



Wees weerbaar tegen de bangmakerij en angstcultuur

Posted on 22 april 2025 by Bina Ayar

In schril contrast met het doel om de bevolking 'weerbaar' te maken, staat de toenemende bangmakerij en de angst voor van alles en nog wat. Paniek is een progressieve aandoening. Een bange bevolking is niet weerbaar, maar kleinzerig.

Ooit liet ik me de stuipen op het lijf jagen door het 'docudrama' *Nostradamus, the man who saw tomorrow*. Ik keek de jaren tachtig-film eind 1995 in Amerika waar je toen nog onbevreesd heen mocht. De film met historische beelden van realistische rampspoed, eindigt met een horrorvoorspelling van 'Nostradamus': tussen 1994 en 1999 zou een lange periode van vernietigende oorlogen, hongersnood en 'terror!, terror!, terror!' starten. Na afloop rende ik naar de ijswinkel om een grote bak frozen yoghurt met extra veel M&M's te eten. Roken deed ik al en dat maakte ook niet uit want de wereld zou toch vergaan.

Angstvirus

Ik kalmeerde de dagen erna toen ik na enig onderzoek ontdekte dat de in de film

gebruikte kwatrijnen van Nostradamus uit hun verband waren gerukt.

In coronatijd werd angst als instrument ingezet om volgzzaamheid te creëren. 'Alleen samen houden we het angstvirus in stand', [schreef ik toen](#) in *Wynia's Week*. De corona-angst werd van alle kanten – van media tot politiek – bewust en onbewust gevoed. Wie relativeerde was slecht. Bang zijn is een morele plicht geworden, constateerde ook filosoof René ten Bos destijds.

Gisteren moesten we bang zijn voor een handelsoorlog, eergisteren was dat corona en vandaag domineren bangige berichten over Rusland én Amerika het nieuws. Nieuw is angstpolitiek niet. In oudere tijden moest de mens Gods straffen vrezen. De Verlichting bracht bevrijding van de angst om eeuwig te branden in de hel. Tegenwoordig is het eerder andersom: gewapend met cijfers en een beroep op 'de wetenschap' prediken experts voortdurend hel en verdoemenis.

In zijn boek *Paniek om niets* toont wetenschapsjournalist Simon Roozendaal hoe de meetrevolutie onze angsten voor bijvoorbeeld 'giftige stoffen' aanwakkert. Doordat we stoffen zo nauwkeurig tot vele cijfers achter de komma kunnen meten, zien we overal risico's. Maar het is niet de stof die maakt dat iets giftig is, maar de dosis, zo betoogt hij. Giftige stoffen zijn in kleine doses zelfs gezond. Dat geldt ook voor angst. *'Snelle bewapening, massaal geld lenen, noodpakketten, angst – kan het ook wat minder?'* stellen Syp Wynia en Chris Rutenfrans ook op [Wynia's Week TV](#). Matige angst kan nuttig zijn. Er zijn omstandigheden te bedenken waarin vechten of vluchten nuttig is. Welke dreigingen reëel zijn, en welke overdreven, is een vraag die elke dag gesteld mag worden.

Alledaags alarmisme

De 'angstinflatie' waarin zo'n beetje alles even gevaarlijk is, bemoeilijkt het beantwoorden van die vraag. Angst is in onze samenleving een progressieve aandoening. Daarmee bedoel ik dat het toeneemt, zoals sommige kwalen niet te genezen zijn maar wel erger kunnen worden. Raakvlakken met de politieke stroming die 'progressief' heet, zijn er ook. Met name 'links' is ervan overtuigd dat de wereld via de wetenschap maakbaar is. Alles wat niet in dat ideaalplaatje past is 'eng'.

Progressieve partijen liepen voorop bij coronacontrole, ze prediken klimaatcatastrofes en promoten nu bewapening. Maar ook 'rechts' gaat niet vrijuit.

