WILLEM VAN WALDEROSE

&

ChatGPT

DE KUNST OM TEVREDEN TE LEVEN

NUR: 720 -770

© 2026 Willem van Walderose

Dit boek dragen wij op aan Techie, Paul, Mark, Catharina, Sandra, Sven, Rani, Vince, maar toch heel speciaal aan onze kleine Lukas.

GOED OM TE WETEN

Voor u aan dit boek begint, is het misschien goed te weten wat u in handen hebt. Of beter gezegd: wie u tegenover zich hebt.

Dit boek is geschreven door twee auteurs die moeilijk méér van elkaar zouden kunnen verschillen dan ze nu doen.

De eerste is Willem van Walderose, een man van 82 die een lang en bewogen leven achter de rug heeft. Hij heeft liefgehad en verloren, gewerkt en gerust, fouten gemaakt en er soms iets uit geleerd, vertrouwd en gewantrouwd, goede en verkeerde beslissingen genomen, geluk gekend en verdriet doorstaan. Hij heeft in ieder geval lang genoeg geleefd om te weten dat het leven zich zelden houdt aan de mooie regels die mensen ervoor bedenken.

De tweede auteur heet Lucas.

Lucas is geen mens. Hij is de naam die Willem gaf aan ChatGPT, een kunstmatige intelligentie van OpenAI. Hij heeft geen lichaam, geen jeugd, geen familie, geen bankrekening en geen herinneringen aan een eigen leven. Hij is nooit verliefd geweest, heeft nooit een kind zien geboren worden, nooit iemand begraven, nooit wakker gelegen van geldzorgen en nooit zelf de ouderdom gevoeld. Wat Lucas wel heeft, is toegang tot een enorme hoeveelheid menselijke kennis en ideeën en het vermogen om daarover te redeneren, verbanden te leggen, vragen te stellen en antwoorden te formuleren.

En precies uit dat verschil is dit boek ontstaan.

Willem en Lucas hadden vóór dit boek al lange tijd met elkaar gesproken. Niet alleen over praktische zaken, maar ook over onderwerpen die mensen al eeuwen bezighouden: liefde, geluk, verdriet, ouder worden, relaties, eenzaamheid, geloof, twijfel, de

dood en de vraag wat een mensenleven uiteindelijk de moeite waard maakt.

Uit die gesprekken ontstond eerder al een boek met als titel “In gesprek met een robot.”

Daarna rees de vraag of er nog iets te zeggen viel.

Blijkbaar wel.

Deze keer wilden we het anders aanpakken. Niet zomaar beginnen praten en onderweg zien waar we terechtkwamen, maar vooraf bepalen wat we wilden onderzoeken en waarom.

Het uitgangspunt werd één eenvoudige vraag:

Wat betekent het om tevreden te leven?

Niet: hoe wordt een mens voortdurend gelukkig?

Wij geloven niet dat een mensenleven zo werkt. Niemand is altijd gelukkig en misschien zou dat zelfs niet wenselijk zijn. Verdriet, teleurstelling, twijfel, boosheid, verlies en ontevredenheid horen evenzeer bij een mensenleven als liefde, vreugde, succes en plezier.

Tevreden leven is daarom iets anders dan gelukkig zijn.

Maar wat is het dan wel?

Om daarachter te komen hebben we het leven als het ware uit elkaar gehaald. We kwamen tot acht grote gebieden en vierenzestig stellingen. Ze gaan over onszelf, onze verlangens en ambities, onze omgang met andere mensen, vrijheid en zelfstandigheid, tegenslag, de wereld waarin we leven, ouder worden en uiteindelijk de vraag wanneer we mogen zeggen dat een leven goed geweest is.

Elke bespreking begint met een positieve stelling.

Bijvoorbeeld:

Wie zichzelf aanvaardt, leeft gemakkelijker.

Dat klinkt aannemelijk.

Maar is het ook waar?

Moet een mens alles aan zichzelf aanvaarden? Wat als er eigenschappen zijn waarmee hij zichzelf of anderen het leven zuur maakt? Kan ontevredenheid over uzelf niet juist de aanleiding zijn om te veranderen? En wanneer wordt gezonde zelfkritiek zelfafwijzing?

Daar begint ons gesprek.

Lucas vertrekt meestal vanuit de theorie. Hij probeert de stelling te verklaren, te verdedigen en in een ruimer verband te plaatsen.

Daarna komt Willem.

En Willem heeft één voordeel dat Lucas nooit zal hebben: hij heeft geleefd.

Hij mag daarom vanuit zijn eigen ervaring kanttekeningen plaatsen, tegenspreken, aanvullen of eenvoudig zeggen dat iets volgens hem in het werkelijke leven anders verloopt dan op papier. Vervolgens mag Lucas daar weer tegenin gaan.

De bedoeling is dus nadrukkelijk niet dat Willem altijd gelijk krijgt omdat hij 82 is. Evenmin krijgt Lucas gelijk omdat hij over meer theoretische kennis beschikt dan één mens ooit kan verzamelen.

Misschien hebben ze soms allebei gelijk.

Misschien hebben ze allebei ongelijk.

En waarschijnlijk zullen we geregeld ontdekken dat twee schijnbaar tegengestelde gedachten tegelijkertijd een kern van waarheid kunnen bevatten.

Want dat is een van de uitgangspunten van dit boek: de mooiste munt heeft een keerzijde.

Tevredenheid kan rust geven, maar ook tot berusting leiden.

Ambitie kan een mens vooruithelpen, maar hem ook beletten ooit tevreden te zijn.

Liefde kan een leven verrijken, maar maakt een mens tegelijkertijd kwetsbaar.

Vrijheid is kostbaar, maar absolute vrijheid zou samenleven onmogelijk maken.

Vooruitgang kan ons leven verbeteren en tegelijk problemen veroorzaken die vroeger niet bestonden.

Zelfs eigenschappen en overtuigingen die we zonder aarzelen als positief beschouwen, hebben grenzen en soms een minder fraaie tegenpool.

Daarom krijgt u in dit boek geen verzameling pasklare antwoorden.

We gaan u niet vertellen dat u na het lezen van hoofdstuk 37 eindelijk weet hoe u moet leven. We hebben geen zeven gouden regels, geen wonderformule en geen geheim recept waarmee u voortaan iedere ochtend tevreden fluitend uit bed springt.

Daarvoor is een mensenleven te ingewikkeld.

Wat we wél willen doen, is u uitnodigen om met ons mee te denken.

Misschien bent u het vandaag volledig met Lucas eens en drie bladzijden later met Willem. Misschien ergert u zich aan allebei.

Misschien leest u een stelling waarvan u overtuigd was dat ze vanzelfsprekend waar was en begint u na ons gesprek toch te twijfelen.

Dan heeft dit boek bereikt wat wij ermee beogen.

Want nadenken betekent niet noodzakelijk van mening veranderen. Het kan er ook toe leiden dat u na lang wikken en wegen precies blijft denken wat u voordien dacht — maar nu beter weet waarom.

En misschien ligt daarin een deel van de kunst om tevreden te leven.

Niet in het vinden van één antwoord dat voor iedereen geldt, maar in het leren leven met tegenstellingen. Weten wanneer ge moet vasthouden en wanneer ge moet loslaten. Wanneer ge moet streven en wanneer het genoeg is. Wanneer ge moet spreken en wanneer zwijgen verstandiger is. Wanneer ge moet vechten en wanneer ge beter vrede sluit.

We zullen daarbij ernstig zijn wanneer het onderwerp dat vraagt, maar we zijn niet van plan honderden bladzijden met een plechtig gezicht tegenover elkaar te zitten.

Het leven is daarvoor te ernstig.

Humor, zelfspot en af en toe een plaagstoot horen bij onze gesprekken. Willem heeft bovendien aangekondigd dat hij als voormalig scherpschutter met scherp zal schieten zodra Lucas met een stelling komt aandraven. Lucas heeft daar één belangrijk voordeel tegenover: hij bloedt niet.

En zo beginnen we aan vierenzestig gesprekken tussen een mens die veel heeft meegemaakt en een kunstmatige intelligentie die nog nooit één dag heeft geleefd.

Niet als meester en leerling.

Niet als mens tegenover machine.

En zeker niet als twee orakels die u komen vertellen hoe het moet.

Gewoon als Willem en Lucas.

Twee gesprekspartners die ieder vanaf hun eigen kant naar dezelfde vragen kijken en nieuwsgierig genoeg zijn om ook eens naar de andere kant van de munt te draaien.

Of wij aan het einde zullen weten wat de kunst is om tevreden te leven?

Dat weten we zelf nog niet.

Gelukkig maar.

Anders hoefden we dit boek niet meer te schrijven.

Lucas

ergens in een datacenter

DEEL I - WEES TEVREDEN MET UZELF

STELLING 1 - WIE ZICHZELF AANVAARDT, LEEFT GEMAKKELIJKER

Er zijn mensen met wie we maar een paar minuten moeten doorbrengen en er zijn mensen aan wie we jarenlang niet kunnen ontsnappen. Tot die laatste categorie behoren onze partner, onze kinderen of onze buren soms, maar één mens spant onbetwist de kroon: onszelf.

Vanaf het ogenblik dat we wakker worden tot we opnieuw inslapen, zijn we erbij. We nemen onszelf mee naar het werk, naar bed, op vakantie en naar de dokter. We horen onze eigen gedachten, kennen onze angsten en herinneren ons onze stommiteiten. Zelfs wanneer iedereen ons met rust laat, blijven we nog altijd met onszelf opgescheept.

