



NIEUW  
VOORWOORD  
VAN WILLEM DE  
RIDDER!

# HANDBOEK SPIEGELOLOGIE WILLEM DE RIDDER

UITGEVERIJ  
  
DE  
Z  
A  
A  
K

# HANDBOEK SPIEGELOGIE

WILLEM DE RIDDER

UITGEVERIJ DE ZAAK

## INLEIDING

In een doodstil bos op Ameland zette ik tijdens het avondconcert van de vogels even het aggregaat aan om mijn computer voor de volgende dag op te laden. De konijnen, die de hele dag rondom ons eenzame boswachtershuisje (zonder elektriciteit) darden, schoten alle kanten uit, maar de duizenden bijen en vogels gingen alleen maar harder zingen en zoemen, leek het wel. 's Morgens vroeg, als ze nog sliepen, zat ik al hoog en breed weer vlakbij de bijenkorven onder een gaslamp dit boek verder te schrijven. Nog steeds verbaasd. 25 jaar geleden immers begon ik niets vermoedend met het eerste groepje vrijwilligers waarin we allemaal fan van elkaar speelden. Ik kan me nog herinneren hoe belachelijk ik het idee vond om via anderen te oefenen om mijzelf te leren appreciëren. Toch moest ik al snel toegeven dat er van alles begon te veranderen in mijn leven, zonder dat ik er veel moeite voor deed. Mensen om me heen werden aardiger, dingen lukten makkelijker, ik zat lekkerder in mijn vel en er begonnen steeds meer wonderen te gebeuren. Ook de andere fans begonnen dat bij zich zelf te merken en het nieuwtje verspreidde zich snel. Overall ontstonden spontaan nieuwe 'fanclubs', die na een paar keer oefenen zo enthousiast werden over de resultaten dat de sneeuwbal alleen maar groeide en groeide. Op een gegeven moment waren er al een stuk of zestig fanclubs in Nederland en België. Ik werd zo nu en dan wel eens uitgenodigd om er over te komen praten, maar voor de rest ging het allemaal vanzelf.

Tot ik op een dag door twee fans uit Groningen gebeld werd die vertelden dat ze na iedere fanclubbijeenkomst een week op wolkjes liepen en me voorzichtig vroegen of ik niet geïnteresseerd was om dit boek te schrijven, dat zij dan wilden uitgeven. Je begrijpt mijn verbazing over dat lopende vuurtje dat ik ooit eens achteloos had aangestoken. Nu, twee jaar later, ben ik nog veel verbaasder, want inmiddels zijn er bijna duizend fanclubs in ons land en komen er dagelijks nieuwe bij, zijn er telefoonnummers om te weten te komen waar ze bij jou in de buurt zitten, verschijnen er artikelen in kranten en tijdschriften, heb ik regelmatig radio-interviews en is er een speciaal programma op TV over gemaakt, kom ik in talkshows, beginnen steeds meer onderwijzers en leraren Spiegelogie in hun klassen te gebruiken met dermate verbijsterende resultaten dat ik er binnenkort een boek over ga schrijven, zijn er steeds meer bedrijven geïnteresseerd, ontstaan er Spiegelogie websites, zijn er zelfs fanclubs in het Vondelpark in Amsterdam en Nederlandse fanclubjes in Nieuw Zeeland, is het zoveelste Spiegelogie

weekend in voorbereiding, krijgen buitenlandse uitgevers belangstelling en zit ik nu dit voorwoord te schrijven voor de derde druk. Het gaat allemaal vanzelf. Steeds meer mensen (zoals jij) zijn bezig om hun macht terug te grijpen en vallen net zoals ik van de ene in de andere verbazing. Het leukste is dat je op een gegeven moment aan al die wonderen begint te wennen. Sterker nog, wie niet op wonderen rekent, is geen realist.

Nu is het jouw beurt. Als je dit boek gelezen hebt, begint het pas. Het is net als met autorijden: je kunt erover lezen wat je wilt, maar op een gegeven moment is het toch een kwestie van net zo lang oefenen tot het een gewoonte begint te worden en het allemaal vanzelf gaat. Dan heb je geen fanclubje meer nodig, omdat de hele wereld je fanclub geworden is.

Ondertussen ben ik (en steeds meer anderen) zeer geïnteresseerd in jouw succesverhalen. Je kunt je verhaal kwijt op **willemderidder.com**. Voor informatie over spiegelogieweekenden en opgave voor fanclubs ga je naar **fanclubs.nu**.

# 1 GEWOONTES

Laten we bij het begin beginnen. Jij leest op dit moment de eerste zinnen van het zoveelste boek over het leven. Prima! Er komen steeds meer boeken uit over 'hoe het leven werkt' en het lijkt wel of ze door steeds meer mensen verslonden worden. Er zijn zelfs uitgeverijen die zich helemaal toegelegd hebben op dit soort boeken. Dit is dus weer zo'n boek en er staat niets in dat je niet al weet. Je zult het allemaal maar al te goed herkennen. Al die boeken gaan over precies hetzelfde en toch lezen we ze in de hoop dat het deze keer echt zal helpen.

Sinds het Christendom ons niet meer kan dicteren hoe wij het leven dienen te ervaren en niet meer mag dreigen met de brandstapel en verbanning, zijn we op zoek naar het juiste boek. Vroeger was er maar één boek, nu barst het ervan. Allemaal handleidingen die ons uitleggen hoe we succesvol door het leven kunnen zwemmen. Jij wilt toch ook een heerlijk leven leiden, of niet soms? Jij wilt toch ook rijk, gelukkig, tevreden, energiek, gezond en vrolijk zijn? Jij wilt toch ook je leven verbeteren – of heb ik het mis?

