

De orde voorbij

Jordan B. Peterson

# De orde voorbij

12 nieuwe regels voor het leven

Vertaald door Mario Molegraaf

2021 Prometheus Amsterdam

Aan mijn vrouw, Tammy Maureen Roberts Peterson, van wie ik al vijftig jaar erg houd, en die, in mijn ogen, in alle opzichten waanzinnig veel bewondering verdient.

Alle namen en herkenbare kenmerken zijn veranderd om de privacy van de betrokken personen te beschermen.

Oorspronkelijke titel *Beyond Order. 12 More Rules for Life*

© 2021 Jordan B. Peterson

© 2021 Nederlandse vertaling Uitgeverij Prometheus en Mario Molegraaf

Omslagontwerp Sander Patelski

Foto auteur Daniel Ehrenworth

Lithografie afbeeldingen BFC, Bert van der Horst, Amersfoort

Opmaak binnenwerk ZetSpiegel, Best

[www.uitgeverijprometheus.nl](http://www.uitgeverijprometheus.nl)

ISBN 978 90 446 4299 5

## INHOUD

Een opmerking van de auteur ten tijde van de pandemie	7
Ouverture	9
Regel I. Kraak niet achteloos sociale instituties of creatieve inzet af	23
Regel II. Stel je voor wie je zou kunnen zijn en streef daar dan standvastig naar	67
Regel III. Verberg ongewenste dingen niet in de mist	103
Regel IV. Besef dat kansen loeren waar verantwoordelijkheid is opgegeven	121
Regel V. Doe niet wat je verafschuwt	147
Regel VI. Laat ideologie varen	161
Regel VII. Werk zo hard je kunt aan minstens één ding en kijk wat er gebeurt	181
Regel VIII. Probeer één kamer in je huis zo mooi mogelijk te maken	197
Regel IX. Als oude herinneringen je nog steeds van streek maken, schrijf ze dan zorgvuldig en volledig op	223
Regel X. Maak vlijtig plannen om de romantiek in je relatie te bewaren	255

Regel xi. Sta jezelf niet toe rancuneus, leugenachtig of arrogant te worden	289
Regel xii. Wees dankbaar ondanks je lijden	337
Coda	355
Noten	361
Lijst van afbeeldingen	371
Personenregister	373

## EEN OPMERKING VAN DE AUTEUR TEN TIJDE VAN DE PANDEMIE

Het is een onthutsende taak een non-fictieboek te produceren tijdens de wereldwijde crisis die door de verspreiding van COVID-19 is veroorzaakt. Het lijkt, in zekere zin, absurd ook maar aan iets anders te denken dan die ziekte, in deze zware tijd. Maar alle ideeën uit enig werk van vandaag koppelen aan het bestaan van de pandemie – die ook weer voorbij zal gaan – lijkt een vergissing, aangezien de normale problemen van het leven op een gegeven moment (en gelukkig maar) weer voorop zullen staan. Dit alles houdt in dat een auteur van nu onvermijdelijk in de ene fout (zich te veel op de pandemie richten, waarvan de levensduur onzeker is, en zo een boek produceren dat onmiddellijk gedateerd is) of de andere zal vervallen (de pandemie negeren, wat zo'n beetje gelijkstaat aan geen rekening houden met de olifant in de kamer).

Na hierover te hebben nagedacht en de problemen ook met mijn uitgevers te hebben besproken, besloot ik *De orde voorbij. 12 nieuwe regels voor het leven* te schrijven volgens het enkele jaren geleden ervoor opgestelde plan en me te richten op het bespreken van kwesties die niet specifiek zijn voor de huidige tijd (dus de tweede fout in plaats van de eerste te riskeren). Ik denk dat het voor de mensen die ervoor hebben gekozen dit boek te lezen of naar de audioversie te luisteren wel

eens een opluchting kan zijn hun aandacht op iets anders te richten dan het coronavirus en de verwoesting die het heeft aangericht.

