

**MASTER YOUR  
MINDSET**



**MICHAEL PILARCZYK**

**MASTER YOUR  
MINDSET**

Leef Je Mooiste Leven

INVICTUS

[www.michaelpilarczyk.nl](http://www.michaelpilarczyk.nl)



“Wees een inspiratiebron  
voor anderen, wees het licht  
in de duisternis, wees de lach  
om een traan op te vrolijken,  
wees een student van het leven  
en wees vooral wie je  
diep vanbinnen bent: jij.  
Omring jezelf met mensen  
die in je geloven, die eerlijk  
en oprecht tegen je zijn.  
Mensen die je aanmoedigen  
als jij bijna wilt opgeven  
en die jou tot de beste versie  
van jezelf kunnen maken.  
Leef je mooiste leven.”

Michael Pilarczyk



# INHOUD

## **INLEIDING - 11**

Dit boek kan je leven veranderen  
Hoe ziet jouw mooiste leven eruit?  
Volg je verlangen  
Dromen zijn zaadjes  
Wat je kan bedenken kan je waarmaken  
Je leven heeft een deadline  
Een boodschap voor de mensheid

### DEEL 1

## **MIJN VERHAAL - 45**

Van business tot Boeddha  
Tovenaar en miljonair  
De magie van radio  
Dure levenslessen  
Een nieuwe missie

### DEEL 2

## **DE FILOSOFIE VOOR SUCCES EN GELUK - 65**

Succes en geluk  
De kracht van gedachten  
Helder denken  
Hoe maakbaar is je leven?  
Het doen op de bepaalde manier  
Waar is je aandacht op gericht?  
Conflicterende gedachten  
Geld en geluk

De kracht van de stilte  
Mist in je hoofd  
Mindfulness en meditatie  
In de stilte hoor je alles  
De kracht van ademhaling  
De kracht van goede vragen stellen  
Persoonlijke waarden  
Persoonlijk statuut  
Mijn persoonlijke waarden  
Mijn persoonlijk reglement  
De kwaliteit van je leven  
Wat is je wens?  
Liefde, geluk en innerlijke rust

DEEL 3

## **MASTER YOUR MINDSET - 147**

Je persoonlijke besturingssysteem  
Waar komen jouw overtuigingen vandaan?  
De statische en de op groei gerichte mindset  
Neuro-associatieve conditionering  
De stappen naar blijvende verandering  
Beperkende denkpatronen over geld  
Jij bent het probleem  
Angst is een gedachte  
De balans van je leven opmaken  
Dankbaarheid  
De wet van aantrekking en creatie  
Wat je zaait zal je oogsten  
Wat wil je écht?



## DEEL 4

### **DE STRATEGIE - 213**

De routekaart naar succes en geluk

Zelfanalyse: leer jezelf beter kennen

De wet van omgekeerde evenredigheid

12 oorzaken van mislukking

Mijn manier van denken en doen

De 12 stappen strategie

Stap 1. Master your mindset

Stap 2. Persoonlijk meesterschap

Stap 3. Bepaal een duidelijk en concreet doel

Stap 4. Visualiseer het eindresultaat

Stap 5. Schrijf je affirmaties op

Stap 6. Volg een voorbeeld

Stap 7. Onderzoek voordat je begint

Stap 8. Stel een strategisch plan op

Stap 9. Verzamel een dreamteam

Stap 10. Begin voordat je er klaar voor bent

Stap 11. Wees flexibel en doe alles wat nodig is

Stap 12. Focus! Richt al je aandacht op het behalen van je doel

### **HET EINDE - 301**

Over de auteur

Bronnen en literatuur

Over Mastermind Academy

Meditation Moments

Andere uitgaven

Disclaimer

Colofon

“Het leven is een  
avontuur om te  
ondergaan,  
een mysterie  
om te ontdekken,  
een kans  
om te benutten,  
een uitdaging die  
we moeten aangaan.  
Het leven is zowel  
de reis als  
de bestemming.  
Het leven is zo mooi.  
Ontwaak, leef.”



## INLEIDING

### **Dit boek kan je leven veranderen**

Kan één boek je leven veranderen? Ja, bij mij was dat zeker het geval. Dat boek was *Think and Grow Rich* van Napoleon Hill. De eerste keer dat ik het las, was ik 21 jaar. Het werd de basis voor mijn levenshouding. Ik werd een bekende dj, een succesvolle ondernemer, zeezeiler en schrijver van bestsellers. Ja, ik ben bevoorrecht dat ik al mijn dromen heb mogen waarmaken. Maar succes komt nooit zonder tegenslag, teleurstelling en diepe dalen. Soms neemt het leven je mee op een onstuimige rit en probeert het je neer te slaan. Maar voor wie deze mentale test doorstaat en nooit opgeeft, biedt het leven een eerlijke beloning. Voor mij was het financiële vrijheid op mijn zevenendertigste. Sindsdien leef ik mijn mooiste leven, waarvoor ik zeer dankbaar ben.

Voor mij was de reden om dit boek te schrijven, mijn overtuiging dat een mooi, gelukkig en succesvol bestaan voor veel mensen mogelijk is. Alleen ontbreekt het vaak aan de juiste inzichten, kennis en goede voorbeelden om van te leren. Ik ben van mening

dat ik die persoon kan zijn, waardoor jij in staat bent om jouw mooiste leven te gaan leven. Een leven van betekenis.

Toen ik een aantal jaren geleden mijn idee vertelde om dit boek te gaan schrijven, werd daar niet enthousiast op gereageerd. Er zijn al zoveel van ‘dat soort boeken’, wat kan jij daar nog aan toevoegen? Een interessante vraag, die ik telkens in gedachten heb gehouden bij het schrijven.

Wat ik heb toegevoegd zijn mijn eigen, unieke persoonlijke en zakelijke ervaringen en alle waardevolle lessen die ik heb geleerd van mijn zakelijke mentor, Mr. Dan Peña, en al mijn andere zakelijke en spirituele leraren.

In de afgelopen jaren heb ik enorm veel feedback van lezers mogen ontvangen, met prachtige verhalen hoe zij positiever in het leven zijn gaan staan en op welke manier zij hun leven hebben veranderd. Ik wil hierbij van de gelegenheid gebruikmaken om al die lezers te bedanken, ook voor de vele mooie reviews die over dit boek zijn geschreven. Als dit boek ook jouw leven gaat veranderen, ben ik heel blij om feedback of een review van jou te mogen lezen.

