor de tv zitten), zou goed zijn voor onze eenzame ouderen en onze kinderen; het zou ook speling geven binnen de relatie, wat de intimiteit ten goede komt: een band heeft afstand nodig. Ik heb dit aan den lijve ondervonden in het tussenjaar voordat ik naar de universiteit ging, toen ik zes maanden lang in de kibboets zat met ongeveer honderdvijftig andere mensen, die in de snikhete Israëlische woestijn samen woonden en werkten. Het was een intense, idealistische en bijzondere ervaring, die bij vlagen klef claustrofobisch was, en waar privacy een schaars goed was – ik hoorde al snel van affaires waar zelfs de partners niets van wisten. Ik zal echter nooit vergeten dat we elke vrijdagavond bij elkaar kwamen om te eten in de eetzaal, om daarna naar het gemeenschappelijke binnenplein te gaan en te praten, drinken en dansen onder de helderste sterren. Het had iets atavistisch, iets oermenselijks. Wat wil je liever: de poolster zien, of in je eentje met je bord op schoot binge kijken naar de zoveelste opvolger van *Breaking Bad*?

Waar moeten we nog meer naar kijken tijdens deze opknappbeurt van het huwelijk? Nou, als we werkelijk carte blanche krijgen, stel ik voor om minder hysterisch over het huwelijk te doen. We hoeven niet zover te gaan als de Mexicaanse parlementariërs die tweejarige, verlengbare huwelijkscontracten voorstelden.⁸ Maar, om een beetje wijsheid uit het Oosten te lenen, misschien zouden we een relatie moeten zien als een vrucht die in de loop der jaren moet rijpen: je kiest dus, met andere woorden, voor iemand met wie je graag omgaat, die je heel leuk vindt, nadat meer dan 37 procent van je tijd verstreken is, zodat je weet dat zo iemand niet elke dag voorbijkomt. Vergeet niet dat het romantische huwelijk een tamelijk recent verschijnsel is dat pas in de zeventiende eeuw in het Westen vorm begon te krijgen – in de upper class dacht men zelfs dat te veel passie tot de geboorte van bastaardkinderen zou leiden.⁹ Liefde was bijna een bijkomstigheid in het huwelijk¹⁰ – en vermoedelijk kwam het weinig voor op de ‘vrouwenveilingen’ die in Engeland nog tot zeker

1887 werden gehouden.¹¹ Niet dat we onze verkrampte victoriaanse voorouders als rolmodel moeten nemen, maar de romantische verwachtingen van vandaag – die in elke romantische komedie, op elke zoetsappige bruiloft en met elke Valentijnsdagactie nog meer worden opgeblazen – zijn hoger gespannen dan goed voor ons is. In het Mass Observation-onderzoek onder Amerikanen uit de middenklasse in de jaren 1940/1950, gaf slechts één op de twintig respondenten aan ontevreden te zijn over zijn huwelijk. Volgens een momentopname van nu door een Amerikaanse psycholoog zit slechts dertig procent van de bevolking in een duurzaam gelukkig huwelijk.¹² In de zakenwereld is het een goed gebruik om weinig te beloven en extra te leveren. Op het gebied van liefdesrelaties is die wijsheid op schadelijke wijze omgekeerd.

Ik wil niet sikkeneurig de romantiek de nek omdraaien, maar haar wel rustig laten groeien en zich ontwikkelen tot een meer realistisch beeld, dat uiteindelijk langer zal meegaan. Dus: meer romantische komedies waar een jongen een meisje ontmoet en haar aan het einde van de film leuk vindt maar het bij de aftiteling nog niet zeker weet. En meer toespraken op bruiloften waarin de bruidegom zegt: ‘We lijken voldoende lichamelijke en culturele raakvlakken te hebben die erop wijzen dat we langdurig voor elkaar geschikt zijn en waardoor ik de uitdaging van de monogamie durf aan te gaan. Ik hoop dat ik gaandeweg dit traject oprecht goed en ruimhartig voor je zal blijven, en o, wat oogt je middelvingerlengte weer aantrekkelijk vandaag.’ Naar zo’n bruiloft zou zelfs ik uitkijken.

Als niets werkt, is de *Microtus ochrogaster* misschien wel onze laatste redding. Wetenschappers hebben een manier ontdekt om deze promiscue veldmuis te veranderen in een monogaam diertje. Na implantatie van een extra vasopressine(Vla)-receptor in het ventrale pallidum van het brein, verliest het mannetje zijn interesse in wisselende contacten en richt hij zich op slechts één vrouwtje, ook wanneer hij door andere wijfjes wordt verleid. Vol-

gens een van de auteurs van deze studie betekent dit dat er na de seks een oppeppend stofje wordt afgegeven. ‘Daardoor denkt de veldmuis: Als ik bij dit vrouwtje ben, voel ik me goed. En vanaf dat moment willen ze bij die ene partner blijven.’¹³

Hoelang duurt het nog voordat deze trouwpil bij de drogisterij verkrijgbaar is?

6

Morrissey op theevisie

Of we worden gewoon celibatair.

Wat ik op een zaterdagavond in 1989 op een feestje in Manchester plechtig beloofde te worden, om het twee uur later weer te zijn vergeten en met een voluptueus meisje uit Sale te tongen. Ik weet niet eens of ik op mijn dertiende wel wist wat dat woord betekende, maar Morrissey had gezegd dat hij celibatair was, dus dat werd prompt een van Zijn Geboden om slaafs naar te leven. En dat deed ik zeker, want ik wilde de hoofdiscipel zijn van het legertje Smiths-fans dat met bijbehorend vestje in Manchester rondhing.

Na diepgaand onderzoek vond ik de kapper van Morrissey in de voormalige korenbeurs en liet ik me door diens vingers en schaar een kopie van Morrisseys *flattop* met kuif, en zelfs zijn wijkende haargrens aanmeten. Braaf werd de poëzie van Oscar Wilde gelezen en de hamster naar hem genoemd. De *Carry On*-films werden netjes opgenomen en gelabeld. Vlees stond gelijk aan moord, en op zaterdagavond werden voor de ingang van McDonald's die pamfletten met foto's van afgeslachte koeien uitgedeeld. Er werden zelfs vegetarische schoenen geprobeerd, tot dat die niet bestand bleken tegen een Manchesterse regenplas. Goths werden gezien als indie-afvalligen: hoe konden ze in vredesnaam het evangelie van Robert Smith aanhangen?

Er bestond geen groter fan dan ik. Elke centimeter van de muur, voorheen nog bedekt met posters van spelers van Manchester City, was aan The Smiths gewijd. Een schrijn voor Morrissey, Marr en de rest.

Je hoeft geen Dr. Phil te zijn om te zien waar dit vandaan kwam. *‘Ik heb mijn stiefbroers verloren en wil nog bij de familie horen’* – misschien niet de meest aangrijpende aflevering, maar dat was er volgens mij aan de hand. Ik had de oudere broers van het gezin waarbij mijn vader zich zo gehaast had ingetrouwd, op een voetstuk gezet: ze waren cool, kwamen weg met dingen waar ik alleen maar van kon dromen, en waren toevallig grote fans van The Smiths. Als een hongerig nestekstertje had ik hun muzieksmaak gestolen en toen het huwelijk op de klippen liep, tilde ik mijn idolatie van The Smiths naar een hoger plan om me met hen verbonden te blijven voelen. Met allerlei poptheorieën zou ik achteraf kunnen verklaren wat een dertienjarige bezielde om zijn haargrens te verleggen, maar The Smiths waren vooral ook een muzikaal balsem voor een tiener uit een gebroken gezin. Nu nog, als ik luister naar het album *The World Won’t Listen*, ben ik weer de jongen die in bed ligt en volwassenen hoort ruziemaken tussen de nummers ‘Asleep’ en ‘Unloveable’.

Het t-shirt met The Smiths erop, het vestje, de kuif, de folders met vermoorde koeien en de Doc Martens gaven mij ook versneld toegang tot de achterbank van de bus naast de oudere jongens en het buffet van puberondeugden. En zo, op een zaterdag, na een dagje snuffelen in platenzaak Our Price en wat gerookt te hebben op een bankje in Altrincham, besloot ik me samen met een punker uit de bovenbouw, zijn sexy punkvriendin en mijn vriend Matt, die minstens een kop groter was dan ik, te wagen aan de plaatselijke sport: een milde vorm van Morrissey-stalking. The Smiths waren nog niet zo lang uit elkaar, maar de bandleden woonden allemaal nog in de buurt. Het was bekend dat je bij de moeder van Morrissey in Hale een plaat kon brengen om die een week later gesigneerd op te halen. Ook bij de vrouw van Johnny Marr mocht je aanbellen met een t-shirt in de hand. En om de zoveel tijd werd er vluchtig een majestueuze kuif waargenomen, wuivend uit het open dak van een witte vw Golf.

Met zijn vieren slenterden we naar een huis waar Morrissey volgens de laatste berichten zou wonen. Er stond een Golf voor

de deur. Terwijl we stonden te drementelen en aarzelden om aan te bellen, kwam Morrissey naar buiten. De messias liep ontspannen naar ons toe, maakte een groot deel van de zaterdagavond vrij voor een praatje en poseerde voor foto's. Bij het afscheid vroeg ik of ik hem mocht interviewen voor het jeugdblad van de Vereniging voor Vegetariërs – die me van al die folders had voorzien – en gaf ik hem mijn telefoonnummer. Op maandag kreeg ik een telefoontje van iemand die klonk als Morrissey, maar beweerde dat niet te zijn, voor een afspraak de volgende dag. Bij mij thuis.

Als smoes van een dertienjarige om het laatste uur van school over te slaan, was 'we krijgen Morrissey op bezoek' best origineel. *Meneer, een van 's werelds invloedrijkste en ongrijpbaarste popsterren komt bij ons op bezoek; mag ik wiskunde skippen vandaag?* En diezelfde middag – wiskunde mocht worden gemist, mijn vader kwam wat eerder thuis en zat klaar met zijn Nikons – belde Morrissey bij ons aan en liep naar onze flat boven. Voor een man met de reputatie grillig te zijn, was hij de vriendelijkheid zelve. Hij had kleinigheidjes meegenomen, trotseerde het heiligdom met door hem gesigioneerde en hem aanstaarnde posters van hemzelf, en gaf twee uur lang geduldig aan de eettafel speelse antwoorden op de maffe vragen die mijn puberbrein had kunnen bedenken.

Dus u vindt dat dieren met rust gelaten moeten worden?

In een lieflijk veldje, bij een lieflijk boompje en met een lieflijk slabbetje om – ja!

Ik was enorm beïnvloed, als je dat zo kunt zeggen, door die verschrikkelijke tv-reclame voor kippenvlees, toen ik 'Meat Is Murder' schreef. Ik kan woedend worden om reclames met blijde kippen die staan te springen om de oven in te gaan.

Wat vindt u van het dragen van leer?

Ik draag al een paar jaar geen leren jasjes meer. Wél loop ik

in leren schoenen, omdat ik echt geen goed alternatief kan vinden.

Neemt u nog steeds koninginnengelei?

Nee, want dat is eigenlijk voor anderen bedoeld, toch? De bijen werken er hard voor en ik niet, dus tegenwoordig gebruik ik ginseng, wat me zo jong houdt als ik eruitzie.

Wat vindt u van mensen die bont dragen?

Walgelijk. Die mensen zijn walgelijk. Als ik in een hotel of restaurant ben en ik zie iemand met bont, dan vraag ik of ze het buiten het zicht willen leggen. Meestal doen ze dat. Ze voelen zich dan diep geschoffeerd, gekwetst en vernederd en ik denk ook licht belachelijk, maar ze halen het wel weg.

Denkt u dat Thatcher zich om het milieu bekommert, zoals ze tegenwoordig beweert?

Nee, ze greep alleen maar het moment aan om iets te zeggen waarvan ze wist dat het te laat was. Aangezien de meeste kranten achter haar staan, kreeg haar toespraak overdreven veel aandacht, helaas; maar als je het mij vraagt, kan het haar werkelijk geen zier schelen.

Haar hele geschiedenis is doortrokken van geweld, onderdrukking, ellende. Margaret Thatcher heeft een enorme bijdrage geleverd aan de vernietiging van onze aarde.

Hebt u ooit contact met Thatcher gehad?

Ja, gisteravond zijn we nog naar de sauna geweest! Nee, niet dus.

Gaat u naar supermarkten waar geen vlees verkocht wordt?

Nou, dat is behoorlijk moeilijk. Kun jij er eentje noemen dan?

Holland & Barrett.

Goed, maar dat is geen echte supermarkt, vind ik. Ik ga wel naar gezondheidswinkels, maar word ook gesignaleerd bij Marks & Spencer: daar zijn vage foto's van, waar ik als een schaduw op sta.

Wat was de invloed van 'Meat Is Murder' op de overige leden van The Smiths?

Ze werden allemaal vegetariër.

Waarom zijn The Smiths uit elkaar gegaan?

The Smiths hebben nooit een soort van manager gehad en we hadden grote zakelijke problemen, daar kon niemand uiteindelijk tegen. Iedereen is gewoon weggelopen, echt.

Ik denk dat Johnny (Marr) het meest onder de druk heeft geleden.

Dus er is geen kans dat de band ooit weer bij elkaar komt?

Op dit moment denk ik van niet, maar ik stuur je een kaartje als ik ervan hoor.

Ziet u uzelf nog lang in de popwereld blijven rondhangen?

Niet zo heel erg lang meer, nee.

Nog een paar jaar, misschien?

Nou, goed dan, nog een jaartje dan, als je wilt.

Hebt u een advies voor mensen die...

... die geïnterviewd willen worden? Ik zou zeggen, niet doen, ha ha!

Nadat Morrissey het kruisverhoor over koninginnengelei en leren schoenen had overleefd, bedankte hij beleefd voor het soja-

gehakt dat al onderweg was naar de frituurpan, en verdween hij in zijn Volkswagen. Een behoorlijk verbijsterende ervaring die in de loop der tijd steeds onwerkelijker werd. Stel je voor dat het equivalent van een Bowie, Lennon of Dylan op het toppunt van zijn roem even bij je op de thee komt!

Niet alleen verschaftte deze ervaring me het recht om op te schep-
pen, ze bevestigde ook de boodschap die ons prestigieuze gym-
nasium er bij ons inhamerde: dat alles mogelijk was. Dat geen
ambitie te hoog gegrepen was. Ik had ontdekt dat je met een beet-
je lef een interview met je idool kon krijgen. Tegelijkertijd ver-
spreidde de school de idee dat, als je maar je best deed, geen baan
of positie in de samenleving onbereikbaar voor je was, een am-
bitie die thuis gestimuleerd werd door ouders die meestal uit de
lagere middenklasse kwamen en graag wilden dat hun kinderen
het iets verder zouden schoppen. Het is goed om je kinderen ver-
trouwen mee te geven, om ze het gevoel te geven dat ze zich ner-
gens door hoeven te laten weerhouden.

Maar bestaat dan niet het risico dat sommige scholen en ouders
iets beloven dat je later als je groot bent niet kunt krijgen? Een
belofte die een last wordt, zodra de werkelijkheid een duidelijk
gezicht krijgt en verandert in een stemmetje vanbinnen dat maar
mekkert dat je eigenlijk beter zou moeten presteren. Van de vele
schoolvrienden met wie ik nog contact heb, ken er ik niet één die
zegt volledig tevreden te zijn met zijn carrière – welk niveau van
succes ze objectief gezien ook hebben bereikt.

En dan groeiden wij nog op in de tijd van voor de *x Factor*! Als
je tegenwoordig niet het geluk hebt om op een stimulerende
school te zitten of ouders te hebben die je steunen, krijg je al snel
het idee dat roem en instant-geluk slechts een tekstbericht uit het
hoogste tarief van je verwijderd zijn. Misschien zouden school-
hoofden uit medemenselijkheid gezamenlijk de corrigerende
boodschap moeten geven: *Je bent een van de velen, schat. En nog
veel succes bij het verkrijgen van een hypotheek.*

Het ging niet gepaard met zo'n *x Factor*-filmpje waarin je in slow motion en met pianomuziek op de achtergrond in een suv terugkeert naar je geboorteplaats, maar mijn avontuur met Morrissey kreeg nog een celebritystaartje. Mijn verhaal haalde grote koppen in de lokale pers, ik stond in tienermeisjesmagazines en werd door een kinderprogramma op zaterdagochtend gevraagd om over vegetarisme te praten. Pronkend met mijn vestje, een t-shirt waarop *Meat Is Murder* stond en de pas geschoren, middelbaar geweken haarlijn, verscheen ik in het BBC-programma *Eggs'N'-Baker*, gepresenteerd door Bucks Fizz-zangeres Cheryl Baker, en maakte een brocolischotel, samen met de hartenbrekers van boyband Brother Beyond. Ik weet zeker dat mijn carrière op dat moment piekte.

Ik werd aangestoken door het mediavirus. Niet alleen vanwege de roemfactor – al kreeg ik één fanbrief van een meisje uit Dudley – maar ook omdat ik gefascineerd was door de ontvullende gang van zaken achter de schermen. Ik had gezien wat er in die kathodestraalbuizen werd gestopt die de programma's uitspuugden waar ik met zoveel bewondering naar had gekeken en door was opgevoed; programma's die ik nog steeds duidelijk kan koppelen aan elke verandering, en woning, in mijn jeugd.

Er volgden nog een paar optredens in kinderprogramma's. Ik werd redacteur van de schoolkrant. Vanaf mijn vijftiende werkte ik elke zaterdag voor de plaatselijke radiozender, Key 103, als het broekje onder de verslaggevers: met de autobus toog ik naar de plaats delict om met een bandrecorder de burens te vragen of ze niet geschrokken waren dat Darren, Wayne of Steve was vermoord (meestal wel). In mijn tussenjaar in Israël verdiepte ik me in Jeruzalem en interviewde ik Joden en Arabieren die het hadden gewaagd om met elkaar te trouwen – en deed ik live verslag na een bloedbad.

Echt leuk werd het pas op de universiteit van St. Andrews, toen ik het op Eton geïnspireerde universiteitsblad liet opheffen, massale oppositie weerstond en *The Saint* lanceerde, dat de prijs voor het beste studentenblad van het jaar won en nog steeds bestaat.

Met een feestelijke tournee in een dubbeldekker door de drie straten van St. Andrews riskeerde ik een waarschuwing van de hoofdagente van Fife wegens verstoring van de openbare orde, maar ik had een cv om trots op te zijn – en werd toegelaten tot de beroemde postacademische opleiding van BBC News. Met mijn bul Geschiedenis en Internationale Betrekkingen in de hand stapte ik in de kathodestraalbuis – om er als stoere oorlogsverslaggever uit te komen.

Naschrift Morrissey: twintig jaar na zijn bezoek kreeg ik de kans hem opnieuw te interviewen, nu voor de *Culture Show* van de BBC. Het persbericht meldde dat ik mijn jeugdheld Morrissey weer zou ontmoeten. Het leek een kat in het bakkie. Maar op de vooravond van het interview zegde hij plotseling af. Later ontdekte ik dat Morrissey me blijkbaar had gegoogeld en een artikel van me had gevonden, geschreven in mijn laatste jaar aan de universiteit, waarin ik zei dat ik het vegetarisme had opgegeven en stiekem naar McDonald's was gegaan. Ik kon er niet eens kwaad om worden. Want ergens wist ik dat ik de principes uit mijn jeugd niet had verloochend. En soms gaat er niets boven de argeloze vragen van een dertienjarige.

Tegenwoordig, beste Moz, eet ik weer vrijwel volledig vegetarisch, mocht je nog eens een babbeltje met me willen maken.

7

Een slechte dag om out te gaan**Hoe blijft een man geestelijk gezond?**

Dat ik juist die dag een zenuwinzinking moest krijgen.

Met een groepje aanstormende stagiairs bij de BBC stonden we op het punt de top van de Corporatie te ontmoeten. Het was onze kans om het binnenste heiligdom van 's werelds beste zend-gemachtigde te betreden. Om de hoofdredacteurs van de actualiteitenprogramma's te ontmoeten, naast de nieuwslezers van het zesuurjournaal te zitten die we probeerden te imiteren, ons te vergapen aan de vertrouwde studio's en door de directeur-generaal in eigen persoon te worden ontvangen.

Trots zou het overheersende gevoel moeten zijn. Met opzwel-lende borst om het feit dat je carrière aan het begin staat van zo'n geprivilegieerd traject. Maar toen we naar de met eikenhout ge-lambriseerde kamer werden geleid om de machtigste mensen in de televisiewereld te ontmoeten, was mijn borst allesbehalve gezwollen. Hij bonsde bijna uit zijn voegen. Mijn keel was uit-gedroogd en samengeknepen. Mijn hoofd tolde in een buitenli-chamelijke baan.

Als ik terugkijk naar mezelf op dat moment, zie ik een jonge-man die voor de gelegenheid zijn haar bijna gefatsoeneerd had, een nieuw grijs pak droeg, zich wanhopig probeerde staande te houden en ondertussen verteerd werd door paniek. Zijn hersens waren veranderd in een zompig schuimpje, konden geen gedach-te formuleren en hoopten maar dat ze niet voor de onmogelijke taak werden gesteld met iemand een praatje te maken. Nog nooit

had ik zo graag buiten willen zijn, maar ik zat gevangen in het fi-neerlaagje van de jonge academicus, die heel enthousiast was over deze start van een veelbelovende carrière, en die vooral geen in-zinking kreeg in de werkkamer van de directeur-generaal.

Het was nuttig te ontdekken dat een mens de schijn van nor-maliteit kan ophouden, maar vanbinnen door een hel gaat. Je weet bij een ontmoeting of bijeenkomst dus nooit wat er werke-lijk in een ander omgaat.

De dag zelf staat me nauwelijks nog bij. De ontmoeting met de directeur-generaal kan ik me niet met enige nauwkeurigheid herinneren. Ik weet nog dat ik tegen een medestagiair fluisterde dat ik die nacht niet goed geslapen had; een opmerking waarmee je iedereen op het verkeerde spoor zet. Want de echte oorzaak van dit mentale fiasco kon ik niemand vertellen: Guatemala.

Zes maanden daarvoor, nadat ik aan de universiteit van St. Andrews was afgestudeerd en nog een paar maanden vrij had voordat ik aan mijn opleiding bij de BBC begon, was ik naar Mid-den-Amerika gevlogen met het vage voornemen om een taal op te pikken. Na twee zorgeloze maanden door Mexico te hebben getrokken, stelde iemand die ik in een hostel had ontmoet voor om naar Guatemala te gaan. We namen een bus, stapten in een boot en eindigden op een of ander eiland voor nog meer van de gebruikelijke reizigerslol. Op een avond hielden we een ouder-wetse Britse kroegentocht langs alle bars op het eiland, en op een gegeven moment rookten we een joint. Ik had weinig gerookt in die week daarvoor, en had nog nooit zoiets sterks gehad. Ik heb geen idee of het spul ergens mee was opgepept of dat het gewoon een Centraal-Amerikaanse soort superskunk was, maar in bed had ik liggen trippen: levensecht was ik vanaf mijn bed opgeste-gen naar het plafond van de rustieke hut.

Goed, een paar biertjes, een beetje lokale wiet en heel veel ster-ke verhalen om de volgende ochtend bij het ontbijt in Dunkin' Donuts aan terug te denken. Bij de toast en koffie werd ik door iets akeligs overvallen: paniek. Hij spreidde zich uit over mijn li-

chaam, een vreemde, beklemmende angst.

Als je achtenveertig uur lang bent geplaagd door paniekaanvallen wegens drugs op een afgelegen eiland voor de kust van Guatemala deel je niet snel vijf sterren uit op TripAdvisor. Ik had nog nooit zoiets onprettigs in mijn leven meegemaakt – een overweldigende paniek, geheel vreemd aan alles wat ik tot dan toe had ervaren. Aangezien ik dacht dat ik gek werd, nam ik meteen de boot, bus en het vliegtuig naar mijn dichtstbijzijnde vriend – die helemaal in San Francisco zat.

Achteraf gezien had ik natuurlijk meteen naar een dokter of psycholoog moeten gaan, naar iemand die me had kunnen vertellen dat de drugs gewoon slecht waren gevallen, dat ik een volkomen normale paniekaanval had, geen blijvende hersenschade had opgelopen, een tijdje wat kalmerende middelen moest nemen als het weer terugkwam en me er verder geen zorgen over moest maken.

Het ergste wat ik ongeveer kon doen, was om juist niet meteen naar geruststelling te zoeken die mijn angsten in de kiem zou smoren, en om maandenlang te blijven tobben over de vraag of ik mijn hersens had verprutst en mijn droombaan bij de BBC wel kon vergeten. Lediggang is een meester op het gebied van zelf-sabotage.

Toen ik drie maanden later het Broadcasting House binnenliep, was ik een strak opgewonden spoel van eigenhandig opgefokte zenuwen, die op elk ongewenst moment kon losschieten.

Maar om de Guatemalteekse vvv niet tekort te doen, ik had al eens last van een ‘dipje’ gehad voordat ik hun eiland in allerijl had verlaten. Ondanks songs als ‘Heaven Knows I’m Miserable Now’ en ‘Panic’ waar ik in mijn jeugd naar luisterde, was ik eigenlijk geen ongelukkige tiener. Ik kan mijn jeugd stuk psychoanalyseren en achteraf vermijdingsmechanismen ontdekken die ik gebruikte om over verschillende trauma’s heen te komen, maar ik was zowel vanbinnen als van buiten een gelukkig, zelfverzekerd, geliefd kind. Nadat mijn vader van mijn stiefmoeder was

gescheiden, werd ik voor een routinematig, eenmalig onderzoekje naar een mooie stagiaire psychologie gestuurd; volgens haar was ik helemaal in orde, en de rest van de sessie vroeg ik me af of ze mij leuk zou vinden zodra mijn stem gebroken was.

Tijdens mijn studie zat ik wel eens in een sombere periode, vooral wanneer ik niets te doen had. Negatieve gedachten en een fnuikende lethargie sijpelden dan mijn leegte binnen. Het was nooit zo ernstig dat ik terug moest naar die mooie psychologe om haar te spreken of te versieren, maar erg genoeg om die schooljongensachtige, allesomvattende brandie te verliezen en een beetje laat een verhoogd gevoel van empathie te ontwikkelen.

Tegenwoordig horen deze periodieke mentale dipjes bij mijn leven. Ik kan me niet meer voorstellen dat ik ze niet meer heb, wie ik dan zou zijn. Ze behoren tot het meubilair, knus naast het getob gezet. Een shitty yin naast een positieve yang maakt je een gedreven, creatief of empathisch mens, een beetje anders.

Achteraf gezien vraag ik me af of de drugs – die ik sinds de dag dat ik uit Guatemala was vertrokken niet meer heb aangeraakt – méér gedaan hebben dan alleen maar het mentale puin aan de oppervlakte gebracht. Talloze keren heb ik gewenst dat ik de klok kon terugdraaien, dat ik niet in een opwelling uit Mexico was vertrokken, maar uiteindelijk zou dat niet zoveel hebben uitgemaakt. Het hoort gewoon bij wie ik ben. Als het niet toen aan de oppervlakte zou zijn gekomen, dan was dat waarschijnlijk in 2003 in Irak gebeurd. Tijdens de Tweede Golfoorlog werd ik gevraagd om als verslaggever naar Irak te gaan – de natte droom van iedere journalist in een kogelvrij vest, en een kans die mijn vorige, nog zelfverzekerde ego met beide handen zou hebben aangegrepen. Maar tot verbijstering van mijn collega's wees ik het aanbod beleefd af, want ik wist dat ik al voor de landing op Saddam International last zou hebben van PTSS.

Wat voel je hierbij?

Ik vind het niet heel leuk om dit op te schrijven. Het voelt alsof ik mijn mentale gezondheid blootleg. Geen handdoekje heb om mijn schaamte te bedekken. Alsof ik een zwakte toegeef. En het voelt *onmannelijk*. Net als met kantoortranen: vrouwen kunnen er makkelijker open over zijn. Elizabeth Gilbert kan in *Eten, Bidden, Beminnen* openlijk over haar crisismoment in de keuken schrijven en daar wereldwijd bewondering, massale empathie én een sympathiek portret door Julia Roberts mee oogsten. Als man blijf je toch terughoudend. Er is de onderliggende angst dat je zult worden veroordeeld, dat je de aandacht op een zwakte hebt gevestigd, en dat is bloed in het haaienbad van de mannelijke competitie. Misschien mag je je zwakheden alleen maar tonen als je genoeg op de bank hebt staan – genoeg erkenning, genoeg objectief succes – in ruil voor een paar fiches.

Waarom zou je ook de geestelijke vuile was buiten willen hangen? Omdat het volgens mij hoog tijd is dat mannen met hun psychische sores naar buiten treden. Dat klinkt misschien als een obligate opmerking van een kamerlid in de oppositie, maar ik heb persoonlijk ervaren hoe waardevol het kan zijn om je hart te luchten. Toen ik voor het eerst door een bepaalde periode heen ging – ik twijfelde of ik iets van het leven zou kunnen maken, een carrière kon opbouwen – putte ik enorm veel kracht uit het zeldzame interview waarin een beroemde man iets over zijn mentale gezondheid zei (terwijl je in vrouwentijdschriften struikelt over de bekentenissen van beroemdheden).

Neem Jeremy Paxman, de voormalige presentator van *Newsnight* en de meest gevreesde interviewer in de Britse media. Ergens had ik gelezen dat Paxman last had van depressies, wat ik in mijn geheugen opsloeg. Toevallig won ik, een paar jaar nadat ik mezelf in de werkkamer van de directeur-generaal had opgedweild, de prijs voor ‘Young Journalist of the Year’ (bètablokker voor de dankrede) en ging ik als verslaggever voor *Newsnight* werken. Als jonge journalist die soms zijn dag niet had, deed het mij

enorm goed om in de buurt te zijn van iemand die ondanks zijn demonen de top had bereikt – om met eigen ogen te zien dat het hebben van depressies niet bepaalt wie je bent of wat je kunt.

De afgelopen jaren hebben steeds meer succesrijke mannen de moed gehad om ‘uit de kast’ te komen en toegegeven dat ze het mentaal soms moeilijk hadden gehad. Sporters als Freddie Flin-toff, Stan Collymore, Ronnie O’Sullivan; komieken als Stephen Fry, Hugh Laurie, John Cleese, David Baddiel; popartiesten als Robbie Williams en Richard Ashcroft; politiek-adviseur Alastair Campbell – ze verschenen allemaal in mijn vizier (en werden op-geslagen in mijn geheugen). In de bekenteniscultuur van Amerika is de lijst met beroemde depressieve of angstige mannen groot, onder wie supermannelijke iconen als Brad Pitt, Jon Bon Jovi, Eminem en Jon Hamm van de serie *Mad Men*. De premier van Noorwegen Kjell Magne Bondevik nam drie weken vrij als de baas van het land om zijn depressie te lijf te gaan. Sporters, po-litici, musici, acteurs, maar opvallend weinig mannen uit de top van het bedrijfsleven, die buitenpost van meedogenloos machis-mo waar een groepshug welkom zou zijn.

Ook de geschiedenis biedt een keur aan voorbeelden. Een gro-te geest kan gepaard gaan met behoorlijk grote angsten. John Lennon, Charles Dickens, Franz Kafka, Abraham Lincoln, Isaac Newton, Mark Twain – welkom bij de groepstherapie. Samen met de man die ons van de nazi’s heeft gered. In augustus 1944, de maand waarin D-Day het tij ten gunste van de Geallieerden had gekeerd, bekende Winston Churchill aan zijn arts:

In mijn jonge jaren ... was een jaar of drie lang het licht uit mijn leven verdwenen. Ik deed gewoon mijn werk. Ik zat in het Huis van Afgevaardigden, maar een zwarte depressie zat op mij. Het helpt om er met Clemmie over te praten. Ik sta niet graag aan de rand van een perron wanneer er een snel-trein voorbijkomt. Ik sta liever achteraan, en dan het liefst met een kussen tussen mij en de trein. Ik sta niet graag aan de reling van het schip naar het water beneden mij te kijken.

De actie van een seconde zou aan alles een einde maken ... Het helpt om een half dozijn dingen op te schrijven die me zorgen baren. Twee daarvan verdwijnen dan; aan twee valt niets te doen, dus erover piekeren is zinloos, en de laatste twee kunnen misschien worden opgelost.¹

Leuk om te weten dat Churchill toen al bij wijze van cognitieve gedragstherapie lijstjes maakte. Psychische steun kan ook van fictionele personages komen. Denk maar aan Tony Soprano die bij zijn psychiater zit te piekeren en ondertussen van zijn antidepressiva snoept; aan Larry David die zijn psycholoog wil ontslaan nadat hij hem in een tangaslip op het strand heeft gezien, of wanneer hij met Richard Lewis kibbelt omdat die weigert een geheime transcendente mantra met hem te delen. Dit soort televisieseries maakt ons geestelijk welzijn en alles wat daarbij hoort meer bespreekbaar. Al blijft het een van de meest precare en komische menselijke ervaringen om te stoppen met je wekelijkse sessies bij je therapeut. Je kunt niet zeggen dat je bent genezen (ze weten dat dit niet waar is), noch aankomen met de smoes dat 'het aan mij en niet aan jou ligt' (dat wisten ze al toen je voor het eerst bij ze binnenkwam). De enige gezichtsreddende optie is om domweg niet meer op te komen dagen en het terrein rondom de behandelkamer als onbegaanbaar, want nucleair besmet te beschouwen.

Telkens wanneer een beroemde man bekend dat hij ergens geestelijk mee worstelt, verdiept dat de bron waar we in donkere tijden inspiratie uit kunnen putten. Hij hakt iets van het stigma af, maakt de meest verwarrende en vervreemdende ervaring in je leven wat gewoner. Als cricketspeler Freddie Flintoff hun is voor-

* **Voetnoot – om ons bij Oprah te krijgen:** Nu de emotionele overlap tussen mannen en vrouwen groter is dan ooit, kunnen mannen, interessant genoeg, hun voordeel doen met de inzichten van vrouwelijke personages. Op mijn eigen mentale spaarrekening heb ik vrouwen als Ruby Wax, J.K. Rowling, Lena Dunham en Oprah zelf als inspiratiebronnen gezet. (Aansporing tot applaus.)

gegaan zullen sommige mannen misschien wél de verstandige stap nemen om vrienden over hun somberheid in vertrouwen te nemen. Het ongemak waarmee je de eerste keer in de wachtkamer van een therapeut zit, zal minder erg zijn als je *The Sopranos* of *Curb Your Enthusiasm* hebt gezien. Bipolair zijn is minder eng na het zien van *Silver Linings Playbook*.*

Persoonlijk heb ik in de loop der jaren ware troost gevonden bij de openheid van andere mannen – of dat nu openbare figuren, goede vrienden of verzonnen personages waren. De reden dat meer openheid hard nodig is, is de schaal van het probleem waar we tegen opboksen: er zijn ontstellend veel mannen met ernstige psychische problemen. En we zijn er gewoon niet zo goed in om onszelf uit de put te helpen.

Man overboord

De statistieken geven een tragisch beeld. In Groot-Brittannië lopen mannen vier keer zoveel kans zich van het leven te beroven dan vrouwen. In Engeland en Wales is zelfmoord momenteel de belangrijkste doodsoorzaak voor mannen tussen de twintig en negenenveertig jaar.² Zo ook in Australië, en in Canada worden vier van de vijf zelfmoorden gepleegd door mannen.³ Het gaat om een wereldwijde epidemie. In alle landen waarvan de gegevens beschikbaar zijn, zijn de zelfmoordaantallen onder mannen drie tot 7,5 keer zo hoog als bij vrouwen. Alleen China en India gaan niet mee in deze trend.⁴

Een epidemie van mannen die het leven niet meer aankunnen.

En een epidemie van mannen die vechten tegen geestelijke kwalen die een grote schaduw over hun leven werpen. Op papier krijgen vrouwen vaker de diagnose depressie – in de vs 12 miljoen, tegenover 6 miljoen mannen.⁵ Maar het kompas wijst de verkeerde kant op voor mannen: in Groot-Brittannië stijgt het

aantal depressieven onder mannen, maar daalt het onder vrouwen. Vrouwen erkennen eerder dat er iets aan de hand is, zoeken eerder hulp – 72 procent van de patiënten die voor een depressie is behandeld, is vrouw⁶ – en deinzen eerder terug voor de ultieme wanhoopsdaad. Mannen kunnen veel leren van deze bereidheid om te praten en zich kwetsbaar op te stellen in plaats van alles op te potten. Onze trotse zwijgzaamheid is dodelijk.

De werkelijke schaal van depressie onder mannen is onbekend. Misschien zijn de cijfers voor mannen tegenwoordig gelijk aan die van vrouwen. We weten gewoon niet wanneer we ziek zijn, en als we vrezen dat er iets aan de hand is, houden we het voor ons en zoeken we minder vaak hulp. Canadese geestelijke gezondheidswerkers ontdekten dat ‘mannen zelf hun eigen symptomen van depressie beschreven, zonder te beseffen dat ze depressief waren... Ze legden geen verband tussen hun geestelijke gezondheid en lichamelijke symptomen als hoofdpijn, spijsverteringsproblemen en chronische pijn.’⁷ En, zo ontdekte de Wereldgezondheidsorganisatie, dit geldt voor mannen overal ter wereld.⁸

De verpletterende zelfmoordaantallen onder mannen, en de miljoenen mannen die hun depressie hebben erkend en naar hulp hebben gezocht, zijn slechts de zichtbare tekenen van een diepe en buitengewoon verontrustende malaise onder mannen.

Denk maar aan: zelfmedicatie door middel van alcohol- en drugsmisbruik, waar mannen drie keer zo vaak aan lijden als vrouwen; ‘s mans zelfvernietigingsdrang, in combinatie met woede en geweld, die deels verklaart waarom de gevangenispopulatie in Groot-Brittannië voor 95 procent uit mannen bestaat;⁹ dakloosheid – onmiskenbaar een mannenreservaat; mannen leven minder lang dan vrouwen na het overlijden van hun echtgenotes;¹⁰ 80 procent van de kinderen die wegens gedragsproblemen van school worden gestuurd, is jongen.¹¹ Nogmaals, dit zijn slechts de concrete aanwijzingen. Wat gebeurt er met de legioenen mannen met een eetstoornis – zeker 25 procent van alle gevallen zou man zijn – die niet gediagnosticeerd wordt, omdat dit

niet gezien wordt als een mannending?¹² Of vaders met een pre- of postnatale depressie – wie wist dat zoiets überhaupt bestond?¹³ De meer dan dertig miljoen Amerikaanse mannen die kampen met een wankel zelfbeeld nadat ze met klinische obesitas zijn gediagnosticeerd? Zij die overwerken om geen angst te voelen? En de talloze mannen die door het leven gaan met dat ontmoedigende gevoel dat *het er niet beter op zal worden*. Die het leven slikken zonder het te proeven. Die werktuigelijk jagen en verzamelen.

Als de angst om veroordeeld te worden een van de grootste factoren is die mannen ervan weerhoudt over hun geestelijk welzijn te praten – angst om voor een gek of watje te worden versleten –, troost je dan met de zeer vele mannen die jou zeker niet zullen veroordelen, maar juist heel goed begrijpen wat jij doormaakt. Tel daarbij op de mannen die een bijdrage leveren aan deze vrolijke statistieken en percentages – om maar te zwijgen over de kerels die in het vorige decennium van prozac en andere antidepressiva het meest voorgeschreven medicijn in de Verenigde Staten hebben gemaakt – en dan hebben we het hier niet over een niche. Als je vatbaar bent voor geestelijke problemen, beschouw jezelf dan maar als een gewone man. En in behoorlijk respectabel gezelschap – zowel nu als in het verleden. Een normaal serotonineniveau is zó passé.

Mannen zijn misschien te trots, of zich niet bewust van de symptomen, om te erkennen dat er mentaal iets aan ze zou schorten. Zoals ik in Guatemala ontdekte, is het soms heel moeilijk om erachter te komen wat er aan de hand is, behalve dan dat je het afschuwelijke gevoel hebt dat je gek wordt. Ook is het moeilijk om in de juiste woorden over je gemoedstoestand te praten, om mensen te vertellen wat je voelt. En om dat op een niet-onmannelijke manier te doen.

Ik heb het geluk dat ik goede vrienden heb die ook hun periodes hebben (probeer eens voor de media te werken en ze niet te hebben); we hebben een emotievrije telegramstijl ont-

wikkeld die schijnt te werken. Wie weet hebben anderen er ook wat aan:

Mentale verkoudheid: een beetje depressief of angstig, je voelt je kut, slaapt niet lekker, hebt moeite om jezelf te motiveren; wankel libido, tamelijk antisociaal gedrag.

Mentale griep: meer uitgesproken en verlammerend. Je voelt je lusteloos, totaal niet jezelf, bij vlagen wereldvreemd; algeheel negativisme, zero libido en dito sociaal leven, verstoord slaappatroon. Werk aan achterliggende oorzaken geboden.

Mentale longontsteking: grote moeite om de dag door te komen, je hersens lijken verweekt, je bent ernstig ziek, dit vereist de nodige aandacht, maar komt gelukkig zelden voor.

Gelukkig zijn de negatieve perioden voor de meeste mensen eindig of komen ze bij vlagen. Mentale dipjes zijn als het weer. Soms komt er nu eenmaal een zwaar front aangewaaid; je weet dat het even onprettig wordt, maar het gaat over.

In een onvoorspelbaar klimaat kunnen de symptomen zonder een duidelijke oorzaak door elkaar lopen. Stress en angst kunnen je ineens overkomen, terwijl het zo goed met je leek te gaan. Vorige week voelde ik een paar dagen lang een fysieke spanning in mijn lijf – een gespannenheid die soms onprettig was, maar waarmee te leven viel. Ik heb geen idee waardoor het was veroorzaakt. Maar iets in de manier waarop ik naar de wereld keek, veroorzaakte de afgifte van stresshormonen. We zijn zodanig geprogrammeerd, dat bij gevaar de hormonen cortisol en adrenaline worden afgegeven: wanneer die leeuw in de savanne op ons afkomt of ons huis in brand vliegt. Tijdelijk doorstromen deze stoffen ons lichaam om onze alertheid te vergroten en te zorgen voor een flinke voorraad glucose zodat we kunnen vluchten. Maar mijn vechten-of-vluchtenrespons was veroorzaakt door... Ja, door

wat eigenlijk? Waarschijnlijk was ik ongemerkt gestrest omdat ik niet wist wat mijn volgende grote project zou zijn – het eigentijdse equivalent van om je heen kijken op de prairie en niet weten waar de volgende prooi vandaan komt. En deze hardcore hormonen, die eigenlijk alleen maar op zekere momenten mogen worden afgegeven, sijpelen dagenlang je systeem binnen. Ik durf de bijwerkingen van stress niet op te zoeken, maar de heraangroei van een geweken haargrens of een spontaan opkomend wasbordje zitten daar zeker niet bij.

Je werk. Om gek van te worden

Problemen zijn beter te verdragen als je er iemand anders de schuld van kunt geven. De dichter Larkin heeft onze moeders en vaders aangewezen als de bron van alle opgefoktheid, maar wie kunnen we verder nog de schuld geven van de wijdverbreide mannelijke malaise?

Het is moeilijk om ons werk *niet* als de hoofdverdachte te beschouwen: er bestaat een symbiotische band tussen de eigenwaarde/identiteit van een man en zijn kostwinning. Neem nu de laatste recessie. De baan zekerheid daalt, het aantal zelfmoorden door mannen stijgt: een geschatte tienduizend extra zelfmoordgevallen in Noord-Amerika en Europa kunnen we aan de economische malaise toeschrijven.¹⁴ In Groot-Brittannië was deze dodelijke toename vooral zichtbaar onder middelbare mannen – het aantal suïcides nam er met 11 procent toe onder mannen van in de veertig en begin vijftig: kerels wier *raison d'être*, thuis en in de samenleving, vaak op ongezonde wijze is gekoppeld aan wat ze voor de kost doen.¹⁵ De directe link tussen oorzaak en gevolg is maar al te gemakkelijk aan te tonen. Zoals een psycholoog zich herinnert:

Ik deed onderzoek bij een getrouwde vader die op het perron van een treinstation een gewelddadige zelfmoord had over-

wogen nadat zijn rt-functie naar het buitenland was verplaatst. Gelukkig had hij snel een andere baan gevonden als verkoper aan de deur, en waren zijn depressie en zelfmoordplannen als door een wonder verdwenen.¹⁶

In perspectief bezien lijkt het gestoord. Dat een levend organisme, het resultaat van 360 miljoen jaar evolutie van amfibie tot mensachtige – of, zo je wilt, een door een liefhebbende God gecreëerd leven – ontstaan uit het meest springlevende spermacelletje van de 60 miljoen, zichzelf wil vernietigen omdat zijn rt-functie naar een ver buitenland is verplaatst. Gestoord, maar pijnlijk reëel. We zijn zo gefocust op ons eigen leven; en wanneer de lens zo sterk is ingezoomd, lijkt de kleinste beweging een aardverschuiving.

Denk niet dat het verband tussen het werk van een man en zijn geestelijk welzijn een verschijnsel van deze tijd is. We kunnen het ons soms moeilijk voorstellen dat mensen in een totaal ander tijdperk dezelfde gevoelens of gedachten hadden als wij, zoals we ook nauwelijks kunnen geloven dat een hoogbejaarde ooit smoorverliefd is geweest. Maar zoals het lichaam van een man duizenden jaren lang amper is veranderd, zo is zijn drang om iets ‘te doen’ door de eeuwen heen heel normaal geweest.

Na slechts een weekje werkloos te zijn geweest, klaagde in 1844 een Amerikaanse jongeman tegenover zijn vriendin al over de ‘ondraaglijke leegte in zijn hoofd’. Hij vertelde dat ‘de “Blues” al bij hem aanklopten’.¹⁷ Ga eens een tijdje freelance werken, vriend.

Hij stond niet alleen in zijn zorgen om het werk. De uitdagingen van de industrialisatie, met bijbehorende veranderingen in baan zekerheid en werkwijzen, had volgens ene dokter George Beard in 1869 tot een nieuwe mannenziekte geleid: neurasthenie, ofwel ‘zenuwzwakte’. Veel mannen in het noorden van de Verenigde Staten leden aan deze nieuwe aandoening, die gepaard ging met vermoeidheid, depressies, obstipatie, alcoholmisbruik en hoofdpijn. De ziekte nam bijna epidemische proporties aan

onder mannen van middelbare leeftijd en velde zelfs de toekomstige presidenten Theodore Roosevelt en Woodrow Wilson.^{18, 19} ‘Zenuwzwakte’ werd in verband gebracht met ‘het snelle’ leven in de moderne steden; het gevolg van geavanceerde technologieën als de stoommachine en de telegraaf, en regelmatig verschijnende kranten.²⁰ Dokters in die tijd dachten dat het menselijk lichaam een beperkte hoeveelheid energie had, en dat door het nieuwe ‘hersenenwerk’ van de middenklasse het mannenlichaam gevaarlijk werd uitgeput.

Vreemd genoeg was er geen stigma verbonden aan het lijden aan neurasthenie, getuige de ongehinderde carrières van Wilson en Roosevelt. De aandoening werd zelfs gezien als een teken van vooruitgang: de samenleving ontwikkelde zich in zo’n hoog tempo, dat de mens het fysiek niet meer kon bijbenen.²¹ Stel je voor dat we er nu zo naar zouden kijken. Dat we degenen met een burn-out – de maar al te bekende eigentijdse versie van ‘zenuwzwakte’ – zouden prijzen omdat ze de voorhoede van de maatschappelijke vooruitgang zouden vertegenwoordigen.

Omdat deze mannen zo weinig energie zouden hebben, werden ze naar een geschikte macho omgeving gestuurd om te herstellen. Ze gingen naar een mannenranch om hun energie en mannelijkheid op te laden, om onder een cowboyhoed geestelijk tot rust te komen.²²

Vrouwen die in die tijd aan nervositeit leden, kregen geen opwekkende dosis van het Wilde Westen voorgeschreven. Zij werden juist veroordeeld tot een totaal uitgaansverbod: één jonge vrouw mocht de deur niet uit, moest na elke maaltijd een uurtje rusten en mocht ‘geen pen, borstel of potlood aanraken zolang ze leefde’.²³ Vierduizend jaar lang werden deze vrouwen afgedaan als ‘hysterisch’ en een miljoen van hen is vermoord omdat ze heksen zouden zijn. De behandeling van psychische klachten bij vrouwen is geen hoogtepunt in de geschiedenis van onze beschaving.²⁴

De perioden waarin ik het meest behoefte had aan leren beestukken en een cowboyhoed zijn vaker wel dan niet toe te schrijven

ven geweest aan mijn werk. De belangrijkste factor die mijn geluk, sociale leven, slaap, energie en zelfs mijn libido beïnvloedt, is mijn werk en hoe het daar gaat. Ben ik druk bezig en productief, dan sta ik stevig in mijn schoenen. Voeg daar wat zingeving en status aan toe, en ik ga uit mijn dak. Ik besef dat dit geen bijzonder gunstig beeld geeft van mijn balans tussen werk en psychisch welbevinden, en ik baal ervan dat mijn werk zo vrijelijk door mijn hoofd kan zwerven en aan het plunderen kan slaan, om maar te zwijgen over zijn toegang tot de geheime codes naar de traanklieren, maar er zit een zekere logica in.

Mijn werk bepaalt niet alleen hoe ik mijn dagen doorbreng en hoeveel ik verdien; het geeft me een identiteit en een sociale rang (*‘wat doe jij eigenlijk?’*); het is de volwassen variant van de externe waardering die al op je vierde op de kleuterschool begint; en naast familie is je werk de belangrijkste manier om je leven zin te geven. ‘Zin’, dat troebele concept waar het op een vreemde manier allemaal om lijkt te draaien: wat uiteindelijk de lakmoesproef haalt van wat de moeite waard is als je op je sterfbed ligt. En sinds mensenheugenis vloeit ’s mans zin voort uit wat hij *doet*.

