

# HAROLDSTEVENS | DE LEEGTE VAN AUTONOMIE



Januari 2026 | Harold Stevens | Preventie

## DE LEEGTE VAN AUTONOMIE

Waarom de moderne mens te vrij is om vervuld te zijn

De moderne mens is vrijer dan ooit. Vrij om te kiezen wie hij wil zijn, wat hij gelooft, hoe hij leeft, wie hij liefheeft en waaraan hij betekenis toekent. Vrij van tradities, vrij van autoriteit, vrij van een opgelegd doel. Autonomie geldt als een van de grootste verworvenheden van onze tijd.

En toch, of misschien juist daarom, ervaren steeds meer mensen een hardnekkige leegte. Vaak midden in een leven dat er aan de buitenkant geslaagd uit ziet. De volgende vraag dringt zich dan op:

***Hoe kan het dat maximale vrijheid zo vaak samenvalt met innerlijke uitputting en zinloosheid?***

Misschien ligt het probleem niet in een tekort aan autonomie, maar in een misverstand over wat autonomie eigenlijk werkelijk is.

### **De vergeten afgeleide**

In de moderne beleving beschouwt de mens zichzelf als oorsprong:

“Ik bepaal wie ik ben.”

“Ik kies mijn waarden.”

“Ik geef zelf betekenis aan mijn bestaan.”

Die overtuiging lijkt bevrijdend, maar zij draagt een onzichtbare last. Want wie zichzelf tot oorsprong verklaart, moet ook alles zelf dragen: richting, betekenis, rechtvaardiging, identiteit. In het filosofische model dat ik in mijn boek [\*“De droom van Ha’adam”\*](#) ([\*Uitgeverij van Warven\*](#)) onderzoek, geïnspireerd door een alternatieve lezing van *Genesis (Beresjiet)*, het eerste boek uit de Hebreeuwse Bijbel, is de mens echter geen oorsprong, maar een afgeleide. Niet geschapen als geïsoleerd individu, maar voortgekomen uit een grotere eenheid: *Ha’adam*. De mens (Ish/man en Isha/vrouw) is daarin geen autonoom geheel, maar een deelbewustzijn binnen een groter veld van samenhang. De problemen ontstaan wanneer het deel (de mens) zichzelf loszingt van dat geheel (Ha’adam) — wanneer autonomie niet langer betekent *afstemming*, maar *afscheiding*.

### **Vrijheid zonder richting**

Keuzevrijheid veronderstelt richting. Zonder richting wordt het maken van een keuze lastig. De moderne mens kiest steeds meer, maar weet steeds minder waartoe. Niet omdat hij oppervlakkig is, maar omdat hij zichzelf ziet als de bron van betekenis. En een afgeleide kan geen betekenis scheppen — alleen ontvangen, dragen en belichamen. Zoals een cel in het menselijk lichaam geen doel kan bedenken, maar alleen haar functie kan vervullen. Op het moment dat zij zichzelf tot autonoom centrum verklaart, raakt zij ontregeld en verstoort zij de werkingen van het lichaam waar zij deel van is. Niet uit kwaadwillendheid, maar door ontkoppeling. De leegte die uit die ontkoppeling ontstaat is geen psychologisch defect, maar een diepe levensboodschap: *de resonantie met een groter geheel ontbreekt*.

### **Identiteit als project**

Wanneer autonomie wordt opgevat als zelf-oorsprong, verandert identiteit in iets wat voortdurend vormgegeven, bijgesteld en verdedigd moet worden. Het wordt als het ware een project:

“Wie ben ik?”

“Klopt dit nog?”

“Doe ik het goed?”

Deze vragen lijken onschuldig, maar worden uitpuittend wanneer er geen dragend of leidend kader meer is. De mens wordt tegelijk architect én fundament van zijn bestaan — een rol die niemand langdurig kan dragen.

In mijn boek verken ik de gedachte dat veel moderne vormen van lijden — burn-out, existentiële leegte, chronische onrust — niet voortkomen uit falen, maar uit **functionele frictie**: het leven schuurt wanneer het lokale bewustzijn (de mens) zich beweegt buiten de samenhang van het grotere geheel waarvan het deel uitmaakt. Dus niet als straf of oordeel, maar als logische correctie.

### **Leegte als signaal in plaats van als tekort**

Leegte wordt vaak gezien als iets wat moet worden opgevuld: met prikkels, consumeren, prestaties, relaties of zingevingstechnieken. Maar misschien vraagt leegte niet om vulling, maar om een **heroriëntatie**.

Dus niet de vraag:

*“Wat wil ik nog meer?”*

Maar:

*“Waar beweeg ik mij los, of wijk ik af, van wat mij eigenlijk draagt?”*

In dat licht is leegte geen falen van de mens, maar een uitnodiging tot opnieuw afstemmen. Tot het loslaten van de illusie dat wij alles zelf moeten bedenken, kiezen en legitimeren.

Het is geen toeval dat existentiële leegte zich vooral manifesteert in samenlevingen waarin het idee van een groter geheel is verdwenen. Geloof fungeerde eeuwenlang als ontlasting: het ontnam het individu de onmenselijke taak zichzelf tot oorsprong van betekenis te moeten maken. Zonder die bedding wordt vrijheid een last die ieder mens alleen moet dragen. De leegte die daaruit ontstaat is geen teken van tekort, maar het gevolg van overbelasting.

Dit vraagt om een herziening van autonomie zelf, om een andere verstaanwijze van vrijheid. Autonomie hoeft niet te betekenen dat de mens losstaat van alles, maar dat hij vrij is om zijn plaats in een groter geheel te belichamen. Zoals een cel niet minder vrij is omdat zij deel uitmaakt van een lichaam, maar juist daardoor kan leven. Wanneer autonomie opnieuw wordt begrepen als afstemming in plaats van afscheiding, verliest vrijheid haar leegte en krijgt zij richting die gedragen wordt van binnenuit.

## Tot slot

Dit essay is geen afgerond antwoord, maar een opening. Het is voortgekomen uit het onderzoek dat ik in mijn boek "De droom van Ha'adam" doe naar een andere kijk op oorsprong, bewustzijn en mens-zijn. Misschien is de vraag niet of wij vrij genoeg zijn, maar of wij nog weten waarvan wij vrij zijn — en waartoe.

Wie deze vraag durft te laten staan, zal beseffen dat leegte niet het einde is, maar een uitnodiging tot hernieuwde afstemming.



**AUTEUR HAROLD STEVENS | COLUMNS | 200825**

*Harold Stevens is ondernemer, auteur van het boek "[De droom van Ha'adam](#)", psychosociaal therapeut, trainer en coach voor de vitaliteit en het welzijn van mens en organisatie.*