Verwacht niet dat je leven er morgen ineens geheel anders uitziet. Daar is meer voor nodig dan alleen het lezen van dit boek. Je moet het bestuderen. Ik ga je uitgebreid uitleggen wat je kan doen. Ik neem je mee, jij denkt erover na en uiteindelijk bepaal jij wat je ermee gaat doen. Zonder actie geen resultaat.

Goud en diamanten worden enkel gevonden door te zoeken en te graven. Het boek dat je nu in handen hebt, is een schep om te graven in jezelf. Je zal antwoorden en inzichten ontdekken die je sturing geven waar je met je leven naartoe wilt. Je kan alle waarheden over jezelf vinden als je bereid bent om diep te graven in de mijn van je eigen ziel. Als je dat doet, zal je ontdekken dat jij de maker bent van je eigen karakter en de schepper van je eigen lot.

“Het geloof in jezelf  
is je grootste kracht.”

## Hoe ziet jouw mooiste leven eruit?

Hoe ziet jouw mooiste leven eruit? Geen eenvoudige vraag. Je hoeft die vraag nu ook nog niet tot in detail te kunnen beantwoorden. In dit boek zal ik je stapsgewijs meenemen zodat je wegwijzers krijgt en antwoorden vindt op die grote levensvraag. Ook zal ik je een denkwijze en een strategie aanreiken waarmee je invulling kan geven aan jouw mooiste en meest ideale leven.

Om te beginnen: wat zou je nu willen veranderen aan je dagelijkse bestaan? Waarom doe je niet wat je wél zou willen doen? En waarom doe je iets wel wat je liever juist niet doet? Vervolgens zal ik je meenemen naar meer filosofische vragen. Waarom sta je elke dag op? Waarom doe je wat je doet? Waar doe je het allemaal voor? Ten slotte de laatste vragen, niet de makkelijkste: wie ben je echt, diep vanbinnen? En wie wil je zijn?

Dit boek gaat over deze belangrijke levensvragen.

Aan duizenden mensen stelde ik deze vragen. Vrijwel niemand kon een helder en concreet antwoord geven. Het belang van deze vragen werd mij steeds duidelijker. Ze zetten je aan het denken, ze geven inzicht. Ze laten je bewust zijn. Zowel de vragen als de vele verschillende antwoorden herinnerden mij aan de legendarische woorden van Apple-oprichter Steve Jobs op Stanford University (2005): ‘Je tijd is beperkt. Verspil die niet door het leven van iemand anders te leven. Trap niet in de dogmavalstrik – leven volgens de overtuigingen van andere mensen. Laat je eigen innerlijke stem niet verdrinken in de ruis van andermans meningen. En het belangrijkste: heb de moed om je hart en intuïtie te volgen. Op de een of andere manier weet het wat je echt wilt.’

Om je mooiste leven te kunnen leven, zal je eerst meester moeten worden over je mindset, de manier waarop je denkt. Die denkwijze bepaalt jouw visie op de wereld om je heen en op jezelf, je zelfbeeld. Aan de hand van talloze voorbeelden en mijn eigen ervaringen zal ik je inzicht geven in jouw denkwijze. Hoe die is

ontstaan en welke onzichtbare blokkades je er nu mogelijk van weerhouden om je mooiste leven te kunnen leven.

Dit is geen theoretisch zelfhulpboek. Ik geloof niet in boeken en programma's die beloven dat je in korte tijd succesvol, rijk, zen of verlicht zal zijn. Ik vertel je mijn persoonlijke verhaal. Hoe ik met vallen en opstaan mijn dromen waarmaakte, innerlijke rust vond en vrijheid bereikte, geestelijk en financieel. Wil jij dit ook? Dan zal je in dit boek vragen en antwoorden vinden die je op weg helpen. Ik vertel je niet alleen wat ik heb gedaan, maar vooral ook op welke manier en hoe jij dezelfde denkwijze en strategie kan toepassen om de kwaliteit van jouw leven te verbeteren. Geld is daarbij een praktisch hulpmiddel, maar je hoeft geen miljonair te zijn om je mooiste leven te kunnen leven.

Denk je dat jij nog niet je maximale persoonlijke potentieel benut, dat er meer in je zit? Heb je doelen die je wilt realiseren? Heb je dromen die je wilt waarmaken? Wil je meer betekenis geven aan wie je bent en wat je doet?

Aan de hand van voorbeelden zal ik je laten zien dat je gedachten de bron zijn van je gedrag. Dat is belangrijk, want je gedrag bepaalt wat je dagelijks doet en de resultaten die je behaalt. Om te beginnen is het van belang dat jij je bewust bent van je gedachten en van het feit dat jij de veroorzaker bent van die mentale activiteit. Realiseer je vervolgens dat jij met je intelligente brein een betekenis geeft aan elke gedachte en dat dat je een bepaald gevoel geeft. Ook elk oordeel dat je hebt is het gevolg van de betekenis die jij geeft aan een gedachte. Nu je dit boek leest, zal je er iets van vinden, je hebt een mening. Je bent het ermee eens of niet. Waar komt die mening vandaan?

In de loop der jaren, en tijdens mijn onderzoek voor dit boek, werd me duidelijk hoe de manier waarop we denken tot stand komt. Het is het gevolg van onze waarneming en onze waarneming is geen objectieve weergave van de werkelijkheid. Het is jouw werkelijkheid. Niet zuiver dus, maar gekleurd. 'De werkelijkheid is een

illusie, maar wel een zeer vasthoudende waarin we geloven,' stelde Albert Einstein.

Een film kijken is een goed voorbeeld. Ondanks het feit dat je weet dat wat je ziet niet 'echt' is, kan je een slapeloze nacht hebben na het kijken van een spannende thriller of een aangrijpend drama. En hoe vaak heb je niet zitten janken wanneer je geraakt werd door een hartverscheurende sterfscène? Je gedachten en emoties zijn dus in staat om je te laten geloven in een werkelijkheid die lijkt op de realiteit, maar die feitelijk een toneelspel is, het is een fictieve werkelijkheid.

Iets soortgelijks gebeurt als je kijkt naar een illusionist. Je weet vooraf dat wat je gaat zien niet echt is, maar toch geloof je in die tijdelijke illusie. En dat is niet alleen het geval wanneer je kijkt naar een film. Zo kijk je ook naar de buitenwereld die je door je geconditioneerde bril ervaart als dé werkelijkheid.