## OUVERTURE

Op 5 februari 2020 ontwaakte ik in een intensivereafdeling, nota bene in Moskou. Met banden van anderhalve meter was ik vastgemaakt aan mijn bed, omdat ik, al was ik bewusteloos, opgewonden genoeg was geweest om de katheters uit mijn arm te halen en de ic te verlaten. Ik was verward en gefrustreerd, omdat ik niet wist waar ik was, werd omringd door mensen die een vreemde taal spraken, en omdat mijn dochter Mikhaila en haar echtgenoot Andrey er niet waren. Die mochten alleen tijdens korte bezoeken komen en hadden geen toestemming bij me te zijn op het moment dat ik ontwaakte. Ik was ook boos dat ik daar was en viel uit naar mijn dochter toen zij een paar uur later wel op bezoek kwam. Ik voelde me verraden, al was dat zeer ver bezijden de waarheid. De mensen hadden heel ijverig op al mijn behoeften gelet, en dat na de gigantische logistiek die voortkomt uit medische hulp inroepen in een volkomen vreemd land. Ik heb geen enkele herinnering aan wat me is overkomen tijdens de vlak daaraan voorafgaande weken en vrijwel geen van tussen dat moment en mijn opname, half december, in een ziekenhuis in Toronto. Een van de weinige dingen die ik me wel kon herinneren was, als ik terugkeek op de eerste dagen van het jaar, de periode dat ik dit boek had geschreven.

Ik schreef een groot deel van *De orde voorbij* en redigeerde het vrij-



wel geheel in een tijd dat mijn familie werd geteisterd door opeenvolgende en overlappende periodes van ernstig aangetaste gezondheid, vaak aanleiding tot openbare discussie, en daarom is enige gedetailleerde uitleg nodig. Om te beginnen moest in januari 2019 Mikhaila op zoek naar een chirurg om een groot deel te vervangen van haar kunstkel, ongeveer tien jaar eerder aangebracht, omdat de eerste plaatsing nooit helemaal goed was geweest, wat haar flinke pijn bezorgde en problemen bij het bewegen, en ze later nauwelijks nog kon bewegen. Ik was een maand bij haar in een ziekenhuis in Zürich in Zwitserland, in de week van deze ingreep en de eerste periode van herstel.

Begin maart onderging mijn vrouw, Tammy, in Toronto een routineoperatie voor een veelvoorkomend en heel goed behandelbaar soort nierkanker. Anderhalve maand na die operatie, waarbij men een derde van het orgaan in kwestie weghaalde, kregen we te horen dat ze in feite aan een extreem zeldzame kanker leed met een sterftcijfer na één jaar van tegen de 100 procent.

Twee weken later verwijderden de chirurgen die haar behandelden de resterende twee derde van de aangetaste nier, plus een aanzienlijk deel van het ermee samenhangende lymfestelsel in de buik. Door de operatie kwam de opmars van de kanker kennelijk tot stilstand, maar er lekte vloeistof (tot wel 4 liter per dag) uit haar beschadigde lymfestelsel – een aandoening die chyleuze ascites heet en bijna even gevaarlijk was als de oorspronkelijke aandoening. We zochten een medisch team op in Philadelphia, waar binnen 96 uur na het injecteren van een kleurstof uit olie van papaverzaad, die diende om beelden van CAT of MRI-scans te versterken, het vloeistofverlies van Tammy volledig werd gestopt. Deze doorbraak kwam precies op de dag dat we dertig jaar waren getrouwd. Ze knapte snel en zo te zien helemaal op – een blijk dat we allemaal geluk nodig hebben en een blijk van haar eigen bewonderenswaardige kracht en weerstand.

Helaas stortte, toen dit alles gebeurde, mijn gezondheid in. Ik was begin 2017 een middel tegen angst in gaan nemen, nadat ik last had gekregen van wat een auto-immune reactie leek op iets wat ik in de kerstvakantie van 2016 had gegeten.\* Door de reactie op het voedsel werd ik voortdurend erg

