



## De Verdieping

### Bezinning-via-de-mail – 7e ronde

“Een ramp is wat jij ervan maakt.”

1)

Het thema is ‘Een ramp is wat jij ervan maakt’. Meer info op 2<sup>e</sup> pagina.  
We wisselen hierover uit via de mail, binnen een ‘besloten groep’. Max 10 deelnemers.

2)

Daartoe polsen we vooraf alle regelmatige deelnemers aan De Verdieping of ze mee willen doen.  
**Deadline van aanmelding** voor het thema van de 7<sup>e</sup> ronde is **23 januari**.

3)

Degenen die zich aanmelden, gaan ermee akkoord dat hun naam en e-mailadres beschikbaar wordt gesteld voor deze ‘besloten groep’.

4)

We vragen je om je overdenking uit te werken en een **TEKST** te versturen aan de deelnemers van de ‘besloten groep’. De namen en e-mailadressen van de besloten groep ontvangen jullie z.s.m.

5)

De **TEKST** mag een paar regels zijn, maar ook langer. Maar dan graag maximaal 250 woorden.

6)

Het staat een ieder vrij om al dan niet te **REAGEREN OP DE OVERDENKING OF OP DE REACTIE VAN EEN ANDER**. Je mag ook louter toehoorder zijn.

7)

Graag je reactie sturen aan alle deelnemers. Zo kan er desgewenst een kettingreactie ontstaan op één bepaalde overdenking. Maar er kan ook een lange ketting ontstaan van alle overdenkingen en reacties op elkaar, zodat er als het ware een lang gesprek ontstaat. Het is aan jullie.

8)

We nemen **2-3 weken** voor dit thema.

9)

Aanmelden voor deze ronde kan **tot 23 januari**, via E [Karinadehaan@ziggo.nl](mailto:Karinadehaan@ziggo.nl)  
Of via <https://www.deverdieping-assen.nl/aanmelden/>

Corrie Snelder & Karina de Haan

16 januari 2021

## Toelichting Thema ‘Een ramp is wat jij ervan maakt’

*“Wat mensen dwarszit, zijn niet de dingen zelf, maar hun oordeel over de dingen. De dood bijvoorbeeld is niets engs. Anders was Socrates er wel bang voor geweest. Het oordeel dat de dood eng is – dát is iets om bang voor te zijn.”*

Epictetus (uit het boek *Encheiridion*, vrij vertaald)

„Hoe wij met situaties omgaan, dat is wie wij zijn, vinden stoïcijnen”. „Wie je bent, is dus niet afhankelijk van je omstandigheden.

- Hoe ga jij om met de ‘ramp corona’?
- Spreekt de opvatting van de Stoïcijnen je aan? Of laat je je door andere zienswijzen inspireren?

### Lezenswaardige artikelen:

In het werk van de oude stoïcijnen staan opvallend bruikbare wijsheden om van je coronastress af te komen. „In plaats van te hamsteren, kun je beter je oma bellen.”

<https://www.nrc.nl/nieuws/2020/03/30/eeuwenoude-filosofen-hebben-goede-tips-tegen-corona-angst-a3995302>

Doe zoals de stoïcijnen en die pandemie valt reuze mee, leert cabaretier-filosoof Tim Fransen ons: <https://www.volkskrant.nl/a-b107e179>