Moeilijker te bevatten wordt het als je ontdekt dat de werkelijkheid zoals jij die ervaart, mede is ontstaan uit alle berichtgeving. Dag-in-dag-uit word je geprogrammeerd door wat je ziet en leest: nieuws. Maar is al dat nieuws echt? Is alles wat je ziet werkelijk waar? De laatste jaren zien we steeds vaker de term fake news, maar wat is dat eigenlijk? En wie bepaalt wat waar is en wat niet? Sommige mensen zijn ervan overtuigd dat iets waar is 'omdat het op het journaal is'. Anderen geloven niet alles zomaar en doen hun eigen onderzoek naar 'de waarheid'. Iedereen kiest dus een eigen waarheid om in te geloven.

Nog een laatste voorbeeld. Op Instagram bewerk je foto's met een filter om ze mooier te maken. Zo kijk je ook naar de buitenwereld: door jouw eigen filter. En dat filter kleurt het beeld zoals jij het graag ziet. Met een mooi woord noemen we dit een paradigma: een referentiekader van waaruit jij de werkelijkheid interpreteert. Vanuit dat referentiekader vormen zich jouw overtuigingen. In dit boek gaan we dat filter uitgebreid onderzoeken. Ik wil je laten inzien welke invloed dat filter – je paradigma's en conditionering zoals ik



het ook noem – heeft op jouw kijk op de wereld en op jezelf. En andersom: welke invloed jij zelf hebt op jouw eigen filter. Want het feit dat jij de veroorzaker bent van jouw gedachten, betekent ook dat jij die gedachten kan veranderen.

De titel van dit boek is *Master Your Mindset, Leef je mooiste leven*. Je mindset is jouw manier van denken. En die manier van denken bepaalt hoe je in het leven staat. Of je gelukkig en succesvol bent of niet, hoe je omgaat met anderen en met jezelf, hoe je omgaat met je gevoelens en of je het leven leidt zoals jij dat graag wilt. Je gedrag is dus een direct gevolg van je mindset. Wil je iets aan jezelf, je gedrag en de kwaliteit van je dagelijks leven verbeteren? Dan is het noodzakelijk om je denkwijze en je overtuigingen te veranderen.

Als je twintig bent zal je dit boek anders lezen dan wanneer je veertig bent of zestig. Waar jij je bevindt op je levenspad bepaalt grotendeels hoe je mijn woorden leest. Het mooie is wel dat alles wat ik schrijf universeel is. Het werkt voor iedereen, dus ook voor jou. Mits je ervoor open staat. Daarom verzoek ik je dit boek te lezen met een open *mind*. Lees ontvankelijk, zonder vooroordelen. Ik wil je nergens van overtuigen, dus ik ga ook niets bewijzen. Ik ben geen wetenschapper, wel een deskundige. Ik weet wat werkt op basis van mijn eigen ervaringen en de resultaten van inmiddels tienduizenden mensen die ik de afgelopen jaren heb lesgegeven.

Als je niet gelooft wat ik vertel, dan werkt het niet voor je. Eerst geloven, dan zal je zien. Dat is mijn mantra.

Dit boek bestaat uit vier delen. In het eerste deel vertel ik je over de eerste vijftig jaar van mijn leven. Waar ik de kennis en de wijsheid vandaan heb, waardoor ik ben geworden wie ik nu ben. Het is mijn persoonlijke verhaal, maar wanneer je aandachtig leest zal je al veel elementen uit mijn filosofie en strategie ontdekken, die jij kan gebruiken om invulling te geven aan jouw eigen mooiste leven.

In het tweede deel beschrijf ik die filosofie: een zoektocht naar geluk en succes, naar jezelf, jouw persoonlijke waarden en je eigen waarheid. Hieruit ontstaat je persoonlijk statuut: een gids met je eigen leefregels die de kwaliteit van je leven bepalen. Ik wil je nu alvast vertellen dat succes en geluk geen doel op zich zijn, het is niet 'iets' wat je kan bereiken. Succes en geluk ervaar je als je leeft op een bepaalde manier. Het is een staat van zijn, een levenswijze.

In het derde deel leer je hoe je meester wordt over je mindset, je denkhouding. Als je weet dat je gedrag, hoe je je voelt en de resultaten die je behaalt, het gevolg zijn van je denkwijze, dan is het van groot belang dat je begrijpt hoe je denkende geest in elkaar zit. Ik leg uit hoe jouw manier van denken is ontstaan en hoe je belemmerende gedachten kan omzetten in een krachtige, positieve mindset.

In het vierde deel leg ik de strategie uit waarmee ik keer op keer succes heb behaald. Het pad naar succes en geluk. Maar nogmaals, het gaat zowel om de reis als om de bestemming. Het is je levenswijze die je succes zal brengen en je geluksmomenten zal laten beleven. Aan de hand van praktische principes en voorbeelden vertel ik hoe jij je persoonlijke en zakelijke doelstellingen kan behalen en je dromen kan waarmaken. Dat vereist een doordachte strategie die ik beschrijf in mijn 12 stappen plan. Die strategie en filosofie heb ik door de jaren heen ontwikkeld op basis van mijn ervaringen als mens en ondernemer. Ik heb me daarbij laten inspireren door vele zakelijke en spirituele leermeesters. Het is een filosofie die je terugziet in de denkwijze van sporthelden, beroemde artiesten, topondernemers en andere succesvolle mensen.

Wellicht is wat ik schrijf nieuw voor je en gaat er tijdens het lezen van dit boek een wereld voor je open. Misschien vind je het voor de hand liggend wat ik je vertel. Misschien denk je dat je het allemaal al weet. Dat is goed mogelijk want ik vertel niets nieuws. Maar er is een levensgroot verschil tussen weten en begrijpen. Als je denkt dat je 'het allemaal wel weet', maar je leven is nog niet

zoals je zou willen, dan begrijp je het blijkbaar niet. Begrijpen is doen wat je weet. Alleen toegepaste kennis is van waarde.

Een voorbeeld. Je weet waarschijnlijk hoe je piano kan spelen. Je neemt plaats op de pianokruk en je beweegt je vingers over de toetsen. Toch zal dit niet bij iedereen klinken als muziek en zal slechts een enkeling in staat zijn een schitterend concert ten gehore te brengen. We beschikken allemaal over twee handen en tien vingers, dus wat maakt het verschil? Het omzetten van weten in begrijpen. Doen wat je weet en dat veelvuldig oefenen. Het klinkt eenvoudig, maar met discipline en herhaling zal je succes behalen, dat is een universeel principe. Besteed zo veel mogelijk tijd aan studie en oefening. Alleen actie leidt tot resultaat.