De dominantie van werk is duidelijk ongezond. Psychologen vergelijken het leven wel eens met een kruk, die zo veel mogelijk stevige poten moet hebben. Daardoor blijf je overeind wanneer de poot van het werk wankelt. En ga je niet onderuit wanneer een andere poot – familie – door rampspoed wordt getroffen. Het onderliggende thema van dit boek is inderdaad een verkenning naar de verschillende poten onder het leven van de man van nu: naar de mate waarin hij geschikt is voor het moderne leven, en naar de vraag of we steviger in het leven zouden kunnen staan, vooral wanneer je bedenkt hoe we, in voor- en tegenspoed, in het verleden hebben geleefd, en hoe we waarschijnlijk gemaakt zijn om te leven. Er is meer dan één manier om dit varkentje te was-

De man en het moderne leven

Hoe belangrijk het werk voor sommigen – zo niet velen – ook is, de psychische gesteldheid van de moderne man mag niet alleen daarvan afhangen (en als we van nature de behoefte hebben productief te zijn, iets te *doen*, dan zijn er genoeg andere manieren om dat te verwezenlijken, buiten ons werk om, zoals we in het volgende hoofdstuk zullen zien). Relaties, die de kracht hebben je levensverwachting met jaren te bekorten of te verlengen, spelen ook een grote rol in ons psychisch welzijn. Net als lichamelijke gezondheid. Genetische aanleg bepaalt eveneens of je een miezerige zeurkous bent of niet, of dat in bepaalde situaties zou kunnen worden. Evenzeer vraag ik me of sommige mensen een natuurlijk quotum voor piekeren hebben – en dat er altijd iets moet zijn om het vacuüm te vullen. Als dat zo is, dan weet je tenminste dat hetgeen waarover je nu toevallig piekert, hooguit de plaats bezet houdt voor een reële zorg die morgen bij je aanklopt, en dus de geloofwaardigheid van een mededeling van Comical Ali heeft. (Toen ik weer eens vanwege mijn gepieker niet kon slapen, probeerde ik me voor te stellen hoe deze voormalige woordvoerder van Saddam Hoessein – de man die de invasie ontkende terwijl de tanks achter hem oprukten – aan een lessenaar een persconferentie gaf en statig mijn nutteloze getob declameerde; deed wonderen om me van mijn nachtelijk malen te verlossen.)

Maar welke genen, carrière of familie je ook hebt, op een of andere manier maakt het moderne leven het mannen moeilijk om innig tevreden te zijn, om te juichen om de fantastische dag die ze nu weer beleven. Veel gewoner is de man die met een of andere vage, opgekropte angst rondloopt en neigt naar depressie, echtscheiding of zelfdestructief gedrag.

Als de victoriaanse man al onder de druk van de stoomtrein bezweek, hoe zou hij zich dan staande kunnen houden in de Londense metro tijdens de spits? Als de elektrische telegraaf al zenuwzwakte kon veroorzaken bij de 26e en 28e president van de Verenigde Staten, wat doet het ons gewone stervelingen dan om

permanent te zijn aangesloten (ook wanneer je 's nachts moet plassen) op een draagbaar telegraafapparaat? Hij mag de vooruitgang dan wel hebben toegejuicht, maar zijn we inmiddels niet een revolutie te ver gegaan?

Gaat onze huidige levenswijze – de alomtegenwoordigheid van de techniek, gekoppeld aan een verbijsterend scala aan informatie, keuzemogelijkheden en beslissingen – voorbij aan wat werkelijk goed is voor een man?

Vergelijk mijn existentiële to-dolijst met wat mijn overgrootvader op zijn negentiende-eeuwse post-it velletje genoteerd zou kunnen hebben.

Te doen (vandaag):

1. Een levenspartner vinden die aardig is (jazeker), gedreven maar niet narcistisch, sexy en aantrekkelijk blijft na de eerste lustfase, leuke zorgzame trekjes vertoont, niet vervelend is om mee oud te worden, niet antisemitisch is, klein kontje, binnen de ideale leeftijdsrange valt en niet verder dan twintig kilometer van me vandaan woont op deze uitgestrekte planeet, en het met mij kan volhouden.
2. Onmiddellijk mijn verwachtingen inz. bovenstaande bijstellen, om niet te eindigen als oude man die op een eenhoorn wacht.
3. Genoeg bereiken in mijn carrière om de documentaires te kunnen maken die ik belangrijk vind, iets bijdragen aan het leven en de gedachten van mensen, over dertig jaar met pensioen gaan en bij mijn afscheid door BBC2 geprezen worden om mijn ongeëvenaarde creativiteit, dus niet wegwijzen en een treurig spoor van onbeantwoorde mailtjes met ideeën nalaten.
4. Genoeg geld verdienen om er geen zorgen over te hebben, zonder schuldgevoel boodschappen bij Whole Foods te kunnen doen en, indien punt 1 is bereikt, me een huis te kunnen veroorloven in de buurt van een metrostation, zij

het niet in een wezenloze buitenwijk, kinderen groot te brengen zonder dat papa zich voortdurend zorgen maakt over geld, geld te hebben voor fijne vakanties en een privé-school wanneer het er op de dichtstbijzijnde middelbare school te ruig aan toegaat.

5. Een goede/betere zoon, broer, oom zijn, en een vaker beschikbare vriend.

6. Minder melkproducten consumeren, meer bewegen, vroeger opstaan.

7. Een hond nemen (niet-ruiend).

8. Op mijn leven kunnen terugkijken en zeggen: 'Het was goed, ik heb mijn best gedaan.'

Beste Noel Edmonds,* dit is mijn kosmische orde – en laat die hond met rust.

Ik vermoed dat mijn voorouder dringender zaken aan zijn hoofd had dan de plaats die een Italiaanse windhond binnen de kosmische orde inneemt. Zijn lijstje zou er misschien als volgt uitzien:

Te doen (ca. 1850):

1. Met een van de twee ongehuwde vrouwen in het dorp trouwen, liefst met de minst behaarde als de gemeenschap dit voor mij besluit.

2. Genoeg vee houden en slachten voor het levensonderhoud en om te ruilen tegen schoenen.

3. Hopen dat die pestepidemie uit Azië overwaait.

4. De hele familie op een boot zetten om te ontsnappen aan plunderende Russen die in een pogrom het hele dorp willen uitmoorden.

5. God tevreden houden.

* Noot van de vertaler: Bekende Britse tv-presentator van amusementsprogramma's en aanhanger van het spiritualisme. Schreef *Positively Happy: Cosmic Ways to Change Your Life*.

Mijn voorouder zou zich verbazen – of vermaken – om alles waar we ons nu zorgen over maken. Om de alomtegenwoordige verwendheid en onze ongebreidelde verwachtingen.

Minder hoge verwachtingen

Verwachtingen. Zó bepalend voor de mate waarin we tevreden zijn, zoals we hebben gezien, niet alleen bij daten en relaties, maar over de hele linie. Wanneer psychologen het leven niet met meubelstukken vergelijken, spreken ze vaak over de kloof tussen onze verwachtingen en de realiteit als allesbepalende factor. Hoe kleiner de kloof, hoe groter de kans op tevredenheid. De verwachtingen van mijn overgrootvader, die in een dorp op het Russische platteland woonde, zijn maatstaven voor succes, werden door maar weinig factoren bepaald: de paar honderd mensen die hij in zijn leven kon ontmoeten, de dorpen in de omgeving die hij mogelijk bezocht, zijn beperkte scholing, de verhalen die van generatie op generatie werden doorgegeven, de religieuze preken en het leesvoer waar hij toevalligerwijs op stuitte.

Stel je eens voor wat je van het leven, je carrière, de liefde en jouw geluk zou verwachten als je nooit een film had gezien of door advertenties was geplaagd, geen lifestyleblad had gelezen en nauwelijks had gereisd en gezien hoe andere mensen leefden. Wat als je niet was opgeleid met het geloof dat je in je leven kunt worden wat je wilt, of als je niet leefde in een samenleving die het credo aanhangt dat alles mogelijk is?

Onze verwachtingen zijn absurd, onhaalbaar hoog. En in onze moderne samenleving verschuiven ze voortdurend. Als een muis die getergd wordt door een stukje kaas aan een touwtje, zo rennen we achter onze ambities aan, die telkens worden weggetrokken zodra we denken dat we ze eindelijk hebben bereikt. En we leren het nooit. Als ik maar die promotie krijg, in die salarisschaal zit, in dat huis woon, met die vrouw of man ben, dan pas zal ik echt gelukkig zijn. Ondanks de bewijzen van het tegendeel: de film-

sterren die alles hebben maar toch de afkickklinieken bevolken; de loterijwinnaars die wensen dat ze dat lot maar nooit hadden gekocht; de verkeersslachtoffers wier levens zijn verwoest maar die toch weer even gelukkig worden als voorheen; de blij 'arme' mensen in India die geen broek aan hun gat hebben, maar (tot ons neerbuigende ongemak) veel gelukkiger lijken te zijn dan wie van onze collega's ook; we blijven koste wat het kost achter dat stukje kaas aan rennen.

En mannen jagen niet alleen de astronomische verwachtingen na die bij het vergevorderde kapitalisme horen. Ergens tussen het opschonen van zijn inbox, het getrouwd zijn voor zijn dertigste, het krijgen van kinderen rond zijn vijfendertigste, het bereiken van zijn hoogste functie rond zijn vijfenveertigste en het tevreden op zijn vijfenzestigste met pensioen gaan, heeft een man nog vele andere, eeuwenoude, culturele verwachtingen die hardnekkig blijven voortbestaan. Er wordt nog steeds van hem verwacht dat hij 'een man is' – wat dat ook moge betekenen. Een vage eis die beelden van heldhaftigheid, moed, kracht en vrijheid oproept. Een cultureel afdankertje van generaties voorouders, dat niet meer bij deze tijd past. Kracht, heldenmoed en een beetje agressie zijn niet de waarden die in kantoortuinen en in eigen haard hoog staan aangeschreven; eerder vormen ze een obstakel voor je carrière. Maar toch: het is het tijdloze beeld van de man als stoere bink dat nog steeds het Hollywood-ideaal domineert dat op ons geprojecteerd wordt, dat nog steeds de taal waarmee we jongens opvoeden doorspekt (*flink zijn, niet huilen, wees een vent, je bent toch geen meid?*), en ongetwijfeld nog steeds een onrustig makende plaats in ons hoofd inneemt. We worden grootgebracht op een dieet van Bond en Bourne en vervolgens losgelaten om op jacht te gaan in een wereld van PowerPoint en 360-graden-feedback.

Als we nog steeds de rol spelen van de boze beer die de schuld zoekt bij een ander – *wie heeft die hoge verwachtingen bij mij gewekt?* – dan kunnen we niet naar de gebruikelijke zondebokken wijzen. Niet naar illegale immigranten, Joden, zwarten, Mexica-

nen, homo's, zigeuners of Goudlokjes. De ware schuldige staat nonchalant te wuiven in de wind: tarwe.

Volgens Noah Yuval Harari in zijn boek *Sapiens* heeft tarwe ons heel wat uit te leggen: 'Hoe kon tarwe de *homo sapiens* ertoe overhalen een tamelijk prettig leven te verruilen voor een miserabel bestaan?'²⁵ Vóór de agrarische revolutie van ongeveer 12.000 jaar geleden, liepen we blij rond, zonder enige verwachtingen. We leefden van dag tot dag. Opstaan, zwerven, jagen, vuurtje stoken, eten, slapen. Herhalen. Maar allengs meenden we een beter leven te krijgen door te stoppen met zwerven en jagen en voortaan gewassen te verbouwen en ons te vestigen op een vaste stek. Voedsel op voorraad. Daarmee ontstond de noodzaak om vooruit te plannen, om verwachtingen te scheppen over de volgende opbrengst en om terug te kijken op wat gelukt was bij de vorige oogst. Het betekende de geboorte van een verlammen- de menselijke gedachte: had ik maar. Had ik maar dat ene stuk land, een beetje meer water, een offer om de tarwegod gunstig te stemmen, dán zou ik oogsten binnenhalen om je vingers bij af te likken. Het begin van de jacht op het stukje kaas.

En het einde van het 'in het moment' zijn – de heilige graal van de huidige mindfulnessbeweging: leven in het hier en nu, niet verstrikt raken in negatieve gedachtelussen waarin je het verleden oprakelt of vooruitloopt op de toekomst. Het idee dat je geest puur gericht is op de uit te voeren taak. Precies zoals we leefden voordat tarwe in beeld kwam. Een jagende en verzamelende voorouder werd niet midden in de nacht wakker om zich af te vragen of die gedode gnoe van afgelopen maand het hoogtepunt in zijn jachtcarrière was, en of zijn leven er beter op zou worden als hij zijn grot maar mocht uitbouwen.

Uiteindelijk kon de mens de verleiding van het graan niet weerstaan. Maar laat ons niet te conservatief worden en alle vooruitgang van de afgelopen twaalf millennia terugdraaien. Ik zou niet willen ruilen met iemand uit het Stenen Tijdperk die kiespijn had. En de kindersterfte die tot niet zo heel lang geleden ook in ontwikkelde samenlevingen hoog was, wierp een duistere scha-

duw over ons bestaan. Maar natuurlijk is niet alle vooruitgang positief.

De huidige combinatie van baanonzekerheid en torenhoge verwachtingen over hoe ons leven eruit zou moeten zien, het enorme tempo van de moderne wereld, de invloed van technologie op ons dagelijks leven en die anachronistische, maar hardnekkige eisen om ‘man te zijn’, maken alles bij elkaar het leven van de man op zijn zachtst gezegd ingewikkeld. Lastig voor velen. En ze maken een groot aantal jongens en mannen vatbaar voor zelfdestructief gedrag en psychische kwalen.

Het recept

Wat te doen, behalve Brinta boycotten?

Het lijden is een natuurlijk onderdeel van het menselijk bestaan. Dat hebben Boeddha en Nietzsche overtuigend aangetoond. Om te kunnen genieten moet je weten wat pijn is, enzovoort. En we zouden vrijwillig kunnen accepteren dat een zekere mate van lijden er nu eenmaal bij hoort als we de dromen die we najagen of de levens die we ambiëren, willen realiseren. Mijn geestelijke gezondheid was misschien beter geweest als ik ervoor gekozen had in de regionale journalistiek te blijven werken, maar dat is de deal die ik willens en wetens heb gesloten voor de kans om hogerop te komen, om meer ‘betekenisvol’ werk te doen. (Is een Emmy Award een burn-out en een week in een abdij waard? Wat krijg je ervoor terug?) Zoals men in de victoriaanse tijd ‘zenuwzwakte’ als een teken van vooruitgang beschouwde, zo zouden wij ons persoonlijk welzijn een beetje moeten opofferen om vooruit te komen. Hopelijk zullen we ooit beseffen dat de kaas het niet waard is.

Een beetje lijden is onvermijdelijk, en een beetje wordt gelaten geaccepteerd, maar de enorme omvang noopt tot actie. Als de grootste doodsoorzaak voor mannen onder de vijfenveertig in Groot-Brittannië niet het verkeer en ziekten zijn, maar de man-

nen zelf, dan moet je er politieke prioriteit aan geven. Al was het maar vanuit zakelijk financieel oogpunt: psychische aandoeningen in Groot-Brittannië brengen enorme kosten met zich mee – een geschatte 70 miljard pond per jaar (4,5 procent van het bnp);²⁶ in Canada 50 miljard dollar per jaar (bijna 3 procent van het bnp).²⁷ Wereldwijd zullen in 2030 de geschatte kosten tot 6 triljoen dollar zijn gestegen.²⁸ Ongeveer 20 procent van de bevoelking binnen de oeso-landen lijdt aan een psychische aandoening;²⁹ dit zijn mensen in nood overal ter wereld die niet alles uit hun economische potentieel halen. Maar in geen van de doelstellingen op het gebied van duurzame ontwikkeling van de vn wordt over geestelijke gezondheid gerept (noch over jongens en mannen).³⁰ Terwijl dit hoog op de prioriteitenlijst van de Verenigde Naties zou moeten staan.

Waarom hebben we op landelijk niveau eigenlijk geen minister voor geestelijke gezondheid?* Iemand die zich sterk maakt voor nieuwe effectieve therapieën, onderzoek naar medicijnen stimuleert, projecten start om op scholen aandoeningen in een vroeg stadium bij kinderen te erkennen, campagnes tegen stigmatisering voert (voortbordurend op het uitstekende werk van organisaties als ‘Mind’, ‘Time to Change’, ‘Calm and the Samaritans’), bezuinigingen terugdringt en erop hamert dat het om gewone ziekten gaat, vergelijkbaar met een gebroken been of hartkwaal. In de vs heeft landbouw een eigen minister, al draagt de sector slechts 1,1 procent bij aan het bnp van het land.³¹ Waarom hebben ze geen minister van Geestelijk Welzijn die zich concentreert op de 3 tot 4 procent van het bnp die verloren gaan aan psychisch lijden? Als eerste zou deze minister mogen uitzoeken wat goed werkt voor mannen, wat de best doordachte oplossingen zijn die ons aan het praten en in behandeling kunnen krijgen.

Het is ook evident in het belang van grote bedrijven om de

* Inmiddels heeft de Labour Party een schaduwminister voor geestelijke gezondheid aangesteld; nu kan de regerende Conservatieve Partij toch niet achterblijven?

geestelijke gezondheid van hun werknemers te verbeteren, maar vreemd genoeg doen die er niet veel aan, terwijl er onmiskenbaar financieel veel bij te winnen valt. De meeste bedrijven hebben geen speciaal beleid voor geestelijk welzijn, en het wekt dus geen verbazing dat de meeste mensen met een psychische kwaal zich niet geroepen voelen om daar op hun werk open over te zijn.³² Ons werk is de grootste bron van stress in ons leven, groter dan het hebben van schulden, een slechte gezondheid of relatieproblemen.³³ Maar de meeste bedrijven doen niets. Dat is van de zotte, immoreel en getuigt van slechte bedrijfsvoering.

De media spelen een grote rol in het bestrijden van vooroordelen en lijken tegenwoordig veel beter hun best te doen door in verhaallijnen aardige personages te vlechten (in soaps en de betere dramaserieën), destigmatiserende documentaires uit te zenden en geen spectaculaire krantenkoppen meer te gebruiken wanneer een bekend iemand een mentale inzinking heeft. We zijn in dit land van heel ver gekomen sinds de voorpagina van de *Sun* uit 2003, waarop in chocoladeletters ‘Bonkers Bruno’ (bezoepen Bruno) stond, toen ex-bokser Frank Bruno naar een psychiatrisch ziekenhuis moest worden afgevoerd.

Overheden, media en bedrijven kunnen zeker een bijdrage leveren, maar uiteindelijk hangt het vooral af van de keuzen die mannen maken voor zichzelf. De druk die we voelen – onder meer veroorzaakt door de verwachtingen die door de massamedia worden gewekt en de alomtegenwoordigheid van onze gadgets – verdwijnt niet. Wat het verschil maakt, is de manier waarop we met die druk omgaan, de druk stabiel houden en – als we vatbaar zijn voor problemen – daar geschikte therapieën voor vinden.

Eén manier om dit te bereiken is door gebruik te maken van een mengelmoes van oosterse en westerse therapeutische wijsheid. De westerse benadering lijkt voornamelijk op medicijnen en gesprekken gebaseerd te zijn. Therapie is in feite maatwerk. Persoonlijk geef ik de voorkeur aan beperkte, gerichte cgt (cognitieve gedragstherapie) in plaats van eindeloze analyses en

teruggaan naar je jeugd. Maar vrienden van mij zweren bij grondige revisie op zijn freudiaans. Hoe dan ook, het blijft gezond om met iemand over werkelijk alles te kunnen praten zonder te worden veroordeeld, iemand die patronen bij je waarneemt en altijd bereid is vijftig minuten lang naar je egocentrische gezeur te luisteren.

Als het gaat om alternatieve methoden: enkele van de efficiëntste behandelingen die ik persoonlijk heb ervaren komen uit het Oosten.

Wat werkt?

Acupunctuur. Ik heb een aversie tegen naalden, en twee keer ben ik bij het bloed prikken als een echte man flauwgevallen, doch acupunctuur werkt opvallend goed bij mij. Je voelt je bijna ‘als herboren’ na een sessie, alsof je energie en stemming een duwtje in de juiste richting hebben gekregen. Bovendien lijkt deze alternatieve therapie bestand tegen wetenschappelijk onderzoek: studies hebben aangetoond dat het helpt bij het verlichten van depressies en angsten, en even sterk kan zijn als prozac.³⁴ Meemootje voor de minister.

Meditatie. Jaren geleden schreeuwde een intimiderende arts tegen me dat ik aan transcendente meditatie zou moeten doen. Ik durfde niet tegen hem in te gaan en meldde me braaf voor een tm-cursus, verspreid over enkele avonden. Dankzij rolmodellen als de Beatles, die eind jaren zestig gingen mediteren, was tm inmiddels heel gewoon. Tijdens de zes weken die ze bij de Maharishi verbleven, schreven ze zo’n dertig songs, waaronder vrijwel het gehele *White Album*. Om eerlijk te zijn: zelf kwam ik eind jaren negentig na die paar cursusavonden in Bristol ook terug met enkele steengoede ideeën op het gebied van regionaal nieuws. Tm kan een godsgeschenk zijn. Het lijkt dan wel niet bijzonder aantrekkelijk om twintig minuten lang de mantra te herhalen die ze je hebben gegeven, maar daarna voel je je kwiek als uit een diepe slaap en is de aan/uit-knop van stress/angst helemaal omgezet. Toen ik nog voor een regionaal programma werkte, ging ik soms stiekem naar de wc om te mediteren, wat niet heel

erg zen is wanneer het hokje naast je volledig in gebruik is. (Beste bedrijven, zorg in godsnaam voor meditatie ruimten op het werk. Je personeel zal minder gestrest en veel productiever en creatiever zijn.) Tm-beoefenaars, van Clint Eastwood tot filmmaker David Lynch, die tm-cursussen sponsort voor kinderen uit risicogroepen, wijzen op studies die aantonen hoe regelmatige beoefening de bloeddruk verlaagt, het verouderingsproces vertraagt en zelfs neurologische veranderingen aanbrengt in de ‘tobende’ gedeelten van het brein. Ik geloof daar heilig in, en mijn jaarlijkse voornemen met nieuwjaar is vaker aan tm te doen.

Mindfulness. Met meditaties, ademhalingsoefeningen en op cgt gebaseerde filosofie probeert ‘mindfulness’ ons in het nu te houden. Voor mij is het een sterk middel gebleken, vooral wanneer ik meer in de stemming ben voor een geleide meditatie om het gekwetter in mijn hoofd te stoppen of wanneer ik wil meedrijven op de vreemde intensiteit die gezamenlijk mediteren oproept.

Yoga. Ook een stemmingsverbeteraar. Een combinatie van ademen en een bijna dierlijk fysiek opgaan in stretchen, rekken en zweten. Het lichamelijke schijnt een essentiële factor te zijn in de ondersteuning van het geestelijke, hetzij door yoga, oosterse vechtkunst of nog zwaardere lichamelijke oefening. Pervers genoeg is het vaak een Everest-achtige uitdaging om naar de sport-school of je yogaklas te gaan wanneer je depressief bent. Een vriend met een veeprikker helpt.

Ik denk dat je in moeilijke tijden van alles kunt uitproberen om te kijken wat werkt. Neem het beste wat het Westen te bieden heeft en vul het aan met de wijsheid van duizenden jaren uit het Oosten. Wat je maar door de nacht heen loodst.

Onze tijd is op, vrees ik

Nog steeds maak ik de fout een mannelijke uitstraling te koppelen aan mentale kracht. Onlangs interviewde ik voor *Men's Hour*

een grote, knappe, goedgebouwde kerel, met getatoeëerde spierbundels en kort geschoren haar. Hij vertelde dat hij regelmatig last had van paniekaanvallen wanneer hij naar zijn werk ging, en ik betrapte mezelf op de gedachte: ‘Hoe kan jij nou paniekaanvallen krijgen?’ Een absurde gedachte voor iemand die beter weet, maar toch kwam die in me op. Er lopen talloze mannen rond die, hoe ze er ook uitzien, vanbinnen lijden, sommigen zelfs zo erg dat hun leven een hel wordt.

Uiteindelijk draait alles in het leven om de juiste hoeveelheid van drie stoffes in de hersenen: serotonine, oxytocine en dopamine.³⁵ De alchemie van het geluk. Voor de man van nu is het moeilijk om ze alle drie te hebben. We staan voor een stortvloed aan keuzemogelijkheden en verwachtingen waar onze voorouders gek van zouden worden, en leven in een tijd waarin het beeld van de man wankelt. We kunnen op heel veel verschillende manieren ons leven leiden; is de levenswijze waar we ons aan vastklampen écht de beste of zijn we daar toevallig in ingerold? Als we even afstand nemen van het dagelijks leven, de vanzelfsprekende normen terzijde schuiven en eerlijk zijn over onze diepste behoeften, wat zorgt er dan voor dat we genoeg van deze drie stoffes krijgen?

Dit belangrijke vraagstuk raakt aan alle aspecten van ons leven. Maar terwijl wij, gewone stervelingen met een maandelijkse huur of hypotheek, dit proberen uit te zoeken, zouden politici, het bedrijfsleven en de media meer moeten doen om de harde kantjes van het moderne leven te halen. Ook wij, mannen, dienen onze verantwoordelijkheid te nemen en het laatste restje stigma dat ons ervan weerhoudt toe te geven dat we ons niet zo goed voelen, te vermorzelen. We zouden meer moeten praten. Iedere man die zijn hand opsteekt en toegeeft dat hij het moeilijk heeft, maakt het voor de man naast hem gemakkelijker om te zeggen: ‘Ook met mij gaat het niet goed, maar toch blijf ik een man.’ En iedere kerel die het nog waagt lacherig te doen over iemand met een psychische aandoening, zetten we in de ring tegenover een depressieve Ricky Hatton.

8

Hoe was je dag, schat?**Hoe overleven we het kantoor
(en voorkomen we massamoord)**

Gemiddelde werkweek van de jager-verzamelaar 0,2 miljoen jaar geleden: vijftig uur

Gemiddelde werkweek van de Britse man nu: veertig uur

Gemiddelde werkweek van de Franse man nu: vijftig uur (stakingen niet meegerekend)

Wat te doen om een man op de allerslechtste manier denkbaar zijn dag te laten doorbrengen?

- Sluit hem om te beginnen op in een hermetisch afgesloten gebouw, ver van de natuur, zonder frisse lucht en onvatbaar voor de wisseling der seizoenen, die de afgelopen 12.000 jaar de spil van zijn leven zijn geweest en die hij heeft vereerd.
- Laat hem de hele dag op zijn krent zitten, geheel in weerwil van de actieve levenswijze van iedere mensachtige die heeft geleefd sinds hij zich zes miljoen jaar geleden van de chimpansee heeft afgesplitst. Kijk toe hoe – nu 37 procent van de mannen nog geen dertig minuten per werkdag staande op hun voeten doorbrengen – het metabolisme van de jager-verzamelaar is vertraagd, waardoor de suikerspiegel, bloeddruk en vetafbraak totaal in de war zijn.¹
- Ontken zijn natuurlijke sociale behoeften. Laat hem de helft van zijn lunches in zijn eentje aan zijn bureau gebrui-

ken. Zorg dat hij de hele dag met techniek werkt, niet met mensen. Voer de aanwezigheid van techniek zo hoog op, dat de omstandigheden veranderen; denk hierbij aan RSI, veroorzaakt door onnatuurlijke lichaamsbewegingen.

- Benadruk continu zijn positie binnen de hiërarchie door hem op te sluiten in dezelfde ruimte met – of in de buurt van – mensen die direct beslissen over de hoogte van zijn beloning en zijn status. Deze *in-your-face* hiërarchie verlaagt zijn niveau van serotonine, de neurotransmitter die een sleutelrol speelt bij depressies en welbevinden. Hoe hoger een meerkat in de hiërarchie staat, hoe hoger zijn serotonine-niveau.² Ook dominantere apen hebben een hoger testosteronniveau.³

- Zorg ervoor dat in de loop der tijd – soms gedurende jaren, afhankelijk van statuswisselingen – het niveau van zeer destructieve stresshormonen oploopt, en niet na kleine uitbarstingen steeds terugkeert naar een laag peil, zoals de bedoeling is. Verbied lichamelijke inspanning die de opbouw van stress kan voorkomen. Stress beïnvloedt het slaappatroon, de eetlust, onze relaties en geestelijke en lichamelijke gezondheid. Het ziekteverzuim in kantoortuinen ligt 62 procent hoger, maar hé, er is vast nog wel een plaatsje voor hem vrij.⁴

- Zorg voor continue afleiding op de achtergrond; geef hem vooral heel goed de gelegenheid in de gaten te houden wat zijn potentiële rivalen aan het doen zijn, zodat hij zich zo slecht kan concentreren dat hij niet eens meer een eenvoudige rekensom kan maken.⁵ Deze afleiding voorkomt dat hij zijn aandacht volledig bij de uit te voeren taak kan houden.

- Maak elk tastbaar resultaat van zijn werk onzichtbaar. Een afgewerkt product moet een zeldzaamheid zijn, dus geef hem liefst open taken.

- Verbind zijn gevoel van identiteit en eigenwaarde nadrukkelijk met wat er binnen de afgesloten ruimte gebeurt.

- Keur elk vertoon van traditioneel mannelijke waarden die eeuwenlang geprezen zijn – agressie, conflictueusheid, non-

conformisme en sterke competitiedrang – ten strengste af, dreig hem uit de ruimte te zullen verwijderen. Vrouwelijke besluitvorming-in-overleg dient de gebruikelijke gang van zaken te zijn. Mannen, op de aapachtige soorten in Wall Street en de City na, zullen voor deze alomtegenwoordige omgangsvorm moeten zwichten.

- Vervang het stamgevoel, dat sinds het ontstaan van de mensheid bij hem zit ingebakken, door een quasi sociale gemeenschap, bevolkt door andere willekeurige mensen die toevallig in hetzelfde gebouw rondlopen. Echter, de banden in deze surrogaatgemeenschap mogen niet berusten op een gezamenlijke geschiedenis, dito genen of beslommingen, en een man kan door middel van een briefje binnen een wettelijke opzegtermijn uit deze gemeenschap worden verwijderd.
- Neem de zestiende-eeuwse gewoonte van het bedden delen uit de zeevaart over, toen bemanningsleden om beurten in hetzelfde bed sliepen: deel bureaus, zodat de man geen eigen plek heeft op kantoor. Je hond thuis zou er gek van worden.

Zo'n 70 procent van de mannen slaapt zich dagelijks naar zo'n afgebakend werkhok, waar al je serotonine, testosteron, productiviteit en gevoel van identiteit op slag verdampen. Een hok dat ons beloont met rugpijn, diabetes en 'pink noise', de bewust veroorzaakte, maar onhoorbare achtergrondruis die voorkomt dat we niet meer hardop durven te praten. De verdiepingen van het kantoor van Google in Zürich zijn zelfs met een glijbaan aan elkaar verbonden, zodat je niet eens meer op die rare, met tenige uitlopers begroeide uiteinden van je benen hoeft te staan.

Het temmen van de man, hem veranderen in een onderdanig kantoorwezen, is niet zonder slag of stoot gegaan. De macho-eigenschappen die ideaal waren om naties en imperia op te bouwen, moesten eruit geslagen worden toen het groeiende bedrijfsleven van de twintigste eeuw het voor het zeggen kreeg. Maar ongewenste mannelijke karakteristieken als hoffelijkheid en vechtlust

waren nog helemaal de rigueur in de tijd dat we grenzen verlegden en inboorlingen ‘temden’.⁶

Sommigen hadden het voor mannen onheilspellende teken aan de (rots)wand al gezien. Zij voorspelden meer dan honderd jaar geleden de crisis van de man: van werkplekken, huizen en zelfs steden werd gezegd dat ze een gevaarlijk feminiserende invloed op mannen zouden hebben. ‘De mannelijke toon verdwijnt uit de wereld; we leven in een feminiene, nerveuze, hysterische, kantelende tijd,’ aldus een veteraan uit de Burgeroorlog in Henry James’ roman uit 1886, *The Bostonians*.

In de jaren twintig van de vorige eeuw verhuisden de tekenen van de wand naar de flip-over, toen horden mannen lessen in ‘mens-vaardigheden’ moesten volgen. Terwijl voormannen en middenmanagers ‘omschoolcursussen’ kregen – om minder mannelijk te worden – gingen zakenlui met scheepsladingen op les bij Dale Carnegie om te leren hoe ze vrienden en invloed konden krijgen en zich de wijsheid ‘wie honing wil verzamelen, moet de bijenkorf niet omver schoppen’ eigen te maken.⁷

Heeft iemand tijdens een functioneringsgesprek, het stiekeme telefoontje buiten de kantoorwanden, het heimelijk op Facebook kijken of het geboeid naar het scherm staren wanneer de baas voorbijloopt, ooit een memootje gekregen met de vraag: *Is dit het allemaal wel waard?*

De Handy Man

De afgelopen honderd jaar maken slechts 0,05 procent uit van de 200.000 jaren die we als homo sapiens op aarde vertoeven. Gedurende het merendeel van het bestaan der mensheid – afgezien van de 2 miljoen jaar daarvoor, toen we nog als homo erectus door het leven gingen – hebben carrièrebeurzen een bescheiden rol gespeeld. Het enige wat een kraam op deze beurs in het Steenen Tijdperk te bieden zou hebben, is een opleiding in voedsel verzamelen, al zouden sommige stammen het ‘jagen-verzamelen’

misschien wel hebben willen *rebranden* (het ouderwetse verzamelen in een nieuw lendendoekje gestoken). De arbeidsomstandigheden en -voorwaarden zouden niet slecht zijn:

- Een werkweek van 35 uur
- Eén op de drie dagen jagen
- Drie tot zes uur per dag verzamelen
- Een gevarieerd en voedzaam dieet (geheel biologisch)
- Weinig infectieziekten, uitstekende mogelijkheden om te trainen en spiermassa te kweken
- Werken en leren tegelijkertijd: zelf messen maken, berenvallen zetten, plantkunde, weersvoorspelling⁸
- Moet van honden houden
- De natuur is een sekseneutrale werkgever: mannen en vrouwen worden gelijk behandeld

‘Al met al leken de voedselverzamelaars een prettiger en bevredigender leven te hebben gehad dan de boeren, herders, arbeiders en kantoorklerken na hen,’ schrijft Yuval Harari.⁹

De tarwe kwam en verpestte alles. (Waarom zijn ontbijtgranen zo’n succes geworden? Eerst verpestte Brinta onze lol in jagen, daarna zette Corn Flakes anti-erectiele middelen op onze pikken.) We raakten afhankelijk van het land, van grillige droogten en hongersnood, werden vatbaar voor nieuwe ziekten, onze hersenen werden kleiner. Verwachtingen en ‘had ik maar’ hielden de geslonken grijze materie in hun greep, het seksisme werd geboren. In de tijd van het verzamelen hadden vrouwen veel gezag en macht, want met de noten, zaden en bessen die ze verzamelden, zorgden ze voor meer van onze calorieënintake dan de beesten waar de mannen zoveel drukte over maakten.¹⁰

Dankzij het boerenleven, dat tien- tot twaalfduizend jaar geleden begon, konden mannen tenminste hun dagen in de buitenlucht doorbrengen, lichamelijk productief zijn, hetzelfde werk doen als hun baas en vaak zij aan zij met hun zonen werken. Het gevoel

dat je lichamelijk iets presteerde en zeggenschap had over wat je deed, bleef tot in de negentiende eeuw bestaan. In de tijd van de Amerikaanse Burgeroorlog, in de jaren zestig van de negentiende eeuw, waren negen van de tien mannen keuterboer, ambachtsman of winkeleigenaar.¹¹ De industrialisatie maakte een einde aan deze manier van leven. Er volgden een uittocht van mannen van het platteland naar de fabriek, zenuwzwakte en pennenlikken met pink noise op de achtergrond.

Het is gemakkelijk om handenarbeid te idealiseren en de vele tergende uren van nietsdoen en verveling te vergeten. Als ik terugdenk aan het halve jaar waarin ik op mijn achttiende in de Negev-woestijn meloenen plukte en optaste, herinner ik me vooral hoe ik 's ochtends naar mijn werk liep terwijl de zon boven de Jordaneze bergen opkwam. Het voldane gevoel wanneer de meloenen van die dag waren opgetast, de pallets geseald en de trucks geladen. De bevredigende fysieke vermoeidheid aan het einde van de dag – zo heel anders dan de geestelijke vermoeidheid na een dag op kantoor – de ongestoorde nachtrust daarna. De vrijdagavonden waarop we hedonistisch tekeergingen, de goedkoopste Russische wodka dronken, in een schuilkelder dansten en in een tig-tal bedden ontwaakten. Op een dag met twee nieuwe voortanden.

Een leuk avontuur voor een jonge, geprivilegieerde jongeman voordat hij naar zijn deftige universiteit ging, maar niet bijzonder representatief voor het zware leven van de duizenden Mexicanen en Oost-Europeanen die in de vs en Groot-Brittannië de fruit- en groenteogsten binnenhalen waar de oorspronkelijke Amerikanen en Britten zich te goed voor voelen.

In de kibboets bestond bovendien een zekere trots, het gevoel dat je een hoger doel diende. We oogstten niet alleen meloenen, maar maakten ook deel uit van een gemeenschap die, midden in de Israëlische woestijn, gebaseerd was op gelijkheid, waar iedereen evenveel verdiende ongeacht de werkzaamheden, waar gezamenlijk geluncht werd en we op vrijdagavond gezellig bij elkaar kwamen.

Misschien brachten datzelfde saamhorigheidsgevoel en het

idee een hoger doel te dienen rond 1900 bijna 95 procent van alle mijnwerkerszonen ertoe in het kielzog van hun vaders de mijnen in te gaan.¹² Ondanks het zware werk, de gevaarlijke omstandigheden en het besef dat er nauwelijks ander werk was, ging het werken in de kolenmijnen gepaard met trots: omdat je hetzelfde werk deed als je vader, omdat je werkte voor het landsbelang en omdat je er dagelijks niet zeker van was dat je aan het einde van de dag levend en wel uit de mijn kwam. Van Wales tot Kentucky hebben mijnwerkers in gedichten uitdrukking gegeven aan een fatalistische, kranig-romantische kijk op hun leven, met veel aansporingen aan zonen om te kiezen voor een ander pad en veel eerbetoon aan hen die ondergronds gestorven zijn, maar ook vol trots – misschien vergelijkbaar met soldatenpoëzie.

Bij het opstaan met de dageraad,
Dan weten we, o God, in een tel
Dat één ding ons te wachten staat:
De mijn, zwart als de hel.

We werken voor een habbekrats
Zoveel en zo hard het maar kan.
Maar diep daar binnen in het hart
Smeult de ziel van een man.¹³

Ik geloof niet dat een adviesorganisatie ooit dit soort gedichten, liederen of harmonieuze broederschap heeft voortgebracht. Maar laat me het lied van de accountant niet op voorhand wegwuiven:

KPMG,
We're strong as can be,
A dream of power and energy.

* KPMG, We zijn zo sterk als we kunnen zijn/Een droom van kracht en energie. We gaan voor het doel/Samen houden wij ons vast/Aan onze visie op een wereldwijde strategie...

We go for the goal,
 Together we hold
 On to our vision of global strategy...^{*14}

U mag nu bijkomen.

Handenarbeid tot nut van het algemeen is een heel ander uitgangspunt dan werken puur en alleen voor de kost. Dat geldt ook voor het hebben van een ambacht. Vaklui zijn twee keer zo vaak ‘extreem gelukkig’ met hun werk dan witteboordenwerkers.¹⁵ Mannen vinden het heerlijk om een vak te leren. Terwijl ik hier zit, hoor ik een bouwvakker die al kletterend in een nabijgelegen huis werkt, luidkeels ‘Hit Me Baby One More Time’ zingen. Al voor de derde keer vandaag. Ik kan me niet herinneren dat in een redactielokaal iemand ooit spontaan begon te zingen. Mijn vriend John, een bedrijfsjurist die vandaag naast me werkt, vertelt dat hij zijn partner nog nooit in een nummer van Britney heeft horen uitbarsten. Maar misschien komt dat omdat bouwvakker een van de gelukkigste beroepen is, terwijl de sectoren media en advocatuur, samen met de makelaardij, qua misère het onderste uit de kan schrapen.

Ik wil de zingende bouwvakker niet van de steigers sleuren voor een verhoor, maar ik vermoed dat hij zoveel plezier in zijn werk heeft omdat hij een afgewerkt product aflevert dat het resultaat is van zijn inspanningen, omdat hij zich in het zweet werkt, omdat hij vaardigheden bezit die anderen niet hebben, omdat hij naar een andere baas kan gaan als zijn collega’s hem niet bevallen, en omdat hij zijn identiteit niet al sinds zijn kinderjaren aan het beroep bouwvakker heeft verbonden. Maar wie weet zit hij volgende week in de Bulgaarse *X Factor* en wil hij niets liever dan ontsnappen uit de onderzoeken vanuit de bouwsector die hem vertellen hoe gelukkig hij moet zijn.

Het meest deprimerende ‘werk’ dat ik ooit heb gedaan was voor sollicitanten die technisch gesproken ‘half bekwaam’ waren. Toen ik nog verslaggever regionale zaken was, wilde ik toegang krijgen

tot de 800 miljoen pond kostende Millennium Dome om de vervallen staat ervan te filmen, en ik had bedacht dat me dat alleen als beveiligingsbeambte zou lukken. En zo werd ik opgeleid tot Bewaker Groep 4. Een week lang zat ik in een treurig achterkamertje in een treurig hotel bij Heathrow, waar op een gegeven moment alle andere cursisten – mannen van middelbare leeftijd, op een enkele schoolverlater na – gelijktijdig opveerden bij het oppeppende bedrijfsriedeltje, dat dit wel eens het begin van een dynamische, kansrijke carrière zou kunnen zijn. Toen we, na enkele dagen op onze locaties te hebben doorgebracht, weer bij elkaar zaten, leek datzelfde kamertje van alle levenslust verstoken.

Dynamische carrière, m'n reet. We bleken te zijn opgeleid tot de zombieachtige robotmensen die de ingenieurs van Henry Ford een eeuw geleden moesten ontwerpen, bij wie elke menselijke gedachte als inefficiënt werd beschouwd.¹⁶ Op mijn rondes door de Dome mocht ik niet eens zelf bepalen welke route ik door een ruimte liep; ik moest een uitgestippeld pad volgen en mijn persoonspas op vaste controlepunten swipen om te bewijzen dat ik daar niet van afweek. Het werk was geestdodend. Tien uur lang zat ik alleen in een hokje van een vierkante meter groot, waar ik alleen maar op een knop hoefde te drukken om de hefboom op te halen voor een aankomende auto. Toen ik de kneepjes van het vak nog van een andere bewaker moest leren en ik samen met hem tien uur lang in datzelfde hokje zat, haalde de man een exemplaar van *De Wachttorens* tevoorschijn en vroeg hij of ik in Jehova geloofde. Van een bekering is het niet gekomen, maar ik werd ook niet betrap, al scheelde dat een haar toen 'agent Samuels' via de portofoon de opdracht kreeg om in het kantoor van de baas een ander uniform aan te trekken, terwijl er een verborgen camera aan mijn rug was bevestigd (ik imiteerde de bewegingen die verlegen vrouwen maken wanneer ze op het strand een badpak aantrekken en willen voorkomen dat er ergens een borst uit floept).

Het leeuwendeel van de weken dat ik als bewaker werkte, adviseerde ik 40-plussers over mogelijke andere carrières die ze met

hun diploma's zouden kunnen overwegen. In de Verenigde Staten werkt een miljoen mannen in de beveiliging.¹⁷

Tijd om te evalueren

‘Het mannenleed is sinds het begin van de industriële revolutie alsmāar toegenomen en dat leed heeft nu een dieptepunt bereikt dat niet meer te ontkennen valt.’¹⁸

Robert Bly schreef dit in 1990. Sinds die tijd is de economie een andere kant op gegaan. We zitten nu midden in de hightech-revolutie. Hoe staat het nu met dat leed?

Behoorlijk zorgelijk voor de laag- of ongeschoolde man. Nu fabrieksbanen verdwijnen, ontbreekt het mannen aan de opleiding – en misschien ook aan de geschiktheid – om het in deze nieuwe economie te maken. In de jaren zeventig had 92 procent van de mannelijke beroepsbevolking (van zestien tot 64 jaar) in Groot-Brittannië een baan; dat is gezakt naar 76 procent.¹⁹ In sommige plaatsen in de vs, bijvoorbeeld in het dorpje Madison Parish in de Mississippidelta, waar de ongeschoolde arbeid is verdwenen, heeft slechts 47 procent van de mannelijke beroepsbevolking een baan.²⁰ Ze kunnen werken in een van de twee gevangenisinrichtingen of in de plaatselijke cel van de sheriff – als bewakers.

We bestijgen de socio-economische ladder naar de trede van de lagere middenklasse, waar kleine zelfstandigen, boeren en vaklieden worstelen om niet door Tesco of Walmart te worden weggeconcurrēerd en zeer gevoelig zijn voor grotere economische ontwikkelingen. In de ‘he-cession’ van 2008-2010 was tachtig procent van de verdwenen banen een baan van een man.²¹ Bijna een derde van de gezinnen uit de lagere middenklasse in de vs is afhankelijk van voedselbonnen of een uitkering.²²

De man uit de middenklasse. Werkt zich het leplazarus op een kantoor dat hem ontmant, gebruikt zijn opleiding en zijn verstand om zich aan te passen aan de nieuwe manier van werken,

maar waarvoor? Sommigen zijn geslaagd, rijk en machtig geworden. Maar door de bank genomen is het reële inkomen van de blanke man uit de middenklasse sinds de jaren 1990 gedaald, en is het relatief lager dan het begin jaren 1970 was. 'Je hebt nu letterlijk twee inkomens nodig, ook dat van de echtgenote, om een gezinsinkomen te hebben dat veertig jaar geleden door één man werd verdiend,' schrijft Michael Kimmel in *Angry White Men*.

Met andere woorden: 'Het gezinsinkomen in 1971 was ongeveer gelijk aan dat van nu... Je kon er in die tijd een prettig huis in een goede buurt met deugdelijke scholen van kopen, en dan bleef de helft over voor eten, kleding en de spaarpot.'²³ Stel je eens voor dat de prijzen gelijk blijven maar je inkomen verdubbelt: dat was wat de generatie mannen voor ons meemaakte.

En de nieuwkomers op de arbeidsmarkt zullen zich waarschijnlijk verbazen over de zekerheden die we eens hadden, toen er nog vaste contracten waren en er een bijdrage aan ons pensioen werd geleverd. Die kinderachtige bedrijfsstructuur – waarbij mensen een vaste werkplek hadden om naartoe te gaan – lijkt achteraf gezien misschien niet eens zo heel absurd. *Samen gaan wij voor onze/Wereldwijde strategie/O, KPMG!*

Boven aan de top heeft een man niet zoveel te vrezen. Ongeveer 95 procent van de CEO's van de bedrijven in de Fortune 500 is man, en dat geldt voor maar liefst 98 procent van de selfmade miljardairs op de rijkenlijst van Forbes.²⁴ Het is alsof tijdens een dagje golfen de tijd werd stilgezet voor de jaarclub van Delta Kappa Epsilon uit 1971.

We hebben nu vele statistieken, percentages en macro-economische patronen bekeken. Maar achter elk daarvan schuilt een man die iedere ochtend moet opstaan om naar zijn werk te gaan – als hij een baan heeft – en wiens volledige dag sterk wordt beïnvloed door wat hij voor de kost doet.

Of hij vol energie uit zijn bed stapt of nog even blijft liggen met een knoop in zijn maag van angst.

Of hij, wanneer hij naar zichzelf kijkt in de scheerspiegel, te-

vreden is met wat hij ziet – een man die aan zijn eigen verwachtingen voldoet – of dat hij het mismoe­dige gevoel heeft dat de man die naar hem terug staart niet op koers ligt.

Hoelang hij erover doet om naar zijn werk te gaan – of hij om financiële redenen ver van het dichtstbijzijnde station moet wonen, of misschien niet eens in de stad van zijn voorkeur kán wonen.

Of hij overdag het werk doet dat hij wil doen, of gewoon zijn tijd uitzit voor zijn salaris – terwijl vorige generaties nog genoeg konden verdienen door een passie te volgen.

Hoe hij de komende tien uur zal doorbrengen, en met wie. Of hij zal lachen, zweten, een gevoel van nuttigheid en trots ervaart, of dat hij zich door gevoelens van spijt en frustratie zal moeten slaan.

Of hij de neiging heeft overdag al te drinken en te roken.

Of er thuis een partner op hem wacht of dat de scheiding haar tol heeft geëist; of misschien is hij zo’n laaggeschoolde arbeider zonder enige vooruitzichten, afgeschreven door vrouwen die menen zonder hem beter af te zijn.

Of hij kinderen heeft en genoeg tijd met hen kan doorbrengen, of hij een ontspannen vader kan zijn en aan hun behoeften kan voldoen.

Of er een kansje in zit dat hij die avond seks heeft. De gemiddelde seksfrequentie is de afgelopen twintig jaar gedaald van vijf naar drie keer per maand – het werk zou hiervan de grootste oorzaak zijn.²⁵ En of hij hem nog wel omhoog kan krijgen.

Hoe goed hij die avond zal slapen.

Dat het werk zo’n doordringende invloed heeft, is onder de aandacht gebracht door de organisatie Mind, die heeft ontdekt dat de twee grootste zorgen in een mannenleven direct gekoppeld zijn aan wat hij voor de kost doet: spanningen door zijn werk en zijn financiën. Beide winnen het van bezorgdheid om de gezondheid en de relatie, al hebben moeilijkheden op het werk uiteraard ook invloed op die andere twee vlakken, als het gaat om het men-

tale schone schip.²⁶ We hebben gezien hoe zwaar de geestelijke tol is die het werk van mannen kan eisen, afhankelijk van de andere poten onder zijn kruk en hoe hij is afgesteld. Maar ons werk kan ook tot uitzonderlijk hoge pieken leiden – tot een reëel gevoel van macht en doelgerichtheid, dat zelfs het libido in de overdrive kan zetten.

Van de president-directeuren van de aan FTSE genoteerde bedrijven is 95 procent man, maar 95 procent van de Britse gevangenispopulatie is dat ook.²⁷ Zijn we gemaakt voor zowel goede als slechte resultaten?

Dr. Helena Cronin, rationalistisch filosoof aan de London School of Economics, heeft het Y-chromosoom aandachtig bestudeerd.

‘Mannen zijn doorgaans oververtegenwoordigd in zowel het hoogste als het laagste segment van de grote hoop, of het nu gaat om lengte of om slimheid. Darwin heeft dit al eens opgemerkt, en volgens hem geldt dit niet alleen voor ons, maar voor alle zich seksueel voortplantende soorten. We weten echter niet precies waardoor dat komt.’

Dr. Cronin heeft een theorie.

‘Het lijkt te maken te hebben met competitie. Bekijk het eens zo. Geef je een man vijftig vrouwen, dan kan hij vele kinderen krijgen. Geef je een vrouw vijftig mannen, dan heeft dat geen invloed op haar reproductieve succes. Dus in de loop van de evolutie hebben mannen altijd hard moeten vechten voor een wijfje. Vrouwen niet.

‘Omdat mannen eigenlijk altijd met andere mannen over van alles concurreren, spannen ze zich enorm in om de eerste, snelste, grootste of de beste te zijn. Dus als dat niet lukt, storten ze in. Dit verschil tussen mannen en vrouwen is heel opvallend. Er zijn meer Nobelprijswinnaars onder mannen, maar ook meer domoren, en dat is het hele mannenverhaal.’²⁸

Raging Bulls

Zolang alles goed gaat, is het alsof je aan de pokertafel zit met een fijn stapeltje fiches voor je: je speelt en je wint. Je voelt het bloed door je aderen stromen, je bent iets meer man van de wereld dan de rest aan de tafel, je voelt je sexyer en misschien ook genereuzer. Zo ook in het echte leven als het meezit. Het spel voelt goed. Als man ken je het succes toe aan jouw manier van spelen, niet aan het toeval.²⁹ Dankzij jouw kunde ben je gekomen waar je bent; je hebt je status, geld, macht en vergaarde bezittingen helemaal verdiend.

