

De Deense hoogleraar Svend Brinkmann heeft een boek geschreven over de zelfhulpcultuur met als titel: 'Standvastig: Onder alle omstandigheden jezelf blijven'. In dagblad Trouw werd hij geïnterviewd en daaruit enkele citaten, die bepaald niet zweverig zijn. "Maar die zelfhulpboeken zijn wel een symptoom van een problematische cultuur waarin we proberen te overleven door onszelf op onszelf te richten. Maar de oplossing voor een gebrek aan betekenis in je leven vind je niet in jezelf – en al helemaal niet in een snel veranderende samenleving, waarin je wordt geacht voortdurend flexibel te zijn. Dat is gif voor onze mentale gezondheid." En "We zullen onszelf moeten heroriënteren op nieuwe bronnen die ons stabiliteit en betekenis geven in ons leven. Volgens mij vinden we stabiliteit door radicaal te breken met onze afhankelijkheid van ontwikkeling en therapie, en gewoon eens stil te staan. Betekenis vinden we juist buiten onszelf: in onze relaties met anderen en de gemeenschap waartoe we behoren. Mijn tegengif bestaat uit de suggestie dat het wellicht meer zin geeft om eens te reflecteren op de vraag hoe je een goed en fatsoenlijk mens kunt worden, toegewijd aan het welzijn van anderen en de wereld om je heen, dan om je te concentreren op je eigen persoonlijke ontwikkeling en succes."