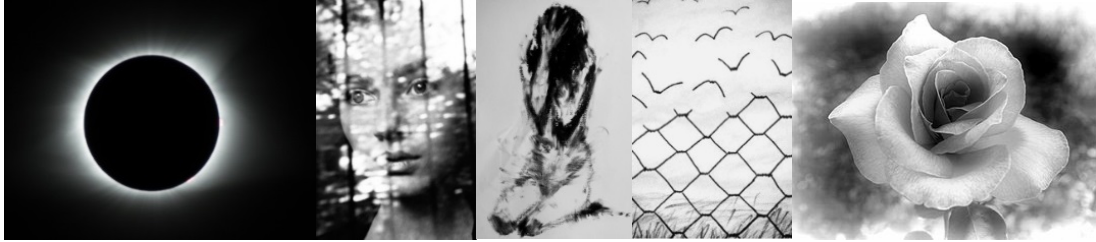


# De coronapandemie in retrospectief

*'Het leven kan alleen achterwaarts begrepen worden, maar moet voorwaarts worden geleefd.'* Søren Kierkegaard



Een essay over het indringende besef van onze angst en bestaansonzekerheid in de coronatijd, de vervreemding van onszelf en de illusie van onze afgescheidenheid. Maar ook de kans onze wereld opnieuw te creëren.

Peter van de Ven  
[www.wiewilzijn.nl](http://www.wiewilzijn.nl)

Mortuaria liggen overvol, crematoria draaien overuren. Voor het kerkhof staan files met lijkwagens. Legertrucks zijn ingezet om de berggraafplaatsen en de crematoria te ontlasten. Sirenes van ambulances en luidende kerkklokken voor de overledenen, zijn de doordringende geluiden die de stilte verstoren. Schokkende beelden, van stampvolle noodhospitals en wanhopig personeel, doen ons de afgrijselijke werkelijkheid realiseren. Er heerst angst, China is ver weg, maar Italië! Nederland vreest, dat een crisis die zijn weerga niet kent, hier ook toeslaat. Alsof we in een lange en zeer trage rampenfilm uit Hollywood zitten. Surrealisme als realiteit. We zijn in oorlog met het coronavirus. Europa stuurt haar leger naar het front. Veel landen gaan voor onbepaalde tijd op slot. De bevolking wordt toegesproken door regeringsleiders, staatshoofden en de paus. Onze koning verbindt en troost in een toespraak zijn landgenoten. Het coronavirus lijkt niet te stoppen, hopelijk het eenzaamheidsvirus wel. De overheid roept op tot social distancing. Anderhalve meter afstand houden, handen geven is uit den boze. Er is ergernis over het negeren van regels en er zijn vechtpartijen tussen jongeren. Beurzen knallen onderuit. Langzaam komt de wereld tot stilstand. Het openbare leven verlamt: scholen, winkels, restaurants en cafés, alles is gesloten. Evenementen zijn afgelast. Geen EK voetbal, songfestival en Olympische Spelen. De radio meldt dat de Europese Centrale Bank het zwaarste geschut ooit inzet: duizend miljard euro aan schulden van overheden en bedrijven opkopen. Een duizelingwekkend bedrag. Het is onwerkelijk stil. Donker, leeg, dood zijn de straten in de stad maar overal ligt de onzichtbare sluipmoordenaar van het besmettingsgevaar in de aanslag.

*‘Opa, was het echt zo erg?’* Onderbreekt Vivienne me. ‘Ja’, reageer ik met zachte stem, het was ongekend. Een onwerkelijke droom, een nachtmerrie waaruit ik niet ontwaakte.’ Ze schenkt thee in. Mijn kleindochter interviewt me voor haar afstudeerproject ‘World changing event that affected human behaviour’ voor haar opleiding psychologie. De Tweede Wereldoorlog was zo’n gebeurtenis met een periode van ongekende voorspoed die erop volgde. Zij koos voor de coronapandemie en wilde dolgraag mijn ervaringen horen. Ik voelde me als grootvader gevleid.