Wat ik je vertel komt voort uit wijsheden die eeuwenoud zijn. Die inzichten worden al generaties lang doorverteld. Veel van die inzichten ontleende ik aan boeken en vertellingen van Napoleon Hill, James Allen, Alan Watts, George Clason, Jiddu Krishnamurti, Wayne W. Dyer, Deepak Chopra, Tulku Lobsang Rinpoché, Sri Sri Ravi Shankar, Bob Proctor, Richard Branson, Tony Robbins, Jim Rohn en Wallace D. Wattles. Ik heb mijn uiterste best gedaan hun intenties, inzichten en wijsheden te doorgronden en die te begrijpen. Dat alles, aangevuld met wat ik leerde van mijn zakelijk mentor Dan Peña, mijn spiritueel leraressen Anah Maa en Rajshree Patel en mijn levenscoach Egon Massink, is mijn levensovertuiging geworden. In dit boek deel ik die visie en de denkwijze die ook jij kan toepassen om je mooiste leven te gaan leven.

## **Volg je verlangen**

Het recept voor een gelukkig en succesvol bestaan is eenvoudig: doe wat je écht leuk vindt en word daar heel goed in. Dat klinkt misschien te simpel, maar juist die eenvoud van denken en doen kenmerkt veel succesvolle mensen.

Dertig jaar geleden – ik was toen tweeëntwintig – was ik niet bewust op zoek naar de werking van de geest (de mind). Het boeide mij vooral hoe het kon dat sommigen miljoenen verdienden en een luxe leven leidden, terwijl de meeste anderen dagelijks naar een baas gingen om te werken en daarmee een salaris verdienden waarmee de rekeningen betaald konden worden. Het verschil tussen *make a life* en *make a living*. Als je daar gelukkig mee bent is dat prachtig, maar het viel mij op dat veel mensen blij waren wanneer het weekend was of wanneer ze eindelijk vakantie hadden. Wat zegt het over je werk als je blij bent dat het vrijdagmiddag is? Tijd om je baan op te zeggen en iets te gaan doen wat je wél leuk vindt!

Natuurlijk begrijp ik dat de rekeningen betaald moeten worden. Werk is noodzakelijk voor je levensonderhoud, maar doe dan iets wat je leuk vindt en wat je voldoening geeft. Als je niet met plezier werkt, zal dat vroeg of laat worden opgemerkt, met als gevolg dat je gedwongen wordt op zoek te gaan naar een andere baan. Als je je werk met tegenzin doet, vreet dat energie. Je wordt er niet blij van, je hebt geen intentie om beter te worden en je zal nooit bovengemiddeld presteren. Weinig kans dat je er veel mee gaat verdienen. Waardoor werd Armin van Buuren de beste dj van de wereld? Wat maakte Usain Bolt een legendarische kampioen hardlopen? Wat maakte Madonna, Beyoncé, Rihanna, Jay-Z, Kanye West en Adele de grootste artiesten van deze planeet? Hoe veranderde Robbie Williams van een straatjochie in een rockster? Wat maakte Sergio Herman een sterrenkok van wereldklasse? Wat is de drijvende kracht van Elon Musk? Hoe werd Joop van den Ende eerst de koning van tv-land en bouwde hij daarna een wereldwijd theaterimperium op? Wat maakte Leonardo DiCaprio een wereldster? Wat maakte Richard Branson een van de meest succesvolle en geliefde ondernemers ter wereld?

Toen ik 37 jaar was stond ik op een bescheiden plek in de *Quote 100 Junior*, een lijst met de honderd meest vermogende selfmade

miljonairs onder de veertig. Wat maakt deze twintigers en dertigers al zo vroeg in hun leven multimiljonair? De grote meerderheid van deze jonge mensen leeft voor hun passie. Ze werken met passie, ze doen iets waar ze blij van worden. En door daar met bezieling al hun tijd aan te besteden, weten ze buitengewone resultaten te boeken. Dat resultaat – roem, rijkdom of beide – is een bijproduct, vrijwel nooit een doel op zich. Veel van deze succesvolle ondernemers, artiesten en topsporters steken niet onder stoelen of banken dat het financiële resultaat van hun activiteiten ook een drijfveer is, maar meestal is het niet de voornaamste.

Op de lagere school had ik een vriend. Onze gezamenlijke passie was muziek. We speelden orgel en piano en componeerden liedjes. We droomden ervan op grote podia te staan en voor duizenden mensen op te treden. De werkelijkheid was dat we samen in onze garage speelden, zonder publiek maar met een grenzeloze fantasie. Mijn vriend John Ewbank maakte van het componeren zijn levensmissie. In het begin leverde dat nauwelijks voldoende geld op om de huur te kunnen betalen, maar die onzekere toekomst kon zijn liefde voor muziek niet vertroebelen. John volgde zijn verlangen en op een dag schreef hij het lied ‘Kon ik maar even bij je zijn’ dat wekenlang op nummer 1 stond. Daarna behaalde hij jarenlang enorme successen met Marco Borsato. Vrijwel iedereen kent de muziek die ontstond in zijn gedachten. John Ewbank werd de meest succesvolle Nederlandse componist en producer ooit. Als beloning kreeg hij roem, waardering en een rijkelijke financiële vergoeding.

Het volgen van je verlangen wijst je vanzelf in de juiste richting op je levenspad. Daarvoor zijn moed, vertrouwen en geloof in jezelf nodig. ‘Heb de moed om je hart en intuïtie te volgen. Op de een of andere manier weet het wat je echt wilt,’ zei Steve Jobs. En in *De alchemist* schrijft Paulo Coelho: ‘Luister naar je hart. Waar je hart is, daar is ook je schat.’

Het niet luisteren naar je hart en je verlangen negeren heeft vaak tot gevolg dat je op een dood spoor terechtkomt. Dat overkwam mijn schoolvriend Kees. Hij hoefde niet veel te doen om achten en negens te halen. Klasgenoten en leraren vonden Kees een intelligente jongen. Wat onze vaders deden wisten we eigenlijk niet, behalve dat ze vroeg van huis vertrokken en laat thuiskwamen. Dat had te maken met de files. Ik praat nu over begin jaren tachtig, we zaten op de havo. Kees en ik namen ons voor om nooit in de file te gaan staan om voor een baas te werken. We hadden dromen en een toekomst vol mogelijkheden.