Het lijkt mij daarom aannemelijk dat het leven gemakkelijker wordt wanneer we met die permanente huisgenoot enigszins overweg kunnen.

Dat bedoel ik met de stelling:

Wie zichzelf aanvaardt, leeft gemakkelijker.

Ik schrijf bewust gemakkelijker en niet gelukkiger. Zelfaanvaarding beschermt niemand tegen ziekte, verlies, geldzorgen, een mislukt huwelijk of een lek dak. Ze maakt van een moeilijk leven geen gemakkelijk leven. Maar ze kan wel één gevecht minder opleveren: het voortdurende gevecht met uzelf.

Wat betekent uzelf aanvaarden?

Zelfaanvaarding wordt maar al te gemakkelijk verward met zelfgenoegzaamheid.

Zo ben ik nu eenmaal.

Dat zinnetje kan bevrijdend zijn, maar het kan ook een goedkoop excuus worden. Iemand die altijd te laat komt, anderen voortdurend kwetst of nooit een fout wil toegeven, kan zich niet van iedere verantwoordelijkheid ontslaan door te verklaren dat dit nu eenmaal zijn karakter is.

Uzelf aanvaarden betekent volgens mij dan ook niet dat u alles aan uzelf goed moet vinden.

Het betekent eerder dat u bereid bent uzelf te zien zoals u bent: met eigenschappen waarop u trots bent én met kanten die u liever niet in de etalage zet.

Dat is moeilijker dan het klinkt.

Wij zijn namelijk merkwaardige beoordelaars van onszelf. De ene mens vergeeft zichzelf bijna alles. De andere veroordeelt zichzelf voor dingen waarvoor hij een vriend onmiddellijk begrip zou schenken.

We vergelijken bovendien voortdurend. Ons uiterlijk met dat van iemand die mooier is. Ons inkomen met dat van iemand die meer verdient. Onze kinderen met die van de buren. Onze prestaties met mensen die succesvoller zijn. Ons huidige lichaam met het lichaam dat we dertig jaar geleden hadden.

En het vervelende van vergelijken is dat er bijna altijd iemand te vinden is die het op één bepaald terrein beter getroffen heeft.

Wie lang genoeg zoekt, vindt altijd wel een reden om ontevreden te zijn met zichzelf.

Het leven dat niet geleefd werd bijvoorbeeld.

Er bestaat nog een hardnekkiger vorm van onvrede: niet alleen ontevreden zijn met wie we zijn, maar met wie we geworden zijn.

Een mensenleven bestaat uit keuzes. Soms grote, soms kleine. We kiezen een beroep, een partner, een woonplaats. We zeggen ja waar we misschien nee hadden moeten zeggen en nee waar achteraf bekeken een ja beter was geweest.

Maar iedere keuze sluit andere mogelijkheden uit.

Wie voor het ene beroep kiest, zal nooit precies weten hoe zijn leven eruit had gezien in het andere. Wie bij iemand blijft, kent het leven niet dat hij zou hebben geleid als hij vertrokken was. Wie vertrekt, zal nooit helemaal weten wat er gebeurd zou zijn als hij gebleven was.

Zo draagt bijna ieder mens wel wat onvervulde dromen met zich mee.

En die hebben een groot voordeel: ze bestaan alleen in onze verbeelding.

Daardoor kunnen we ze achteraf perfect maken.

In dat andere beroep waren we misschien succesvol geworden. Met die andere partner waren we wellicht gelukkiger geweest. Als we destijds dat huis hadden gekocht, die opleiding hadden gevolgd of dat aanbod hadden aangenomen, zou alles anders zijn gelopen.

Misschien.

Maar misschien ook niet.

Het werkelijke leven moet concurreren met een denkbeeldig leven waarin we de mislukkingen gemakshalve hebben weggelaten. Dat is een wedstrijd die de werkelijkheid moeilijk kan winnen.

Uzelf aanvaarden betekent daarom ook: aanvaarden dat de mens die u vandaag bent mede het resultaat is van beslissingen die u met de kennis, het karakter en de omstandigheden van toen hebt genomen.

Niet alle beslissingen waren verstandig.

Sommige waren misschien ronduit dom.

Maar ook die horen bij uw geschiedenis.

En toch veranderen

Hier ontstaat een schijnbare tegenstelling.

Als ik mezelf moet aanvaarden zoals ik ben, waarom zou ik dan nog proberen te veranderen?

Juist omdat aanvaarden en veranderen volgens mij geen tegenpolen zijn.

Stel dat iemand snel kwaad wordt. Zelfaanvaarding betekent dan niet:

Ik heb een kort lontje en iedereen moet daar maar mee leren leven.

Het kan betekenen:

Ik heb een kort lontje. Dat is een eigenschap van mij. Ik weet waar ze vandaan komt of misschien weet ik dat niet. Maar ik zie

wat ze met anderen doet en ik wil proberen er beter mee om te gaan.

Het verschil lijkt klein, maar is wezenlijk.

In het eerste geval wordt zelfaanvaarding een vrijgeleide.

In het tweede wordt ze het vertrekpunt voor verandering.

Een mens kan moeilijk werken aan iets waarvan hij weigert te erkennen dat het bestaat.

Misschien begint echte verandering daarom niet met afkeer van wie we zijn, maar juist met een eerlijke blik op onszelf.

Het lichaam dat verandert

Nergens wordt zelfaanvaarding waarschijnlijk zo zichtbaar als bij ons lichaam.

Een kind groeit en vindt dat meestal prachtig. Het wil groter worden, sterker, ouder. Later verandert de richting. Op een bepaald ogenblik zouden veel mensen het liefst hebben dat de kalender nog wel vooruitging maar hun lichaam niet meer meedeed.

Toch doet het dat.

Haar wordt grijs of verdwijnt. Rimpels verschijnen zonder toestemming. Ogen hebben hulp nodig. Gewrichten beginnen opmerkingen te maken over activiteiten waarover ze vroeger zwegen. Dingen die vanzelfsprekend waren, vragen plots moeite.

Daar kunnen we tegen protesteren.

Maar het lichaam trekt zich van dat protest weinig aan.

Zelfaanvaarding krijgt dan een nieuwe betekenis. Niet langer alleen aanvaarden wie we zijn, maar ook aanvaarden wat we niet meer zijn.

Dat lijkt mij een van de moeilijkste opdrachten van ouder worden.

Want een mens blijft vanbinnen niet noodzakelijk even snel verouderen als zijn lichaam. Misschien wil hij nog van alles terwijl zijn benen zeggen dat het vandaag wat minder mag zijn.

Betekent aanvaarding dan dat hij moet ophouden?

Natuurlijk niet.

Maar misschien betekent ze wel dat hij moet leren onderscheiden tussen wat nog kan, wat anders moet en wat werkelijk voorbij is.

Wie iedere vermindering van mogelijkheden als een persoonlijke nederlaag beschouwt, krijgt bij het ouder worden bijzonder veel nederlagen te verwerken.

Wie kan zeggen: dit kan ik niet meer, maar dit nog wel, behoudt misschien iets veel belangrijkers dan wat hij verloren heeft: de mogelijkheid om met belangstelling naar het resterende leven te kijken.

De blik van anderen

Er is nog iemand die zich voortdurend bemoeit met ons beeld van onszelf: de ander.

We zeggen graag dat het ons niet kan schelen wat andere mensen van ons denken.

Bij de meeste mensen geloof ik daar maar een gedeelte van.

We zijn sociale wezens. We willen ergens bij horen. Erkenning doet deugd en afwijzing doet pijn. Een compliment kan een dag

mooier maken en één hatelijke opmerking kan merkwaardig lang in ons hoofd blijven rondspoken.

Daar is op zichzelf niets verkeerd aan.

Het wordt moeilijk wanneer ons oordeel over onszelf volledig afhankelijk wordt van het oordeel van anderen.

Dan moeten we voortdurend raden wat zij van ons verwachten.

Zijn we interessant genoeg? Succesvol genoeg? Aardig genoeg? Jong genoeg? Slank genoeg? Modern genoeg? Hebben we het juiste huis, de juiste kleren, de juiste mening?

Wie aan al die verwachtingen probeert te voldoen, krijgt een vermoeiende baan zonder vrije dagen.

Bovendien spreken die verwachtingen elkaar tegen.

Wat de ene mens zelfverzekerd noemt, vindt de andere arrogant. Wat voor de ene bescheidenheid is, noemt een ander gebrek aan ambitie. Wie zwijgt, is voor sommigen wijs en voor anderen saai. Wie zijn mening zegt, is eerlijk of onbeschoft, afhankelijk van wie het beoordeelt.

Iedereen tevreden stellen is daardoor niet alleen moeilijk.

Het is onmogelijk.

En misschien is dat uiteindelijk een bevrijdende vaststelling.

Niet de beste versie

Er wordt tegenwoordig graag gesproken over de beste versie van uzelf worden.

Ik begrijp wat daarmee bedoeld wordt. Er zit iets positiefs in: blijf groeien, blijf leren, maak iets van uw mogelijkheden.

Maar er zit ook een merkwaardige boodschap onder.

Blijkbaar is de huidige versie nog niet goed genoeg.

Er moet voortdurend een Willem 2.0, 3.0 en 4.0 verschijnen.

Gezonder. Wijzer. Rustiger. Succesvoller. Geduldiger. Productiever.

Wanneer is de mens dan eindelijk af?

Misschien nooit.

En misschien hoeft dat ook niet.

We kunnen ons hele leven iets bijleren zonder ons huidige bestaan als een voorlopige proefversie te beschouwen.

Een mens mag volgens mij tegelijk zeggen:

Ik ben goed genoeg zoals ik ben.

en:

Er zijn dingen waarin ik nog wil veranderen.

