

‘Alles draait rond geld? Doe dan iets met je geld!’

Je kunt je beperken tot je eigen grote gelijk of tot engagementloos cynisme, maar daarmee zal je niets bereiken. ‘Ook kennis volstaat niet’, zegt hoogleraar en psychoanalyticus Paul Verhaeghe. ‘De grote moeilijkheid is uitvoeren wat je weet.’

Ines Minten



Paul Verhaeghe: ‘Covid-19 is nog klein bier vergeleken met de klimaatverandering.’ Brecht Van Maele

1 Luister naar de angst en pijn van de ander

‘Luisteren naar de angst en pijn van de ander is deel van mijn beroep, maar je kunt het algemener zien dan louter therapeutisch. We leven nu al geruime tijd in een sterk gepolariseerde maatschappij en door corona is dat nog toegenomen. Polarisation zorgt ervoor dat we de andere groep snel als categorie definiëren en op een negatieve manier wegzetten. De andere groep is dan dom, egoïstisch, onvoldoende opgeleid, dat soort dingen. Maar in mijn ervaring zit er altijd angst of zelfs pijn achter, en die is doorgaans heel persoonlijk. Als je daarnaar wil luisteren, begrijp je veel beter waarom iemand bijvoorbeeld tegen vaccins is of tegen “de” vreemdelingen – ik zeg

maar wat. Dan kan het een écht gesprek worden en verdwijnt de polarisatie.'

2 Wil je iets leren of wil je alleen je gelijk halen?

'Als je in discussie treedt, vraag je dan af of je je gelijk wil halen of iets wil leren. Het heeft geen zin om te discussiëren met mensen die niet van hun mening willen afwijken. Vraag je dus af of je daar zelf wél toe bereid bent. Misschien beschikt een ander over kennis of ideeën die jij niet hebt. Dan kan er een boeiende wisselwerking optreden. Naar anderen luisteren en waar nodig afstand nemen van je eigen standpunten, is niet zo simpel – ook voor mezelf niet. Je moet je echt bewust zijn van het feit dat jouw idee maar een idee is en je afvragen wat de ander daarover weet. In het beste geval leren we van elkaar.'

3 Kennis is niet genoeg

'Raad geven kan iedereen. Die raad uitvoeren is wat anders. Om de een of andere reden heerst nog altijd de overtuiging dat inzicht en kennis volstaan voor verandering. Als je iemand de juiste weg toont, zal hij die bewandelen. Geef iemand de juiste inzichten en automatisch neemt die de juiste beslissingen ... Maar dat blijkt niet het geval te zijn. Er is een duidelijke kloof tussen kennis en het naleven ervan. Wat dat betreft, is Aristoteles de beste leidraad. Hij haalt onder meer aan dat kennis vertaald moet worden in goede gewoonten, en dat gewoonten aanleren oefening vraagt. Intussen weten we op grond van psychologisch onderzoek dat het minstens drie maanden kost om nieuwe gewoonten aan te leren: pas dan kunnen ze deel beginnen uit te maken van je dagelijkse patroon. Dat is nog te doen ... Het slechte nieuws is dat oude gewoonten afleren veel moeilijker is. Maar het kan.'

4 Je bent deel van een groter geheel

'Dit is iets waar ik al langer mee bezig ben en wat ook aan bod komt in mijn essay Houd afstand, raak me aan. Wij, en daarmee bedoel ik het Westen of zelfs hoofdzakelijk de westerse man, hebben een mentaliteit die ons automatisch het gevoel geeft boven of buiten alles te staan. We staan boven of buiten de natuur, dus mogen we er alles mee doen ... Als corona ons één ding duidelijk heeft gemaakt, is het wel dat de mens helemaal niet bovenaan staat, maar dat we een onderdeel zijn van een groter geheel. En wat we aangericht hebben, keert als een boemerang terug in ons gezicht. Covid-19 is dan nog klein bier vergeleken met de klimaatverandering. We kunnen die nog tegengaan, de technische mogelijkheden zijn er. De vraag is of we dat op tijd zullen doen. Wetenschappelijk gezien beginnen we door het systeemdenken nog maar net een inzicht te krijgen in hoe alles met elkaar samenhangt: hoe bomen met elkaar communiceren of hoe onze landbouw

niet alleen de droogte in West-Vlaanderen veroorzaakt, maar ook invloed kan hebben op insecten die duizenden kilometer verderop instaan voor bestuiving. Het is geen toeval dat het coronavirus de hele wereld treft, daar hebben wij heel hard toe bijgedragen. Alles hangt samen, en wij maar knutselen in dat geheel, zonder dat we goed beseffen wat we aanrichten. Dat is een heel belangrijk besef, want de tijd raakt op.'

5 Je bent niet machteloos

'Veel mensen voelen zich vandaag machteloos: "Het is het systeem, de economie, de politiek ... als individu kunnen wij niks doen." Van zulke gedachten word je depressief, of cynisch, en engageer je je al helemaal niet meer. Nu, we kunnen wél iets doen, en er zijn initiatieven die dat perfect illustreren. Vaak hoor je dat alles draait rond geld, en dat is grotendeels juist. Wel, doe dan iets met je geld! In 2020 hebben de Belgen 23 miljard meer gespaard dan anders. 23 miljard! Stel dat we 20 miljard daarvan in écht duurzame beleggingen zouden steken, zoals de organisatie Grootouders voor het Klimaat voorstelt. Kunnen we dan niks betekenen? Stap naar je bank – zeker mijn generatie kan dat: die heeft middelen – en eis dat je geld alleen duurzaam belegd mag worden. "Hoe kunnen we weten wat duurzaam is?" We kunnen dat! De Europese Unie maakt een duidelijk onderscheid tussen artikel 8- en artikel 9-fondsen. Die laatste moet je hebben, die zijn duurzaam. Kijk ook naar de Klimaatzaak: 60.000 Belgen eisen samen dat de overheid zich aan haar eigen wetten en engagementen houdt. We behoren tot de rijkste landen met de hoogst opgeleide bevolkingen ter wereld: laten we dat gebruiken.'

Paul Verhaeghe is klinisch psycholoog en psychoanalyticus. Hij is hoogleraar aan de Universiteit Gent en schreef verscheidene boeken, waarvan het essay *Houd afstand, raak me aan* het recentste is.