

# Herfst dip

## Regio InZicht

Sinds het einde van de zomer is het onrustig in mijn hoofd. Misschien komt het doordat ik maar geen afscheid kan nemen van de zon en de lange dagen. De overgang naar donker en kouder valt me zwaar. Of misschien komt het wel omdat ik zelf de overgang naar het midden van mijn leven aan het maken ben. Allemaal mogelijk. Hoe dan ook, ik merk dat de crisis in onze maatschappij nu ook mij in de greep begint te krijgen. Het is moeilijk rustig te blijven als de wereld om je heen in de depressie is. En tegelijkertijd zo druk en jachtig. Deze zomer las ik over die onrust



■ Henk van Houtum is politiek geograaf aan de Radboud Universiteit Nijmegen foto Lisan van Rooij

in twee fraaie boeken, *Identiteit* en *Borderline times*, van twee Vlaamse psychiaters. Beiden komen tot de diagnose dat

onze wereld aan het doordraaien is. Letterlijk.

Het najagen van geluk en succes vertoont steeds meer obsessieve trekjes volgens hen. De sociale druk is groot. Niet nadenken, maar meedoen, niet meedenken, maar nadoen.

Wie aan de kant blijft staan, is een profiteur of een loser. En dat is dan onze zogenaamde vrijheid. Waarin de ratrace leidt tot steeds meer stress en vertwijfeling.

Want we hebben alles, maar de wachtkamers zitten vol en de pillenfabrieken draaien overuren. Sommigen kunnen uit ellende maar niet stoppen met eten, anderen blijven kopen ook al hebben ze schulden.

Weer anderen stoppen zoveel energie in hun werk dat ze opbranden. En een enkeling houdt een masker op door te sjoemelen, fictieve uren schrijven of data bij



■ Tijdens wandelingen is het nu genieten van de herfstkleuren. foto Gelderland

elkaar verzinnen. De vrees een loser te zijn, maakt een verliezer van ons allen. Dat is de ware crisis van deze tijd.

Maar alsof er niets is gebeurd, wordt er gewoon een nieuwe zeepbel gemaakt van hetzelfde sop. En gaan we gewoon verder

met de politiek van het meer. Waarbij we de bankiers sparen, de bonuscultuur blijft bestaan en de managers gewoon doorgaan met hun targets, ranglijstjes en het meten van wat niet gemeten kan worden. We zijn ongelooflijk rijk, maar tegelijkertijd arm in ons denken over wat werkelijke kwaliteit is.

Er is één genoegdoening die de herfst me biedt. Je kan zo lekker onderdompelen in de prachtige gekleurde bossen. Zoals in het fraaie Heumensoord. Even een andere wereld in.

Laarzen aan, paddestoelen kijken, herten bespieden, of gewoon lekker struinen door de herfstbladeren. Mijn doktersrecept voor de komende tijd.

Geen ratrace, maar gewoon wandelen en af en toe bevrjndend van je aftrappen tegen al die eikels. Heerlijk.