*‘Opa, ik wil alles weten over de impact van het coronavirus dat december 2019 in Wuhan, China uitbrak. Hoe heeft het jou en ook de wereld geraakt?’*

Ik word stil als de angstwekkende beelden, nu jaren na de pandemie, weer opkomen. Corona een krans van licht rond de zon tijdens een volledige zonsverduistering. Of een virus zo klein dat we het met een lichtmicroscop niet kunnen zien met zulke grote gevolgen. Aanvankelijk steunde ik op de illusie van mijn onkwetsbaarheid. Een mengeling van ontkenning, onwetendheid en naïviteit: Ik behoor niet tot de risicogroep. De weggevallen opdrachten als zelfstandige herstellen zich wel. Je bezorgde moeder confronteerde me met mijn ontkenning van de realiteit. ‘Pap, je hoort wel bij de risicogroep, je bent tweeënzestig met astma’, en ‘bedrijven investeren dit jaar niet meer in coaching of training.’ Mijn onrust groeide, inderdaad ik heb een longaandoening, mijn omzet verdampte en angst kwam dichterbij. Ik voelde dat het me dieper raakte dan dat ik wilde toegeven.

*'Het raakte niet alleen jou. kun je iets zeggen wat de impact van de pandemie was op de samenleving?'*

De maatschappelijke versnelling kwam tot stilstand. De economie van toen kenmerkte zich door consumptieve mateloosheid, presteren en morele onverschilligheid. We joegen comfort na, in een schijnwereld waarin alles maakbaar leek. Je droomleven op Instagram en je gezicht bij de botoxdokter. Er heerste een sterk taboe op het aan het licht brengen van de tekortkomingen, zwaktes en negatief gedrag van dierbaren. Kwetsbaarheid was een teken van zwakte. De mens was in zekere zin vervreemd geraakt van zichzelf. Maar door de crisis zijn we iets over onszelf te weten gekomen. Niet van de expert, wetenschapper, econoom of psycholoog, nee, dan leren we iets over hen en niet over onszelf. De crisis spoorde ons aan tot een zoektocht naar een eigen, passende levenshouding. Mensen op zoektocht vind ik interessanter dan mensen die menen het antwoord gevonden te hebben. Ik ben allergisch voor mensen met een kloppend wereldbeeld. Het idee van de volmaakte oplossing en harmonie had altijd al een sterke aantrekkingskracht op de mens. De wetenschap moest ons daarbij helpen. Prima, zoals wetenschap observeert, registreert en voorspellingen doet. De keerzijde is de waarheidsclaim van de cijfers. Er is maar een echte zekerheid: de onvoorspelbaarheid van het leven. Natuurlijk, de wetenschap heeft ons veel gebracht. We zijn op de maan geweest, hebben atomen gesplitst, antibiotica ontdekt en maken bouwwerken van duizend meter hoog. In algemene zin heerste er een rotsvast vertrouwen in die wetenschap. Met het gevaar dat we de verantwoordelijkheid voor ons leven te veel uitbesteden aan experts. We zijn dan afhankelijk van een hogere macht en hoeven zelf geen beslissingen te nemen. Die worden door anderen genomen. De virologen, epidemiologen en artsen hebben voor deze crisis wel een oplossing. China en Italië, dat soort scenario's zijn hier niet mogelijk. Analyses, statistische modellen en medische technologie beschermen ons wel. Mensen willen een wetenschap als instrument voor hun eigen gelijk. Het bleek valse zekerheid, de wetenschap had geen oplossing. Zij haalt een radio uit elkaar om daar de muziek te vinden. Ook zij is onwetend over het mysterie van het leven en rommelt eigenlijk maar wat aan. De goede bedoelingen ten spijt. Ons vermogen om de werkelijkheid te begrijpen schiet tekort. De werkelijkheid die er overigens al was voordat de wetenschap begon. Het coronavirus verspreidde zich in razend tempo. De wetenschap stond in het oerwoud en wist niet welke kant op te kappen. Bij de Wereldgezondheidsorganisatie struikelden de experts over de diversiteit aan 'voorspellende' modellen. De illusie 'van weten' werd ontmaskerd. Maar de mens wil perse dingen begrijpen, dat reduceert zijn angst. De statistieken in de nieuwsberichtgeving moesten ons geruststellen. De werkelijke risico's van het virus waren niet te vatten. Er is verschil tussen wetenschappelijk kennen en de werkelijkheidsbeleving. Een sterfte van één procent, een vorm van natuurlijke selectie, valt vanuit biologisch wetenschappelijk perspectief wel mee, maar het zal net je moeder zijn. Negenendertig graden koorts en negentig procent zuurstofsaturatie zijn louter getalwaarden. Maar een coronapatiënt overlijdt, een ander herstelt. Het illustreerde de machteloosheid van de God in de witte jas. Alsof ergens daarboven in de hemel tergend langzaam aan een bingomolentje wordt gedraaid. Af en toe valt er een balletje uit: weer