---

\* De ziekte die de enkel van mijn dochter Mikhaila had verwoest, waardoor die moest worden vervangen, evenals haar heup, had ook te maken met haar

angstig. Ook kreeg ik het ijskoud, wat voor kleren ik ook droeg of met hoeveel dekens ik me ook bedekte. Verder werd mijn bloeddruk er zo laag door dat het me iedere keer duizelde wanneer ik probeerde te gaan staan en zes of meer keren op mijn hurken moest eer ik het nog eens probeerde. Ik kampte ook met slapeloosheid, die bijna volledig leek. Mijn huisdokter schreef een benzodiazepine voor en ook een slaapmiddel. Dat laatste nam ik slechts een handjevol keren in voor ik er helemaal mee stopte. De vreselijke symptomen die ik had, de slapeloosheid inclusief, verdwenen vrijwel direct en compleet door de behandeling met benzodiazepine, waardoor het slaapmiddel onnodig werd. Ik bleef de benzodiazepine bijna precies drie jaar gebruiken, omdat mijn leven onnatuurlijk gespannen leek in die tijd (de tijd dat mijn leven veranderde van het kalme bestaan van een docent aan de universiteit en clinicus tot de tumultueuze realiteit van een bekende figuur) en omdat ik geloofde dat dit middel – zoals men vaak over benzodiazepinen zegt – een betrekkelijk onschuldige stof was.

Maar dit veranderde in maart 2019, aan het begin van de medische strijd van mijn vrouw. Ik had gemerkt dat mijn angst aanzienlijk toenam na de eerder besproken ziekenhuisopname van Mikhaila, haar operatie en het herstel. Daarom vroeg ik mijn huisdokter mijn dosis benzodiazepine te verhogen, zodat ik niet bezig zou zijn of anderen bezig zou houden met mijn angst. Helaas bespeurde ik een duidelijke toename van negatieve emotie na de aanpassing. Ik vroeg de dosis nog eens te verhogen (inmiddels probeerden we om te gaan met de tweede operatie van Tammy en de complicaties daarvan, en ik schreef mijn nóg grotere angst aan dat probleem toe), maar mijn angst werd nog erger. Ik schreef dit alles niet toe aan een paradoxale reactie op de medicatie (wat later de diagnose was), maar aan het terugvallen van een neiging tot depressie die me jaren had geteisterd.\* In ieder geval hield ik in mei van dat jaar helemaal

---

immuunsysteem. Mijn vrouw had enkele symptomen van artritis die op de hare leken. Ik vermeld dit om enig licht te werpen op hoe de veronderstelling opkwam van een immuunreactie-programma en die een zekere zin had.

\* Ik had bijna twintig jaar serotonineheropnameremmers ingenomen zoals Celexa en had daarbij veel baat. Begin 2016 stopte ik ermee, omdat ze door een ingrijpende verandering van dieet niet meer nodig leken.

op met het gebruiken van benzodiazepine en probeerde in een week tijd twee doses ketamine, zoals een psychiater die ik had geraadpleegd voorstelde. Ketamine, een ongebruikelijk anesthetisch/psychedelisch middel, heeft soms overweldigende en plotselinge positieve effecten op depressie. Bij mij leidde het middel tot niets, behalve dan tot twee negentig minuten lange trips naar de hel. Ik had heel sterk het gevoel erg schuldig te zijn en me te moeten schamen, zonder iets te hebben gewonnen door mijn positieve ervaringen.

Een paar dagen na de tweede ervaring met ketamine begon ik met de gevolgen te kampen van acuut stoppen met benzodiazepine, werkelijk onduldbare gevolgen – veel meer angst dan ik ooit had ervaren, een onbeheersbare rusteloosheid en behoefte te bewegen (vroeger bekend als acathisie), overweldigende gedachten aan zelfvernietiging, en de volstrekte afwezigheid van ieder geluk. Een huisvriend – een arts – informeerde me over de gevaren van ineens stoppen met benzodiazepine. Daarom begon ik weer benzodiazepine te nemen – maar een kleinere dosis dan die waartoe ik eerder was opgeklommen. Vele, maar niet al mijn symptomen weken. Om de symptomen die bleven aan te pakken, begon ik ook een antidepressivum te nemen waarbij ik in het verleden veel baat had gehad. Maar de enige uitwerking ervan was dat ik zo uitgeput raakte dat ik vier of meer uur extra slaap per dag nodig had – wat niet handig was nu Tammy zulke grote gezondheidsproblemen had – en dat mijn eetlust twee of drie keer groter werd.

