

**H  
O  
N  
J  
Ö  
K**

HarperCollins is een imprint van Uitgeverij HarperCollins Holland, Amsterdam.

Copyright: © 2020 Francie Healey (deel 2, 3 en 4) en © 2020 Eddison Books Limited (deel 1)

Oorspronkelijke titel: *Honjok*

Copyright Nederlandse vertaling: © 2020 HarperCollins Holland

Vertaling: Albert Witteveen

Ontwerp binnenwerk: © Eddison Books Limited 2020

Omslagontwerp: Two Associates

Bewerking Nederlands binnenwerk en omslag: Pinta Grafische Producties

ISBN 978 94 027 0159 3

ISBN 978 94 027 5882 5 (e-book)

NUR 770

Eerste druk mei 2020

Originele uitgave verschenen bij Eddison Books Limited, London, Great Britain.

The right of Francie Healey to be identified as the author of this work has been asserted by her.

HarperCollins Holland is een divisie van Harlequin Enterprises ULC.

® en ™ zijn handelsmerken die eigendom zijn van en gebruikt worden door de eigenaar van het handelsmerk en/of de licentienemer. Handelsmerken met ® zijn geregistreerd bij het United States Patent & Trademark Office en/of in andere landen.

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

Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Het e-book is beveiligd met zichtbare en onzichtbare watermerken en mag niet worden gekopieerd en/of verspreid.

# H O N J Ö K

De Koreaanse  
kunst  
van het  
alleen leven

Francie Healey  
en Crystal Tai

Vertaling  
Albert Witteveen

HarperCollins

# INHOUD

## 1

### **Stammen van één 6**

Wie zijn de honjok van Zuid-Korea?

## 2

### **Een geesteshouding: eenzaam of alleen? 36**

Eenzaam of alleen? · Kijken naar eenzaamheid · Het label 'loner' · Alleen-zijn definiëren · Het spectrum van introversie naar extraversie · De behoefte erbij te horen

## 3

### **De kunst van gewaarzijn 78**

Denktijd · Ware zelf en onware zelf · Jezelf leren kennen · Opmerken hoe je je voelt · Een nieuwsgierige geest cultiveren · Je eigen verhaal schrijven · Gevoel van eigenwaarde opbouwen

## 4

### **Activiteiten alleen 120**

Tijd alleen omarmen · Zelfzorgrituelen creëren · Zelfreflectie en dagboek · Meditatie · Meditatieve beweging · Wandelen in de natuur · Je creatieve kant verkennen · Avontuur zoeken · Solo eten · Honjokleven

**Register 158**

**Verantwoording 160**

# STAMMEN VAN EEN

# WIE ZIJN DE HONJOK VAN ZUID-KOREA?

**In 2017 werd de term *honjok* (uitgesproken als honjuk) geïntroduceerd als de aanduiding van een nieuwe Zuid-Koreaanse subcultuur. Veel jonge Koreanen begonnen het woord te gebruiken als hashtag om zichzelf en hun activiteiten te omschrijven. Het woorddeel 'hon' staat voor *honja*, wat alleen betekent, en 'jok' betekent stam. Kortom, honjok betekent 'stam van één'.**

Hoewel er geen exacte sociologische definitie is voor de term of de groep die het begrip omschrijft, kiezen de honjoks er over het algemeen voor om activiteiten in hun eentje te doen en om ten volle te profiteren van hun onafhankelijkheid. Daarmee verwerpen ze de collectivistische Zuid-Koreaanse sociale normen die de behoeften en wensen van de gemeenschap boven die van het individu stellen. Ze verzetten zich tegen de druk om een traditionele atomaire familie-eenheid te vormen en zien dikwijls af van het huwelijk: ze kiezen ervoor om alleen en op hun eigen voorwaarden te wonen.

In een land waar het grootste deel van de oudere generatie jong getrouwd is en verwacht dat millennials dit voorbeeld zullen volgen zodat de familielijn wordt voortgezet, is met name dit aspect van honjok controversieel. Met slechts 95 geboren kinderen per iedere 100 vrouwen behoort het ge-

## *Stammen van één*

boortecijfer van de natie reeds tot de laagste ter wereld, en volgens sommige schattingen zullen de Zuid-Koreanen rond het jaar 2750 'door natuurlijke oorzaken uitsterven'.