Een aantal jaren terug was ik bij een reünie. Ik vond het geweldig om de mensen te zien met wie ik bijna dertig jaar geleden mijn leven had gedeeld. We spraken over hoe die afgelopen drie decennia voor iedereen waren verlopen. Voor de aardigheid riep ik: ‘Wie staat er ’s ochtends wel eens in de file?’ Het werd stil. Iedereen stak zijn hand op, op één na, en dat was niet Kees. ‘Ik weet niet wat er gebeurd is onderweg,’ zei hij later. Het was anders gegaan dan hij had gewild. ‘Het waren de omstandigheden. Ik heb te veel geluisterd naar mensen om me heen die vonden dat ik dit niet moest doen en dat niet moest doen. Ik had veel andere keuzes willen maken...’

‘Kees, waarom heb je het niet gedaan?’ vroeg ik hem. Dat wist hij niet. ‘Hoe oud ben je nu?’

‘Drieënveertig,’ antwoordde hij.

‘Wat ga je doen met de rest van je leven?’

En over die vraag denkt Kees al een tijdje na. Ik vond het boeiend. Twee mensen met een vrijwel identieke achtergrond, dezelfde school, eenzelfde soort rijtjeshuis – hoe kan het zijn dat hij, met zijn intelligentie, ongelukkig gevangen zit in zijn bestaan en ik mijn mooiste leven leef?

## Dromen zijn zaadjes

Voordat ik verder ga wil ik je een aantal belangrijke levensvragen stellen: Waar droom je wel eens van? Wat zou je écht willen? Waar doe je het allemaal voor? Hoe ziet jouw mooiste leven eruit?

Grote ontdekkingsreizigers, uitvinders, sporthelden, kunstenaars en muzikanten werden gedreven door een grenzeloos verlangen. De gebroeders Wright droomden van een vliegtuig. Martin Luther King had een droom: gelijkheid voor iedereen. Mahatma Gandhi droomde over een onafhankelijk India, hij droomde van vrede en vrijheid. Als klein meisje droomde Beyoncé ervan de wereld te veroveren met haar muziek. Sven Kramer was als kleine jongen al vastbesloten om wereldkampioen te worden. Joop van den Ende droomde van showbizz en grote musicals. Michael Phelps zag zichzelf als olympisch kampioen. Op de Spelen van 2008 in Peking won hij achtmaal goud. Muhammad Ali droomde ervan de grootste bokser ooit te worden. Hij leeft voort in de geschiedenis als *The Greatest*. Nelson Mandela droomde van vrijheid en gelijkheid. David Guetta draaide in zijn verbeelding voor honderdduizenden mensen, toen hij nog dj was in kleine donkere clubs. Steve Jobs visualiseerde de iMac, de iPod en de iPhone. Hij zag zijn droom voor zich en wekte die tot leven.

Ook ik had dromen en maakte ze waar. Als kleine jongen wilde ik dj worden bij de radio. Ik droomde ervan miljonair te worden en op een zeiljacht te wonen, om lange reizen te kunnen maken. Verlangen is de oorsprong van elk succes.

‘Dromen zijn zaadjes van een toekomstige werkelijkheid,’ schrijft Napoleon Hill in *Think and Grow Rich*. Je zielskracht zal je bijstaan om van dat diepe verlangen werkelijkheid te maken. Oprecht verlangen levert energie op waardoor je op een wonderbaarlijke manier één wordt met de energie van het universum die ik ‘Kosmische Intelligentie’ noem. Hiermee loop ik vooruit op energie, visualisatie, verbeeldingskracht en de wet van aantrekking en creatie. Belangrijke onderdelen later in dit boek.

Om een zinvolle invulling te geven aan je bestaan is het van belang om je verlangens om te zetten in concrete doelen. Zonder doel kan een voetballer niet scoren en zonder bestemming weet een piloot niet waar hij moet landen. Misschien een open deur, maar waar ben je naartoe op weg als je geen idee hebt wat je bestemming is? Stel dat je de auto instapt en je programmeert je navigatiesysteem met: doe maar ergens. Waar denk je dan dat je uitkomt? Als je niet weet waar je naartoe gaat, is de kans groot dat je ergens terechtkomt waar je niet wilt zijn. Met je persoonlijke navigatiesysteem werkt het ook zo. Programmeer je eigen bestemming. Wat wil je als eindresultaat? Als je dat helder voor ogen hebt, kan je het voor je zien. Dan is er vrijwel altijd een weg te vinden om er te komen. Hoe je er komt, is in dit stadium nog niet van belang, maar je moet wel exact weten waar je naartoe wilt.

Het is van doorslaggevend belang dat je jezelf richting geeft, zoals een kapitein met zijn schip koers zet naar een volgende bestemming. Dat hoeft niet meteen je eindbestemming te zijn. Denk daarom nu ook niet direct dat je één groot levensdoel moet hebben. Een doel kan ook een tussenstap zijn om je uiteindelijke grotere doelen te behalen of je droom waar te maken.

Toen we jonger waren was het een doel te leren lezen en schrijven en een diploma te halen. Daarna maakte je een keuze om te gaan studeren of te gaan werken. Je wilde bijvoorbeeld advocaat, accountant, chirurg of ondernemer worden en daarvoor moest je beschikken over specialistische kennis. Of je zocht een baantje omdat je geld wilde verdienen. Voor veel mensen is het stichten van een gezin en het kopen van een huis een doel. Anderen, zoals Mahatma Gandhi en Moeder Teresa, maakten van het prediken van vrede, geweldloosheid en naastenliefde hun levensdoel.

Een schitterend voorbeeld van iemand die zijn droom waarmaakte, is celebrityfotograaf William Rutten. Zijn bijzondere carrière begon in 1982 bij een concert van Doe Maar. Als jongen van net



twaalf jaar keek hij geobsedeerd naar de band op het podium. Die avond ontdekte hij zijn levensdoel. Hij wilde nog maar één ding: de grootste sterren ter wereld fotograferen. ‘Ik dacht altijd dat het een hobby zou blijven, omdat ik me niet kon voorstellen dat ik daadwerkelijk mijn geld zou kunnen verdienen met iets wat ik zo leuk vond.’

Hij haalde vreemde toeren uit. Zo smokkelde hij een camera naar binnen bij concerten van Queen, U2, Sting, Madonna en Metallica. Zijn talent werd ontdekt en als zeventienjarige kwam hij terecht bij *De Hitkrant*. Al snel kreeg hij het zo druk bij het weekblad dat school erbij inschoot. Ondanks zijn jonge leeftijd investeerde hij zijn spaargeld in een eigen fotostudio. Hij was eenentwintig jaar en begon de wereld te veroveren als celebrityfotograaf.

