

Damiaan Denys: 'Het coronavirus gooit de knuppel in het hoenderhok'

28-03-2020, 06:23 Barneveldse Krant

TERSCHUUR Momenten van angst zijn waardevol, omdat mensen juist dan weer de mogelijkheden voelen die het leven biedt. Het is de visie van filosoof Martin Heidegger. Damiaan Denys (54) uit Terschuur plaatst deze visie in het perspectief van de huidige tijd met de coronacrisis.

Freek Wolff

Er zijn volgens psychiater Damiaan Denys drie vormen van angst die vandaag de dag de kop opsteken. Ten eerste is er een concrete vrees voor het virus, om besmet te raken, ziek te worden en te overlijden. „De kans om besmet te worden is reëel, de kans om ernstig ziek te worden is klein en om eraan te sterven is piepklein. Toch is dit door mensen moeilijk in te schatten, omdat de media elke dag opnieuw met cijfers en droevige verhalen komen. Zo krijg je de indruk dat je moet afwachten of je ziek wordt en als dat zo is, ga je naar de intensive care en drie weken later ben je dood. Dat is natuurlijk niet zo, want de realiteit is dat de gemiddelde leeftijd van de zieke mensen, van wie de meesten al lichamelijke klachten hebben, tachtig is.”

Denys vindt dat de media de mensen een spiegel voorhouden waarin het lijkt alsof het virus zeer

gevaarlijk en concreet is, terwijl dit in werkelijkheid niet zo is.

TOCH AL ZIEK Ten tweede wijst hij erop dat de maatregelen die de overheid tegen het virus neemt, ook een bron van angst vormen. Die angst vindt Denys reëler. Met vragen als: blijft er voldoende eten en behoud ik mijn werk en inkomen?

'Last but not least' legt de filosoof het accent op het toekomstperspectief. In de toekomst zal de coronacrisis volgens hem een enorme tol gaan eisen op de (economische) samenleving. „Die impact schat ik enorm hoog in. De kans is groot dat de levensstandaard een paar punten zal dalen. We zullen miljarden verliezen om de maatregelen te kunnen betalen.”

Denys vindt dat een nieuwe generatie enorm belast wordt door de manier waarop ons land omgaat met het virus. Hij vindt het de vraag of dit onontkoombaar is. „Als je even afstand neemt van het humanitaire denken en meegaat in het utilitarisme, een filosofische stroming die kijkt naar verdelen en rechtvaardigheid. Als je de balans opmaakt en geen rekening houdt met een mensenleven, maar kijkt naar de beste beslissing. Als je een moeder hebt die ziek is, vind je dat je al het geld moet stoppen in het helpen van haar. Maar stel dat je burgemeester bent van een woonplaats, dan kun je een andere overweging maken. Hij heeft voor twintigduizend mensen te zorgen. Dan zou je ervoor kunnen kiezen om de zwaksten te laten sterven en dan blijven de sterksten over, want er is nog een

lange weg te gaan. En als je nu aan het hoofd staat van een land met zeventien miljoen mensen, dan kun je wéér andere overwegingen maken. Als je nu een virus hebt waaraan de ziekste en oude mensen sterven, tot wie weet zeven tot achtduizend personen, dan is dat altijd nog een klein deel van bevolking. Met het utilitarisme kun je in zo'n geval de vraag stellen of het wel verstandig is om een heel land op slot te zetten en onze economie op te offeren. Alleen om die mensen iets langer te laten leven, terwijl die tachtigjarigen toch al ziek zijn? Met als gevolg dat je de jonge generatie enorm economisch gaat belasten. Vergeet niet dat bijvoorbeeld tienduizend mensen die werkloos worden en minder inkomen hebben tien jaar minder levenskansen hebben. Dit klinkt heel wreed, dat begrijp ik wel. Want onze maatschappij is erop gefocust om iedereen te helpen, maar dat is onmogelijk. Dat laat dit virus nu zien."

KLEINE KANTTEKENING Daarom vindt Denys dat een pragmatische kijk op de ethiek in dit verband eigenlijk nodig zou zijn, maar hij beseft dat 'we' dit niet meer kunnen. „In het benaderen van het virus willen we iedereen redden, want we kunnen het niet verdragen dat mensen hieraan sterven. Het is ongelooflijk hoe we daar mee omgaan. Elke dood wordt gepercipieerd (gezien, red.) als een enorme grote ellende. Vanuit een klein perspectief is dat zo, maar niet vanuit het perspectief van de mensheid en de hele wereld. In het streven om enkele mensen te redden, zullen we misschien nog veel meer mensen

verliezen. Over honderd jaar zal deze coronacrisis slechts een kleine kanttekening in de geschiedenisboeken zijn. Daarom is de vraag wat we nu met z'n allen aan het doen zijn."