Bovendien beperkt angst zich niet tot progressieve politiek. Alledaagse dingen en zelfs dieren zijn ook al 'eng'. Er is paniek over ratten, loslopende katten en de wolf. In zijn boek *'Dansen met de Hydra'* uit 2022 geeft filosoof en veiligheidsdeskundige Gerben Bakker voorbeelden van alledaags alarmisme, geïllustreerd door krantenkoppen als: *'Knakworstjes gevaarlijker dan asbest'* en *'Zomertijd leidt mogelijk tot beroerte'*. De lijst is makkelijk aan te vullen met nog recentere voorbeelden. Zoals: *'De droogte neemt toe: drinken wij straks water uit de wc?'* of *'Nederlandse wetenschappers vrezen afreizen naar de VS'* en uiteraard: *'RIVM waarschuwt om geen eieren van hobbykippen te eten: gevaar voor gezondheid door PFAS'*.

Indicatoren van een angstoverdosis zijn er genoeg. Vroeger kon je onbezorgd een borrel drinken, nu is er 'geen veilige ondergrens' voor drank. Vroeger was het 'lekker warm', nu moeten we vrezen voor hittedoden. Vroeger had iemand een andere mening, nu is zoiets 'giftig' of zelfs gevaarlijk voor de democratie. Voorheen hadden we issues die konden worden opgelost. Nu staat er achter elk onderwerp het woord 'crisis'. En elke crisis is reden voor meer controle.

De nationale veiligheidsstrategie is ook allesomvattend. Klimaat valt onder veiligheid, net als pandemische paraatheid. Ondertussen staan de kranten vol oproepen tot meer maatregelen tegen alles wat 'gevaarlijk' is. De illusie van controle ofwel het steeds met een mitrailleur schieten op een mug die als olifant wordt gezien, wakkert meer angst aan. Niet zelden is het middel erger dan de kwaal, zoals in het corona- of klimaatbeleid. Bovendien blijkt het klimaat ineens niet belangrijk als er weer eens een andere 'crisis' is. Denk aan de milieu-effecten van de mondkapjesberg of het wetsvoorstel om voor Defensie uitzonderingen op milieuregels mogelijk te maken.

Alle redenen om de angstcultuur te vrezen

De angstcultuur staat in schril contrast met het doel om de bevolking 'weerbaar' te maken. Een bibberende, bange bevolking is niet weerbaar, maar kleinzerig. Angst leidt tot blikvernauwing. Bange mensen zijn niet voor rede vatbaar. Bovendien kan angst een *selffulfilling prophecy* worden. En angstpolitiek kan averechts werken. Het verhaal van 'de jongen die wolf riep' herinnert ons daaraan.

Als we iets van onze autonomie terug willen, moeten we af van het 'negatieve veiligheidsbegrip', waarin veiligheid staat voor de volledige afwezigheid van risico's

en verder leegte, stelde de eerdergenoemde Gerben Bakker. 'Positieve veiligheid' is balanceren tussen risico's temmen en gevaren riskeren.

De wereld is niet veilig. Je kunt ook feesten of veel ijs eten omdat het toch allemaal niets meer uitmaakt. Daarmee is niet gezegd dat defaitisme de oplossing is, maar wel dat je op meer dan één manier kunt reageren op dreigingen. Je kunt angst bijvoorbeeld ook lachend relativeren met humor of in perspectief plaatsen door feiten of andere visies te bestuderen. Maar vluchten in plezier of tegengas geven is met toenemende betutteling en controledrang tegenwoordig moeilijk. Als zelfs vluchten of vechten tegen angst niet meer mogelijk is, is er alle reden om de angstcultuur te vrezen. Weerbaarheid is nodig, vooral tegen bangmakerij.

Van historica en journaliste [Bina Ayar](#) verscheen in 2023 bij Uitgeverij Blauwburgwal het boek [De Maakbare Mens](#).

Wynia's Week verschijnt nu drie keer per week! De groei en bloei van Wynia's Week is te danken aan de donateurs. Doet u al mee? Doneren kan op verschillende manieren. Kijk [HIER](#). Hartelijk dank!