

Ook geestelijk gezond?

De gezondheid was al voor het coronatijdperk één van onze belangrijkste zorgen. De strijd tegen het virus beheerst daarom het openbare leven. We waarderen de zorg en zijn bereid er extra middelen in te steken. De focus op onze lichamelijke gezondheid was achteraf gezien misschien wel te groot. We moeten immers toegeven dat in de verpleeghuizen het middel erger was dan de kwaal. De bewoners kregen geen Corona, maar gingen vaak geestelijk en lichamelijk sterk achteruit door gebrek aan contact.

Welzijn is ook een aspect van gezondheid.

Met de geestelijke gezondheid en de GGZ-zorg gaat het niet echt goed. Het beroep op de psychiatrie groeit bijvoorbeeld bijzonder hard en ondanks extra inzet blijven er wachtlijsten. Zo heeft één op de zeven jongeren ernstige psychische klachten en omdat we de oplossing zoeken bij een dokter, maken we er ziektebeelden van.

Psychiaters trekken aan de bel. Zij komen in hun werk veel ongelukkige mensen tegen, mensen met verdriet, met lijden met angst en zij weten dat zij verdriet, lijden en angst niet met pillen kunnen wegnemen. Het is heel leerzaam naar hun verhalen te luisteren.

Enkele zinnen uit een interview met psychiater Jim van Os in Trouw; ze zijn uit het verband gerukt maar toch:

- *Jongeren kunnende verwachtingen van de omgeving en van zichzelf niet meer waarmaken en raken in de problemen.*
- *Er is niets ergers dan de angst dat jouw bestaan zinloos is.*
- *We zijn geneigd onze imperfecties weg te moffelen of ze –als het uit de hand loopt – te zien als het gevolg van een psychisch ziektebeeld.*
- *Via onze fouten en de reflectie daarop maken wij contact met andere mensen en hebben wij vriendschappen. We weten, daar is bewijs voor, dat vriendschap op grond van wederzijds succes niet werkt. Wat werkt is herkenning in je kwetsbare mens zijn.*
- *Om elke dag op te staan en ons ding te doen hebben wij verhalen nodig, want wij zijn gelovende mensen. In religieuze zin maar ook veel breder, in het onderscheiden van wat voor ons meer of minder belangrijk is. Als wij religie zien als samen bezig zijn met betekenis geven, dan is dat fantastisch. Ik denk dat veel mensen bereid zijn God ook als een metafoor te zien van het ‘niet-weten’. Als iets dat wij niet begrijpen en dat het toch goed met ons voorheeft”*

Het laatste biedt een andere kijk op religie, uitgaande van de waarde voor mensen. Heel anders dan de ‘politieke kijk’ die stelt dat religies de oorzaak zijn van veel ellende in de wereld.

Ik denk dat religieuze én niet religieuze mensen zorgen voor veel ellende in de wereld. Er zijn altijd mensen van politiek georganiseerde bewegingen die zich om machtspolitieke redenen van een religieuze basis bedienen en zo mensen aan zich proberen te binden en te gebruiken, waarbij ze “alle middelen”inzetten om hun doel te bereiken. Dat is in feite altijd al zo geweest. In vroeger tijden was de katholieke kerk ook eeuwen lang een wereldlijk machtsbolwerk van de heersende klasse. Het wezen van religie verdraagt zich volgens mij niet goed met organisatie en machtsstructuur. De macht van een god wordt door mensen toegekend en gebruikt.

Het gaat mijns inziens meer om inspiratie dan om macht, voorschriften en wetten. Maar om mensen te dienen mag, kan of moet een religieus mens soms wel politiek bedrijven.