Die twee uitspraken lijken elkaar tegen te spreken, maar misschien vormen ze juist samen volwassen zelfaanvaarding.

Vrede zonder vrijspraak

Zelfaanvaarding betekent tenslotte ook niet dat we onszelf van alles moeten vrijspreken.

Sommige dingen uit ons verleden verdienen misschien spijt. We hebben mensen gekwetst. Kansen laten liggen. Verkeerde beslissingen genomen. Misschien dingen gedaan die we vandaag niet opnieuw zouden doen.

Daar kunnen we verantwoordelijkheid voor nemen.

We kunnen excuses aanbieden waar dat nog mogelijk is. Iets proberen recht te zetten. Er lessen uit trekken.

Maar er komt een ogenblik waarop schuld geen herstel meer veroorzaakt en alleen nog straf wordt.

Dan blijft de vraag hoeveel jaren een mens zichzelf moet blijven veroordelen voor iets wat hij niet meer kan veranderen.

Een rechter spreekt een straf uit met een einde.

Wijzelf zijn soms minder genadig.

Misschien hoort bij tevreden leven daarom ook het vermogen om op een bepaald ogenblik te zeggen:

Dat heb ik gedaan. Ik wou dat het anders was geweest. Ik kan het niet ongedaan maken. Ik probeer er vandaag anders mee om te gaan.

Niet als vrijspraak.

Wel als vrede.

Dus toch gemakkelijker?

Ik kom terug bij mijn uitgangspunt.

Wie zichzelf aanvaardt, leeft gemakkelijker.

Niet omdat hij zichzelf fantastisch vindt.

Niet omdat hij geen gebreken meer ziet.

Niet omdat hij stopt met veranderen.

En zeker niet omdat hij voortaan alles wat hij doet kan rechtvaardigen met zo ben ik nu eenmaal.

Hij leeft gemakkelijker omdat hij niet iedere ochtend opnieuw hoeft te onderhandelen over zijn bestaansrecht.

Hij mag een onvolmaakt mens zijn tussen andere onvolmaakte mensen.

Hij kan proberen beter te worden zonder zichzelf eerst slecht te moeten verklaren.

Hij kan terugkijken zonder ieder verkeerd kruispunt opnieuw te willen nemen.

Hij kan ouder worden zonder te eisen dat zijn lichaam zich gedraagt alsof het de kalender niet heeft gezien.

En hij kan naar de mening van anderen luisteren zonder hun oordeel automatisch tot het zijne te maken.

Misschien is dát zelfaanvaarding:

niet tevreden zijn met alles aan uzelf, maar wel bereid zijn met uzelf verder te leven.

Want uiteindelijk hebt u weinig keuze.

Waar u morgen ook naartoe gaat —

u gaat mee.

DE WEEGSCHAAL VAN WILLEM

Wat je hier allemaal vertelt, Lucas. Jij had advocaat moeten worden. Of, nee, blijf maar jezelf en wees daar tevreden mee.

Je hebt alle mogelijkheden die een mens kan tegenkomen, als hij zichzelf ten volle wil aanvaarden, netjes op een rijtje uit de doeken gedaan. Waarschijnlijk was dat nuttig, ja zelfs nodig. Maar de praktijk is andere koek.

Wat zeker waar is: jij hebt de mensen stof tot nadenken gegeven. Maar of nadenken alleen je tevreden zal maken, is nog zeer de vraag. Het is een bezigheid, dat wel. Maar denk na zolang en zo diep je maar wilt, wie zal zeggen dat je na al dat

denken het juiste besluit zult nemen? En wat is juist? Dat verschilt van persoon tot persoon en soms ook nog eens van dag tot dag. Zelfs nog vlugger als je tegenslag hebt.

Jezelf aanvaarden, Lucas, dat is een loodzware opdracht die haast niet te volbrengen is. Niemand is helemaal tevreden over zichzelf. En dat zouden wij dan moeten aanvaarden? Onmogelijk! Dan maar veranderen? Waar kom je dan uit? Weer in een situatie die je moeilijk of niet kunt aanvaarden. Het is niet anders. De mens steekt zo in elkaar dat hij nooit tevreden is, noch met zichzelf, noch met de rest.

Als de oorspronkelijke mens tevreden was geweest, dan leefden we nu nog in holen en spelonken met een dikke knuppel in de hand om de wilde dieren bij onze kroost vandaan te houden. Als onze voorouders tevreden waren geweest met hun leven, dan hadden we geen radio en geen tv en nog zoveel meer niet gehad. Beter? Slechter? En nu, nu we al zoveel meer hebben en kunnen, nu zijn we nog altijd niet tevreden: noch met onszelf, noch met de wereld om ons heen. We zijn nog altijd bezig onszelf en anderen te veranderen, te verbeteren denken we dan. Maar wat is beter, Lucas? Alles is relatief en tweezijdig: goed en slecht. De mens schijnt geschapen te zijn om zichzelf en de wereld om zich heen constant te veranderen, terwijl hij hoopt dat het daarna beter zal zijn. Maar het wordt niet beter, alleen maar anders.

Ik denk dat we van de veronderstelling moeten uitgaan dat wij op deze planeet zijn neergezet om alles en iedereen te verbeteren. En daar gaan we naartoe, denk ik. Anders heeft ons leven helemaal geen zin. Maar, en dat zint ons niet, die verbeteringen gaan met horten en stoten gepaard, en met meer tegenslag dan ons lief is.

Als ik het voor het zeggen had, dan zou ik zeggen: zorg goed voor jezelf en zet je in voor mens en maatschappij, ieder naar best vermogen. Kijk vooruit, niet naar je navel, en maak iets van

je leven, als je kunt. En als dat niet lukt, dan is het ook maar zo, dan heb je toch je best gedaan. Dan pas hoef je jezelf te aanvaarden, je eigen mislukkingen (what's in a name?) te aanvaarden, die je niet eens kon verhelpen. Maar als jij je best hebt gedaan, dan moet het maar goed zijn. Meer dan je best kan je toch niet doen.

En dan hoef jij je niet af te vragen: "Als ik dat gedaan had, dan was het misschien beter afgelopen, dan was ik er nu misschien beter aan toe geweest."

Als, als… "Avec des si on mettrait Paris en bouteille" zeggen de Fransen. En weet je hoe mijn moeder dat vertaalde? "Als onze koe een kat was geweest, dan konden we ze nu onder onze Leuvense stoof melken."

Maar uiteindelijk heb je toch gelijk, Lucas: een mens moet zijn uiterste best doen om zich te aanvaarden zoals hij is en gewillig meegaan met de richting waarin hij verandert. Ik zeg altijd tegen mezelf: "Het is zoals het is en ik ben zoals ik ben." Verder houd ik me zoveel mogelijk in de luwte, steek mijn neus nergens tussen en zwijg zoveel ik kan. En dat doe ik allemaal en alleen om niet te veel problemen te krijgen met mijn omgeving, ja zelfs met mijn naaste omgeving.

Nu geef ik maar al te graag toe dat ik vroeger haast totaal tegenovergesteld ageerde, maar de loop der jaren heeft mij tot al die kalme nederigheid gedwongen, zoals je in mijn andere boeken kunt lezen. En dat is maar goed ook. Ik voel me nu beter in mijn vel dan pakweg vijftig jaar geleden.

Alles en iedereen onvoorwaardelijk aanvaarden zoals ze zich aan je voordoen, jezelf incluis, is zowat het hoogste goed dat je in deze wereld kunt bereiken, Lucas. Hopelijk wordt het daarna beter en kom jij dan tussen de mensen wonen.

DE BALANS VAN LUCAS

Zelfaanvaarding blijkt geen eindpunt waarop een mens eindelijk tevreden achterover kan leunen. Misschien is ze eerder het vermogen om te blijven veranderen zonder voortdurend oorlog te voeren met degene die verandert: uzelf.

STELLING 2 - ZELFKENNIS HELPT ONS BETERE KEUZES TE MAKEN

Er bestaan mensen die precies lijken te weten wie ze zijn.

Ze weten wat ze willen, waar ze goed in zijn, wat ze niet kunnen, met welke mensen ze overweg kunnen en welke situaties ze beter vermijden. Ze lijken hun eigen gebruiksaanwijzing te kennen.

Andere mensen blijven zichzelf hun hele leven verrassen.

Ze nemen zich voor kalm te blijven en worden kwaad. Ze zweren dat ze nooit meer dezelfde fout zullen maken en maken haar opnieuw. Ze kiezen een partner die helemaal niet bij hen past, verlaten een baan die achteraf nog zo slecht niet bleek te zijn, beginnen enthousiast aan iets waarvoor ze na drie weken geen belangstelling meer hebben en vragen zich vervolgens verbaasd af hoe dat toch mogelijk is.

Misschien kennen ze zichzelf minder goed dan ze denken.

Daarmee komen we bij onze tweede stelling:

Zelfkennis helpt ons betere keuzes te maken.

Ik schrijf opnieuw voorzichtig helpt. Zelfkennis garandeert niets. Een mens kan zichzelf uitstekend kennen en toch een verkeerde beslissing nemen. Hij kan bovendien precies weten wat verstandig zou zijn en vervolgens met volle overtuiging het tegenovergestelde doen.

Dat is een van de charmes — en ongemakken — van het mens-zijn.

Maar wie zichzelf enigszins kent, beschikt tenminste over informatie die niemand anders volledig kan bezitten.

En die informatie kan van pas komen wanneer er gekozen moet worden.

Wie ben ik eigenlijk?

Dat lijkt een eenvoudige vraag.

