

Eenzaamheid in deze Corona tijd.

11 mei 2020

Door het niet meer mogen deelnemen aan mijn wekelijkse yin yoga les. Door niet meer mogen deelnemen aan mijn wekelijkse (interkerkelijke) kooravond mis ik ineens veel sociale contacten. Deze yoga en koorleden zijn niet mijn vrienden, maar ze zijn wel heel belangrijk voor mij.

Met mijn vrienden, bel ik, app ik, skype etc. Met de mensen van yoga en koor doe ik dat niet. Met de koorleden hebben we wel 'ik geef de pen door aan' gestart om contact te houden met elkaar. Een yoga les kan ik nu online volgen.

Gemis

Sinds najaar 2016 zing ik bij 'mijn' koor. Vooral het contact met de koorleden tijdens de kooravonden raakt mij veel meer dan ik had kunnen bedenken. Ik ben gelovig op mijn eigen manier. Het koor bestaat uit leden met zeer verschillende gelovige christelijke achtergrond. Ik ga nagenoeg nooit naar een kerkdienst. Anderen gaan 2 x op een zondag naar een dienst. We delen onze binding met God, hoe verschillend die ook is, door samen kerkelijke en wereldlijke muziek te zingen. Het respect voor elkaars eigen manier van geloven vind ik zo bijzonder in ons koor.

Door het zingen samen word ik regelmatig, diep van binnen en vaak zeer onverwachts, geraakt. Even huilen zonder uitleg, zonder woorden is dan goed en wordt volledig geaccepteerd. Elk koorlid herkent dat.

Het al langere tijd niet meer, samen met de koorleden, mijn binding met God kunnen delen, door samen te zingen, mis ik. Zoveel meer dan ik had kunnen bedenken. Het maakt mij verdrietig. Ook mis ik de aandacht voor elkaar. Soms even een arm, een por, oprechte belangstelling, samen lachen, samen uitstapjes.

Eenzaamheid

Er zijn velen die op verschillende manieren nu een zekere vorm van eenzaamheid gaan ervaren. Het missen van contacten. Dit missen bespreekt ook Hoogleraar Anja Machielse. Luister naar wat zij hierover vertelt <https://www.zorgwelzijn.nl/video/zw-tv-eenzaam-zijn-in-deze-tijd-zorgt-voor-huidhonger/>

Arianne Bronsvort

Coördinator en pedagogisch medewerker Loes Twenterand / ZorgSaam Twenterand
Medewerker ZorgInformatie • Punt ZorgSaam Twenterand