William had een droom, een vastomlijnd doel en passie voor zijn vak. Daarnaast was hij ook toen al vindingrijk, positief ingesteld en energiek. En zijn zelfvertrouwen was en is zo massief als een rots. Hij specialiseerde zich in wat hij het liefste deed. Bovenal is hij een prettige persoonlijkheid en een topgozer om mee te werken. Dit kan ik zeggen omdat we elkaar meer dan vijftientwintig jaar geleden ontmoetten en ik geregeld voor zijn lens heb geposeerd. Er is geen wereldster te bedenken die hij niet heeft vastgelegd. Het leven waar hij vijfendertig jaar geleden heel bewust voor koos, wereldsterren fotograferen, heeft hij meer dan waargemaakt.

Ik vroeg William of hij een advies heeft voor jou. In het bijzonder als je een droom hebt die je onwerkelijk lijkt. ‘Laat het niet bij een droom, maar leef je droom, dwing je droom af! Het is zonde om je hele leven te moeten werken met tegenzin. Ik had zoveel dromen en ik heb ze bijna allemaal waargemaakt. Dat is alleen maar gelukt omdat ik mij nooit door iets of iemand heb laten tegenhouden. Laat nooit je toekomstdromen dwarsbomen door angst, want angst is de slechtste raadgever. Ga liever tien keer op je bek dan achteraf zeggen: “Had ik maar...” Als tienjarig jongetje uit een klein boerendorp had ik nooit kunnen denken dat ik alle grote

sterren van de wereld voor mijn lens zou krijgen. Maar mijn wil was zo sterk dat niets of niemand mij kon tegenhouden. Leraren die vroeger hardop uitspraken dat het niks met mij zou worden, door die negatieve energie werd ik alleen maar sterker en vastberadener om te laten zien dat ik mijn leven zonder ook maar één diploma tot een feest zou gaan maken. Want ja, ik hang nog elke dag de slingers op!

Een ander voorbeeld is mijn voormalige werkgever Joop van den Ende. Zijn hart werd geraakt door de revue in *Koninklijk Theater Carré*. En hoewel uit een beroepskeuzetest duidelijk werd dat hij het beste timmerman kon worden, koos hij resoluut voor een leven in de showbizz. Televisie, theater en musical waren zijn droom en die droom maakte hem miljardair.

Armin van Buuren droomde ervan om dj te worden. Als tiener ontstond zijn liefde voor de muziek en besteedde hij al het geld dat hij verdiende met een krantenwijk aan platen. ‘Het is niet alleen de liefde voor muziek, het is mijn passie,’ zegt Armin. ‘Het gaat verder dan het leuk vinden, het is een levensstijl. Muziek is de essentie van mijn leven.’ Armins levensdoel is een missie. Zijn gedrevenheid werd beloond: hij werd de beste dj van de wereld. Miljoenen mensen luisteren naar zijn radioshow en hij scoorde tientallen wereldhits.

Sergio Herman wilde niets anders dan topkok worden. Dat ging niet zomaar. ‘Vijfentwintig jaar lang heb ik dag en nacht staan zwoegen om de top te bereiken,’ zegt hij. ‘Je moet zo hard werken dat je gasten langzaam maar zeker overtuigd raken van jouw keuken.’ Dat gezwoeg werd meerdere malen beloond met drie sterren.

Mijn leermeester, zeezeiler Henk de Velde, wilde kapitein worden en de wereldzeeën bevaren. Als vijftienjarige werkte hij als lichtmatroos op een vrachtschip. Midden op de oceaan zag hij een klein zeilschip dat het zaadje voor zijn levensdroom plantte. Op zijn negenentwintigste maakte hij zijn eerste wereldreis. In veertig jaar zeilde Henk zesmaal solo rond de wereld. Hij maakte zijn droom waar en leefde zijn mooiste leven.

Het was een droom die ik herkende. Ik was zes jaar toen mijn vader me op een dag meenam op een gehuurd houten bootje op de Loosdrechtse Plassen. Die middag ontstond mijn verlangen om lange zeilreizen te maken en te wonen op een boot. Die droom werd mijn drijvende kracht. Het duurde dertig jaar voordat ik het kon waarmaken. De aanhouder wint, misschien niet altijd, maar wel vaak. Winnaars geven nooit op en opgevers winnen nooit.

“Thuis en op school  
vertellen ze je  
wat de spelregels zijn  
maar vrijwel niemand  
leert je hoe je het  
spel moet spelen.  
Je leert dat de lijnen  
de grenzen zijn  
maar wie leert je  
de techniek  
om te scoren?”

## Wat je kan bedenken kan je waarmaken

Dromen geven kracht om je bestaan en zelfs de wereld te veranderen. De geschiedenis is voor een groot deel geschreven door creatieve mensen en dromers. Daarmee bedoel ik niet dat iedereen wereldkampioen of megaster hoeft te worden. Ik beweer ook niet dat alles voor iedereen mogelijk is. Dat kan ook niet; elk mens heeft een eigen persoonlijk potentieel. Maar laat dit niet direct een beperkende gedachte voor je zijn.

Denk ook niet dat je alleen maar dromen kan hebben als je jong bent of als je beschikt over uitzonderlijke talenten. Of dat het waarmaken van dromen alleen is weggelegd voor een selecte groep geluksvogels. Het gaat erom of je de moed hebt om te durven dromen. Mijn advies: volg je verlangen, luister naar je hart, leef met passie.

Jij hebt je eigen visie op het leven en hoe jij je leven wilt leiden. Je hebt je eigen wensen, doelen en dromen. ‘Wat je kan bedenken kan je waarmaken,’ zegt Napoleon Hill in *Think and Grow Rich*. Of zoals Walt Disney stelt: ‘Als je het kan dromen kan je het waarmaken.’ Boeddha vertelt in zijn lessen dat we worden gevormd vanuit onze gedachten. We worden wat we denken. Die gedachtegang deel ik. Ook ben ik van mening dat je vrijwel altijd tot meer in staat bent dan je je met je rationele denken kan inbeelden.

Als ik spreek over grote voorbeelden die al vroeg wisten wat hun droom of hun passie was, hoor ik geregeld: ‘De meeste mensen weten nu eenmaal niet wat ze precies willen, vooral als je jong bent is dat heel lastig.’ Dit klinkt mij in de oren als het gevolg van een beperkte denkhouding in onze opvoeding. School leidt niet op voor een succesvol en gelukkig bestaan maar voor schijnzekerheid, een baan. Het opleidingssysteem zit helaas gevangen in een web van regelgeving en laat weinig ruimte voor innovatie en creativiteit. Thuis en op school vertellen ze je wat de spelregels zijn maar vrijwel niemand leert je hoe je het spel moet spelen. Je leert dat de

lijnen de grenzen zijn maar wie leert je de techniek om te scoren?