Tot nu toe heeft geen enkel boek daar echt bij kunnen helpen, zelfs niet dat Christelijke boek waar we het zo lang mee moesten doen. Toegegeven, het kan heel inspirerend zijn om te lezen hoe je leven perfect zou kunnen werken, maar als je het boek dan met een opgewonden zucht dichtslaat, gaat het gewone leven weer hardnekkig zijn eigen gang – of we dat nu leuk vinden of niet. Dan maar weer het volgende boek. We willen koste wat kost leren zwemmen. Ook dit boek leert je zwemmen. Als je het uit hebt weet je precies hoe het werkt, maar als iemand je onverwachts in het water duwt, verdrink je toch (met al je kennis). Zwemmen kun je niet in theorie leren, dat weet jij ook wel.

Zwemmen, schaatsen, fietsen, autorijden en dit boek lezen heb je allemaal geleerd. In de praktijk. Je hebt net zo lang geoefend, tot je het kon. Zelfs lopen, praten, denken en kijken heb je aangeleerd. Je kunt je misschien niet meer herinneren wat een gedoe het was om voor het eerst op je benen te staan zonder meteen om te donderen. Het leek een onmogelijke zaak, maar nu loop je gewoon, zonder er verder nog moeite voor te doen of er bij na te denken. Het is een gewoonte geworden, precies zoals zwemmen, schaatsen, fietsen of autorijden. Wat dat betreft zijn we echte gewoontedieren. Niks aan de hand.

Daarom hebben we tegenwoordig steeds meer opleidingsinstituten en workshops voor volwassenen die ons het goede leven in de praktijk beloven te leren. Sommige opleidingen duren een paar dagen, anderen een paar jaar. Het lijkt wel of er steeds meer specialisten komen die ons zullen leren hoe we het leven permanent kunnen verbeteren. Die workshops zijn zonder uitzondering allemaal bijzondere avonturen. Samen met een aantal andere belangstellenden begin je dingen te ervaren, die je nooit eerder toeliet in je leven. De schellen vallen van je ogen, veel wordt je duidelijk, de inspiratie is totaal en het leven lacht je toe. Je stapt op een nieuwe manier je bestaan binnen, maar na enige tijd gaat het gewone leven toch weer stijfkoppig zijn eigen gang. Jammer nou! Gelukkig hoor je iedereen opgewonden praten over de nieuwste workshop die echt blijkt te werken. Je schrijft je meteen in. Ik ken mensen die wel vijftien workshops gevolgd hebben, maar dat gewone leven schijnt zich daar geen bal van aan te trekken. Er zijn druk bezochte opleidingsbeurzen en dikke gidsen vol adressen om aan de stijgende vraag te voldoen. Steeds meer bedrijven organiseren speciale workshops voor hun personeel. Sommige werkgevers hebben zelfs kastelen gekocht, waarin het ene seminar na het andere plaatsvindt om hun werknemers te laten ervaren hoe het leven werkt. Ook op menige werkvloer wordt een ander beleid doorgevoerd, zodat de kwaliteit van het samenwerken kan verbeteren. Allemaal prima, als dat gewone leven maar niet zo halsstarrig zijn poot stijf hield en steeds weer roet in het eten gooide.

Ikzelf heb altijd met stijgende verbazing gekeken naar al deze activiteiten om me heen. Eigenlijk wilde ik er niets mee te maken hebben. Aan workshops wilde ik al helemaal niet meedoen. Ik was van de Groucho Marx school: 'Ik zal nooit lid worden van een club die mij als lid wil hebben.' Ik had natuurlijk makkelijk praten. Ik was als jongetje de jongste goochelaar van Nederland. Onder de artiestennaam RODINI goochelde ik voor volle zalen de sterren van de hemel. Ik kon volwassen mensen (waar wij kinderen toch met ontzag naar leren opkijken) met de meest stompzinnige trucs voor de gek houden. Sterker nog, als ik de truc heel slordig en doorzichtig deed, hadden ze nog steeds niet in de gaten dat ze door een jongetje bij de neus genomen werden. Dus toen dezelfde volwassenen mij begonnen te vertellen, dat ik aan mijn toekomst moest denken en een vervelende baan moest nemen, omdat er anders niets van me terecht zou komen, nam ik dat met een korrel zout. Als ze niet eens mijn kinderachtige trucs konden doorzien, hoe konden ze dan weten wat het beste voor mij was? Nee, ik heb nooit een vaste baan gehad, dus ik was al jong zo eigenwijs als ik groot was... Maar goed, daar hebben we het nu niet over. Eerst dit boek!

## KUN JE DIT BOEK GELOVEN?

Op dit moment zit jij deze woorden te lezen. Of niet soms? Zit je lekker? Als ik me niet vergis glijden je ogen over deze letters. Je herkent alles wat hier staat. Je hebt het allemaal geleerd. In feite heb je geen enkel origineel idee van jezelf en heb je alles, maar dan ook alles (net zoals ik), opgestoken van je moeder en vader en alle anderen die zich met jouw opvoeding bemoeid hebben. Al die mensen hebben hardnekkig geprobeerd jou te verbeteren. Is ze dat gelukt? Ben je nu perfect of ben je nog steeds bezig jezelf te verbeteren? Is dat soms de reden waarom je dit boek zit te lezen? Vergeet het maar! Ook dit wordt weer een hope-loze onderneming. Aan jou valt niets, maar dan ook niets te verbeteren.

Iedereen die iets anders beweert, liegt alsof het gedrukt staat. Sterker nog, ze hebben je van jongs af aan voorgelogen. Niet dat ik je ouders ergens van wil beschuldigen. Die mensen hebben echt hun best gedaan en dachten dat ze de waarheid vertelden. Ze zijn zelf ook voorgelogen. Je bent grootgebracht met witgewassen leugens. Je weet toch wel wat liegen is? Als jij me iets vertelt, waarvan je zeker weet dat het niet waar is, dan lieg je. Liegen is streng verboden in onze westerse maatschappij. In Amerika komt zelfs de president in moeilijkheden wanneer hij op een leugen wordt betrapt. Je mag niet liegen. Je voelt dat je stout bent als je het toch doet. Om leugens te ontmaskeren zijn er zelfs leugendetectors die het proces van liegen in jouw lichaam kunnen meten.