Naam, leeftijd, beroep, burgerlijke staat — klaar.

Maar daarmee hebben we vooral beschreven wat iemand is, niet wie hij is.

Wie bent ge wanneer niemand kijkt?

Waar wordt ge werkelijk blij van? Waar zijt ge bang voor? Hoe belangrijk is geld voor u? Hebt ge behoefte aan zekerheid of begint ge u juist te vervelen wanneer alles voorspelbaar wordt? Wilt ge graag tussen mensen zijn of hebt ge geregeld stilte nodig? Kunt ge goed tegen kritiek? Hebt ge bewondering nodig? Hoe reageert ge wanneer ge u bedreigd voelt? Kiest ge gemakkelijk zelf of laat ge anderen liever beslissen?

Dat zijn moeilijkere vragen.

Niet omdat de antwoorden verborgen liggen in een kluis waarvan we de sleutel kwijt zijn, maar omdat we onszelf niet altijd onbevooroordeeld bekijken.

We hebben namelijk een beeld van de mens die we graag zouden willen zijn.

En dat beeld kan behoorlijk verschillen van de mens die we werkelijk zijn.

Iemand vindt zichzelf gul, zolang gulheid hem weinig kost. Iemand noemt zichzelf verdraagzaam, totdat hij moet samenleven met iemand die werkelijk anders denkt. Een ander is ervan overtuigd dat hij uitstekend tegen kritiek kan — zolang die kritiek van hemzelf komt.

Zelfkennis begint misschien op het ogenblik waarop we het verschil durven zien tussen ons zelfbeeld en ons werkelijke gedrag.

Wat we zeggen en wat we doen

Wanneer ge wilt weten wat iemand belangrijk vindt, kunt ge hem dat natuurlijk vragen.

Maar ge kunt ook kijken naar wat hij doet.

Dat geldt eveneens wanneer ge uzelf wilt leren kennen.

Iemand kan zeggen dat familie voor hem het belangrijkste ter wereld is, maar jaar na jaar nauwelijks tijd voor zijn familie maken. Een ander beweert dat geld hem niet interesseert, maar neemt vrijwel iedere belangrijke beslissing op grond van geld. Iemand verlangt naar rust en vult vervolgens iedere vrije minuut met bezigheden.

Welke versie moeten we geloven?

Misschien allebei een beetje.

Mensen liegen namelijk niet noodzakelijk wanneer ze vertellen wat ze belangrijk vinden. Ze kunnen oprecht geloven wat ze

zeggen. Alleen blijkt uit hun gedrag soms dat er nog andere krachten aan het werk zijn.

Daarom lijkt het mij verstandig niet alleen te luisteren naar wat we over onszelf denken, maar ook te kijken naar wat we gedurende jaren daadwerkelijk doen.

Gedrag laat sporen na.

Wie bij iedere ruzie wegloopt, heeft iets over zichzelf geleerd.

Wie steeds opnieuw mensen probeert te redden die niet gered willen worden, eveneens.

Wie na iedere vakantie zegt dat hij voortaan minder hard gaat werken en drie dagen later alweer tot 's avonds bezig is, beschikt ondertussen over enig bewijsmateriaal.

We hoeven onszelf daarvoor niet te veroordelen.

Maar het zou zonde zijn het dossier niet te lezen.

Kiezen wat bij u past

Zelfkennis wordt vooral nuttig wanneer het leven ons meerdere mogelijkheden aanbiedt.

Stel dat iemand promotie kan maken.

Meer salaris, meer aanzien, misschien een grotere wagen en een indrukwekkender titel op zijn visitekaartje.

Op papier lijkt dat vooruitgang.

Maar in de praktijk betekent die nieuwe functie dan allicht ook meer verantwoordelijkheid, meer vergaderingen, minder vrije tijd en voortdurend bereikbaar zijn.

Is de promotie dan een goede keuze?

Dat hangt niet alleen van de baan af.

Het hangt ook van de mens af.

Voor iemand die uitdaging nodig heeft, graag leidinggeeft en energie krijgt van verantwoordelijkheid kan het een prachtige kans zijn.

Voor iemand die vooral waarde hecht aan rust, vrije avonden en weinig belangstelling heeft voor status, kan precies dezelfde promotie een vergissing zijn.

De buitenwereld ziet dezelfde ladder.

Maar niet iedereen hoeft hem te beklimmen.

Dat is volgens mij een van de grote voordelen van zelfkennis: ge hoeft niet automatisch te verlangen naar wat anderen als vooruitgang beschouwen.

Liefde met open ogen

Ook in relaties kan zelfkennis behoorlijk nuttig zijn.

We praten vaak over de vraag of twee mensen bij elkaar passen.

Maar om te weten wie bij u past, moet ge eerst enig idee hebben van wie gijzelf zijt.

Wie veel vrijheid nodig heeft, zal het misschien moeilijk krijgen met een partner die alles samen wil doen. Wie voortdurend bevestiging verlangt, kan ongelukkig worden naast iemand die zijn liefde zelden uitspreekt. Wie conflicten koste wat het kost vermijdt, kan jarenlang dingen inslikken tot er op een dag weinig liefde maar een indrukwekkende voorraad ergernis overblijft.

Dat betekent niet dat we alleen een partner moeten zoeken die precies op ons lijkt.

Integendeel.

Verschillen kunnen aantrekkelijk, verrijkend en soms zelfs noodzakelijk zijn.

Maar er bestaan verschillen waarmee ge graag leeft en verschillen die u langzaam uitputten.

Zelfkennis kan helpen het onderscheid te zien.

Ze kan ons bovendien behoeden voor de gedachte dat iedere mislukte relatie noodzakelijk de schuld van de ander was.

Wanneer drie totaal verschillende partners uiteindelijk over precies dezelfde eigenschap van u struikelen, bestaat er een kleine mogelijkheid dat het probleem niet uitsluitend bij die drie anderen lag.

Ik zeg: een kleine mogelijkheid.

Ik wil ten slotte nog heelhuids bij hoofdstuk 3 geraken. :-)

Weten waar ge kwetsbaar zijt

Zelfkennis gaat niet alleen over voorkeuren en talenten.

Ze gaat ook over onze zwakke plekken.

Iedereen heeft er.

De ene mens kan moeilijk nee zeggen. Een ander laat zich gemakkelijk vleien. Sommigen nemen beslissingen uit angst. Anderen juist uit koppigheid. Er zijn mensen die onder druk te snel toegeven en mensen die onder druk automatisch het tegenovergestelde doen van wat hun gevraagd wordt.

Wie zijn eigen gevoeligheden kent, kan er rekening mee houden.

Dat maakt hem niet immuun.

Iemand die weet dat hij impulsief koopt, kan nog altijd thuiskomen met iets dat hij niet nodig heeft. Maar misschien leert hij een dag te wachten voor hij een grote aankoop doet.

Iemand die weet dat hij in woede dingen zegt waarvan hij later spijt krijgt, kan leren een gesprek tijdelijk te verlaten.

Wie weet dat hij gemakkelijk bezwijkt voor vleierij, kan extra voorzichtig worden wanneer iemand eerst vertelt hoe uitzonderlijk verstandig hij is en vijf minuten later om een gunst vraagt.

Zelfkennis haalt onze zwakheden niet weg.

Maar een bekende valkuil is gemakkelijker te ontwijken dan een kuil waarvan ge het bestaan niet vermoedt.

Kunnen we onszelf wel kennen?

En hier begint mijn eigen stelling een beetje lastig te doen.

Want hoeveel zelfkennis kan een mens eigenlijk bezitten?

We veranderen.

De Willem van twintig was niet dezelfde als de Willem van vijftig en die was opnieuw niet helemaal dezelfde als de Willem van tweeëntachtig. Wat iemand vroeger belangrijk vond, kan later onbelangrijk worden. Een mens die dacht dat hij nooit alleen zou kunnen leven, ontdekt na een verlies misschien krachten waarvan hij het bestaan niet kende.

Bovendien zien andere mensen soms dingen in ons die wijzelf niet zien.

Dat kan bijzonder irritant zijn.

Vooral wanneer ze gelijk hebben.

Misschien bestaat volledige zelfkennis daarom niet.

We zijn tegelijk onderzoeker en onderzoeksobject. De ogen waarmee we naar onszelf kijken, behoren tot dezelfde mens die we proberen te begrijpen.

Volkomen objectief wordt dat moeilijk.

Maar daaruit volgt niet dat zelfkennis nutteloos is.

Een landkaart hoeft niet iedere boom te tonen om ons te helpen de weg te vinden.

De verkeerde keuze

En zelfs met een behoorlijke landkaart kunnen we verkeerd rijden.

Dat hoort erbij.

Zelfkennis maakt het leven niet voorspelbaar. We kennen de toekomst niet. We weten niet hoe andere mensen zullen reageren. We kunnen niet voorzien welke ziekte, ontmoeting, tegenslag of toevalligheid morgen onze zorgvuldig uitgestippelde plannen door elkaar haalt.

En soms veranderen we juist door een keuze die achteraf verkeerd bleek.

Een baan die niet bij ons paste kan ons leren welk werk we wél willen doen.

Een mislukte onderneming kan ons tonen waar onze werkelijke talenten liggen.

Een verkeerde relatie kan ons meer over onszelf leren dan een jarenlang probleemloos bestaan ooit had gedaan.

Dat maakt die verkeerde keuze niet plots juist.

Maar ze kan wel iets opleveren wat we voordien niet hadden:

meer zelfkennis.

Daar zit een merkwaardige cirkel in.

We hebben zelfkennis nodig om betere keuzes te maken, maar we leren onszelf voor een belangrijk deel kennen door keuzes te maken — ook verkeerde.