Na ongeveer drie maanden van vreselijke angst, onbeheersbare hypersonnie, hevig kwellende acathisie en buitensporige eetlust ging ik naar een Amerikaanse kliniek waar ze zeiden te zijn gespecialiseerd in snel stoppen met benzodiazepine. Ondanks de goede bedoelingen van veel van de psychiaters daar wist de kliniek slechts een langzaam staken of verminderen te bereiken van mijn dosis benzodiazepine, terwijl ik al last had van de negatieve gevolgen ervan, gevolgen die niet in enige significante mate werden beteugeld en ook niet konden worden beteugeld door de aangeboden interne behandeling.

Toch verbleef ik vanaf half augustus – slechts een paar dagen nadat Tammy was hersteld van de complicaties na de operatie – tot eind november in die kliniek, toen ging ik terug naar huis in Toronto, niet bepaald fit. Inmiddels was de acathisie (de kwaal van onbeheersbare

beweging waarnaar ik eerder verwees) zo erg geworden dat ik niet eens heel kort in enige houding kon zitten of rusten zonder hevige angst. In december werd ik opgenomen in een ziekenhuis in de buurt, en op dat punt eindigt mijn besef van gebeurtenissen voor ik in Moskou wakker werd. Naar ik later hoorde haalden Mikhaila en Andrey me begin januari 2020 uit het ziekenhuis in Toronto, in de veronderstelling dat mijn behandeling daar me meer kwaad dan goed deed (een mening waarmee ik volledig instemde toen ik erover hoorde).

De situatie waarin ik bleek te verkeren toen ik in Rusland weer tot bewustzijn kwam, werd gecompliceerd door het feit dat ik in Canada een dubbele longontsteking had opgelopen, al werd dat pas ontdekt en behandeld toen ik in Moskou op de intensive care lag. Maar ik was daar in de eerste plaats omdat men mij in de kliniek kon laten stoppen met benzodiazepine, met een methode die men in Noord-Amerika niet kende of te gevaarlijk vond. Omdat ik niet tegen enige vermindering in dosering kon – afgezien van de vermindering in het begin, maanden eerder – bracht de kliniek me in een medisch opgewekt coma zodat ik bewusteloos zou blijven in de tijd van de allergenste onthoudingssymptomen. Die therapie begon op 5 januari en duurde negen dagen, waarbij ik ook in een apparaat werd gelegd om mijn ademhaling mechanisch te reguleren. Op 14 januari werden de anesthesie en de beademing gestopt. Ik was een paar uur wakker, en maakte in die tijd aan Mikhaila duidelijk dat ik niet meer aan acathisie leed, al herinner ik me er niets van.

Op 23 januari werd ik overgeplaatst naar een andere intensive care, gespecialiseerd in neurologisch herstel. Ik kan me herinneren dat ik de 26ste, eventjes, wakker werd, tot ik weer verder bij bewustzijn kwam, zoals eerder gezegd, op 5 februari – in die tien dagen maakte ik een zeer hevig delirium door. Toen dat voorbij was, verhuisde ik naar een huiselijker revalidatiecentrum in de verre voorsteden van Moskou. Daar moest ik weer leren lopen, de trap op en af, mijn knooppjes vastmaken, op eigen kracht in bed gaan liggen, mijn handen in de juiste positie plaatsen op het toetsenbord van een computer en typen. Het leek of ik niet goed kon zien – preciezer gezegd: zien hoe ik mijn ledematen moest gebruiken in interactie met wat ik waarnam. Nadat de problemen bij waarnemen en coördineren een paar weken later grotendeels weg waren, gingen Mikhaila, Andrey, hun kind en ik naar Florida voor

naar we hoopten een vredige tijd van herstellen in de zon (zeer welkom na de koude grijsheid van Moskou in hartje winter). Dit was vlak voor wereldwijd onrust uitbrak over de COVID-19-pandemie.