Ze hebben tegenwoordig zelfs telefoons met ingebouwde leugendetectors. Als je echtgenoot dan belt dat hij moet overwerken, kun je meteen zien of het wel waar is. Maar als iemand belt die een leugen echt geloofd heeft, werkt het apparaat niet meer. Voor hem is de leugen een waarheid geworden, oftewel een witgewassen leugen. Vooral als leugens prettig aanvoelen, willen we ze maar al te graag geloven. Toch staan we op de waarheid. Nogmaals, liegen is slecht, achterbaks, laag bij de gronds en verwerpelijk. Vandaar die leugendetectoren. Iedereen moet toch de waarheid vertellen – of niet soms?

Toch vertellen we aan onze goedgegelovige kinderen sprookjes. Iedere volwassene weet dat die niet waar zijn. Als ik jou ervan beschuldig dat je me 'sprookjes' zit te vertellen, weet jij maar al te goed dat ik je van liegen verdenk. Desalniettemin zijn we gek op sprookjes. Het liefst zouden we willen dat ons leven een sprookje was. We weten natuurlijk best dat zoiets niet kan. De waarheid is altijd pijnlijk. Als iemand zegt dat hij je de waarheid gaat vertellen, zet je dan maar schrap. Dit boek gaat over het leven als sprookje.

Jouw leven valt dus niet te verbeteren. Je kunt al die verwoede pogingen maar beter opgeven. Het is je tot nu toe niet gelukt en er is geen enkele reden om aan te nemen dat het in de toekomst wel zal lukken. Ze hebben je namelijk voorgelogen. Je bent al perfect. Niet te verbeteren. Iets wat niet te verbeteren valt, is per definitie perfect. De hele natuur is perfect. Of niet soms? Kijk naar een simpele roos... Wat een perfectie! Hoe die beeldschone bloem met insecten samenwerkt om zich voort te planten. Perfect... Onze planeet in haar baan. De zuurstof die wij inademen, de invloeden van zon, maan en andere planeten op onze hele huishouding. Niet te verbeteren. Sterker nog, als je natuur probeert te verbeteren, wordt zij alleen maar minder, zoals we gelukkig steeds duidelijker beginnen te merken.

- Wacht even, de natuur mag dan wel perfect zijn, maar ik ben toch blij dat ik een douche heb, zodat ik al dat stof, zand en andere viezigheid van me af kan wassen. Zo schoon is de natuur niet.

- Je hebt gelijk, lieve lezer, velen van ons vinden de natuur maar een vieze boel. Vooral sinds we bacteriën en virussen ontdekt hebben. Daarom hebben we deze eeuw de hygiëne ontwikkeld en poetsen en boenen we net zo lang tot we helemaal 'schoon' zijn. Tot onze grote ontzetting beginnen we te merken dat steeds meer jongeren astma beginnen te krijgen of andere allergieën. Het is een ware volksziekte aan het worden. In het begin dachten we nog dat het door de luchtvervuiling kwam (zo schoon zijn we dus niet), maar toen wetenschappers zwaar vervuilde gebieden gingen onderzoeken, bleek daar nauwelijks astma voor te komen. Wat blijkt? Door al onze hygiëne kan het lichaam niet meer zelf oefenen in het zich verdedigen tegen bacteriën en huisvuil. Daardoor wordt het steeds zwakker en dus vatbaarder voor allerlei ziektes. We moeten daarom zo snel mogelijk weer 'viezer' gaan leven. De natuur valt kennelijk niet te verbeteren. Geloof het of niet: dokters zijn nu speciale 'huisvuil'-injecties aan het ontwikkelen...

Steeds meer jongeren lopen op van die opzichtige sportschoenen met luchtvering die alle schokken opvangt. Een grote verbetering? Nee! Steeds meer jongeren beginnen hun enkels te breken. Hun botten zijn helemaal verzwakt, omdat ze geen schokken meer krijgen, waardoor botten juist sterker worden. De natuur valt kennelijk niet te verbeteren. Hoe meer we de natuur bestuderen, hoe meer we ontdekken dat zij perfect is.

Alleen is er één uitzondering!! Dat ben JIJ!!! Aan jou deugt niets. Aan jou moet alles verbeterd worden. Alsof jij geen stuk natuur zou zijn...



Hoe komen we aan dat stomme verhaal? Wie heeft ons dat wijs gemaakt? Hebben onze ouders ons moedwillig voorgelogen, of wisten ze niet beter en wisten ze zeker dat er van henzelf ook niets deugde? Dachten ze dat ze maar moesten zien wat er te redden viel van jou of dat jij er in ieder geval meer van terecht moest brengen dan zij? Dat zijn witgewassen leugens, die we kennelijk nog steeds heilig geloven, met alle gevolgen van dien. Niet alleen kinderen geloven sprookjes, wij ook. Ga maar eens op de markt kijken. Iedere koopman weet dat het van het grootste belang is dat de omstanders hem geloven. Als hij niet geloofd wordt, kan hij zijn zaakjes wel vergeten en verkoopt hij niets. Iedere verhalenverteller wil geloofd worden, dan pas krijgt zijn verhaal kracht. Dan pas begint het te werken en levert het iets op.

Een fabrieksdirecteur die niet geloofd wordt, kan maar beter inpakken. Een manager die zijn geloofwaardigheid verliest is afgebrand. Een bedrijf dat niet meer vertrouwd wordt, gaat kapot. Een verhaal kan zeer machtig zijn. Nog niet zo lang geleden lanceerde General Foods in Amerika een nieuw soort snoepje dat knetterde in de mond. Kinderen vonden dat zó fantastisch dat het product de winkels uitvloog. Ze hoefden er niet eens voor te adverteren. Het verkocht zichzelf. 'Pop Rocks' heette het.

Tegelijkertijd had McDonalds een van haar meest succesvolle televisie-reclames gelanceerd. Een klein zwart jongetje, dat er als een eigenwijs oud mannetje uitzag, deed niets anders dan op een hartveroverende manier een hamburger eten. Little Willy werd de held van de jeugd. De commercial was zó populair, dat hij bijna dagelijks vertoond werd. Dag in, dag uit, jaar in, jaar uit. Tot het iedereen de strot begon uit te komen en Little Willy van de buis verdween.