iemand overleden. De evolutie lijkt een louter blind proces met ons als imperfecte mutanten. We moesten onze menselijke kwetsbaarheid en onzekere toekomst toelaten. Vertrouwen op onze veerkracht. De betrokkenheid van het medische zorgpersoneel bracht gelukkig soelaas, hun passie raakten de harten van iedereen. De belangrijkste dingen in het leven bleken niet technologische wetenschappelijk, maar de momenten van geraakt worden door een ander: een liefdevol woord doet meer dan een stethoscoop.

*‘Opa, jij als psycholoog, filosoof met jaren levenservaring, kun je vertellen waardoor die nieuwe levenshouding in de samenleving ontstond?’*

Ik dacht na over de mogelijke zonkant van zo’n pandemie. Misschien komt er wel een noodzakelijke reset van ons economisch systeem. Ik zag dat in de samenleving gewoontes doorbroken werden en dat zich een nieuwe realiteit aandiende. Een drietal belangrijke veranderingen zag ik, waardoor de mens voorzichtig uit zijn eigen ‘coronaschaduw’ ging stappen. Ten eerste het indringende besef van zijn angst, kwetsbaarheid en de bestaansonzekerheid. Vervolgens een besef van de vervreemding van zichzelf en tot slot het besef van verbondenheid en dat afgescheidenheid een illusie is.

*‘Hoe speelde die angst in de coronacrisis?’*

Vòòr de pandemie heerste de opvatting dat psychische gezond niet samen ging met angst. Tijdens de crisis was er buitensporig veel angst voor het virus. Hebben we iets ingeademd, aangeraakt of verspreid dat ons of de ander fataal kan worden? Vanuit de biologie heeft angst een overlevingswaarde. Jouw psychologie Vivienne, ziet het als signaal van een innerlijk conflict dat bestreden moet worden. Angst heeft de eigenschap ondermijnend te worden naarmate we verdringen waar we bang voor zijn. Geen koning, premier of presentator had de moed om over onze angsten te beginnen. Filosofie ziet het als een mogelijkheid om jezelf te leren kennen. Angst als levensader om vooruit te komen in het leven moet niet onderdrukt worden. Normale levens stressoren, zoals rouw, verdriet, somberheid, onrust en angst werden als afwijkend beschouwd. Het paste niet in onze cultuur. We grepen, om niet naar binnen te hoeven kijken, liever naar onze smartphones. Voor relaties was corona een zware beproeving. Als je nooit met een wijntje, elkaars gevoelsleven hebt onderzocht maar als een economische eenheid hebt geleefd, gebeurt er wel wat. Mensen komen dichterbij elkaar of komen erachter dat ze veel verder van elkaar afstaan dan ze dachten. Als het stormt doen de zwakke plekken het meest zeer.

*‘Wat deed angst met jou persoonlijk opa?’*

Nou Vivienne, op moeilijke momenten riep een kuch, hoofdpijntje of wat kortademigheid ook bij mij angst op. Vage symptomen en ik dacht prompt, zou ik het hebben? Ik ontmoette de hypochonder in me. Aanvankelijk camoufleerde ik mijn bezorgdheid. Maar het waren geen tijden om gêne te voelen. Gelukkig deed ik mijn gevoel hierover. Het verdiepte de gesprekken met mijn dierbaren. Ik was bang dat de beschaving als een kaartenhuis in elkaar zou donderen, maar ook dat straks alles weer bij het oude zou blijven. Ik voelde verdriet om

