

Help, ik geloof

We voelen ons steeds onveiliger. In het Noord Hollands Dagblad lees ik dat het Wetenschappelijk Documentatiecentrum heeft berekend dat we jaarlijks al 767 euro per persoon uitgeven aan beschermingsmaatregelen. Er is overal dreiging. Een extra slot op je voordeur, je pinpasje kan worden vervalst, de zeewaterstijging zet straks half Nederland onder water en de Hersenstichting maakt ons in spotjes voortdurend bang dat veel ouderen een kans lopen te gaan dementeren. Het moest verboden worden, zo'n spotje! Het zijn allemaal doemgedachten die ons nergens mee helpen. Van al dat geloven in angst worden we niet gelukkiger.

Nog niet eerder in de geschiedenis leefden mensen langer, veiliger en gezonder dan nu. In de Middeleeuwen, om maar iets te noemen, had je pestepidemieën, struikrovers, de Noormannen en verontreinigd drinkwater. De dreiging lag overal op de loer. Je zult maar in zo'n tijd leven! Wij vóelen ons zo bang, omdat we zijn gaan geloven in de korte termijn: we moeten hier en nu optimaal gelukkig zijn en iedereen is daar zelf verantwoordelijk voor. Dat 'Amerikaanse' levensgevoel is gemeengoed geworden: als je maar ' bezig bent' met je Facebook-geluk. Is daarin geloven de moeite waard? Of worden we zo vooral eenzame, angstige mensen? Laat je geen geloof in angst aanpraten.

De remedie is, dat je je richt op een groter geheel. Streef iets na dat groter is dan jij bent. Geloof in de kracht van liefde, in een besef dat het goede overwint, dat het leven sterker is dan de dood en in verbroedering van samenzijn. Dat beleven mensen als ze geloven in de saamhorigheid van hun gezin, de vereniging of de kerk. Je gelooft altijd ergens in! Dan kun je maar beter geloven in het positieve.

Drs. Peter Kortekaas
www.de3weg.com

psychosociaal therapeut / geestelijk begeleider.
docent geestelijke begeleiding / mindfulness