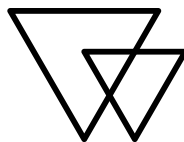


Tom Botte

GELUK IN VLAANDEREN

WILLEMS UITGEVERS



Verantwoording

Teksten: Tom Botte

Coverontwerp: Willems Uitgevers

Opmaak boek: Willems Uitgevers

© Willems Uitgevers, Noorderwijk, 2021

Web: boeken.cafe

ISBN 978 949 3242 173

DEPOT D/2021/13.616/18

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of worden openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke (elektronische of mechanische) wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever of auteur.

*'When I was five years old, my mother always told me
that happiness was the key to life.
When I went to school, they asked me what I wanted to be
when I grew up. I wrote down "happy".
They told me I didn't understand the assignment,
and I told them they didn't understand life.'*

INHOUD

Jan Van den Bosch	11
Katrien De Becker	17
Roel Vanderstukken	23
Carry Goossens	29
Slongs	35
Sven De Ridder	41
Nigel Williams	49
Evy Gruyaert	55
Xavier Taveirne	61
Dagný Rós Ásmundsdóttir	67
James Cooke	75
Jef Neve	81
Greet Rouffaer	87
Joris Hessels	93
Christoff	99
Dana Winner	105
Kürt Rogiers	111
Els De Schepper	117
Sid Van Oerle	123
Belle Perez	129
Laura Lynn	135
Andy Peelman	141
Filip Joos	147
Jacques Vermeire	153
Koen Crucke	159

Tania Kloek	165
Aster Nzeyimana	171
Tine Priem	177
Günther Neefs	183
Ben Segers	189
Leen Dendievel	195
Marianne Devriese	201
Fatma Taspinar	207
Helmut Lotti	215
Jasmijn Van Hoof	223
Peter Van de Veire	229
Marijn Devalck	235
Pascale Platel	241
Kaat Bollen	247
Wendy Van Wanten	253
Sam Gooris en Kelly Pfaff	259
Luc Steeno	265
Eddy Planckaert	271
Elise Roels	277
Wim Lybaert	283
Annick Segal	291
Werner De Smedt	297
Luc Appermont en Bart Kaëll	305
Nicole & Hugo	311
Maxime De Winne	319

The background of the page is an abstract pattern of radiating lines. The lines originate from a point at the top center and fan out downwards, creating a sense of depth and movement. The lines are in various shades of gray, from light to dark, and their thickness varies, giving the pattern a dynamic, almost organic feel.

PROLOOG

‘Toen ik vijf was, zei mijn moeder dat geluk de sleutel tot het leven was. Toen ik naar school ging, vroegen ze mij wat ik wilde worden als ik later groot zou zijn. Ik zei “gelukkig”. Ze (*de leerkrachten*) vertelden me dat ik de opdracht niet snapte; ik antwoordde dat ze het leven niet snaptten.’

Het is een wereldberoemde quote van John Lennon. En het is die quote die me de aanzet gaf voor een interviewreeks, *Het Opperste Geluk*, in *Primo*, het weekblad waar ik al jaren voor schrijf. Want wat is dat: geluk? Het is een vraag waar mensen al eeuwen een antwoord op zoeken. Er is geen eenduidige definitie van geluk. Laat staan van ‘het opperste geluk’. Bestaat dat trouwens wel: dé ultieme vorm van gelukkig zijn? En zo ja, hoe bereik je die? Zijn er tips, trucjes om daar te geraken?

7

Voor *Primo* ging ik bijna twee jaar lang elke week op bezoek bij een bekende Vlaming die me vertelde wat voor haar of hem het opperste geluk is. Of gewoon: wat hem of haar gelukkig maakt. Want dat is het toch wat we allemaal willen, niet? Simpelweg gelukkig zijn... Ook in tijden van corona. Gaandeweg zag ik dat men door die pandemie anders tegen het begrip geluk ging aankijken. Terwijl we voordien vaak nog droomden van grote dingen zoals wereldreizen, werden we plots al gelukkig van een wandelingetje in de natuur. Kleine dingen. Dingen die voordien vaak onbelangrijk leken. Het streven naar geluk als levensdoel werd plots vervangen door een streven naar gezond blijven. Dat was ineens het voornaamste. En streven naar zin en betekenis. Goed doen voor anderen. Draait het daar in het leven sowieso niet om?