In Florida probeerde ik van de door de kliniek in Moskou voorgeschreven medicijnen af te komen, hoewel mijn linkerhand en -voet nog steeds gevoelloos leken, deze twee ledematen en de spieren in mijn voorhoofd trilden, en ik verlammende angst had. Al deze symptomen verergerden duidelijk toen ik minder medicatie nam, tot ik zo'n twee maanden later het punt bereikte dat ik weer de doses nam die me in Rusland aanvankelijk waren voorgeschreven. Dit was een echte nederlaag: het proces minder te gebruiken was aangewakkerd door een optimisme dat nu was verbijzeld, en ook keerde ik terug naar een staat van medicijngebruik die ik tegen zo'n hoge prijs had trachten te elimineren. Er waren in deze tijd gelukkig familieleden en vrienden bij me, en hun gezelschap hielp me gemotiveerd te blijven terwijl de symptomen die ik had ondraaglijk werden, met name 's morgens.

Eind mei, drie maanden nadat ik uit Rusland was vertrokken, was duidelijk geworden dat ik achteruit, in plaats van vooruitgang, en op de mensen leunen van wie ik hield en die deze emotie beantwoordden was onhoudbaar én oneerlijk. Mikhaila en Andrey hadden contact gehad met een Servische kliniek waar ze een nieuwe benadering hanteerden voor het probleem van stoppen met benzodiazepine, en ze regelden dat ik daarheen zou gaan, slechts twee dagen nadat dit land weer open was na de sluiting wegens de pandemie.

Ik ga niet beweren dat de dingen die gebeurden met mijn vrouw, mij en de mensen die nauw bij haar verzorging waren betrokken, alles overwegende, een hoger doel hebben gediend. Wat haar overkwam, was werkelijk vreselijk. Ze kampte ruim een halfjaar elke twee à drie dagen met een zware en bijna fatale gezondheids crisis, en moest ook nog eens het hoofd bieden aan mijn ziekte en afwezigheid. Terwijl ik werd geteisterd door het waarschijnlijke verlies van iemand met wie ik vijftig jaar bevriend en dertig jaar getrouwd was, door het zien wat voor afschuwelijke gevolgen dat had voor haar andere familieleden, onder wie onze kinderen, en door de nare en gruwelijke gevolgen van een medicijnafhankelijkheid waarin ik ongewild was beland. Ik ga al die dingen niet bagatelliseren door te beweren dat we betere mensen wer-

den door dit door te maken. Maar ik kan wel zeggen dat zo dicht bij de dood staan mijn vrouw motiveerde om sneller en volhardender aandacht te besteden aan een aantal dingen die haar eigen spirituele en creatieve ontwikkeling betroffen dan ze anders had gedaan, en mij motiveerde in dit boek alleen de woorden op te schrijven of bij het redigeren te laten staan die hun betekenis ook behielden bij door extreem lijden bepaalde omstandigheden. Het is beslist aan familie en vrienden te danken (ze worden specifiek bij name genoemd in de Coda van dit boek) dat we nog leven, maar het is ook zo dat de zinvolle onderdompeling in wat ik schreef – dat ging heel de periode waarover ik vertelde door, alleen niet gedurende mijn bewusteloze maand in Rusland – me een reden gaf om te leven én een middel om de levensvatbaarheid te testen van de ideeën waarmee ik worstelde.

Ik geloof niet ooit te hebben beweerd – in mijn vorige boek niet en ook niet in dit boek – dat het *zonder meer* zou volstaan volgens de door mij gepresenteerde regels te leven. Ik denk – ik hoop – dit te hebben beweerd: wanneer je wordt bezocht door chaos en wordt opgeslokt, wanneer de natuur jou of iemand van wie je houdt vervloekt met ziekte, of wanneer tirannie iets waardevols wat je hebt opgebouwd verscheurt, is het heilzaam de rest van het verhaal te kennen. Al dat ongeluk is slechts de bittere helft van het verhaal van het bestaan, zonder dat je kijkt naar het heroïsche element van verlossing of het edele van de menselijke geest dat vereist dat je een zekere verantwoordelijkheid op je neemt. We negeren die aanvulling van het verhaal op eigen risico, want het leven is zo moeilijk dat dit heroïsche deel van het bestaan uit het oog verliezen ons alles kan kosten. We willen niet dat dit gebeurt. We moeten juist hart en geest hebben, en goed en juist naar de dingen kijken, en leven zoals we kunnen leven.