En toch, terwijl de honjoks bewust besloten hebben om alleen te leven, alleen te eten (*honjok, honbap* betekent 'stam van één, maaltijd voor één') en het grootste deel van hun tijd van zelfstandige activiteiten genieten, is ook duidelijk dat hun beslissing voor een deel uit omstandigheden is voortgekomen.

De honjokbeweging ontstond in een tijd dat veel jonge Koreanen erg gefrustreerd waren. Jarenlang leed de bevolking onder een zwakke economie en waren de kansen op werk en sociale mobiliteit gering, waardoor de jongeren een buitengewoon somber toekomstbeeld hadden. Velen zagen geen andere uitweg dan een leven als honjok. Volgens gegevens uit april 2019 vormde het aantal eenpersoonshuishoudens in Seoul bijna een derde van alle huishoudens in de stad - 31,6 procent - en dat percentage zal alleen nog maar stijgen. Volgens Statistics Korea zullen in 2026 eenpersoonshuishoudens 36,3 procent van het totaal aantal huishoudens vormen, de grootste meerderheid van het land. Daarin staat Korea niet alleen. De Verenigde Staten tellen bijvoorbeeld meer eenpersoonshuishoudens dan ooit: 28 procent in 2018. In andere westerse landen, zoals Groot-Brittannië en Zweden, brengen meer en meer mensen veel tijd alleen door en wonen ze ook alleen. In 2017 vormden in Zweden 1,8 miljoen mensen, oftewel 39,2 procent van alle huishoudens en 17,8 procent van de bevolking, een eenpersoonshuishouden.

### **MODERN KOREA**

Vandaag de dag is het maar al te gemakkelijk om alleen de fenomenale en succesvolle opkomst van Korea's K-wave te zien, met K-pop, K-drama's, K-mode, K-beauty, die stuk voor stuk blijk geven van Korea's huidige status als culturele grootmacht en het stralende, gepolijste, splinternieuwe karakter ervan. Het is gemakkelijk om weg te kijken van de heftige en nog altijd behoorlijk rauwe geschiedenis die veel aspecten van het hedendaagse Korea heeft beïnvloed en die ten grondslag ligt aan de complexe problemen die de moderne samenleving tegenwerken.

Honderden jaren lang vormden Zuid- en Noord-Korea een verenigd soeverein rijk onder de Joseondynastie (1392-1910), waarin het in feite een vazalstaat was van China. In de vijftiende en de zestiende eeuw bloeide het koninkrijk op dankzij de ontwikkeling van eigen technologieën, kunst en cultuur. Het neoconfucianisme was de overheersende ideologie en de sociale klassen, uiteenlopend van de *yangban*, oftewel edelen, tot de *nobi*, oftewel horigen en slaven, waren strikt gescheiden.

In de negentiende eeuw werd Korea ook wel het 'kluizenaarsrijk' genoemd vanwege zijn geslotenheid tegenover het buitenland, nadat het te maken had gehad met een reeks invasies door Japan. In 1910 werd het land toch geannexeerd door zijn buurman, en de Japanse bezetting duurde tot 1945. In deze periode vervulden meer dan vijf miljoen Koreanen dwangarbeid voor de Japanners. Volgens sommige gegevens verloren 400.000 van hen daarbij het leven. In

## *Stammen van één*

diezelfde periode werden honderdduizenden vrouwen uit Korea en buurland China gedwongen tot seksuele slavernij als 'troostmeisjes' voor het Japanse leger, een kwestie die nog altijd omstreden is en een voortdurende bron van conflicten vormt tussen Japan en Korea.

De Koreaanse cultuur werd onderdrukt doordat het Japans de hoofdtaal werd die op veel terreinen van het leven verplicht was, waaronder de academische wereld. De industrie werd aangepast zodat Korea's grondstoffen volledig ten goede kwamen aan Japan. Deze periode van culturele onderdrukking eindigde met de overgave van Japan aan het einde van de Tweede Wereldoorlog in 1945. Korea werd ter hoogte van de achtendertigste breedtegraad opgesplitst: het noorden kwam onder toezicht te staan van de Sovjet-Unie, en het zuiden onder dat van de Verenigde Staten.