wekenlang niet naar mijn eenennegentig jarige moeder te mogen. Het verzorgingshuis had haar toegangsdeuren gesloten. De kracht hoe zij met haar thuisquarantaine omging raakte me. Ze stond opgewekt in het leven en nam het zoals het zich aandeed. De stoïcijnen zeggen dat we niet angstig worden door de virusverspreiding, het aantal besmettingen of doden maar juist door onze gedachten hierover. (Doods)Angst wordt vaak weggestopt door het er niet over te hebben. Maar het probleem achter veel psychische klachten (besmettingsvrees, smetvrees, sociale angst, hypochondrie) is juist bestaansangst: de moeilijkheid om met de harde feiten van het leven om te gaan. De angst voor de eenzaamheid werd intens gevoeld. Een man met een zak cash geld om de dokter en verpleegsters over te halen bij hem te blijven, zo bang was hij om alleen te sterven. Geïsoleerd in een intensive care bed sterven, geen afscheid kunnen nemen van geliefden, was het schrikbeeld. Het crisisdraaiboek voor onmogelijke beslissingen lag klaar. Wordt het straks loten om een plekje op de ic? Artsen moesten keuzes maken wie bleef leven. Ondanks het duivelse dilemma, bleven ze vechten tot de laatste ademteug van iedere patiënt. De leegte sloeg toe, verlies van geliefden, verlies van baan, geen inkomen, verlies van perspectief, sommigen voelden de zin in het leven wegebben. De radicalisering nam toe, in tijden van onzekerheden willen bepaalde mensen duidelijke antwoorden. In deze omstandigheden waren alle reacties denkbaar: paniek, ongeloof, cynisme, woede, kilte en berusting. Je angstig, verdrietig en kwetsbaar voelen is klote, maar wel de voorwaarde voor alles wat mooi en waardevol is in het leven. Hoe wij omgaan met emoties ketent ons vast of bevrijdt ons. De angst recht in de ogen kijken is 't aller moeilijkst. De schoonheid van angst willen zien. Dat avontuur aangaan in plaats van het bestrijden of negeren. Emotioneel elkaar raken door openhartig te praten over onze angst. Hazes zong: 'Geef mij nu je angst, ik geef er de hoop voor terug.' Toen Ramses Shaffy te horen kreeg dat hij zou gaan sterven, zei hij: 'Wat interessant, dat heb ik nog nooit meegemaakt.' Dat is een houding die mij aanspreekt. Ons verzoenen met de tragiek van het leven. In onze angst te sterven wordt het verlangen om voluit te leven geboren. Het coronatijdperk leerde velen omgaan met de eindigheid der dingen. Een juiste levenshouding erkent bestaansonzekerheid. Soms regent het harder dan we aan kunnen. We hebben leren dansen in de regen in plaats van wachten tot de storm voorbij is.

*'Dus als je de dood in de ogen kijkt, denk je eigenlijk pas na over wat belangrijk is in je leven. Vertel eens opa over die vervreemding van onszelf.'*

Vaak was in mijn leven het dilemma: pas je aan en ben jezelf. Me aanpassen, ter wille van de harmonie, kreeg voorrang. Klassieke muziek, mijn partner hield er niet van, luisterde ik niet. Met vrienden- en familiebezoek, kledingkeuze en vrijetijdsbestedingen luisterde ik onvoldoende naar mezelf. Een proces waarin ik verwijderde van wat ik wilde. Positief ingesteld stopte ik de vervelende emoties weg en deed daardoor mezelf en de ander tekort. Rond mijn vijfenvijftigste kreeg ik longproblemen. Het fietstempo ging omlaag, de leeftijd dacht ik. Steeds wat zuurstof inleveren, uiteindelijk belandde ik in een intensive care ziekenhuisbed. Het geleidelijke verlies van conditie en levenskwaliteit had ik niet opgemerkt.

Het contact met mijn gevoel en lijf had ik verwaarloosd. In tijd van stress en onzekerheid hebben we veel behoefte aan aanraking. Het zorgt voor wederzijdse steun en troost. Vele mensen misten tijdens de coronacrisis het fysieke contact en de aanraking. Een handdruk of een omarming, maar precies dat mocht niet.

Ken uzelf, maar helaas zijn we vreemden voor onszelf. Innerlijke conflicten, zetten zich ongemerkt vast in het lichaam. Te vaak doen we een job waar we niet achter staan of blijven in energievretende relaties. Bij de vraag *hoe gaat het* is het standaard antwoord: 'goed.' De meest voorkomende leugen is de leugen waarmee we onszelf voorliegen. De wereld is vol met veilige schuilers en succesvolle vluchters. Onze innerlijke advocaat vindt altijd wel een manier om ons vrij te pleiten, geholpen door verdoving met pijnstillers, drugs, alcohol en comfortfood. De grote 'dik voor mekaar show'. Door onszelf geënceneerd om de vervreemding niet te voelen. De media, nieuws en reclame doen er een schep bovenop. Dagelijks worden we bestookt met beelden waarmee we ons onbewust identificeren: meer, mooier, beter en perfect. Fakebook! Onze twijfels, ik voldoe niet, of ik kan het niet, houden we angstvallig voor elkaar verborgen. De manipulerende beeldcultuur, met de focus op economische groei in plaats van welzijn, vergiftigt. Het virus van de negatieve energie besmet ook onze omgeving. De natuur verdort, net als toen Scar, de foute leeuw in de Lion King aan de macht was.