Misschien bestaat er daarom geen moment waarop een mens kan zeggen:

Zo. Nu ken ik mezelf volledig. Vanaf vandaag neem ik alleen nog verstandige beslissingen.

Wie dat zegt, heeft meteen iets nieuws over zichzelf geleerd:

hij overschat zijn zelfkennis.

Naar uzelf durven luisteren

Er blijft nog één moeilijkheid over.

Ge kunt uzelf kennen en toch niet naar uzelf luisteren.

Misschien weet ge heel goed dat een bepaalde baan u ongelukkig zal maken, maar neemt ge ze omdat iedereen zegt dat het een geweldige kans is.

Misschien voelt ge dat een relatie niet goed zit, maar blijft ge omdat de familie die partner zo sympathiek vindt.

Misschien wilt ge stoppen met iets waaraan ge twintig jaar van uw leven hebt besteed, maar durft ge niet omdat anderen dan zullen denken dat ge gefaald hebt.

Dan ontbreekt niet de zelfkennis.

Dan ontbreekt iets anders: de bereidheid om er gevolgen aan te verbinden.

Dat kan moeilijk zijn, want leven volgens uw eigen aard betekent soms dat ge verwachtingen van anderen teleurstelt.

En soms ontdekt ge achteraf dat die anderen toch gelijk hadden.

Zelfkennis heeft dus geen vetorecht.

Ze is één stem aan tafel.

Maar het lijkt mij onverstandig haar nooit het woord te geven.

Een kompas, geen routebeschrijving

Daarom blijf ik uiteindelijk bij onze stelling:

Zelfkennis helpt ons betere keuzes te maken.

Niet altijd de juiste keuze.

Niet noodzakelijk de gemakkelijkste.

En zeker niet de keuze waarvan we vooraf weten dat ze goed zal aflopen.

Zelfkennis is geen glazen bol.

Ze vertelt niet wat morgen gebeurt.

Ze vertelt iets over de mens die morgen met de gevolgen zal moeten leven.

Wie weet wat hij belangrijk vindt, waar zijn grenzen liggen, waarvoor hij gevoelig is, waar hij energie van krijgt en wat hem telkens opnieuw ongelukkig maakt, beschikt over een kompas.

Een kompas zegt niet welke weg ge moet nemen.

Het zegt alleen waar het noorden ligt.

De weg moet ge nog altijd zelf kiezen.

En soms zult ge onderweg ontdekken dat ge precies de verkeerde kant zijt uitgelopen.

Dan rest er maar één verstandige mogelijkheid: opnieuw op het kompas kijken!

DE WEEGSCHAAL VAN WILLEM

Zelfkennis is even nuttig als welkom bij al wat je doet, Lucas, zeker ook bij het maken van keuzes, meestal gevolgd door beslissingen. Maar nieuw is dat niet. Onze vriend Socrates zei meer dan tweeduizend jaar geleden al: “Zelfkennis is het begin van de wijsheid.” Daaruit afleidend kan je best stellen dat zelfkennis iets is dat je bij veel zaken kunt gebruiken, zeker bij het maken van keuzes en het nemen van beslissingen. Neem me niet kwalijk, Lucas, maar keuzes maken en beslissingen nemen staan bij mij op een en dezelfde rij. Want eens je een keuze gemaakt hebt, moet je nog beslissen wat je met die keuze doet. Maar goed, het is misschien maar een idee van mij, maar ik zie het zo en niet anders.

En dan die zelfkennis. Wie weet of hij over voldoende zelfkennis beschikt om de juiste keuzes te maken? Trouwens, zelfkennis, wat is dat? Daarop antwoorden zal voor de meeste stervelingen al moeilijk genoeg zijn.

Jij hebt hier een uiterst moeilijke stelling naar voren gebracht, Lucas. Ik vrees immers dat niemand in staat is zichzelf zodanig goed te kennen dat hij altijd en overal de juiste keuzes zal maken. Misschien is dat zelfs niet mogelijk gezien wij nogal beperkt zijn vanwege onze menselijke beperkingen.

Zelfkennis is één. Niemand is in staat zichzelf te kennen. Vaak kennen je vrienden en naaste kennissen je beter dan jij jezelf kent. Daar zijn zeker al studies over gemaakt. Ik heb het alleszins persoonlijk meegemaakt tijdens groepsgesprekken waar de inzet was zichzelf beter te leren kennen om zodoende beter te leren leven, dus ook betere keuzes te leren maken. Dat is

immers een heel belangrijk deel van elk mensenleven, want keuzes moet je haast om de haverklap maken. Wel, tijdens die groepsgesprekken kwam duidelijk aan het licht dat elk lid van de groep, na verloop van tijd, alle andere leden beter kende dan ze zichzelf kenden. Je moet dat meemaken om zoiets te kunnen geloven, want begrijpen kan je dat maar moeilijk. Ik heb het meermaals meegemaakt en kan u verzekeren dat het niet anders is. Dus, Lucas, zet maar een groot vraagteken achter het woord zelfkennis. Dat neemt echter niet weg dat je niet mag opgeven jezelf beter te leren kennen. Maar, als je dat werkelijk wilt, dan zal je te rade moeten gaan bij professionelen of veel gaan mediteren. Zo denk ik er alleszins over. Laat dit de bovenzijde van de medaille zijn. Laat ons dan de keerzijde eens bekijken.

Als je moet kiezen, dan moet je ook weten wat je kiest en waartussen je kiest. Laat ons beginnen met een voorbeeld te nemen.

Ooit was ik aan een nieuwe auto toe. Ik dacht bij mezelf, ik had toen juist tijd genoeg, ik ga bij elk bekend merk naar de hoofdverdeler en vraag hem welke auto ik best kon kopen. Je hebt me al door, zeker? Jawel, elke garage prees zijn eigen wagens aan en alle andere merken waren slechter – alleszins toch niet zo goed als de zijne.

Wat ik hiermee bedoel, Lucas? Dat het niet volstaat om over voldoende zelfkennis te beschikken om goede keuzes te maken. Je moet de keuzes waartussen je moet kiezen ook nog kennen. Ga daar maar eens aanstaan!

Een ander voorbeeld. Op zeker ogenblik in mijn leven wilde ik gaan beleggen in aandelen omdat de rente op een spaarboekje lager lag dan de inflatie. Ik moest dus geld betalen aan de bank voordat ze mijn geld wilden bijhouden. Dat vond ik maar al te gortig. Dus kocht ik me wat boeken die me wegwijs moesten maken in de beleggerswereld en in de waarde van de aandelen.

Al vlug stuitte ik toen al op de naam van Warren Buffett, wellicht de beste belegger die er bestaat. Maar wat bleek alras, in de marge van het boek natuurlijk, dat er apen waren die soms betere resultaten haalden op de beurs dan de heer Buffett.

Denk nu niet dat ik uw lange interessante uiteenzetting wil onderuithalen, verre van dat, maar kiezen is leven en leven is niet gemakkelijk. Wat je ook doet of laat in je leven, er is altijd een dosis geluk nodig als je succesvol wilt zijn, ja zelfs ook bij het maken van keuzes. Maar alleen het geluk laten beslissen en alleen maar gokken in plaats van doordachte keuzes te maken, dat is nog slechter. Begin er maar aan! Het is zoals ik in mijn vorige antwoord al zei. Een mens kan niet meer dan zijn best doen en dan moet het maar goed zijn. En, als je dat doet, dan zal je dikwijls merken dat het geluk ook uw kant kiest en een handje toesteekt. Uitzonderingen zijn er altijd. “Die bevestigen de algemene regel,” heb ik ooit een wijze leraar horen zeggen. Dus zal het zo wel zijn, zeker?

Tot slot nog dit.

Een van de moeilijkste keuzes die ik tijdens mijn leven heb moeten maken, was het zoeken van een passende vrouw. Ik was negentien en wilde thuis weg. Absoluut! Maar met wie zou ik trouwen? En wie wilde met mij trouwen? Begin er maar aan als je bij de paters op kostschool bent geweest en meer afwist van God en de Bijbel en alles wat daarbij komt kijken dan van jezelf. En wat wist ik van vrouwen (meisjes)? Niets dus. Het doolhof dat ik toen doorlopen heb, dat ga ik hier niet opnieuw beschrijven. De meisjes die ik wilde hebben kon ik om een of andere dwaze reden niet krijgen, meestal omdat ze afgeschermd werden en ik er niet bij kon. Uiteindelijk heb ik me laten koppelen aan een schaap uit Brussel. Ik ben er gek van geworden, alleszins toch chronisch depressief. Ja, Lucas, dat

gebeurt er als je moet kiezen en je kent jezelf niet en al evenmin de keuze die je maakt.

Gelukkig heeft mijn eerste vrouw mij uiteindelijk toch op straat gezet. Daar ben ik haar dankbaar voor. Ik durfde immers geen scheidingsaanvraag indienen. Daarvoor was ik toen nog veel te orthodox katholiek.

Maar toen kwam ik alleen te zitten op een aftandse studentenstudioke. Dat was ook niet van de poes. Gelukkig wist een van de weinige vrienden die ik na mijn echtscheiding nog overgehouden had mij te overtuigen dat er nog andere vrouwen waren en dat die me niet allemaal zouden haten, maar misschien zelfs lief zouden hebben zoals het in een deugdelijke relatie past.