Tijdens de Koreaanse Oorlog, van 1950 tot 1953, vochten beide partijen om de controle over het hele grondge-

## D E E L É É N

bied, daarin gesteund door de grootmachten die toezicht hielden op beide regeringen. Er vielen meer dan 1,2 miljoen doden bij dit proces dat uiteindelijk eindigde in een patstelling. Het land is nog steeds verdeeld langs dezelfde grens als voorheen.

Tot op de dag van vandaag leven Koreaanse echtgenoten, ouders en kinderen, broers en zussen en andere leden van een familie aan weerszijden van deze grens, nog altijd gescheiden van elkaar. Hoewel er in de loop der jaren vooruitgang is geboekt en er gesprekken zijn geweest tussen de twee partijen, hangt nog altijd de dreiging van een nucleaire aanval door Noord-Korea boven het schiereiland.

Ondanks zijn tragische recente geschiedenis maakte Zuid-Korea in de jaren na de Koreaanse Oorlog een snelle economische groei door. Tussen 1980 en 1990 was de groei van het bruto nationaal product van Korea de hoogste ter wereld. In deze periode werd het land echter een autoritaire dictatuur met regeringsleiders als de voormalige president Park Chung-hee (1963-1979) en de militaire autocraat Chun Doo-hwan (1980-1988). Hun bewind ging gepaard met burgeropstanden, bloedige botsingen en hardhandig optreden, die het leven eisten van honderden demonstranten, zoals tijdens het Bloedbad van Gwanju in 1980. De laatste jaren zijn er ook in Zuid-Korea diverse heftige sociale en politieke protesten geweest.

De val van voormalig president Park Geun-hye eind 2016 schokte de natie. Deze dochter van de overleden dictator Park Chung-hee raakte verwickeld in een schandaal

## *Stammen van één*

over haar betrokkenheid bij een bizarre corruptie. Daarbij kwamen haar nauwe banden met een vermeende sekte aan het licht, evenals haar rol in de omkoping van enkele van Korea's machtige chaebol (door families gerunde concerns) en andere vormen van machtsmisbruik.

In datzelfde jaar werd in Gangnam, het commerciële district van Seoul, een jonge vrouw vermoord door een vreemdeling die bekende de daad te hebben gepleegd vanwege zijn haat jegens vrouwen. Deze gebeurtenissen, tezamen met de frustraties van de jonge generatie die moet vechten om zich staande te houden in de zeer competitieve samenleving van Zuid-Korea, vormen belangrijke katalysatoren voor trends als de honjokbeweging, die voortkomt uit groeiende ontevredenheid en existentiële onrust.

### **FRUSTRERENDE SOCIALE HIËRARCHIEËN**

Van Zuid-Korea wordt vaak gezegd dat het een neoconfucianse cultuur heeft die vergelijkbaar is met die van China, Japan en een groot deel van Oost-Azië. Neoconfucianisme is het resultaat van een poging om de rationele aspecten van het confucianisme met de minder religieuze en mystieke filosofieën van het taoïsme en het boeddhisme samen te voegen tot een samenhangende nieuwe denkrichting. Hoewel de naam nieuw klinkt, zo niet innovatief, is het neoconfucianisme in feite te herleiden tot de Chinese Tangdynastie van 618-907 n.Chr. Tijdens de Joseondynastie, die duurde van 1392 tot 1910, was het neoconfucianisme in Korea de staatsideologie en volgens die ideologie moesten ouderen

## D E E L É É N

met eerbied bejegend worden, terwijl van kinderen gehoorzaamheid werd geëist en er voor vrouwen weinig andere rollen overbleven dan een goede moeder en een goede echtgenote zijn.

Ook nu nog houden de Zuid-Koreanen op veel terreinen van hun samenleving vast aan een strikte sociale hiërarchie, zowel in de taal als in de dagelijkse interacties. Koreanen die in de jaren tachtig en negentig zijn opgegroeid, werden vaak onderworpen aan normen en waarden die in westerse ogen blijk geven van willekeur en soms ronduit schokkend zijn. Op basisscholen werden de leerlingen bijvoorbeeld opgesteld en genummerd naar hun lengte - met de langste scholier aan het ene eind en de kortste aan het andere. Lengte is nog altijd een heikel punt onder Koreanen, die sowieso veel waarde hechten aan uiterlijk. Hoe aantrekkelijker jonge Koreanen volgens de normen van de samenleving zijn, des te groter is hun sociale mobiliteit. Tot voor kort voegden de meeste sollicitanten steevast een foto bij hun cv. Natuurlijk weegt men de vaardigheden, maar het uiterlijk van een kandidaat heeft ook invloed op zijn kansen om te worden aangenomen.