Omgekeerd, wanneer het tegenzit, overvalt je het enigszins misselijkmakende, deprimerende gevoel dat je het met die kaarten in je hand niet gaat redden. In het echte leven kroppen mannen hun frustraties op: ze trekken zich terug en zonderen zich af (vaker dan vrouwen).³⁰ Het is gemakkelijker de emotionele poriën te sluiten dan om open te staan voor de pijn van mislukking of het succes van anderen. We raken depressief, gespannen, doen aan zelfmedicatie en zelfvernietiging. Wanneer het jagen en verzamelen niet voldoende oplevert, is het moeilijk om je mannelijk te voelen.

Mislukking, of het idee dat je mislukt bent, leidt niet alleen tot een innerlijke 'crisis', er komt ook een naar buiten gerichte energie bij vrij: woede. En deze woede is momenteel bijzonder actueel onder witte mannen, die er altijd van zijn uitgegaan dat de maatschappij en het succes hun toebehoort. Een woede die de schuld aan anderen geeft, vaak aan hen die als obstakels of als rivalen voor het eigen beroepsmatige succes worden beschouwd – immigranten, vrouwen, de scherpslijpers van de politieke correctheid – een woede die zich vaak tot extremistische politiek aangetrokken voelt. Zoals de neerwaarts mobiele lagere middenklasse met de Italiaanse fascisten meemarcheerde en het *Kleinbürgertum* zich achter de nazi's schaarde, zo sluiten nu in Griekenland boze blanke mannen zich aan bij de Gouden Dageraad en in Hongarije bij Jobbik, de partij die Joden in een apart register wil opnemen.

In de vs klinkt het achtergrondgeruis van een laag-bij-de-grondse woede door in de radioprogramma's met bellende luis-teraars – 72 procent van het publiek van Rush Limbaugh is man³¹ – en in de misogynie websites die in het jaarlijkse haatonderzoek van het Southern Poverty Law Centre worden opgenomen.³² En dit soort woede kan uitbarsten in afschuwelijk geweld. 'Going postal' is de explosieve apotheose van de samenkomst van man, werk en woede.

Tussen 1986 en 1997 werden bij minstens twintig incidenten meer dan veertig mensen vermoord door huidige of voormalige medewerkers van de posteries. De macabere trend begon op 20 augustus 1986 om 7 uur 's ochtends, toen Patrick Sherrill in Edmond, Oklahoma, aankwam in het postkantoor waar hij werkte en een supervisor neerschoot die hem de avond daarvoor een berisping had gegeven. Binnen een kwartier had hij veertien medewerkers neergemaaid, waarna hij het wapen op zichzelf richtte. Op de achtergrond van deze en andere daaropvolgende moorden speelden de bezuinigingen en efficiëntiemaatregelen die Reagan had ingevoerd om de us Postal Service af te slanken. De medewerkers die erop los hadden geschoten, waren allemaal postbeambten die waren ontslagen, wegbezuinigd of van hun extraatjes beroofd.³³

Maar om te 'mislukken' hoef je niet te wachten tot je op je werk bent aangekomen en er een waas van moordzucht voor je ogen trekt. De dodelijke schietpartijen op scholen in de vs sinds 1987, zijn allemaal door jongens uitgevoerd, die bijna allemaal blank waren.^{34, 35}

Schietpartijen op de werkplek (en op school) lijken het domein van de blanke man te zijn. Kimmel noemt deze moordpartijen op de werkvloer 'suicide door massamoord': een grandioos gebaar, ontsproten aan gekwetste verongelijkheid en het verlangen anderen te laten boeten.

'Blanke mannen willen de wereld vernietigen in een soort catastrofale, door videogames en actiefilms geïnspireerde apoca-

lyps. Als ik moet sterven, moeten anderen dat ook, lijken ze te willen zeggen. Natuurlijk is hier een psychische aandoening aan het woord: maar deze psychische aandoening heeft wél een stem met een ras en een geslacht.’³⁶

Kimmel trekt de volgende vergelijking: ‘Wanneer gekleurde jongemannen hetzelfde gevoel van gekwetste verongelijkheid ervaren – hetzelfde slachtoffergevoel hebben, ondanks alle hoge verwachtingen die mannen voor zichzelf hebben – reageren ze vaak ook met geweld, en soms zelfs met dodelijk geweld. Maar de slachtoffers daarvan zijn meestal mensen door wie de schutter zich benadeeld voelt, plus eventuele niet-beoogde slachtoffers die zich toevallig in de vuurlinie bevonden. En zelden eindigt die actie in een zelfmoord.’

Chicago is een grimmig voorbeeld. In een stad waar 92 procent van de zwarte jongeren tussen de zestien en negentien werkloos is, vond in 2013 meer dan 75 procent van de vierhonderd-plus moorden plaats binnen de Afro-Amerikaanse gemeenschap.³⁷ Op nationaal niveau is de werkloosheid onder zwarten twee keer zo hoog als onder blanken – en dat is de afgelopen zestig jaar bijna altijd zo geweest.³⁸ Voor de meeste mensen vertaalt zich dat in de innerlijke frustraties van het werkloos zijn en een gebutst zelfvertrouwen, omdat je werk moet doen waarin je jezelf niet volledig kunt ontplooien.

Maar wanneer een volledig segment binnen de samenleving niet in staat is op gelijke voet met anderen te ‘wedijveren’ in deze grote wedstrijd voor y-chromosomen, valt dit gebrek aan werkgelegenheid samen met een aantal andere ingewikkelde kwesties – van etnische profilering tot een gebrek aan mannelijke rolmodellen – wat vernietigende gevolgen heeft voor de maatschappij. Voor scholen, gevangenissen, psychiatrische inrichtingen, gezinnen en buurten. (Zwarte mannen in Groot-Brittannië zijn twee keer zo vaak werkloos als witte mannen,³⁹ hun depressiecijfers, nee maar!, liggen zestig procent hoger,⁴⁰ en ze lopen drie keer zoveel kans om in de gevangenis terecht te komen.⁴¹)

Toen ik een week doorbracht in een rechtbank in Miami zag

ik elke ochtend een stuk of twintig zwarte mannen in de oranje overalls van Dade County en met rammelende kettingen naar binnen schuifelen om zich plichtmatig te verdedigen tegen drugsaanklachten en daarna weer naar hun cel te gaan, de geestdodende tredmolen van het gevang in.

Wapens. Zestig procent van de wapenbezitters in de vs is blank en man.⁴² Een testosteronpleister op de heup van de bange, boze man om het verlangen naar datgene waar hij recht op meent te hebben, te overwinnen. Een pleister die hem een troostend gevoel van pure vrijheid geeft, door welk klotebaantje hij ook gegijzeld wordt.

Wat begon als gemopper op het kantoorleven is geëindigd in de zompige moerassen van de Amerikaanse rassenverhoudingen en het Europese fascisme. Mijns inziens toont dit echter alleen maar aan hoe belangrijk werk is voor een man, en bij uitbreiding voor de mensheid. Als het leven van een man zo wordt beïnvloed door wat hij voor de kost doet – als hij vooral daardoor uit zijn slaap gehouden wordt – dan kan dit diepe gevoel dat door honderden, duizenden of miljoenen mannen wordt opgekropt, grote sociale onlusten veroorzaken. Wanneer meer dan de helft van de jongemannen in Spanje werkloos is, zouden er alarmbellen moeten afgaan. Het gegeven dat zwarte mannen in de vs tegenwoordig evenveel kans hebben om werkloos te worden als in de tijd van Martin Luther King, zou een toeterende claxon moeten zijn. De positieve kant: de daling van de werkloosheid onder katholieke mannen in Noord-Ierland – vooral het afgenomen verschil in werkloosheid vergeleken met de protestantse bevolking – is van wezenlijk belang geweest in het behoud van de vrede. Zoals de dichter Seamus Deane in 1972, een bloedig jaar in Noord-Ierland, schreef:

The unemployment in our bones
Erupting on our hands in stones;

The thought of violence a relief,
 The act of violence a grief;
 Our bitterness and love
 Hand in glove.*

Doorbreek de vicieuze cirkel van werkloosheid en generationeel geweld – memootje voor het Midden-Oosten.

Wanneer die basale voedselverzamelaarsinstincten van de man worden onderdrukt, borrelt zijn mannelijkheid elders op. Een gedwarsboomd verlangen om productief te zijn kan omslaan in de drang om dingen kapot te maken. In een naar binnen gekeerde zelfvernietiging en een naar buiten gerichte woede. In vatbaarheid voor elke radicale of giftige ideologie die maar de ether in wordt geslingerd. Waarom het spel volgens de regels spelen als je niet eens aan tafel mag zitten? Waarom die tafel niet omvergooien?

Businessplan

Een manier vinden om de enorme, wereldwijd bestaande groep werkeloze of onder hun niveau werkende mannen passend werk te bieden, om de schrijnende sociale verschillen in het Westen te verkleinen – deze immense macro-economische problemen gaan mijn pet te boven en liggen ongetwijfeld ook buiten het vermogen van iedere welwillende wereldleider. Maar waar onze leiders – en instituten als de Verenigde Naties en de Europese Unie – rekening mee zouden moeten houden is het feit dat gekwetste mannelijkheid ernstige sociale gevolgen heeft. Hoe kan een man zich nog man voelen als hij geen economische kansen heeft?

Eveneens buiten mijn bereik, vermoed ik, ligt de taak om het

* De werkloosheid in onze benen/Vindt een uitweg in de stenen/ De gedachte aan geweld lucht op/De geweldsdaad zelf doet pijn/Onze liefde en verbittering/Als een hand in een handschoen.

werkende bestaan voor mannen wat aangenamer te maken. Maar als ik het Wereldwijde Hoofd Human Resources zou zijn, moesten die open kantoortuinen er als eerste aan geloven. Werkruimten zouden worden ontworpen ter verhoging van de productiviteit en creativiteit. Er zou een plek zijn om je volledig te concentreren (en te mediteren), maar ook een waar je je passie kunt uitleven zonder meteen tot stilte te worden gemaand. Toen de man zich in de jaren 1920 een nieuwe persoonlijkheid liet aanmeten, zijn terecht enkele karaktertrekken met het imperialisme gesneuveld. Er is geen plek meer voor intimiderende agressie; het is niet leuk wanneer een man of vrouw naar je schreeuwt. Maar helaas zijn ook de individualistische trekjes van de man geïsoleerd. In verschillende sectoren heb ik veel 'karakters' gezien, mannen met vaak briljante ideeën of authentieke sociale eigenschappen, die door bedrijfsmachines werden uitgespuugd, terwijl de kleurloze teamspeler die zich zo goed kan aanpassen, steeds hogerop komt. Steeds meer mannen censureren hun ware aard; schouderophalend castreren ze zichzelf om die glibberige carrièrepaal te beklimmen en de hypotheek te betalen.

Ook zal mijn gedroomde personeelsafdeling Maandag-Handenarbeiddag invoeren. Alle mannen met een kantoorbaan moeten elke maandagochtend fysiek werk doen ten dienste van de gemeenschap. Ik zal het lichaam van de jager-verzamelaar weer laten zweten en iets laten doen wat niets te maken heeft met iemands carrièrepad of identiteit. Laat die RSI-handjes maar eens even wapperen!

Mannen zelf dienen te kijken waar de economische wind vandaan komt. Wanneer tijdelijke banen in plaats van vaste contracten, en aangeleerde vaardigheden in plaats van twee sterke handen onze toekomst zijn, wat kunnen we dan doen om niet te worden weggevaagd?

Misschien kunnen we even diep ademhalen en naar banen kijken die van oudsher niet zo heel mannelijk zijn. In twintig van de dertig beroepen die de komende dertig jaar het snelst zullen

groeien, domineren vrouwen: werk in de verpleging, als medisch secretaresse, in de voedselbereiding.⁴³ Als we in deze groeiende sectoren willen werken, moeten we een deel van onze machobagage van ons afschudden.

Ook kunnen mannen misschien, als maximalisatie van het gezinsinkomen essentieel is, hun eigen carrière ‘opofferen’ als de vrouw het meeste verdient. En die kans is tamelijk groot, aangezien het aantal belastingbetalers in de hoogste schijf (en het aantal mensen dat meer dan een miljoen pond verdient) in Groot-Brittannië onder vrouwen sneller groeit dan onder mannen,⁴⁴ terwijl vrouwen een derde meer kans hebben om naar de universiteit te gaan dan mannen.⁴⁵ (De huidige inkomensverschillen tussen mannen en vrouwen worden kleiner, maar nog steeds verdienen voltijds werkende vrouwen in Groot-Brittannië ongeveer 9 procent minder dan mannen.⁴⁶) Als een paar zo veel mogelijk wil verdienen, maar toch één ouder in de buurt van de kinderen wil houden, dan zal de man moeten overwegen om als vader thuis te blijven werken. Dit zal voor velen niet gemakkelijk zijn: er zullen veel aangeleerde en aangeboren eigenschappen overwonnen moeten worden. Ondanks krantenkoppen die suggereren dat Amerikaanse mannen hun carrière verruilen voor de zorg van hun kinderen, ‘is het percentage van mannen met die rol in twee-oudergezinnen waarvan de vrouw werkt sinds begin jaren negentig zelfs licht gedaald’. Journalist Jordan Weissmann merkt op dat je, wanneer je alle gezinnen erbij betreft, ‘tien jaar geleden alle thuiswerkende vaders in het stadion van de Universiteit van Michigan kon zetten. Nu zouden ze passen in het iets kleinere stadion van de universiteit van Ohio’.⁴⁷

In deze hightech-economie met veel onzekerheid zouden mannen misschien ook eens eerlijk naar zichzelf moeten kijken om te leren wat hen een beetje sterker zou kunnen maken. Wanneer bij gebrek aan vaste banen voor het leven de kruk altijd zal blijven wankelen, dien je je af te vragen hoe je je leven op een andere manier zou kunnen stabiliseren. Misschien zijn er nog andere carrièremogelijkheden, of vind je iets naast je werk dat een

bevredigende bron van status, identiteit en gezamenlijkzinn kan zijn. Leer een mannelijke vaardigheid – ook een uitlaatklap voor geldingsdrang.

En sta eens stil bij wat je werkelijk gelukkig maakt in plaats van domweg af te vinken wat je *zou moeten* doen. Als je een gevoelig typetje bent, vatbaar voor status binnen de pikorde, zorg dan dat je een grote vis in een kleine vijver wordt. Maakt het verzamelen van zo veel mogelijk geld en prestige je werkelijk gelukkig, of ben je de slaaf van de genetische impuls om je status te maximaliseren en zo je reproductieve kansen te verhogen?

Zoals Yuval Harari zegt: ‘(Mensen) kiezen wat goed is voor de reproductie van hun genen, ook wanneer dat voor hen persoonlijk slecht is. De meeste mannen brengen hun leven werkend, tobbend, concurrerend en vechtend door, in plaats van in zalige vredigheid te genieten, omdat hun DNA hen aan het werk zet voor zijn eigen, zelfzuchtige doelen.’⁴⁸

Er zijn meer manieren dan ooit om je DNA tevreden te houden. Het economische klimaat mag dan wel onzekerder zijn dan in de tijd van onze vaders, maar de tijden zijn ook flexibeler. We leven in een tijdperk waarin je jezelf in een oogwenk opnieuw kunt uitvinden, je multi-inzetbare vaardigheden kunt gebruiken in een andere baan en vanaf je laptop een bedrijf kunt starten. En wanneer het je maar niet lukt om jezelf van je jachten verzamelinstincten te verlossen, kun je terecht bij een van de vele realityshows waar ze je op een onbewoond eiland dumpen.

Waar zullen we naar kijken vanavond?

Toen de man aan het begin van de twintigste eeuw in een crisis terechtkwam, ontstonden er in de populaire cultuur mythen als die van Tarzan en de cowboy. Als er een kern van waarheid zit in de uitspraak dat ‘wat we in de werkelijkheid verliezen, we in onze fantasie herscheppen’⁴⁹, dan is het evident dat de man – die en

masse naar fabrieken en kantoren werd verdreven – destijds terugverlangde naar primitieve instincten en ruige westerse mannelijkheid. De mythe van de cowboy ontstond inderdaad pas nadat hij in de werkelijkheid was verdwenen. Een van de ‘vaders’ van het westerngenre, Owen Wister, was zelf ooit effectenmaker geweest en na overspannenheid wegens zenuwzwakte naar een mannenranch gestuurd.⁵⁰ De wereld die hij en anderen opriepen was er een van dappere, vaardige, stoïcijnse mannen, die uitgestrekte prairies overwonnen en geen last hadden van verwijfdheid, vernedering op de werkvloer en ontmannelijking thuis.⁵¹

Zelf heb ik vorig jaar korte tijd doorgebracht op een cowboy-college in Scottsdale, Arizona. Onder begeleiding van Rocco, een New Yorker die van top tot teen was veranderd in een cowboy met o-benen, leerde ik op beginnersniveau lasso werpen, de handgalop en een kalfje overheersen. Ik bleek verrassend veel aanleg te hebben voor het lasso werpen, maar een hoef van het overheerste kalfje had op een haar na mijn zachte stadshoofd verbrijzeld.

Terwijl we ’s avonds op de ranch rondhingen en ik met de andere cowboys aan het kampvuur zat, vroeg ik me af welke jaloersmakende punten dit leven voor mij had. De pure schoonheid van het landschap van Arizona, het oergenot dat een kampvuur onder een sterrenhemel biedt, het temmen van dier en omgeving, de rauwe mannelijkheid waardoor ik mezelf heel nutteloos stadsvoelde – allemaal afgevinkt. Dat geen van hen een vrouw in zijn leven had, maar wel enorme o-benen, was minder. Maar ik was vooral afgunstig om de vrijheid die ze hadden. Rocco had geen baas, geen kantoorbeleid, geen evaluaties of targets, het deed hem niet wat anderen van hem vonden, hij hoefde zich niet anders voor te doen dan hij was, kon voor zijn eigen kostje zorgen en er bestonden geen fysieke barrières tussen hem en de natuur. Misschien had ik wat langer moeten blijven om mijn zenuwen aan te laten sterken.

Als mannen in de vorige eeuw al nostalgisch naar die goede

ouwe tijd wilden ontsnappen, welke werkelijkheid proberen wij nu dan te herscheppen? Het feit dat 135.000 mensen wilden meedoen aan de laatste afleveringenreeks van *The Island with Bear Grylls*, een realityserie die zich afspeelt op een onbewoond eiland, spreekt misschien boekdelen over de verlangens in onze eenentwintigste-eeuwse hoofden.⁵² Maar wat zeggen onze kijkgewoonten over de mannelijke psyche? Welke mannelijke archetypen hebben we gecreëerd? Wie zijn de Tarzans en Buffalo Bills van nú?

In grote lijnen heb je de volgende typen: mannen die leven volgens de escapistische codes uit een andere tijd of samenleving (*Game of Thrones*, *Downton Abbey*, *Rome*); mannen die deel uitmaken van een broederschap (*Sons of Anarchy*, *Band of Brothers*); eigenzinnige mannen die buiten de gebaande paden treden (24, *Breaking Bad*, *House of Cards*, *The Wire*, *The Sopranos*). Deze series zijn dan wel geen nieuwe genres – vooral niet als ze over misdaad of macht gaan – maar laten wel hardnekkige mannenfantasieën zien. (*The Sopranos* was vooral nieuw omdat die serie ook ging over de kwetsbaarheid van de man.)

De televisieserie die het gedroomde manbeeld van nu het beste weergeeft, is wat mij betreft *Mad Men*. Het huidige Wilde Westen is een reclamebureau in het Manhattan van de jaren zestig; Don Draper, de John Wayne der kantoortuinklerken. De serie is een scherpe evocatie van een tijdperk waarin de man het nog voor het zeggen had, het knetterde van de seksuele chemie, politieke correctheid nog een verre, sfeer bedervende nachtmerrie was, het zakenleven nieuwe grenzen opzocht, hedonistisch gedrag de mythe rondom jouw persoon vergrootte, mannen eruitzagen als zakenmannen, elke doordeweekse middag in een drankfestijn kon ontaarden, het werk gedaan was als je van kantoor ging, kinderen respect toonden en de hoed nog niet door hipsters was gekaapt. En je nog je eigen kamer op kantoor had.

9

Bevrijd ons van ons testosteron**Hup wie er wint!**

‘Het gaat er niet om die vent een klap te geven. Het gaat erom zelf klappen te krijgen. Kan ik het hebben? Kan ik het voelen? Kan ik verdomme überhaupt nog iets voelen in dit leven?’
Financieel analist bij een dotcom

‘Ik had nog nooit in mijn leven gevochten. Ik wist niet of ik het zou aankunnen om een stomp te krijgen en daarna weer op te staan. Mijn hele leven was gericht op vermijden: klappen vermijden, confrontaties vermijden, pijn vermijden... Als je weet dat je best wel een stomp kunt hebben, hoeft de rest van je leven niet meer te doen alsof.’

Een marketingman in Silicon Valley¹

Vechten heeft *iets*. Ook *bijna* vechten, trouwens.

Die eerste en laatste keer in mijn leven dat ik werkelijk op het punt stond te vechten, had dat meer weg van een klucht dan van *Fight Club*. Aangezien ik was gevraagd een praatje te houden tijdens een diner op vrijdagavond in een synagoge – niet echt een gelegenheid voor pugilistisch vertoon – hield ik volgens afspraak een praatje van vijfenveertig minuten over enkele hoogtepunten in mijn carrière als documentairemaker. De eerste twintig minuten gingen redelijk goed, maar op een gegeven moment hoorde ik wat gefluister, dat langzaam aanzwol tot heuse gesprekken aan de lange tafels. Het was een verloren strijd, want het was sabbat,

dus geen elektriciteit, dus geen microfoon en dus geen hoop om boven het inmiddels volledig ongeremde geklets uit te komen. Ik ploeterde voort tot aan het eind en toen ik eindelijk ging zitten schoof ik de melkvrije trifle op mijn bord wat in het rond. Het was een drukke week geweest. Dit was niet mijn manier van ontspannen. Waarom hadden ze niet de beleefdheid kunnen opbrengen hun mond te houden voor iemand die zijn vrije tijd had opgeofferd om een lezing te geven waar ze zelf geen zin in hadden? Hoe kun je trifle maken zonder de juiste custard?

Plotseling stapt er een of andere schlemiel op me af die een praatje met me wil maken. Geen probleem. We lopen naar het buffet. Ik bereid me voor op het gebruikelijke verzoek of ik een dochter of vriend aan werkervaring kan helpen.

Ik heb vaak als getuige gesproken, zegt hij. Wat fijn voor hem is.

Waar je altijd op moet letten is: hou het kort.

Top. Dank je wel, man.

En, weet je, jij ging veel te lang door. Het was saai.

Ik was gevraagd om een praatje van vijfenveertig minuten te houden, en dat heb ik gedaan.

Ja, maar je moet het echt korter houden, hoor.

Goed. Dus jij vindt het nodig om iemand die zijn vrije tijd heeft opgeofferd, hiernaartoe is gekomen en een lezing heeft gegeven van precies de afgesproken duur, te vertellen dat zijn praatje te lang en saai was?

Nou, ik heb vaak als getuige gesproken en...

Werk je voor de televisie?

Nee. Maar ik heb gezien wat je doet, en ik vind het kut.

Misschien kwam het door de drukke week. Door de pure onbeschaamdheid. Door mijn ego dat door al het geklets aan tafel was geknakt. Het ondermaatse toetje. Hoe dan ook: er trok een waas voor mijn ogen. Woorden konden niet meer uitdrukken wat ik wilde overbrengen.

Mijn oude schoolvriend Dan zat aan een tafeltje vlakbij. Volgens hem had hij sinds groep acht niet meer zo'n manoeuvre gezien. Hij zag me vooroverhellen en de man bij zijn das grijpen

en hoorde me zeggen: 'Laten we dit buiten uitvechten.' Terwijl ik hem bij zijn insnoerende das naar de uitgang trok, lieten andere gasten hun dessertlepels vallen om tussenbeide te komen. De grote knokpartij op vrijdagavond in de synagoge werd afgewend. De schlemiel ging zitten en zweette peentjes.

Ik moet bekennen: wat een roes! Wat een verrukkelijke uitbarsting van vecht- en vluchthormonen, die voor de verandering eens werden toegepast en het er niet bij hadden laten zitten. Mijn eer was bezoedeld, ik was respectloos behandeld, en voor het eerst handelde ik als een redeloze man. Ik ging naar huis maar was te opgefokt om te slapen. En de volgende ochtend voelde ik me ongelooflijk opgelucht dat het bij wat getrek aan een stropdas was gebleven.

Ik begrijp waarom die jongens in Silicon Valley zich agetrokken voelen tot de vechtclubs die dankzij het succes van de film zijn ontstaan. Als je de hele dag doorbrengt in een steriele, serotonine-absorberende ruimte, snak je ernaar om *iets* te voelen en de ongetemde hormonen van de hollenman uit te laten. Dat gevoel had ik niet alleen 's ochtends na mijn bijna-gevecht, maar zeker ook tijdens de tien dagen durende cursus Krav Maga die ik in Noord-Israël heb gevolgd. Aangezien we nog geen plannen hadden voor het nieuwe jaar, had mijn broer mij en twee vrienden enthousiast gemaakt voor een cursus in deze rauwe vechtkunst, die in de jaren veertig van de vorige eeuw was ontwikkeld om de fascistten te lijf te gaan. Nu is het de meest geliefde vechtsport bij mannen die niet alleen voor het Israëlische leger, maar ook voor speciale eenheden elders in de wereld hun tegenstanders een maximum aan pijn willen toebrengen (en die op het witte doek door Bauer en Bourne wordt nageaapt). Al bij de kennismakingsronde had ik kunnen weten dat dit geen Club Med zou worden.

Hi, ik ben Vlad. Ik werk als lijfwacht in Moskou en ben hier om nieuwe aanvals- en verdedigingstechnieken te leren.

Mijn naam is Vasily, ik ben specialist gemengde vechtkunsten en wil als lijfwacht harder worden.

Ik ben Dmitry (blijft staren).

Hoi, ik ben Jake, reservist bij de Amerikaanse marine, ik doe al vijftien jaar aan karate en heb zwarte band, 5e dan.

Eh, hoi, mijn naam is Tim. Ik doe al zes jaar aan yoga.

Tien dagen lang werd ik gestompt, geschopt en bij de keel gegrepen, door nepmessen gestoken en met nepgeweren bedreigd; ik kaatste van de ene naar de andere Russische torso, vuurde pistolen af, ontsnapte aan overvallen op de auto, rende over het strand terwijl ik door ex-officiëren werd afgeblaft en deelde héél soms zelf een klap uit. Het waren tien te gekke dagen. Ik sliep als een roos, maakte goede voornemens, trok spontaan sprintjes (wat ik alleen sportievelingen op de campus ooit had zien doen) en voelde enkele ondefiniceerbare, ondervoede wortels van mannelijkheid opnieuw tot leven komen.

Man krijgt kick van vechten: daar hoor je niet van op.

Elk Brits marktstadje is op zaterdagavond een kruisvat van provinciale geweldsdreiging waar iedere verkeerde blik met een tik kan worden afgestraft. In St. Andrews was de regelmaat waarmee oud-leerlingen van Eton buiten bij de snackbar klappen kregen, zo groot, dat de plaatselijke straatschoffies volgens een rooster leken te werken. Het hoort allemaal bij onze gekoesterde nationale traditie in het op de vuist gaan: begin twintigste eeuw was maar liefst de helft van de mannen uit de arbeidersklasse ooit voor kleine geweldsdelicten of diefstal gearresteerd. Zoals een kerel zich herinnerde: ‘Toen ik achttien was, wist ik dat je vier dingen moest doen om te bewijzen dat je een man was: vechten, werken, neuken en zuipen.’²

Frankrijk toonde uiteraard meer stijl in zijn agressie. Terwijl de Britten aan het begin van de vorige eeuw nog in provinciale pubs met elkaar op de vuist gingen, schikten Parijzenaars hun geschillen op elegante wijze met een duel – in de Franse hoofdstad vonden er wel twaalf per week plaats.³ De Franse erecode was zo sterk dat er in Lille zwaarden werden getrokken om de schoonheid van een vrouwenhand en in Straatsburg om het kaliber van een paard.⁴ Menig duel ging over vrouwen. Nadat Monsieur

Charles de Bourg zijn vrouw met een andere man had aangetroffen, vermoordde hij haar. Tegen de rechter zei hij: 'Ik was een losgeslagen beest; wanneer ik in mijn eer word aangetast, weet ik hoe ik voor mezelf moet opkomen.' De rechtbank sprak hem vrij en bestrafte de andere man voor zijn lafheid, omdat hij de dame in kwestie niet verdedigd had.⁵ In 1967, toen Amerika nog dieper in de Vietnamoorlog werd gezogen en er oorlog uitbrak in het Midden-Oosten, maakten in een Frans stadje de burgemeester en zijn rivaliserende loco zich op voor wat het laatste duel van het land zou worden.⁶

De evidente agressie van nu lijkt minder heftig dan de twintig-passen-bij-dageraad-variant. Maar gefnuikte mannelijkheid kan, zoals we hebben gezien, leiden tot afschuwwekkende schietpartijen op de werkvloer en het schoolplein en het aantal benderelateerde moorden in de vs doen pieken (terwijl het aantal geweldsmisdrijven in het Westen juist in het algemeen afneemt).⁷ Aan het thuisfront, huiselijk geweld: hoewel sinds 1995 met veertig procent gedaald, ervaren in Groot-Brittannië nog steeds meer dan één miljoen vrouwen per jaar een incident; de toename in het aantal veroordelingen laat zien dat de autoriteiten het probleem eindelijk serieus nemen.⁸

Tussen twee haakjes: als het waar is dat mannen en vrouwen steeds meer op elkaar lijken – van overeenkomstig seksueel gedrag tot de toename van typisch mannelijke ziekten als hartkwalen onder vrouwen, mogelijk wegens werkstress – dan is misschien ook een van onze minder wenselijke trekjes besmettelijk gebleken. Er zijn aanwijzingen dat geweld door vrouwen is toegenomen: in Australië worden steeds meer vrouwen van mishandeling beschuldigd, in het vk is het afgelopen decennium het aantal door vrouwen gepleegde geweldsmisdrijven verdubbeld.^{9, 10} Ook binnenskamers neemt het geweld toe: in Groot-Brittannië maken mannen ongeveer veertig procent uit van alle slachtoffers van huiselijk geweld – ongeveer 800.000 mannen.¹¹ En het aantal vrouwen dat wegens huiselijk geweld in Engeland en Wales is veroordeeld, was in de vijf jaar voor 2011 meer dan verdubbeld,

tot ongeveer vierduizend.¹² Gezien de moed die een man bijeen moet schrapen om op een politiebureau aangifte te doen omdat hij door zijn vrouw is belaagd – en de schandalige afwezigheid van opvangplaatsen voor mannen – blijft het gissen naar het precieze aantal mannen dat door hun echtgenote of vriendin wordt mishandeld. Het is een machteloos makend taboe – louter omdat het indruist tegen ons manbeeld – dat zelden op de radar verschijnt.

Geweld kan een verschrikkelijk spoor nalaten, en families, buurtcentra, scholen en gevangenissen met de gevolgen laten zitten, nadat mannen zich hebben afgereageerd op het gebrek aan kansen en alleen maar met wapens of door bendevoering respect kunnen afdwingen. Hoe goed vrouwen ook hun best doen om al mishandelend en kwetsend de kloof tussen de seksen te verkleinen, geweld blijft het domein van mannen, die in Engeland 80 procent van de geweldsmisdrijven plegen (en er voor 62 procent slachtoffer van zijn).¹³

Maar laten we deze nihilistische vorm van geweld even rusten en terugkeren naar de jongens uit Silicon Valley die de ganse dag naar hun scherm staren en pas voelen dat ze leven wanneer er een regen klappen op hun hoofd neerdaalt; naar de innerlijke harmonie die ik voelde toen ik me verdedigde tegen de gesimuleerde messentrekkerijen van woeste lijfwachten. Bestaat er zoiets als ‘goede’ agressie waar we aan mogen toegeven, die bij de man is ingebakken? Zijn mannen gemaakt om te vechten?

Geknipt voor harige mammoeten

De victorianen dachten zeker van wel, toen ze zich ernstig zorgen maakten over mannen die vervrouwelijkten en hun imperiale ballen dreigden te verliezen. Zo ernstig zelfs, dat ze mannelijke agressie verbonden met religieuze deugdzaamheid, wat leidde tot de beweging Muscular Christianity. Jezus werd door predikanten

neergezet als ‘de grootste vechtjas ooit’.¹⁴ Mannelijkheid was naast goddelijkheid een ‘tegengif voor verwijfdheid’.¹⁵ De georganiseerde sport was de ketel waarin dit Bijbelse gebeuk werd losgelaten: dicht bij Jezus zijn, betekende met je kop tegen de reet van een andere verdraaid vrome kerel in de scrum staan. Wat was begonnen als een nobele strijd voor Britse kostschooljongens op het rugbyveld, inspireerde christenen in de vs en Australië tot de oprichting van bewegingen als YMCA en de Boy Scouts, en droeg bij tot de groeiende populariteit van boksen, honkbal, gewichtheffen en atletiek. Bij één Fransman werd een snaar geraakt tijdens het lezen van *Tom Brown's Schooldays* (De schooltijd van Tom Brown) en zijn bezoek aan de particuliere kostschool van Rugby: baron Pierre de Coubertin, de grondlegger van de huidige Olympische Spelen.¹⁶

Die victorianen – die ik hierbij bedank voor hun duurzame nalatenschap van genadeloze koude douches op school – vonden dat in een knokpartij het beste uit de man werd gehaald. Bij sommigen roept de sportdag op school een niet-aflatende stroom deprimerende herinneringen aan opschepperige bullebakken, fascistoïde gymleraren en een mond vol zand op. Maar waar de victorianen aan appeleerden was de eeuwigdurende hang onder mannen naar risico's en ruigheid. Negentiende-eeuwse jongens hadden zelfs een uitdrukking voor iets gevaarlijks doen louter omwille van de spanning: ‘doing a stump’, in moeilijkheden komen.¹⁷ Australische tienerjongens in de Northern Territories hebben een speciaal woord om met een auto offroad door het land te crossen, vaak tot er niets meer dan een wrak van over is – ‘bush bashing’.¹⁸ Dat taxichauffeurs in Duitsland die een antiblokkeersysteem in hun wagens hadden geïnstalleerd, alleen maar harder gingen rijden en evenveel ongelukken kregen als voorheen, bewijst dat we ons diep vanbinnen aangetrokken voelen tot gevaar (de wet van de risicocompensatie, mocht dit begrip je zijn ontschoten).¹⁹ En dit verlangen zou wel eens uit onze bebrading kunnen voortkomen.

Hoogleraar psychologie aan de universiteit van Delaware,

dr. Marvin Zuckerman heeft ontdekt dat sensatiezucht een genetische component heeft die mensen aanzet tot het nemen van risico's, en ja, die komt vaker voor bij mannen. Mannen scoren bijzonder hoog als het gaat om spanning en sensatie zoeken.²⁰ Wetenschappelijk uitgedrukt: de verschillen tussen een 'lage' en een 'hoge' sensatiezoeker zijn daadwerkelijk aan te wijzen in de uiteenlopende elektrochemische reacties in de cortex van de hersenen en, biochemisch gezien, in de niveaus van de enzymsoort monoamine oxidase. De neiging om gevaren op te zoeken is het sterkst aanwezig aan het einde van onze tienerjaren en als we begin twintig zijn, en neemt met het testosteronniveau geleidelijk af naarmate we ouder worden.²¹ Dat wil niet zeggen dat alle mannen geprogrammeerd zijn tot hoge sensatiezoekers; er zit een verloop in, en de meeste mannen zitten in het midden.

Dat we graag hard rijden, vechten en uit vliegtuigen springen is terug te voeren op het lichaam van de jager-verzamelaar waar we nog steeds in rondlopen.

'In het verleden bevredigde alleen al onze overlevingsstrijd onze sensatiezucht,' zegt dr. Zuckerman.²² 'De jacht op grote en gevaarlijke jachtdieren door mannen, vereiste een belustheid op spanning en sensatie die bovendien bijdroeg aan het succes van het menselijke ras. Door de millennia heen vond de man in gevechten en oorlogen een uitlaatklep voor zijn hang naar avontuur.

'Paren, ook dat was een gevaarlijk spel waarvoor je risico's moest nemen. Vanwege het natuurlijke taboe op incest moesten mannen een partner zoeken buiten de eigen kleine kring, soms bij vijandige groepen.'

De harige mammoeten zijn uitgestorven, maar nog steeds willen we ons bloed sneller laten stromen.

'Het moderne leven, met zijn beschermde culturen en terugdringing van oorlog, heeft de behoefte aan opwinding niet doen verdwijnen. Sommige mensen zoeken het bij andere mensen, in relaties en seks. Anderen hebben meer sensatie nodig, gaan hanggliden of bungeejumpen. Maar het meest uit onze sensatie-

zucht zich in roekeloos rijgedrag. Mijn werk heeft aangetoond dat mensen een basale behoefte aan opwindning hebben – en op de een of andere manier zullen ze die bevredigen.’²³

Terwijl ik op redelijke snelheid met mijn scooter door de stad rijd (behalve wanneer mijn vriendin mij ontrouw is geweest) en ik ski als een omaatje uit Florida, voelt mijn oudere broer Mark zich het gelukkigst boven op een berg van 7.000 meter, op een racecircuit met zijn motor van 1200 cc of tijdens een vrije val uit een vliegtuig.

De perikelen uit onze kindertijd hebben van mij een aandachtstrekker gemaakt en van hem een archetypische sensatiezoeker. Het scherpe randje van de waaghals is eraf dankzij twee kinderen en een volledige baan, maar, zegt hij: ‘Ik ben altijd dol geweest op dingen als bergbeklimmen op grote hoogten. Dan pas voel ik dat ik leef, voel ik me “mezelf”. Ik voel me altijd licht gedepriemd wanneer het niet kan. Het is geen adrenalineverslaving; integendeel, ik voel me juist uitzonderlijk rustig wanneer ik aan een ijsrand bungel of aan diepzeeduiken doe.’ (Inderdaad, door die rust op momenten van grote spanning zijn deze mensen vaak goede reddingswerkers.)

Maar waar moeten we, met onze huidige sedentaire, ondermijnende manier van leven, heen met onze ‘vechtlust’?²⁴ Hoe vinden we in de wereld van vandaag een uitweg voor die goede agressie en die risico’s nemende elektrochemische stoffen en enzymen?

Voor jongens is dat nog niet zo gemakkelijk. Het is alweer lang geleden dat ik *Tom Brown’s Schooldays* heb gelezen, maar ik herinner me niet dat er een zevenjarige in werd geschorst omdat hij tijdens het speelkwartier een ‘denkbeeldige’ granaat had gegooid en daar een sissend geluid bij had gemaakt (Colorado),²⁵ of omdat hij een koekje in de vorm van een geweer had gekauwd (Baltimore);²⁶ noch herinner ik me dat er een bovenbouwer van school gestuurd werd en door de politie verhoord omdat hij op de laatste schooldag een taart naar een leraar had gegooid (Altrincham).²⁷

Het zou trouwens nog knap lastig worden om Tom Brown in deze tijd een rugbywedstrijd te laten spelen: in de jaren tachtig en negentig van de vorige eeuw zijn er zo'n tienduizend speelvelden in Groot-Brittannië verkocht.²⁹ Hij zou verschrikkelijk teleurgesteld zijn in zijn vriendjes in Amerika, waar slechts een kwart van de kinderen voldoende beweging krijgt.²⁹ Begin maar niet over de vele obesitas-gevallen. Ook de kansen om op avontuur te gaan zijn enorm afgenomen: binnen één generatie, sinds de jaren 1970, is de 'actieradius' van kinderen – de omgeving rondom hun huis waar ze zonder toezicht mogen spelen – met bijna negentig procent afgenomen.³⁰ *De vijf op avontuur aan het einde van de straat.*

Als voorproefje op de mannen die ze onvermijdelijk zullen worden, brengen Britse kinderen van elf tot vijftien jaar ongeveer de helft van de tijd voor een scherm door.³¹ Schermverslaafd kind op de bank wordt zittende kantoorman; hij zal geen druppel zweet verliezen of de zon op zijn rug voelen branden, die vroeger het overhemd van bijna al zijn voorouders verbleekte. Is allang losgezongen van de eens geroemde idee dat het bedrijfsleven het moderne substituut voor oorlog zou zijn: geen bloedvergieten noch destructie, maar wel dezelfde mannelijke deugden.³² Hij is te overwerkt, gespannen en gedemotiveerd om van de bank te komen, laat staan om te vrijen. Als er in de afgelopen twintig jaar twee ontwikkelingen de verkeerde kant op zijn gegaan, zijn het deze: terwijl het gemiddeld aantal keren dat een Britse man per maand seks heeft, is gezakt van vijf naar drie, is het aantal Amerikaanse mannen dat niet aan beweging doet verviervoudigd (naar 44 procent).³³ Vier keer minder fit, bijna 50 procent minder seks. God zegene de vooruitgang.

In een boksschool in het zuidoosten van Londen – met oud zweet in versleten oefenhandschoenen en vergeelde krantenknipsels over legendarische triomfen aan de muur – loodst een oud-wereldkampioen een groepje mannen door hun trainingroutines. Duke McKenzie, een kwieke man van begin vijftig, huppelt door

de ring, steekt oefenhandschoenen in de lucht en geeft merkwaardig troostrijke bemoediging vanachter zijn zwartgerande bril. Voor de meesten van ons is het al een prestatie om aan sport te doen; voor sommigen van deze mannen is alleen al de deur uitgaan om hier te komen een grote overwinning op hun verlamende sociale angst. Als iets de kracht van goede agressie laat zien – agressie die onszelf weer met ons lijf en onze hormonen in contact brengt – dan is het Duke's sportschool.

Lee, een kerel van een meter tachtig, getatoeëerd, herinnert je er stevig aan dat psychische problemen onder elke verpakking kunnen schuilgaan. Hij is een van de mannen die door de organisatie Mind naar deze sportschool is gestuurd. De eerste drie keer dat hij hier kwam, had hij zich bij de ingang omgedraaid. Hij heeft last van zware depressies en angsten. 'Ik durf het huis niet uit. Ik heb de neiging mezelf te verbergen, zelfs voor mijn familie. Het is zwaar voor me, en echt nog veel erger voor mijn familie,' zegt Lee over zijn moeilijke perioden. 'Je raakt ontzettend gefrustreerd als je geen echte man kunt zijn, als je niet in staat bent de dingen voor je familie te doen die anderen normaal vinden.'

Sinds de vierde poging heeft Lee niet meer omgekeken. Naast medicijnen en therapie, zijn de bokslessen een vast onderdeel van zijn behandeling. 'Het heeft me geholpen om te beseffen dat ik, nou ja, een ziekte heb, maar dat ik niet zo waardeloos en nutteloos ben als ik altijd dacht. Het heeft me op gang gebracht. Ik eet beter, ik slaap beter, ik ben minder agressief, terwijl ik vroeger snauwerig of bot tegen mensen kon zijn.

'Het belangrijkste is dat ik mezelf weer een beetje leuk kan vinden, nu ik zie dat ik iets kan bereiken. Dit zou door artsen voorgeschreven moeten worden.'

Duke, die op weg naar wereldtitels in drie verschillende gewichtsklassen twintig tegenstanders knock-out heeft geslagen, ziet veel mannen en jongens van alle rangen en standen in zijn sportschool. En veel woede.

'Ik heb veel boze mannen in mijn sportschool, dat is waar. Het

leven kan mensen boos maken. Het legt een druk op mannen waar ze niet mee kunnen omgaan. Veel mensen kunnen hun rekeningen niet betalen, hebben problemen met andere mensen of hun familie.’

‘Hier kunnen ze hun angsten, en welke natuurlijke agressie ze ook in zich hebben, op een positieve manier ventileren.’

Oorlog en tevreden

Onze gespierde victorianen zouden Duke’s sportschool wel hebben kunnen waarderen.

Aan het einde van het hoofdstuk ‘Het gevecht’ in *Tom Brown’s Schooldays*, roept de schrijver van het boek, Tom Hughes – zelf bokstrainer – jongens op om gevechten te vermijden. ‘Maar zeg niet “nee” uit angst voor een pak rammel, en ook niet uit vrees voor God, want dat is christelijk noch eerlijk. En als je vecht, vecht het dan uit; geef niet op zolang je nog rechtop staat en kunt zien.’¹

Anderen vonden een robbertje vechten alleen niet genoeg; de ware mannelijke deugden konden alleen maar in de oorlog worden gevormd. De toekomstige president Theodore Roosevelt, nadat hij zijn neurasthenie op een mannenranch in Dakota had overwonnen, schreef in 1895: ‘Dit land kan wel een oorlog gebruiken.’² Want: ‘Het grootste gevaar van een lange vreedstijd voor een land is, dat het vrouwelijke neigingen bij jongemannen kan losmaken.’³ De 65 miljoen mannen die niet lang daarna in de Eerste Wereldoorlog zouden vechten – en de ongeveer negen miljoen mannen die nooit zouden terugkeren – konden zichzelf dus als afdoende ‘ontvrouwelijkt’ beschouwen.

Een van die miljoenen, ineengedoken in een verschrikkelijke loopgraaf in niemandsland, schreef: ‘Onder deze omstandigheden, in deze natte kou, verstoken van ieder gemak, voel ik me gelukkig en tevreden in een mate die ik maandenlang niet heb gekend.’⁴ De schrijver was Winston Churchill. Na de vernederende mislukking van zijn Gallipoli-campagne nam Churchill

ontslag als hoofd van de admiraliteit en raakte hij in een van zijn zware depressies. Hij meende dat hij zijn beste tijd gehad had en liet zich naar het front sturen. Daar, in die kroes van menselijke verschrikkingen, kwam Churchill weer tot leven.

‘Ik vrees dat er een vloek op mij rust, want ik ben dol op deze oorlog. Ik weet dat ieder moment de levens van duizenden aan gruzelementen worden geslagen, maar toch, ik kan het niet helpen, ik geniet er elke seconde van,’ schreef hij in 1916 aan een vriend.⁵

Churchill is zeker niet de enige die vreugde vond in een van de gruwelijkste der oorlogen. Scenarioschrijver William Broyles jr. diende in Vietnam en kreeg een onderscheiding. Ondanks de wreedheid en de zinloosheid schreef hij erover: ‘Ik mis het, want ik hield ervan, ik hield ervan op een vreemde, verontrustende manier.’ Hij probeerde te analyseren ‘waarom bedachtzame, liefhebberende mannen van oorlog kunnen houden, ook al kennen en haten ze die’. De redenen die hij noemde, waren:

- ‘De liefde voor oorlog komt deels voort uit de grote intensiteit waarmee we die ervaren; de aantrekkingskracht ligt in de diep menselijke drang om ergens getuige van te zijn, om gebeurtenissen te zien, om de ‘lust voor het oog’ zoals het in de Bijbel wordt genoemd, of het ‘neuken met je ogen’, zoals de mariniers zeggen. Oorlog zet de tijd stil, intensificeert de ervaring tot een pijnlijke extase.
- Oorlog vervangt de grauwheid van het dagelijkse leven door een griezelige, serene helderheid. In een oorlog is meestal duidelijk wie je vijand en wie je vriend is, en hoe je met beiden moet omgaan.
- Oorlog is een wreed, dodelijk spel, maar het blijft een spel, het beste dat er is. En mannen zijn dol op spelletjes. Je kunt terugkomen van een oorlog, geestelijk of lichamelijk gebroken, of niet terugkomen. Maar als je heel terugkomt, dan beseft je dat je delen van je ziel hebt ontdekt die voor de meeste mannen hun leven lang onbekend zullen blijven. Nog

nooit heb ik zoiets complex of creatiefs bestudeerd als de tactieken van kleine eenheden in Vietnam. Geen sport die ik in mijn leven heb beoefend heeft me zo'n diep bewustzijn van mijn lichamelijke en emotionele grenzen gegeven.⁶

Toen Teddy Roosevelt verklaarde dat de vs 'wel een oorlog kon gebruiken', sprak hij tot een generatie die enorm veel ontzag had voor degenen die dertig jaar eerder in de Burgeroorlog hadden gevochten. Toen de nog jonge, voor de universiteit klaargestoomde schrijver Phil Caputo vrijwillig naar Vietnam ging, zag hij de stunts voor zich van de mannen die twintig jaar daarvoor in de Tweede Wereldoorlog hadden gevochten: 'Ik zag mezelf een ver bruggenhoofd op het strand bestormen, als John Wayne in *Sands of Iwo Jima*, en als een zongebruinde soldaat met eretekens op mijn borst terugkeren.'⁷ We zijn allemaal grootgebracht met het idee dat vechten voor je land, bereid zijn je leven voor een hoger doel te offeren, de ultieme daad is. Het toppunt van mannelijkheid. 'Jee, ik wou dat ik een man was. Dan zou ik bij de marine gaan',⁸ aldus de botte tekst op een wervingsposter in de Eerste Wereldoorlog; tegenwoordig spoort het Britse leger jongemannen aan om 'de beste te zijn'. In het verleden hebben mannen het fascisme verslagen; welke betekenisvolle of heroïsche daad kunnen wij daar tegenoverstellen?

Hetgeen misschien verklaart waarom de Tweede Wereldoorlog ons blijft fascineren. Alleen al in het afgelopen decennium zijn er meer dan vijftig wo ii-films uitgebracht, waarmee het totaal op meer dan 1.300 komt (veel meer dan welk ander conflict ook, en tien keer zoveel als het aantal films over de Eerste Wereldoorlog).⁹ Vergeleken bij alle grote oorlogen daarna – Korea, Suez, Vietnam, Afghanistan, Irak – blijft de oorlog van 1939-1945 de laatste pure uitdrukking van het goede versus het kwade, van de man die ons huis en ons land beschermt tegen existentiële gevaren. In het decennium waarin we naar Irak gingen en in Afghanistan verzandden, nam het aantal wo ii-films met meer dan vijftig procent toe: 86 in de jaren negentig van de vorige eeuw

en 180 in de jaren nul. Een baken van zekerheid in de militaire en morele chaos. En misschien hield men de vlam *oorlog = heldendom* cinematografisch brandend om voldoende jongemannen te werven voor het slinkende aantal vacatures dat het leger tegenwoordig moet vullen.