Op dat moment kwam er een verhaal in omloop onder de jeugd van Amerika. Niemand wist waar het vandaan kwam, maar het vertelde dat Little Willy gestorven was en wel op een gruwelijke manier. Hij had 'Pop Rocks' gegeten, er wat Cola bij gedronken en was toen ontploft... Als een lopend vuurtje ging dat verhaal het hele land rond en de omzetten van het snoepje kelderden. Het duurde enige tijd voordat de stomverbaasde managers van General Foods ontdekten wat de oorzaak was. Ze hebben toen paginagrote advertenties geplaatst met het portret van een inmiddels opgegroeide Little Willy die verklaarde dat hij wel degelijk in leven was. Ze brachten hem op talkshows, lieten hem handenvol Pop Rocks eten en Coke's drinken, maar het mocht allemaal niet baten. De omzetten klapten in elkaar en ze hebben zelfs de naam van het product moeten veranderen.

## ZIJN DIE SPROOKJES WEL WAAR?

Van een goede verhalenverteller valt veel te leren. Ik heb eens een succesvolle Zweedse zakenman ontmoet die me ophaalde van het vliegveld met de grootste Mercedes die ik ooit gezien had. Ik deed een project met hem en zou wat tijd op zijn kantoor doorbrengen. We hadden dus de kans om elkaar beter te leren kennen.

Hij vertelde dat zijn vader een kermisexploitant geweest was met een rondreizend vari  t  theater. Voor zo'n tent bevindt zich een podium waarop tussen iedere voorstelling de artiesten paraderen. Zijn vader hield dan gloedvolle toespraken om het publiek de tent binnen te lokken. Al spoedig nam hij deze baan van zijn vader over en raakte hij zeer bedreven in het 'parade maken'. Toen zijn vader stierf werd de tent verkocht en besloot hij vertegenwoordiger voor Volkswagen te worden. Al snel begon het het Duitse hoofdkantoor op te vallen, dat niemand in Zweden zoveel auto's verkocht als hij. In heel Europa hadden ze niet   n verkoper die zijn omzet haalde.

Ze stuurden een speciale man die hem dag en nacht in de gaten moest houden om te zien hoe hij het deed. Maar hij bleek geen trucs toe te passen die andere managers konden imiteren. Hij was gewoon een uitmuntende verhalenverteller, die door iedereen geloofd werd. Toch zul je nooit een verkoper of een directeur tegenkomen die zichzelf 'verhalenverteller' noemt. Dat zou zijn eer te na zijn. Een belediging zelfs. Als je van iemand zegt dat hij sprookjes vertelt, zeg je eigenlijk dat hij liegt.

- Maar sprookjes zijn toch niet waar?

- Vroeger maakten de vertellers zich daar niet druk om. Het woord sprookje betekende toen niet leugen, maar: dat wat ge'sproken' wordt. Sage betekent: dat wat gesagt (gezegd) wordt, vertelling: dat wat verteld wordt, en mythe: dat wat verhaald wordt. Al die sprooksprekers werden geloofd, ook al gingen veel van die verhalen over wonderen, tovenarij en sprekende dieren.

Onze hedendaagse vertellers hebben het niet zo makkelijk meer. Hun publiek is achterdochtiger geworden. Ze zullen dus nooit van hun leven toegeven dat ze 'verhalen' vertellen; ze geven 'informatie' of de 'feiten'. Verhalen heten tegenwoordig 'politiek', 'voorlichting', 'wetenschap', 'opvoeding', 'nieuws', 'beleid' en soms zelfs de 'waarheid'. Wat in de krant staat is waar (behalve als je zelf de 'feiten' kent).

Ik ben waarschijnlijk een van de weinigen die zich tegenwoordig nog verhalenverteller durft te noemen. Ik doe geen enkele moeite om alle verhalen in dit boek te bewijzen, te onderbouwen, uit te leggen of te verdedigen. Eigenlijk vertel ik niets nieuws en weet je het allemaal al,

alhoewel je het misschien nooit zo geleerd hebt. Zoals iedereen sprookjes accepteert en er (mits goed verteld) mateloos door geboeid wordt, ondanks alle zaken die eigenlijk niet kunnen.

#### VERTELT DIT BOEK SPROOKJES?

Sprookjes zijn niet weg te branden. Al kunnen we ze niet begrijpen, we herkennen ze maar al te goed. Ieder kind groeit er mee op en gelooft ze onvoorwaardelijk, tot het te horen krijgt dat sprookjes niet bestaan. Volwassenen doen nog steeds onderzoek naar de dieperliggende betekenissen of exploiteren ze, zoals Walt Disney. De laatste tijd ontdekken we dat ze over 'het leven' gaan, dat ze uitleggen hoe ons leven werkt. Het woord 'mythe' komt van het Griekse Mythos en betekent voluit: dat wat verteld wordt, hoe het leven werkt en niet 'praatje zonder grond', zoals onze woordenboeken tegenwoordig zeggen. Nu is 'weten hoe het leven werkt' op zich niks bijzonders. Iedere opvoeder legt uit hoe het leven werkt. Kranten en tijdschriften staan er vol mee, de wetenschap houdt zich met niets anders bezig en de politiek leidt het voor ons in banen. Met sprookjes is iets anders aan de hand. Ze gaan over de Domme Hans die nauwelijks zijn kop gebruikt en juist daardoor de schat vindt en de prinses trouwt. Ze gaan over wensen die uitkomen en kleine mannetjes die je helpen, terwijl jij ligt te slapen.

- Dat klinkt allemaal heel aantrekkelijk en het zou leuk zijn als het leven een sprookje was, maar iedereen weet dat de realiteit wel even anders in elkaar zit.

- Je hebt gelijk, lieve lezer, dat weten we maar al te goed. In advertenties en televisiespots schilderen we de wereld nog wel sprookjesachtig af, omdat onze producten dan beter verkopen, maar ieder mens weet dat het in werkelijkheid behoorlijk kan tegenvallen. Het leven is niet zo makkelijk als we als kinderen dachten. Je moet hard werken om iets te bereiken tegenwoordig – of niet soms?