Hij begrijpt in dit licht dat er door sommige mensen gewezen wordt op de mogelijk positieve effecten die het virus kan hebben op de samenleving. De wereld wordt immers even stilgezet, wat tijd geeft om te bezinnen over hoe we met de planeet en elkaar omgaan. „We zaten in een sneltrein die maar doorgaat. Alles was mogelijk. Iedereen skiën, minimaal drie keer per jaar op vakantie, iedereen eet dertig procent meer dan hij nodig heeft, welvaart, noem maar op. Daar krijg je cardiovasculaire aandoeningen van. Elk jaar sterven er zestigduizend mensen, omdat ze teveel roken, drinken en eten. Er is veel mateloosheid, en nu wordt dat plotseling stopgezet. We beginnen ons te realiseren wat voor leven we eigenlijk leiden. Dan zien we ineens dat dokters belangrijk zijn, want van hen hangt je leven vanaf. En contact met elkaar of voeding. Ik zie nu niemand meer die geïnteresseerd is in geklets over beroemde mensen op televisie. Dat wordt secundair of tertiair van belang. Door dit virus worden we met de neus op de feiten gedrukt, het maakt ons wakker." Onze sociale contacten komen ineens in een ander licht te staan. Volgens Denys waren die vóór de crisis 'gewoon slecht'. „De virtuele contacten via sociale media voelen niet goed. Daardoor zijn mensen eenzaam. Veel mensen zitten steeds op hun telefoon te kijken, ook al ben je bij elkaar. Ons sociale leven

was al fors uitgehold, het gemeenschapsgevoel was afgenomen en je voelde het individualisme. Zo was iedereen, want je kopieert elkaar.

Met zo'n virus mag je ineens niet meer met elkaar in contact treden, en dan worden we pas echt wakker. We zijn vaak alleen geïnteresseerd in iets als het schaars wordt. Het is misschien een extreme uitspraak, maar het virus is eigenlijk een gezonde correctie voor ons mentale leven. We leren de basale normen en waarden weer waarderen en er zit nu een rem op de maatschappelijke trein. Het ging veel te snel. De helft van de bevolking kreeg stress en burn-out."

TIK VAN DE SCHEPPER Op religieus terrein ziet Denys ook verbanden. „Je zou kunnen zeggen dat dit virus een gezonde tik van de Schepper is. Dat Hij zegt: het is nu eventjes genoeg geweest. Het is een correctie, op een goddelijke of natuurlijke manier, afhankelijk van je perceptie op het leven.

Als deze tijd lang gaat duren, denk ik dat de hoeveelheid mensen die gelooft toe zal nemen. Het gaat er mij niet om of God, de duivel of de natuur hier de hand in heeft, maar er is iets wat buiten ons reguliere leven valt en van bovenaf met een forse omvang op wereldschaal effect heeft. De ene gelovige zal zeggen dat God hiermee vertelt: doe eens wat minder. De ander zal dit aan de duivel toeschrijven, terwijl de wetenschapper zal wijzen op een natuurlijke correctie, want we putten de aarde uit en als je continu zoveel dieren opeet, ga je een keer zo'n virus

binnen krijgen. Iedereen kan vanuit zijn eigen ideologie betekenis geven aan wat er nu gebeurt. Uiteindelijk is het effect hetzelfde: een correctie van onze levensstijl. Of je nu religieus, humanist of wetenschapper bent. De praktijk overstijgt de stromingen. Niemand wordt hier gespaard. Wat dat betreft is het virus heel democratisch."

DICTATUUR VAN GELUKZALIGHEID Denys begrijpt dat het pittig kan zijn nu kinderen de hele dag thuis zijn en niet op school. „Ook al woon je met je familie in één huis, vaak zijn de mensen normaliter niet tegelijkertijd thuis. Nu moet je opnieuw met elkaar leren leven in een gesloten ruimte. Dat is voor veel mensen wennen."

De psychiater schrijft de acties die spontaan ontstaan mede toe aan angst om de controle te verliezen.

Daardoor voelen mensen de drang om iets te doen.