‘Het nadeel is dat er momenteel eigenlijk geen oorlogen worden gevoerd,’ aldus de baas van het bedrijf dat was ingehuurd om soldaten voor het Britse leger te werven, toen hij de politiek moest uitleggen waarom het aantal rekruten zo gedaald was. Het afgelopen jaar nam het leger 6.198 beroepsmilitairen aan – een derde minder dan het beoogde doel.¹⁰ ‘Mannen gaan liever het leger in wanneer er werkelijk iets te doen valt ... U kunt me dan wel boos aankijken, maar zo is het echt.’¹¹ Als zijn tegenhanger bij is zou worden verhoord door hun versie van deze keurige parlementaire commissie, dan zou, vermoed ik, niemand hem nijdig aankijken.

Men schat dat 20.000 buitenlandse rekruten, onder wie ongeveer 3.500 uit het Westen, zich hebben aangesloten bij de gelederen van de plaatselijke is-strijders in Irak en Syrië.¹²

Het is onmogelijk te zeggen wat een jongeman – de buitenlandse jihadstrijder is meestal een man van tussen de achttien en negenentwintig jaar¹³ – ertoe brengt België, Duitsland, Denemarken, Frankrijk, Groot-Brittannië of Amerika te verlaten en naar Kobani te gaan om een kalifaat te stichten. Er is niet één ‘weg’ om terrorist te worden; niet één sociaaleconomische achtergrond, niet één bepaalde religieuze opvoeding, al wordt het fanatisme van de bekeerling als een factor gezien.¹⁴ Ik kan me voorstellen dat een vorm van onderdrukte of gestoorde mannelijkheid eveneens een rol speelt. Bijvoorbeeld bij vervreemde jongemannen, op zoek naar respect of zingeving, mogelijk met een onderdrukt seksleven, die diep onder de indruk zijn van het militaire heldendom zoals dat in verspreide videofragmenten online wordt weergegeven; films die dezelfde snaar raken als *Sands of Iwo Jima* ooit bij Vietnamveteranen deed.

Op de foto van vijf jongemannen uit Portsmouth – de ‘Pompey Lads’ – genomen door de luchthavenbeveiliging van Gatwick, lijkt een willekeurig groepje jongens in kleding van Top Man of Gap te staan, op weg naar hun vakantiebestemming of vrijgezellenfeest. Deze jongens (en nog iemand van buiten Portsmouth) vlogen naar een Turks resort en trokken vandaar naar Syrië om zich aan te sluiten bij de strijd. Van de zes zijn er nu vier dood – onder wie een voormalige supervisor bij kledingketen Primark – is er één waarschijnlijk nog daar, en zit er één in een gevangenis in Groot-Brittannië, nadat hij zijn jihad op de zeventiende dag had gestaakt (omdat hij corvee had en onderbroeken moest was- sen).¹⁵ De onderbroekenwasser bekende dat hij zijn groep de *Britani Brigade Bangladeshi Bad Boys* had willen noemen. Het zou bijna komisch zijn geweest als de Bad Boys niet op weg waren geweest naar de meest barbaarse, duivelse bende die de wereld sinds de nazi’s heeft gekend.

Als het bewijzen van hun mannelijkheid het doel was, dan za- ten ze goed bij is, die het beeld van hypermannelijkheid tot on- gekende hoogten heeft gebracht: gevangen vrouwen en meisjes worden systematisch verkracht en seksueel mishandeld, er zijn richtlijnen volgens welke ‘het is toegestaan gemeenschap te heb- ben met een slavin die nog niet heeft gemenstrueerd, mits ze geschikt is voor gemeenschap’, homomannen worden van gebou- wen gesmeten, westerse krijgsgevangenen vernederd en er zijn zelfs trouwcentra opgericht waar vrouwen zich kunnen inschrij- ven als ze met een strijder willen trouwen.¹⁶

We willen niet te veel factoren en verklaringen bedenken waar- om iemand terrorist wordt. Niet alleen omdat het dan bij specu- leren blijft, maar ook omdat je er de neiging van krijgt de vrije wil te vergeten. Je gaat denken dat deze jongens ‘producten’ zijn van de omstandigheden, in plaats van mannen die bewust beslo- ten hebben in een vliegtuig te stappen voor een heilige oorlog. Maar als we de aantrekkingskracht van is willen verklaren, dan moeten we daar ook gefnuikte of geperverteerde mannelijkheid bij betrekken.

Als deze jongemannen, wandelend door de zuidelijke terminal van Gatwick met hun zonnebrillen op en in hun vrijetijdskleding, meenden dat ze voor de goede zaak gingen strijden – vergelijkbaar met de Internationale Brigades die naar Spanje trokken om in de jaren dertig tegen de nationalisten te vechten – dan is het interessant om te kijken naar de tientallen (misschien wel honderden) andere westerlingen die naar dezelfde oorlog op weg waren, met dezelfde gedachte, maar zich hebben aangesloten bij de andere partij. Beurshandelaren, docenten, surfleraren uit Florida en veel ex-soldaten – die ruiterlijk toegeven dat ze het oorlog voeren missen – vechten nu zij aan zij met Koerdische militairen tegen de Islamitische Staat. Een foto van een buitenlands legioen anti-Is-strijders toont een tiental vrije jongens die, poserend als een voetbalteam, in uniformen in verschillende stadia, trots hun geweren in de lucht steken. Het heeft nu al een nostalgisch Tweede Wereldoorlog-tintje.

Vechten tegen Is – meer kan een man niet doen als hij het absolute kwaad wil bestrijden. Als hij wil doen wat zoveel mannen voor hem hebben gedaan: zijn leven wagen voor de goede zaak. Als hij op nobele wijze wil toegeven aan die neiging om risico's te nemen.

'Ik zat aan mijn bureau in Londen, had een vaste baan in de City. Dagelijks zag ik op mijn computerscherm de vreselijkste misdaden gepleegd worden in het Midden-Oosten. Ik wilde gewoon iets doen.'¹⁷

Harry, een voormalige leerling van een particuliere kostschool, gaf zijn kantoorbaan als beurshandelaar eraan en stapte zonder enige militaire opleiding in het vliegtuig om zich aan te sluiten bij een Koerdische militie. Hij bewaarde een handgranaat in zijn broekzak, voor het geval hij door Is krijgsgevangen zou worden genomen.¹⁸

'Ik was bereid om te sterven en te doden. Ik wist waaraan ik begon. Ik ben er vijf maanden geweest, ik heb veel gevechten gezien en nam deel aan twee grote operaties. De Islamitische Staat schoot op mij, ik schoot op hen.

‘De mensen tegen wie we in de Islamitische Staat vochten zijn, eh, barbaars. Men zal begrijpen waarom ik gegaan ben.’¹⁹

De strijd gaat door

In een rustig landhuis aan de M25 in Surrey, ongeveer dertig kilometer ten zuiden van Londen, probeert een groepje mannen in een kring te begrijpen waarom zij gegaan zijn. Waarom ze naar Irak, Afghanistan, Bosnië, Belfast, de Falklands zijn gegaan; en hoe ze terugkwamen.

Wie soms in een machostemming denkt dat oorlog iets romantisch heeft, moet eens een paar dagen meelopen met de cliënten van hulporganisatie ‘Combat Stress’. Of ben je regeringsleider en wil je de menselijke keerzijde van het slagveld zien, schuif dan eens aan bij een van de therapieën die hier worden gegeven. Luister naar de matroos die zich aan boord van *HMS Sheffield* bevond, toen die meer dan dertig jaar geleden in de Falklandoorlog tot zinken werd gebracht. Soms, vertelt hij, is het ‘een compleet bloedbad in mijn hoofd... Mijn oorlog is nog niet voorbij.’ Luister naar Frank, die acht jaar als paramilitair in Noord-Ierland heeft gediend, als hij vertelt hoe hij onlangs in een café plat op de vloer ging liggen toen hij een scherpschutter meende te zien, terwijl er aan de overkant alleen maar een raam werd opengezet. Ga naast Alex zitten, een oud-Royal Engineer die in de eerste Golfoorlog, in Rwanda en in de Balkan heeft gediend, en soms zo’n zware hoofdpijn krijgt dat hij meteen moet gaan zitten en slapen.

De dagen en nachten van deze mannen staan nog steeds volledig in het teken van gevechten die ze decennia geleden hebben gevochten; deze mannen dragen de psychische wonden van PTSS, met bijbehorende flashbacks, angsten en depressies, en het drugs- en alcoholmisbruik om de pijn te verzachten. Na dertig jaren van zelfvernietiging kreeg Frank de diagnose PTSS en de hulp die hij zocht. Veel ex-soldaten kunnen niet eens meer hulp vragen of

ontvangen. Er zijn meer veteranen van de Falklandoorlog die zich van het leven hebben beroofd dan er tijdens de strijd gesneuveld zijn. Dat geldt nu ook al voor de Britse, Australische en Amerikaanse troepen die in Afghanistan hebben gevochten.²⁰ Zo hoog is inderdaad de psychische druk die deze verre oorlogen met dubieuze motivatie en weifelachtige steun aan het thuisfront veroorzaken, dat in 2012 het aantal Amerikaanse soldaten die in *actieve dienst* zelfmoord pleegden (177), groter was dan het aantal dat in het oorlogsgebied was gesneuveld (176).²¹ Het oorlogstrauma bleek dodelijker dan de taliban.

Bij Combat Stress wordt, naast de traditionele gesprekstherapieën en medicijnen nóg een methode gebruikt om de psychische wonden te helen: kunst. Ieders laatste restje stereotiep machogedrag verdwijnt op slag bij de ingang van het kunstlokaal, waar op de achtergrond klassieke muziek klinkt en een groepje veteranen uiterst geconcentreerd houtskool- en potloodtekeningen maakt van de ziekmakende oorlogsbeelden die bij hen naar boven komen. Kunst wordt ingezet om het verschanste trauma los te wrikken, zodat er vervolgens over gepraat kan worden. Sommige kunstwerken aan de wanden zijn huiveringwekkend mooi. Alex, de Royal Engineer, heeft fascinerende sculpturen gemaakt die uitdrukken hoe het voelt om in een val te zitten.

Steve, een lichte infanterist die zeventien jaar lang met niet-gediagnosticeerde PTSS heeft rondgelopen, heeft een lugubere, boos kijkende schedel geschilderd. 'Door te schilderen houd ik de gedachten en herinneringen buiten de deur. De afgelopen drie jaar heb ik momenten gekend waarop ik mezelf uit de weg wilde ruimen. Zonder de kunst en de hulp zou ik hier niet meer zijn.'²²

De visie van Caesar, dat oorlog onvermijdelijk is, een uitvloeisel van natuurlijke mannelijke agressie, heeft eeuwenlang standgehouden. In heel Europa en de Nieuwe Wereld werd oorlog beschouwd als de universele rite de passage naar de mannelijkheid; nog aan de vooravond van de Eerste Wereldoorlog werd de krijg gezien als een biologische noodzakelijkheid.²³

Als we werkelijk een biologische drang tot oorlog voeren hebben – geworteld in het DNA van de jager-verzamelaar en de sensatiezoeker – dan is de overwinning van dat instinct een teken van beschaving. Dat je niet meer meteen het zwaard trekt wanneer een Fransman je paard beledigt, lijkt me een teken van vooruitgang. Dat het niveau van geweld overal in het Westen om allerlei redenen – mogelijk zelfs omdat er geen lood meer in onze benzine zit²⁴ – is gedaald, kunnen we alleen maar goed vinden. Eén bezoek aan Combat Stress maakt je innig dankbaar voor het feit dat landen op zijn minst de VN een poging tot bemiddeling laten wagen voordat ze zich roekeloos in een oorlog storten.

We mogen er echter niet van uitgaan dat we alleen maar door onze genen naar het slagveld worden gedreven. Er zijn tijden geweest waarin het landsbelang vereiste dat we tot machorazernij werden gedreven. Frankrijk voerde het hele gedoe om eer en rituele strijd op als reactie op de nederlaag tegen Duitsland – en uit angst voor de superieure natuurlijke hulpbronnen en bevolking van Duitsland: mannelijke moed werd een nationale hulpbron die onmiddellijk gecultiveerd moest worden.²⁵ In de periode waarin de Indiase bevolking in opstand kwam en de Zoeloes Hare Koninklijke strijdkrachten een bloedige nederlaag toebrachten, werden Britse schooljongens aangemoedigd om nobele deugden als het oplopen van een hersenschudding in een rugby-scrum te cultiveren. De militaire dreigingen die een land omringen – of de imperiale ambities die een land koestert – bepalen de mate waarin een samenleving het machismo omarmt. De VS vindt het nog steeds belangrijk dat een president er goed uitziet in cowboyjeans; Rusland geeft de voorkeur aan een kaki broek en een ontbloot bovenlijf te paard. Zwitserland lijkt evenveel films te maken over Heidi, het weesmeisje uit de Alpen, als over oorlog.²⁶

Maar net als bij onze seksuele driften mogen we hierbij niet vergeten dat een deel van de mannen, hoewel we niet de slaaf van onze bedrading zijn, pas het gevoel heeft dat hij leeft wanneer hij zijn agressie kan uiten, risico's neemt, iets ongewoons beleeft of voor een goede zaak vecht, zelfs aan het front. We willen ons man

kunnen voelen, in plaats van een radertje in een fabriek of een machteloze aap op kantoor. ‘Ik voelde me aangetrokken door het idee naar gevaarlijke en exotische plekken te gaan in plaats van elke ochtend met de bus van kwart voor acht naar kantoor,’ herinnert een Vietnamveteraan zich.²⁷ Dit verlangen zit er zo diep in dat ex-Royal Engineer Alex zegt dat hij meteen weer voor het leger zou tekenen, ondanks het nachtelijke zweten en de herrie in zijn hoofd.

Als we erkennen – liefst al voordat het testosterongehalte begint af te nemen – dat mannen deze innerlijke drijfkracht kunnen hebben, dan moeten we op zijn minst nadenken over manieren om daaraan toe te geven, zonder dat er auto-ongelukken gebeuren, de gewelddadige misdaad toeneemt, bendes worden gevormd of mannen om verkeerde redenen het leger in gaan. We kunnen er rekening mee houden dat het een sterke kracht is, die kan worden ingezet om die drie noodzakelijke stoffen in het brein vrij te laten komen – waarbij positieve agressie helpt geestelijke pijn te verzachten of ons zelfvertrouwen op te krikken wanneer de economische middelen er niet zijn.

Dus, wat te doen met deze kennis?

In goede banen leiden

Misschien is een beetje positieve agressie voor elk individu een poot die de kruk stabiel houdt. Je in het zweet sporten of gecontroleerde risico’s nemen, is misschien niet alleen maar het leuke extraatje van de week, misschien legt het ook een noodzakelijke chemische verbinding. Schrijf naast prozac bokstherapie voor.

Voor onze jongens en jongemannen bestaat er een dwingende noodzaak om meer aan sport te doen dan de verplichte één a twee uur week als ze geluk hebben. Scholen zouden veel meer ruimte aan sport en vechtkunst kunnen geven. Niet alleen aan het voor de hand liggende victoriaanse rugbygedoe, maar aan elke discipline – in teamverband, individueel of zelfs yoga – die een jongen

of jongeman kan aanspreken. De effecten die dat heeft op zelfs de meest onhandelbare kinderen, vaak al met een crimineel verleden of spijbelgeschiedenis, zijn opvallend. Een studie in Chicago toonde aan dat sport op school of daarbuiten – worstelen, boogschieten of boksen – in combinatie met één uur groepstherapie per week, bij risicoge vallen tot een daling in gewelddadige delicten van 44 procent leidt. Het programma kostte 1.100 dollar per deelnemer, maar bespaarde gemiddeld 3.600 tot 34.000 dollar per persoon aan misdaadgerelateerde kosten.¹

Als het nationale beleid voor sport en vechtkunst op scholen zodanig zou worden verbreed dat ook werkeloze mannen (en vrouwen), eventueel tot deelname gestimuleerd met bonussen en bonnen, daarvan konden profiteren, dan zou dat beleid zich zeker terugbetalen in de vorm van minder werkloosheidsuitkeringen en lagere kosten wegens obesitas, psychische klachten en criminaliteit. En dan heb je het niet eens over de feelgoodfactor.

Wanneer we – gezien de hoge jeugdwerkloosheid, de epidemische vetzucht en de onzekere arbeidsmarkt – werkelijk voor de volledige, betuttelende, fuck-de-bezuinigingen staatsaanpak willen gaan, dan is het misschien de moeite waard om te kijken naar een volk waarvan we iets kunnen leren als het gaat om onderdrukking van onze agressieve neigingen: de Duitsers. Jarenlang kende Duitsland de *Zivildienst* voor jongemannen, een burgerdienstplicht als alternatief voor de verplichte militaire dienstplicht (beide werden in 2011 afgeschaft). Op het hoogtepunt werkten er 130.000 jonge mensen een jaar lang in bejaardenhuizen, ziekenhuizen en instellingen voor gehandicapten.² De billen van Duitse omaatjes afvegen is misschien moeilijker te verkopen dan een dagje op de Xbox, maar als er een soort van nationale burgerdienst kon worden bedacht (kan ik het zeggen zonder als een conservatieve kolonel b.d. over te komen?) die losstaat van het leger, maar wél geworteld is in fysieke fitheid, in het bij een groep horen met leermeesters en een eigen identiteit, waarbij je vaardigheden leert waarmee tegelijkertijd het alge-

meen nut wordt gediend, dan is dat misschien de moeite van het proberen waard.

Man met missie

Wat volgens mij appelleert aan iets wat dieper gaat. Het vechten hoeft niet letterlijk te worden genomen. Vechten voor een goede zaak kan een intens gevoel van zingeving en gemeenschapszin geven. Maak gebruik van je tribale instincten en vecht voor iets wat verder reikt dan jezelf: van het gevoel van ‘broederschap’, dat nog leefde in de bakkebaardentijd waarin veertig procent bij de vakbond was aangesloten, de spannende energie die door de Arabische lente is vrijgekomen, tot de jeugdige passie van het Schotse referendum. Mannen en vrouwen met een missie – en vol levenslust.

Het kan je een bedwelmend gevoel van zingeving geven als je vecht voor iets waarin je gelooft. Je bent bereid grotere risico's te nemen om voor die zaak te strijden. Ik ben een teerhartige angsthuis die altijd twee aspirientjes meeneemt op reis, maar in het vuur van enkele campagnejournalistieke projecten ben ik in netelige situaties verzeild geraakt. Om antimoslimsentimenten in Noord-Ierland aan te tonen, heb ik ooit undercover gewerkt in een kebabzaak in Belfast, midden in een Real-IRA-zone, waar ik me voordeed als een van de Afghaanse medewerkers die al maandenlang werden uitgescholden. Aangezien ik de fijne kneepjes van het kebabsnijden niet machtig was, kon ik alleen maar de vloer vegen en mijn best doen eruit te zien als iemand die zojuist vanuit Kabul was aangekomen. Op een avond kwamen een paar jongens binnen die naar me begonnen te schelden. *Ga terug naar Taka-tuka land... Geitenneuker*. Op een gegeven moment hing een van hen over de toonbank en spuugde me recht in mijn gezicht. Afschuwelijk om iemands speeksel van je gezicht te voelen druipen; vreselijk om te beseffen dat de moslimmedewerkers dit maandenlang over zich heen hadden gekregen. Maar ergens voel-

de het ook fijn om te weten dat mijn verborgen camera dat boogje speeksel had vastgelegd en dat die jongens kort daarna op het BBC-journaal te zien zouden zijn.

Toen ik naar de Caraïben ging op zoek naar aanwijzingen over de echte moordenaars in de zaak van Kris Maharaj – de Brit die sinds 1986 onschuldig in een gevangenis in Miami zit en op een ongelooflijke manier door zijn vrouw gesteund wordt – had ik tenminste meestal een lijfwacht bij me. Waar ik meer dan dankbaar voor was toen we, nadat ik op de Bahama's was betrapt op het heimelijk filmen van een drugsdealer, ontdekten dat de accu van onze auto leeg was. Als je denkt dat je het leven kunt veranderen van een onschuldige man die vreest in de gevangenis te zullen sterven, zijn sommige risico's de moeite van het nemen waard. De gedrevenheid van Clive Stafford Smith, Kris' advocaat, is zo groot dat hij in het hart van het Colombiaanse kartelgebied op zoek gaat naar dat ene ontbrekende bewijsstuk dat Kris zal vrijpleiten.

Dit is geen preek om mensen te stimuleren zich in te zetten voor een goed doel – afkomstig van iemand die bij de BBC ruim de kans heeft gehad om deel uit te maken van een cultuur waarbinnen mensen hun best doen een verschil te maken (vooral die schreeuwerige vrouwelijke chef), en sommigen werkelijk hun nek uitsteken om aan te tonen wat er mis is in de wereld. In de tijd dat we nog werden aangemoedigd om *een revolutie te ontketenen* hadden we een twee keer zo hoog besteedbaar inkomen, heel veel vrije tijd en waren we nog lid van grote organisaties, bijvoorbeeld de vakbonden, waar we achteraan konden lopen. Maar de ongelijkheid van nu is weer terug bij het moment waarop 'Revolution' in 1968 werd opgenomen.³ Tegenwoordig heb je het echter al zo druk om je baan te behouden, aan de vastgoedrace te kunnen meedoen en je kinderen naar een beetje fatsoenlijke school te sturen, dat je er niets meer naast kunt doen. Maar als we door het leven willen gaan met een prettige hoeveelheid van die drie hersenstofjes, er een zin aan willen geven die verdergaat dan je comfort en je ego, en als we soms aan de mannelijke vechtlust in ons

willen toegeven, dan valt er veel voor te zeggen om – op je werk of daarbuiten – de Lennon in jou wakker te kussen.

Mocht ik volgende week sneuvelen en mijn leven flitst aan me voorbij – de verschrikkelijke dates, de verspilde ziektekostenpremies – dan geloof ik dat de ervaring waar ik met het meeste plezier aan zou terugdenken, mijn strijd was om eenzame ouderen een stem te geven. We gaan schandalig om met onze ouderen. We zetten ze voor de televisie in stinkende, claustrofobie opwekkende bejaardentehuizen, houden ze gevangen in hoge flatgebouwen waar ze wekenlang geen ander mens zien; eenzaam, ondervoed en met een voortwoekerende onbehandelde depressie. Ik wilde laten zien dat er onder de gerimpelde verpakking mensen zoals jij en ik schuilgaan: individuen met passie en humor, die nauwelijks kunnen geloven dat ze zo'n hoge leeftijd hebben bereikt. Terwijl we filmde in bejaardenhuizen en bingohallen, ontstond het idee iets te doen wat onze vooroordelen ten opzichte van ouderen zou bestrijden en hun tevens een gelukkig makende rock 'n roll-reis zou bezorgen: de vorming van 's werelds oudste rockband. We haalden een stuk of veertig eenzame ouderen uit hun flats en verzorgingshuizen en brachten hen naar de oude Beatles-studio aan Abbey Road om een coverversie op te nemen van, uiteraard, 'My Generation'. Alf, onze leadzanger, een man van negentig met nog twee tanden in zijn mond, die altijd een ster had willen worden, brulde: *I hope I die before I get old* (ik hoop te sterven voor ik oud word). En zo werden The Zimmers geboren, met een gezamenlijke leeftijd van boven de 3000.⁴

Ze werden onmiddellijk een wereldsensatie en stegen naar nummer één op YouTube. Alf en de band toerden de hele wereld over. Hun verhaal bereikte meer dan vijftig landen, van een leger schreeuwende fans in Duitsland tot aan primetime Amerika, samen met George Clooney in *The Jay Leno Show*, ja zelfs tot aan de Verenigde Naties. Ik zag de droom van een negentigjarige man uitkomen, al moest hij daarvoor uit zijn rolstoel klimmen om als een in beige gehulde Roger Daltry over het podium te strompe-

len voor hij zich er weer in liet zakken. Alf wist dat dit geen generale repetitie was. Afgezien van alle glamour eromheen – waaronder het moment dat de 99-jarige Winnie buiten het BBC-kantoor door twee Zuid-Koreaanse tv-ploegen werd opgewacht – zat het ware plezier in de duurzame banden en de vriendschappen die er onder de bandleden waren ontstaan en die de eenzaamheid hadden verdreven. Nadat Alf op zijn 93e was overleden, verdween zijn kist achter het gordijn, terwijl op de achtergrond zijn versie van ‘My Generation’ door het crematorium schalde en leden van de band in de bankjes zaten mee te wiegen. Zelfs de dominee deinde mee.

Kort voor zijn dood vertelde Alf me dat hij als een gelukkig mens kon gaan. Daar kan geen robbertje vechten tegenop.

Mannen onder elkaar

‘Het is, anders dan een huwelijk, een band die niet door een woord, verveling of een scheiding kan worden verbroken, alleen maar door de dood.’¹

Phil Caputo schreef dit tien jaar nadat hij als een gebroken man uit Vietnam was teruggekeerd – niet als een zongebruinde John Wayne, zoals hij zich had voorgesteld toen hij in dienst ging. De band waarover hij het heeft, is de kameraadschap die hij voelde voor de mannen in zijn infanteriebataljon; een ‘tederheid’ die ertoe geleid had dat twee van zijn vrienden waren gesneuveld, omdat ze geprobeerd hadden de dode lichamen van de mannen op het slagveld te bergen. Je hoort wel vaker van soldaten, dat wanneer ze daadwerkelijk aan het vechten zijn, ze dat niet uit patriottisme of voor een verheven ideaal doen, maar uit liefde en loyaliteit voor elkaar. Wat mede-Vietnamveteraan William Broyles jr. omschreef als ‘een liefde die geen redenen nodig heeft, die ras, persoonlijkheid en opleiding overstijgt – al die zaken die in vreedstijd een verschil maken. Het is eenvoudigweg broederliefde.’² Wapenbroeders schijnen zelfs de aanmaak te stimuleren

van hetzelfde hormoon, oxytocine, dat moeders zo beschermend maakt.³

Maar buiten de intense beproevingen in een oorlog om, wat maakt mannenvriendschappen zo bijzonder en vitaal, is er een reproductie van die kameraadschap in vreedstijd? En hebben we tegenwoordig wel genoeg mannentijd om daar uitdrukking aan te geven?

Samen al pissend de vlammen doven, terwijl de holenvrouwen met ontzag voor onze beheersing van de natuur toekeken, dat zou volgens Freud wel eens de grondslag voor onze kameraadschap kunnen zijn.⁴ Niet alleen om te blussen, ook voor andere zaken hebben we elkaar nodig: de man is veel te schriel om in zijn eentje grote beesten te doden. Je kunt prima asociaal zijn als je een orang-oetan bent en voornamelijk van fruit leeft, soms gekruid met een termiet of stukje boomschors. Maar als je trek hebt in biefstuk van de antilope, gazelle of springbok, dan zul je moeten leren samenwerken.

Vanaf het stenen, bronzen en ijzeren tijdperk en daarna brengen mannen het grootste deel van hun tijd door met andere mannen. Op school, op het werk en in hun vrije tijd gaan mannen vooral met mannen om. En toen de vrouw in ons leven oprukte – op het werk en in de kerk, en thuis, waar ze alles vrouwelijker maakte – reageerden mannen daarop door vrouwvrije zones te creëren: de pubs, saloons, studentenverenigingen en sportclubs bloeiden op. In de achttiende eeuw telde Engeland één pub per honderd inwoners (tegenwoordig tienmaal zoveel).⁵ Een op de vier Amerikaanse mannen was in 1900 lid van een mannengenootschap⁶ – comfortabele plekken waar een gevoel van thuis werd gecreëerd, maar dan zonder de aanwezigheid van een vrouw.⁷ Toen vrouwen het mannenbastion van de pub bestormden, bestond er nog een duidelijke gendergrens, zelfs tot ver in de jaren 1970.

Vrouwen werden aanvankelijk alleen in pubs toegelaten als hun man erbij was. Op vrijdagavond ging je uit met je vrienden,

op zaterdagavond met de vrouw. Er bestonden regels voor... Bovendien werd de vrouwelijke drinker geacht in het haar toegevoegde gedeelte te verblijven.⁸

Bar The Grill in Aberdeen liet pas in 1976 vrouwen toe, daar toe verplicht door de antidiscriminatiewet, maar installeerde pas in 1998 een dames-wc.⁹

De helft van de getrouwde mannen die ik ken, hebben 'toestemming' nodig voor een avondje uit. Het idee dat vrijdagavond voor de jongens is, is te lachwekkend om met een stalen gezicht bij onze wederhelften op te werpen. De pub zelf is bedreigd erfoegd: de brallende zuipschuit is verdreven door de onstuitbare culi, met zijn menu's, 'getypt' in het lettertype Courier, en ambachtelijke sauzen, vermomd als ketchup. Sinds 1980 zijn er 21.000 Britse pubs ter ziele gegaan.¹⁰

Is de pub tegenwoordig het domein van de handgesneden, in bier gedoopte frieten, dan is dat andere stevige bastion van mannelijkheid, het voetbalveld, de thuisbasis geworden van het broodje-garnalen (om de ergernis van Roy Keane, aanvoerder van Manchester United, over de aanwezigheid van niet-fans in businesslounges in herinnering te brengen). Bij Manchester City zou Roy met eigen ogen zelfs kunnen zien dat de opmerkelijke fan zijn ruwe noordelijke bolster aan gentrificatie kan paren door een portie 'squid and chips' (pijlinktvis met patat) te bestellen. Vroeger vormde het voetbalveld een aanslag op je zintuigen: je werd door elkaar geschud op gammele tribunes, verdoofd door het dronken gebral dat rechtstreeks op je trommelvliezen beukte, verbrand door de te hete bouillonsoep, terwijl andermans sigarettenrook in je gezicht werd geblazen. En als Leeds op bezoek was, kreeg je twopence-muntjes naar je hoofd geslingerd. Als kind proefde ik er voor het eerst het exotische aroma van sigarenrook en gevloek; werd de geur van paardenpoep er synoniem voor verhoogde alertheid. De keren dat ik nu nog naar een voetbalwedstrijd ga, voel ik me een toeschouwer en niet meer zoals vroeger een deel van het beest.

Toen er dit seizoen supporters van verschillende clubs werden

betrapt op het zingen van ‘*get your tits out for the lads*’, interpreteerde ik deze maffe, retrovorm van *Page 3*-seksisme als onhandige kritiek op de hyperkeurige tribune waarop we zaten. Vroeger stonden diezelfde kerels daar nog te roken, te drinken en dreigementen te uiten – toen de arbeidsklasse het zich nog kon veroorloven elke week te gaan. *Get your tits out* – het klonk als de lompe, kwelende roep van een bedreigde diersoort.

Wee de man. Hij kan niet meer naar zijn pub, geen darts spelen zonder boerenkoolchips te moeten eten, niet meer uitgaan zonder toestemming van de vrouw, niet meer op bepiste tribunes staan om grove liedjes te zingen. Zelfs golf is niet meer wat het was, nu gescheiden vaders hun achttien holes op zaterdag opgeven om bij hun kinderen te kunnen zijn.¹¹ Laat me, voordat dit gaat lijken op een aflevering van *Terug naar de jaren 70* of *I Miss Misogyny*, het volgende vooropstellen: voor een deel is dit allemaal echte vooruitgang. Mannen die meer tijd doorbrengen met hun gezin, een gelijkwaardiger huwelijk aangaan en zich minder seksistisch uitlaten tijdens een voetbalwedstrijd, voetbalstadia met toiletten voorzien van een bril en een wc-rol die niet meteen het veld in wordt gesmeten, het teruggedrongen hooliganisme, pubs die eetbaar voedsel serveren, het feit dat er tijdens ontgroeningsrituelen niet meer standaard doden vallen.

Waarom dan toch die deels verdrietige blik?

Nou, omdat die mannetjesputterij ergens misschien goed voor ons is. Pubs, het voetbalveld, enzovoorts, zijn plekken waar, om die vijftiende-eeuwse theologen van het Narrenfeest te citeren, de wijnvaten gelucht worden zodat ze niet barsten. Als je ziet hoe mannen uit hun dak gaan tijdens vrijgezellenweekends (dat blijft niet meer bij een avondje alleen), zie je hoeveel opgekropte lucht er is. De traditionele mannenbolwerken waren plekken waar die verzamelde agressie en dat testosteron op gezette tijden in korte uitbarstingen konden vrijkomen (heel belangrijk nu ons werk, voor de meesten, daar amper gelegenheid voor geeft). Als die bedompte lucht niet kan vrijkomen, gaat hij stinken, zoals de socioloog Michael Kimmel ontdekte

in een bar in Brooklyn, die generaties lang een stamkroeg van brandweerlieden was:

Die wijven hebben het overgenomen. Ze zitten overal... Je kunt nergens meer heen: fabrieken, kroegen, het leger, zelfs de brandweerkazerne, verdomme! [luidruchtige algemene instemming] De gewone man is gewoon genaaid!¹²

Stel dat onze razende brandweerman behoefte zou hebben aan een beetje empirische ondersteuning voor zijn stelling, dan had hij die in een Schotse studie kunnen vinden. Uit dat onderzoek – voor zover ik weet niet uitgevoerd in opdracht van een zekere kroeg in Aberdeen – bleek dat het goed is voor het geestelijk welzijn van de man als hij af en toe met vrienden naar de pub gaat (hoewel niet noodzakelijkerwijs ook voor zijn gezondheid).¹³ De conclusie van deze betrouwbare studie van de Glasgow Caledonian University luidde dat de pub cruciaal was voor de manier waarop mannen van middelbare leeftijd vriendschappen vormen en onderhouden: ‘Als je niet naar de pub gaat, ontmoet je niemand.’ Het geven van een rondje vormde een essentieel onderdeel van het ritueel (‘de mannelijke tegenhanger van het vriendschapsarmbandje’), en door de drank werden mannen meer open en durfden ze hun emoties te uiten, wat niet bepaald de traditionele volkssport van Schotse mannen is.

Callum: Mannen zijn niet graag open over zichzelf, ze praten niet zo gemakkelijk en hebben dus een paar glazen bier nodig om een beetje op gang te komen... Ik denk dat vrouwen meer van nature van gezelschap houden, ze zijn luchtig en sociaal, hoeven daar niet dronken voor te zijn.

Hugh: Een biertje drinken met de mannen heeft mijn geestelijke gezondheid in de afgelopen jaren zeker wel een paar keer gered.

Callum: Als je met je maten uitgaat, een paar glazen met ze drinkt, is dat goed voor je geestelijke gezondheid. Je voelt

je niet eenzaam, je bent niet verdrietig of depressief, weet je, je wordt er altijd vrolijk van.¹⁴

Misschien moeten we kwaliteitstijd voor mannen dus beschouwen als een van de essentiële poten onder de kruk. Uit therapeutisch oogpunt lijkt het goed te zijn als mannen voldoende tijd vrijmaken om met elkaar om te gaan. Zoals de relatiegoeroes al zeiden, moeten we onze partners niet alleen ruimte geven, maar er ook goed en genereus voor zorgen dat ze hun behoeften kunnen bevredigen. Eén van die behoeften zou wel eens regelmatige omgang met je vrienden kunnen zijn, zoals vrouwen behoefte aan hun vriendinnen kunnen hebben. (Hebben jullie nog sterkere argumenten nodig, jongens, om een avondje uit te mogen?)

Tussen twee haakjes, de echte bekentenis in deze studie was afkomstig van een man uit Glasgow die in het bijzijn van zijn vrienden had toegegeven dat hij rosé dronk, maar alleen achter gesloten deuren. ‘En ik kwam ermee weg, tenminste, achter gesloten deuren in het gezelschap van goede vrienden, maar in de pub niet, nee.’

Ik heb een paar heel bijzondere vriendinnen. Vrouwen die ik in vertrouwen neem, met wie ik lach, van wie ik leer en bij wie ik ontzettend graag ben. Ik zou niet zonder hen kunnen leven. Maar de omgang met goede vrienden is anders. De energie en de humor zijn anders. Het leven lijkt minder zwaar als je bij ze bent. Problemen die zich in je hoofd hebben genesteld, kunnen door één goed getimede, vaak grove grap worden doorgeprikt, waardoor je ze op een andere manier gaat zien. Misschien is het iets tribaals: voel je je veiliger en moediger als je je beschermd weet in de roedel. Misschien sluit het aan bij onze manier van leven, sinds we geen genoeg meer nemen met fruit en boomschors. Of misschien moet je soms gewoon weer eens lekker kinderachtig kunnen zijn, zoals op de jongensschool waar ik zat. Hoe dan ook, wanneer het me lukt om tijd door te brengen met mijn beste vrienden – wat helaas zeldzaam is gezien de uittocht naar de bui-

tenwijken – voel ik me stabiel; de wereld zit logischer in elkaar.

Om dezelfde openheid te betrachten als die Glasgowenaar aan de rosé: je voelt iets voor je vrienden dat lijkt op die ‘broederlijke’ aan het front. Vrienden met problemen die de jouwe zijn geworden, voor wie je de kogel – nou ja, een tik – riskeert, en bij wie dat diepgewortelde gevoel van competitie dat onder de oppervlakte van menig mannavriendschap broeit (we hebben dan wel samen dat springbokje gevangen, aan het liefdesfront gaat het nog steeds hard tegen hard), wordt overstegen. Zoals Morrissey zong:

We hate it when our friends become successful,
And if they're Northern
That makes it even worse.

Niet altijd.

10

Getuige op een pornoset**Waarom mannen werkelijk hulp nodig hebben**

Op Venice Beach hadden de negentiger Alf en ik het even over nepborsten, een verschijnsel dat hem tussen de bingohal en de bus naar de supermarkt op een of andere manier was ontgaan. Maar ondanks zijn pluk-de-dag-mentaliteit en verfijnde open geest vermoed ik dat hij toch licht overrompeld zou zijn geweest als ik hem zou hebben meegenomen op mijn volgende bezoek aan Los Angeles.

De vier fasen van een getuige op een pornoset.

Eén: ongemak. Je voelt je eigenlijk te veel wanneer een zwart-harige vrouw in een groene bikini een te draaien scène met de regisseur bespreekt.

Actrice: Maar niet in mijn kont.

Regisseur: Niet in je kont. En slaan, pijpen, mag dat wel?

Actrice: Dat is oké.

Regisseur: Vind je dat lekker? Als je het lekker vindt, zeg het dan, dan stoppen we dat in een scène. Sla me of neuk me in mijn mond, en dan doet hij dat, anders zal hij dat niet doen.

Ben je er klaar voor?

Twee: opwindning. De tienerjongen in mij kan maar niet geloven dat hij zich slechts op een meter afstand bevindt van een actrice wier billen met babyolie worden ingesmeerd door een Fransman

die haar gezwind van haar bikini ontdoet en aan de slag gaat. Hij voert haar mee langs het bekende continentale repertoire van pornostandjes (hij zet Franse hondenogen op om te vragen of hij ‘ze ass’ mag likken, wat ze hem beleefd weigert).

Drie: verveling. Na een halfuur is alle erotiek uit de kamer verdwenen. Het is alsof je naar een afgezaagde kindervoorstelling in een theaterzaal in de provincie zit te kijken – ‘Pas op, achter je!’ Ik blader op mijn mobiel door het sportkatern van *Man City* op zoek naar transfernieuws, terwijl zijn licht behaarde reet werktuigelijk vlak voor mijn gezicht op en neer gaat.

Vier: medelijden. Of misschien afschuw. Nadat de daad gedaan is, zie ik dat de actrice een beetje pijn heeft.

Ik: Het zag er niet uit alsof je het lekker vond.

Actrice: Je kon zeker zien dat het pijn deed.

Ik: Ja, tussen de bedrijven door, soms.

Actrice: Ja, het deed zeer.

Ik: Echt?

Actrice: Maar ik, het zal waarschijnlijk niet mijn beste scène zijn, maar...

Ik: Heb je te veel gewerkt de laatste tijd?

Actrice: Niet te veel, maar gisteren... Die vent had een enorme... Zo’n grote had ik nog nooit, echt nog nooit gezien, dus [zucht] het deed nogal pijn. Ik voel het nog.

Ze kleedt zich aan en blijkt plotseling ongelooflijk verleidelijk. Vreemd: toen ik zag hoe ze naakt gepenetreerd werd, deed ze me niets, maar met kleren aan vind ik haar uitzonderlijk sexy. Een pornoset is een vreemde locatie om te bedenken dat een boerka een geniaal idee is, want niets is sexyer dan wanneer het aan de verbeelding wordt overgelaten.

De regisseur, die de kabel van zijn camera oprolt, kijkt met de vermoeide blik van iemand die wekelijks naïef enthousiasme in verzuring ziet omslaan.

‘Ze denken allemaal dat het leuk en grappig wordt, maar be-

seffen niet dat er op een pornoset gewerkt wordt; het is niet alleen maar seks met goed uitziende kerels, of mannen die seks hebben met goed uitziende meiden, het is werk. En ze beseffen nog niet dat de beloning vrij mager is. Als je er als vrouw een goede bo-terham mee wilt verdienen, moet je tachtig à honderd scènes per jaar doen. Dat zijn veel scènes, dat is veel ... (maakt met zijn vingers het neukgebaar). Als je dat maar lang genoeg doet, gaat die vinger zeer doen (lacht), je kunt je dat wel voorstellen.'

Ik tref de acteur – een goed uitziende gozer die opvallend veel lijkt op de Franse voetballer David Ginola – bij zijn motorfiets, naast het onopvallende huis in de buitenwijk waar gefilmd wordt. Ik zeg maar niet dat hij onder andere voor vandaag gecast is vanwege zijn niet al te bedreigende geslacht, om zijn tegenspeelster een beetje te sparen. Wél praten we over de vrijwel complete afwezigheid van condooms op pornosets tegenwoordig.

'Omdat niemand het wil,' zegt hij. 'Het ligt niet aan mij, als ik het voor het zeggen had, zou ik bij elke opname een condoom gebruiken, want ik vind gezondheid heel belangrijk. Maar zo werkt het niet in deze business.'

'Onze gezondheid kan ze niks schelen, het enige waar ze aan denken is geld verdienen, ze willen alleen maar dat de meisjes er mooi uitzien, dat de film er mooi uit ziet, en dat de films goed verkopen.'

En na deze woorden bestijgt hij zijn Kawasaki en rijdt hij de heuvels in ten noordwesten van Los Angeles – een enclave waar 70 procent van alle porno ter wereld wordt geproduceerd. Vergeleken bij wat er in de andere studio's en huurpanden in deze omgeving wordt gemaakt, was het een tamelijk tamme werkdag.¹

Toen porno nog porno was

Al op jonge leeftijd was ik in porno geïnteresseerd. Op mijn tiende of elfde ging ik naar de WH Smith in Altrincham om er een *Sun* te kopen en het verboden tepelfestival op pagina 3 mee naar

huis te smokkelen in een exemplaar van de *Manchester Evening News*. Zoveel vindingrijkheid moest een bijna-hormonale jongen in de jaren tachtig aan de dag leggen in zijn zoektocht naar een tepel. Excentriek genoeg hing ik als een soort prepuberale automonteur de blote borsten van Sam Fox en Linda Lusardi op mijn prikbord tussen de plaatjes van Manchester City in – wat er in elk geval voor zorgde dat geen vriendje de kans voorbij liet gaan om even bij me langs te komen. Tot opluchting van mijn ouders, en helaas voor mijn vrienden, ontgroeide ik Linda en Sam. De tienertijd was tamelijk dor en rudimentair op pornogebied. Op school ging een hoogst enkele keer een pornoblaadje rond. Op de verfromfaaide bladzijde uit een ervan die ik in mijn geheime la bewaarde, lag een halfnaakte vrouw op een biljarttafel, onder de opwindende tekst ‘Mag ik je ballen likken?’ En na een repetitie met de band had iemand ooit een vhs-cassette opgezet die het ongeveer even lang uithield als het bandje zelf.

Aan de universiteit bestond de vooruitgang eruit dat we met een groepje rondom een computerscherm gingen staan waarop tergend langzaam, pixel voor pixel een vies plaatje te zien was. Ondertussen kon je thee zetten en je werkstuk van die week over de Reformatie afmaken. Zoals de meeste mannen van mijn generatie had ik als jongvolwassene al eens borsten, billen en een bosje schaamhaar gezien en de zeldzame gesimuleerde seksscène: geen echte penetratie, en anaal was iets van een andere planeet. Een dieet op tekst en plaatjes, waardoor de feitelijke daad iets bleef om aan de verbeelding over te laten. We hadden geen visuele, ingesloten verwachtingen van hoe seks zou moeten zijn; dat was iets wat je zelf moest ontdekken met een reëel bestaand medemens in je eerste studiejaar.

Afgezien van de enkele gretig geconsumeerde minuten geïmporteerde Duitse porno, was het waarschijnlijk niet veel bloter dan het beeldmateriaal dat generaties schooljongens ooit onder ogen was gekomen. Bijvoorbeeld die arme oud-leerling van Eton, ‘de zoon van een kolonel, een briljante knul’, die volgens het toenmalige hoofd van de Hoofdstedelijke Politie in 1910, ‘was

verworden tot een kwijlende imbeciel als gevolg van een geheime zonde, opgewekt door het tafereel op een obscene foto, hem onder ogen gebracht door een schurk die hij in een treinwagon had ontmoet. Ik had het genoeg de smeerlap in de kraag te grijpen en hem een langdurige straf met dwangarbeid te bezorgen.’² Wat er precies op de foto te zien was, vertelde de agent er niet bij, maar hij sprak tot een puriteins publiek van Corn Flakes-knab-belaars, dus waarschijnlijk ging het om iets onschuldigs als een exemplaar van *Hotties uit de Belle Epoque*.

Het wekt nauwelijks verbazing dat onze zeventiende-eeuwse seriële billenknipper Samuel Pepys kennisnam van de populaire Franse pornografie die destijds in Londen de ronde deed. Nadat hij in een boekenzaak een exemplaar van *L'Escholle des Filles* had gezien, noemde hij deze sekshandleiding ‘het meest schunnige, smerige boek’ dat hij ooit gezien had. Hij ‘schaamde zich erin gelezen te hebben’. Zo erg zelfs, dat hij later terugging om er een exemplaar van te kopen – in een neutrale band – zodat hij zich ‘op de hoogte kon stellen van de slechtheid in de wereld’. Het lukte hem wonderwel om over zijn schaamte heen te komen toen hij de dag daarna het kerkbezoek eens oversloeg, zodat hij verder kon bladeren in het boek met zijn grove afbeeldingen van kruiwagenstandjes en observaties als ‘een vinger kan een wicht hetzelfde genot bezorgen als een penis’. Maar al te vaak, schreef Pepys in zijn pseudo-Spaans, kon deze lectuur ‘mijn pik rechtop *bazer* staan’, wat ‘*una vez* tot een ontlading’ had geleid. Vervolgens verbrandde hij het boek – het zeventiende-eeuwse equivalent van schaamtevol en snel de laptop dichtklappen.

Pepys zou nooit meer naar de kerk gaan en die oud-leerling van Eton zou nooit meer herstellen van zijn kwijlende imbeciliteit, als zij naar het huidige computertijdperk zouden worden geteleporteerd. Met een toewijding à la Pepys heb ik onderzoek gedaan en op YouPorn geklikt, waar ik de meest populaire videostreams van nu heb ontdekt. De top zes van vandaag:

Sletterige MILF neemt enorme zwarte pik POV
Leuke Brunette laat zich voor een zakcentje publiekelijk nemen
Stoute meid Shelby bezoekt plaatselijk gloryhole om vreemdelin-
gen te pijpen en hun zaad te slikken
Alexis Adams laat zich over haar mooie toetje spuiten
Het groentje Destiny Love laat zich voor het eerst anaal nemen
Extreme Fistfuck Penetraties Met Tienermeisjes

Dit zijn slechts enkele van de zedig betitelde clipjes die ongeveer 3 miljoen gebruikers dagelijks naar deze site trekken⁴ – YouPorn beweert 100 miljoen pageviews per dag te tellen⁵ – voor gemiddeld acht minuten en dertig seconden genot.⁶ Ze zijn absoluut niet te pakken op basis van het Wetboek van Koophandel; de filmpjes laten precies zien wat ze zeggen, al lijkt de MILF wat jong om moeder te zijn (maar dat die agenten en frisse moeders van tegenwoordig zo jong lijken, is misschien een teken dat ik ouder word), en als we eerlijk zijn, Destiny Love, dan denk ik dat er iemand jukt over het verlies van haar anale maagdelijkheid.

Vuistneuken, *facials*, dubbele penetratie, pijpen door een gloryhole – we kijken er nauwelijks nog van op. En ook niet van het feit dat deze porno zo’n 30 procent van de bandbreedte op internet inneemt.⁷ De obstakels om dit soort hardcore porno te zien waren vroeger geruststellend hoog: je moest daadwerkelijk een seksshop binnenlopen in een drukke winkelstraat, of je creditcardgegevens online invoeren. Er was een natuurlijke selectie: alleen de meest gedreven geilneus – een connaisseur op het gebied van smeerlapperij – waagde het een ranzige seksshop uit te lopen met een bruine papieren zak onder zijn arm. Hardcore was het reservaat van een echte minderheid. En de zeven miljoen exemplaren die er tijdens de ‘Pubic Wars’ in de jaren zeventig maandelijks van een *Playboy* of *Penthouse* werden verkocht,⁸ waren het toppunt van softcore. De mainstream van nú – één muisklik verderop, zonder enige obstakels – is een ongelimiteerd vreetfestijn met gynaecologisch uitdagende, op masturbatie toegesneden hapjes. Je ziet contextvrije pikken, anussen, vagina’s en

monden die in allerlei vormen samengaan, zonder ook maar de schijn van een verhaallijn of plot om de eetlust op te wekken of het gehemelte te reinigen. Er is nauwelijks een of ander zinnig mechanisme dat regelt wat er tijdens die acht minuten onanie wordt opgedist.

Een van de weinige pornoproducenten die in aanvaring met de wet is gekomen, is Max Hardcore. 'Ik hou echt van mijn werk,' zei hij, 'en ik geniet ervan de grenzen op te rekken, het hun onder de neus te wrijven en te zeggen: "Ik doe het lekker toch".'⁹ Wat er onder de neus werd gewreven, ging volgens het Amerikaanse ministerie van Justitie iets te ver. Door zijn extreme seksvideo's, met veel agressie, urinelozen en vuistneuken, belandde hij in 2009 tweeënhalf jaar in de staatsgevangenis. Ik zocht de Britse actrice op die in zijn films had gespeeld, Barbii Bucxxx, inmiddels terug uit Los Angeles en woonachtig in een treurige wijk in het noorden van het land. Ze beschreef hem als 'volslagen gestoord' en vertelde dat hij bijzondere dieeteisen aan zijn acteurs stelde.

'Hij eist van zijn meisjes dat ze van tevoren een soort ontbijtbroodje eten met vlees, platte worst en eieren, omdat ei nogal brokkelig is en niet in je maag stolt. Hij dwingt je dus iets te eten wat er in brokken uit komt.' Kotsporno – de perfecte benaming voor dit uit de hand gelopen vreetfestijn.

De grenzeloze aanklikporno van nu staat in schril contrast met de erotiek van de stoffige vhs-band met opgekrulde sticker van vroeger. Iemand die daar alles van weet, is Sharon Mitchell, een pornoster uit de jaren zeventig en tachtig, die in Los Angeles een op pornoacteurs gerichte kliniek voor seksuele gezondheid heeft gerund.