'Ikkigheid', eigen geluk en ons 'instagramgezicht' overheersten. De hemel is afgeschaft en daarom willen we hem hier. Alles moet leuk zijn in het leven. Maar wie heeft jou ooit beloofd dat het leven leuk is? Corona dwong velen tot huisarrest. Lummelen is gezonder dan je denkt: als je een volmaakt nutteloze middag kunt doorbrengen op een volmaakt nutteloze manier, heb je geleerd te leven. Misschien is verveling toestaan wel essentieel voor een gelukkig leven. De verveling als voorloper op het inzicht. Wanneer onze eigenheid in het gedrang komt, vertelt het gevoel feilloos op welke levensgebieden we het anders willen. Het gaat niet alleen om het morele kompas, maar wat goed is voor jezelf. Oog krijgen voor je imperfectie en dappere gesprekken daarover voeren. De ontmaskering van de vervreemding. Mensen stonden opvallend vaak en veel voor elkaar klaar in die anderhalve meter samenleving. Ze namen afstand van wie ze dachten te moeten zijn en kozen voor wie ze wilden zijn. De ziel hoeft geen publiek of applaus te hebben om te bestaan. Gewonigheid kreeg ruimte: wandelen samen, puzzelen of met de kinderen een bordspel doen. Met vrienden je kleine verdriet, of de lastigheden van het leven delen. Net als het coronavirus was deze bezieling besmettelijk, we stelden vragen aan elkaar, goede, echte vragen. Waarvan word ik blij? Wat voor partner, ouder wil ik zijn? We luisterden om elkaar te begrijpen in plaats van te antwoorden. Het bezielingsvirus deed zijn werk. 'De plek der moeite' werd gekoesterd. Negatieve emoties werden niet meteen weggestopt. Zelf ben ik er vriendschappen mee kwijtgeraakt, maar voelde blijheid in mezelf. De pianist van het levenslied speelt niet alleen op de witte toetsen. Wanneer we doen wat we niet willen en niet doen wat we wel willen, verkiezen we wanklank boven muziek.

*'Je had het over de illusie van de afgescheidenheid tijdens de pandemie. Opa, kun je eens uitleggen wat je daar eigenlijk precies mee bedoelt?'*

Vivienne, de gezondheid van onze planeet en onze innerlijke gezondheid zijn één. De wereld was in ongekend tempo geglobaliseerd door verstedelijking, internationale handel, internet en vliegwezen. Een onbegrensd netwerk waarin een plaatselijke gebeurtenis direct gevolgen heeft voor de hele wereld. De CO2 en fijnstof uitstoot trekt zich, net als het coronavirus, niets aan van de landsgrenzen. Satellietbeelden toonden, toen de wereld stilstond, een vermindering van luchtvervuiling. Wellicht, die statistiek weer, kwamen daardoor minder doden. Verbonden met elkaar door lucht, zee, onzekerheid en angst. Geen enkele staat, zelfs de machtigste, kan problemen op autonome wijze oplossen. Je verheven voelen creëert conflict en afscheiding. America first, die president was nodig om de eigen natie te confronteren met (zijn) kortzichtigheid. Onze verbondenheid en wederzijdse afhankelijkheid zien we in welzijn, gezondheidszorg, milieu en economie.

