

Waarom halen de meeste voornemens het einde van januari niet?

Een nieuw jaar: drie dikke zoenen, alle geluk en succes. En wat zijn de goede voornemens? Meer tijd voor jezelf? Meer tijd met je kinderen, partner, vrienden, of wie of wat je ook maar lief is? De kans is groot dat deze erbij zitten. Want hoewel we objectief gezien nog nooit zoveel tijd hebben gehad omdat we alsmaar ouder worden, leven velen van ons in ademnood met een gevoel van chronisch tekort aan tijd. We moeten van alles, waardoor we te weinig tijd ervaren voor wat we echt willen. Als we al zouden weten wat we écht willen.

Aan onze goede voornemens zal het niet liggen. We maken ze elk jaar opnieuw. Helaas dikwijls dezelfde, alsof iets ons tegenhoudt om ze nu al te realiseren. Het idee dat we alle tijd hebben misschien? Ook al komt die tijd pas als we op pensioen zijn. Maar is het wel dat soort tijd waar we naar op zoek zijn?

Dromen of dagdromen

Zittende op een parkbankje, zat ik te dagdromen over dit onderwerp: goede voornemens, het verlangen te veranderen en dromen over wie we kunnen zijn. Vanuit mijn ooghoeken kwam een stok voorbijgevlogen. Daarachteraan een hond en daarachter het baasje. Het was een oudere vrouw met een bijzonder jeugdige energie. Haar gezicht vol rimpels maar haar ogen vol leven. Ik denk dat ze mijn nieuwsgierige blik zag want we raakte aan de praat. Al snel ging ons gesprek net zo diep als de dagdroom waarin ik was beland.

Ze had veel gereisd en haar leven gewijd aan het opzetten van weeshuizen in arme landen. Zelf had ze niet veel maar maakte zich geen zorgen over de dag van morgen. Noch wat mensen van haar vinden: *"Ik ben niet geïnteresseerd wat mensen van mijn vinden. Ik ben geïnteresseerd wat het Leven van mij vindt en dat is mijn enige criterium"*. Haar ogen vastberaden en twinkelend tegelijk. *"Maar hoe weet je wat het Leven van je vindt?"* vroeg ik haar. Ze keek me aan alsof ze iets wilde gaan uitleggen. Maar ze was wijs genoeg om te weten dat uitleggen van ideeën en concepten hier niet volstaan. Dus vervolgende ze met een anekdotisch verhaal. Eentje die me tot de dag van vandaag is bijgebleven:



*"Ik zal je iets over mijn vader vertellen. Zijn hele leven is hij landbouwer geweest. Degelijk en toegewijd, maar vooral plichtsgetrouw. Hij nam de boerderij van zijn (voor)ouders over omdat dat werd verwacht. Hij ging daarom na zijn basisonderwijs niet verder studeren, ook al ging er zo een wetenschapper aan hem verloren. Zijn hele leven heeft hij - in het beetje tijd dat hij overhad - zich bijgelezen over algebra, fysica en techniek. Hij was waarschijnlijk de meest belezene boer die er rondliep. Soms zette hij iets op papier en legde mij het trots en bevlogen uit: de relativiteitstheorie in eigen woorden of een technisch uitgewerkt concept voor fietsknipperlichten. Hij heeft weinig met zijn kennis gedaan. Hij deed dag in dag uit wat van hem verwacht werd: koeien melken en akkers bewerken.*

*In 1987 kreeg hij 2 hersenbloedingen. Hij overleefde ze, maar er was hersenschade. Geheugenverlies, concentratiestoornissen, maar vooral... het maakte hem een ander mens. Wetenschap was niet meer belangrijk voor hem, het boerenleven nog minder. Er was maar één ding heel opvallend aanwezig sindsdien. En dat was verdriet. Onvervuld verlangen. Spijt over gemaakte en vooral niet gemaakte keuzes. Mijn getrainde kinderoog had die weggemoffelde emoties altijd gezien. Maar ze werden overspoeld door de dagelijkse sleur, de macht der gewoonte, het doen wat hij dacht dat hij moest doen. De barsten in zijn hersenen hadden die laag er nu blootgelegd.*

*Er waren geen verwachtingen meer in te lossen; het was simpelweg te laat. Hij was de 80 gepasseerd en dat besepte hij. Er was nog tijd om te overleven, maar niet meer om te leven. Hartverscheurend spijtig." Ze vervolgde: "Sindsdien heb ik mezelf beloofd nooit meer wensen, verlangens of dromen uit te stellen. Zijn dood heeft mij doen leven. Mijn enige kompas hierin: dat ik het leven voel stromen door de keuzes die ik maak. Iedereen heeft dat kompas maar weinige luisteren en nog minder kijken. Inmiddels heb ik de leeftijd van mijn vader. En kan oprecht zeggen dat ik alles heb gedaan wat ik wilde. Ik kan vredig sterven. Dood is voor mij pure compassie. Omdat het op het juiste moment komt."*

Deze ontmoeting is precies wat ik nodig had bedacht ik me. Terwijl ik even naar de strak blauwe lucht keek om haar verhaal binnen te laten komen. Toen ik terugkeek was ze ineens weg. Waar was ze gebleven? Was ze echt hier? Of was ik aan het dagdromen?



### Leven of overleven?

Carl Jung had gelijk: er is niets zo stimulerend voor een kind als het niet geleefde leven van zijn ouders. Als kind lijkt een leven eeuwig te duren, als volwassene zijn we druk bezig met rennen, springen, vliegen, duiken, vallen, opstaan en weer doorgaan. Het is voorbij voor je het beseft en dan vraag je je af: Was dit het? Ja, dat was het. Niets meer, niets minder. Maar waarom halen de meeste voornemens dan het einde van de maand januari niet?

Misschien is het nuttig even stil te staan wat je precies met je tijd wil gaan doen of aan welke soort tijd je behoefte hebt. In ons centrum ondersteunen we mensen in het (terug)vinden van hun dromen en het stoppen met patronen die tegenwerken. Wij staan klaar voor iedereen die deze vraag herkent en erkent om met liefde en plezier te ondersteunen in zijn of haar weg.