'Ik zou absoluut niet in deze business willen werken als ik nu jong zou zijn. Toen ik begon, werkten er maar zo'n dertig acteurs en actrices in de branche. We kenden elkaar en zaten allemaal zonder werk of hadden als gewone acteurs niet voldoende werk; het ging er heel sociaal, heel vertrouwd aan toe. In de hoogtij-

dagen van de seksuele revolutie was het leuk om rebels te zijn, dat betekende toen nog iets.

‘Tegenwoordig mag je niet eens meer zelf je tegenspeler kiezen, je mag vaak geen condoom gebruiken, ze betalen in de verste verte niet meer wat je vroeger kreeg, terwijl het exploitatieniveau, met internet en zo, ongelooflijk hoog is.’

In Sharons tijd was porno nog porno – met zachte achtergrondmuziek, de pizzabezorger met houterige tekst en onschuldig klinkende titels als *Dial ‘P’ for Pleasure*, *Wild in the Sheets* en *Teacher’s Favourite Pet*. Deze mooie vrouw van in de vijftig, met een korte, zwarte boblijn en het lijzige accent uit New Jersey, probeerde meer dan tien jaar lang seksperformers gezond te houden, terwijl de branche ‘steeds extremer’ werd.

‘In die wereld zat ik elke dag. Ik kreeg vragen als: mag iemand op een onbeschermd oogbal ejaculeren, denk je dat het oké is? Of: hoeveel eetstokjes kan ik zonder risico in iemands anus steken? En dan dacht ik bij mezelf: hmmm, op welke medische of psychologische opleiding had ik kunnen leren hoeveel fokking eetstokjes dat zouden zijn? Dus antwoordde ik: geen idee, maar steek ze er altijd vanaf het midden in en zorg dat ze van plastic en steriel zijn. Ik bedoel: ik kon niet voorspellen wat ik op een normale werkdag te horen kreeg, maar ik kan je verzekeren, ze laten nog net geen trein in iemands reet rijden, maar het wordt zeker steeds extremer.’

Ja, ja, ja. Nee.

Porno is nog nooit zo alomtegenwoordig en extreem geweest. Nou en? Zou dit op een of andere manier voor mannen een positieve ontwikkeling kunnen zijn? We zijn vrij om onze diepste seksuele verlangens toe te staan en uit te leven, hoe duister of extreem ze ook zijn. We hebben ons verlost van de altijd op de loer liggende, religieuze moraal die ons eeuwenlang door de strot is geduwd en een ontkenning was van onze ware seksuele aard. Ei-

genlijk hebben we gewoon de draad van de oude Grieken opgepakt, met hun pornografisch aardewerk, zoals de drinkbeker uit circa 510 voor Christus, toegeschreven aan Pedieus-Schilder, in detail voorstellende een vrouw die door twee mannen wordt genomen, terwijl de oudste van de twee haar met een sandaal mept.¹⁰ En we kunnen de kracht van porno goed gebruiken om een beetje inspiratie en afwisseling in een saai seksleven te brengen en een relatie spannend te houden.

Hmmmm. Waarom keerde ik dan uit de heuvels van Los Angeles terug met het gevoel van een koude douche (dus niet zo'n warme *shower* in de variant van Max Hardcore)? Waarom dacht ik: had ik maar nooit een pornosite aangeklikt, en: bestond er maar een knop 'uit het brein verwijderen', waarmee ik die rotzooi in de prullenbak van mijn hippocampus kon gooien? Misschien is dit zelfverwijt voor een deel te herleiden tot de doorzeurende morele afkeuring die nog in de lucht hangt na de vele seksueel-onderdrukkende lessen in de trant van masturbatie-is-zelfbevlekking die we eeuwenlang hebben moeten aanhoren en die later door onze zedelijkheidswetgeving (let op het verborgen morele oordeel in deze term!) zijn gesanctioneerd.

Hoewel de meerderheid van de mannen naar porno kijkt – en van de meer betrouwbare studies toont aan dat 68 procent van de jongvolwassen mannen minstens één keer per week naar porno kijkt¹¹ – vindt een vergelijkbaar percentage (ongeveer 65 procent van de mannen) het moreel verwerpelijk om naar pornografische content te kijken.¹² De linkerhand weet wel degelijk wat de rechterhand doet, maar klappt zo snel mogelijk de laptop beschaamd dicht.

Deze dubbele privémoreel is een voedingsbodem voor vertoon van schijnheiligheid. In 2015 verloren vier rechters hun baan omdat ze op hun werkcomputer porno hadden gekeken – 'volledig onaanvaardbaar gedrag voor een juridisch functionaris', luidde het oordeel van het strafrechtelijk onderzoek.¹³ De rechters werden beroofd van hun kostwinning – na decennialang de publieke zaak te hebben gediend – en aan de schandpaal genageld. Gerui-

neerde carrières, maar waarvoor? Omdat ze een paar minuten van hun werkdag in de beslotenheid van hun eigen kamer naar volstrekt legale porno hadden gekeken. Een handeling die, zoals iedereen die wel eens vanuit huis werkt kan bevestigen, een *aide-concentration* kan zijn. Een van de rechters bekende dat hij in die periode aan een ‘ernstige, niet-gediagnosticeerde depressie’ leed. Hoewel naar porno kijken niet wordt aanbevolen als standaardtherapie, kan het je even uit dat gevoel van verdoofdheid halen – je begrijpt waarom de rechter naar een sekssite was afgedwaald. Er zijn lagere straffen dan schorsing uitgedeeld aan rechters die halverwege een verkrachtingszaak in slaap zouden zijn gevallen.¹⁴ En het was maar een klein vergrijp vergeleken bij de fysieke vlekken van een oude rechter die blijkbaar zo opgewonden raakte wanneer hij iemand tot de strop veroordeelde, dat hij er in de rechtszaal van ejaculeerde; volgens zijn klerk moest er altijd een schone broek naar de rechtszaal worden gebracht als er weer een doodstraf was opgelegd.¹⁵ Maar toch werden de carrières en reputaties van deze vier mannen kapotgemaakt – met alle gevolgen voor hun persoonlijke en gezinsleven van dien – omdat ze iets hadden gedaan wat onder mannen nog gewoner is dan voetbal kijken. Natuurlijk is het niet goed te praten dat je op je werk naar porno kijkt; het was dom en gaf blijk van ernstige onwetendheid op technologisch gebied. Maar de zwaarte van de straf had de herkenbare stank van onmatige openbare huichelarij. Een tik op de schuldige vingers was genoeg geweest.

De voorzitter van het Britse Hogerhuis, in zijn zwarte zijden kousen en bijpassende fluwelen rokkostuum, putte mogelijk uit dit pseudomoralistische vaatje toen hij zijn lords de les las, maar ik geloof niet dat het enige invloed heeft gehad op mijn aversie tegen porno na Los Angeles. Niet op iemand die is opgegroeid onder het waakzame oog van Sam en Linda, voor wie *Portnoy's Complaint* verplicht leesvoer was in zijn jongelingsjaren. Waarom porno mij is gaan tegenstaan – en misschien ook waarom zoveel mannen die regelmatig pornografisch materiaal tot zich nemen

het moreel verwerpelijk vinden – is, omdat we diep vanbinnen weten dat het niet goed voor ons is. En hoe meer je erdoorheen kijkt – hoe vaker je een blik werpt in de keuken van een fastfood-restaurant – hoe minder smakelijk het wordt.

Als ik dit stuk kort na mijn afstuderen zou hebben geschreven, dan had ik me opgeworpen als verdediger van de pornografie. Dat er maandelijks een *High Society* of *Hustler* op de mat viel, was niet verwerpelijker dan de incidentele Big Mac, pint of peuk; met mate genieten maakt het leven leuk. En die enkele vieze plaatjes of die actrice die een paar minuten lang *schnell, schnell, wunderbar* hijgt, zullen niet direct leiden tot massaal verlies van respect voor vrouwen. Maar de porno van nu is echt een ander verhaal: het is gevaarlijk spul.* Dat zich ongebreideld heeft vermenigvuldigd, altijd voorradig en met één tik op zelfs de domste smartphone voor iedereen beschikbaar is.

Het laatste wat een man die zijn best doet om monogaam te blijven en die wil dat de aantrekkingskracht de eerste fase van de wellust overleeft, nodig heeft, is een onuitputtelijke voorraad hardcore seks in zijn broekzak. Scènes met vrouwenlichamen die nauwelijks enige gelijkenis vertonen met de anatomische werkelijkheid, die geluiden voortbrengen die verder alleen gehoord worden tijdens de twee weken van Wimbledon, die schijnbaar gretig deelnemen aan daden die waarschijnlijk niet op het dagelijkse menu van de relatieseks staan. Als je dat vergelijkt met de reguliere wekelijkse seks thuis, dan moet je daar wel seksueel gefrustreerd van worden. Vooral wanneer deze spectaculaire vlees-massa in hd op uiterst ontvankelijke grijze materie landt: het mannelijke brein.

Mannen zijn seksueel visuele dieren. Psychologen aan de

* Evenmin kun je de huidige porno vergelijken met die van de Oude Grieken. Zoals Alain de Botton zei: hun obscene aardewerk moet je zien in de context van seks 'als moment waarop de goddelijke perfectie van ons lichaam wordt gevierd' – waarbij het lichaam zelf als 'toonbeeld van innerlijke deugd' wordt beschouwd. Niet als iets wat je achteloos op Xhamster toont.

Emory University hebben ontdekt dat het emotiecentrum van onze hersenen, de amygdala, significant hogere niveaus van activiteiten vertoont bij mannen die visueel seksuele stimuli binnenkrijgen dan bij vrouwen die naar dezelfde beelden kijken.¹⁶ Het emotionele hoofdkwartier van een man slaat op tilt door porno. We zijn inderdaad zo visueel ingesteld, dat onze vrouwen hangborsten gingen krijgen toen de mensachtige rechtop ging lopen, mogelijk louter en alleen om ons blij te maken: zo kopieerden ze de vetafzettingen op de billen waar wij zo liefdevol naar loerden toen we ons nog op handen en voeten voortbewogen.¹⁷ Waarschijnlijk de traagste vorm van sexting ooit:

Stuur me een foto van je ronde billen – ik mis ze :(
Wacht even. Ik ontwikkel een paar nieuwe))

Aapje kijkt, en wil het meteen doen. Als dertigjarige heteroseksuele Britse mannen in 2010 drie keer zo waarschijnlijk (van 6 tot 18 procent) anale seks hadden gehad in de twaalf maanden voor het onderzoek dan mannen die twintig jaar voor hen waren geboren – terwijl 50 procent van de mannen in 2010 aangaf het ooit te hebben geprobeerd¹⁸ – dan moet dat direct verband houden met de alomtegenwoordige anale seks in porno. Was anaal vroeger het domein van de man met de bruine papieren zak, nu is het een beetje alledaags geworden; je voelt je bijna genept wanneer het niet eens gesuggereerd wordt in een scène. Onderzoek onder tienduizend pornosterren toonde aan dat 62 procent van de actrices anaal is gegaan, terwijl 39 procent van hen zich gelijktijdig anaal en vaginaal heeft laten penetreren.¹⁹

Maar laten we geen ouwe conservatieve moraalridders worden. De impact van porno is allesbehalve zwart-wit. Dat meer (heteroseksuele) volwassenen anale seks proberen en praktiseren, betekent waarschijnlijk ook dat dankzij porno de doem van eeuwenoude vervloekingen is verdwenen – in de late middeleeuwen pleitten geestelijken ervoor anale seks te bestraffen met drie jaar vasten – en mensen zich vrij voelen om te doen wat ze span-

nend vinden. Bovendien is het geen geheim meer wat de amygdala van de man zoal opwindt. Het genot van een zojuist ontvangen *sext* – een seksueel getinte tekst of foto – is vergelijkbaar met de vreugde wanneer je team na 44 jaar weer eens het nationale kampioenschap wint. Vrouwen zullen zich afvragen waarom zo'n levenloos plaatje van hun kruis evenveel vreugde kan brengen als Sergio Agüero, maar dat moet je mij niet vragen, schat, vraag het maar aan die amandelvormige verzameling neuronen in de mediotemporale hersenkwab.

Onze sekslevens zijn dan wel gekruid – en onze telefoonlijnen verstopt – maar onze ontvankelijke geest is gevuld met verwachtingen en beelden van seks die ongekend onrealistisch zijn. Als je knoeit met de verwachtingen van zoiets primairs voor de menselijke conditie als seks en intimiteit, is dat vragen om moeilijkheden. Relate, een organisatie die paren hulp biedt, meldt een 'enorme toename' in online-gedreven, dwangmatig seksueel gedrag onder mannen²¹; steeds vaker wordt porno genoemd als reden om te scheiden,²² en studies doen vermoeden dat het gebruik van expliciete content gepaard gaat met risicovoller seksueel gedrag en minder seksuele bevrediging.²³

Hopelijk kunnen de meeste mannen de beelden die ze hebben gezien loslaten, maar sommigen belanden in een afstompende tredmolen: zodra vaginaal, anaal en beide tegelijk een beetje saai wordt, eist het brein steeds explicietere, meer grensoverschrijdende of meer bizarre prikkels. Porno is niet alleen een uiting van voorkeuren, maar creëert ook nieuwe preferenties, geprent in het visueel geheugen, die anders überhaupt nooit zouden hebben bestaan. En die steeds verder van de realiteit liggen.

Ooit heb ik een ochtend doorgebracht met een censor bij de filmkeuring die films doorlichtte voor een R18-kwalificatie – de zwaarste categorie, alleen verkrijgbaar in de seksshop (voordat het illegaal online verspreid wordt). Het lukte ons beiden op bewonderenswaardige wijze ons lachen in te houden toen we zaten te kijken naar een film waarin een man een vrouw meenam naar de keuken, daar met een metalen klem haar vagina opende en de

ingrediënten voor een omelet in haar klutste, waarna de brij in een koekenpan plonsde toen zij opstond. Ondanks mijn bezorgdheid over het risico van salmonella vanwege de rauwe eieren, werd de film goedgekeurd. Als ik mijn pornogeheugen zou kunnen wissen, zou dit tafereel zeker in de wachtrij met te deleten bestanden worden gezet. Maar als omeletporno toevallig iets is wat je opwindt, dan vrees ik dat je dit onderwerp niet zomaar na de afwas bij je vrouw ter sprake brengt. (Hoewel niet specifiek in het *oeuf genre*, maar ik heb vrouwen gesproken met partners die alleen maar in bed kunnen presteren als ze gelijktijdig naar een bepaald soort porno kijken.)

Na deze viewing knipperde ik met mijn ogen in de middagzon op Soho Square, met verminderde eetlust, maar dankbaar dat mijn neurale paden al lang geleden waren aangelegd. Welke gevolgen zal dit hebben op de lange termijn voor jongens die opgroeien in een tijd waarin knetterende hardcore porno zo aanwezig is? Wat zullen zij normaal vinden, welk vrouwbeeld wordt er in die jongenshoofden gevormd? Een op de tien kinderen van twaalf tot dertien jaar vreest al dat ze aan porno verslaafd zijn, volgens de Britse Landelijke Vereniging ter Voorkoming van Wreedheid jegens Kinderen.²⁴

Een jongeman wiens zes jaar durende pornoverslaving op zijn vijftiende was begonnen, gaf toe dat hij ‘geen erecties meer kon krijgen bij echte vrouwen wanneer ik het probeerde, omdat ik zoveel naar porno had gekeken. Echte vrouwen wonden me niet meer op.’ Hij zat in die desensitiserende tredmolen. ‘Je kijkt naar dingen die je eigenlijk niet wilt zien... Ik zag dingen die ik schokkend vond, die niet pasten bij mijn eigen seksualiteit, dingen als transseksuele porno, homoporno.’²⁵

En wat voor een volwassene misschien nog experimenteel of speels kan zijn, krijgt vaak een sinistere – en opgedrongen – bij-smaak bij jonge mensen. Neem sexting. Een maatschappelijk werker vertelde me over jongens van elf tot dertien jaar, die een groep vormden op social media, waarbinnen ze intieme ‘trofee-

foto's' deelden van meisjes en elkaar vertelden wat elk van hen bereid was te doen.

Jongens die zich aan porno blootstellen, groeien niet alleen op met een onrealistische indruk van het uiterlijk van de vrouw, maar worden ook onzeker over hun eigen uiterlijk. Gezien het stijgende aantal jongens met een gebrek aan eigenwaarde vanwege hun lichaam, kan ik me niet voorstellen dat porno geen uithollende factor is, samen met reclames en sociale media. Kindergeneeskundig onderzoek in Amerika toonde aan dat bijna 18 procent van de jongens in de puberteit zich 'extreem veel zorgen maakt over hun gewicht en uiterlijk'. Het onderzoek gaf aan dat in hun verlangen om gespierder te lijken, jonge mannen even waarschijnlijk groeihormonen en steroïden zullen gebruiken als jonge vrouwen boulimisch worden om af te slanken. 'Er is relatief weinig bekend over eetstoornissen bij mannen', luidde de conclusie.²⁶

Wanneer jongemannen eropuit gaan om de standjes te praktiseren die ze online hebben gezien, zouden ze wel eens van een koude kermis kunnen thuiskomen. Wie het pornocurriculum volgt om bij vrouwen een gegil te ontlokken dat je verder alleen maar op de tennisbaan hoort, zou wel eens op een backhand-return verrast kunnen worden. 'Sommigen van mijn klanten noem ik Duracell-konijntjes. Dat zijn jongens die regelmatig porno consumeren,' zegt Laura, onze Ierse escortdame. 'Je ziet het al meteen als ze binnenkomen. Deze jongens denken dat seks goed is als je maar lang genoeg blijft pompen, wat natuurlijk niet zo is. Ze denken dat een klap in je gezicht heel erotisch is. Die krijgen dus snel te horen dat ze zich gedeisd moeten houden en zich gedragen.'

Porno is dus niet ideaal voor onze visueel ingestelde hersenen, voor onze geest die worstelt met intimiteit en langdurige aantrekkingskracht, voor de manier waarop we naar ons lichaam kijken en, als we enige postcoïtale scherpzinnigheid toelaten, voor ons geweten. Ik zou willen dat ik, na de pornobusiness wekenlang

van dichtbij te hebben meegemaakt, kon zeggen dat ik vrouwelijke empowerment in actie had gezien, zelfbewuste, ondernemende vrouwen die onder hun eigen voorwaarden veel geld willen verdienen. Maar bijna iedere pornstar die ik ontmoette, leek een pijnlijke achtergrond te hebben – een verslaving, een exploiterend vriendje dat hen tot deze business had gedwongen, een geschiedenis van mishandeling. Over pornoactrices wordt wel gezegd, aldus een mannelijke acteur op de set: ‘Mama hield te weinig van ze, papa te veel.’ Deze man had helemaal niet het gevoel dat hij een bijdrage leverde aan vrouwelijke empowerment. ‘Ik heb gewerkt met meisjes die vlak voor een scène op de wc zaten te huilen, dat is echt niet gemakkelijk. En daar zijn er waarschijnlijk meer van dan van de seksueel bevrijde meiden.’ Vrouwelijke pornstarren gaan gemiddeld anderhalf jaar mee in de business, daarna vertrekken ze. (Het zou een prettiger en misschien zelfs bevrijdende ervaring zijn om te spelen in pornofilms die zijn geregisseerd door en gericht zijn op vrouwen, in plaats van in films gemaakt ter onmiddellijke bevrediging van ’s mans laagste lusten.)

De enige – ogenschijnlijke – uitzondering op deze treurige gevallen was Nikki Jayne, het lange, blonde, wellustige toonbeeld van schoonheid uit het Noord-Engelse Wigan, die een baan in een callcenter in Greater Manchester had opgezegd om de nieuwste pornosensatie van L.A. te worden. Als mijn leven in een flits aan me voorbij zou gaan, zouden daar niet alleen de zingende oudjes in voorkomen – die elkaar in mijn flashback hopelijk niet betasten – maar ook de middag die ik rolschaatsend met Nikki in Venice Beach had doorgebracht; het moment waarop ze me opving toen ik deels opzettelijk mijn evenwicht verloor. Ik zie die middag in slow motion nog voor me. Nikki (haar echte naam is Samantha) leek me een slimme, grappige, nuchtere vrouw uit Noord-Engeland, afkomstig uit een leuk gezin. Wat deed ze toch in L.A. en waarom had ze een baan genomen waarvoor ze zich al op haar eerste werkdag een dubbele penetratie had moeten laten welgevallen?

‘Ik ben graag onafhankelijk; het gaat niet alleen om het geld, maar ook om... De seksindustrie is enorm groot, en hoe kun je die ooit leren kennen als je er zelf niet in werkt? Ik zou graag productiewerk willen doen, aan de andere kant van de camera werken, niet ervoor. Ik bedoel, ik ben niet achterlijk, ik weet dat ze ons, de pornomeisjes, gewoon als proefkonijnen gebruiken, de hoge heren daarboven, de agenten en zo.’

Haar agent leek de touwtjes strak in handen te hebben – hij stormde later woest naar binnen om het interview te onderbreken en haar mee te nemen. Uiteraard bleek ik vatbaar voor de mannelijke illusie dat ik haar zou kunnen ‘redden’ – *Pretty Woman* in de pornobiz – en dat ze getalenteerd genoeg zou zijn om ander werk te doen. Dus ik belde mijn agent en vroeg of hij haar aan een net tv-project kon helpen. Hij zei dat ik een koude douche moest nemen. Nikki vertrok om zich voor te bereiden op een anatomisch uitdagende scène.

De business mag dan schadelijk zijn voor vrouwen die al beschadigd zijn, ook voor de mannelijke performers is het er geen pretje. Dat ontdekte ik niet doordat ik medelijden met ze had, of me zorgen maakte om het psychisch welzijn van de mannen die de kost verdienen door met pornosterren te neuken. Het kwam meer als een besef dat dit voor mannen eigenlijk behoorlijk on-dankbaar werk moet zijn. De mannelijke sterren zijn inwisselbare aanhangsels en staan het laagst in rang. Ze krijgen een fractie van wat de vrouwen verdienen, terwijl ze – volgens hen – het zwaarst onder druk staan.

‘In feite is de man het belangrijkste,’ aldus ouwe rot Randy Spears, een van de weinige mannelijke pornosterren met baanzekerheid. ‘Want: als het gereedschap niet goed werkt, kun je geen huis bouwen.’ We zitten aan het zwembad van een huurhuis, hoog in het dal, nadat Randy zojuist een scène voor Wicked Pictures heeft gedaan – de enige pornoproducent in de omgeving die op condoomgebruik staat. ‘Ik wil gewoon niet ziek worden. Onze business is enorm gegroeid en heel groot geworden, je hebt geen controle meer... en ik wil niet ziek worden. Eigenlijk zouden

in de hele business condoms gebruikt moeten worden.'

Omdat het gereedschap altijd moet functioneren, gebruikt 'bijna iedereen viagra', zegt Alan, een bedachtzame, knappe acteur, die ik spreek terwijl hij zich gereedmaakt voor een scène met twee blondines. 'Sommigen zeggen wel dat ze het niet gebruiken, maar ik ken hooguit drie mannen die het níét slikken. Al ben je nog zo dol op het meisje, de omstandigheden dwingen je er bijna toe. Het is moeilijk om een echte klik te hebben.'

'Ik werk voor verschillende bedrijven die meer extreme dingen willen, dus ik doe mijn best voor ze. Zij heeft bijvoorbeeld over me heen gekotst, en tamelijk verbijsterd keek ik om naar de regisseur, want ik wist niet of dat de bedoeling was. Ik besepte dat het extreem was, maar hij vond juist dat ik moest doorgaan, dus...'

Ik vraag Alan of hij door de business is veranderd. 'Ja, zeker. In sommige opzichten positief, in andere negatief. Ik ben christelijk opgevoed, met religieus schuldgevoel en al. Dankzij dit werk ben ik daaroverheen gekomen, vooral als je werkt met meisjes die echt seksueel bevrijd zijn en seks gewoon heerlijk vinden.' (Alan was degene die me had verteld dat er helaas zo weinig van die vrije meisjes in de business werkten.)

Toen we naar buiten liepen vertelde Alan dat viagra bij sommigen niet meer werkte. Tegenwoordig geven acteurs vlak voor een scène zichzelf aan de wortel van hun penis een injectie met een erectie-opwekkend middel. Hij kende iemand die iets te enthousiast in zichzelf had geprikt en naar de eerste hulp moest worden gebracht omdat zijn penis zwart begon te worden.

Deze vergiftigde penissen verbleken bij het meest zorgwekkende gevolg van porno dat ik ben tegengekomen, op een plek die je niet zou verwachten.

Tijdens een rondleiding van Anabolic, een van de grootste pornoproducenten, vertelde de directeur terloops dat het bedrijf veel fanmail uit Ghana ontvangt. Hij liet me een brief zien van de uit Ghana afkomstige Mark, met een foto van een zachtaardig

uitziende jongeman met ontbloot bovenlijf – per adres zijn plaatselijke kerk in Accra.

‘De reden dat ik u schrijf is dat ik een Amerikaanse seksster wil worden en uw hulp nodig heb. Dit is mijn foto en mijn nummer is... Ik hoop zo snel mogelijk van u te horen.’

Dat een wannabe pornoster uit West-Afrika een brief richt aan een pornoproducent in L.A. is ronduit verbijsterend. Hoe wijdverspreid – en schadelijk – is deze content uit Zuid-Californië eigenlijk? Ik wilde deze Mark per se ontmoeten.

Te ver

Op de grote markt midden in Accra slaat de globalisering wild om zich heen. Te midden van kramen met groente, fruit of sportkleding ligt er de beste hardcore porno uit het Westen openlijk te koop. In deze rekken met dvd's is duidelijk te zien waar Mark zijn passie voor het Californische spul vandaan heeft. Zonder de zoektocht naar Mark te staken, trek ik naar het noorden van het land, waar de tentakels van de porno tot in de meest onwaarschijnlijke uithoeken reiken. Het dorp lijkt op een reportage in de *National Geographic*: kinderen op blote voeten, loslopende geiten, lemen hutten met rieten daken, geen elektriciteit. Maar een beetje vastberaden man laat zich niet weerhouden door de afwezigheid van stroom. Eén keer per maand zetten de mannen een generator in het dorp en veranderen ze een van de lemen hutten in een pop-up seksbioscoop die films uit het Westen vertoont. Wat dit onwerkelijke gegeven zo verontrustend maakt, is dat in deze cultuur mannen niet aan masturbatie doen. Na een vertoning worden de kleine jongens op pad gestuurd om meisjes te ronselen voor hun opgewonden oudere broers.

Ik sprak zo'n landerig groepje oudere jongens, die op een balk bij een hut zaten. Een van hen droeg een vaal Arsenal-shirt. Hij vertelde dat hij 'slapeloze nachten heeft omdat hij zoveel aan seks denkt'. Een andere jongen doet een ijzingwekkende bekentenis:

‘Je denkt aan seks, maar je hebt geen partner. Dan moet je wel een vrouw verkrachten om aan je trekken te komen.’

Aan de andere kant van het stoffige dorp praat ik met een groepje van ongeveer vijftien vrouwen met kleurrijke sjaals om hun voorhoofd gewikkeld, een enkeling met een baby op haar arm. Ze kijken ernstig als ik de video's ter sprake breng. Veel vrouwen vertellen hoe hun man door deze buitenlandse porno is veranderd – ze worden niet meer door hun eigen vrouw bevredigd. Een van hen vertelt dat sinds haar man drie jaar geleden naar deze films begon te kijken, haar 30-jarige huwelijk aan het afbrokkelen is.

Het is haast niet te geloven dat een pornofilm die in een buitenwijk van L.A. is opgenomen, meer dan tienduizend kilometer verder weg, in een Afrikaans dorp dat nauwelijks door de moderne tijd is aangeraakt, verkrachtingen en scheidingen kan veroorzaken.

En dat is nog niet alles. Op die ene studio na waar men condoms gebruikt, toont het overgrote deel van de porno uit L.A. alleen maar onveilige seks. En deze porno is oorspronkelijk gericht op doelgroepen in Amerika en Europa, die tenminste een minimum aan seksuele voorlichting hebben gehad, wat niet kan worden gezegd van het onbedoelde publiek in Ghana. De gevolgen zijn dodelijk.

In Accra spreek ik Kofi en Frank, twee mannen die door de jaren heen heel wat porno hebben gezien, maar nooit enige vorm van seksonderwijs hebben gehad. Instinctief deden ze na wat ze op het scherm hadden gezien, dus ze gebruikten geen condoom. ‘Zij deden het zonder condoom, dus ik ook,’ zegt Frank. Nu zijn ze allebei seropositief.

Kofi neemt me mee naar het schuurtje waar hij woont om me aan zijn gezin voor te stellen. Zijn vier maanden oude dochter die op de grond ligt te slapen, is hiv-vrij geboren, maar zijn vrouw is wél geïnfecteerd. Ze wijt haar ziekte aan de porno waar hij naar keek. En Kofi zegt dat hij alleen maar nadeed wat hij zag – ‘white is right’.

De aidscommissaris van Ghana vertelde me dat de invloed van porno ondermijnend is voor de campagne tegen hiv die het land voert – en voor de vorderingen die ze hebben gemaakt – en noemt het een ‘tijdbom’.

In het centrum van Accra ontmoet ik eindelijk Mark, de jongeman van de brief aan de pornostudio die een ster wilde worden. Hij vertelt dat hij de helft van zijn inkomen aan porno-dvd's uitgeeft, en dat hij 'gewoon een brief wilde sturen naar het adres dat aan het einde van de film werd getoond'. Mark blijkt chronisch verlegen en durft me nauwelijks aan te kijken – bovendien is hij nog maagd. Maar zijn geloof in het Beloofde Land (van de porno) gaat zo diep, dat hij oprecht een brief terugverwacht waarin hij wordt uitgenodigd naar L.A. te komen om een pornoster te worden.

Terug in Los Angeles – zonder een spoor van Mark, helaas – vraag ik me af hoe de geest der porno, met zijn wereldwijde gevolgen voor mannen en vrouwen, ooit weer terug in de fles kan worden gestopt; ons seksleven was al ingewikkeld genoeg voordat dit er was. Ik mijmer over grote pornoproducenten die hun sterren naar Afrika sturen om in safe-sekscampagnes te figureren, of die porno maken voor de Afrikaanse markt. Dat deze miljardenindustrie eindelijk eens een beetje maatschappelijke verantwoordelijkheid zou tonen. Maar natuurlijk krijgen we de pornogeest niet meer in de fles terug. En als deze business niet te bestrijden is, zou men zich verplicht moeten voelen om een soort 'fair-trade' porno te produceren, met psychologische achtergrondchecks van de spelers, inspraak in wat ze doen en scènes met context en realisme. En er zouden films speciaal voor tieners moeten worden gemaakt, die toch naar porno blijven kijken. Een (uiteraard) Deense professor vindt het tijd om porno in de klas te tonen en te analyseren, als alternatief voor de klassieke seksuele voorlichting waarin een condoom over een komkommer wordt afgerold.²⁷ Omdat ik ethisch verantwoorde porno wilde steunen – in de weken nadat ik me in deze business had ondergedompeld –

beperkte ik mijn muisklikken zeer nobel tot Nikki Jayne.

Verder heb ik me afgevraagd of mijn visie op porno misvormd is door alles wat ik heb gezien – de kotsende vrouwen, de ellende in het Ghanese dorp. Als journalist voel je je natuurlijk aange trokken tot verhalen over verslavingen en extreem gedrag: *man kijkt porno zonder enige consequenties* is natuurlijk geen interessant verhaal. Ben ik er te negatief over? Om deze vraag te beantwoor den bezocht ik de godfather van de porno: Larry Flynt, uitgever van *Hustler*, degene die 's mans recht op een close-up van een va gina tot aan het Amerikaanse hooggerechtshof heeft bevochten. Hoog in zijn toren in Beverly Hills rijdt hij in zijn gouden rolstoel over een hoogpolig groen tapijt en vertelt me dat hij moeite heeft met de porno van tegenwoordig. 'Die maakt het ons moeilijker om te verdedigen wat we doen – en ik vind het moreel en sociaal verwerpelijk.'

Als Larry Flynt vindt dat de porno van nu te ver gaat, dan moet het wel hardcore zijn.

11

De afgunst van een atheïst

Langere baard = langer leven = betere seks

Volwassen mannen rollen over de vloer, grijpen naar hun buik, gieren van het onbedaarlijke lachen. Anderen zitten te hikken op hun stoel, terwijl de tranen over hun wangen biggelen. Een man – type makelaar – staat voorovergebogen en laat een hoog, hyena-achtig gegil horen. Dit is een normale zondagsdienst van een charismatische kerk in Concord in New Hampshire – een sneeuwwit gebouw in de vorm van een A, gevuld met enkele honderden gelovigen. Een doorsnee bijeenkomst wanneer je credo luidt dat ‘lachen heilig’ is.

Ik word naar het podium geroepen. De pastor geeft me de microfoon. ‘Heeft hier niemand ook maar een beetje last van depressieve gevoelens? Een angststoornisje misschien?’ vraag ik schuchter.

Er valt een stilte. Daarna verandert de kapel weer in een heksenketel. Een vijftiger in een katoenen broek en sportieve blazer ligt op zijn rug als een omgevallen insect – spartelend met zijn benen in de lucht, zijn armen om zijn borst geslagen. Ik vraag aan een kerel met het postuur van een goed doorvoede rugbyspeler wat er te lachen valt; hij hapt naar adem om me te antwoorden. Anderen staan uitzinnig op hun plek te dansen met hun armen naar de hemel gericht.

Als cynische, atheïstische Brit leek me dit het toppunt van evangelische getiktheid. Opnieuw een teken dat die maffe creationisten uit ander hout gesneden zijn. Het zoveelste bewijs dat

mensen alles doen om erbij te horen, zelfs meegaan op een golf van infantiel geginnegap tot je ervan in je broek plast. Ik voelde me een bezoeker van een andere planeet.

Maar vergeleken bij alle mannen die ooit op deze aardbol hebben rondgezworven – of dat nog steeds doen – was juist ik de uitzondering in die kerk. Was ik de freak die niet geloofde in een hoger goddelijk doel van ons bestaan hier. Was ik de mafkees die weigerde een ritueel te omarmen om mijn liefde voor God in de hemel te tonen. En eerlijk gezegd, ze leken het uitstekend naar hun zin te hebben. Ze leken meer plezier te hebben dan iemand die op zondagavond op de bank ongeïnteresseerd naar een dvd'tje zit te kijken en ondertussen banale berichtjes stuurt naar meisjes op Tinder met een weelderig decolleté maar een pover taalgevoel.

Hoewel ik licht religieus ben opgegroeid – met een bar mitswa, de schijn van een koosjere keuken en een iets te grote medicijnkast – was het geloof meer een kwestie van traditie dan religie. Wat waarschijnlijk ooit als tieneragnosticisme was begonnen, dat ruimte voor een beetje mysterie liet, groeide langzaam uit tot rabiaat atheïsme. Tot een sceptisch oog dat religie beschouwt als iets wat door mensen is verzonnen om in onze behoeften te voorzien – en als een bron van ernstige conflicten.

Het idee dat er goden bestaan – in tegenstelling tot ons pre-agrarische geloof dat alles deel uitmaakt van een onderling verbindende, natuurlijke geest – was inderdaad ontstaan toen we ons nomadenleven opgaven om ons als boeren te vestigen. Door alle nieuwe onvoorspelbaarheid die gepaard ging met ons dagelijks brood, bedachten we specifieke goden tot wie we konden bidden voor een goede oogst en gezond vee. (Tarwe stond aan de wieg van de moderne godsdienst – zijn gluten dan overal slecht voor?¹) Ook is één blik in een willekeurige krant voldoende om herinnerd te worden aan alle verschrikkingen die uit naam van religie worden begaan, waarbij de religie zelf een extra dimensie van ijver en overtuiging toevoegt aan oorlogen en de vervolging van men-

sen buiten de groep. Een bron van afschuwwekkende onderdrukking van vrouwen, homo's en mensen die uitkomen voor hun mening; een middeleeuws bolwerk tegen veilige seks en sekseducatie; een nepautoriteit voor heersers ter handhaving van de status quo. Om maar te zwijgen over de eeuwen van seksueel-disfunctioneel onderricht dat nog steeds schuld bewust voortleeft.

Wat maakt het uit dat we altijd gelovig zijn geweest? Drieduizend jaar lang – tot aan het einde van de negentiende eeuw² – heeft het establishment in het nut van aderlaten geloofd. Talloze mensen zijn te vroeg door deze voodoo gestorven (waarschijnlijk ook George Washington, de eerste Amerikaanse president, die maar liefst 3,5 liter bloed had afgestaan, omdat hij met keelpijn was opgestaan, en vier dagen later de geest liet).³ Het is een teken van beschaving dat ons de schellen van de ogen zijn gevallen met betrekking tot deze religieuze kwakzalverij.

Voorals mannen laten zich niets meer uit de Bijbel wijsmaken. De meeste Britse mannen – 63 procent – geloven niet in een leven na de dood, terwijl slechts 36 procent van de vrouwen het hiernamaals ontkent. In de religieuze streken in Amerika wordt dagelijks veel meer door vrouwen (65 procent) dan door mannen (46 procent) gebeden.⁵ In landen overal ter wereld is de meerderheid van zelfverklaarde atheïsten man – of dat nu in Oekraïne, Portugal, Japan, Israël, Mexico, Zweden of Nederland is.⁶ Niemand weet precies waarom juist mannen eerder geneigd zijn aan te nemen dat we zonder enige reden, zomaar hier op deze planeet dwalen. Misschien zijn we rationeler, hebben we minder de sociale of psychische behoefte aan een geloof, worden we minder blootgesteld aan de religieuze parafernalia waar je in de opvoeding van kinderen mee te maken krijgt – en zijn we eerder bereid het risico te nemen dat er geen hemel of hel bestaat om je best voor te doen.⁷

Ja, op rationeel niveau vind ik – en met mij talloze mannen – het moeilijk om iets in te brengen tegen Richard Dawkins, volgens wie er weinig bewijzen zijn die de 'God-hypothese' ondersteunen.⁸ Maar hoezeer ik het intellectueel gezien ook met

Dawkins eens ben, ik blijf hem een spelbreker vinden. Ik blijf me afvragen of we, in ons cynisme, niet ook het kind met het badwater van de religie hebben weggegooid. Laat me op deze plek een bekentenisje doen: ik ben jaloers op mannen die gelovig zijn.

Grabbelton van redenen waarom ik wou dat ik gelovig was

- Ik zou inmiddels goed en wel getrouwd zijn. Kieskeurigheid en torenhoge verwachtingen zouden geen kans krijgen vanwege de noodzaak een goddelijke verbintenis aan te gaan onder het ongeduldige oog van een bemoeizuchtige gemeenschap.
- Ik zou vaart hebben gemaakt met de voortplanting. Ik heb een rabbijn ontmoet, iets ouder dan ik, met elf kinderen; hij kende niet eens hun namen uit zijn hoofd. Dan sta ik met mijn Onbaatzuchtige Genen in de langzame rij. Wie wekelijks een religieuze bijeenkomst bezoekt, heeft gemiddeld 2,5 kinderen, vergeleken met 1,67 kind uit heidense lendenen.
- Ik zou zeven jaar langer leven. Als je één keer per week naar een religieuze bijeenkomst gaat, verleng je je leven met zeven jaren, aldus dr. Harold Koenig van het Centrum voor Spiritualiteit, Theologie en Gezondheid van het Medisch Centrum van Duke University. Koenig ontdekte zelfs dat ‘religiositeit in verband staat met een betere manier van stressbeheersing, en leidt tot minder depressie, zelfmoord, angststoornissen en middelengebruik’.¹⁰ Ik begin inmiddels te begrijpen waarom die mannen in de kerk bijna in hun broek pisten van het lachen.
- Keppeltjes, turbans, de keffiyah of takkiya zijn allemaal hoofd-
toeien die mogelijke kaalheid bij de man verbergen – het boeddhisme gaat voor gelijke behandeling en scheert iedereen kaal. Onze wereldreligies lijken rekening te houden met de mannelijke angst voor kaalheid. Helaas, over het hoofd gezien door het christendom. De middeleeuwse katholieke tonsuur – die grote kaalgeschoren plek die de bekende Broeder Tuck-look geeft – werd in 1972 door het Vaticaan grotendeels verboden,¹¹ maar de paus

en de geestelijkheid zitten goed met hun kalotjes.

- Biechten lijkt me een geweldige therapie.
- Bidden (vooral islamitisch) schijnt goed voor de houding van je rug te zijn, en zorgt ervoor dat je uit die luie bureaustoel komt.
- De meer schadelijke gevolgen van ‘ondeugden’ zouden aan mij voorbij zijn gegaan, althans in theorie. Ik zou dus geen *bad trip* hebben gehad; nooit naar porno hebben gekeken (al suggereert onderzoek naar de URL's van gelovige mannen iets anders¹²); en nooit zijn flauwgevallen in de bosjes bij een ziekenhuis na een door hypochondrie ingegeven soa-check. Toen ik eens met een imam op een zaterdagavond midden op Leicester Square stond en een groepje hanige jongens uit Liverpool op ons afkwam om te vragen of we wisten waar je coke kon krijgen, peinsde de zacht-aardige moslimleider: ‘We zien mensen die zich vermaken en plezier hebben. Maar de gevolgen daarvan zien we niet. We zien niet hoe hun huwelijk door ontrouw uit elkaar valt, noch de leverschade die uit dit soort activiteiten voortvloeit of de abortus na die ene onenightstand.’ Even later werden we aangeklampt door een groepje vrouwen op vrijgezellenavond met een gigantische opblaasbare penis.
- Ik zou gedwongen worden, door de sabbat, één dag in de week vrij te nemen en van mijn mobiel af te blijven. En het zou afgelopen zijn met dat getreuzel 's ochtends: meteen uit bed voor het gebed, en een douche van cardiovasculair-gunstig koorgezang.
- Vasten is goed voor de celregeneratie en het immuunsysteem, zoals menig ondervoede labmuis op zijn vrolijke vierde verjaardag kan bevestigen. Het sobere dieet van de Griekse monniken op de berg Athos – met hun onbewerkte eten en regelmatige vastenperiodes – is nu de laatste trend. De *Daily Mail* vraagt zich hijgerig af: ‘Is het dieet van de Griekse monnik het geheim om slank en gezond te blijven? [Nieuw plan] weerspiegelt eetgewoonten van de vrome orthodoxe priesters op de berg Athos die 10 JAAR langer leven dan gemiddeld.’
- Ik zou minder de druk hebben gevoeld iets in het leven te bereiken wanneer ik gereïncarneerd opnieuw een kans zou krijgen.

In de bizarre en ondoorgrondelijke rituelen en regels van godsdiensten – ezeldrijvers dienen één keer per week met hun vrouw naar bed te gaan, aldus de Misjna, de toelichting op de Joodse wetten, kameeldrijvers slechts één keer per maand – zit misschien een kern van wijsheid die ons een beter inzicht in het menselijk bestaan geeft. Als we verplicht zijn om religieuze feesten bij te wonen, dan moeten we wel tijd voor onze familie en gemeenschap vrijmaken, hoe druk het op de zaak ook is. Bidden voor het eten lijkt sterk op mindfulness – je hoeft even niet te multitasken en kunt je concentreren op het eten voor je. De Japanners die jaarlijks door zen geïnspireerd bij elkaar komen om de maan te zien, houden even op met navelstaren om omhoog te kijken – hoe vaak doen we dat? – en ons mierachtige bestaan in dit zonnestelsel in een nederig makend perspectief te plaatsen.¹⁴

Religie als sluiproute, ingesleten na millennia, waardoor je niet alles zelf hoeft uit te zoeken. Of religie als behoorlijk sterke software, die het leven gemakkelijker maakt en je misschien nog verrijkt ook – minder storingsgevoelig dan het Atheïsme-systeem. Die mogelijk beter aansluit bij zaken die echt belangrijk zijn voor een mens.

Zoals ... *gemeenschapszin*. Misschien is dit wel onze sterkste drang, is dit wat mannen ertoe drijft hun leven te wagen: de behoefte om deel uit te maken van een stam, een identiteit te hebben. Ik geloof niet in een hoger wezen en durf te wedden dat het Oude Testament door een aantal kerels is geschreven over een periode van een paar honderd jaar, maar toch eet ik geen varkensvlees, vast ik meestal op Jom Kippoer en zou ik, als ik een zoon kreeg, volkomen irrationeel willen dat zijn voorhuid werd verwijderd. Evenmin is het logisch om je druk te maken of elf overbetaalde snotneuzen een bal in een netje weten te schoppen – en het is moeilijk om hetzelfde enthousiasme op te brengen voor iets wat je volledig in beslag nam toen je acht was – maar toch voel ik het bloed door mijn aderen stromen als City scoort, en nog steeds draag ik geen rood. (Niets maakt je zo onmannelijk als een gesprek over voetbal waarin de hiaten in je kennis of passie

aan het daglicht komen – wat is het toch een vreemd insigne van mannelijkheid. Het heeft de schoolpleinpotentie om volwassen mannen die geen supporter van een club zijn of geen belangstelling voor het spel hebben, het gevoel te geven een buitenstaander te zijn.) Je kunt je afvragen tot je een ons weegt waarom we zo graag ergens bij willen horen – misschien omdat het je verzekert van bescherming wanneer je wordt aangevallen – maar ik accepteer gewoon het feit dat ik bij verschillende stammen hoor, die me bij de les houden, die op een of andere manier bepalen wie ik ben, en voorkomen dat ik eieren met spek eet.

Zoals ... een nog hogere baas hebben om gunstig te stemmen. Wiens functioneringsgesprek op de dag des oordeels niets te maken heeft met je carrière, status of banksaldo, en die zelfs van je houdt. Betekent het aanhangen van een godsdienst dat je na een rottag op je werk minder stress voelt dan een ongelovige, omdat het niet het einde van de wereld betekent, gezien het hogere doel? Omdat je tegenslagen kunt plaatsen in het kader van een groter plan? Omdat het je net dat duwtje geeft om eens een goede daad voor een ander te verrichten, waar je blij van wordt?

Zoals ... beseffen dat de harde werkelijkheid helemaal niet zo heel erg hoeft te zijn. Videobeelden zijn dramatischer in slow motion, foto's worden door middel van filters tot leven gebracht, als je te vaak naar actualiteitenprogramma's kijkt, word je eerder somber en bang.¹⁵ Religie haalt de scherpe kantjes van de realiteit, omdat het de boodschap verkondigt dat het leven meer is dan een zinloos gevecht tussen de genen; het geeft je de suggestie dat wonderen nog bestaan – het gevoel dat nog bestond voordat een nerd het wonder van de regenboog ontmaskerde als een soort optisch bedrog – en kan je dat kinderlijke gevoel bezorgen dat er iemand is die voor je zorgt, al begrijp je dan niet altijd wat je kosmische ouders van je willen.

En (misschien) zoals ... *het bieden van een kader voor genderrollen.* Als religieuze regels door en voor mannen zijn geschreven – wat niet-gelovigen vermoeden – dan is het geen verrassing dat we er tamelijk goed van afkomen (op de ondersekste kameeldrijvers

na). Maar zouden religies, afgezien van de onderwerping van vrouwen die in allerlei religieuze vermommingen hardnekkig voortduurt, ook nog andere dingen te zeggen hebben over de omgang tussen man en vrouw – een andere, traditioneler verzameling van rollen bieden, waar sommige vrouwen zich misschien meer bij op hun gemak voelen? Ik ging te rade bij Mendel Cohen, de orthodoxe rabbijn van die avond toen ik bijna had gevochten, een bebaarde, energieke man uit Leeds. Hij is zeven jaar jonger en een kop kleiner dan ik, maar qua voortplanting staat hij met 5-0 voor. Hij en zijn snel pratende Amerikaanse vrouw Chai zeggen een gelijkwaardige relatie te hebben – en zij werkt parttime – maar, benadrukt zij, gelijk zijn betekent niet hetzelfde zijn. ‘Aangezien er verschillen zijn tussen man en vrouw, hebben we verschillende rollen in de wereld, die deels overlappen, deels niet.’ Volgens Chai brengen vrouwen natuurlijke rust en stabiliteit in huis en hebben ze een intuïtieve band met kinderen, maar ze verdedigt het absolute recht van vrouwen om te werken. Als lid van de Chabad-gemeenschap verkeert ze in de zeldzame positie het moderne met het supertraditionele te kunnen verenigen – ze gaat zowel om met werkende vrouwen uit Londen die naar hun Saat-chi-synagoge gaan als met ultraorthodoxe chassidische families (lange baarden, viltten hoeden, geen greintje feminisme), wanneer ze haar kinderen naar school brengt.

‘Ultraorthodoxe vrouwen hebben veel minder stress. Hun verwachtingen van het leven zijn duidelijk. Maar in de synagoge hebben we veel jonge werkende vrouwen die net hun eerste kind hebben gekregen, en zij staan onder heel veel druk. *Zal ik straks weer fulltime gaan werken? Maar dan kan ik mijn kind niet meer zien. Als ik thuis zou blijven, kan ik mijn werk niet deeltijd doen, dus ik moet wel blijven werken, anders is mijn baan over tien jaar niet meer voor mij beschikbaar.* Ze blijven dus twijfelen over de keuzen die ze maken en of die wel goed zijn. Ultraorthodoxe mensen hebben daar geen last van. Ze weten dat ze hun leven leiden op de manier die ze willen.’

Plotseling, alsof de hemel openscheurde en er een straal god-

delijk licht bij het non-descripte kantoorgebouw in noord-west Londen naar binnen viel, verkondigden de rabbijn en zijn vrouw een wijsheid met waarlijk Bijbelse proporties: ze verklapten het geheim van een goed seksleven binnen een lang durende relatie. Vanaf het begin van de menstruatie – tot een week daarna, hetgeen met een ritueel bad wordt gevierd – is elk seksueel contact verboden. Zo’n twaalf dagen per maand is seks dus uit den boze (sommige echtelieden raken elkaar niet eens aan en slapen apart). Mendel trok de vergelijking met taart. Als er in de koelkast een onbeperkte hoeveelheid chocoladetaart ligt, gaat die je na een week schransen tegenstaan. Je hebt er genoeg van en krijgt trek in citroentaart, waar je, vooral mannen, ook weer snel genoeg van krijgt, waarna je overgaat op kersentaart, enzovoort. ‘Maar als je weet dat er maar één taart is, dan ben je er tot het laatste stuk zuinig op en kijk je uit wanneer de volgende wordt geleverd, zeg op maandag. Je mentale relatie met die taart wordt daardoor veel opwindender. Je verlangt alleen maar naar dingen die je niet hebt. Als je het gevoel hebt dat je je vrouw niet altijd mag hebben, zorgt dat voor passie en opwindend.’ Chai bevestigt dat dankzij deze regel oververzadiging en verveling buiten de deur blijven. Zelf verwijst ze naar de enorme trek in pizza die ze krijgt tijdens de acht dagen durende Pascha, wanneer bloem verboden is. ‘Alles wat niet mag is lekker.’ Getuigt dit oude voorschrift om elke maand een periode van elkaar gescheiden te zijn, van een geniaal inzicht in onze seksuele psyche?