Ook zakenlieden praten onder elkaar over de manier waarop het leven werkt – of liever waarop ze denken dat het werkt. Het is van groot belang om te weten wat het leven vraagt, wat er voor nodig is, hoe het beter van kwaliteit kan worden, hoe het verandert, hoe de klanten het ervaren, hoe er het beste op ingespeeld kan worden. Laten we realistisch zijn, een bedrijf dat het contact met het leven verliest, heeft al spoedig geen bestaansrecht meer.

De manier waarop wij het leven zien, is de manier waarop wij zaken doen, producten ontwerpen, ons kleden, ons gedragen, trends herkennen, reclame maken en het leven ervaren. Dit is dus een boek over 'Het

Leven', maar tja, welk boek gaat daar niet over? Laat ik daarom duidelijker zijn: dit boek gaat over 'Het Leven als een Sprookje'. Hoe wensen uitkomen, hoe kleine mannetjes het werk doen, terwijl jij ligt te slapen, hoe je de schat vindt zonder je kop te gebruiken. Informatie die van onschatbare waarde is voor iedere producent, handelaar en klant. Misschien ook wel voor jou. Het is een heel verhaal, dat ik ook maar weer gehoord heb. Ik heb, net zoals jij, geen enkel origineel idee van mezelf. Ik ben een echte naprater. Ik pleeg vrolijk plagiaat, zoals wij allemaal. Ik moet echter toegeven dat niet alleen mijn leven al enkele jaren in een echt sprookje veranderd is, maar dat steeds meer mensen die ik dit verhaal verteld heb, ook sprookjesachtig zijn gaan leven. Dat is de enige reden waarom ik dit boek schrijf, anders blijf ik aan het vertellen. Ga er dus rustig voor zitten, lieve lezer, haal diep adem en lees rustig verder. Laten we bij jouw begin beginnen...

## 2 OPVOEDING

Eerst ben je een klein eitje in het lichaam van je moeder. Een minuscuul wezentje dat door het blote oog niet eens kan worden waargenomen. Toch zit jij daar al helemaal in, compleet met je grappige kapsel en al je maniertjes. Je zou kunnen zeggen dat zo'n eicel een uiterst intelligent wezen is. Die ene kleine cel communiceert ook nog eens met alle andere cellen in het universum. Wetenschappers hebben daar interessante proeven mee gedaan met verbluffende resultaten. Ze kunnen de reacties van zo'n cel namelijk meten met simpele elektroden. Ze leggen je moeder op een comfortabele divan, kleven wat elektroden op haar huid en ergens aan de andere kant van de aardbol zit een wildvreemde wetenschapper aan tafel met een aantal kaarten voor zich. Op die kaarten staan namen die hij nog nooit eerder gezien heeft. Hij heeft ook nog nooit van je moeder gehoord en werkt alleen maar beroepsmatig mee aan deze wetenschappelijke proef.

Hij neemt de eerste kaart en bestudeert de naam van iemand die hij niet kent en waarvan je moeder ook nog nooit gehoord heeft. De elektroden zijn verbonden met grote computerschermen die de reacties van haar cellen laten zien. Er is echter niets bijzonders waar te nemen. Alles is rustig. Nu neemt de wetenschapper de tweede kaart. Daarop staat de naam van een vriendin van je moeder. Hij bekijkt de kaart, maar die naam zegt hem helemaal niets. Op het scherm aan de andere kant van de globe is duidelijk zichtbaar dat de cellen van je moeder reageren. Als op de volgende kaart de naam van haar vader staat, reageren ze nog sterker op de cellen van die man die de kaart bekijkt. Zo'n minuscule cel heeft contacten, daar kun jij alleen maar van dromen. Moeder zelf merkt niets.

Ze staat op van haar divan en de elektroden worden op de bladeren van haar kamerplant geplakt. Ze heeft hem trouw water en mest gegeven, zodat hij het goed doet. Je moeder stapt in het vliegtuig en komt aan in Tokio. Daar neemt ze een speld en steekt die zacht in de top van haar wijsvinger. Op het computerscherm is duidelijk te zien dat de cellen van de plant flink schrikken van de lichte pijn die zij haar vingertop bezorgt. De cellen van de plant blijven namelijk onafgebroken in contact met al haar cellen, ook al zou ze naar Mars vliegen en daar die speld gebruiken.

In plaats daarvan gaat ze naar huis om jouw vader opgewonden over deze experimenten te vertellen. Die avond vrijen ze heerlijk met elkaar en (bingo!) het eicelletje (waar jij al helemaal inzit) wordt bevrucht. Dat

ene eitje sterft en levert twee nieuwe cellen op. Die twee doen weer precies hetzelfde waardoor er steeds meer ontstaan. In negen maanden tijd groeit er uit dat voor het blote oog nauwelijks waarneembare celletje een forse baby die uit miljoenen hoogst intelligente cellen bestaat. Wat een perfectie! Je moeder hoeft daar niets aan te doen, behalve een wat grotere jurk aan te trekken. Het is een volautomatisch proces. In het begin lijkt je op een garnaal in een eindeloze oceaan van vruchtwater (dat inderdaad als twee druppels water op zeewater lijkt). Een klein spiraaltje dat langzaam uitrolt tot een perfect wezen.

#### HOE OUD BEN JE EIGENLIJK?

Als je uit je moeder kruipt en de borst krijgt, begint je opvoeding. In twintig jaar tijd blijf je doorgroeien tot je zeven tot negen keer zo groot bent geworden. Als je die twintig jaar vergelijkt met de tijd die je nodig had om van dat minuscule celletje tot die blozende baby uit te groeien, heb je in feite miljoenen jaren in die baarmoeder doorgebracht. Je hebt daar waarschijnlijk de hele evolutie meegemaakt. Van een visje in een immense oceaan tot een zoogdier in een comfortabel holletje. Precies zoals al onze voorouders, beginnen we ons leven als holenmens.