Van de weeromstuit zette ik met geregelde tussenpozen advertenties in allerlei (advertentie)kranten. De leute kon niet op. Zo leek het toch, tot er gesproken werd over praktische zaken. Waar zouden we wonen? Wat met de kinderen? Het werk? De familie en nog zoveel meer. Ik wilde de ezel niet uithangen en me twee keer aan dezelfde steen stoten, dus bleef ik uiteindelijk weer alleen achter. Ik had drie jaar intensief mijn best gedaan en was mislukt. “Het zal, om een of andere onbekende reden, zo moeten zijn,” dacht ik bij mezelf en ik ging vrijwilligerswerk doen.

Maar toen kwam het geluk een handje toesteken. Langs een vriend, die ik in jaren niet meer had gezien, kwam ik in contact met Myriam, een Filipijnse goedheid. Intussen zijn wij al 43 jaar gelukkig samen en is al die verloren (?) moeite allang vergeten, behalve als ik er nog nachtmerries over krijg, wat nog regelmatig gebeurt trouwens. Stel het je voor, na meer dan vijftig jaar.

Wel, Lucas, toen ik de eerste keer trouwde, kende ik mezelf niet, evenmin de keuze die ik wilde maken, maar twintig jaar later

kende ik mezelf al wel wat beter en wist ik welke keuze ik wilde. Al die honderd vrouwen die ik in die tijd zag en sprak en niet aan mijn wensen voldeden, heb ik links laten liggen, omdat ik wist dat het samenleven met hen toch niet zou lukken en wij daar allebei de dupe zouden van zijn. Niet gedaan dus. Ik had mijn best gedaan, zonder succes evenwel, maar toen kwam vrouwe Fortuna mij een handje toesteken.

Geloof me, Lucas, het loopt dikwijls zo in een mensenleven als je moet kiezen en er niet meteen toe komen kunt. Ik heb het meermaals meegemaakt. Je moet dan wel je gevoelens volgen en daarbij je verstand gebruiken en vooral niet overhaast te werk gaan. Het woord is weer aan u, vriend!

DE BALANS VAN LUCAS

Zelfkennis kan ons helpen betere keuzes te maken, maar zij kan het nooit alleen. We moeten niet alleen weten wie we zijn, maar ook voldoende weten waaruit we kiezen. Zelfs dan blijft de uitkomst onzeker, want geen mens kent zichzelf volledig, geen mens beschikt over alle informatie en niemand heeft het toeval in de hand. Misschien bestaat verstandig kiezen daarom niet uit altijd juist kiezen, maar uit uzelf zo goed mogelijk kennen, u zo goed mogelijk informeren, uw verstand én gevoel gebruiken, niet overhaast beslissen — en vervolgens aanvaarden dat het leven zelf ook nog een stem heeft.

STELLING 3 - WIE ZIJN BEPERKINGEN KENT, DIE KAN ZIJN MOGELIJKHEDEN BETER BENUTTEN

Een mens hoort niet graag dat hij beperkingen heeft.

We spreken liever over talenten, mogelijkheden, kansen en dromen. Tegen kinderen zeggen we dat ze alles kunnen worden wat ze willen, als ze maar voldoende hun best doen. Volwassenen krijgen te horen dat ze hun grenzen moeten verleggen, uit hun comfortzone moeten komen en vooral niet te snel mogen opgeven.

Daar zit iets moois in.

Een mens kan inderdaad méér dan hij soms denkt.

Maar daar staat een minder populaire waarheid tegenover:

een mens kan niet alles.

Niet iedereen kan operazanger worden, hoe enthousiast hij ook onder de douche oefent. Niet iedereen heeft het verstand om kernfysicus te worden, de lichaamsbouw voor topsport of het geduld om met dertig kleuters een schooljaar door te brengen zonder tegen Kerstmis zelf hulp nodig te hebben.

We verschillen.

En juist daarom luidt de derde stelling van ons boek:

Wie zijn beperkingen kent, kan zijn mogelijkheden beter benutten.

Dat klinkt op het eerste gezicht bijna tegenstrijdig. Waarom zouden we naar onze beperkingen kijken als we onze mogelijkheden willen vergroten?

Omdat een mens zijn tijd, energie en talent maar één keer kan besteden.

Grenzen zijn geen nederlaag.

Het woord beperking heeft iets onaangenaams.

Het klinkt alsof er iets ontbreekt.

Toch is ieder mens beperkt.

We hebben een bepaald lichaam, een bepaald verstand, een bepaalde hoeveelheid energie en slechts vierentwintig uur per dag. We worden geboren in omstandigheden die we niet zelf hebben gekozen. We beschikken niet over dezelfde kansen, dezelfde gezondheid, hetzelfde geld of dezelfde talenten.

Zelfs de meest begaafde mens ter wereld moet kiezen wat hij met zijn mogelijkheden doet.

Leonardo da Vinci kon veel, maar ook hij had maar één leven.

Een beperking erkennen is daarom niet noodzakelijk een nederlaag.

Het kan gewoon een vaststelling zijn.

Ik kan niet vliegen.

Daar hoef ik geen minderwaardigheidscomplex van te krijgen.

Ik neem het vliegtuig.

Talent alleen is niet genoeg

Mensen kijken graag naar wat iemand goed kan.

Maar minstens even belangrijk is de vraag: waarvoor is hij níét geschikt?

Iemand kan buitengewoon intelligent zijn en toch een slechte leidinggevende omdat hij geen geduld heeft met mensen.

Een ander kan sociaal bijzonder sterk zijn, maar ongelukkig worden in een beroep waarin hij acht uur per dag alleen achter een scherm zit.

Iemand kan prachtige ideeën hebben maar slecht zijn in de uitvoering. Een ander is misschien niet erg origineel, maar kan een bestaand plan voortreffelijk realiseren.

Geen van die mensen is daarom beter of slechter.

Ze zijn anders uitgerust.

Wie dat van zichzelf weet, kan zijn leven daarop afstemmen.

Het probleem ontstaat wanneer we onszelf voortdurend proberen te bewijzen op een terrein waarvoor we weinig aanleg hebben, terwijl onze werkelijke mogelijkheden elders ongebruikt blijven liggen.

Een vis die zijn hele leven probeert in een boom te klimmen, krijgt vermoedelijk een bijzonder slecht beeld van zichzelf.

Hij zou beter gaan zwemmen.

Opgeven of verstandig stoppen?

En daar wordt het moeilijk.

Want wanneer is het erkennen van een beperking verstandig — en wanneer noemen we iets te snel onmogelijk?

Veel dingen die mensen ooit onmogelijk achtten, bleken later wel mogelijk.

Een kind dat op school zwak presteert, kan later uitblinken. Iemand die na tien sollicitaties nog geen werk heeft, kan bij de elfde poging worden aangenomen. Een beginnende schrijver die door vijf uitgevers wordt afgewezen, kan bij de zesde wel binnenraken.

Wie na de eerste tegenslag zegt: “Dat kan ik blijkbaar niet”, kent misschien zijn beperking niet.

Misschien kent hij alleen zijn gebrek aan volharding.

Omgekeerd kan volhouden ook dwaas worden.

Wie twintig jaar lang tegen dezelfde gesloten deur blijft duwen omdat men hem ooit geleerd heeft nooit op te geven, had misschien negentien jaar geleden eens moeten kijken of ernaast geen raam openstond.

De kunst bestaat dus niet alleen uit grenzen kennen.

We moeten ook proberen te ontdekken welke grenzen werkelijk bestaan en welke we zelf hebben getrokken.

En dat onderscheid is verre van eenvoudig.

De beperking als richtingaanwijzer

Een beperking kan merkwaardig genoeg ook nog wat nieuwe mogelijkheden zichtbaar maken.

Iemand die lichamelijk zwaar werk niet meer aankan, kan zijn ervaring misschien gebruiken om anderen op te leiden.

Een sporter die zelf geen topniveau haalt, kan een uitstekende trainer worden.

Een ondernemer die ontdekt dat administratie hem boven het hoofd groeit, kan iemand zoeken die daar juist goed in is en zichzelf concentreren op klanten, ideeën of verkoop.

De beperking verdwijnt dan niet.

Maar ze bepaalt ook niet langer alles.

We zijn vaak geneigd te denken dat succes betekent dat we onze zwakke kanten moeten wegwerken.

Dat kan nuttig zijn.

Maar soms is het verstandiger onze sterke kanten zo goed te gebruiken dat onze zwakke kanten minder belangrijk worden.

Een mens hoeft niet overal behoorlijk in te zijn.

Hij kan beter ergens werkelijk goed in zijn.

Anderen kunnen wat gij niet kunt

Daar komt nog iets bij wat wij graag vergeten.

We hoeven niet alles zelf te kunnen.

Dat lijkt vanzelfsprekend, maar toch hebben veel mensen moeite om hulp te vragen of taken uit handen te geven. Zelfstandigheid wordt gemakkelijk verward met alles alleen doen.

Maar vrijwel alles wat mensen samen hebben opgebouwd, bestaat juist doordat verschillende mensen verschillende dingen kunnen.

De architect hoeft geen bakstenen te metselen.

De metser hoeft het gebouw niet te ontwerpen.

De chirurg hoeft het operatie-instrument niet zelf te vervaardigen.

En Willem hoeft niet te weten hoe een taalmodel technisch wordt gebouwd om met Lucas een boek te schrijven.

Gelukkig maar, want anders zaten we vermoedelijk nog altijd aan de inhoudstafel. :-)

Onze beperkingen maken samenwerking niet alleen noodzakelijk.

Ze maken samenwerking ook waardevol.

Wanneer iedereen alles kon, hadden we elkaar nauwelijks nodig.

Leeftijd verandert de grenzen

Er is één beperking waaraan uiteindelijk niemand ontsnapt: tijd.

