

GEWOONTEDIER

Een mens is een gewoontedier, dat is algemeen bekend. Ingebakken patronen zijn hardnekkig.

Waarom ren ik op vrijdagavond steevast naar de ijskast voor bier en trek ik een zak chips open? Geen zin in op maandag- of dinsdagavond, maar op vrijdagavond is die behoefte niet te onderdrukken. Ik kan me al verheugen op het 'sjloelking' geluid van de opener die de dop van de fles laat vliegen, en op het geknisper van de zak die openscheurt. Niks menselijks is ons vreemd, en zeker mij niet.

Of nog erger, waarom heb ik jarenlang melk en suiker in de koffie gedaan? Waarschijnlijk omdat ik dat vanuit mijn lang vervlogen jeugd heb meegekregen. Moeder kwam langs met roomkannetje en suikerpot. Gezelliger kon niet. Maar vond ik de melk en suiker ook lekker? Toen ik daar zo'n tien jaar geleden mee stopte, ontdekte ik dat de koffie er alleen maar beter door ging smaken. Méér koffie en minder suikerspin, zal ik maar zeggen.

En stopte het maar bij de melk en suiker. Niks hoor, dat is pas het begin: boter op mijn brood? Gewoonte. Mayonaise bij de gebakken aardappelen? Gewoonte. Vlees in plaats van pindakaas, of tomaat op brood? Gewoonte. Duizenden dingen doen we uit gewoonte. Niet omdat het lekkerder, beter, gezonder, of economisch voordeliger is. Verre van dat. Vaak is het tegendeel het geval, maar dat doet er niet toe.

Een ezel stoot zich geen twee keer aan dezelfde steen, maar wij mensen hebben daar geen enkele moeite mee.

Is het dan zo moeilijk om van de bekende weg af te wijken, je gedrag of leefpatroon te veranderen? Blijkbaar wel.

Waarom speel ik al dertig jaar met een Babolat tennisrac-

ket en niet met Prince of Head?

Geen idee. Ik ben geen tenniscrack en als je me met drie verschillende rackets laat spelen merk ik het verschil niet.

Waarom, denk je, doen banken hun uiterste best om kinderen en jongeren te lokken, ook al gaat het slechts om zakgeld of de grijpstuiver die op zaterdag als vakkenvuller in de lokale supermarkt verdiend wordt? Omdat ze weten dat wanneer de keuze voor hun bank is gemaakt dit meestal voor het leven is.

Er rest dus niets anders dan het gewoontedier in ons te temmen.

Op de meest vreemde momenten krijg ik de meest gekke gedachten.

Een paar maanden geleden stond ik me te scheren voor de spiegel en trok met mijn mesje in strakke banen het scheerschuim weg op mijn huid. Gewoontedier, dacht ik ineens, terwijl ik mezelf een tikje verwilderd in de spiegel aankeek.

Sinds mijn pubertijd scheer ik mezelf met scheerzeep. Wie heeft me dat ooit opgedragen, wie heeft me gezegd dat dat zo moet? Reclame, iedereen doet het, vast onderdeel van het ochtendritueel? God mag het weten.

Dit gewoontediertje moest ook maar eens getemd worden. Ik besloot de proef op de som te nemen. Al ruim drie maanden scheer ik me zonder zeep en het effect is magistraal. Mijn vrouw zei laatst: "Wat is je huid tegenwoordig glad." Ja, nogal logisch! Voor het eerst in mijn leven zie ik eindelijk wáár ik scheer, zonder belemmerd te worden door een dikke laag zeep. Het fijne knerpen van het mesje over de stoppels op mijn kin is welhaast een fysieke ervaring. Kortom: beter, goedkoper en geen vervuiling. Een leven lang oogkleppen op en hup, het gewoontedier achterna. Moraal: zoek het gewoontedier in je consumptiepatroon en pak het aan!

Vorige week maakte ik een lange wandeling met een goede vriend over het strand. We vertellen elkaar alles, ook de stomste verhalen. Scheerzeep dus. Ik vertelde hem over mijn recente ontdekking van de nutteloosheid, zelfs schadelijkheid van scheerzeep. Hij keek me meewarig aan.

“Ik gebruik al twintig jaar geen scheerzeep.”

“Meen je dat?” vroeg ik enigszins bedremmeld.

“En ik zal je nog eens wat vertellen,” ging hij verder, zonder acht te slaan op mijn gepruttel. “De volgende die je zult ontdekken is de shampoo.”

“Hoezo?” stamelde ik.

“Ik gebruik al tien jaar geen shampoo meer,” zei hij, terwijl hij mij vanonder een zijdezacht golvende haardos triomfante-lijk aankeek.

Meer dan de helft van de mannen doet bij het scheren de kraan steeds dicht (55 procent).

Het waterverbruik per persoon bij het scheren is 4,9 liter per dag.

49 procent van de mannen scheert zich meestal nat, 44 procent van de mannen scheert zich meestal elektrisch.

Bron: The Shaving Institute