Waarom willen we trouwens allemaal gelukkig zijn? En lukt dat nog wel? Onze samenleving is er immers een geworden van de hoogste pieken, van steeds beter, verder, hoger en meer. Zien we nog wel het onderscheid tussen wat ons heel even gelukkig maakt en wat het leven echt zin geeft? Is geluk geen uitgehold begrip geworden? En is het een staat van ‘zijn’ of een momentopname?

Volgens mij is dat een keuze die je zelf moet maken. Je bepaalt zelf hoe je geluk wilt ervaren. Geluk is heel privé. Heel intiem ook. Geluk is vaak heel simpel, en dat staat in schril contrast met de woeste en complexe wereld waarin we leven. Vaak is een goed glas wijn bij een mooi uitzicht al voldoende om gelukkig te zijn. Als je dat al eens op die manier hebt ervaren, zou je kunnen denken: wel, ik wil vandaag opnieuw gelukkig zijn dus ga ik me weer op het terras in de zon nestelen met een lekker glas wijn. Maar zo eenvoudig is het niet. Als je ernaar op zoek gaat, loopt er altijd wel iets fout. Geluk moet je overkomen; het is een moment waarop alles op zijn plaats valt. Tenminste, zo ervaar ik het.

Er zijn mensen die daar anders over denken, dat je het effectief kunt leren: gelukkig zijn. Er is de laatste jaren trouwens een echte geluksindustrie ontstaan. Een industrie waar zelfs de wetenschap zich achter schaaft; aan sommige universiteiten zijn er geluksprofessoren. In ons land mag professor Lieven Annemans zich zo noemen. Hij is zowel aan de UGent als aan de VUB verbonden aan de faculteit Geneeskunde. Sinds 2015 doet hij uitgebreid onderzoek naar het *Geluk der Belgen*. In Nederland hebben sommige gemeenten een geluksambtenaar wiens taak het is om de inwoners van zijn of haar gemeente gelukkiger te maken via allerlei projecten. In Duitsland zijn er zelfs scholen waar geluk onderwezen wordt. Bij de aanvang van het lesuur moeten de leerlingen zeggen waarom ze vandaag gelukkig zijn en vervolgens moeten ze hun sterke punten zeggen, hun kwaliteiten opsommen. Eventuele gebreken komen niet aan bod. Dat zorgt er naar verluidt voor dat de leerlingen op het einde van de les allemaal meer zelfvertrouwen hebben dan tevoren. En dan zijn er nog de talloze magazines – online en op papier – die ons vertellen wat we moeten doen om gelukkig door het leven te stappen.

Maar verwarren we geluk eigenlijk niet met welbevinden en welzijn? Als geluk gewoon wordt, dan is het geen geluk meer, toch? Voor mij is een gelukservaring alleszins iets exclusiefs: momentaan en je kunt het niet afdwingen. Je kunt het ook niet organiseren, want

dan bekom je dictatoriale paradijzen, zoals Noord-Korea. Daar ben je op bevel gelukkig en dat is heel gevaarlijk. Bij ons, in het Westen, kies je er eigenlijk zelf voor om gelukkig te zijn, of niet. Tenminste, als je niet vatbaar bent voor depressies natuurlijk. Maar gelukkig zijn mág hier. En dat is al heel wat. Bij de Adamieten bijvoorbeeld, een sekte uit de middeleeuwen, was gelukkig zijn verboden. Het christendom had immers elke vorm van genot verplaatst naar het hiernamaals. Op aarde kon daarvan geen sprake zijn te midden van ziekte, sterfelijkheid en alle bijkomende ellende. Je maakte alleen kans op hemels geluk door de aardse verleidingen te weerstaan. En zijn het nu net niet die aardse verleidingen die het leven zo aangenaam maken?