Je hebt bronnen van kracht waaruit je kunt putten, en ook al werken die misschien niet goed, het is misschien wel genoeg. Je hebt wat je kunt leren als je je fout kunt aanvaarden. Je hebt medicaties en ziekenhuizen, en ook artsen en verpleegkundigen die oprecht en dapper hun best doen je te verheffen en je door elke dag heen te helpen. En dan heb je je eigen karakter en moed, en als die helemaal tot pulp zijn geslagen en je op het punt staat de handdoek in de ring te gooien, heb je nog het karakter en de moed van die mensen om wie jij geeft en die om jou geven.

En misschien, heel misschien kom je er met al deze dingen doorheen. Ik kan je vertellen wat mij, tot nu toe, heeft gered: de liefde die ik heb voor mijn familie, de liefde die ze hebben voor mij, de aanmoediging die zij én mijn vrienden hebben gegeven, het feit dat ik nog zinvol werk had waarmee ik kon worstelen terwijl ik in de put zat. Ik moest mezelf dwingen om achter de computer te gaan zitten. Ik moest mezelf dwingen me te concentreren en te ademen, en niet te blijven zeggen en bedoelen ‘weg ermee’ tijdens de eindeloze maanden dat ik door angst en schrik was bezeten. En ik was er amper toe in staat. Meer dan de helft van de tijd geloofde ik dood te zullen gaan in een van de vele ziekenhuizen waarin ik verbleef. En ik geloof dat wanneer ik bijvoorbeeld ten prooi was gevallen aan wrok, ik eens en voor altijd zou zijn weggevaagd – en dat ik me gelukkig mag prijzen zo’n lot te hebben ontlopen.

Is het niet mogelijk (ook al komen we zo misschien niet altijd uit de vreselijke situatie waarin we onszelf bevinden) dat wij allemaal beter zouden kunnen omgaan met onzekerheid, de gruwelen van de natuur, de tirannie van de cultuur en de boosaardigheid van onszelf en anderen als wij betere en moediger mensen waren? Als we naar hogere waarden streefden? Als we waarachtiger zouden zijn? Zou de kans dan niet groter zijn dat de heilzame elementen van ervaring zich rond ons manifesteerden? Is het niet mogelijk, als je doelen maar edel genoeg waren, als je moed adequaat was, je je altijd op de waarheid richtte, dat het daarmee geproduceerde Goede ertoe zou leiden dat... tja, de gruwelen geen gelijk kregen? Dat klopt niet helemaal, maar het komt er wel dichtbij. Zo’n houding en optreden zouden ons in ieder geval voldoende zin geven om te verhinderen dat onze confrontatie met die gruwelen ons aantast en de omringende wereld verandert in iets wat al te zeer op de hel lijkt.

Waarom *Orde voorbij*? Het is in zekere zin simpel. Orde is verkend terrein. Wij zijn in orde wanneer de acties die we juist achten tot de resultaten leiden waarnaar we streven. We vinden zulke resultaten positief: ten eerste geven ze aan dat we dichterbij wat wij verlangen zijn gekomen en ten tweede dat onze theorie over hoe de wereld functioneert voldoende accuraat blijft. Toch hebben alle staten van orde, hoe veilig en gerieflijk ook, hun gebreken. Onze kennis van hoe in de wereld te handelen blijft eeuwig onvolledig – deels door onze diepe onwetendheid over het enorme onbekende, deels door onze bewuste blindheid,

en deels omdat de wereld, op haar entropische manier, zich onverwacht blijft transformeren. Bovendien kan de orde die we aan de wereld willen opleggen rigide worden ten gevolge van ondoordachte pogingen al het onbekende buiten beschouwing te laten. Wanneer zulke pogingen te ver gaan, dreigt totalitarisme, gedreven door het verlangen volledige controle uit te oefenen waar zulke controle onmogelijk is, ook in principe. Dit houdt in een gevaarlijke beperking riskeren van alle psychologische en sociale veranderingen die nodig zijn om aanpassing te handhaven aan de altijd veranderende wereld. En dus zitten we ontkoombaar vast aan de behoefte orde voorbij te gaan, richting het tegendeel: chaos.