Afgezien van het levensverlengende dieet, de haargrenscamouflage, het verplichte samenzijn met je familie, de tribale identiteit, de slaapkamerwijsheid en het idee dat dit verwarrende bestaan betekenis heeft en niet volslagen zinloos is, is er nog één ding wat me pas echt jaloers maakt op gelovigen. Als er één moment is geweest waarop ik wanhopig graag had willen geloven – een dag waarop religie een soort noodlanding in mijn leven maakte – dan was dat op die ene dag toen ik zeven was, en het kwam als een donderslag bij heldere hemel.

15 april 1983. Een gewone dag op de basisschool. Het was vrijdag, dus 's middags waren we – in tweetallen, hand in hand over de stoep – naar de speeltuin gegaan. Er waren die dag in mijn klas twee jongens jarig, John, mijn beste vriend, en James, en waarschijnlijk hadden we dat al gevierd.

Het was een gewone week geweest. Mijn moeder, Helen, was er niet. Ze lag in het ziekenhuis wegens verkoudheid, dacht ik, of misschien hadden ze me dat verteld. Het was in elk geval niet ernstig, en een van de aardige onderwijzers had me na school naar huis gebracht. (De vrouw waar ik het eerder over had, van wie mijn vader was gescheiden toen ik twaalf was, was mijn stiefmoeder.)

Ik was een normale zevenjarige. Ik woonde met mijn moeder, vader, broer en Claude de kat in een twee-onder-een-kapwoning in Manchester. Ik hield van hen, speelde met mijn vriendjes, was gek op voetbal, en de enige prijs die ze mij op de zondagsschool konden geven, was die voor *beste gotspe*.

Die vrijdag ging de onderwijzer die me altijd naar huis bracht, mee naar binnen. Daar trof ik mijn vader gezeten onder aan de trap aan, naast de rabbijn, die tegenover ons woonde. Mijn vader nam me op zijn knie en zei: *Mama is naar de hemel gegaan*. Misschien zei hij ook nog iets in de trant dat God haar nodig had. Ik herinner me dat mijn vaders ogen bloeddorlopen waren, maar dat hij zich kranig hield. Ik denk niet dat ik het helemaal begreep. Hoe kan een zevenjarige snappen dat zijn moeder is overleden? Dat hij de vrouw die hij een week daarvoor vanaf de overloop had uitgezwaaid toen ze in een beige jas het huis verliet om naar het ziekenhuis te gaan – een beeld dat ik nog steeds als een vergeelde polaroid voor me zie – nooit meer zal terugzien? Wanneer ik nu een jongen van die leeftijd zie, vind ik hem zo jong; veel te jong om zoiets te beseffen.

Ik wist helemaal niet dat ze ziek was. Achteraf herinner ik me dat ze een tijdje bedlegerig was geweest, en ik had het kussentje gezien dat in haar beha ging ter opvulling van de borst die was afgezet. Maar het bericht kwam als een donderslag bij heldere

hemel. In die tijd bestonden er, denk ik, nog geen therapeutische ideeën om zo'n klap voor een kind te verzachten, om een kind erop voor te bereiden dat zijn wereld is ingestort. Ook was er geen begeleiding achteraf. Er was een begrafenis – waar ik niet bij was –, er kwam een stoet vrouwen voorbij die onophoudelijk schaaltes met eten brachten, en daarna ging ik weer terug naar school. Ik herinner me mijn eerste dag terug op school. Ik zat naast John en voelde me totaal vervreemd, terwijl ik mijn best deed alles in te halen wat ik had gemist. Het leven ging door, maar met een enorm emotioneel gat erin. Negen maanden later vierde mijn broer Mark zijn bar mitswa.

Gelukkig heb ik scherpe herinneringen aan mijn jeugd en weet ik nog dat ik met haar samen was. Dat ik bij haar achter op de fiets zat, terwijl we naar school reden en ik met ijskoude billen op de straat viel. Dat ik naar haar toe rende nadat ik met mijn wang op de rem van mijn fiets was gevallen. Dat ik thuis met haar speelde, toen het sneeuwde en ik verkouden was. Deze herinneringen blijven helder en gekoesterd. Dat rauwe gevoel van verlies verdween naar de achtergrond – iets om soms, niet regelmatig, aan te denken – maar het zal altijd mijn meest gevoelige emotionele plek blijven. Ongeveer het enige wat me aan het huilen kan brengen, zijn de herinneringen aan mijn moeder. Ik kan het niet opbrengen om haar graf in Manchester te bezoeken. Hopelijk voelt het anders als ik ooit zelf een gezin heb, als de levenscyclus rond is en ik vader ben.

Menig therapeutisch uur is besteed aan de vraag wat hiervan de gevolgen zijn geweest. O man, een therapeut zit meteen recht-op als het verlies van je moeder op een kritisch moment in je ontwikkeling ter sprake komt. En het meelevende knikken verandert in een soort whiplash-achtig headbangen wanneer ik vertel dat drie jaar later, toen ik tien was, mijn vader hertrouwd was en dit tweede huwelijk was geëindigd in een violente scheiding. Dus ja, toen ik twaalf was, had ik zomaar twee mensen verloren die ik 'mama' noemde, en dat kan geen ideale basis zijn voor hechting in het latere leven. Waar ik maar niet uitkom is de vraag of dit

‘verleden’ deel gaat uitmaken van wie je bent, of dat je het, wanneer het eenmaal boven water is gebracht, door erover te praten kunt ontleden en verwerken. Het voelt een beetje als een zwak excuus om te zeggen dat je voor het leven getekend bent door wat je in je jeugd is overkomen – maar wie weet hoe belastend zo’n psychische erfenis kan zijn.

Mijn broer en ik zijn het erover eens dat deze ervaring bij ons een levenslange geldingsdrang heeft aangewakkerd. Jaren geleden las ik een interview met tv-presentator Chris Evans, wiens vader was overleden toen hij dertien was, ook aan kanker. Hij ervoer de dood van zijn vader als een ‘startschot’: plotseling word je op jonge leeftijd met sterfelijkheid geconfronteerd en beseft je dat je geen tijd te verliezen hebt. Keer op keer las ik die woorden. Ineens begreep ik waarom ik de weekends in mijn tienertijd zo onstuimig graag voor Piccadilly Radio wilde werken – net als Chris tien jaar daarvoor – en waarom ik in mijn studiejaren zo hard had gewerkt om de mediamagnaat van het gehucht St. Andrews te worden. Ondertussen had mijn broer zijn studententijd doorgebracht in verschillende abseilposities, al protesterend namens de studentenvakbond van de Universiteit van Londen, waarvan hij voorzitter was.

Hoewel de dood van mijn moeder me in religieuze termen was meegedeeld – God had haar bij zich geroepen – ben ik er niet gelovig van geworden. Ik stelde mezelf wel eens de vraag hoe ver ik zou gaan om haar weer te zien. Gekke vragen als: *zou ik er een vinger voor afbakken als ik een avond met haar kon doorbrengen?* Het moet meer dan fantastisch zijn als je zeker weet dat er een hiernamaals is waar je op een dag je verloren dierbaren terugziet. Mijn moeder weer zien, een knuffel van haar krijgen, dat is waar mijn ziel waarschijnlijk het meest naar verlangt. Het idee dat dit echt zou kunnen gebeuren is te groots om te kunnen bevatten. Maar ik zweer het: hoe graag ik ook met heel mijn hart zou willen dat dit zou kunnen gebeuren, het lukt me gewoon niet om erin te geloven. Ik geloof gewoon niet in een hiernamaals of in God. Waarom niet?

DNA-GEZOCHT

In de kern ‘voel’ ik het gewoon niet – wat dat gevoel ook moge zijn. Gelovige mensen hebben het over hun *liefde* voor Jezus of God. Zou het te vergelijken zijn met het begin van verliefdheid, wanneer je permanent een beetje high bent, denkt dat je alles aankunt en er een oxytocineroes door je heen stroomt die je tot vervelens toe doet uitroepen hoe geweldig je je voelt? Geeft denken aan Jezus ook zulke vlagen van geluk die je met iedereen wilt delen? Op bijeenkomsten van gelovigen – of op een republikeinse conventie – lijkt er soms een oxytocinebom te zijn ontploft, zo opgezweept is de sfeer van overtuigdheid en geloofsijver. Waren de volwassenen in die lachkerk dronken van liefde? Een anglicaanse dienst lijkt daarbij vergeleken meer op een verlegen, naar zijn schoenen sturende verliefde jongen, die haar heimelijk leuk vindt. Zou het feit dat ik – evenmin als andere agnosten en atheïsten – dit nooit heb gevoeld, niet eens bij benadering, aan de verkeerde genen zijn toe te schrijven?

Studies naar identieke tweelingen, ook naar hen die apart van elkaar zijn opgegroeid, suggereren dat genen ongeveer 40 procent bijdragen aan de variabiliteit van iemands religiositeit. En dat naarmate we ouder worden, de genen een grotere rol spelen in de mate waarin we religieus zijn, terwijl de omgevingsfactoren, bijvoorbeeld de opvoeding, in belang afnemen. Eén geneticus heeft, niet zonder controverse, een versie van het VMAT2-gen ontdekt die meer zou voorkomen bij ‘spirituele’ mensen, die werkelijk een connectie met het universum voelen. Dit ‘God-gen’ zorgt voor hogere dopamine-afgifte bij gelovigen, waardoor het lekker is en loont om in God te geloven.¹⁶ Zou de reden dat ik niet in een goddelijk wezen geloof, gelegen kunnen zijn in het ontbreken van deze versie van het VMAT2-gen op mijn chromosoom 10?

Dit alles is terug te voeren op het idee dat het geloof voortkomt uit gevoel, en niet uit een rationele analyse. De enige religie die ik een beetje logisch in elkaar vind zitten is het boeddhisme, dat een goede kijk op de menselijke natuur lijkt te hebben (door aan

te nemen dat we door onze onophoudelijke verlangens ongelukkig worden), dat niet rept over een of andere schepper en sterk de nadruk legt op meditatie. Volgens mij moet ik een JoBoe worden – cultureel Joods, spiritueel boeddhistisch – als iemand zo vriendelijk zou willen zijn deze sekte in Engeland te stichten.

Ik wil hier overigens aan toevoegen dat ik weet dat mijn gevoelens niet altijd even accuraat zijn wanneer ze op hun negatiefst zijn. Als ik me down voel, trek ik eerder verkeerde conclusies over mensen. Bijvoorbeeld dat ze me negeren, terwijl ze het alleen maar druk hebben. Ook schat ik situaties dan verkeerd in. Dus misschien, heel misschien, gebruiken wij, miserabele atheïsten met ons chronisch tekort aan dopamine, te vaak een downer op religieus gebied, waardoor we geen reëel beeld hebben van de wereld en een spirituele golflengte missen die daar wel ergens is. God mag het weten.

Het was onmiskenbaar eenvoudiger om duidelijke en consistente conclusies te trekken over porno dan over de zin van het leven en genetische aanleg. In een laatste poging om op zijn minst een kruimel inzicht te krijgen in wat een mens doet geloven, besloot ik over God te praten met iemand die wel de laatste persoon op aarde is die je met religie associeert.

A.A. – Adrian – Gill. Waarschijnlijk 's lands bekendste en niets en niemand sparende televisie- en restaurantcriticus. Degene van wie je werkelijk hoopt dat hij een wat minder geslaagde aflevering van je programma mist. Iemand die verhalen ontleedt – en iedere vorm van volksverlakkerij doorziet – voor de kost.

Toch bidt hij elke avond samen met zijn zoontje en dochter voor ze slapen gaan. Adrian gelooft.

Niet dat hij zijn kritisch vermogen heeft verloren na de boodschap van het Goede Nieuws.

‘Ik ben een uiterst twijfelende christen en als christen ben ik vooral een scepticus die aan alles twijfelt. Ik geloof niet dat je de Bijbel in de verste verte letterlijk kunt nemen, ik denk niet dat het een geschiedenis van waargebeurde zaken is, zoals wel wordt

beweerd. Ik denk dat de tekst is geschreven door mensen die iets probeerden te begrijpen wat eigenlijk niet goed te begrijpen valt. Maar ik denk wel dat er iemand was die Jezus heette en dat hij waarschijnlijk bijzonder was – en van nature goed.’

Toen ik mediavrienden vertelde dat ik met Gill over God ging praten, mompelden ze: *Hij is ex-alcoholist, dus...* Net als gevangenen die ter dood zijn veroordeeld, hebben alcoholisten de neiging zich te bekeren. Ons alwetende cynisme is niet verbaasd wanneer iemand zowel naar de fles als naar de Bijbel grijpt. Gill onderbreekt me voordat ik er goed en wel over begonnen ben.

‘Ik ben opgevoed door een atheïst. Mijn vader was een zelf-verklaarde atheïst. Ik heb nooit een openbaring gehad, stemmen gehoord of verschijningen gezien, niets van dat al. Ik ben een herstellende alcoholist en drugsverslaafde, en mensen brengen dat vaak in verband met een bekering tot God. Maar in feite geloofde ik al in God voordat ik van de drank af was of clean werd. Daar lag het dus niet aan. Het was een langzaam gerijpt begrip, vertrouwen, geloof – een langzame groei naar het geloof; gewoon het gevoel dat ik er niet alleen voor sta in deze wereld.’

Zou dit geloof zijn gegroeid omdat het genetisch materiaal er rijp voor was?

‘Ik heb mijn dopamineniveaus op consistente en zeer efficiënte wijze gemanipuleerd ... en het gevoel van religie, van geloof, lijkt in niets op jezelf in een roes brengen of een shotje van een drug nemen. Voor mij niet; voor anderen misschien wel.’

Wanneer ik die overdreven uitbundige Amerikanen over de kerkvloer zie rollen, of ultraorthodoxe chassidische Joden langs de Westelijke Muur zie schuifelen, vind ik hun geloof weinig verrassend – alsof ze op een of andere manier anders zijn. Veel boeiender vind ik het dat een bekende, sceptische Brit tot de conclusie is gekomen dat hij geen verloren ziel in deze wereld is. Wat is toch dat gevoel dat hem tot het geloof inspireert?

‘Het is geen lichamelijke sensatie, maar meer een soort inzicht,’ antwoordt hij. ‘Er zijn lange perioden dat je een bijna overweldigende twijfel of afstand voelt. Je voelt je er heel ver vanaf

staan. Het lijkt dan een gesprek dat drie verdiepingen lager wordt gevoerd. En er zijn tijden dat je echt die hand op je schouder voelt.

‘Dus, in een zee van rationele twijfel zijn er momenten van intens geloof, soms zijn het maar flitsen. Niet meer dan speldenprikjes. Momenten van vertrouwen, van begrip, van een bepaald gevoel. Ik kan het niet anders omschrijven dan als geloof. En het omschrijven als geloof aan iemand die niet gelooft, is moeilijk, omdat het nergens mee te vergelijken valt.’

De rabbijn en zijn vrouw trakteerden ons op vergelijkingen met taart en pizza, nu mogen de christenen niet achterblijven.

‘Iemand zei dat geloven in God te vergelijken is met een kind dat onder de tafel zit en alleen maar het tafelkleed ziet; je kunt alleen maar aannemen dat er aan tafel een ongeloofelijke maaltijd wordt geserveerd. Hoewel je alleen maar de zoom van het tafelkleed ziet.’

En: ‘Het is alsof je een touwtje vasthoudt dat in de wolken verdwijnt; af en toe voel je een rukje, maar je hebt geen idee wie eraan trekt, en je weet niet waarom.’

Terwijl ik met afgunst op dat lijntje naar boven opsta om te vertrekken en Adrian de gelegenheid te geven een pretentieuze visrestaurant te fileren, vraag ik hem of hij tijdens het schrijven van een vernietigende kritiek af en toe door christelijk schuldgevoel wordt geplaagd.

‘Of het hebben van een geloof op een of andere manier een vriendelijke leugenaar van je maakt? ... Ik dacht het niet.’

Goede appels

Ik word niet elke ochtend wakker met de gedachte: gut, was er maar wat meer religie in de wereld. Ging het er maar wat religieuzer aan toe in het Midden-Oosten. Telde Afrika maar meer mensen die het condoomgebruik ontmoedigden. Wat een geluk dat Bush en Blair zo’n onwrikbare overtuiging hadden. Noch zou

ik persoonlijk mijn baard tot slabbetjesgrootte of vluchtmissende proporties laten staan, of jaarlijks met een kip boven mijn hoofd zwaaien (om mijn zonden aan het arme beest over te dragen), of masturbatie afkeuren (Onan wordt in Genesis omgebracht vanwege zijn zaadverspillende zonde).

Ik idealiseer religie niet. De keren dat ik in een kerk of synagoge ben verzeild geraakt, moest ik vechten tegen de verveling en het retrogewiebel. Ja, ik ben tamelijk verscheurd. Op een deeriswekkend simplistisch niveau denk ik dat mannen die in God geloven in sommige opzichten geluksvogels zijn. De combinatie van een altijd beschikbare gemeenschap, een kader met regels en de innerlijke rust die geloof en zingeving bieden, lijken mij voldoende voordelen om een langer en geestelijk gezonder leven te leiden. Wat allemaal heel fijn is voor gelovigen, wier *VMAT2* eigenlijk wel een schouderklopje verdient.

Maar kunnen wij, mannen die in groteren getale dan ooit niets hebben met religie, daar iets van leren? Valt er zelfs voor een atheïst iets te knippen en te plakken uit het besturingssysteem Religie, voordat we alles naar de prullenbak sturen?

Zonder het licht te hebben gezien – al mogen genetici daar een pil voor bedenken, nadat ze het vreemdgaan van de promiscue veldmuis hebben weten te voorkomen – meen ik dat het meest kansrijke terrein op het gebied van de rituelen ligt. We mogen het kind niet met het doopwater weggooien en moeten nagaan welke van de meer verlichte rituelen die elke godsdienst kent, mogelijk betekenis voor ons hebben, los van het geloof; van kleine mindfulness-activiteiten die ons even uit onze dagelijkse beslommeringen halen tot vieringen die ons samenbrengen en de nadruk leggen op familie, eten en muziek. (Afgezien van yoga, meditatie en mindfulness zijn er vast nog meer gebruiken uit het Oosten waarvan we kunnen leren.)

Religieuze regels en rituelen hebben iets weg van zeden, die, zoals Bukowski schreef, ‘restrictief waren, maar ook geworteld in de eeuwenoude menselijke ervaring. Sommige zeden dienden om mensen als slaven in fabrieken en kerken te houden en loyaal aan

de staat. Andere gaven simpelweg blijk van gezond verstand. Je kunt het vergelijken met een tuin waar zowel giftige als eetbare planten groeien. Je hoeft alleen maar te weten welke vruchten je kunt plukken en welke je met rust moet laten.¹⁷

Door creatief te denken kunnen we de mysterieuze religieuze riten die de tand des tijds hebben doorstaan, zodanig hervormen dat ze ook in deze tijd betekenis krijgen. Enkele geheel seculiere vrienden van me uit de States hebben dat bijvoorbeeld gedaan met de Joodse sabbat – die verplichte rustdag die vlak voor zons-ondergang op vrijdag begint en eindigt wanneer op zaterdagavond drie sterren aan de hemel verschijnen; de dag waarop orthodoxe Joden geen elektriciteit gebruiken, niet reizen noch iets werkgerelateerds doen. Deze groep, Reboot geheten, erkent de essentie van deze rustdag, maar geeft er een eigentijdse draai aan. Hun Sabbat Manifest stelt voor om één dag in de week – én op de jaarlijkse nationale Dag Waarop de Stekker Eruit Gaat, om het idee een groter bereik te geven:

1. Technologie te mijden
2. Ons met onze dierbaren te verenigen
3. Op onze gezondheid te letten
4. Naar buiten te gaan
5. Commercie te mijden
6. Kaarsen aan te steken
7. Wijn te drinken
8. Brood te eten
9. Stilte op te zoeken
10. Iets terug te geven

In het tweede gebod zit keurig de betekenis ‘de liefde bedrijven met je partner’ verborgen – van oudsher een heilige activiteit op de sabbat. Sommige geleerden hebben geopperd dat de met sabbat gegeten kippensoep – gezien de suggestieve matseballen die erin drijven – oorspronkelijk een afrodisiacum was om je op te warmen voor die heerlijke vereniging.¹⁸ Mij leek het altijd meer

een paardenslaapmiddel dat mannen met vlekkerige stropdassen kwijlend op de bank in slaap deed vallen nog voordat de strudel werd geserveerd.

Op het gebied van levensbegeleiding hebben godsdiensten in de loop der jaren behoorlijke missers gemaakt. De kampioenen op dit gebied zijn Origenes en zijn vroegchristelijke vrienden, die zichzelf castreerden om kuiser te kunnen zijn.¹⁹ Maar als je het repressieve kaf van het koren scheidt, vind je pareltjes van wijsheid. En bij alle uiteenlopende religies vind je gedeelde inzichten in hoe mannen, in het bijzonder, zouden moeten leven – die resoneren met andere terreinen van mannelijkheid die we hebben besproken. Het hebben van een rite de passage om de overgang van jongen naar man te markeren. Het eren van de wijsheid van ouderen, in plaats van ouderen te marginaliseren. Het toekennen van speciale ruimten waar mannen samen kunnen zijn en kunnen praten over wezenlijke zaken die verder reiken dan de voetbalwedstrijd en wie er doorgaan naar de volgende ronde. Het geven van bizarre maar vreemd genoeg ook wijze inzichten in de seksuele chemie binnen relaties – of dat nu gaat om visuele kuisheid die de verbeelding aanjaagt of om een maandelijks scheiding ter verhoging van de spanning. Ten grondslag van dit alles ligt de erkenning dat mannen en vrouwen niet op een hoop gegoooid kunnen worden tot een vormeloze massa.

Hier eindigt dan mijn biecht.

En als dank voor dit atheïstische respect mag je me nu gerust een kaartje (of twee) voor de tweeënzeventig maagden, het eeuwige nirwana of het paradijs geven – en stuur dan van boven zo mogelijk ook een paar van die *VMAT2*-genen mee.

12

Vaderschapstest**Een goede papa en geen kwaai vent zijn**

In 1960 wilde een jonge aanstaande vader bij de bevalling van zijn vrouw zijn. Toen de weeën opkwamen bracht de drieëntwintigjarige student aan de Humboldt State University haar naar een plaatselijk ziekenhuis aan de noordkust van Californië. Maar de artsen wilden er niets van weten. Het was uitgesloten dat een echtgenoot in de verloskamer aanwezig was. Dat was verboden. Daar wilde hij niets van weten, en meteen ketende hij zichzelf met handboeien aan zijn vrouw vast. De politie werd erbij gehaald, maar kon alleen maar toekijken terwijl de vrouw lag te bevallen – geketend aan haar echtgenoot.¹ Ongeveer in dezelfde periode vocht een andere man in Californië voor het recht om bij de geboorte van zijn kind te zijn, en hij werd wél toegelaten in de verloskamer, op voorwaarde dat hij zich liet vastbinden in een rolstoel, zich door een verpleegkundige naar binnen liet rijden en zich naast het verlosbed liet zetten.² Mannen werden niet alleen beschouwd als lastige afleiding die je maar beter zo ver mogelijk van een bevalling kon houden, maar ook – tenminste wanneer ze er graag bij wilden zijn – als ontoerekeningsvatbaar.³ We werden verbannen naar de pub en andere mannelijke heiligdommen. Af en toe klonk, in de jaren tachtig, een mededeling blikkerig door de luidsprekers van voetbalstadion Maine Road: *Voor de heer Huppeldepup in Vak Noord: uw vrouw is zojuist bevallen van een zoon.* Hoera! Waarna men weer een slok van de te hete bouillonsoep nam.

De man die nú naar een voetbalwedstrijd wil als zijn vrouw moet bevallen, wens ik veel succes toe. Was kinderen ter wereld brengen vroeger nog een sport waar een minderheid van mannen naar keek – in de jaren vijftig woonde 5 procent van de vaders een ziekenhuisbevalling bij –, tegenwoordig is 97 procent van de vaders aanwezig. En wordt vader steeds meer ingepalmd. De Britse regering moedigt ziekenhuizen aan om grotere bevallingsbaden aan te leggen, zodat ook vaders erin kunnen (een van hun taken is, drijvende po's uit het water vissen).⁴ Mijn vader heeft in zijn leven nog nooit een luier aangeraakt. Nu nemen mannen hun schepnet mee naar de bevalling. Er is wel wat veranderd.

De herbestemming van ons visgerei is slechts het topje van de revolutie die zich in het vaderschap heeft voltrokken. Mannen zijn nog nooit zo betrokken geweest bij de opvoeding van hun kinderen, zowel praktisch als emotioneel. Zijn dit de hoogtijdagen van het vaderschap? Presidenten en pausen waarschuwen echter dat we door een 'crisis van het vaderschap' gaan.⁵ We zijn nooit zo goed geweest in het leveren van half werk.

Eind jaren tachtig was het gemiddelde 73,6 miljoen spermacellen per millimeter; in 2005 was dat substantieel gezakt naar 49,9 miljoen;⁶ men zegt dat tussen 1940 en 1990 de kwaliteit wereldwijd met de helft is afgenomen;⁷ zelfs ons sperma is niet ongevoelig voor de gevaren die de man tegenwoordig bedreigen. Onze uitgedunde zwimmers worden van alle kanten aangevallen: gefrituurde snacks, pesticiden, soja, telefoons, plastic flesjes, vegetarisme, strakke broeken, gele kleurstof in het eten, tv-kijken en muffins bij het ontbijt zijn slechts enkele van de zaaddodende boosdoeners, volgens recente berichten in de media. Onze biologische *raison d'être* wordt door kaneelbroodjes bedreigd.⁸ Aangezien ik geen kans voorbij laat gaan mijn hypochondrie te voeden, verruilde ik soja onmiddellijk voor amandelmelk. Niet alleen omdat een man van eenenzestig jaar borsten had gekregen na het drinken van zes glazen sojamelk per dag,⁹ maar ook omdat ik echt heel graag vader wil worden.

Ik voel een steek, in toenemende heftigheid, wanneer ik mijn neefje en nichtje zie, of de kinderen van mijn vrienden – mits schattig, natuurlijk. Het is een mannelijke broedsheid die emotioneel kan wedijveren met de natte neus van een kleine grijze Italiaanse windhond in het park.

Je hebt geen evolutiebioloog nodig om uit te vogelen waar deze behoefte om je voort te planten vandaan komt bij een man die inmiddels wel mag opschieten als hij zijn genetisch materiaal wil doorgeven. Maar of hij nu de slaaf is van de grillen van zijn DNA of niet – ik ken veel mannen en vrouwen die geen enkele behoefte hebben om hun levens door kinderen te laten verstoren, en met alle respect hun eigen gang gaan – die gevoelens zijn er. Ik maak me geen illusies over het ouderschap, net zomin als over religie. Het lijkt me een onophoudelijke, uitputtende, het libido om zeep helpende, relationeel uitdagende, tijd- en identiteitrovende missie, waar je jezelf zonder handboek doorheen moet zien te modderen. Een missie die te doen is als er geld is om de onaangenaamste kantjes te verzachten, maar exponentieel zwaarder wordt wanneer je de eindjes met moeite aan elkaar kunt knopen. En al die tijd beseft je dat, als je de relatie met je partner niet voedt en onderhoudt – én daarbij de balanceeract van een ouder opvoert – het hartverscheurende vooruitzicht dreigt dat je je kinderen aan een scheiding en weekendbezoek zult moeten onderwerpen. En het is nooit te vroeg – zelfs niet als je nog geen partner hebt – om te vrezen dat je bij een van de 10 tot 20 procent van de vaders zult horen die aan een nog nauwelijks begrepen *vaderlijke* postnatale depressie schijnen te lijden.¹⁰

Maar ondanks deze terechte terzijdes zwemmen die rusteloze rakkers in de balzak rond. Een van de redenen waarom ze genoeg hebben van die oefenbaantjes, is het gevoel – net als toen bijna iedereen met wie je was opgegroeid ging trouwen – dat je met je vrienden niet meer op dezelfde golflengte zit. Dat je wilt dat jouw kinderen met die van hen spelen, niet dat hun kinderen straks op de jouwe zullen passen. Met dit vage geroezemoes van mannelijke competitie op de achtergrond, bekruipt je soms zelfs het ge-

voel dat je minder mannelijk bent dan degenen die hun DNA-huiswerk wél op tijd af hebben.

Het vaderschap lijkt ook een mooie omlijsting van het ouder worden. Het feit dat je geen enkele artiest uit de huidige top veertig kunt noemen, geen voetbalwedstrijd meer volledig kunt uitzien of niet meer aanvoelt waar de grens tussen hip en lachwekkend ligt als je een skinny jeans aanpast, is minder reden om te treuren wanneer je al voorbij het ijdele stadium bent dat je nog denkt mee te tellen en naar het volgende level van het spel bent doorgegaan. En het level van het vaderschap ziet er heel erg leuk uit; je bezielt opnieuw de wereld door het prisma van onschuld en verwondering, er is een enorme hoeveelheid speelse gekkigheid. Vrienden met kinderen praten over een hernieuwd gevoel van verliefdheid; hoe fantastisch het is om dat hartverwarmende gevoel weer te hebben; hoe bevrijdend het is je eigen egoïstische beslommeringen minder belangrijk te vinden dan de reële eisen van iemand die jou nodig heeft; dat het een bron van langdurige tevredenheid en existentiële zingeving is, ondanks de acute buikkrampjes en strubbelingen.

Ik bied mijn excuses aan voor de platitudes waarmee ik het verlangen verwoord naar iets wat het alledaagse met het wonderlijke verenigt en dat je waarschijnlijk alleen maar onder woorden kunt brengen wanneer je het ervaart. Wanneer je die man bent geworden die tot zijn verbijstering en schaamte de woorden van zijn vader uit zijn eigen mond hoort rollen. Maar vanuit mijn positie, hier in mijn wijd zittende onderbroek, lijkt het vaderschap me, ondanks alle bijbehorende kwellingen, iets waarvoor ik moeite-loos kaneelbroodjes laat staan.

In 1831, toen de vijftien maanden oude dreumes Heman Wayland maar bleef huilen en weigerde het stukje brood aan te nemen dat hem werd aangeboden, vatte papa Francis dat op als bewuste ongehoorzaamheid en sloot hij het kind op in een kamer. Twee dagen lang. Pas nadat het jongetje zijn brood had opgegeten en bovendien zijn vader dankbaar in zijn armen had gesloten, werd

hij vrijgelaten. Francis, een doopsgezinde dominee en voorzitter van de prestigieuze Brown-universiteit, vatte zijn doctrine zo samen: 'De ouder heeft het recht bevelen te geven; het kind de plicht om te gehoorzamen.'¹¹ En dan was deze man nog progressief voor zijn tijd – een onderwijsvernieuwer en pleitbezorger voor opheffing van de slavernij, die door zijn zonen, inclusief de gevangengezette broodweigeraar, liefdevol werd herinnerd.¹²

Vaders zijn in de geschiedenis altijd strenge, afstandelijke figuren geweest. In het antieke Griekenland mochten mannen niet actief interesse in hun kleine kinderen tonen, getuige het bestraffende commentaar uit die tijd op een meester die het gewaagd had het eten van zijn kind voor te kauwen, een taak die was voorbehouden aan de min, waarmee hij een strikte sociale grens had overschreden.¹³ Deze berisping van rond 300 voor Christus was afkomstig van een vriend van Aristoteles. In 1946 schreef opvoedgoeroe dr. Spock over de rol van de vader: 'Het is prima als hij ... soms meehelpt. Op zondag zou hij bijvoorbeeld wel eens het flesje kunnen maken.' Het veranderde vaderschap in twee millennia: eerst mocht papa geen babyvoedsel aanraken, later voorzichtig misschien toch, maar hooguit één keer per week. Die tussenliggende tweeduizend jaar tonen echter geen lineaire ontwikkeling naar het onzekere wekelijkse flesje.

De intimiteit tussen vaders en hun kinderen lijkt door de eeuwen heen te groeien en te krimpen, ongeacht klasse. De afstandelijke strenge vader duikt op in het zeventiende-eeuwse Engeland, waar zonen tot nader order moesten blijven staan, en dochters moesten knielen in de aanwezigheid van vader;¹⁴ in Pittsburgh bestond eind negentiende eeuw een gezin waarvan de kinderen hun mond moesten houden als vader thuis was.¹⁵ Maar in de previctoriaanse tijd werden vaders in romans en memoires regelmatige omschreven als 'lief'.¹⁶ Voordat mannen dankzij de industrialisatie de fabriek in werden gedreven, werkten ze vaak in of vlak bij huis; ze waren elke dag aanwezig in het leven van de kinderen en thuis voor de lunch.

De ontwikkeling van het moderne vaderschap – dus niet: *wacht*

maar tot je vader thuis is – is in de jaren veertig begonnen, toen moeders de rol kregen van hoofdagent en vaders die van speelse mafkees. Nederlandse vaders schijnen deze rol zo serieus te hebben genomen, dat men van ‘een vaderselleboog’ sprak wanneer een arm door te fanatiek spel uit de kom was geraakt.¹⁷ Maar pas in de jaren zeventig, in het kielzog van die behoorlijk vastberaden vaders in de verloskamer, werd het ‘nieuwe vaderschap’ een feit.¹⁸ Was er, zoals de tweede feministische golf in de jaren zeventig het leven van vrouwen ingrijpend heeft veranderd, in dat decennium ook een stille, maar krachtige revolutie in het vaderschap in gang gezet? En hebben we daaraan die gouden tijd voor vaders van nu – een ongekende ontwikkeling – te danken?

Superpapa's

We brengen zeker meer tijd met onze kinderen door dan onze vaders dat met ons deden, volgens de meeste mannen.¹⁹ Dat is geen grote prestatie: onderzoek toont aan dat werkende vaders in 1974 gemiddeld vijf minuten per dag aan hun kinderen besteedden – nu is dat vijfendertig minuten kwaliteitstijd (moeders klokken een uur).²⁰ Vaders stropen ook vaker dan vroeger de mouwen op om hun kinderen in bad te doen, te voeden, aan te kleden, te verschonen, te helpen bij hun huiswerk en te vervoeren. Er zijn grote verschillen in klasse en etniciteit – zwarte mannen in de vs zullen veel eerder dan Latijns-Amerikaanse mannen meehelpen bij het baden en verschonen²¹ –, maar besteedden vaders in 1965 slechts 2,5 uur per week aan hun kinderen, in 2011 was dat zeven uur. In diezelfde periode is de hoeveelheid huishoudelijk werk door mannen meer dan verdubbeld naar tien uur per week. (Ter vergelijking: aan de zorg van de kinderen en het huishouden besteden vrouwen 32 uur per week – midden jaren zestig nog 42 uur per week –, mannen zeventien uur.)

Niet alleen in tijd, ook als het gaat om de essentie van het vaderschap heeft er een seismische verschuiving plaatsgevonden.

Het niet betrokken, emotioneel afstandelijke model lijkt steeds meer een victoriaans relict. Kinderen dienen tegenwoordig te worden gezien en gehoord – twee derde van de vaders vraagt tegenwoordig hoe hun dag was geweest.²³ De voorheen stoïcijnse man gaat gebukt onder schuldgevoel: 46 procent van de Amerikaanse vaders vinden dat ze niet genoeg tijd aan hun kinderen besteden.²⁴ Eerder kun je zeggen dat vaders misschien iets té betrokken raken. Helikopterpapa's die hun lidmaatschap bij de golfclub laten verlopen zodat ze hun kinderen nog meer richting excellentie kunnen opstuwten (kinderen tegen wie je niet kunt zeggen: 'Blijven jullie maar even in de auto wachten.').

Sir Anthony Seldon, het huidige hoofd van Wellington College, kent het type 'miniatuurversie-van'. 'Ze staan te schreeuwen langs de lijn, op school maken ze constant videofilmjes in plaats van werkelijk naar de voorstelling te kijken. Het is een vorm van ouderlijk narcisme. Ze laten het kind niet zijn wat het wil zijn, maar belemmeren bij het kind het gevoel van ontwikkeling en autonomie.'

Tony Little, tot voor kort de rector van Eton, heeft ze ook voorbij zien komen. 'Er zijn steeds meer ouders die een plaatsvervangend leven leiden via de ambities voor hun kinderen... Voor sommigen voelt het als een verlies wanneer er onverwacht iets misgaat; anderen ontkennen het.'²⁵

Dit is dus wat je krijgt wanneer je de kindersterfte laat dalen en ouders het risico laat lopen dat ze een emotionele band met hun kinderen krijgen. In de zestiende eeuw bestond die plaatsvervangende onzin niet, toen regeerde nog de onverschilligheid tegenover de kinderen die hun eerste jaren hadden overleefd. De filosoof Montaigne, die vijf van zijn zes dochters in hun vroege jaren verloor, schreef dat hij geleerd had het verlies van een kind 'niet zonder pijn, maar zonder groot verdriet' te dragen.²⁶

Of toch niet?

Laten we, voordat we onze Goudlokjes een high five geven nu mannen in bionische superpapa's zijn veranderd – vieze luier in de ene hand, stofzuigerslang in de andere, verdrietig omdat ze de pijn van de tepelkloven niet op zich kunnen nemen – de grenzen van de revolutie in het vaderschap verkennen. We staan niet te trappelen van ongeduld om een gelijk aandeel in de opvoeding te hebben. In het superprogressieve Zweden, het land waar een partij het staand plassen in de toiletten van het gemeentehuis heeft willen verbieden,²⁷ nemen vaders slechts 24 procent van het supergenereuze ouderschapsverlof op.²⁸ Ongeveer een vergelijkbaar aandeel, 21 procent, van de thuisblijvende vaders in de vs (verdubbeld vanaf eind jaren 1980 tot zo'n twee miljoen) zegt thuis te blijven om voor de kinderen te kunnen zorgen; de overgrote meerderheid heeft geen werk, is ziek, gehandicapt of met pensioen.²⁹ Hoe progressief een land ook is, hoe groot het aandeel van vrouwen in de beroepsbevolking wereldwijd (40 procent) ook, de vrouw blijft grotendeels verantwoordelijk voor de opvoeding en het huishouden.³⁰ Wat zijn de oorzaken, afgezien van het laatste restje seksistische zwijnerij?

Financieel? De man is nog steeds de belangrijkste kostwinner, dus is het voor het gezin van financieel belang dat hij buitenshuis gaat werken (al loopt dit uit op een cirkelredenering, want de carrières van vrouwen lijden bijvoorbeeld onder parttime werken). Wanneer de man werkt, heeft het financieel gezien alleen maar zin dat de vrouw weer gaat werken als ze meer verdient dan de exorbitante kosten van de kinderopvang. Uiteraard zijn er belangrijke niet-financiële redenen waarom vrouwen terug naar hun werk zouden willen: hun onafhankelijkheid, hun geestelijke gezondheid; ze willen niet de hele dag tussen de kleine kinderen zitten of hun carrière in de waagschaal leggen. Dat maakt dat de hoge kosten van de kinderopvang voor sommigen nog harder aankomen.

Ik denk dat het financiële argument minder zwaar zal wegen,

zodra de huidige generatie jongeren aan de slag gaat. Die zelf-verzekerde meiden van nu zullen deze situatie niet meer dulden en een deel van het manneninkomen verdienen, en gezien de steeds kleiner wordende werkgelegenheid in de toekomst, zullen mannen vaker perioden werkloos zijn en niet meer vanzelfsprekend verdwijnen in een veertig jaar durend vacuüm van negen tot vijf.

Drukken mannen zich? Een vrouw zal zich altijd eerder om de kinderen en het huishouden bekommeren... Misschien klopte dit nog in de gouden tijd van Don Draper. In 1965 besteedden vaders gemiddeld 48,5 uur aan hun werk, huishoudelijke klusjes en de kinderen – vrouwen 51 uur. Tegenwoordig (Don zou zich verslikken in zijn whisky) ligt dit gemiddelde bij vaders 1,5 uur per week hoger dan bij moeders.³¹ Zoals een afgepeigerde vader van twee kleine kinderen verzuchtte:

‘De verwachtingen van een moderne papa met twee kinderen zijn ongelooflijk hoog. Er wordt van je verwacht dat je de belangrijkste of enige kostwinner bent, dat je tijd hebt om de kinderen ’s ochtends naar school te brengen, topprestaties levert op je werk, indien mogelijk thuis meehelpt rond bad- en bedtijd en liefst ook nog kookt. Als de werkweek is afgelopen, mag je in het weekend: om 6.45 uur gewekt worden (als je geluk hebt), de kinderen bezighouden voordat je ze naar een kinderfeestje in een zachte speelruimte brengt (in de eerste levensjaren moet je meespelen). Zondagavond halfnegen begint dan eindelijk je weekend.’ Wanneer beide ouders werken woedt er volgens hem ook nog wekelijks een stille ‘urenoorlog’ over de vraag wie het meest gedaan heeft.

De mensen willen het? Het is een gewaagde stelling in deze tijd, maar sommige stellen vinden het prima dat de vrouw primair voor de kinderen zorgt. Onze moederlijke en vaderlijke instincten – én duizenden jaren van conditionering – zijn sterke aanjagers. Uit onderzoek door het Amerikaanse Pew Research Center bleek dat ‘een grote meerderheid’ – 62 procent – van de werkende moeders in de vs liever in deeltijd werkt.³² Dit strookt met het

feit dat het aantal niet-werkende moeders in de vs de afgelopen vijftien jaar is gestegen, waarvan een kwart aan een *college* heeft gestudeerd en dus bestaat uit vrouwen die vermoedelijk ook de keuze hadden om te werken.³³

Om me maar weer snel op mannenterrein te begeven: enquêteonderzoek suggereert dat slechts een vijfde van de vaders volledig voor de kinderen zou willen zorgen, terwijl de overgrote meerderheid nog steeds het traditionele kostwinnerschap ambieert, compleet met de identiteit en levensvervulling die we ontleenen aan ons werk, om maar te zwijgen over de uitlaatklep voor competitiedrang die ons werk is.³⁴

Misschien zit er meer dan slechts een kern van waarheid in die cartoon uit de *New Yorker*, waarin een man aan zijn baas vraagt: 'Mijn vrouw krijgt binnenkort een kind; zou ik alstublieft mogen overwerken, de komende achttien jaar of zo.'³⁵ Eerlijk gezegd heb ik niet zoveel met baby's; zolang ze niet een beetje kunnen praten vind ik puppies veel leuker. Onderzoek aan de Harvard Medical School suggereert dat vrouwen geneigd zijn een baby te troosten en dat mannen een baby eerder willen stimuleren; ook wachten mannen gemiddeld een seconde langer voordat ze een gevallen peuter te hulp schieten.³⁶ Ik weet zeker dat hier geen biologische blokkade meespeelt en dat we allemaal zijn toegerust met de benodigde vaderlijke vaardigheden, maar de meeste mannen staan niet te popelen om chef baby te worden. Misschien komt vaderliefde pas tot wasdom, zoals de moeder van een tweeling het uitdrukte, als de kinderen wat ouder zijn. Om de lijst met zaken waarover ik zinloos kan tobben te vergroten, vrees ik ook dat de seksuele spanning eronder zal lijden wanneer ik voltijds thuis voor de kinderen zou zorgen, hoe oogverblindend ik de kranen ook zou krijgen.

Vaderschapsverlof is voor de armen? Als je werkelijk een grotere betrokkenheid van mannen bij de opvoeding en een meer gelijke taakverdeling wilt, laten we het dan op zijn Zweeds doen. Niet alleen hebben Zweedse mannen weerstand geboden tegen pogingen om het staande plassen te beteugelen, ook hebben ze 480

dagen gedeeld ouderschapsverlof gekregen – waarvan zestig helemaal voor henzelf. Ongeveer 90 procent van de Zweedse vaders neemt dankzij deze mogelijkheid gemiddeld zeven weken vaderschapsverlof op, hoewel ze recht hebben op meer.³⁷

Volgens wetenschappers zijn er genoeg redenen om onze Scandinavische verwanten na te volgen: als je veel tijd doorbrengt met je baby, heb je meer kans een duurzame band met je kind op te bouwen (mannen die vaderschapsverlof nemen, lezen langer aan hun peuterkinderen voor); het heeft een gunstige invloed op de schoolprestaties van het kind tot op de middelbare school, vooral bij dochters; het is goed voor het lichamelijke en geestelijke welzijn van de moeder na de geboorte; en het is goed voor het inkomen van de moeder: bij elke maand vaderschapsverlof nam het inkomen van de moeder met 6,7 procent toe, vier jaar later gemeten.³⁸ Consulterend psychiater dr. Sebastian Kraemer heeft zelfs ontdekt dat hoe meer ouders betaald krijgen om voor hun pasgeboren kinderen te zorgen, hoe minder baby's, en dan vooral jongens, er sterven (volgens hem zijn jongens na de geboorte veel kwetsbaarder).³⁹

Zijn er minder leuke kanten? Het is toch logisch dat vaderschapsverlof goed is? Nou, in de vs blijkbaar niet: daar krijg je gegarandeerd nul dagen vaderschapsverlof (en samen met Papoea-Nieuw-Guinea is de vs het enige land waar nieuwe moeders geen betaald verlof krijgen).⁴⁰ Zelfs in Tunesië krijgen mannen een dag vrij. In Groot-Brittannië krijg je twee weken uitbetaald, en er bestaan nu mogelijkheden om samen tweeënvijftig weken gedeeld ouderschapsverlof op te nemen. Slechts in een half dozijn landen kunnen nieuwe vaders meer dan twee weken vrij krijgen. Maar nergens is het zo goed geregeld als bij die gevoelige Vikingen.

Als we even afstand nemen van de statistieken, de enquêteonderzoeken en paranoïde suggesties dat vrouwen diep vanbinnen thuis willen blijven en dat er grenzen zijn aan het delen van taken, dan blijft overeind dat binnen ongeveer één generatie het vader-

schap in het Westen fundamenteel is veranderd. De meesten van onze mannelijke voorouders zouden zichzelf niet herkennen in de huidige vaderrol. Is dit dan inderdaad het begin van het gouden tijdperk voor de vader?

We kunnen op zijn minst zeggen dat er momenteel een gouden *standaard* van het vaderschap bestaat. Een standaard die inhoudt dat een vader meer dan ooit bij het leven en de emoties van zijn kinderen betrokken kan zijn, als hij wil. Verlost van eigen en door de samenleving opgelegde beperkingen gaat het vaderschap van nu gepaard met een gezonde dosis vrijheid. Mannen hebben meer vrijheid om thuis bij de kinderen te blijven, parttime te werken, het bevallingsbad in te duiken, papaworkshops te volgen, hun kinderen van school te halen zonder vreemd te worden aangekeken, uiting te geven aan genegenheid en emoties zonder bang te zijn dat hun gezag wordt ondermijnd, en om op latere leeftijd kinderen te nemen. Ivf, ovf, adoptie, gedoneerde eicellen, ontdooide eicellen – het vaderschap is er in vele varianten; voor hetero's én, hopelijk steeds eenvoudiger, voor homo's. (Een nog grotendeels ontbrekende vrijheid is de mogelijkheid om als alleenstaande man een kind te nemen via een draagmoeder – de mannelijke variant van de bewust ongehuwde moeder die gebruikmaakt van een spermadonor. Alleenstaande mannen die biologische vader willen worden, schijnen naar Californië te moeten vliegen voor een kostbare procedure die hen uiteindelijk tot enige voogd maakt.⁴¹)

Ook hebben we gelukkig geen last van door de media gewekte verwachtingen over het perfecte vaderschap. Integendeel, meestal zien we een ongelukkige, stuntelende vader voor wie de wasmachine een tikkend massavernietigingswapen is. 'Om te bewijzen dat de luiers en doekjes van Huggies alles aankunnen, onderwerpen we ze aan de zwaarst mogelijke test: vijf dagen lang sluiten we vaders met hun baby's in hun huis op.'⁴² Het enige wat deze reclame voor Huggies bewees, was dat vaders tenminste wél met computers kunnen omgaan om een actie te beginnen tegen deze vernederende onzin, die vervolgens werd teruggetrokken.

Maar zolang er een tekort aan buitengewoon competente en buitengewoon oplettende vaders op het tv-scherf is – zolang Homer Simpson voortleeft – zullen we onze mislukkingen minder erg vinden (en te veel dankbaarheid oogsten voor de kleinste huishoudelijke bijdrage). Het enige programma dat jarenlang onrealistische beelden de ether in slingerde van de man als liefhebberende echtgenoot, schattige vader, geslaagd in zijn carrière en leuke vent wiens gevoel voor humor hem nimmer in de steek liet, was de *Cosby Show* – maar ik denk dat we nu buiten gevaar zijn. (Uit Australisch onderzoek bleek dat slechts 12 procent van de verslaggeving over mannen gunstig was; mannen worden doorgaans afgeschilderd als ‘boeven, agressors, viezeriken en rokkenjagers’. En toen moest de echte Cosby-show nog worden opgevoerd.⁴³)

Dit model van het vaderschap – met zijn ongeken­de vrijheid om de papa te zijn die je wilt zijn – is dus een reële optie. Maar het staat niet op zichzelf; het model bestaat in de veeleisende, verbijsterende wereld waarin we leven. Hoe bevredigend het vaderschap kan zijn, wordt bepaald door de feiten en de druk van buitenaf, waar alle goede bedoelingen tegen op moeten boksen. Bijvoorbeeld tijdgebrek. Vanwege de onophoudelijke eisen die ons werk aan ons stelt, ontbreekt het veel vaders aan tijd voor het badje of het toneelstuk op school.⁴⁴ Zijn situatie is nou niet bepaald representatief te noemen, maar toch is Jamie Oliver, chef en vader van vier, zeker niet uniek als hij me vertelt: ‘Eerlijk gezegd ben ik een weekendvader, wat volgens mij de meeste drukbezette vaders van nu zijn.’ Mannen, vrouwen, superchefs – niemand heeft het makkelijk. Interessant genoeg is Frankrijk, waar ze nog steeds de 35-urige werkweek van de jager-verzamelaar hanteren, het land waar mannen de grootste bijdrage aan het huishouden leveren.⁴⁵

Tussen twee haakjes, dit heeft Jamie te zeggen over de chemie in je huwelijk als je vier kinderen hebt: ‘Om het gedoe rondom de passie levend te houden, moet je om je relatie te onderhouden, een natuurlijk ritme volgen dat niet altijd even briljant is. Maar

je doorloopt heerlijke cycli als je van elkaar houdt en elkaar vertrouwt... en volgens mij is het huwelijk absoluut een komedie. Dat je heel intens van iemand kunt houden en die persoon tegelijk ook kunt verachten. Soms schieten we in de lach op momenten dat we elkaar niet kunnen uitstaan. Maar we kennen elkaar heel goed, we voelen ons veilig en op ons gemak.’