*'Opa voelde jij je altijd verbonden met je omgeving?'*

Verbinden was ook een issue in mijn leven. Soms voelde ik de eenzaamheid in mijn relaties omdat ik geen verbinding maakte. Ik voelde me niet begrepen, afgewezen en trok me terug. Liever, om in verbinding te blijven, had ik de moed getoond mijn gevoel erover te delen. Inmiddels zijn we 'hypersociaal' met smartphone en social media, maar meer contacten betekent niet met de ander ook verbinding voelen. De westerse wereld kenmerkte zich door een sterk individualisme. Een cultuur waarin de moraal was gereduceerd tot privé moraal en jezelf zijn tot het hoogste goed. Vastgoedeigenaren die de betalingsvoorwaarden voor de zwaar getroffen winkeliers en horecaondernemers strikt hanteren blijven uiteindelijk zitten met lege panden. Bij schaarste aan mondkapjes, beademingsapparatuur en coronatests dachten landen veelal eerst aan zichzelf. Andere stelden juist intensive care bedden beschikbaar voor hun buurlanden. De Europese Unie worstelde zwaar met de solidariteit. Je hebt elkaar werkelijk nodig om vooruit te komen.

*'Was er geen onrust voor een recessie of voor een nieuwe virusuitbraak?'*

Het was niet de vraag of er een pandemie zou komen maar wanneer. Stel dat vijfhonderd jaren geleden een dierlijk virus overspringt op een chinees. Alleen zijn vrouw, kinderen en wat dorpelingen zullen besmet raken. Nu stapt iemand in het vliegtuig en staat even later in een drukke wereldstad. Het is te eenvoudig gemaakt voor het virus om de mens te besmetten. De ontbossing verdrijft dieren naar aangrenzende dorpen en steden, drukke diermarkten, intensieve veeteelt, gestresste dieren in opgestapelde kooien. Het kan zo opnieuw gebeuren. Ik werd boos toen een thuiswerkende econoom, veilig achter haar megascherm, een economische recessie voorspelde. Gebaseerd op wetenschappelijk onderbouwde cijfers en statistiek. Een crisis, gelukkig maar, dacht ik cynisch, want continue groei van onze zeepbeconomie is onmogelijk. Er is niets dat alleen maar kan blijven groeien. Economische krimp is misschien juist noodzakelijk om een ziek financieel systeem te

herstellen. Met geld als het enige meetinstrument dat voor het leven belangrijk is. Het kapitaal en de macht gaan naar banken, beleggers en trustkantoren. Zij doen er niets anders mee dan nog meer geld maken. De coronastorm legt bloot wat wij het liefst verstoppen, en blaast het dunne laagje schmink van ons ego af. Vivienne, we werden niet wakker van de ongelijkheid in welvaart, grote inkomensverschillen of gemis aan rechtvaardigheid. We luisterden niet naar de schreeuw van de armen en van onze ernstig zieke planeet. Onverstoorbaar gingen we door en dachten gezond te blijven in een zieke wereld.

*‘Wat een immense impact had dat virus opa. Veel bange mensen in een zieke wereld, toch zag jij ook lichtpunten.’*

Ja, meisje die bril zet ik graag op. Ondanks de economische malaise in de anderhalve meter samenleving die volgde. Zij bracht werkloosheid, depressies, echtscheidingen en zelfdodingen. Toen de wereld langzaam herrees uit het corona-as ging het economische imperatief als vanouds werken. Smarthomes en robotisering vergemakkelijkte nog meer ons bestaan. Technologie, verdere digitalisering en kunstmatige intelligentie bestuurden ons leven. Weer ontsnapte het mysterie van het leven aan onze aandacht. Daar sloot ik mijn ogen niet voor. Ik was ongerust, verdrietig, wanhopig en boos. Maar ik voelde ook berusting. Ik wil de plek der moeite niet toedekken maar koesteren. Op een berg mediteren en me opperbest voelen is leuk. Maar ik wil de innerlijke rust ook voelen in de kassarij bij de supermarkt of voor een stoplicht. Zelfs een nieuwe mondiale crisis met een glimlach verwelkomen. De wereld dient zich nu eenmaal aan zoals die is. Ik geloof dat het altijd de best mogelijke wereld van het moment is. De natuur maakt geen fouten en bepaalt haar eigen tempo. Veel van wat er mis is, komt voort uit onze nalatigheid om in overeenstemming met de natuur te leven. We krijgen altijd de onbetaalde rekeningen vanuit het verleden maar willen de prijs niet betalen.

