

“Liefde toont zich in de lastigheid”

“Welk artikel/boek haal je nu uit de kast om er steun, troost en bemoediging uit te putten?” Over het antwoord op die vraag, hoefde ik niet lang na te denken. De eerste associatie, die bij mij bovenkwam, was het boek: “De kunst van het ongelukkig zijn” van de “verdrietdokter”, zoals hij zichzelf noemt, Dirk de Wachter.



Zijn stelling is dat in onze maatschappij gaandeweg geluk een doel op zich is geworden. “Als het maar leuk is”, is een gevlugeld gezegde. We zijn geobsedeerd door gelukkig moeten zijn. We willen dat alles leuk, leuk en nog eens leuk moet zijn. Maar dan sluiten we onze ogen voor de werkelijkheid..

We leven in een leukigheidsmaatschappij vol ikkigheid. De gedachte heeft postgevat dat we allemaal zelf verantwoordelijk geworden zijn voor ons eigen ikkige leven. We worden geacht ons eigen succes te maken. En de politiek doet daar nog eens een schepje bovenop door de zogenaamde “eigen verantwoordelijkheid” tot speerpunt in haar beleid te maken. En wie daarin mislukt, heeft gefaald.

“In deze doordrammende wereld betekent geluk succes hebben en is het maakbaar en meetbaar.”

Het idee dat het leven vooral leuk moet zijn, is dé ziekte van deze tijd.

Die leukigheid wordt in deze tijd van de corona-pandemie hevig op de proef gesteld. Ons wereldbeeld van maakbaarheid en meetbaarheid heeft een enorme deuk opgelopen. De fundamentele onzekerheid van het bestaan dringt zich aan ons op. We worden gedwongen om verdriet, ongeluk, kwetsbaarheid en onzekerheid onder ogen te zien. En

juist dat is wat we niet willen en liever verdringen, omdat het ons leven alleen maar moeilijk, zorgelijk en ongelukkig maakt. Het zijn lastigheden, die ons gelukkig leven in de weg staan. Maar, zegt De Wachter, net het omgekeerde is waar. Vanuit het luisteren naar en het verwoorden van de nood van de ander, ontstaat een diepere vorm van bestaan. De liefde, het toegewijd zijn aan de ander, toont zich juist in de "lastigheid". In die liefde samen de onzekerheid dragen, de angst erkennen en delen wat kracht geeft. Geluk is hier een bijwerking van een goed leven. Van een zinvol leven, een leven met anderen, een leven dat zorgzaam is, een leven dat gedeeld leven is.

Streven naar het geluk als levensdoel is een vergissing. Streven naar zin en betekenis, daarentegen, is waar het leven om draait. Dat geldt eens te meer juist nu.

De Wachter: "Voor elkaar zorgen geeft zin en betekenis aan het leven. Je ziet nu overal creativiteit en samenwerking. Mensen schrijven gedichten, maken vanaf balkons muziek met elkaar. We ontdekken weer waar we echt blij van worden, en dat is betekenis hebben voor en met elkaar. Raar genoeg brengt deze crisis dus ook het beste in mensen naar boven: medemenselijkheid."

Kortom, kan de 'quarantaine-ervaring' ons wellicht wijzer maken?

Pieter Dirk Wolthaus

"De kunst van het ongelukkig zijn" – Dirk de Wachter, uitgeverij Lannoo, 2019

Zie ook:

"Troosten is hoopvol wachten" – Sjoerd Wielinga

<https://visie.eo.nl/artikel/2019/05/psychiater-dirk-de-wachter-troosten-is-hoopvol-wachten>