Afgezien van tijd, heeft ook geld – en de steeds groter wordende ongelijkheid – invloed op het vaderschap. Ouder zijn heeft niet zo heel veel glamour als je een van de vijf ouders in Groot-Brittannië bent die zijn kind amper kan voeden, zelf maaltijden overslaat of afhankelijk is van de voedselbank. Ook valt het vaderschap niet te scheiden van de andere zaken die we hebben behandeld, zoals geestelijke gezondheid, de uitdaging van de monogamie en het onderhouden van een gezonde relatie. Juist door de combinatie van armoede, de negatieve effecten van werkloosheid of van een baan die als een gevangenisstraf voelt, het gebrek aan mannelijke rolmodellen en mislukte relaties, verliest het gouden model zijn glans en groeit dat andere fenomeen van deze tijd: de crisis van het vaderschap.

Superafwezig

In feite groeien er heel veel kinderen op zonder een vader in huis. Wanneer er 15 miljoen Amerikaanse kinderen – een op de drie, een meerderheid van de zwarte kinderen – opgroeien zonder vader,⁴⁶ onder wie miljoenen die geen enkel contact hebben,⁴⁷ wanneer een miljoen Britse kinderen geen zinvolle relatie met hun vader hebben⁴⁸ en er ‘dad deserts’ bestaan, zoals die wijk in Liverpool die voor 65 procent vadervrij is, dan kun je spreken van een crisis. Alsof dat nog bevestigd moest worden, verklaarde paus Benedictus: ‘De crisis van het vaderschap die we nu beleven, is een van de aspecten van de crisis die de hele mensheid bedreigt.’⁴⁹ Ook de laatste drie Amerikaanse presidenten hebben er het nodige over gezegd. Wie nog niet overtuigd is van de ellende

die door de afwezigheid van vaders wordt veroorzaakt: kinderen uit gezinnen zonder vaders excelleren in bijna alle dingen die je juist niet wilt – van tienerzwangerschappen tot jongerenmoord.⁵⁰ Je zou kunnen zeggen dat deze crisis een andere crisis maskeert, die van de armoede, want zoals Kimmel opmerkt: hoe hoger het inkomen, hoe groter de kans dat de vader thuis is.⁵¹ Van de vaders in Amerika die hun middelbare school niet hebben afgemaakt, woont 40 procent niet bij zijn kinderen – onder vaders die aan een universiteit zijn afgestudeerd is dat slechts 7 procent.⁵²

Of het nu wel of geen armoedesymptoom is, de afwezigheid van vaders eist zijn tol van kinderen en de samenleving. Maar tegenover de talloze persoonlijke redenen dat vaders er niet zijn – ze zijn ervandoor gegaan, wonen te ver weg, hebben een geschiedenis van seksueel misbruik (aan beide kanten), voelen zich afgewezen – staan vele vaders die roepen dat het niet zo hoeft te zijn. Die er alles voor overhebben om vaker bij hun kinderen te kunnen zijn. Die door de rechter worden buitengesloten.

In de keuken van een café in west-Londen staat een groepje mannen bij een fornuis te kijken met een concentratie die ik, sinds we in de vijfde klas de reactie van koperoxide met magnesium bestudeerden, niet meer heb gezien. Hun blik wordt echter niet vastgehouden door anorganische elementen, maar door veelgebruikte ingrediënten als bloem, melk, eieren, boter en een snufje zout. Deze mannen leren crêpes te maken (en hoe je dingen duurder kunt verkopen met een Frans accent). Als gescheiden vaders zijn ze bij elkaar gekomen voor praktische ondersteuning van de organisatie Dads House, omdat ze niet elke zaterdagmiddag met hun kinderen achter een bakje slappe friet in de McDonald's willen zitten. Zoals menig gescheiden vader proberen ze er het beste van te maken. Dit zijn geen lamlendige jongemannen die bevruchten en vertrekken. Dit zijn goede mannen die betere vaders willen worden. Maar velen van hen hebben een dramatische periode meegemaakt waarin ze niet bij hun kinderen mochten komen. 'Elke avond viel ik jankend in slaap,' zegt

een zachtaardige man van begin zestig, die vier jaar lang zijn twee kleine kinderen niet mocht ontmoeten. Een andere man, rond de veertig, mocht geen contact meer met zijn zoontje hebben. 'Een afschuwelijk gevoel. Je zit in een vreemde situatie: enerzijds stroomt je hart over van liefde die je aan je kind wil geven, anderzijds wordt je dat verboden. Niet alleen de vader, ook het kind lijdt daar uiteindelijk onder.' (Dads House steunt ook de ongeveer 200.000 alleenstaande vaders, van wie een deel te maken heeft met het meer zeldzame feit dat de moeder haar kinderen heeft verlaten.)

Volgens Bill McGranaghan, de vriendelijke Schotse oprichter van Dads House, 'wordt het er niet beter op', ondanks een verandering in de Britse wetgeving waardoor gerechtshoven ervan moeten uitgaan dat betrokkenheid van beide ouders na een scheiding in het belang van het kind is. 'Als je eenmaal geen contact meer mag hebben, kan het jaren duren voordat je je kinderen weer te zien krijgt. Vaders moeten heel voorzichtig omgaan met hun ex-partners. Het is moeilijk voor vaders en ook hartverscheurend.' Glen Poole, voorvechter van mannenrechten, zegt dat studies die aantonen dat gerechtshoven niet tegen mannen discrimineren, om de kwestie heen praten, gezien het beperkte niveau van toegang dat veel mannen krijgen. 'Onze verwachtingen van de rol van een gescheiden vader in het leven van zijn kinderen zijn heel laag. Wanneer de helft van de vaders die een omgangsregeling krijgen, niet eens onder hetzelfde dak als hun kinderen mogen slapen, noemen academici dat een overweldigend succes.'⁵³

Het is ingewikkelde, rommelige en gevoelige materie, maar het schijnt (en dit heb ik van familierechters gehoord) dat in de tien jaar nadat Fathers 4 Justice verkleed als Batman Buckingham Palace beklommen, de ontwikkeling eindelijk een vadvriendelijke kant op gaat. Misschien kan Batman er nu ook voor zorgen dat ongehuwde vaders automatisch de wettelijke status van ouder krijgen. Nu is daar nog toestemming van de moeder of een familierechter voor nodig. De plek waar het Batman-symbool het

minst waarschijnlijk op zal worden geprojecteerd, is natuurlijk de lucht boven Zweden, waar een derde van de kinderen van gescheiden ouders in ‘gedeelde residentie’ wordt grootgebracht, dat wil zeggen, het ene deel van de week bij mama en het andere bij papa woont. Maar het co-ouderschap is geen panacee en niet altijd in het belang van het kind. Volgens Zweeds onderzoek is het belangrijk om het kind een stem te geven in de gemaakte afspraken. Zoals een kind het verwoordde: ‘Mama en papa beslissen, maar ik geef aan wanneer het niet goed is.’⁵⁴

Ik heb een vreemde lakmoesproef voor het soort vader dat ik zou willen worden.

Ik stel me voor hoe mijn gedroomde kinderen bij hun therapeut op de bank liggen. De psych vraagt hoe ik was als ouder. Als ze alleen maar kunnen klagen over de gebruikelijke mislukkingen, schaamte en ruzies, dan heb ik het goed gedaan. Als ze geen duidelijke verneukerij kunnen aanwijzen, zal ik tevreden zijn.

Als je nadenkt over wat voor soort vader je zou willen zijn, denk je natuurlijk aan je eigen jeugd. Wat zou je van je vader willen overnemen, en wat kan beter in de kist met spullen van papa op zolder blijven? Ik zou het impulsieve huwelijk met iemand die hij pas zes weken kende, laten liggen. Ook het experiment om na te gaan hoelang een tiener op gebroken koekjes kan overleven, zou ik niet herhalen. Ondanks mijn vaders eigenaardigheden – en ervaringen bij de klantenservice waar zelfs Larry David van zou blozen – zijn er eigenschappen die ik diep koester.

Veerkracht – nu pas, als volwassene, besef ik hoe moeilijk het moet zijn geweest om je vrouw te verliezen en kort daarna een scheiding mee te maken, terwijl je ondertussen een eigen zaak runt en twee jongens opvoedt. Maar het lukte hem zijn zaakjes op orde te houden.

Steun – dikke voldoende voor alle liefde, aanmoediging en steun.

Creativiteit – de foto’s van Sefton Samuels zijn werkelijk verbluffend.

Je eigen gang gaan – van beginnen met yoga in de jaren vijftig tot samen met de getuige op een tandem en een hoge hoed op naar je eigen bruiloft fietsen, hij was zijn eigen heer en meester.

Empathie – gul, ook wanneer er niets te makken viel, en blijven omgaan met mensen die het even moeilijk hadden. De laatste twee karaktertrekken kwamen onlangs samen, toen hij, boos om het lot van Kris Maharaj die nog steeds in Florida gevangenzat, een brief aan president Obama schreef, waarin hij aanbood in ruil voor Kris in het gevang te zitten.

Hoe goed ik mijn gevoelens ook onder woorden schijn te kunnen brengen, toch lijkt ik de liefde voor mijn vader alleen maar uit te kunnen drukken in dit oppervlakkige lijstje. Dat is de schuld van mijn ouders.

O, boy!

Eén crisis – die van het vaderschap – vinden mannen tegenwoordig niet genoeg. Er bestaan niet voor niets extra grote mannenverpakkingen voor Kleenex, en stevige chocoladerepen voor vrachtwagenchauffeurs:* een man kan altijd wel wat meer verstouwen.

Als de winnaar van de 300 miljoen zwemmers die het gehaald hebben tot aan de baarmoedermond om een eitje te bevruchten, een y-chromosoom bevatte, kan ik je feliciteren met je bijdrage aan deze tweede crisis. Je hebt een jongen gemaakt.

De crisis onder jongens is een zorg voor iedere overheid, van Australië tot (godbetert) Zweden. Er verschijnen boeken met titels als *Luister naar onze noodkreet* en *Red onze zonen*. Een cover van *Newsweek* repte van ‘The Boy Crisis’, de *Atlantic* sprak van

* Noot van de vertaler: Verwezen wordt naar een bekende reclame uit de jaren zeventig voor chocoladerepen van het merk Yorkie, waarin een vrachtwagenchauffeur achter het stuur zo’n reep verorbert. De slogan voor dit merk luidde een tijdlang: ‘It’s not for girls’.

‘The War Against Boys’.⁵⁵ Er is geen tekort aan voorbeelden om de benarde toestand van jongemannen te illustreren. Hoewel er genoeg alleszins functionele en aardige jongemannen worden opgevoed, hebben jongens:

- 50 procent meer kans dan meisjes om het basisniveau rekenen, lezen of natuurwetenschappen niet te halen;⁵⁶
- gemiddeld een jaar achterstand op het gebied van lezen in alle 64 door de OECD onderzochte landen;
- een derde minder kans om naar een universiteit te gaan (VK, Canada, Zweden);^{57,58}
- een drie keer zo hoge kans om van de middelbare school te worden gestuurd (vs);
- Zes keer zoveel kans op de diagnose ADD;
- Vier keer zoveel kans op de diagnose ‘emotioneel verward’ of poging tot zelfmoord;
- Vijftien maal zoveel kans om het slachtoffer van geweld te worden;⁵⁹
- De neiging om dik te worden: bijna één op de zes – 16 procent – van de jongens is obees (VK);⁶⁰ een derde van de jongens in de VS is te zwaar of obees.⁶¹

Wie wil er nou zo’n mollig probleemgeval van een statistisch risico opvoeden, in plaats van een lief, gewetensvol meisje dat haar huiswerk afmaakt en een hogere opleiding krijgt om je op je ouwe dag te ondersteunen? Misschien is dat de reden waarom een Amerikaanse vruchtbaarheidskliniek meldt dat acht op de tien Britse stellen die een genderkeuze kunnen maken die in hun eigen land verboden is, zeggen te kiezen voor een meisje.⁶² En waarom volgens een Amerikaans adoptienetwerk 80 procent van de toekomstige ouders een meisje wil.⁶³ Jongens hebben door de eeuwen heen de voorkeur gekregen, vaak op wrede wijze ten koste van pasgeboren meisjes, maar zal er door het moderne ‘designer-ouderschap’ op een dag een tekort aan jongens zijn? Zullen ooit panda’s tv-marathons houden voor bedreigde jongens?

(Volgens een Britse staatssecretaris van Hoger Onderwijs zijn witte tienerjongens uit de arbeidersklasse zo ondervertegenwoordigd in het hoger onderwijs, dat ze bij het werven van studenten als een etnische minderheid en achtergestelde groep behandeld zouden moeten worden.⁶⁴ Voor degenen die vóór positieve discriminatie zijn (net als de leider van de Scottish National Party, die een campagne steunt opdat 50 procent van alle politieke kandidaten vrouw is⁶⁵): zou er ook een quotum voor witte mannen uit de arbeidersklasse moeten komen?)

De jongenscrisis lijkt misschien een teken van deze tijd, maar we hebben er al eens eerder mee te maken gehad. In 1900 werd de voorkeur gegeven aan meisjes als adoptiekind.⁶⁶ In het jaar-rapport uit 1916 van adoptieservice Spence-Chapin in New York staat: 'Er zijn nu 61 aanvragen, waarvan zes voor jongens, veertien voor beide geslachten, en 41 voor meisjes. Waarom hebben zoveel mensen een voorkeur voor meisjes? De meeste mensen denken dat een meisje beter te begrijpen en op te voeden is, en zijn bang voor een jongen.'⁶⁷ Het was in deze tijd dat de zorgen over het lichamelijke en morele karakter van jongens – vooral over de corrumperende, feminiserende invloed van de door vrouwen bemande scholen – leidden tot de oprichting van de Scouts, YMCA en het gespieerd-christelijke idee dat je je ziel (en het Britse Rijk) zou kunnen redden door op een doorweekt rugbyveldje te staan. Albert Jeremiah Beveridge, senator uit Indiana, laakte de praktijk van het passieve leren in de klas, en moedigde jongens aan 'boeken, en eigenlijk het hele kunstmatige onderwijs te mijden, want onze voorvaders hebben Amerika het juiste pad gewezen louter door te leren van de natuur'.⁶⁸

Misschien ging hij te ver door te suggereren dat jongens het zonder boeken zouden kunnen stellen, maar sneed het niet een beetje hout wat deze senator zei? Als hij nog leefde, zou hij nu niet alleen ontdekken dat zijn grootste angst – jongemannen redden het niet in het onderwijs – is uitgekomen, maar ook dat veel mensen het nu met hem eens zijn en erop tegen zijn dat jongens dag in dag uit in stille klaslokalen moeten zitten, omdat jongens

– arm of rijk – andere behoeften zouden hebben dan meisjes. Zoals de voormalige directeur van Wellington College zei: ‘Het heeft allemaal te maken met hun hersenen, lichaam en chemische processen.’⁶⁹

Sommigen richten zich inderdaad vooral op het fysiologische. Meisjes zouden beter kunnen horen dan jongens, die dus vooraan in de klas horen te zitten. De optimale leertemperatuur voor jongens is 20,5 graden, voor meisjes 24 graden.⁷⁰ Bovendien hebben jongens meer behoefte aan beweging.

‘Jongens hebben een hoger activiteitsniveau en dat komt doordat hun hersenen door androgenen (mannelijke geslachtshormonen) worden gespoeld voordat ze worden geboren,’ zegt psycholoog dr. Michael Thompson, expert op het gebied van de ontwikkeling bij jongens. ‘Wanneer kinderen naar de basisschool gaan, is driekwart van de jongens lichamelijk actiever, impulsiever en, laten we eerlijk zijn, minder ontwikkeld dan meisjes van dezelfde leeftijd. Dat is een reëel biologisch verschil.’⁷¹

Als dit verschil er is, zouden we dan, eenvoudig gezegd, jongens ander onderwijs moeten bieden? Studies ondersteunen het idee om gebruik te maken van de competitiedrang in jongens en om ze meer te laten bewegen tijdens de les.^{72, 73} Maar wat kunnen we precies doen om te voorkomen dat horden ongemotiveerde jongens zich aansluiten bij de groeiende gelederen van depressieve, boze mannen die niet de vaardigheden bezitten om het in deze moderne economie te maken (in de hoop dat ze niet in een bezuinigingsperiode voor de Amerikaanse posterijen gaan werken)? Dr. Thompson, volgens wie veel jongens school ‘onbelangrijk en niet nuttig’ vinden, stelt voor om ‘zinvolle verantwoordelijkheid’ te stimuleren door jongens:

- vanaf jonge leeftijd de verantwoordelijkheid te geven voor dieren, bijvoorbeeld kippen of konijnen die dagelijks zorg nodig hebben.
- vanaf heel jonge leeftijd op kleinere kinderen te laten pas-

sen – ze te laten voorlezen, spelletjes te doen, te laten trainen bij sporten – en hen op te leiden tot badmeester, (tweede) scheidsrechter, enzovoorts.

- in de laatste twee jaar van de middelbare school de kans te geven om klassikale lessen te verruilen voor een stage op een werkplek, om te voorzien in de ‘universele behoefte onder jongens om nuttig te zijn, iets te doen waar ze respect voor krijgen’. Op sommige scholen in Duitsland gaan scholieren ’s middags werken in een Mercedesfabriek; samenwerken met volwassenen op een echte werkplek is iets ‘waar veel jongens behoefte aan hebben’.

Ook stelt hij expedities in de natuur voor. Misschien zouden we ons gebrek aan overgangsriten voor jongens kunnen compenseren door op scholen een programma voor eigentijdse rites de passage te starten; de Australische methode Rite Journey bijvoorbeeld, biedt fysieke en mentale uitdagingen aan leerlingen gedurende het hele schooljaar, met als hoogtepunt de ervaring om in je eentje in de wildernis te zijn.⁷⁴

Voor een utopisch jongensvriendelijk onderwijs doen andere goeroes de volgende suggesties:

- Meer vrijheid om te bewegen, spelen, vechten (in een gecontroleerde context, bijvoorbeeld vechtsport). Jongens bewust maken van de manier waarop onze hersenen en emoties werken – Marek Kazmierski, voormalig directeur van het Feltham Instituut voor Jonge Delinquenten.
- Meer aandacht op lerarenopleidingen voor de verschillen in de manieren waarop jongens en meisjes leren, wat tot beter gedrag en betere resultaten voor beide groepen zou leiden – Michael Gurian, schrijver van *The Minds of Boys*.
- Mannen op scholen hun verhalen laten delen. Dit moeten mannen zijn met wie leerlingen zich kunnen identificeren en die laten zien dat je op meer manieren mannelijk kunt zijn, niet alleen door drugsgebruik en een gevangenisstraf

uit te zitten. Nodig mannen uit die succes hebben, homo zijn of een psychische kwaal hebben overwonnen. Laat jongens nadenken over de vraag: kies ik zelf hoe mannelijk ik ben, of laat ik me die keuze opdringen? – Brandon Hay, Black Daddies Club (Toronto).

Dat is nou eens wat je noemt een school in opbouw.

Zo vader, zo zoon

De ‘jongenscrisis’ – op school en daarbuiten – lijkt op een juniorversie van de grotere problemen waar mannen onder gebukt gaan. Alsof het Happy Meal staat te springen om een Big Mac te worden. De parallellen tussen mannen en jongens zijn opvallend.

- Mannen die zijn vastgeketend aan hun bureau op kantoor; jongens die de hele dag op hun krent moeten blijven zitten in de klas. Beiden geheel in strijd met hun biologisch ontwerp.
- Mannen die hun individualistische neigingen of prestatiedrang onderdrukken om zich aan te passen aan de sfeer op kantoor; jongens met ruwe randjes die in het klaslokaal worden getemd. Er zijn bewijzen dat rumoerige jongens lagere cijfers krijgen van de leraar dan je op grond van tests zou voorspellen; ze krijgen een bonuspunt als ze zich gedragen als de brave meisjes in de klas.⁷⁵ En jongens die spelen zoals jongens altijd hebben gespeeld – ze maken het geluid van fluitende granaten of knutselen een geweer van een suikerzoete ontbijtsnack – dreigen vaak uit de klas te worden gezet.
- Mannen in risicovrije samenlevingen die gedreven worden tot extreme, soms zelfvernietigende daden om die sensatiezucht te bevredigen die in het leven van de jager-verzamelaar op een natuurlijke manier werd opgelost; jongens die be-

schermd worden tegen gevaren en de natuur, niet naar buiten mogen om te slenteren, hutten te bouwen of in bomen te klimmen; jongens spelen nog maar zo weinig buiten dat ze niet eens meer het verschil tussen een bij en een wesp weten.⁷⁶

Neem nu de gewone boom. In *De Vijf* is de boom een onmisbare uitkijkpost om boeven in de gaten te houden. '[Dick] dacht na over waar hij zich zou verstoppen en nam snel zijn besluit,' schrijft Enid Blyton in de jarenvijftigklassieker *De vijf op avontuur*. 'Laat me in de boom klimmen... Dan vang ik misschien een glimp op van de man die het pakje komt afhalen. Daarna klauter ik naar beneden om hem te volgen.'⁷⁷ Als Enid Blyton dit verhaal in deze tijd in het westen van de Midlands had laten afspelen, dan zouden Dick en zijn vrienden worden aangehouden; ze zouden hun schoenen moeten afgeven en foto's van zich moeten laten nemen; hun DNA zou in het systeem van de politie worden ingevoerd. Ja, dit overkwam drie kinderen van rond twaalf jaar die op heterdaad werden betrapt op het bouwen van een hut in een kersenboom (die daardoor schade aan een tak opliep).⁷⁸ Wanneer bomen geen plaats delict zijn, zijn het plekken waar kinderen hun eigen 'risicothermostaat' kunnen ontwikkelen; door te ervaren dat het moeilijker is naar beneden dan naar boven te klimmen, leren ze risico's in te schatten.⁷⁹ De helft van de kinderen in Engeland klimt niet meer in een boom, ontdekte het National Children's Bureau.⁸⁰ Een andere reden om snel met de dichtstbijzijnde loofboom te knuffelen: blootstelling aan de natuur verlaagt ADD-symptomen bij kinderen – die stoornis waar vooral jongens aan lijden – met factor drie, vergeleken bij kinderen die binnenblijven, aldus een studie.⁸¹ Als ik een zoon krijg, laat ik hem in een boomhut wonen.

- Mannen die totaal irreële verwachtingen hebben over wat ze in hun leven zouden moeten bereiken en daardoor ernstige psychische klachten krijgen; jongens die zwaar onder

druk staan. Dit geldt voor 10 procent van de jongens onder de tien jaar met een psychische stoornis, en studies tonen aan dat eetstoornissen nu tweemaal zo snel bij jongens dan bij meisjes toenemen, vooral bij jongens tussen de tien en veertien jaar (al komen dit soort stoornissen nog steeds tien keer zo vaak voor bij meisjes, die ook een behoorlijk zware druk ervaren).⁸² Het hoofd van het prestigieuze Koninklijk Gymnasium in Newcastle zegt dat druk vanwege schoolprestaties jongens tot anorexia drijft. ‘Het is hartverscheurend om te zien dat deze slimme, aantrekkelijke en getalenteerde jongeren geen vreugde beleven aan hun prestaties omdat ze zo bang zijn. Ik zou ze wel willen toeschreeuwen: “Beseffen jullie wel hoe goed jullie zijn?”’⁸³

- Mannen die het stamgevoel missen, die proberen ergens bij te horen en identiteit aan te ontlenuen, zich aangetrokken voelen tot oorlogen en extreme ideologieën; jongens die gefascineerd zijn door bendes of op zijn minst erbij willen horen door zich de mannelijke mentaliteit aan te meten volgens welke het ‘niet cool is iets te presteren, niet cool om slim te zijn’, zegt een leraar in de Bronx.⁸⁴ ‘Jongens ervaren verschillende spanningen ... Helaas hebben ze de neiging aan bepaalde verwachtingen te voldoen door middel van [negatief] gedrag.’

Als dit moeilijke tijden zijn voor een jongen, dan komt dat vooral omdat dit rare tijden zijn. Het grootste deel van hun bestaan op aarde zijn jongemannen vooral bezig geweest om de kunst van het overleven en jagen onder de knie te krijgen – hoe rijg ik een bizon of ander wild dier aan mijn speer? Nu, in het onveranderde lichaam van de holenjongen – wiens ogen nog steeds verder kunnen zien dan die van een vrouw⁸⁵ – kunnen ze niet eens meer in een boom klimmen of een bij van een wesp onderscheiden. Hun onstuimige onverschrokkenheid, ingeprent door menige pijnlijke initiatierite, werd ooit door vrouwen geprezen. Keltische krijgers die terugkwamen van het slagveld werden door vrouwen met

blote borsten ontvangen;⁸⁶ nu geven onderwijzeressen jongens een lager cijfer als ze te ruw zijn. Eens groeiden jongens op in hechte groepen met hun vaders en ouderen als rolmodellen. Nu hebben velen nauwelijks contact met hun vader, en worden ouderen en hun wijsheid uit het zicht naar verzorgingstehuizen verbannen. Jongemannen die in het verleden een (misschien terecht) gevoel voor vaste rollen en een veilige toekomst hadden, worden nu onzeker gemaakt door een stortvloed aan academische testjes, oordelen op social media over populariteit en uiterlijk, door porno gevoede, giftige seksuele verwachtingen, een bijna religieuze verering van roem en een opdoemende banenmarkt waarvoor ze niet de juiste vaardigheden bezitten om er te floreren.

Gezien deze duizelingwekkende hoeveelheid uitdagingen die de man van nu tot in de kern raken, zitten er duidelijk grenzen aan wat zelfs de meest verlichte school of welwillende ouder kan bereiken. Is er ooit een tijd geweest waarin vaders en moeders zó weinig controle hadden over de invloeden die hun kinderen overspoelen via hun apparaten? Buiten de school en de toevallige weetjes die mijn vrienden hadden opgepikt, was mijn grootste bron van informatie de tv, die mijn vader volledig beheerde en uiteindelijk ook uitzette (een keer precies op het moment dat Tom Baker in *The Life and Loves of a She-Devil* een vrouwenborst ontblootte). Zó analoog.

Als we werkelijk iets aan de situatie van jongens willen doen, kunnen scholen en ouders wel wat hulp gebruiken van de rest van de samenleving: door de social media, reclame en de voedselindustrie onder druk te zetten om alles wat in de hoofden en magen van onze kinderen wordt gepompt voedzamer en minder destructief te maken, door jongens die zonder vaderfiguur opgroeien goed te begeleiden; door oudere mensen meer bij het leven van kinderen te betrekken, bijvoorbeeld door kinderopvang en crèches bij verzorgingstehuizen onder te brengen.

Van cruciaal belang, door vaders de kans te geven het beste te geven wat ze in zich hebben in een tijd waarin ze nog nooit zoveel

mogelijkheden hebben gehad om bij hun kinderen te zijn: door lange ouderschapsverloven te bieden aan hen die dat willen, door vaders met hun kinderen te laten omgaan, behalve wanneer er dwingende redenen zijn dat te verbieden, door creatief om te gaan met het voogdijschap en door te voorzien in vaderschaps-cursussen voor mannen die te weinig zelfvertrouwen of vaardigheden hebben. Obama (wiens vader nauwelijks in beeld was sinds zijn tweede levensjaar) heeft een half miljard dollar uitgetrokken waarmee honderden vaderschapskursussen in de vs worden gegeven, en zei daarbij: ‘Wat een man een man maakt is niet het vermogen een kind te verwekken, maar de moed er een op te voeden.’^{87, 88}

En gewoon, door niet te vergeten dat jongens, vanaf de dag dat ze geboren worden en harder in de tepel van hun moeder bijten, anders zijn.⁸⁹

13

Wij willen onze speer terug!

Mohamed Bouazizi's dag begon gewoon. De zesentwintigjarige man stond vroeg op in het kleine huis met drie slaapkamers waar hij met zijn moeder, oom en vijf broers en zussen woonde. Hij laadde zijn houten kar met fruit van de veiling en duwde die naar zijn stalletje twee kilometer verderop in het stadje Sidi Bouzid in midden-Tunesië. Op zo'n dag verdiende hij meestal ongeveer vijf dollar, waarmee hij alle acht gezinsleden wist te onderhouden en zijn zussen naar school kon laten gaan. Zijn grote droom was bescheiden: een bestelbusje om het fruit mee te vervoeren. Misschien waren die ochtend zijn gedachten afgedwaald naar zijn voetbalteam, Esperance Sportive, of naar de hoop dat hij op een dag zou trouwen. Of naar het gebrek aan mogelijkheden om de kost te verdienen in een stadje waar zelfs de academici op het land werkten, legioenen jongemannen werkloos waren en je connecties nodig had voor een baantje in de plaatselijke tomatenpu-reefabriek.

Vlak na elf uur werd hij geconfronteerd met de nagel aan zijn doodskist: het gezag dat hem routinematig hinderde op zijn weg naar die schamele vijf dollar per dag. Aangezien niemand hem een marktvergunning wilde verlenen, moest hij soms een hoge omkoopsom neerleggen of werd zijn stalletje zomaar opgedoekt. Die ochtend, terwijl hij zijn sinaasappels, appels en peren verkocht, stapte een vrouwelijke ambtenaar die de reputatie had streng te zijn, op Mohamed af om zijn goederen en elektrische weegschaal in beslag te nemen. Volgens sommige marktlui zou de inspectrice, terwijl Mohamed zijn appels bij elkaar probeerde

te rapen, hem in zijn gezicht hebben geslagen.

Publiekelijk een klap in je gezicht krijgen van een vrouw in een intens trotse en patriarchale samenleving. (Dus dat je niet alleen op kantoor een uitbrander van je vrouwelijke chef krijgt, maar ook nog een klap in het gezicht en verlies van je inkomen.)

Woedend beende Mohamed naar het gemeentehuis een paar straten verderop om zijn bezittingen terug te eisen, waar hij werd weggejaagd. Hij wilde de gouverneur spreken, maar werd opnieuw verjaagd. Rond lunchtijd ging hij met zijn houten kar in de straat tegenover het kantoor van de gouverneur staan, goot een fles benzine over zich heen en stak zichzelf in brand. Een daad van zelfopoffering die hem zijn leven kostte – en de Arabische Lente in gang zette. De regimes in Tunesië, Egypte, Libië en Jemen vielen om; de gevolgen verspreidden zich naar Bahrein, Saoedi-Arabië en Mali; de burgeroorlog in Syrië brak uit, die voor de grootste vluchtelingencrisis ter wereld sinds de Tweede Wereldoorlog zorgde en is op de kaart zette. Mohamed – martelaar van de gewone man, het symbool van de onderdrukking van velen – stak de lont aan van een vat vol ontevredenheid. De klap van de vrouwelijke inspecteur werd legendarisch, ook al was die niet meer dan dat (volgens haar).

Was, zoals de moordaanslag op aartshertog Franz Ferdinand het begin van de Eerste Wereldoorlog inluidde, de Arabische Lente – en de verstrekkende wereldwijde gevolgen daarvan – veroorzaakt door een vernederende klap in het gezicht van een man?¹

We mogen het vermogen van mannen om zichzelf te vernietigen wanneer ze worden gefrustreerd in hun pogingen om kostwinner te zijn, niet onderschatten – vooral niet als dat met vernedering en schaamte gepaard gaat. De daad van Mohamed is naar elke maatstaf extreem, maar vond plaats in een bepaalde context: in de twee jaar voor zijn dood hadden er in de Verenigde Staten en Europa tienduizend recessie-gerelateerde zelfmoorden plaatsgevonden. Het ging om mannen – in de Verenigde Staten, Groot-

Brittannië, Duitsland, enzovoorts – die een totaal andere achtergrond dan de Tunesische fruitverkoper hadden, die tot uiterste wanhoop waren gedreven door hun werksituatie, misschien ook met het begeleidende gevoel dat ze als man gefaald hadden.

Het past allemaal binnen een bredere context.

Aan het begin van dit boek vergeleek ik mannelijkheid met de mol in het spelletje Whack-a-Mole, die telkens ergens opduikt wanneer hij wordt onderdrukt. Ik ben er nu meer dan ooit van overtuigd dat het zo werkt. Mannelijkheid is een sterke kracht, een energie die door mannen loopt (op verschillende niveaus naargelang individu en leeftijd). Een energie die is terug te voeren op onze biologische bedrading (met onze hersenen die een androgenenbadje krijgen voordat we worden geboren) en op de conditionering en competitiedrang van talloze generaties.

Wanneer doelgericht gebruikt, kan het een geweldige bron voor actie en zelfvertrouwen zijn en ervoor zorgen dat mannen oververtegenwoordigd zijn onder de leveranciers van topprestaties, die landen en bedrijven leiden en voor wetenschappelijke en technologische doorbraken zorgen. Maar zonder uitlaatklep of sturing keert diezelfde kracht zich tegen zichzelf of destructief naar buiten, en kan hij leiden tot geweld, psychische problemen en oververtegenwoordiging van mannen in de gevangenis. ‘Meer Nobelprijswinnaars en meer domoren – dat is het hele mannenverhaal,’ zoals filosofe Helena Cronin al zei.

Deze vitale kracht heeft, zoals we hebben gezien, de neiging op allerlei plekken op te duiken wanneer hij wordt gesmoord. In jongemannen, die geen rituelen meer hebben om de overgang naar het man-zijn te markeren, die op steeds jongere leeftijd hun maagdelijkheid verliezen en steeds extremere initiaties van benden of studentenverenigingen ondergaan (het afgelopen decennium zijn minstens tien leden van studentenvereniging Sigma Alpha Epsilon bij een ontgroening omgekomen).² In schooljongens die niet de kans krijgen zich uit te leven, actief te leren of onstuimig te zijn, drukte maken, achter blijven en hun school voortijdig verlaten met een aandachtsspanne van nul komma nul.

In de hang naar risicovol gedrag die bevredigd moet worden door auto's aan gort te rijden, aan kliffen te hangen of affaires te hebben. In mannen die opgesloten zitten in hun werkkamer en pas tot leven komen wanneer ze klappen krijgen. In het verlangen ergens bij te horen, deel uit te maken van een stam, dat jongemannen ertoe aanzet zich achter bendes of is te scharen, oude mannen met een onbehandelde depressie opzadelt wanneer ze vanuit hun clan naar een verzorgingstehuis worden verdreven, en loyale werknemers het lijflied van de KPMG doet aanheffen.

In gefnuikte mannelijkheid waardoor sommige mannen 3.000 dollar overhebben om te leren zich tegoed te doen aan compensatieseks – en anderen de behoefte voelen iets te letterlijk hun mannelijkheid te tonen in de stroom aan *cock-shots* die op Tinder in omloop zijn. In libido's en verlangens die de strijd aangaan met monogamie en al te vaak leiden tot een scheiding. In zelfvernietigende zelfmedicatie door middel van drugs, alcohol, porno, overwerk en een nog onduidelijk aantal gevallen met een eetstoornis. In woedende ontledingen in massamoord – en in de woede tegen ingebeeld vijanden als vrouwen, minderheden en immigranten. In wapens.

Maar mochten we nog een bewijs van deze opverende Whack-a-Mole-mannelijkheid nodig hebben, dan kregen we dat aange-reikt in een interview voor de radio dat ik hield met een plastisch chirurg in de Londense Harley Street. Het zou een bijzonder in-dringend gesprek over mannen en plastische chirurgie moeten worden, en het leek de producent een leuk idee wanneer ik mezelf tijdens dat gesprek zou laten doorlichten. Terwijl ik mijn broek liet zakken en de dokter mij grondig onderzocht, merkte hij ter-loops iets heel bijzonders op. 'Het interessante is, dat het aantal penisvergrotingen na de financiële crisis van 2008 omhoog-schoot, omdat mannen zich heel, heel onzeker voelden.'

Mannelijkheid is dus een primaire, niet te onderdrukken kracht, die mannen tot het presidentschap, de gevangenis en zelfs tot pe-norurgie drijft. Wat moeten we met deze kennis?

Nou, als de mannen die 98 procent uitmaken van de selfmade miljardairs en 95 procent van de president-directeuren in de Fortune 500, of die alle Nobelprijzen van 2015 in de wacht sleepten op die voor literatuur na (en een kwart van de vredesprijzen), representatief zouden zijn voor de manier waarop deze mannelijke spirit wordt ingezet, hoeven we niet veel meer te doen. We zouden er zelfgenoegzaam op kunnen wijzen dat onze tijdloze competitieve en ‘doe’-instincten op verschillende manieren tot grootsheid leiden (en ondertussen onze oren sluiten als iemand het over ‘het glazen plafond’ heeft). Maar in dit tijdperk van extreme ongelijkheid zijn die paar mannen aan de top – 0,1 procent van het totaal, en behept met hun eigen neurosen – bijna een andere soort man dan de jongens die zich uit de naad werken om de eindjes aan elkaar te knopen en een enigszins fatsoenlijk bestaan proberen op te bouwen. Hoe dan ook, juist de domme variant van mannelijkheid lijkt in deze tijd alle ruimte te krijgen.

Voor veel mannen is de kruk een beetje wankel.

En dat is niet vreemd. Ons leven – en wat in onze hoofden zit – zou voor bijna al onze mannelijke voorouders volstrekt onherkenbaar zijn. De laatste twee generaties alleen al is vrijwel elk aspect van het leven radicaal veranderd – werk, relaties, seks, vaderschap, geloof, vrije tijd, de verhouding tot vrouwen, onze ideeën over wat we eigenlijk zouden moeten doen.

Het is niet alleen maar ellende voor de man, en we hoeven heus niet terug te verlangen naar de onwerkelijke hoogtijdagen van de tevreden, pijprokende man op slippers. Als vrijheid het boegbeeld is van de verlangens van mannen, dan kunnen we in sommige opzichten meer dan ooit de man worden die we willen zijn. Op het menu van de man van nu vind je: het participerende, liefhebbende en zeer dankbare vaderschap; vaders die thuisblijven; aangename relaties op basis van gelijkheid; het homohuwelijk en meer seksuele vrijheid; de mogelijkheid je gevoelens te uiten in plaats van op te kroppen. En minder kans dan ooit om naar het front te worden gestuurd.

Maar vrijheid is een schaars goed voor de forenzende man die

een van alle kanten beoordeeld onderdeelje is in een hermetisch afgesloten kantoor en nauwelijks tijd heeft om met zijn vrienden en familie om te gaan; voor de knul die tot de derde generatie werkloze mannen in zijn familie behoort en in de stilstaande file van de sociale mobiliteit staat; en voor de meer dan 800.000 zwarte mannen die op dit moment in een Amerikaanse gevangenis cel zitten.⁴ Om maar te zwijgen van de vele mannen onder ons die zich laten gijzelen door wat ze van zichzelf *zouden moeten*.

Vrijer, maar in sommige opzichten meer gevangen dan in menig tijdperk hiervoor. De vreemde, niet altijd verfrissende smaak van Man Zero.

Ergens goed voor

Goed voor de wankelende kruik – en alles wat ons steviger in onze schoenen doet staan, vooral nu de poot van het werk onvaster is dan ooit en we ons onverminderd laten afranselen door onze hoge verwachtingen. Naast de gebruikelijke steunpilaren – relaties, familie, vrienden, lichamelijke en geestelijke gezondheid, welstand, de buurt, westerse en oosterse geloofssystemen – zouden we er nog een poot aan moeten toevoegen: die van de mannelijkheid. Of, preciezer gezegd, die van de ‘Goede Mannelijkheid’.

Zelden staan we stil bij mannelijkheid: ze lijkt paradoxaal genoeg even alomtegenwoordig als onzichtbaar. Waarom zouden we tobben over mannelijke trekjes, wanneer mannen, als groep, nog steeds dominant zijn? Na eeuwenlang een begeerd goed te zijn geweest – een kwaliteit om te roemen wanneer je legers nodig hebt om oorlogen uit te vechten of kolonies wilt stichten – heeft mannelijkheid de geur van oubolligheid en overbodigheid gekregen; een obstakel voor vooruitgang dat je maar beter in de jaren zeventig kunt laten liggen. Die billenknijpende oom met bakkebaarden is wel de laatste aan wie je advies zou vragen over hoe je verder moet in de wereld van vandaag.

Ondertussen hebben we het zicht verloren op de natuurlijke,

blijvende kracht van mannelijkheid en hoe we die ten goede kunnen gebruiken. Denk aan die mannen met verlamme angsten die weer de deur uit durven gaan dankzij hun bokslessen. Of aan de teruggedrongen geweldsmisdrijven en recidive onder delinquente jongeren in Chicago toen die aan sport gingen doen. Aan de Britse jongemannen die met hun mentor de wildernis in gaan. Aan het onderzoek dat erop wijst dat mannen die twee keer per week hun vrienden ontmoeten, gezonder zijn en eerder van ziekte herstellen.⁵ Of aan de teruggelopen werkloosheid onder jongemannen, waardoor de vrede in Noord-Ierland zich kon stabiliseren.

Een positieve sturing van deze kracht is niet alleen goed voor ons, maar ook voor de mensen om ons heen. Een man die stevig in zijn schoenen staat, geen last van rusteloosheid, woede of frustraties heeft, is een betere echtgenoot, partner en vader. Een zelf-destructieve man daarentegen laat zijn directe omgeving – en de samenleving – met de gebakken peren zitten. Vanuit de goedheid en gulheid die volgens deskundigen de basis van een goede relatie zijn, zou een man gestimuleerd moeten worden om zijn goede mannelijkheid te uiten. Laat mannen man zijn. Als je daarbij hulp nodig hebt, stel je dan eens voor dat onder dat driedelige pak, die vochtinbrengende crème en die zwembandjes, het lichaam schuilgaat van een niet aangepaste jager op harige mammoeten (al kwam de oermens waarschijnlijk vaker thuis met verhalen dat het bijna raak was, en moest hij zich tevredenstellen met de vruchtjes en larven die zijn vrouw bij elkaar had gesprokkeld). Op dezelfde manier zouden mannen hun partners moeten steunen in wat hen sterker maakt, al moeten ze daarvoor bekend terrein verlaten en kunnen onze verlangens in deze convergente tijden overlappen.

Met andere woorden: we moeten onze goede masculiniteit een flinke work-out geven. Wat vroeger door onze levensstijl op natuurlijke wijze in vorm werd gehouden, is door de huidige manier van leven kwabbig geworden. Dit is geen oproep om terug te

gaan naar het stenen tijdperk – de redding ligt niet in de terugkeer naar de grot. Toch is het, terwijl we ons moderne leven leiden, goed om te beseffen waar we vandaan komen, hoe we de afgelopen 0,2 miljoen jaar hebben geleefd en zijn geconditioneerd, hoe het lichamelijk omhulsel waarin we lopen evolutionair gezien is ontstaan. Het is absurd om geen rekening te houden met deze factor in ons leven, want het blijft *een* factor. Eén van de poten onder de kruk, naast de andere – die iets toevoegt aan al het andere goede dat we sinds de oertijd hebben opgepikt.

We mogen mannelijkheid niet verwarren met machismo, of met het onderwerpen van anderen. Het is niet de bedoeling om van het leven één groot vrijgezellenfeest te maken. Er zijn slimme, moderne, verlichte manieren om van deze drijfveer gebruik te maken. Het verlangen om bij een stam te horen, zou bijvoorbeeld vorm kunnen krijgen door een flinke hoeveelheid ouderschapsverlof op te nemen of tijd met ouderen door te brengen. Er is niet één recept; de manier waarop je deze kracht kanaliseert, ligt per individu anders. Ik weet dat het bij mij heel anders ligt – en op minder grote hoogten – dan bij mijn broer.

Je voelt het meteen wanneer je in een flow zit met die goede masculiniteit, dat gevoel dat je leeft en alert bent, rechtstreeks op je doel afgaat. En je kunt het bij anderen zien – een man die lekker in zijn vel zit, heeft een aanstekelijke energie. Het tegendeel zie je ook, in menig kantoor of arbeidsbureau: de lusteloze bleekheid van mannen die niet doen wat hen drijft. Interessant genoeg zijn de meest passieloze mannen die ik ooit ontmoet heb, de bewaarders in een extreem beveiligde Amerikaanse gevangenis, die de taak hebben om erop toe te zien dat andere mannen van hun vrijheid worden beroofd.

De laatste tijd zou mijn mannelijke energie ongetwijfeld voor het verbeteringsgesticht in aanmerking komen. Het was voor mij een louterende ervaring om diepgaand onderzoek te doen naar wat een man stevig in zijn schoenen doet staan, maar mijn eigen kruk lijkt nu meer op een pogostick. *Kan beter*, luidt het oordeel op

bijna alle fronten (en het abnormale, eenzaam makende schrijven van dit boek heeft niet echt geholpen). Ik neem tenminste aan dat tot de fysieke tekenen van goede mannelijkheid niet het bijna onophoudelijke getintel in mijn linker onderarm hoort, na al die tijd als een opgezette aap voorovergebogen aan mijn computer te hebben gezeten, of die stijve rechterduim van het vele tinderen tijdens de schrijfpauzes (de eerste reumatische verschijnselen van het swipen?). Noch kon ik gisteren mijn voornemen om me te gaan settelen serieus nemen toen ik de hele avond probeerde te achterhalen of die ene sexy date misschien net iets te fascistisch was om mee door te gaan; dat ze een hek om Europa wilde zetten tegen moslims, voorspelde weinig goeds. Waarom trek ik zo vaak fascistien aan? Proberen ze me op te pakken?

Ik denk niet dat de motivatie- en gebitsgoeroe Tony Robbins aan het einde van zijn boeken ineens denkt: *shit, mijn leven is een puinhoop* (behalve als hij werkelijk van tevoren niet wist dat ‘*je invloed alleen maar wordt ingeperkt door je verbeelding en je inzet*’ – dat is dan 480 miljoen dollar, alstublieft). Eerder zou hij zijn lezers ter afronding nog een waarlijk nuttige checklist meegeven.

En strekken maar

We tellen tegenwoordig dagelijks onze calorieën. We houden bij hoeveel stappen we per dag zetten. Of we onze vijf dagelijkse porties groenten en fruit al hebben gehad. Maar we staan niet stil bij de vraag of we al iets hebben gedaan aan onze mannelijkheid. Die fundamentele, maar sterke kracht die we nauwelijks erkennen, maar die zulke grote gevolgen kan hebben, afhankelijk van de manier waarop ze wordt ingezet. Dit is een fantastische tijd om man te zijn; we leven in een wereld vol mogelijkheden, maar ook vol valkuilen waar mannen in kunnen verdwijnen. Mannelijkheid kan veel lol én hevige strijd opleveren. Al lijken we van buitenaf nog zo dominant – en sommige jongens doen het inderdaad best goed –, veel mannen gaan persoonlijk door een moei-

lijke tijd, en nog meer hebben het gevoel dat het beter met ze zou kunnen gaan. En zouden we er niet allemaal van opknappen als we steviger in onze schoenen stonden, of vaker het gevoel hadden dat we leefden?

Regeringen, bedrijven, scholen, de media kunnen meer doen om het leven van jongens en mannen te verbeteren: door de oorzaken aan te pakken waardoor velen in gevangenissen belanden, hun school niet afmaken of psychische problemen krijgen; door te zorgen voor een economische toekomst en sociale mobiliteit, ongeacht klasse of ras; door open kantoortuinen te verbieden; door vaders te helpen zo vaak als ze willen bij hun kinderen te zijn, en hen beter voor te bereiden op hun taak; door oude mensen weer een rol in ons leven te geven; door op te houden mannen als platte lomperiken af te schilderen en onze hoofden vol te plempen met onrealistische verwachtingen over relaties, romantiek en succes.

Als samenleving dienen we mannelijkheid – de juiste vorm van mannelijkheid – weer bon ton te maken. Ze werd gestimuleerd toen we nog oorlogen voerden; nu kunnen we haar koesteren en inzetten voor de gevechten aan het thuisfront.

Ook mannen zelf moeten hun verantwoordelijkheid nemen, door sterker en gelukkiger te worden – de beste versie van zichzelf. Met alles wat we weten over wat ons stevig en tevreden maakt, kunnen we onze eigen goede mannelijkheid bewust cultiveren. Door die te beschouwen als een vitale kracht die gevoed moet worden. Een spier die we moeten trainen.

Hoewel er talloze manieren en vormen zijn voor allerlei mannen om deze kracht te sturen, ben ik van mening dat er een paar gemene delers zijn. Dus zoals je wekelijks bijhoudt hoeveel je hebt gegeten en aan lichaamsbeweging hebt gedaan, gaan we voortaan na hoe vaak je aan je goede mannelijkheid hebt gewerkt. En hoeveel speren je daarmee hebt verdiend.

Wekelijkse speren (1 speer voor elke taak)

Wees productief

- Leer of vergroot een vaardigheid (die niets te maken heeft met je werk)
- Concentreer je volledig op een taak of hobby waarmee je iets bouwt, maakt of repareert

Wees je bewust van je lichaam, laat positieve agressie de vrije loop:

- Doe aan sport
- Leer een vechtkunst
- Doe aan yoga of meditatie
- Neem deel aan een beheerst risicovolle activiteit

Denk aan de rol van de mens in deze wereld:

- Hou je bezig met de natuur of ga het bos in (en kijk naar boven)
- Zorg voor een dier

Neem de tijd voor je roedel:

- Spreek af met een vriend
- Onderneem iets met meer dan vier vrienden samen, bedenken een gezamenlijke activiteit

Neem de tijd voor je ministam:

- Besteed tijd aan je kinderen of andere jonge familieleden
- Zorg dat ouderen zich erbij voelen horen
- Trek de stekker eruit en eet gezamenlijk

Maak deel uit van een groter stamverband, zoek verwante zielen:

- Ga naar een bijeenkomst of groep met gelijkgestemden (niet werkgerelateerd)
- Zing op die bijeenkomst
- Zet je in voor een zaak waarin je gelooft
- Wees iemands mentor of leraar

Bonussperen

- Uit je emoties, geef je angsten/kwetsbaarheden toe of vraag om hulp
- Schreeuw je haat eruit
- Bedrijf de liefde met een vrouw/partner die zich vrij voelt en voldaan in het leven
- Gebruik het moment van postcoïtale helderheid om eerlijk te zijn over je seksuele behoeften
- Stap op een meisje af dat je leuk vindt wanneer je nuchter bent (en single)

Strafsperen (- 1 speer per item)

- Naar porno kijken waarin eieren voorkomen
- Cornflakes eten
- Cornflakes met sojamelk eten
- Pijlinktvis of garnalen consumeren in een voetbalstadion
- Huilen op je werk

(Is zes speren per week te veel gevraagd?)

Mijn overgrootvader redde zijn hele familie door naar Engeland te emigreren, weg van de moordzuchtige opstandelingen die in het oude Russische Rijk huishielden. Mijn grootvader heeft in

het Britse leger gediend tijdens de Eerste Wereldoorlog. Mijn vader heeft de Duitse bomaanvallen in de Tweede Wereldoorlog overleefd en zware tegenslagen te verduren gekregen. De mannen in de generaties voor ons hebben gevechten op leven en dood gevoerd – en daarvoor medailles op hun borst gespeld gekregen – maar hoe kunnen wij ons bewijzen? Hoe kunnen wij – wat alle mannen willen – helden worden?