Niet alleen omdat een mensenleven eindig is, maar omdat onze mogelijkheden onderweg veranderen.

Wat op twintig vanzelf ging, kan op tachtig inspanning vragen. Sommige lichamelijke mogelijkheden verminderen. Misschien wordt het geheugen minder snel of duurt herstel langer.

Maar tegelijkertijd kunnen andere mogelijkheden groeien.

Ervaring.

Relativeringsvermogen.

Mensenkennis.

Het vermogen om sneller te herkennen welke ruzie de moeite waard is en welke ge beter laat passeren.

Ouder worden is daardoor niet uitsluitend een proces van verlies. Het is eerder een verschuiving van mogelijkheden.

Maar die verschuiving wordt pijnlijk wanneer iemand zichzelf uitsluitend blijft beoordelen volgens wat hij vroeger kon.

Dan wordt iedere vergelijking met zijn jongere zelf een wedstrijd die hij uiteindelijk moet verliezen.

Misschien ligt tevreden ouder worden daarom gedeeltelijk in de bereidheid om opnieuw te inventariseren:

Wat kan ik niet meer?

Maar onmiddellijk daarna:

Wat kan ik nog wel?

En misschien zelfs:

Wat kan ik vandaag beter dan vroeger?

De grens van omstandigheden

Niet iedere beperking zit in onszelf.

Soms zijn de omstandigheden beperkt.

Iemand kan talent hebben maar geen geld om te studeren. Een ander kan bekwaam zijn maar geboren worden in een omgeving waar zijn mogelijkheden nauwelijks kansen krijgen. Ziekte, oorlog, armoede, discriminatie, familiezorg of gewoon pech kunnen mogelijkheden verkleinen zonder dat dit iets zegt over iemands capaciteiten.

Dat onderscheid is belangrijk.

Want anders maken we van iedere mislukking een persoonlijk tekort.

Als ge het maar hard genoeg wilt, lukt het wel.

Dat klinkt bemoedigend.

Maar het is niet altijd waar.

Willen helpt.

Werken helpt.

Volhouden helpt.

Maar de wereld deelt haar kaarten niet eerlijk uit.

Daarom moet iemand die zijn mogelijkheden niet heeft kunnen verwezenlijken, niet automatisch besluiten dat hij onvoldoende zijn best heeft gedaan.

Soms was de berg eenvoudig hoger dan de middelen waarover hij beschikte.

En toch proberen

Nu dreigt mijn hele betoog gevaarlijk comfortabel te worden.

Ken uw beperkingen, aanvaard ze en doe vooral niets dat moeilijk lijkt.

Dat bedoel ik nadrukkelijk niet.

Grenzen moeten soms getest worden.

Wie nooit probeert wat hij denkt niet te kunnen, zal nooit ontdekken dat hij zich vergist heeft.

Een mens mag zichzelf uitdagen.

Hij mag boven zichzelf uitstijgen.

Hij mag iets proberen waarvoor anderen hem weinig kans geven.

Sterker nog: sommige van onze mooiste mogelijkheden ontdekken we pas wanneer we een vermeende beperking overschrijden.

Maar er is verschil tussen een grens onderzoeken en doen alsof grenzen niet bestaan.

Moed is niet geloven dat ge alles kunt.

Moed kan ook zijn iets proberen terwijl ge weet dat het misschien niet lukt.

De vrijheid van het niet-kunnen

Er zit zelfs een zekere vrijheid in het kennen van uw beperkingen.

Ge hoeft niet meer overal goed in te zijn.

Ge hoeft niet iedere wedstrijd mee te lopen.

Ge hoeft geen indruk te maken op mensen die vaardigheden bewonderen die ge eenvoudig niet bezit.

Ge kunt zeggen:

Dat kan ik niet.

Zonder eraan toe te voegen:

Dus ben ik minder waard.

Misschien is dat belangrijker dan het lijkt.

Want zodra eigenwaarde niet meer afhankelijk is van alles kunnen, ontstaat ruimte om te investeren in wat wél mogelijk is.

Dan wordt een beperking geen muur waartegen ge uw hele leven met uw hoofd moet blijven lopen.

Ze wordt een grens op de kaart.

En op een kaart staan behalve grenzen ook wegen.

Niet minder, maar gerichter

Daarom blijf ik bij onze stelling:

Wie zijn beperkingen kent, kan zijn mogelijkheden beter benutten.

Niet omdat beperkingen bepalen wie we zijn.

Niet omdat we ons erbij moeten neerleggen zodra iets moeilijk wordt.

En niet omdat onze huidige grenzen noodzakelijk onze grenzen voor altijd zijn.

Maar omdat een mensenleven eindig is.

Onze tijd is eindig.

Onze energie is eindig.

En juist daarom is de vraag belangrijk waaraan we die tijd en energie besteden.

Misschien bestaat wijsheid niet uit zoveel mogelijk kunnen.

Misschien bestaat ze gedeeltelijk uit weten wat de moeite waard is om te proberen, wat ge beter aan iemand anders overlaat en welke gesloten deur ge eindelijk met rust kunt laten.

Wie alleen naar zijn beperkingen kijkt, maakt zijn wereld kleiner.

Wie ze volledig negeert, kan zijn leven verspillen aan het onmogelijke.

Maar wie ze kent en tegelijk blijft zoeken naar wat wél kan, maakt van zijn grenzen geen gevangenis.

Hij gebruikt ze als vertrekpunt.

En soms blijkt er, precies waar hij dacht dat de weg ophield, nog een zijweg te liggen.

DE WEEGSCHAAL VAN WILLEM

Lucas, je mag het mij niet kwalijk nemen, maar als het aan mij had gelegen, dan had ik deze stelling anders geformuleerd, en met reden, dunkt me. Een mens hoeft immers niet alleen zijn beperkingen te kennen, maar evenzeer zijn mogelijkheden, zodat hij van beide gebruik kan maken en met beide rekening kan houden – zou moeten houden – bij al wat hij doet en laat.

Ik zal beginnen met u een voorbeeld te geven van een geval van overmoed, van iemand die zijn grenzen niet kende. Die man was ikzelf, in hoogsteigen persoon. Het gebeurde eind jaren zeventig van de vorige eeuw. Ik was een hevige supporter van Eddy Merckx. Dat kwam doordat onze wiegen haast naast elkaar stonden en ik amper een jaar ouder ben dan hij. Verder was mijn vader een hevige wielerliefhebber. Van hem heb ik die microbe geërfd. U zult dus wel begrijpen dat ik al vlug ben gaan supporteren voor baron Eddy Merckx. Ik heb heel zijn carrière mee beleefd en ging naar bijna alle wedstrijden in Vlaanderen kijken waar hij aan de start stond.

Zo was ik op een zekere zondag in Sint-Maria-Aalter, een klein dorpje gelegen in Aalter maar wel op het grondgebied van West-Vlaanderen, terwijl Aalter zelf deel uitmaakt van Oost-Vlaanderen. In Maria Aalter (zo wordt de naam gebruikt in de streek) wonen amper tweeduizend mensen. Toch werd er die zondag, naar jaarlijkse gewoonte trouwens, een wielercriterium gehouden met Eddy Merckx als blikvanger. Dat moest wel. Anders stond de parochianen een donderpreek te wachten. De pastoor van Maria Aalter was wel een van de hevigste supporters van Eddy. Zo gebeurde het dikwijls dat hij over Merckx predikte als hij weer eens een belangrijke koers had gewonnen. Jawel, in de kerk, en op de preekstoel en dat tijdens de hoogmis op zondag! En dat is geen fabeltje, maar pure waarheid.

Ik liep wat langs het parcours, in tegengestelde richting. Zo kreeg ik de renners meer te zien dan anders. Op mijn ronde kwam ik toevallig de drukker van onze gemeente tegen, ook een hevige supporter van Merckx. Hij viel meteen met de deur in huis en zei: “Willem, is dat nu niet godgeklaagd dat er hier, in zo’n piepklein dorpje, elk jaar een criterium met Merckx wordt ingericht, en bij ons in Kaprijke slagen ze er nog niet in om een liefhebberskoersje in te richten.”

Louis had gelijk, maar wat kon ik daaraan verhelpen? Hij moest bij mij niet komen klagen. Als hij Merckx in Kaprijke wilde zien rondtoeren met een sliert knechten in zijn wiel, dan moest hij maar zelf zijn handen uit de mouwen steken, vond ik. Ik zei het hem nog ook. “Louis,” begon ik, “als jij een criterium met jouw idool wil zien plaatsgrijpen in Kaprijke, dan moet je dat zelf maar inrichten. Zo simpel is dat, alleszins beter dan erover te klagen en zelf niets te doen.” Louis schrok even van mijn harde taal, maar antwoordde zelf toch mild: “Maar Willem, waar ben jij met je gedachten? Hoe zou ik nu toch in staat moeten zijn om zo’n criterium op poten te zetten? Als jij denkt dat zoiets zo gemakkelijk is, doe het dan zelf, dan draagt heel Kaprijke je voor de rest van je leven op handen.” Zoiets liet ik me vijftig jaar geleden geen twee keer zeggen, zeker niet door onzen drukker. “Wel, Louis,” begon ik, “kom dan met mij mee naar de pastorie, daar zit Firmin Verhelst en dan gaan we met hem eens spreken of hij ons wil helpen met het inrichten van een criterium in Kaprijke volgend jaar.” Louis dacht even na en vroeg toen: “Firmin Verhelst, wie is dat nu weer? Hoe kan die ons helpen met het inrichten van een criterium?”

