

## **Eenzaam, maar niet alleen**

Ieder mens is uniek, een cliché-uitdrukking vanuit het psychotherapeutisch domein, maar dat het geen sinecure is om alleen door het leven te gaan, wordt je alom ingepeperd door counselingbureaus en multidisciplinaire praatgroepen, die als paddenstoelen uit de grond verrijzen.

Daartegenover zou je niet graag degenen de kost willen geven die eenzaamheid als een stressgerelateerd bagatelletje afdoen door te stellen dat het hun pakkie-an niet is of door te verzuchten dat ze ik-weet-niet-hoe-vaak geprobeerd hebben oma op een luxueuze trans-Atlantische cruise weg te bonjournen, wat ten enenmale niet lukt.

Je hoeft het echter niet meer Spaans benauwd te krijgen van een verrassend ik-besef, want op lokaal niveau worden talloze goedbedoelde initiatieven gelanceerd zoals de inrichting van een boekspot met groteletterboeken, een excursie naar een museum van oud-Hollandse ambachten of het gezamenlijk macrameeën van antimakassartjes, die déjà vuutjes losmaken waardoor je een zeven-en-een-half scoort op de 10-puntsschaal die tevredenheid meet.

Ben je meer autonoom ingesteld, dan kun je op eerste paasdag in je eentje eropuit trekken in een lelijk eendje met een sint-bernardshond op de achterbank, crossend over tweebaanswegen of anderszins op zijn elfendertigst op de zo-even gekochte e-bike met de door een nijvere en toegewijde fietsenmaker gerecommandeerde cruciale reserveaccu achter op de fiets.

Allerwegen wordt geadviseerd eens te gaan bungeejumpen in Irian Jaya, waar je exotisch wordt gefoerageerd met nangka's, tamarillo's of jalapeño's die in groten getale voor het grijpen hangen of te gaan meedoen aan een workshop kapucijnapen aaien, wier gezichtstekening aan die van monniken doet denken.

Je kunt daarentegen ook in de acceptatiemodus gaan. Begin een onlinecursus schapenhoeden, waarbij je niet alleen de moeflon van de texelaar leert onderscheiden, maar langzaam toewerkt naar een proefmaand in Wales, waar je met twee bordercollies een kudde Wiltshire Hornschapen gaat hoeden. Wellicht brengt die pastorale en pc'loze eenzaamheid je dicht bij de kwintessens van het bestaan.

Ten langen leste besluit ik deze gecopy-pastete quasibeschouwing over het alleen-zijn met een verblijdende schopenhaueriaanse uitspraak: "Eenzaamheid is het lot van alle voortreffelijke geesten."