9

‘We worden niet gelukkig van dingen, maar van ervaringen en verhalen’, aldus Leo Bormans, geluksonderzoeker en auteur van *The World Book of Happiness*. ‘Vergelijk het met een souvenir dat we meebrachten van vakantie. Dat souvenir op zich maakt ons niet gelukkig. Dat doet wel het verhaal van de vakantie dat eraan vasthangt.’ Het is een uitspraak waar ik me kan in vinden. Zelf koester ik de fantastische momenten in mijn leven, maar ook de minder leuke gebeurtenissen; de goeie beslissingen, maar ook de domme beslissingen. Het is de manier waarop we met de gevolgen omgaan die ons gelukkig of ongelukkig maken. En als het al eens minder gaat, dan kunnen we gewoon terugvallen op de vijftig tips die hier in het boek worden aangeleverd door de Bekende Vlamingen. Vaak zijn het tips die we allemaal kennen, soms zijn het tips die nieuwe inzichten bieden. Maar één ding is zeker: ze werken. Als u er open voor staat, dan wordt het leven met deze tips een stuk aangenamer en worden we bijgevolg een stukje gelukkiger...

TOM BOTTE

TIP 1

MAAK VAN IETS ALLEDAAGS EEN EVENEMENT

We hebben allemaal onze gewoonten. Elke dag nemen we dezelfde route, zonder erbij na te denken. Maar neem eens een andere weg naar het werk of naar school. Door straten waar je misschien nog nooit bent geweest. Kies eens een ander merk, koop een andere krant of een ander tijdschrift dan je gewend bent. Maak van die alledaagse dingen – naar de winkel gaan, de kinderen naar school brengen, naar het werk gaan – een evenement. Dat is verfrissend en verrassend en het zorgt misschien voor nieuwe ervaringen, nieuwe herinneringen.

Jan Van den Bosch

■ Acteur

■ Speelt Zjef De Mulder in *Familie*

Mijn vrouw Fran en ik proberen de dingen onvergetelijk te maken. Dat zijn dan momenten waarvan je twee weken later denkt: ja, dat was een gelukkig moment. Wij proberen herinneringen te creëren. Als wij buiten boterhammen eten, dan noemen wij dat picknicken. Dat hoeft niet met stokbrood, een fles wijn, allerlei soorten kaas en een mand te zijn. Neen, gewoon een brooddoos met wat boterhammen en we zijn weg naar het bos. Dat is maar een kleine moeite, maar we maken daar voor de kinderen een momentje van. Het vraagt gewoon wat extra verbeelding. Ik wil het gevoel creëren dat er iets gebeurt, ook al gebeurt er eigenlijk niets. Als ik mijn sleutels kwijt ben, dan roep ik: ‘Kinderen, schattenjacht!’ Op zoek naar mijn sleutels. Zo maak je van iets negatiefs iets positiefs. En zo sta ik echt in het leven tegenwoordig. Sinds ik kinderen heb eigenlijk. Zij dwingen je daartoe. Want als je dat niet doet, gaan ze zeuren. Maar nu is het van: ‘Papa papa, weet je nog toen we je sleutels gingen zoeken?’ Ineens wordt het iets groots. Wel, dat is voor mij geluk. Doe eens iets anders dan anders. Maak van iets alledaags een evenement. Ik weet, dat is echt een *state of mind*. Je moet dat willen doen. Maar doe het eens? Je zult zien dat je er gelukkiger van wordt. Het is veel te gemakkelijk om te klagen en te zagen. Ik weiger dat te doen. Stel je eens voor dat je met vrienden op restaurant zit: het eten is keilekker, de wijn vloeit rijkelijk, de bediening is supervriendelijk, maar ineens zegt een van je maten: ‘Verdorie, dat is hier toch enorm warm!’ Dan wordt dat ineens een punt. Dan gaat ineens iedereen het warm vinden en wordt de aandacht van het positieve afgeleid. Dan wordt het ineens een probleem. Niet doen! Focus op het positieve! En ik weet het, ik overdrijf daar soms in. Als mijn vrouw en ik samen gaan rijden met de motor en we zijn met elkaar verbonden via Bluetooth, dan zeg ik achter elke bocht die we nemen: ‘Maar Fran,

kijk eens hoe mooi het hier wel is!’ ‘Wil je nu eens twee seconden stoppen met te zeggen hoe schoon het hier wel is’, zegt ze dan. Maar daarvoor is taal nu eenmaal gemaakt: om het schone te benoemen. Dat heb ik van mijn ouders meegekregen. Mijn vader doet dat ook. In de tuin zitten kijken, twee pimpelmeesjes zien en gewoon zeggen: ‘Schoon hè.’ Dat is geluk.

Moeten we naar geluk streven?

