



Het verschil tussen denken en dromen

Door Gijs Jansen

Het is lastig om niet verleid te worden door de verplichtingen van alledag. Want je *moet* naar je werk, je *moet* de kinderen van school halen, eten koken, en 's avonds ook nog naar de sportschool! Veel mensen ervaren het leven als een lijst van verplichte activiteiten die ze moeten afwerken. Hierdoor vergeten we dat het leven van ons is, en dat we vrij zijn om dit leven zelf vorm te geven.

Hoe kun je weten wat het verschil is tussen wat je werkelijk zou *willen* doen met je leven, en wat je *denkt* dat je zou *moeten* doen met je leven? Het lijkt wel of we de helft van ons bestaan bezig zijn om ons los te weken van onze leergeschiedenis: Wat we van onze ouders belangrijk moesten vinden, wat binnen de sociale context de norm was, enzovoort. Tot we beseffen dat we ook nog eigen waarden hebben, die vaak strijdig zijn met wat we hebben geleerd.

Vaak begint de vorming van onze identiteit met een algehele, ongenueanceerde opstand tegen de gevestigde orde (ook wel de pubertijd genoemd). Pas later kom je erachter dat ook deze opstand weinig te maken had met je werkelijke waarden. Alles doen wat je ouders juist niet zouden willen is immers net zo rigide als de regels waarmee je bent opgevoed. Door precies te doen wat van je ouders niet mocht, volgde je indirect toch de regels uit je opvoeding, door ze om te draaien. Het kan (in mijn geval) tot ver voorbij je dertigste verjaardag duren, voordat je snapt dat ook het volgen van de tegenovergestelde weg een spiegel is van je opvoeding. En dus kun je weer helemaal overnieuw beginnen. Ziehier mijn pre-midlife crisis in volle glorie!

Ontdekken wat je werkelijke waarden zijn, begint met het observeren van je leergeschiedenis, zonder dat je hier direct op reageert. Het ingewikkelde is namelijk dat ook elementen uit je leergeschiedenis prima kunnen passen bij wat je zelf in het hier en nu vindt en wilt. De emoties ontstaan meestal doordat we (in mijn geval) heel graag niet op onze ouders willen lijken. Het is heel verleidelijk om zowel je DNA als je leergeschiedenis te ontkennen, aangezien dit voelt als het verwerpen van een opgelegde identiteit. En toch is ook dit een ontkenning van wie je werkelijk bent. Even diep ademhalen dus, en weer overnieuw beginnen...

Als je van een afstandje kunt observeren wat jou heeft gemaakt tot wie je nu bent, dan kun je ook gaan toetsen of deze elementen passen bij wie je in het hier en nu zou willen zijn. Binnen de marge die het determinisme ons laat, kun je vervolgens gaan experimenteren met



nieuw gedrag. Verwacht dan overigens niet dat je iemand anders wordt. Vaak is het grootste probleem dat we weigeren te accepteren wie we nu eenmaal zijn. Ik kan een bloedhekel hebben aan bepaalde karaktereigenschappen van mijn vader, en tegelijkertijd niet ontkennen dat ook zijn DNA en leergeschiedenis mijn persoonlijkheid mede bepaalt. Ik zal dus nooit een boeddhistische Brad Pitt worden. Het is het omhelzen van dát besef; dat je menselijkheid je nooit zal verlaten, waardoor je in staat zult zijn om tóch te doen wat je eigenlijk zou willen doen.

Want uiteindelijk gaat het niet om het maken van een perfect zelfportret, maar om het schilderen ervan. Alleen door het doen van nieuwe dingen kun je ontdekken wat werkelijk bij jou past en wat niet. Kijk naar je verleden als een potentiële bron van mogelijkheden. Alles wat je ouders en je leergeschiedenis hebben aangedragen kan opnieuw getoetst worden, vanuit het hier en nu standpunt. Weet je vervolgens niet zeker of iets echt bij je past? Ga het dan eerst uitproberen! Combineer dit met de nieuwe dingen die je in de nabije toekomst krijgt aangeboden, wees nieuwsgierig, en besef dat het leven jouw eigen, persoonlijke feestje is. Tijd dus om de slingers op te gaan hangen!

Je hoofd zal je hart nooit begrijpen. Misschien proberen we wel veel te veel na te denken over wat we nooit zullen snappen. Je ware identiteit is hier, nu. Hoe je deze kleur geeft bepaal je zelf, ook hier en nu. En dus is de belangrijkste vraag: Wat ga je vandaag doen?