

THE SURVIVAL OF THE KINDEST

Als een mens een keer griep doormaakt, kan dat een schok zijn voor het immuunsysteem. Sommige schokken zijn misschien te groot, maar de meeste maken ons sterk en creëren een gezonde afweer. Nu lijkt het of de wereld de griep heeft. De wereld hoest, heeft een pauze nodig en werkt aan zijn eigen immuunsysteem.

Juist nu het klimaat dringend aandacht vraagt, moeten we massaal thuisblijven. De luchtkwaliteit krijgt hier en daar een adempauze en knapt op. We kunnen nadenken over of we vaker thuis kunnen werken en de natuur een beetje sparen.

ALLES IS MET ALLES VERBONDEN

We denken soms zo in landsgrenzen, geloofsgrenzen, hokjes en soorten, goed en kwaad, maar deze griepgolf doet daar niet aan mee. In de natuur bestaan deze grenzen namelijk niet. Alles is met alles verbonden. We zijn één grote familie. We kunnen allemaal geraakt worden en we hebben saamhorigheid en solidariteit nodig als onze weerstand beproefd wordt.

We zijn zo'n enorme consumptieve wereld geworden, maar deze griepgolf vraagt ons om even te stoppen, de boodschappentas thuis laten, zelf thuis blijven, even niet van hot naar her reizen. Even ZIJN in plaats van doen. De voorraden die we hebben aanspreken en al het rennen en vliegen en consumeren even laten kalmeren. We leven in een 24 uren maatschappij, nu hebben we een aantal weken of maanden tijd om tot stilstand te komen. We hebben weer lege dagen op onze kalender, we kunnen thuis zijn met onszelf. We voelen weer hoe het is om dagen gewoon samen een gezin te zijn. Met elkaar de tijd beleven.

HET WONDER ONTDEKKEN

Veel van onze relaties spelen zich deels of geheel af in een digitale dimensie. Nu we elkaar niet mogen aanraken en niet mogen knuffelen kunnen we weer ontdekken hoe waardevol werkelijk fysiek contact is. Nabijheid en aanraking zijn van levensbelang. Soms ontdek je het wonder van iets pas wanneer je het even kwijt bent.

Darwin zei: niet de sterkste of de meest intelligente overleven, maar diegenen die zich het beste kunnen aanpassen aan veranderingen.

Dit is een moment om onze mee-verander-spielen weer eens flink te trainen. Ook kunnen we ontdekken dat onze acties invloed hebben op de mensen om ons heen. We zijn van elkaar afhankelijk. Het virus vraagt zorg voor elkaar en onszelf even iets ontzeggen om voor de zwakkeren zorg te dragen. The Survival of the Kindest!

Dus laten we geen schuldigen zoeken, geen complotten bedenken, maar de uitdagingen die op ons afkomen aangaan, met zoveel mogelijk medemenselijkheid en zorgzaamheid.

© Psycholoog F. Morelli, Italië

Bron: Saskia de Bruin