Bij de geboorte hebben we eigenlijk de meeste tijd al achter de rug. Als je na een complete evolutie van negen maanden je veilige warme hol moet verlaten, wil je maar één ding: een veilig warm hol!! De enige plaats die daar op lijkt, is moeders lijf. Zodra je daar tegenaan ligt, ben je volkomen tevreden. Als je daarvan weg moet, wordt je leven een eenzame hel en begin je te krijzen. Zodra je weer terug bent, klopt het leven weer en is alle ongenoegen op slag verdwenen. Daarom droegen moeders in de oude culturen hun baby's voortdurend in een doek dicht tegen zich aan, zowel thuis als op het land, dag in, dag uit. Binnen in de buik voelde je haar hartslag en de bloedsomloop en buiten tegen haar buik in de draagdoek ook. Zo kon je als kind heel rustig wennen en was je toch bij alle dagelijkse activiteiten betrokken. Je voelde je welkom.

In onze cultuur wordt het kind meteen van de moeder gescheiden en in een roze of blauw wiegje met veel strikken en teddyberen gelegd, waar het op zijn gemak kan krijzen van intens verlangen naar moeders buik. Ouders worden gek van dat gehuil, maar hebben het verhaal gehoord dat het erbij hoort. Kinderen zijn hinderen. Moeder worden is een wonder, moeder zijn een heel gedonder. Snel het nieuwste boek over opvoeding of wijze raad van de buurvrouw. Soms hoor je dat je het kind gewoon moet laten krijzen, tot zijn hartje gebroken is en het gelaten zijn lot accepteert. Dat heet het 'dagelijkse huiluurkje.' Een

ander boek zegt dat het goed is om de baby zo nu en dan eens te knuffelen, maar toch vooral niet teveel, omdat het anders te afhankelijk wordt.

We mogen kinderen vooral niet 'verwennen.' Elk jaar komt er wel weer een boek uit met nieuwe verhalen hoe die kleine schat, die het hele huishouden 'terroriseert', bedwongen kan worden. Een kind dient be-teugeld te worden om een sociaal wezen van hem te maken, anders wordt hij nooit een goed mens. Van nature is een kind immers asociaal (leren wij) en dient hij te worden aangepakt, eh... opgevoed. We mogen niet te toegeeflijk zijn, maar ook weer niet te hard. In de praktijk merken we echter al snel dat we het uiteindelijk toch weer doen zoals wij zelf behandeld zijn. Ineens hoor je je vader en moeder uit je eigen mond komen, ondanks het heilige voornemen om het beter te doen. Een soort automatische piloot. De beroemde dr. Spock die miljoenen moeders precies wist voor te schrijven hoe je kinderen opvoedt, bracht er zelf niet veel van terecht. Hij herhaalde bij zijn kinderen gewoon weer het patroon van zijn eigen ouders. Terwijl hij beter wist...

In de vijftiger jaren mochten baby's niet eens duimzuigen (desnoods werden de handjes op de rug gebonden om het af te leren) en moesten ze zo snel mogelijk op het potje (soms binnen een maand al). Om de zoveel tijd eten, honger of niet. Dankzij Freud kwamen er boeken die vertelden dat als je de eerste drie jaar ook maar iets fout deed, het kind voor de rest van zijn leven verpest was. Alleen in ons land al bestaan zo'n vijf tijdschriften over opvoeding. De laatste sensatie is een boek uit Amerika waarin het duidelijk wordt dat ouders helemaal niet belangrijk zijn, maar vriendjes en vriendinnetjes. Kinderen imiteren elkaar, want hun ouders imiteren mogen ze niet. Roken, koffie drinken, lucifers aansteken, autorijden of alleen naar buiten gaan is allemaal streng verboden. De kranten staan vol over lastige kinderen en opvoedingsproblemen. De grote kritiek is nu dat ouders te weinig opvoeden, waardoor kinderen misdadig worden. Misschien worden er daarom zo weinig kinderen geboren in Nederland. Wie durft er nog kinderen te nemen na zoveel gezaghebbende boeken die elkaar allemaal tegenspreken?

Als je zo'n kind in zijn wiegje ziet spartelen (terwijl het tegen moeders lichaam gewoon rustig zou zijn), zien we een volautomatisch organisme in actie. Zo'n kind heeft geen beslissing genomen om eens te gaan spartelen, oh nee. Het kind doet helemaal niks, het laat alles toe, het verzet zich tegen niets. Miljarden hoogst intelligente cellen regelen alles volautomatisch. Ze bewegen alle spieren om ze te ontwikkelen. Normaal bewoog een kind in de draagzak met de cadans van de moeder mee.

Moeders waren immers de hele dag in de weer toen ze nog in de oerwouden woonden. Als het kind honger had, was de borst altijd dichtbij. Als het kind moest poepen of piesen werd het vastgepakt en wat verder van het lichaam afgehouden; het had toch geen luier aan en uitwerpselen waren goede mest. Geen omkijken naar. Tegenwoordig worden ze in de steek gelaten in hun schattige wiegje, moeten ze in hun broek poepen en zullen de spieren zelf voor beweging moeten zorgen.

#### AFBLIJVEN JANTJE!!

In zogenaamd 'primitieve' tijden werd het kind dus op het lichaam gedragen tot het kon kruipen. Vanaf dat moment kon het zijn eigen gang gaan. Het leek wel of de moeder dan alle belangstelling verloor. Als het kind naar de rand van de afgrond kroop, liep ze er niet hysterisch achteraan. Als het met een scherp mes speelde of naar het vuur kroop, werd er niet eens naar gekeken. Er gebeurde overigens maar zelden iets. Kinderen zijn niet gek of een soort minder validen, maar perfecte wezens die je volledig kunt vertrouwen. Als het kind om aandacht vroeg, stond de moeder (of wie dan ook) meteen klaar. Voor de rest kon het zijn gang gaan. Kinderen werden dus niet voortdurend op 'gevaaren' gewezen, zodat ze een grenzeloos vertrouwen konden ontwikkelen.