*‘Ik hoor veel inzichten opa, maar volgens mij verandert er weinig. Waardoor kwam dat?’*

Kijk Vivienne, er speelt zich een gevecht in mij af, een strijd tussen twee wolven. De ene is egoïstisch, hebzuchtig, jaloers, arrogant en laf. De andere is rustig, liefdevol, bescheiden, gul, eerlijk en betrouwbaar. Deze wolven vechten ook in jou en in ieder ander persoon. *‘En welke wolf zal winnen opa?’*, De wolf die jij voedt Vivienne, zal winnen. Maar er zal nog meer tijd nodig zijn om de goede wolf te voeden.

*‘Door een crisis gaan mensen over hun leven nadenken. Als jij op jouw leven terugkijkt opa, wat is dan volgens jou de zin ervan?’*

Zoals ziektes dat op genadeloze wijze kunnen doen, maakte ook het coronavirus in één klap iets duidelijk: wat werkelijk belangrijk is in ons leven. We waren dankbaar voor de kleine alledaagse dingen. De ontberingen lieten ook onze veerkracht zien. Zoals Camus het zegt: *‘Midden in de winter begreep ik eindelijk dat er in mij een onoverwinnelijke zomer huisde.’* Wijsheid komt pas als je afstand kunt nemen. Leven zie ik als een dans. Mijn oude lijf voelt nog steeds de energie van ritme en beweging. Mijn zintuigen zijn dan aangescherpt. Zodra ik



over de danspasjes nadenk, verdwijnt die energie. Zo kijk ik ook naar het leven. Ik wil niet met de landkaart bezig zijn, maar me verwonderen in het landschap. Vivienne, het antwoord op je vraag naar de zin van het leven is niet te vatten in woorden. Je zult nooit leven als je blijft zoeken naar de bedoeling van het leven. Loop even mee naar buiten. Kijk eens om je heen. Ervaar de veelheid aan kleuren, schaduwen, schitteringen, geuren, geluiden, de ruimte, de bries op je huid en de afwisselingen. Voor mij is dat de essentie van in leven zijn, zonder enige aanleiding. Aangeraakt worden door de verwondering van het leven. De energie die dat meebrengt zorgt ervoor dat ik het bed opmaken of de vaat doen ook leuk vind. Dan hoef ik niet meer te vragen naar een overkoepelende zin van het leven. Alsof wat het leven biedt niet genoeg is. Vivienne, weet je daarom hebben je ouders jou deze naam gegeven. Het betekent leven.

Straks ga jij aan de slag met je werkstuk over het ‘World changing event that affected human behaviour.’ Het virus was een gezonde correctie op een doorgesloten levensstijl. De pandemie die had aangegeven dat de grens bereikt was van individualisme, materialisme en verdeeldheid. De grens van het vervuilen van lucht, water, bodem en temperatuur. De crisis gaf hoop op een betere toekomst. Het vergt moed om je ego op te geven voor het belang van elkaar, de gemeenschap en aarde. Een kans om onze wereld opnieuw vorm te geven. Met een nieuw liefdesvirus dat krachtig en besmettelijker is dan haar coronazusje. Het liefdesvirus verspreidt zich door oogcontact, een glimlach, een luisterend oor, een aanraking en door liefdevolle aandacht voor elkaar. Als we bereid zijn ons strak geplande leven los te laten, kunnen we het leven verwelkomen dat op ons wacht. En die andere wereld is niet alleen mogelijk, op een rustige dag hoor ik haar ademen.



*Epiloog:*

*Je hebt net het essay gelezen over het indringende besef van onze bestaansonzekerheid in deze tijd.*

*De wereld wordt mooier als je geeft. Geef om jezelf, om anderen en om de wereld. Je ontving hierbij mijn gedachtegoed om jouw wereld in deze coronatijd iets mooier te maken.*

*Je kunt het essay nog een keer lezen (bij voorkeur een geprinte versie) vanuit een ander perspectief: wat zegt het essay jou en wat zegt het over je relatie met de ander? Probeer het maar eens...*

*Prachtige woorden zeggen pas wat als er iets uit voortvloeit...  
Als je wilt, kun je het essay als cadeau naar drie (of meer) mensen doorsturen.  
De ontvangers kunnen, op hun beurt, hetzelfde doen...*

*'A world changing initiative that will affect human behavior.'  
Misschien wel een sociaal psychologisch experiment.  
Doe je mee?*

*Dank namens Vivienne,  
Kleindochter van de auteur  
Peter van de Ven  
[www.wiewilikzijn.nl](http://www.wiewilikzijn.nl)*