Als er orde is waar we willen dat die zich bekendmaakt – wanneer we in overstemming handelen met onze moeizaam verworven wijsheid – is chaos waar wat we niet verwachten of waarvoor we blind zijn gebleven tevoorschijn springt vanuit het potentieel dat ons omringt. Het feit dat iets zich in het verleden dikwijls heeft voorgedaan is geen garantie dat het zich zal blijven voordoen, op dezelfde manier.<sup>1</sup> Er bestaat, eeuwig, een domein voorbij wat wij weten en kunnen voorspellen. Chaos is anomalie, het nieuwe, onvoorspelbaarheid, transformatie, ontwrichting en, maar al te vaak, afdaling, omdat wat we vanzelfsprekend zijn gaan vinden onbetrouwbaar blijkt. Soms manifesteert chaos zich op een vriendelijke manier, onthult zijn mysteriën in een ervaring die ons nieuwsgierig maakt, geboeid en geïnteresseerd. Dit is vooral waarschijnlijk, zij het niet onvermijdelijk, wanneer we vrijwillig benaderen wat we niet kennen, met zorgvuldige voorbereiding en discipline. Op andere momenten maakt het onverwachte zich op een verschrikkelijke wijze bekend, plotseling, bij toeval, dus raken we verloren en storten we in, en kunnen we ons slechts met grote moeite weer herstellen – of helemaal niet.

Op zichzelf geniet de staat van orde noch de staat van chaos de voorkeur. Dat is de verkeerde manier om ernaar te kijken. Toch richtte ik me, in mijn vorige boek, *12 regels voor het leven. Een remedie tegen chaos*, er vooral op hoe de gevolgen van te veel chaos kunnen worden bezworen.<sup>2</sup> We reageren op plotselinge en onvoorspelbare verandering door ons, fysiologisch en psychologisch, op het ergste voor te bereiden. En omdat alleen God Zelf weet wat dit ergste kan zijn, moeten we ons in



onze onwetendheid op alle eventualiteiten voorbereiden. En het probleem met die voortdurende voorbereiding is dat die ons, bij overmaat, uitput. Maar dat impliceert op geen enkele manier dat je chaos moet elimineren (wat trouwens onmogelijk is), hoewel je met wat onbekend is zorgvuldig moet omgaan, zoals in mijn vorige boek bij herhaling is benadrukt. Wat niet door het nieuwe wordt aangeraakt stagneert, en het is beslist zo dat een leven zonder nieuwsgierigheid – het instinct dat ons richting het onbekende duwt – een zeer verzwakte vorm van bestaan zou zijn. Wat nieuw is, is ook wat opwindend is, boeiend en uitdagend, aangenomen dat het tempo waarin het wordt geïntroduceerd niet op ontoelaatbare wijze onze staat van zijn ondermijnt en destabiliseert.

*Evenals 12 regels voor het leven* biedt dit boek een uitleg van regels die ontleend zijn aan een langere lijst van 42, in eerste instantie gepubliceerd en gepopulariseerd op de vraag-en-antwoordwebsite Quora. Anders dan mijn vorige boek is het overkoepelende thema van *De orde voorbij* hoe je op nuttige wijze de gevaren van te veel zekerheid en controle kunt vermijden. Omdat wat we begrijpen onvoldoende is (wat we ontdekken wanneer dingen die we willen controleren om ons heen toch misgaan), moeten we één voet binnen de orde houden terwijl we de andere voorzichtig erbuiten uitstrekken. Aldus hebben we de neiging te verkennen en de diepste betekenissen te ontdekken als we op de grens staan, veilig genoeg om onze angst in bedwang te houden, maar toch te leren, voortdurend te leren, omdat we onder ogen zien waarmee we nog geen vrede hebben gesloten of ons aan hebben aangepast. Door dit instinct van betekenis – iets wat veel dieper gaat dan louter idee – kunnen we ons goed oriënteren in het leven, zodat we niet worden overweldigd door wat ons te boven gaat of, even gevaarlijk, afgestompt en belemmerd worden door inmiddels gedateerde, te beperkte of te arrogant gepresenteerde systemen van waarde en geloof.