Tegenwoordig is dat wel anders. De hele dag wordt er streng opgelet en hoor je ouders krijsen dat ze niet de stoep af mogen, naast mama moeten lopen, niets van de grond mogen oprapen, bah vies, niet in de mond stoppen, kom onmiddellijk terug Jantje, niet opklimmen, aan dat kindje teruggeven, dat is niet van jou Ria, niet zo naar die mevrouw kijken, niet zeggen dat ze een rode neus heeft, een handje geven, niet met je nieuwe broek op het trottoir gaan zitten, niet aankomen, afblijven... Afblijven... wat heb ik je nu gezegd? etc. etc. Overall dreigt voortdurend gevaar. Nog niet eens zo lang geleden konden kinderen ongecontroleerd buiten spelen tot het etenstijd was en moesten ze alleen naar school lopen. Dat is allemaal veel te gevaarlijk geworden. Ze worden nu gehaald en gebracht en in de stad komen ze bijna niet meer op straat. Veel te link.

We zijn er heilig van overtuigd dat kinderen ontoerekeningsvatbaar zijn. Dat ze alles, maar dan ook alles nog moeten leren. Hele huizen worden verbouwd, zodat kinderen nergens aan kunnen komen (want ze maken alles kapot). Stel je voor dat ze van de trap vallen of andere 'ongelukken in huis' krijgen (waar zoveel tegen gewaarschuwd wordt). Kinderen worden niet vertrouwd, terwijl die schatjes hun leven beginnen met een totaal vertrouwen in alles en iedereen, waardoor hun lichaampjes



perfect kunnen werken. Als je ze wel durft te vertrouwen, sta je versteld over hun natuurlijke intelligentie.

Als baby besta je uit miljoenen hoogst intelligente cellen, die communiceren met alle andere cellen in het universum. Iedere cel staat wagenwijd voor jou open en steunt jou onvoorwaardelijk. Iedere gedachte die je hebt, zien de cellen als een opdracht die ze meteen beginnen uit te voeren. Ze denken zelf niet, maar regelen alles volautomatisch. Je hoeft er nauwelijks iets aan te doen.

Terwijl je dit boek zit te lezen, werkt je lijf vanzelf door. Je longen ademen, je hart pompt, het bloed stroomt, de nieren filteren, de spieren trekken en de zenuwen knetteren. Dit hele fysieke proces ervaren we alleen maar als iets mis gaat. Nu zit je hier gewoon te lezen, meer niet. Dat is maar goed ook. Stel je voor dat je na iedere maaltijd een tijdje moest gaan zitten verteren, of dat je de hele dag druk bezig was met ademen en bloed pompen.

‘Ik heb nu geen tijd vrouw, ik ben druk bezig met het filteren van mijn lichaamsvocht.’

‘Jij hebt makkelijk praten, ik zit nog midden in het verteringsproces van die appelflap van net!’

Nee, we hoeven er niet veel aan te doen. De cellen geven duidelijke signalen, die we vanzelf opvolgen. Dan vragen ze om voedsel, geven aan dat we maar beter een trui kunnen aantrekken of weer uittrekken, dat ze willen rusten, bewegen of ontlasten... het gaat allemaal vanzelf, zoals de hele natuur volautomatisch werkt. Bossen groeien vanzelf. Dieren ontstaan overal. Alles barst van het leven. Je kunt er nauwelijks tegenop jagen, snoeien of wieden. Het is een perfect werkend systeem waarin elk onderdeel elk ander onderdeel onvoorwaardelijk steunt. Een boom kan alleen maar groeien dankzij o.a. de zon, de aarde, de dieren, de zuurstof, de regen, de maan en alle andere planeten. We begonnen die samenhang te ontdekken toen we in de dertiger jaren insectenvergif in het water gooiden, waarna tot onze stomme verbazing pelikanen dood uit de lucht begonnen te vallen. Wisten wij veel! Wat bleek? Plankton vrat dat vergif, kleine visjes aten dus insecticide plankton en werden weer door grotere vissen opgevreten, die op hun beurt door nog grotere vissen werden verorberd, waardoor het gifgehalte zo sterk toenam dat de pelikanen na het eten van die grote knapen stierven. Wat vreemd zeg! Alles blijkt samen te hangen...

#### GEEN OMKIJKEN NAAR

Ook wij passen in die samenhang en worden door alles en iedereen volautomatisch gesteund. Daar hoeven we niets voor te doen. De

zuurstof, de zon, de maan, de planeten, de beesten, de planten, de micro-organismen, het hele heelal werkt eendrachtig samen zodat jij deze woorden op je gemak kunt lezen, zonder dat je je verder druk hoeft te maken. Ook in jouw eigen lichaam werkt ieder onderdeel perfect samen met de rest. Het bloed stroomt maar door, de zuurstof blijft maar circuleren, de organen blijven maar regelen. Alleen al onze huid is (onder een microscoop) een compleet oerbos. Tussen de dikke stammen krioelen onafzienbare kuddes die o.a. van jouw zweet leven. Iedere aanval vanuit de ruimte wordt gepareerd, ieder stofdeeltje, iedere microbe, alle vijanden worden door die kuddes verorberd. Daardoor blijf je schoon en hoef je je eigenlijk nauwelijks te wassen. Sterker nog, zeep veroorzaakt (als een soort napalm) een ware bosbrand en laat hele stukken oerbos als kwetsbare woestijnen achter, waardoor aanvallers vrij spel hebben en je ineens 'vuil' begint te worden. Iets wat perfect is kun je niet verbeteren.