Oorlog is altijd de kortste weg naar heldendom geweest, naar dat gevoel van totale zingeving. Gelukkig worden de meesten van ons niet meer naar het front gestuurd, maar er zijn nog andere manieren om held te worden; de behoefte om heldenmoed te associëren met conflicten – teneinde legers op te richten en steun voor oorlogsinspanningen te werven – zou ons zelfs wel eens kunnen hebben afgeleid van de echte goede mannelijkheid. We worden dan wel niet meer zoals onze voorouders direct in ons bestaan bedreigd, er valt nog genoeg te vechten – tegen sociaal onrecht, of voor ons eigen rechtmatige stukje tevredenheid. En we kunnen alleen maar vechten tegen wat we voor ons hebben.

Heldendom kan ook dicht bij huis worden aangetroffen. In de dagelijkse daden van een vader, partner, vriend of werknemer, die een verschil maken voor de mensen om ons heen en de wereld misschien een heel klein beetje beter maken. Niemand zal óns een medaille op de borst spelden. Als beloning moeten we het doen met een dankbare glimlach, een moment dat ons energie geeft en doet leven – en het gevoel dat we trouw zijn aan de man in ons.

Noten

1. Huilende mannen op hun werk

1. <http://www.greatfalltribune.com/story/news/local/2014/11/02/abarr-proposes-inclusive-kkk-chapter-mt/18397651/>
2. <http://visual.ons.gov.uk/what-is-the-gender-pay-gap/>
3. <http://www.bbc.co.uk/news/business-32038561>
4. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/77428/1/WHO_RHR_12.41_eng.pdf
5. <http://www.theguardian.com/global-development/2014/sep/29/women-better-off-far-from-equal-men>
6. <http://thelawyerschronicle.com/perspectives-to-sex-discrimination-male-and-female-chauvinism/>
7. *Women in Public Life: Gender, Law and Policy in the Middle East and North Africa* (publicatie OECD, 2014)
8. <http://www.thenational.ae/uae/courts/court-rules-on-domestic-discipline>
9. Kimmel, Michael S., *The History of Men: Essays on the History of American and British Masculinities* (State University of New York Press, 2005)
10. <https://www.thecalmzone.net/help/get-help/suicide/>
11. <http://www.menshealthforum.org.uk/key-data-mental-health>
12. Starr, Sonja B., 'Estimating Gender Disparities in Federal Criminal Cases', University of Michigan Law and Economics Research Paper (29 augustus 2012), nr. 12-018
13. *Men and Masculinities Around the World*, red. Ruspini, Hearn, Pease en Pringle (Palgrave Macmillan, 2011), p. 161

14. <http://www.theatlantic.com/sexes/archive/2013/05/when-men-experience-sexism/276355/>
15. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3018605/>
16. <http://www.crisis.org.uk/pages/rough-sleeping.html>
17. <http://www.theguardian.com/society/2010/sep/05/men-victims-domestic-violence>
18. <http://www.theguardian.com/lifeandstyle/2008/aug/03/gender.healthandwellbeing>
19. <http://www.telegraph.co.uk/news/health/news/10978836/Number-of-women-travelling-to-America-to-choose-sex-of-child-rises-20.html>
20. <http://timesofindia.indiatimes.com/city/nagpur/Man-jailed-for-one-year-in-adultery-case/articleshow/18422997.cms>

2. Hoe ik man werd (op de parkeerplaats van een supermarkt)

1. <http://www.artofmanliness.com/2010/02/21/male-rites-of-passage-from-around-the-world/>, <http://www.ori.jinculture.com/community/masculinisation-dehumanization-sambia-tribepapua-guinea/>
2. Neusner, Jacob (red.), *World Religions in America (Fourth Edition): An Introduction* (Westminster John Knox Press, 2009), p. 16
3. Bly, Robert, *Iron John: A Book About Men* (Rider, 1990), p. 14
4. Met dank aan de gedachten van Astrid Blystad, hoogleraar aan de universiteit van Bergen
5. Arnold, John en Brady, Sean (red.), *What Is Masculinity?: Historical Dynamics from Antiquity to the Contemporary World* (Palgrave Macmillan, 2011), p. 251
6. Thamuku, Masego en Daniel, Marguerite, 'The use of rites of passage in strengthening the psychosocial wellbeing of

- orphaned children in Botswana', *African Journal of AIDS Research* (2012), 11:3, 215-224
7. Gerzon, Mark, *A Choice of Heroes: The Changing Face of American Manhood* (Houghton Mifflin, 1982), p. 173-179
 8. Met dank aan de bijdrage van Matthew Gutmann, hoogle-raar Antropologie aan Brown University
 9. <http://www.bjs.gov/content/pub/pdf/tjvfox2.pdf>
 10. <http://www.washingtontimes.com/news/2012/dec/25/fathersdisappear-from-households-across-america/?page=all>
 11. <http://www.theguardian.com/lifeandstyle/2014/jun/28/men-toring-is-what-young-men-crave-band-of-brothers>

3. Zelf Don Juan worden

1. Met dank aan Alex Mackintosh, Jo Scarratt, Nicholas Friend, Rachel Ramsey, RDF en FYI voor hun fijne bijdrage aan 'The Hunt for Real Men'
2. Stearns, Peter N., *Be a Man: Males in Modern Society* (Holmes and Meier, 1990), p. 59
3. Ibid., p. 60
4. <http://www.theguardian.com/world/2014/oct/30/libya-spiritual-leader-banned-uk-islamists>
5. <http://news.bbc.co.uk/1/mobile/uk/7695317.stm>
6. http://news.bbc.co.uk/1/mobile/uk_politics/7885918.stm
7. http://www.nytimes.com/2013/01/20/fashion/weddings/parental-involvement-can-help-in-choosing-marriage-partnersexperts-say.html?_r=0
8. <http://en.espn.co.uk/boxing/sport/story/265137.html>
9. <http://www.bbc.co.uk/news/uk-30119100>

4. In de mallemolen van het daten

1. <https://outofthiscentury.wordpress.com/2010/02/13/nineteenthcentury-courtship-advice/>
2. Harari, Yuval Noah, *Sapiens: A Brief History of Humankind* (Harvill Secker, 2014), p. 47
3. <http://freakonomics.com/2009/12/02/is-the-paradox-of-choice-not-so-paradoxical-after-all/>
4. http://en.wikipedia.org/wiki/Poker_probability
5. <https://ams.aaaa.org/eweb/upload/faqs/adexposures.pdf>
6. Epstein, Robert; Pandit, Mayuri; Thakar, Mansi: *Journal of Comparative Family Studies* (mei-juni 2013), deel 44, nr. 3
7. Interview met Brian J. Willoughby 30/12/2015
8. Stearns, op. cit., p. 210
9. Rotundo, E. Anthony, *American Manhood: Transformations in Masculinity from the Revolution to the Modern Era* (Basic Books, 1993), p. 100
10. Li, Norman P.; Yong, Jose C.; Tov, William; Sng, Oliver; Valentine, Katherine A.; Jiang, Yun F.; Balliet, Daniel: 'Mate preferences do predict attraction and choices in the early stages of mate selection', *Journal of Personality and Social Psychology* (2013), 105 (5), 757-776. Te vinden op: http://ink.library.smu.edu.sg/soss_research/1396
11. Diamond, Jared, *The Rise and Fall of the Third Chimpanzee* (Vintage, 1991), p. 87
12. Ibid., p. 84
13. Stearns, op. cit., p. 59-60
14. Ibid., p. 123
15. Siedel Canby, Henry, *The Age of Confidence: Life in the Nineties* (Farrar & Rinehart, 1934), p. 162
16. http://www.nytimes.com/2015/02/15/nyregion/yale-restricts-a-fraternity-after-sexual-misconduct.html?_r=0
17. Spiegelhalter, David, *Sex by Numbers: What Statistics Can Tell Us About Sexual Behaviour* (Profile Books, 2015), p. 27
18. <http://www.ucl.ac.uk/news/news-articles/1113/26112013>

Survey-examines-changes-in-sexual-behaviour-and-attitudes-in-Britain

19. <http://www.res.org.uk/details/mediabrief/4475541/SHORTAGE-OF-MEN-RAISES-BIRTHS-OUTSIDE-MARRIAGE-EVIDENCE-FROM-POST-WAR-GERMANY.html>
20. Bailey, Beth L., *From Front Porch to Back Seat: Courtship in Twentieth-Century America* (Johns Hopkins University Press, 1989)
21. http://www.huffingtonpost.com/lauren-kay/why-nyc-women-should-consider-flying-across-the-country-to-find-men_b_4894602.html
22. <http://visualizing.nyc/nyc-zip-codes-singles-map/>
23. <http://www.pewresearch.org/2009/10/15/the-states-of-marriage-and-divorce/>
24. Spiegelhalter, op. cit., p. 30
25. Diamond, op. cit., p. 66
26. Ibid., p. 64
27. http://www.natsal.ac.uk/media/2083/reference_tables_and_summary_report.pdf
28. Bly, op. cit., p. 252-253
29. Stearns, op. cit., p. 35-36
30. Ibid., p. 126
31. Kimmel, op. cit. (2005), p. 50
32. Rotundo, op. cit., p. 120
33. Collins, Marcus, *Modern Love: An Intimate History of Men and Women in Britain, 1900-2000* (Atlantic Books, 2003), p. 208
34. https://www.ted.com/talks/hannah_fry_the_mathematics_of_love/transcript?language=en
35. Kimmel, op. cit. (2005), p. 131

5. Relaties. Hou er over op!

Over de microseconde waarin de man eerlijk is

1. Ariely, Dan en Loewenstein, George, 'The Heat of the Moment: The Effect of Sexual Arousal on Sexual Decision Making', *Journal of Behavioral Decision Making* 19 (2006)

Man versus monogamie

1. Hibbert, Christopher, *The English, A Social History 1066-1945* (Paladin, 1988), p. 403-404
2. Ibid., p. 405
3. Bryson, Bill, *At Home: A Short History of Private Life* (geïllustreerde editie, Doubleday, 2013), p. 131
4. Diamond, op. cit., p. 80
5. Spiegelhalter, op. cit., p. 43
6. https://en.wikipedia.org/wiki/Academic_grading_in_the_United_States
7. <http://www.jewishencyclopedia.com/articles/10949-mono-gamy>
8. <https://www.psychologytoday.com/blog/darwin-eternity/201109/why-we-think-monogamy-is-normal>
9. Hibbert, op. cit., p. 400-401
10. http://www.grreporter.info/en/world_wedding_industry_has_reached_amount_300_billion/11050
11. <http://www.ibisworld.com/industry/default.aspx?indid=2008>
12. Een voorzichtige schatting, louter gebaseerd op de Amerikaanse 11 miljard dollar. http://www.nytimes.com/2013/05/05/fashion/weddings/how-americans-learned-to-love-diamonds.html?_r=1&
13. <http://www.nytimes.com/2014/02/01/your-money/with-engagement-rings-love-meets-budget.html>
14. Op basis van dezelfde gedachtegang, en een bedrag van 12 miljard in de vs. Zie Kolpas, Norman en Kolpas, Katie,

- Practically Useless Information on Weddings* (Thomas Nelson Publishers, 2005), p. 167
15. Afgeleid van het Amerikaanse bedrag van \$17 miljard.
<http://www.businessinsider.com/valentines-day-gifts-and-spending-facts-2014-2?IR=T>
 16. <http://jonathanwstokes.com/2015/04/18/are-romantic-comedies-profitable/>
 17. [https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_GDP_\(PPP\)](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_GDP_(PPP))
 18. <http://www.transparencymarketresearch.com/pressrelease/breakfast-cereals-industry.htm>
 19. Diamond, op. cit., p. 59 en 81
 20. <https://www.psychologytoday.com/blog/darwin-eternity/201109/why-we-think-monogamy-is-normal>
 21. Dixson, Alan F., *Primate Sexuality: Comparative Studies of the Prosimians, Monkeys, Apes, and Humans* OUP, 2013, p. 299
 22. <http://www.thestranger.com/seattle/SavageLove?oid=11412386>
 23. Diamond, op. cit., p. 62
 24. Rubin, Roger, 'Alternative Lifestyles Revisited, or What-ever Happened to Swingers, Group Marriages, and Communes?', *Journal of Family Issues* (september 2001), 22: 711-726
 25. Diamond, op. cit., p. 53
 26. Harari, op. cit., p. 42
 27. Diamond, op. cit., p. 18-19
 28. Harari, op. cit., p. 148
 29. © Self, Will, *Great Apes* (Bloomsbury Publishing Plc, 1997), p. xi-xii
 30. <http://www.healthdata.org/news-release/nearly-one-third-world's-population-obese-or-overweight-new-data-show>
 31. <http://www.spiegel.de/international/world/sex-and-power-powerful-men-have-an-overactive-libido-a-765316.html>
 32. <http://www.imdb.com/title/tt0063135/quotes>
 33. Diamond, op. cit., p. 63
 34. Arnold en Brady, op. cit., p. 417-418
 35. Ibid., p. 415-416

36. Spiegelhalter, op. cit., p. 259-260
37. <https://www.psychologytoday.com/articles/201206/promise-promiscuity>
38. <http://www.publications.parliament.uk/pa/ld199900/ldjudgmt/jd000727/smith-2.htm>
39. Collins, op. cit., p. 208
40. <http://lavistachurchofchrist.org/LVanswers/2013/01-28.html>
41. <http://www.philliphodson.co.uk>
42. <https://www.fbi.gov/about-us/cjis/ucr/crime-in-the-u.s/2010/crime-in-the-u.s.-2010/tables/10shrtbl10.xls>
43. http://news.bbc.co.uk/1/hi/wales/south_east/8248942.stm
44. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/4137506.stm>
45. http://www.jstor.org/stable/10.1086/504167?seq=1#page_scan_tab_contents
46. Diamond, op. cit., p. 73
47. <http://moreintelligentlife.com/content/issues-ideas/catherinenixey/whos-daddy>
48. Diamond, op. cit., p. 75-76
49. <http://www.bloomberg.com/news/articles/2013-07-02/cheating-wives-narrowed-infidelity-gap-over-two-decades>
50. <https://www.relate.org.uk/files/relate/separation-divorce-factsheet-jan2014.pdf>
51. Spiegelhalter, op. cit., p. 41
52. http://www.nytimes.com/2009/06/28/fashion/28marriage.html?pagewanted=all&_r=0
53. <http://www.economist.com/news/britain/21590905-new-study-points-curious-blend-attitudes-sex-love-cold-climate>
54. <http://www.telegraph.co.uk/women/sex/10857870/The-closer-the-couple-the-better-the-sex-Not-so.html>
55. Hibbert, op. cit., p. 386
56. <http://www.washingtonpost.com/blogs/she-the-people/wp/2014/10/08/till-death-do-us-part-no-way-gray-divorce-on-the-rise/>
57. *Economist* (30 mei 2015), p. 21

De ergste vorm van commitment, behalve voor anderen

1. http://www.health.harvard.edu/newsletter_article/marriage-and-mens-health
2. <http://www.feelguide.com/2013/04/29/75-years-in-the-making-harvard-just-released-its-epic-study-on-what-men-require-to-live-a-happy-life/>
3. Stearns, op. cit., p. 76
4. http://www.nytimes.com/2009/06/28/fashion/28marriage.html?pagewanted=all&_r=0
5. Stearns, op. cit., p. 216
6. <http://www.economist.com/news/britain/21590905-new-study-points-curious-blend-attitudes-sex-love-cold-climate>
7. Harari, op. cit., p. 46
8. <http://www.qxmagazine.com/feature/continuing-our-series-looking-at-gay-shame-sexuality-this-week-simon-marks-trainee-dramatherapist-and-lgbt-activist/>
9. <http://www.theatlantic.com/magazine/archive/2013/05/thanks-mom/309287/>

All you need is love (meer realisme, minder moralisme en misschien een pil)

1. <http://www.centreforsocialjustice.org.uk/UserStorage/pdf/Press%2oreleases%202013/CSJ-Press-Release-Lone-Parents.pdf>
2. http://www.slate.com/articles/double_x/doublex/2014/03/esther_perel_on_affairs_spouses_in_happy_marriages_-_cheat_and_americans_don.html
3. <http://www.telegraph.co.uk/men/relationships/11025820/Can-an-open-marriage-ever-work-in-the-real-world.html>
4. <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2014/12/22/less-than-half-of-u-s-kids-today-live-in-a-traditional-family/>
5. de Botton, Alain, *Religion for Atheists: A Non-believer's Guide to the Uses of Religion* (Penguin, 2012), p. 63-66

6. <http://www.theatlantic.com/health/archive/2014/06/happily-ever-after/372573/>
7. Met dank aan Charlotte de Botton voor haar wijze gedachten hierover
8. <http://www.reuters.com/article/2011/09/29/us-mexico-marriage-idUSTRE78S6TX20110929>
9. Hibbert, op. cit., p. 383
10. Stearns, op. cit., p. 92
11. Hibbert, op. cit., p. 390
12. <http://www.theatlantic.com/health/archive/2014/06/happily-ever-after/372573/>
13. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/sci/tech/3812483.stm>

7. Een slechte dag om out te gaan

1. Soames, Mary, *Clementine Churchill* (Doubleday, 2003)
2. <https://www.thecalmzone.net/about-calm/suicide-research-stats/>
3. http://www.cmha.ca/public_policy/men-and-mental-illness/#.VJQMCR3YNQ
4. <http://www.bcmj.org/articles/silent-epidemic-male-suicide>
5. http://www.cmha.ca/public_policy/men-and-mental-illness/#.VJQMCR3YNQ
6. <http://www.menshealthforum.org.uk/key-data-mental-health>
7. http://www.cmha.ca/public_policy/men-and-mental-illness/#.VJQMCR3YNQ
8. <http://www.mind.org.uk/media/273473/delivering-male.pdf>, p. 25
9. <http://www.menshealthforum.org.uk/key-data-mental-health>
10. Rotundo, op. cit., p. 292
11. <http://www.mind.org.uk/media/273473/delivering-male.pdf>, p. 45

12. Ibid., p. 103
13. <http://www.pandasfoundation.org.uk/help-and-information/pre-ante-and-postnatal-illnesses/dad's-and-depression.html#.VKQHMITFDJQ>
14. Reeves, A.; McKee, M.; Stuckler, D.: 'Economic suicides in the Great Recession in Europe and North America', *British Journal of Psychiatry* (september 2014), 205 (3): 246-247. doi: 10.1192/bjp.bp.114.144766
15. ONS
16. <http://www.mind.org.uk/media/273473/delivering-male.pdf>, p. 26
17. Rotundo, E. Anthony, *American Manhood: Transformations in Masculinity from the Revolution to the Modern Era* (Basic Books, 1993), p. 168
18. Rotundo, op. cit., p. 186
19. Kimmel, op. cit., p. 52
20. Ibid.
21. Rotundo, op. cit., p. 187
22. Kimmel, op. cit., p. 53
23. Ibid., p. 52
24. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3480686/>, en Gerzon, op. cit., p. 224
25. Harari, op. cit., p. 81
26. <http://www.oecd.org/health/uk-needs-to-tackle-high-cost-of-mental-ill-health.htm>
27. <http://strategy.mentalhealthcommission.ca/pdf/case-for-investment-en.pdf>
28. <http://www.nimh.nih.gov/about/director/2011/the-global-cost-of-mental-illness.shtml>
29. <http://www.oecdbetterlifeindex.org/blog/the-cost-of-mental-illness.htm>
30. <http://www.theguardian.com/healthcare-network/2014/sep/02/mental-health-low-priority-united-nations>
31. <https://www.cia.gov/library/publications/the-world-fact-book/fields/2012.html>

32. <http://www.theguardian.com/sustainable-business/mental-health-taboo-workplace-employers>
33. <http://www.acas.org.uk/index.aspx?articleid=4337>
34. <http://psychcentral.com/blog/archives/2013/10/02/need-help-for-depression-try-acupuncture-instead-of-counseling/en> <http://www.scientificamerican.com/article/can-acupuncture-treat-depression/>
35. Harari, op. cit., p. 391

8. Hoe was je dag, schat?

1. <http://www.bbc.co.uk/news/health-32069698>
2. James, Oliver, *Britain on the Couch: How Keeping up with the Joneses Has Depressed Us Since 1950* (Vermilion, 2010), p. 20
3. Kimmel, Michael, *Angry White Men: American Masculinity at the End of an Era* (Avalon, 2013), p. 180
4. Pejtersen, J.H.; Feveile, H.; Christensen, K.B.; Burr, H.: 'Sickness absence associated with shared and open-plan offices – a national cross-sectional questionnaire survey', *Scandinavian Journal of Work Environment and Health* (september 2011), 37(5):376-82. doi: 10.5271/sjweh.3167
5. <http://www.newyorker.com/business/currency/the-open-office-trap>
6. Kimmel, op. cit. (2013), p. 45
7. Stearns, op. cit., p. 163
8. Harari, op. cit., p. 48-51
9. Ibid., p. 49-50
10. Stearns, op. cit., p. 23
11. Kimmel, op. cit. (2005), p. 63
12. Stearns, op. cit., p. 85
13. <http://cambriawillnotyield.blogspot.co.uk/2006/11/welsh-coal-miners-prayer.html>
14. <http://www.theguardian.com/business/2001/dec/09/the-observer.observerbusiness14>

15. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/business/3549633.stm>
16. Stearns, op. cit., p. 97
17. <http://www.bls.gov/oes/current/oes339032.htm>
18. Bly, op. cit., p. ix
19. *Economist* (30 mei 2015), p. 21
20. Ibid., p. 19
21. Kimmel, op. cit. (2013), p. 209
22. <http://www.newyorker.com/business/currency/who-belongs-to-the-lower-middle-class-and-why-does-it-matter>
23. Kimmel, op. cit. (2013), p. 10-14
24. *Economist* (30 mei 2015), p. 20
25. Spiegelhalter, op. cit., p. 24
26. <http://www.mind.org.uk/news-campaigns/news/stressed-out-staff-feel-unsupported-at-work-says-mind/#.va-LAZHVAORZ>
27. <http://www.telegraph.co.uk/women/womens-business/11089789/FTSE-100-who-are-the-five-women-bosses.html>
28. *The Why Factor*, BBC World Service (22 mei 2015)
29. <http://www.forbes.com/sites/lesliebradshaw/2011/11/08/why-luck-has-nothing-to-do-with-it/>
30. <http://www.medicaldaily.com/how-stress-divides-sexes-why-do-men-withdraw-while-women-become-more-social-271488>
31. <http://www.pewresearch.org/2009/02/03/limbaugh-holds-onto-his-niche-conservative-men/>
32. Kimmel, op. cit. (2013), p. 109
33. Ibid., p. 201
34. Ibid., p. 73
35. http://www.huffingtonpost.com/michael-kimmel/the-unbearable-whiteness-_2_b_2350931.html
36. http://www.huffingtonpost.com/tio-hardiman/unemployment-and-violence_b_4751144.html
37. <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2013/08/21/through-good-times-and-bad-black-unemployment-is-consistently-double-that-of-whites/>

38. <http://www.theguardian.com/society/2014/jan/08/minority-ethnic-workers-more-often-unemployed>
39. National Health Service Mental Health: National Service Frameworks London: NHS p. 77, (1999)
40. <http://www.prisonreformtrust.org.uk/projectsresearch/race>
41. <http://www.usnews.com/news/articles/2013/06/12/gun-owners-still-overwhelmingly-white-males>
42. *Economist* (30 mei 2015), p. 20 – citaat uit Hanna Rosins *The End of Men*
43. <http://www.telegraph.co.uk/women/womens-business/11307493/Gender-pay-gap-closes-as-more-women-join-higher-rate-taxpayer-club.html>
44. <http://www.bbc.co.uk/news/education-30537561>
45. <http://www.bbc.co.uk/news/business-30112814>
46. <http://www.theatlantic.com/business/archive/2013/09/the-overhyped-rise-of-stay-at-home-dads/279279/>
47. Harari, op. cit., p. 393-394
48. Kimmel, op. cit. (2005), p. 29
49. Ibid., p. 31
50. Ibid., p. 32
51. <http://www.theguardian.com/tv-and-radio/2015/jul/02/the-island-bear-grylls-135000-applicants-channel-4>

9. Bevrijd ons van ons testosteron

Hup wie er wint!

1. Kimmel, op. cit. (2013), p. 221
2. Stearns, op. cit., p. 86
3. Nye, Robert A., *Masculinity and Male Codes of Honor in Modern France* (Oxford University Press, 1993), p. 185
4. Ibid., p. 201 en 211
5. Ibid., p. 177
6. Ibid., p. 216

7. <http://www.usnews.com/news/articles/2015/03/06/gang-violence-is-on-the-rise-even-as-overall-violence-declines>
8. <http://www.theguardian.com/society/2014/jul/02/domestic-violence-convictions-record-high>
9. <http://aic.gov.au/publications/current%20series/rip/21-40/rip29.html>
10. <http://www.independent.co.uk/news/uk/crime/record-numbers-of-women-held-for-violent-crimes-1882111.html>
11. <http://www.theguardian.com/society/2010/sep/05/men-victims-domestic-violence>
12. http://www.bbc.co.uk/news/uk-13661407?utm_source=Respect+List&utm_campaign=5573cofdcg-Email_update_25_May_2011&utm_medium=email
13. http://www.ons.gov.uk/ons/dcp171778_298904.pdf
14. Kimmel, op. cit. (2005), p. 77
15. <http://www.matrix.msu.edu/hst/hst324/media/muscular.pdf>
16. Ibid.
17. Rotundo, op. cit., p. 226
18. Kenway, Jane; Kraack, Anna; Hickey-Moody, Anna: *Masculinity Beyond the Metropolis* (Palgrave Macmillan, 2006), p. 178
19. Trimpop, R.M., *The Psychology of Risk Taking Behavior* (North-Holland Publishing, 1994), p. 219
20. <http://bigthink.com/videos/why-men-drive-fast-and-take-chances>
21. <http://www.apa.org/monitor/julaugo6/frisky.aspx>
22. <http://bigthink.com/videos/why-men-drive-fast-and-take-chances>
23. <https://www.psychologytoday.com/articles/200011/are-you-risk-taker>
24. Bly, op. cit., p. 182
25. <http://www.nydailynews.com/news/national/boy-7-suspended-throwing-imaginary-grenade-article-1.1256200>
26. <http://www.cbsnews.com/news/examiner-recommends-schoolboard-uphold-pop-tart-suspension/>

27. <http://www.manchestereveningnews.co.uk/news/altrin-cham-grammar-school-boys-pupil-7174142>
28. http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/+/http://www.culture.gov.uk/about_us/freedom_of_information/foi_requests/5523.aspx
29. <http://www.theguardian.com/world/2014/jan/08/research-american-children-exercise-obesity-health>
30. <https://www.nationaltrust.org.uk/document-1355766991839/>
31. Ibid.
32. Stearns, op. cit., p. 114
33. <http://www.medicalnewstoday.com/articles/279281.php>

Oorlog en tevreden

1. Winn, William E., 'Tom Brown's Schooldays and the Development of "Muscular Christianity"', *Church History* (CUP, maart 1960), deel 29, nr. 1, p. 64-73, <http://www.jstor.org/stable/3161617>
2. Rotundo, op. cit., p. 295
3. Kimmel, op. cit. (2005), p. 65
4. <https://www.nationalchurchillmuseum.org/churchill-in-world-war-i-and-aftermath.html>
5. <http://www.historyinanhour.com/2013/01/24/winston-churchill-world-war-one/#sthash.L05RJbdx.dpuf>
6. Broyles Jr, William, 'Why Men Love War', *Brothers In Arms* (Knopf, 1986)
7. Gerzon, op. cit., p. 32
8. Ibid., p. 53
9. <http://www.theguardian.com/film/2014/jul/17/why-so-obsessed-second-world-war-films>
10. <http://www.bbc.co.uk/news/uk-30850622>
11. <http://www.independent.co.uk/news/uk/politics/we-need-more-wars-head-of-controversial-private-outsourcing-firm-blames-lack-of-conflict-for-spectacular-collapse-in-army->

- recruitment-since-it-took-charge-8952799.html
12. <http://edition.cnn.com/2015/02/10/politics/isis-foreign-fighterscombat/>
 13. <http://www.theatlantic.com/international/archive/2015/03/isis-and-the-foreign-fighter-problem/387166/>
 14. Ibid.
 15. <http://www.telegraph.co.uk/news/uknews/terrorism-in-the-uk/11274764/Man-who-joined-Syrian-terrorist-training-camp-after-row-with-wife-is-jailed.html>
 16. <http://blogs.reuters.com/great-debate/2014/10/16/joining-islamic-state-is-about-sex-and-aggression-not-religion/>
 17. <http://www.npr.org/2015/06/21/416167159/for-a-british-man-fighting-isis-was-simply-the-right-thing-to-do>
 18. <http://www.independent.co.uk/news/world/middle-east/macer-gifford-british-man-joins-kurds-to-fight-isis-in-syria-10034768.html>
 19. <http://www.theguardian.com/world/2015/jun/11/macer-gifford-briton-fight-isis-shine-light-conflict>
 20. <http://www.bbc.co.uk/news/uk-23259865>,
<http://www.abc.net.au/news/2014-04-22/number-of-soldiers-committing-suicide-triples-afghan-combat-toll/5403122>
 21. <http://www.theguardian.com/world/2013/feb/01/us-military-suicide-epidemic-veteran>
 22. Met dank aan het geniale werk van Liam McArdle, Janet Lee en het team van The Culture Show in het maken van *Art for Heroes*
 23. Gerzon, op. cit., p. 36
 24. <http://www.bbc.co.uk/news/magazine-27067615>
 25. Nye, op. cit., p. 217-218
 26. Gebaseerd op de slordig bijgehouden lijst met Zwitserse films op Wikipedia – niet het nauwkeurigste getal in dit boek! https://en.wikipedia.org/wiki/Category:Swiss_films
 27. Gerzon, op. cit., p. 33

In goede banen leiden

1. http://www.eurekalert.org/pub_releases/2012-07/uoc-rtf071312.php
2. <http://www.spiegel.de/international/germany/the-twilight-of-the-civvies-germany-to-scale-back-mandatory-civilian-service-a-692751.html>
3. <http://www.jrf.org.uk/publications/poverty-and-wealth-across-britain-1968-2005>
4. Met dank voor de geniale bijdragen van Will Daws, Kate Townsend, Simon Brown, Fiona Cleary, Danny Collins, Jonathan Bell en Sam Anstiss aan *The Great Granny Chart Invasion*

Mannen onder elkaar

1. Caputo, Philip, *A Rumor of War* (Pimlico, 1977), p. xvii
2. Broyles Jr, William, 'Brothers In Arms' (Knopf, 1986)
3. *Science* (11 juni 2010) 1325, DOI:10.1126/science.328.5984.1325-c
4. Stearns, op. cit., p. 4
5. Hibbert, op. cit., p. 375
6. Kimmel, op. cit. (2013), p. 50
7. Rotundo, op. cit., p. 143
8. BBC oral history project, <http://www.bbc.co.uk/programmes/poon4j54>
9. http://www.aboutaberdeen.com/the_grill_bar_oldest_aberdeen_pub_union_street.php
10. http://www.iea.org.uk/sites/default/files/publications/files/Briefing_Closing%20time_web.pdf
11. <http://www.economist.com/news/christmas-specials/21636688though-thriving-parts-asia-golf-struggling-america-and-much-europe>
12. Kimmel, op. cit. (2013), p. 115

13. http://researchonline.gcu.ac.uk/portal/files/3068853/EMS-LIE_article.pdf
14. Ibid.

10. Getuige op een pornoset

1. Met dank aan Alex Mackintosh, Seth Goolnik, Sally Hewitt, Tom Fulford, Danny Collins, Sam Anstiss, Will Daws, Stuart Cabb en Plum Pictures voor geweldige bijdragen aan *Hardcore Profits*
2. Spiegelhalter, op. cit., p. 108, een citaat van de historicus Alan Hunt
3. Hibbert, op. cit., p. 406; en <https://theappendix.net/blog/2013/6/this-misterie-of-fucking-a-sex-manual-from-1680>
4. <http://youporn.com.hypestat.com>
5. <http://www.extremetech.com/computing/123929-just-how-big-are-porn-sites/2>
6. <http://www.alexa.com/siteinfo/youporn.com>
7. http://www.huffingtonpost.com/2013/05/03/internet-porn-stats_n_3187682.html
8. Gunelius, Susan, *Building Brand Value the Playboy Way* (Palgrave Macmillan, 2009), p. 77-78
9. <http://www.centercountyreport.com/assets/pdf/pennsylvania-center-for-the-first-amendment/vanderbilt09.pdf>
10. Arnold en Brady, op. cit., p. 211
11. Spiegelhalter, op. cit., p. 244
12. <http://www.theatlantic.com/politics/archive/2014/03/most-people-think-watching-porn-is-morally-wrong/284240/>
13. <http://www.theguardian.com/law/2015/mar/17/three-judges-removed-and-a-fourth-resigns-for-viewing-pornography-at-work>
14. Interessante gedachten en gevallen hierover zijn te vinden op: <http://barristerblogger.com/2015/03/18/were-the-three-porn-viewing-judges-rightly-sacked/>

15. <http://www.independent.co.uk/voices/a-chief-justice-got-away-with-murder-1169087.html>
16. *Nature Neuroscience* 7, 411-416 (2004), gepubliceerd online 7 maart 2004; doi: 10.1038/nn1208
17. <https://www.psychologytoday.com/blog/sex-dawn/201004/why-do-breasts-mesmerize>
18. Spiegelhalter, op. cit., p. 65
19. Ibid., p. 246 – de geciteerde analyse is van Jon Millward
20. Brundage, James A., 'Let me count the ways: canonists and theologians contemplate coital positions', *Journal of Medieval History* (juni 1984), deel 10, nr. 2, p. 81-93
21. <http://news.bbc.co.uk/1/hi/uk/7180401.stm>
22. <https://www.psychologytoday.com/blog/inside-porn-addiction/201112/is-porn-really-destroying-500000-marriages-annually>
23. Spiegelhalter, op. cit., p. 247-248
24. <http://www.bbc.co.uk/news/education-32115162>
25. <http://www.bbc.co.uk/newsbeat/article/32916056/porn-addiction-i-couldnt-focus-on-everyday-activities>
26. *Journal of the American Medical Association Pediatrics* 2014; 168 (1): 34-39, doi: 10.1001/jamapediatrics.2013.2915
27. <http://www.theguardian.com/culture/2015/mar/16/pornography-belongs-classroom-professor-denmark>

11. De afgunst van een atheïst

1. Harari, op. cit., p. 54 en 212-218
2. Greenstone, Gerry, 'The history of bloodletting', *BC Medical Journal*, (januari, februari 2010), deel 52, nr. 1
3. <http://www.history.com/news/a-brief-history-of-bloodletting>
4. <http://www.ioe.ac.uk/newsEvents/110639.html>
5. <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2015/05/06/5-facts-about-prayer/>
6. <https://www.psychologytoday.com/blog/the-secular->

- life/201409/why-are-women-more-religious-men
7. De theorie van professor Rodney Stark, <http://www.washington.edu/news/2002/12/18/why-are-men-less-religious-it-may-be-form-of-risk-taking-impulsivity-just-as-criminal-behavior-is/>
 8. http://www.huffingtonpost.com/richard-dawkins/why-there-almost-certainl_b_32164.html
 9. http://www.huffingtonpost.com/2011/01/15/british-study-links-sprea_n_809394.html
 10. Koenig, Harold G., 'Research on Religion, Spirituality and Mental Health: A Review', *Canadian Journal of Psychiatry* (2008)
 11. Collinge, William J., *Historical Dictionary of Catholicism* (Scarecrow Press, 2012), p. 102
 12. <http://www.provenmen.org/2014pornsurvey/pornography-use-and-addiction/>
 13. de Botton, op. cit., p. 71
 14. Ibid., p. 294
 15. <https://www.psychologytoday.com/blog/why-we-worry/201206/the-psychological-effects-tv-news>
 16. Shermer, Michael, *The Believing Brain: From Spiritual Faiths to Political Convictions – How We Construct Beliefs and Reinforce Them as Truths* (Hachette vk, 2012), p. 198-201. En <https://www.newscientist.com/article/dn7147-genes-contribute-to-religious-inclination/>
 17. Bukowski, Charles, *Women* (Virgin Books, 2009), p. 260
 18. <http://www.tabletmag.com/jewish-life-and-religion/162315/aphrodisiacs-valentines-day>
 19. Bly, op. cit., p. 252-253

12. Vaderschapstest

1. Howe, Tasha R., *Marriages and Families in the 21st Century: A Bioecological Approach* (John Wiley & Sons, 2011), p. 283

2. Kroeger, Mary, *Impact of Birthing Practices on Breastfeeding: Protecting the Mother and Baby Continuum* (Jones & Bartlett Learning, 2004), p. 53
3. Kimmel, op. cit. (2013), p. 140
4. <http://www.telegraph.co.uk/news/health/news/9668962/Fathers-to-be-to-join-partners-in-birthing-pools.html>
5. <http://www.catholicnewsagency.com/news/a-society-without-fathers-is-a-society-of-orphans-pope-francis-says-55843/>
6. Gebaseerd op een Franse studie: Rolland, M.; Le Moal, J.; Wagner, V.; Royère, D.; De Mouzon, J.: 'Decline in semen concentration and morphology in a sample of 26,609 men close to general population between 1989 and 2005 in France', *Human Reproduction* (4 december 2012), p. 462-470
7. Carlsen, E.; Giwercman, A.; Keiding, N.; Skakkebaek, N.E.: 'Evidence for decreasing quality of semen during past 50 years', *BMJ* (1992), 305: 609
8. <http://www.ewg.org/research/propyl-paraben>
9. Martinez, J. en Lewi, J.E., 'An unusual case of gynecomastia associated with soy product consumption', *Endocrine Practice* (mei-juni 2008), 14 (4): 415-418
10. Kim, Pilyoung en Swain, James E., 'Sad Dads: Paternal Postpartum Depression', *Psychiatry* (Edgmont, februari 2007) 4 (2): 35-47
11. Stearns, op. cit., p. 130
12. Cleves, Rachel Hope, 'Wayland, Francis (1796-1865)', in Fass, Paula S. (red.), *Encyclopedia of Children and Childhood in History and Society* (Macmillan, 2004)
13. Arnold en Brady, op. cit., p. 105-106
14. Hibbert, op. cit., p. 393
15. Stearns, op. cit., p. 58
16. Arnold en Brady, op. cit., p. 171
17. Stearns, op. cit., p. 206-207
18. Ibid., p. 172

19. Kimmel, op. cit. (2013), p. 142
20. <http://www.theguardian.com/lifeandstyle/2014/jun/15/fathers-spend-more-time-with-children-than-in-1970s>
21. <http://www.cdc.gov/nchs/data/nhsr/nhsr071.pdf>
22. <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2015/06/18/5-facts-about-todays-fathers/>
23. <http://www.cdc.gov/nchs/data/nhsr/nhsr071.pdf>
24. <http://www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/>
25. http://www.hmc.org.uk/wp-content/uploads/2013/11/In-sight_issue_4_Summer2015_2.pdf
26. Hibbert, op. cit., p. 392
27. <http://www.thelocal.se/20120611/41358>
28. <https://sweden.se/quickfact/parental-leave/>
29. <http://www.pewsocialtrends.org/2014/06/05/growing-number-of-dads-home-with-the-kids/>
30. <http://sowf.men-care.org>
31. *Economist* (30 mei 2015), p. 21
32. <http://www.pewsocialtrends.org/2009/10/01/the-harried-life-of-the-working-mother/>
33. <http://www.economist.com/news/united-states/21600998-after-falling-years-proportion-mums-who-stay-home-rising-return>
34. Kimmel, op. cit. (2013), p. 142
35. *New Yorker* (12 februari 2007)
36. Psycholoog dr. Michael Thompson, coauteur van *Raising Cain*, in *Men's Hour*, 31 juli 2011
37. <http://www.economist.com/blogs/economist-explains/2014/07/economist-explains-15>
38. http://sowf.s3.amazonaws.com/wp-content/uploads/2015/06/08181421/State-of-the-Worlds-Fathers_23June2015.pdf, en <http://www.economist.com/blogs/economist-explains/2015/05/economist-explains-18>
39. Ferrarini, T. & Norström, T. (2010), 'Family policy, econo-

- mic development and infant mortality: a longitudinal comparative analysis' *International Journal of Social Welfare* 19: s89-s102
40. http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_242615.pdf
 41. <http://www.theguardian.com/lifeandstyle/2013/nov/02/men-single-dad-father-surrogacy-adoption>
 42. http://www.nytimes.com/2013/02/24/business/fathers-seek-advertising-that-does-not-ridicule.html?_r=0
 43. <http://phys.org/news/2006-11-men-main-gender-wars.html>
 44. <http://www.her.ie/life/missing-milestones-survey-shows-many-fathers-are-missing-out-on-important-days-because-of-work-p pressures/145710>
 45. http://sowf.s3.amazonaws.com/wp-content/uploads/2015/06/08181421/State-of-the-Worlds-Fathers_23June2015.pdf
 46. Kraemer, S., 'The fragile male', *BMJ* (2000), 321: 1609-1612; en Ferrarini, T. en Norström, T., 'Family policy, economic development and infant mortality: a longitudinal comparative analysis', *International Journal of Social Welfare* (2010) 19: s89-s102
 47. <http://www.pewsocialtrends.org/2011/06/15/a-tale-of-two-fathers/> en <http://www.natcen.ac.uk/news-media/press-releases/2013/november/nine-in-ten-fathers-say-they-keep-in-touch-with-non-resident-children/>
 48. http://www.centreforsocialjustice.org.uk/UserStorage/pdf/Pdf%20reports/csj_Fractured_Families_Report_WEB_13.06.13.pdf
 49. Ratzinger, Joseph (paus Benedictus xvi), *The God of Jesus Christ: Meditations on the Triune God* (Ignatius Press, 2008), p. 29
 50. <https://www.psychologytoday.com/blog/wired-success/201106/the-decline-fatherhood-and-the-male-identity-crisis>

51. Kimmel, op. cit. (2013), p. 151
52. <http://www.pewsocialtrends.org/2011/06/15/a-tale-of-two-fathers/>
53. <http://www.telegraph.co.uk/men/relationships/fatherhood/11647915/Are-divorced-dads-really-treated-fairly-by-the-family-courts.html>
54. <http://www.sociology.ox.ac.uk/documents/events/Divorce-Conference2013/Papers/berman.pdf>
55. <http://www.theatlantic.com/magazine/archive/2000/05/the-war-against-boys/304659/>
56. <http://www.economist.com/news/international/21645759-boys-are-being-outclassed-girls-both-school-and-university-and-gap>
57. <https://www.timeshighereducation.co.uk/news/men-in-higher-education-the-numbers-dont-look-good-guys/2011807.article>
58. <http://www.government.se/contentassets/645dod1dac3f4c31ad80559a59305ba1/boys-and-school-a-background-paper-on-the-boy-crisis-sou-201053>
59. <http://www.government.se/contentassets/645dod1dac3f4c31ad80559a59305ba1/boys-and-school-a-background-paper-on-the-boy-crisis-sou-201053>
60. <http://www.hscic.gov.uk/catalogue/PUB16988/obes-phys-acti-diet-eng-2015.pdf>
61. <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1832542#joi140013t3>
62. <http://www.telegraph.co.uk/news/health/news/10978836/Number-of-women-travelling-to-America-to-choose-sex-of-child-rises-20.html>
63. <http://www.parentdish.com/2010/01/27/black-boys-less-likely-to-be-adopted-study-shows/>
64. <http://www.independent.co.uk/news/education/education-news/exclusive-treat-white-working-class-boys-like-ethnic-minority-willetts-tells-universities-8436087.html>
65. <http://www.scotsman.com/news/politics/top-stories/stur->

- geon-underlines-drive-for-holyrood-gender-balance-1-3910729#axzz3pDbIpl2L
66. Stearns, op. cit., p. 78
 67. <http://darkwing.uoregon.edu/~adoption/archive/SpencerPT.htm>
 68. Kimmel, op. cit. (2005), p. 97
 69. <http://www.economist.com/news/international/21645759-boys-are-being-outclassed-girls-both-school-and-university-and-gap>
 70. Ruspini, E.; Hearn, J; Pease, B; Pringle, K (red.): *Men and Masculinities Around the World: Transforming Men's Practices* (Palgrave Macmillan, 2011), p. 163-164
 71. Geïnterviewd in *Men's Hour*, 31 juli 2011
 72. http://www.edu.gov.on.ca/eng/curriculum/meread_and-how.pdf
 73. <http://www.theatlantic.com/sexes/archive/2013/06/stop-penalizing-boys-for-not-being-able-to-sit-still-at-school/276976/>
 74. <http://theritejourney.com/assets/Independence-Magazine-The-Rite-Journey1.pdf>
 75. <http://people.terry.uga.edu/cornwl/research/cmvp.gender-diffs.pdf>
 76. <https://www.nationaltrust.org.uk/document-1355766991839/>
 77. Blyton, Enid, *Five Fall into Adventure* (Hodder, heruitgegeven in 1997)
 78. <http://www.birminghampost.co.uk/news/local-news/police-arrest-detain-three-children-3981499>
 79. Adams, J., 'Risk and morality: three framing devices', in Ericson, R.V. en Doyle, A. (red.), *Risk and Morality* (University of Toronto Press, 2003)
 80. <http://www.theguardian.com/education/2008/aug/03/school.children>
 81. Faber Taylor, A. et al. (2001), 'Coping with ADD: The Surprising Connection to Green Play Settings', *Environment*

- and Behaviour* 33 (jan. 2001), p. 54-77, geciteerd in National Trust report
82. <http://bmjopen.bmj.com/content/3/5/e002646.full.pdf+html?sid=81b1351b-1ad6-4fca-a2e7-eea7cbf951be>
 83. http://www.thesundaytimes.co.uk/sto/news/uk_news/Education/article1461987.ece
 84. <http://www.economist.com/news/international/21645759-boys-are-being-outclassed-girls-both-school-and-university-and-gap>
 85. <http://www.telegraph.co.uk/news/uknews/5934226/Hunter-gatherer-brains-make-men-and-women-see-things-differently.html>
 86. Bly, op. cit., p. 199
 87. <http://www.washingtonpost.com/sf/national/2015/05/16/a-fathers-initiative/>
 88. <https://www.whitehouse.gov/administration/eop/ofbnp/policy/fatherhood>
 89. Stearns, op. cit., p. 19

13. Wij willen onze speer terug!

1. <http://www.theguardian.com/world/2011/may/15/arab-spring-tunisia-the-slap>; http://www.nytimes.com/2011/01/22/world/africa/22sidi.html?_r=0; <http://www.theguardian.com/world/2011/jan/20/tunisian-fruit-seller-mohammed-bouazizi>; <http://www.spiegel.de/international/world/the-fruits-of-mohamed-the-small-tunisian-town-that-sparked-the-arab-revolution-a-751278.html>; <http://www.worldaffairsjournal.org/blog/michael-j-totten/woman-who-blew-arab-world>
2. <http://time.com/16378/sigma-alpha-epsilon-frat-bans-initiations/>
3. *Economist* (30 mei 2015), p. 20

4. <http://www.bjs.gov/content/pub/pdf/pimogst.pdf>
5. <http://www.upi.com/blog/2013/10/21/Report-Men-need-to-see-their-friends-twice-a-week-for-health-reasons/5341382374912/>

Dankwoord

Ik ben diepe dankbaarheid verschuldigd aan heel veel vrouwen en enkele mannen.

Zonder de visie en begeleiding van mijn agenten zou ik nog steeds rondbazuinen dat ik ooit een boek ga schrijven. Ik ben dank verschuldigd aan Rowan Lawton, Rory Scarfe en Liane-Louise Smith van Furniss Lawton – en aan Holly Pye, Natalie Zietcer, Nicola Ibison, Amy Newman en alle anderen van het management van James Grant. Jullie zijn elke cent van die royale commissie waard.

Ik kan geen betere uitgever dan Century bedenken om mijn maagdelijkheid als schrijver te verliezen. Ben Dunn, Kate Raybould, Selina Walker, Roger Field, Najma Finlay, Pippa Wright, Lindsay Davies en Jason Smith zijn zacht maar meesterlijk geweest.

Ik dank Noreena Hertz en Janet Lee voor hun onschatbare wijsheid en aanmoediging. Voor het jarenlang academisch nadenken op hoog niveau over mannelijkheid, waar ik vervolgens gebruik van mocht maken, maak ik een diepe buiging voor het genie van Michael Kimmel en Tony Rotundo. Voor het begrijpen van – en opkomen voor – mannen toon ik hierbij mijn grote waardering voor Jude Kelly en haar team bij het Southbank Centre.

Gloria Abramoff, mijn creatieve partner bij Tonic, heeft me laten

zien hoe heerlijk het is om elke dag een vrouw in je leven (en in je zicht) te hebben. We hebben gewerkt met enkele geweldige producenten bij *Men's Hour*, die van onschatbare waarde zijn geweest voor de nieuwe manier waarop we over mannen wilden praten. Dank aan Jon Holmes, Richard Danbury, John Ryan, Peter Curran, Will Cantopher, Paul Waters, Philly Beaumont, dr. Mark Hamilton, Dave Cribb, Sam Gregory, Olive Aleakwe, Will Kisby, Phill Brown, Dom Wallace, Toby Bakare – en dank voor alle steun van Jonathan Wall, Richard Maddock, Paul Blakeley en Dan McEvoy van 5 Live.

Omdat ze me een ontsnappingsmogelijkheid aan de depressie van de schrijftafel boden, ben ik dankbaar voor de gastvrijheid van mijn Koerdische vrienden van My Village Café, Renzo's Cakehouse, het team van Kiddington en alle medewerkers van Casa Mesrie. Ik heb bewondering voor Tanya Chalkin, voor het nemen van een foto waar ik voor het eerst niet als een geschrokken aap op sta – en voor het eindeloze geduld dat Ross Bennet Smith met deze financiële onbenul heeft betoond.

Dank aan mijn vader Sefton, broer Mark, mijn huidige moederfiguur Ann en mijn hele familie – jullie grenzeloze vertrouwen en liefde zijn poten waar iedere kruk op hoopt. Aan mijn lieve vrienden – om jullie draait het allemaal. En dank aan de mislukte dates – sorry, maar het leverde goede verhalen op.

Eeuwig dankbaar ben ik de *moheel*, die een vaste hand hield toen ik voor het eerst mijn mannelijkheid voelde.

Over de auteur

Tim Samuels is een gelauwerd documentairemaker, televisieverslaggever en journalist. Hij heeft drie Royal Television Society-awards gewonnen en op het World Television Festival ontving hij de prijs voor beste documentaire.

Hij begon als trainee bij BBC News, werd onderzoeksjournalist in het buitenland voor *Newsnight*, waar hij werd uitgeroepen tot 'Young Journalist of the Year', en ging daarna documentaires maken.

Zijn films worden uitgezonden op BBC One en BBC Two. Op BBC Radio 5 Live presenteert hij *Men's Hour* – de mannelijke tegenhanger van *Woman's Hour* – en hij maakt met regelmaat programma's voor Radio 4.

Tim Samuels is geboren in Manchester en woont tegenwoordig als *soft southerner* in Londen.