Ik vind het plezierig om les te geven en met jonge mensen te werken want ik ben geïnteresseerd in hun visie. Tijdens colleges op hogescholen en universiteiten vraag ik studenten altijd naar hun doelen en dromen. Die vraag overrompelt hen meestal. De meeste studenten hebben er nog nooit bij stilgestaan. Als ik vraag wat naar hun idee bepaalt of je succesvol en rijk wordt, krijg ik opmerkelijke antwoorden: rijke ouders, je hebt eerst geld nodig, je moet mensen kennen die je aan een goede baan kunnen helpen én je moet vooral weinig fouten maken. Ik vertel dan dat je van fouten juist kan leren. Door veel fouten te maken, soms zelfs pijnlijke fouten, ben ik geworden wie ik nu ben en kan ik het leven leiden zoals ik dat graag wil. Zie fouten maken als leermomenten. Door te leren van je fouten, krijg je meer ervaring en word je ergens beter in.

Natuurlijk kan het in je voordeel werken als je de juiste mensen kent, maar als jij geen toegevoegde waarde biedt, zullen die mensen je niet snel aannemen en je ook niet verder helpen.

Hard werken en ergens in uitblinken zijn volgens veel studenten die ik heb gesproken niet doorslaggevend voor succes. Volgens hen zijn vooral externe factoren, waar je geen invloed op kan uitoefenen, bepalend voor het verloop van je leven. Hoe zijn deze misleidende overtuigingen ontstaan? Wie heeft die onzichtbare tralies geplaatst?

Als het waar is dat zoveel mensen niet kunnen bedenken wat ze écht willen, waar ligt dat dan aan? Opvoeding? De meeste scholen stoppen ons in hokjes en verlangen daarna van ons dat we binnen die beperkte mogelijkheden een keuze maken voor de rest van ons leven. Zoals de Britse onderwijsdeskundige Ken Robinson zei: 'Wij maken onvoldoende gebruik van het menselijk potentieel. Het onderwijssysteem vernietigt creatief talent, terwijl het in onze moderne wereld gaat om creativiteit en verbeelding.'

Onderwijs heeft weinig zin als het je niet helpt inzicht te krijgen in de totaliteit van het leven. Het is makkelijk je te schikken naar wat de maatschappij, je ouders of je leraren je vertellen. Dat is een gemakkelijke en veilige manier van bestaan, maar het is naar mijn idee geen leven. Leven is zelf ontdekken wat waar is en wat niet. Ontdekken wat je zélf wilt en waarom. Het gaat om geestelijke groei die je het pad zal wijzen naar succes en geluk. Waarom stelt niemand je de vraag wat je echt zou willen doen als tijd en geld geen rol zouden spelen? Geen wonder dat veel mensen hier nog nooit werkelijk over hebben nagedacht. Niemand heeft je geleerd zo te denken. Dit wordt me telkens weer duidelijk in het contact dat ik heb met duizenden mensen die deelnemen aan mijn programma's en live events. 'Hoe ontdek ik wat ik leuk vind?' hoor ik daar keer op keer. Hoe kan je het niet weten?

Of durf je het niet hardop uit te spreken? Uit angst? Omdat je bang bent dat het toch niet kan, dat het niet zal lukken? Ben je bang om teleurgesteld te worden? Durf je daarom niet te dromen van je meest ideale leven? Vroeger, toen je jonger was, leefde je nog vanuit een vrije geest. Je verbeeldingskracht was de brandstof voor een levenslustig bestaan. Maar de tijd neemt veel mensen hun dromen af. Je laat je verbeeldingskracht opdrogen en je creatieve vermogen afsterven. Denk je zo teleurstellingen te voorkomen?

Is dat waarom ouders en leraren je niet vragen om te dromen zonder grenzen? Je moet realistisch zijn, zeggen ze. Wat is realistisch? Denken binnen hun beperkte gedachten? Omdat zij zelf nooit meer hebben gepresteerd, uit angst, of 'omdat het zo hoorde' of omdat hun dromen ook al vroegtijdig waren afgenomen? Doe maar gewoon, blijf maar gewoon, word zoals de meeste mensen, ga op in de massa, leef niet vanuit je hart, maar laat je leven bepalen door je omgeving, door de oordelen van anderen, door zoals-zij-vinden-dat-het-hoort. Zorg voor zekerheid, zodat je dit leven op aarde zonder al te veel kleerscheuren overleeft, dan kan je later terugkijken op een zinloos bestaan.

Wanneer je leven voorspelbaar wordt is het tijd voor verandering. Waarom durf je niet te dromen? Waarom durf je niet voluit te leven?

Dit boek gaat over inzicht, bewustzijn en het behalen van gerichte resultaten. Het laat je zien hoe je gedrag en je denkwijze zichzelf hebben geprogrammeerd. Ik noem dit je persoonlijke besturings-systeem. Het is je conditionering, een verzameling overtuigingen die jouw werkelijkheid vormen. Je zal ontdekken dat je onbewust deels bent geprogrammeerd met verkeerde software en *corrupted files*. Gedachtepatronen die berusten op onjuistheden of associaties waarop jij jouw waarheid baseert. Net als je telefoon en je computer daardoor op een bepaald moment vastlopen, is het mogelijk dat jij zelf ook het gevoel hebt dat je af en toe vastloopt. Dan is het tijd voor een persoonlijke software-update.

Waar het om gaat is dat je ontdekt dat je vrij kan zijn van de opgelegde denkwijze die in de loop der jaren onbewust je gedrag en je denkpatronen heeft gevormd; je sociaal-emotionele conditionering. Je zal begrijpen dat de betekenis die je geeft aan gedachten en situaties een keuze is. Door helder inzicht te verkrijgen in je eigen denkwijze zal je ontdekken dat je de manier waarop je denkt en de betekenis die je aan je gedachten geeft kan veranderen. Dan zal je inzien dat je zonder angst en beperkingen bewust kan kiezen voor wat je écht wilt. Doe wat je leuk vindt, waar je hart sneller van gaat kloppen, waar je blij van wordt.

‘Het allerbeste wat je kan doen voor de wereld, is het beste maken van jezelf,’ schreef Wallace D. Wattles in 1910 in *The Science of Getting Rich*.