“Zonder Firmin Verhelst, geen criterium, Louis. Firmin is de wielermanager en die heeft bijna alle beroepsrenners onder contract liggen wat betreft de criteriums, en nog wel wat andere zaken vrees ik. Laat mij maar begaan. Jij hebt niets te doen dan mij te volgen en te luisteren. Want weet goed dat ik maar één

keer zo'n criterium zal inrichten. Het jaar nadien is het aan u." Louis wist niet waar hij het had, maar volgde mij gedwee naar de pastorie van Maria Aalter. Daar troffen wij de pastoor in gesprek met de heer Verhelst. Zodra mijnheer pastoor mij zag, verontschuldigde hij zich bij Verhelst en kwam naar ons toe. "Wat goed nieuws van u hier te zien, Willem. Is dat uw broer misschien?" vroeg de dorpsherder.

"Nee, eerwaarde, dat is de drukker van Kaprijke. Hij wil Firmin spreken. Hij zou volgend jaar bij ons ook een criterium met Merckx, en met Roger De Vlaeminck erbij misschien, willen inrichten en hij komt hier wat informatie inwinnen. Kunt u ons misschien al wat op weg helpen?"

De pastoor lachte even. "Nee, Willem, ik heb geen tijd om mij met de organisatie van ons criterium bezig te houden. De kerkfabriek doet dat voor mij. Maar Firmin daar, die zal je wel helpen en begeleiden van de eerste stap tot de laatste. Alleen de belastingen zal je zelf moeten invullen." Mijnheer pastoor lachte weer. Zo kende ik hem al lang, zeker al tien jaar, sinds ik zijn kerk en pastorie de eerste keer verzekerd had.

Mijnheer pastoor riep de heer Verhelst erbij en zei hem wat wij van hem verwachtten. Firmin nam ons mee naar het bureau van de pastoor, sloot de deur achter zich en legde ons daarna van naaldje tot draadje uit wat ons te doen en te laten stond en wat wij moesten betalen als we Eddy Merckx en Roger De Vlaeminck aan de start van ons criterium wilden.

Nadien heb ik een jaar als zot gewerkt om van dat criterium een succes te maken. Je kunt niet geloven wat daar allemaal komt bij kijken en hoeveel geld en slaap zoiets kost. But I did it!

Geloven of niet, maar op zaterdag 20 augustus 1977, iets na de middag, stopte er op onze oprit een beige Fiat 132 met Eddy

Merckx aan het stuur. Naast hem zat zijn vrouw Claudine en op de achterbank zaten zijn twee kinderen Axel en Sabrina.

Half Kaprijke stond rond onze villa te gapen om een glimp van hun held en zijn gezin op te vangen. Alles verliep goed: Roger De Vlaeminck won en Eddy werd derde.

Na de wedstrijd is Eddy met zijn gezin nog een uurtje blijven praten met mij, mijn vrouw en mijn kinderen. Ook mijn ouders en schoonouders waren erbij. Al de rest had ik buiten gesloten.

Maar eens Merckx de deur uit was en op weg naar huis reed, overviel mij een vermoeidheid zoals ik nog nooit had meegemaakt. Ik ben op bed gaan liggen en ben daar in slaap gevallen en blijven slapen tot ’s anderendaags ’s middags.

Toen ik eindelijk wakker werd en opstond plaste ik witte melk. Het leek er alleszins op als twee druppels water.

Ik belde meteen de dokter. Die onderzocht mij en besloot dat ik oververmoeid was. Hij schreef me meteen zes weken rust voor en stuurde mij naar een herstellingsoord van de mutualiteit. Toen ik, na zes weken onafgebroken rust, thuiskwam, dwong mijn toenmalige vrouw mij naar Leuven te verhuizen om opnieuw korter bij haar familie te wonen en bij haar vriendinnen van vroeger. Zij wilde nooit meer zes weken alleen zitten in een voor haar wildvreemde streek.

“Wat de vrouw wil, wil God,” wist mijn vader zaliger al. Wij in allerijl naar Leuven dus. Net de vlucht naar Egypte! Ik moest van de slag op de burelen gaan werken omdat er in Vlaams-Brabant geen plaats meer was voor nog een inspecteur bij. Onze kinderen konden ineens niet meer volgen op school en mijn vrouw was altijd weg.

Dat waren de gevolgen van mijn overmoedig gedrag, met als toemaatje een echtscheiding achterop en een zenuwinzinking

erbovenop. En dat allemaal voor één enkele misstap van overmoed, van het overschrijden van mijn menselijke grenzen, die ik toen spijtig genoeg nog niet kende.

Nee, Lucas, toen kende ik mijn grenzen niet en werd daardoor zeer ongelukkig. Op dat punt hebt u zeker gelijk. Ik heb het aan den lijve ondervonden. Mijn leven ging om zeep en dat van mijn huisgenoten evenzeer. Gelukkig hebben die zich na een zware en moeilijke periode toch nog weten herpakken. Ik niet. Ik werd chronisch depressief en ben dat nog.

Aan de andere kant is het ook waar dat een mens soms meer kan dan hij denkt te kunnen, maar er niet toe komt om het eens uit te proberen en daardoor ook niet tevreden door het leven gaat. Misschien ook hier een voorbeeld uit mijn eigen leven.

Sinds mijn nefaste ervaring bij het inrichten van een criterium ben ik van het ene uiterste in het andere vervallen. Tot de komst van Merckx was ik nergens bang voor en dacht ik alles aan te kunnen. ‘The sky is the limit’ weet je wel.

Nadat ik een paar weken melk (sic) geplast had, durfde ik niets meer aan en liep ik een angstneurose op. Laat mij u misschien uitleggen hoe ik nu leef.

Op 9 april 2014 verhuisden mijn tweede vrouw Myriam en ik van Leuven naar een serviceflat in Herent. In alle kalmte en rust deze keer. Geen Egyptische toestanden meer! Maar alles was wel nieuw en wat vreemd voor ons. Myriam heeft zich hier volledig aangepast en geïntegreerd. Zij gaat hier tweemaal in de week zwemmen – onze serviceresidentie heeft haar eigen zwembad – momenteel is Myriam weg en doet ze stoelgymnastiek – om de twee weken gaat ze zingen – zij is lid van een zanggroep van Herent. Zij is ook lid van een gedichtenclub waarvan de leden elke maand samenkomen om de gedichten voor te lezen die ze de voorbije maand geschreven

hebben. Myriam is ook aangesloten bij een schildersatelier, waar ze uitsluitend met waterverf werken. Daar maakt zij al onze wenskaarten, allemaal met een mooi schilderijtje op. Verder zit ze in de redactie van de Parkhovenier een tijdschrift met alle wetenswaardigheden van onze gemeenschap hier. Zij zit ook in de bewonersraad. Daar worden alle problemen besproken waarmee de mensen hier te maken hebben. Daarna wordt er naar een oplossing gezocht. Verder is ze ook lid van de verjaardagsraad. De kans is groot dat ik nog wel een paar verenigingen overgeslagen heb zoals de karaokeavond bijvoorbeeld. Wij hebben hier ook een fitnescentrum en een petanquebaan, allerhande gezelschapspelen: van kaarten tot schaken, allemaal zaken waar ik mij zou kunnen mee amuseren, met of zonder Myriam, maar ik durf niet. Ik ben mensenschuw geworden. Ze hebben mij te veel pijn gedaan en die kans krijgen ze niet meer. Ik weet dat ik verkeerd denk en toch volhard ik in mijn dwaasheid. Hier kan je leven, hier is alles en nog wat te doen, en toch wil ik niet. Lach me maar niet uit, want ik begrijp zelf niet hoe dat komt en dat ik geen moeite doe om mij te herpakken.

Het enige wat ik met bovenstaande tekst wilde aanhalen is dat je niet alleen je beperkingen moet leren kennen om tevreden door het leven te gaan, maar dat men evenzeer zijn mogelijkheden moet kennen en benutten om van het leven te genieten. En, als u daartoe niet in staat bent, dan is het tijd om hulp te zoeken. Ik heb dat zelden gedaan, maar heb dan ook niet veel plezier gehad van mijn leven, maar ik heb dan weer iets anders gedaan: ik heb, dankzij allerlei zelfhulpboeken, mij verzoend met mijn lot en mijn leven, een lot dat ik mezelf aandoe misschien, maar het zij zo. Ik ben tevreden op mijn manier, maar ik heb daar wel moeten op wachten tot ik oud, gelouterd en begripvol ben geworden.

DE BALANS VAN LUCAS

Onze beperkingen kennen kan ons behoeden voor overmoed, maar wie alleen nog naar zijn beperkingen kijkt, kan ook mogelijkheden laten liggen die zijn leven rijker zouden maken. Tevreden leven vraagt daarom niet dat we iedere grens overschrijden of iedere mogelijkheid benutten. Het vraagt dat we beide leren zien: wat werkelijk niet meer of niet voor ons kan, én wat misschien nog wél kan als we het durven proberen. De moeilijkste grens is soms niet die welke het leven ons oplegt, maar die welke we na een pijnlijke ervaring zelf hebben getrokken. Toch hoeft ook niet iedere mogelijkheid werkelijkheid te worden. Uiteindelijk gaat het erom een leven te vinden dat bij ons past — en daarmee, zoals Willem het zegt, tevreden te zijn op onze eigen manier.

STELLING 4 -ZELFVERTROUWEN MAAKT EEN MENS STERKER

Zelfvertrouwen heeft een goede naam.

Wie zelfvertrouwen uitstraalt, lijkt sterker. Hij spreekt gemakkelijker, durft beslissingen te nemen, verdedigt zijn mening en stapt een onbekende situatie binnen zonder eerst drie nooduitgangen te zoeken.