Waarover heb ik, meer specifiek gezien, geschreven? Regel I gaat over de relatie tussen stabiele, voorspelbare sociale structuren en individuele psychologische gezondheid, en wil ook duidelijk maken dat zulke structuren door creatieve mensen moeten worden aangepast om hun vitaliteit te behouden. Regel II analyseert een eeuwenoud alchemistisch beeld en leunt daarbij op diverse – oude en moderne – verhalen om de aard en ontwikkeling van de geïntegreerde menselijke per-

soonlijkheid te belichten. Regel III waarschuwt voor de gevaren van het vermijden van de informatie (essentieel voor de voortdurende verjonging van de psyche) aangegeven door het opkomen van negatieve emoties zoals pijn, onrust en angst.

Regel IV stelt dat de zin die mensen in moeilijke tijden overeind houdt niet zozeer te vinden is in geluk, dat voorbijgaat, maar in de bewuste aanpassing van gerijpte verantwoordelijkheid voor het zelf en anderen. Regel V gebruikt één voorbeeld, ontleend aan mijn ervaring als klinisch psycholoog, om de persoonlijke en sociale noodzaak te illustreren van rekening houden met de dictaten van het bewustzijn. Regel VI beschrijft het gevaar de oorzaak van complexe individuele en sociale problemen toe te schrijven aan één variabele, zoals seks, klasse of macht.

Regel VII vat de cruciale relatie samen tussen gedisciplineerd één kant op willen en het scheppen van het individuele karakter dat bij tegenslag veerkracht geeft. Regel VIII richt zich op het essentiële belang van esthetische ervaring als een gids voor wat waarachtig, goed en versterkend is in de menselijke ervaringswereld. Regel IX onderstreept dat ervaringen uit het verleden die bij het terugroepen beladen blijven met pijn en angst van hun gruwelijkheid kunnen worden ontdaan door vrijwillige verbale verkenning en heroverweging.

Regel X gaat over het belang van expliciet onderhandelen voor het behoud van de goede wil, wederzijdse achting en oprechte samenwerking, waar een echte romance absoluut niet zonder kan. Regel XI begint met het beschrijven van de menselijke ervaringswereld op een manier die verklaart wat drie gebruikelijke maar zeer gevaarlijke patronen van psychologische reactie motiveert, schetst de catastrofale gevolgen als je aan een van de drie of aan alle drie ten prooi valt, en geeft een alternatieve route aan. Regel XII benadrukt dat je dankbaarheid ondanks de onvermijdelijke tragedies van het leven moet zien als een primaire manifestatie van de bewonderenswaardige morele moed die nodig is om onze moeilijke mars bergopwaarts voort te zetten.\*

---

\* Het is misschien van enig belang op te merken dat dit boek en de voorganger ervan – al staan ze allebei op zichzelf – ook werden opgezet om, gemeenschappelijk, het evenwicht waarnaar ze beide streven weer te geven. Daarom kreeg (in de Engelstalige versies in ieder geval) het eerste boek een

Ik hoop dat ik wat wijzer ben bij mijn uitleg van deze tweede reeks van 12 regels dan vier jaar geleden, toen ik over het eerste dozijn schreef – zeker ook vanwege de informatieve feedback die ik kreeg toen ik probeerde mijn ideeën te formuleren voor mensen op heel de wereld, in persoon, op YouTube, en via mijn podcast en blog.\* Ik hoop daarom dat het me is gelukt een paar van de problemen op te helderen die misschien in mijn vorige boek niet helemaal optimaal waren ontwikkeld, en tegelijk met veel nieuws te komen. Ten slotte hoop ik dat mensen in het persoonlijke leven even veel baat hebben bij dit boek als ze blijkbaar bij de eerste reeks van 12 regels hebben gehad. Het is een bron van immense voldoening geweest dat zo veel mensen hebben gezegd kracht te hebben geput uit de ideeën en verhalen die ik heb mogen voortbrengen en delen.

---

witte band en het tweede een zwarte. Ze vormen een bij elkaar passende set, net als het taoïstische yin en yang.

\* Mijn YouTube-kanaal is te vinden op [www.youtube.com/user/JordanPetersonVideos](http://www.youtube.com/user/JordanPetersonVideos). Mijn podcast en blog zijn te bereiken via [jordanpeterson.com](http://jordanpeterson.com).