„De onzekerheid, of het virus zal toeslaan, zorgt ervoor dat we in actie komen, ook al is dat soms niet nuttig. Daarom zie je dat mensen ook dingen als toiletpapier kopen. De daad zelf geeft je de illusie van controle. Positieve effecten zijn dan weer het maken van bijvoorbeeld mondkapjes."

Dat er vrolijkheid en muziek als reactie ontstaat, vindt Denys ook een effect van het gegeven dat mensen geen verdriet meer verdragen. „Het is nu anders dan vroeger, toen mensen langer konden rouwen. Alles moet tegenwoordig leuk zijn, het is een dictatuur van gelukzaligheid. Als het slecht gaat, moet daar meteen iets positiefs tegenover staan. Dat vind ik soms heel

vermoeiend in onze samenleving. Er zit ook een soort intimiteit in gelaten ondergaan wat er gebeurt, maar iedereen moet succesvol en blij zijn. Het falen in brede zin kan eigenlijk niet meer. Je moet opgewekt zijn. Dat verwachten mensen van elkaar, maar dat is als mens niet vol te houden. Dus hebben we heel weinig respect voor de menselijkheden. Mensen begrijpen het vaak al niet meer als iemand zegt dat hij gewoon niet goed in zijn vel zit. Je hebt bijna een ziekte nodig om te rechtvaardigen dat je lijdt, terwijl dat het gewone leven is. Dat is dan moeilijk te uiten, omdat mensen dit van elkaar niet meer verdragen. Je voelt de behoefte om naar buiten te komen als succesvol persoon, maar van binnen gaat het slecht met je. Dan houd je de schijn op. Daarom lijden veel mensen op een heel vervelende manier. Het zou gezonder zijn om dit op een gekanaliseerde manier wel te uiten, en in die zin is religie belangrijk. Want daar vind je rituelen en dat helpt mensen, omdat lijden dan transcendent wordt. Je wilt gedragen worden door een lange traditie die zegt hoe je dat kunt doen. Iedere religie, elke cultuur heeft rituelen gehad, maar die zijn afgekald, terwijl ze nuttig zijn. Tegenwoordig moet iedereen het maar voor zichzelf verzinnen. Daardoor wordt het lijden voor sommigen oeverloos."

GECOMMERCIALISEERD LIJDEN Het gevolg is volgens Denys dat mentale hulp vandaag de dag in de commerciële sector terecht is gekomen, met een enorm toegenomen hoeveelheid aan therapeuten en coaches. Hij vindt dit een kwalijke zaak. „Er zijn nu

63.000 coaches in Nederland. We leggen ons probleem neer bij iemand die er geld aan verdient en dat is niet gezond, want die persoon heeft er ook een belang bij en bestendigt die hulp graag. Het lijden is gecommmercialiseerd en dat is geen humane neutrale manier om dat te uiten. Het is een product geworden en daar zou het aan onttrokken moeten worden.

Lijden zou een plek moeten krijgen binnen religie, het lezen van een boek of in gesprekken met vrienden en familie. We kunnen dat niet meer en het wordt niet meer geaccepteerd, omdat iedereen de schijn hoog wil houden om perfect te zijn. Ik heb het idee dat mensen nu ziek worden, omdat die schijnwereld niet werkt. Stress, burn-out en eenzaamheid nemen toe, omdat die commerciële hulp met coaches gewoon niet werkt."

Het coronavirus gooit de knuppel in het hoenderhok, omdat mensen nu geen keuze hebben. De werkelijkheid bepaalt en niet de mens. „Het is een harde, duidelijke boodschap, dat de maakbaarheid van het individu grenzen kent. We zijn met ons hoofd tegen de realiteit aan gelopen en dat vinden we zeer ingewikkeld. Dat kunnen we niet accepteren en daarom stoppen we veel energie in (medisch) controleren. De symbolische betekenis is dat we willen bewijzen dat we de werkelijkheid wel naar onze hand kunnen zetten. Daar spenderen we nu elke dag miljoenen aan. En ik vraag me af of dat symbolische niet belangrijker is geworden dan het medisch-wetenschappelijke doel."

Denys voorspelt dat het tijdens het verloop van de coronacrisis nog spannend kan worden hoe mensen gaan reageren die vanwege het thuis moeten blijven en van wie het inkomen achteruit holt. „Dat zijn eenvoudig menselijke zaken. Dan kan er sociale onrust ontstaan. Of mensen gaan alternatieven zoeken. Bovendien is het tijdelijk. En hoewel dit nu onaangenaam is, brengt ons dit een boodschap die ons mentaal ten goede zal komen. Dat vind ik heel positief.”