12 Geluk móét precies. Dat is een probleem. Ik maak mezelf daar ook schuldig aan. We zijn onlangs naar Normandië geweest, mijn vrouw en ik, en ik heb ook foto’s gepost op Instagram om te laten zien hoe mooi het daar wel was en hoezeer ik me daar geamuseerd heb. ‘Kijk eens hoe gelukkig ik ben!’ En ik was ook gelukkig! Maar meteen daarna denk ik: *fuck*, wat moet iemand die niet in staat is om te reizen nu denken? Die denkt nu waarschijnlijk: lul, smeer dat eens niet zo in mijn gezicht! En dat snap ik. Eigenlijk is het leven shit. Het is wat het is. Ik zeg dat vaak tegen mijn vrouw: dit is het. Je koopt een huis, je moet dat afbetalen, je zet kinderen op de wereld, kinderen die soms héél lastig zijn en je moet gaan werken... Dat is het leven. Meer is het niet. Dus moet je trachten om die dagelijkse sleur te doorbreken. Mijn parcours naar het geluk is herinneringen maken. Daar gaat het over. Ervoor zorgen dat je momenten creëert waar je later met plezier aan terugdenkt. En dat is eigenlijk niet zo moeilijk. Maar ik weet het: ik heb gemakkelijk spreken. Als je iemand verliest of als je in een slechte gezondheid verkeert, dan wordt dat allemaal veel moeilijker. Ik heb daarentegen nog geen echte miserie meegemaakt. Ik heb geldzorgen gehad, in het begin van mijn carrière, dat wel. Maar nu zijn die geldzorgen allang weg. Als ik morgen word ontslagen bij *Familie*, zullen die misschien weer opduiken. Maar goed, ik heb een goed vangnet. Ik heb lieve ouders en lieve schoonouders.

Wat met het spreekwoord: geluk maak je zelf?

Voor een groot deel wel. Ik ken mensen die heel getalenteerd

zijn, maar er niks mee doen. Een goeie kameraad van me is een wandelende encyclopedie als het op sport aankomt. Ik heb hem al meermaals gezegd dat hij sportjournalist moet worden. Hij zou top zijn! Maar neen, hij gaat liever alle dagen naar zijn werk, een bank, om financiële producten te verkopen. En neen, hij is niet gelukkig op zijn werk. Maar hoeveel mensen geven zekerheid op? Weinig. En als je niet bereid bent om die zekerheid op te geven, dan heb je het recht niet om te klagen en te zagen, vind ik. Iemand als Serge Baguet, de wielrenner die spijtig genoeg veel te vroeg is overleden, was vroeger daklegger, maar hij zag enkele wielertoeristen passeren en hij dacht: ik rij ze er allemaal af. En dat heeft hij dan ook gedaan. Hij is wielervederf geworden en heeft een mooi palmares bijeen gereden. Gewoon omdat hij het lef had om tegen zijn baas te zeggen: 'Ik stop ermee en ik word coureur.' Daar heb ik enorm veel bewondering voor. En als je dat niet durft, dan heb je het recht niet om te zagen. De cafés zitten vol mannen die zeggen: 'Amai, aan mij is er een goeie schrijver verloren gegaan.' Dat is zever. Ik heb het zelf ook meegemaakt. Ik droomde ervan om mijn leven te vullen met interessante theaterproducties, met heel veel vlees aan, maar het is anders uitgedraaid. Ik heb in de KVS gestaan, maar die bal begon niet te rollen. Dus heb ik mijn focus op tv gelegd. Gelukkig maar. Anders was ik een gefrustreerde kerel geworden die op zijn zestigste ook waarschijnlijk op café zou zitten roepen dat er aan hem een groot theateracteur verloren is gegaan. Dat wilde ik niet. Ik heb mijn talent op een andere manier, op een ander vlak aangewend. En dat heeft ook met zelfkennis te maken. Ik had het er daarnet al even over: toegeven dat het niet lukt.

13

Zelfkennis, de sleutel tot het ultieme geluk.

In zekere zin wel. Ik heb ook momenten dat ik aan mezelf twijfel en dat ik het glas eerder halfleeg dan halfvol zie. Maar daar zeur ik niet over. Daar word ik zelf niet gelukkig van en daar worden anderen alleen maar ongelukkiger van. Ik vind het zelf ook niet fijn als mensen constant hun beklag tegen mij doen. Dus zelf zal ik