Als kind wil je dan ook niks verbeteren en geef je je helemaal over aan het functioneren van je lichaam; precies zoals alles in de natuur dat doet. Jouw lichaam is een perfect besturingssysteem, dat precies weet wat het beste voor jou werkt. Het laat dat luid en duidelijk weten door signalen die we als kind automatisch opvolgen. Ouders zeggen dan dat hun kinderen alleen maar doen waar ze zin in hebben. We weten nu dat dit witgewassen leugens zijn. Zo'n lichaampje doet precies wat de cellen nodig vinden. Meer niet. Als baby laat je het gewoon toe, want je hebt nog niet geleerd om jezelf te wantrouwen. Als je ouders je dwingen iets te doen waar jouw lichaam geen zin in heeft, begint iedere cel heel krachtig te protesteren. Het alarmsysteem werkt perfect en dat kleine lijfje gaat stampvoeten, huilen, krabben of slaan. Ouders worden dan kwaad.

'We zullen jou wel eens leren om altijd maar je eigen zin door te drijven.'

In feite leren ze jou dus om niet langer naar je eigen lichaam te luisteren, maar naar hen! Je mag je zeker niet zomaar aan de impulsen van je besturingssysteem overgeven. Het lichaam mag niet langer functioneren zoals het wil. Ouders weten het beter. Voor hen bestaat de wereld uit beschrijvingen en ze reageren meer op die beschrijving dan op wat er echt gebeurt. Ze hebben leren geloven dat ze alles kunnen begrijpen en dus reduceren ze iedere gebeurtenis tot iets wat ze kunnen beschrijven. Dat vervangt dan de eigenlijke ervaring. Als kind doe je dat nog niet. Je hebt nog niet leren denken. Jij ervaart alleen maar en alles werkt perfect in je leven. Je ouders hebben niet door dat ze de werkelijke betekenis van het leven pas kunnen doorzien als ze die niet meer

proberen te begrijpen. Pas als je je bewust bent van je ervaringen zonder ze te beschrijven, te begrijpen of te analyseren, begin je het leven door te krijgen. We hoeven niet na te denken over het verteren van ons voedsel. Dat doet ons lichaam automatisch. Je hoeft niet te gaan begrijpen waarom je voorligger remt in het verkeer. Je reageert vanzelf op de situatie. Als je eerst moest gaan nadenken en analyseren, was je allang op die plotseling remmende auto voor je geknald.

Voetballers denken niet na hoe ze de bal moeten spelen, anders is de bal allang aan hun neus voorbij gegaan. De ober denkt niet na hoe hij zonder knoeien dat blad met boordevolle glazen bij zijn klanten krijgt. Als hij probeert niet te knoeien, wordt het één knoeiboel. Ook vader en moeder doen een hoop dingen volautomatisch perfect, maar achteraf proberen ze toch verwoed te beschrijven wat er gebeurd is. Ze proberen jou ook te leren om je kop erbij te houden. Maar omdat het jonge lichaam nog zo krachtig is, krijgen ze je niet snel klein. In het begin is er geen land met ons te bezeilen. We zijn zo eigenwijs als we klein zijn. Gelukkig mogen we daarom nog veel spelen. Luisteren en je overgeven aan de impulsen van je lichaam wordt door ouders 'spelen' genoemd. Het kan eigenlijk niet. Het leven is geen spelletje en dat zullen we weten ook! De manier waarop we behandeld worden maakt een diepe indruk op ons. In feite wordt ons bijgebracht dat we alles fout doen en dat we alles nog moeten leren. We krijgen voortdurend kritiek en ik ken niemand die kritiek krijgen leuk vindt. Ook kinderen raken er door in paniek en vinden het heerlijk als ze een schouderklopje krijgen.

#### DOE MAAR NORMAAL!

Onze ouders leren ons hoe we een 'normaal' leven moeten leiden; een leven volgens de heersende 'norm' (alle leugens die ze geloven). Die norm houdt geen rekening met wat de cellen willen. Als we maar even van die norm afwijken, krijgen we kritiek. Als we ons best doen om met veel moeite onze cellen te negeren en keurig in de pas lopen, hoor je ze niet. Dat is immers normaal. We krijgen dus nauwelijks complimenten voor wat we goed doen en onafgebroken opmerkingen en kritiek als we ook maar even van hun koers afwijken. Je raakt er dus al vroeg van overtuigd dat er niet veel van je deugt en dat er heel wat dient te veranderen. Het gevolg daarvan is, dat we later niet meer tegen complimenten kunnen. Het doet pijn om ze te geven en te ontvangen. Probeer maar eens. Als je tegen iemand zegt dat zij een prachtige trui aan heeft die haar goed staat, wordt er meestal afhoudend gereageerd. 'Oh, die trui heb ik voor een tientje op de vlooiemarkt gekocht; het is maar een afdankertje; er zit zelfs een gat onder de oksel, kijk maar..'

Alsjeblieft geen complimenten. Nog erger wordt het als iemand durft te zeggen dat je zo'n mooi karakter hebt, zo'n aardig mens bent, een goede vriend... Grote kans dat je rood in het gezicht wordt, begint te schutten en in paniek denkt dat hij/zij iets van je wil.

- Waarom zijn veel ouders dan zo streng voor hun kinderen?

- Vader en moeder zijn zelf waarschijnlijk ook niet verwend met complimenten en dus weten ze niet beter. Ze hebben het allerbeste met je voor. Het idee dat zijzelf ook perfect zijn en dat er niets aan hen hoeft te veranderen is bijna onverdraaglijk en dus kunnen ze hun kinderen ook niet als perfect zien. Nee, kinderen zijn verre van perfect en er is dus werk aan de winkel... veel werk! Vader worden is een gunst – vader zijn een hele kunst... (Ken je die uitdrukking?)

Goed opvoeden kost veel moeite, denken ze. Al die moeite is gewoon aangeleerd. In feite hoeven ook vader en moeder er niet veel aan te doen. De hele natuur werkt namelijk vanzelf en weet zich al miljoenen jaren aardig te redden. Er worden geen vergaderingen voor belegd, beslissingen over genomen of vijfjarenplannen voor opgesteld. Als ook maar het kleinste onderdeel in de natuur verandert, verandert alles mee. 'Als een vlinder met zijn vleugels klappert in Tokio, kan dat een donderstorm in New York tot gevolg hebben', zegt de moderne wetenschap. Wat een kracht! Vooral als baby beschik je over pure oerkracht, waar niets of niemand tegen bestand is.