Generatieslang kregen jonge Zuid-Koreanen te horen dat ze de 'Koreaanse droom' moesten nastreven, die niet verschilde van de American dream die in de Verenigde Staten tijdens het McCarthy-tijdperk van de jaren vijftig opkwam: studeer hard, haal je diploma, vind een baan, trouw, koop een huis, krijg kinderen... Veel, zo niet de meeste, Koreanen volgden dit pad. Gekleed in eendere zwarte pakken trokken

**Honjok nodigt ons uit  
om na te denken over wie we zijn  
buiten onze gevestigde sociale en  
culturele normen.**

## D E E L É É N

ze de 'echte wereld' in, waar bleek dat deze doelen vrijwel onbereikbaar waren. En de weinigen die daar wel in slaagden, ontdekten dat het succes anders was dan het leek.

Tegenwoordig zitten de meeste jonge Zuid-Koreanen tijdens hun tienertijd op de middelbare school en volgen ze als twintiger hoger onderwijs, waar ze een reeks certificaten en licenties halen waarmee ze een laagbetaald startersbaantje kunnen krijgen bij een Koreaans concern als LG, Hyundai en Samsung. Zo'n baan, hoewel saai en veel-eisend, wordt voorgesteld als de enige weg naar succes. En ondanks de lage salarissen liggen dergelijke banen ook niet voor het oprapen.

### **DE OPKOMST VAN HET KOREAANSE FEMINISME**

De opkomst van het Zuid-Koreaanse feminisme - en daaraan gekoppeld de opkomst van individualisme - is een andere belangrijke factor die de honjokcultuur heeft beïnvloed. In het bijzonder de Zuid-Koreaanse #NoMarriage-beweging heeft een stempel gedrukt. Steeds meer vrouwen kiezen voor een bestaan als single om hun gevoel van onafhankelijkheid en autonomie te behouden in een seksistische samenleving met verouderde maatschappelijke normen, waar nog steeds geldt dat vrouwen vooral geschikt zijn om moeder en huisvrouw te worden.

In een artikel in *Vice* van mei 2018 getiteld 'The death of romance and the rise of the "loner" in collectivist South Korea' stelt Michael Hurt, socioloog en hoogleraar aan de

## *Stammen van één*

universiteit van Seoul, dat vrouwen gedwongen worden om te kiezen tussen carrière of huwelijk. 'De traditionele manier van omgaan met vrouwen op de werkplek is: jij krijgt een baby, en je bent hierbij ontslagen,' aldus Hurt in het artikel.

Van oudsher wordt van getrouwde vrouwen verwacht dat ze plichtsgetrouwe en liefhebbende schoondochters zijn die koken, schoonmaken, het eten serveren en alle familieaangelegenheden organiseren. De student Kim Seo-Yeon zegt dat ze zelfs heeft gehoord van vrouwen die familiefeestdagen zoals Chuseok (Koreaans dankfeest) boycotten vanwege de vele klussen die ze naast hun gebruikelijke huishoudelijke taken en emotionele activiteiten geacht worden te vervullen. 'Ik las een artikel van een vrouw die weigerde om nog aan deze feesten deel te nemen. Om niet als slaaf behandeld te worden, is ze tien jaar niet op dit soort feesten verschenen.' Kim voegt eraan toe dat de familie uiteindelijk beseftte dat ze niet lui was, maar om gelijkheid vroeg. Sindsdien stelt de familie minder hoge eisen aan haar. 'Zuid-Korea heeft een ongekend snelle economische groei doorgemaakt... De economie en de materiële rijkdom ontwikkelden zich razendsnel, maar in psychologisch en cultureel opzicht zijn mensen hetzelfde gebleven,' stelt Kim. 'En dat uit zich in de verwachtingen die aan het huwelijk gekoppeld zijn.'

In 2010 meldde het nationale bureau voor statistiek van Zuid-Korea dat 64,7 procent van de vrouwen geloofde dat een huwelijk noodzakelijk was voor vrouwen. In 2018 onderschreef 48,1 procent deze stelling.