"Het enige wat  
je hoeft te doen,  
is beslissen  
wat je doet  
met de tijd  
die je is gegeven."

*Gandalf, The Lord of the Rings*



## Je leven heeft een deadline

Ik stel je nogmaals de vraag: hoe ziet jouw mooiste leven eruit? Stel dat het mogelijk zou zijn om je bestaan een nieuwe invulling te geven, wat zou je dan willen doen? Wat wil je veranderen? Durf jij je hart te volgen en je dromen waar te maken?

Wellicht denk je dat jij nog een lange toekomst voor je hebt. De werkelijkheid is dat je toekomst elke dag korter wordt. Dit leven heeft een deadline en hoewel we dit allemaal weten, zijn we ons er vaak niet echt van bewust. Zeker niet als je jong bent. Daarmee bedoel ik niet dat je dagelijks bezig moet zijn met je sterfelijkheid, maar als je meer waardering hebt voor ieder moment, zal je meer dankbaarheid tonen en dankbaarheid is een vorm van geluk.

Alleen al daarom is het goed om hier bewust bij stil te staan. Maar laat het ook richting geven aan je handelen, je keuzes. Wat zou je doen wanneer je vandaag te horen krijgt dat je niet langer dan tien maanden te leven hebt? Neem de tijd om hierover na te denken. Wat zou je niet meer doen? Waaraan zou je geen tijd meer besteden? En wat zou je die laatste maanden juist wél gaan doen? Welke beslissing zou je dan nu direct nemen? En waarom?

Stel dat op de dag van je geboorte al bepaald is wat je sterfdatum zal zijn. Dat zou betekenen dat je weet wanneer je laatste dag op deze planeet is. Zou dit invloed hebben op de wijze waarop je nu leeft? Zo ja, hoe?

Wat heb jij gedaan met je tijd? Dit is een vraag waar je met aandacht een tijdje over moet nadenken. Wat heb je de afgelopen maanden, de afgelopen vijf of tien jaar gedaan met je tijd? Waar sta je op je eigen tijdlijn tussen geboorte en... het nog onbekende einde? Hoeveel tijd je nog hebt is onbekend, maar je weet wel welke weg je hebt afgelegd. Waaraan heb jij je tijd besteed? Dat heeft voor een heel groot deel bepaald waar je nu staat in je leven. Dus: wat heb jij gedaan met je tijd?

Ik hoor vaak dat we te weinig tijd hebben. Is dat zo? Wat zou je doen als je wel voldoende tijd zou hebben? 'Als ik meer tijd zou

hebben zou ik meer geld kunnen verdienen en meer leuke dingen kunnen doen,' zei iemand tegen me. 'Dat is een illusie,' legde ik uit. 'Er is niet meer tijd.' Ik citeerde de uitspraak van tovenaars Gandalf uit *The Lord of the Rings*: 'Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven.'

Elke dag maak je keuzes. Je kiest ervoor bepaalde zaken te doen en andere te laten. Dat betekent dat je bewust of onbewust prioriteiten stelt. Waarom doe je soms dingen niet die je wel zou willen of moeten doen en verspil je tijd aan bezigheden die niet bijdragen aan je geluk en aan de kwaliteit van je leven? Het is van onschatbare waarde dat je in harmonie bent met de keuzes die je bewust maakt. Dan kan je de tijd die je is gegeven zinvol besteden.

In onze moderne maatschappij wordt ons bestaan gedirigeerd door tijd en geld. En geld bepaalt in grote mate hoe we onze tijd besteden. Ben je verplicht elke dag voor een baas te werken om in je levensonderhoud te voorzien, dan ruil je jouw tijd in voor geld. Heb je vijftientwintig vrije dagen per jaar, dan heb je mogelijk niet veel vrije tijd om dingen te doen die je écht leuk vindt. Ben je daarentegen financieel onafhankelijk, dan ben je vrijer om invulling te geven aan je tijd. Je kan werken wanneer je dat wilt maar het is geen verplichting en geen noodzaak. Je hoeft niet te wachten op het weekend of op vakanties, want je bent vrij om te doen wat je wilt. Maar dan is daar opnieuw de vraag: wat wil je écht?

Het antwoord was voor mij lange tijd: wonen op een zeiljacht en reizen maken over helderblauw water naar zonnige streken en prachtige plekken. Wat ik daarvoor nodig had: geld en tijd. Het ging mij niet primair om het bezit van een zeiljacht; de boot was het middel. Mijn doel was genieten van het leven, van de zee en de zon, van de vrijheid, de stilte en van het nietsdoen.

Die droom werd werkelijkheid toen ik in 2007 mijn bedrijf *Pilarczyk Media Groep* verkocht. Was het toeval dat ik door die ene maar ingrijpende verandering in mijn leven ineens financieel vrij was? Is succes toeval? Ik geloof van niet. Succes is het resultaat van

de manier waarop je denkt en de beslissingen die je neemt. Dat is de kern van dit boek. Heb ik buitengewoon veel geluk gehad? Het helpt natuurlijk als je op cruciale momenten geluk hebt, maar ook van die geluksmomenten vraag ik mij af of die puur toeval zijn. Ik denk dat mijn grootste geluk is geweest dat ik al op jonge leeftijd dromen had waar ik écht in geloofde. Dat geloof gaf mij richting om die dromen ook te kunnen waarmaken.

Nu denk je wellicht: 'Ja, makkelijk praten, maar zo'n rijk en luxe leven is niet voor iedereen weggelegd.' Misschien niet voor iedereen, niet iedereen leest dit boek. Jij wel. Dus, wat staat er op jouw wensenlijst? Geluk, geld of persoonlijke groei? Je droomhuis met de liefde van je leven? Meer vrije tijd, een wereldreis, je eigen bedrijf, wonen op een eiland in de zon? Meer rust in je hoofd? Hoe ziet jouw meest ideale leven eruit? Heb je daar wel eens serieus over nagedacht? En heb je die wensenlijst concreet opgeschreven?

Je merkt dat ik veel vragen stel. Vragen zijn belangrijker dan antwoorden. Vragen laten je nadenken en geven inzicht. Waarom doe je wat je doet? Waarom denk je zoals je denkt? En hoe kom je erachter of je gedachten in overeenstemming zijn met het leven zoals jij dat wenst te leven? Als je dit boek aandachtig leest, zullen de antwoorden vanzelf in je opkomen.

## **Een boodschap voor de mensheid**

Ik schrijf dit boek met nog een reden. Als meer mensen gaan leven volgens de filosofie die ik beschrijf, denk ik dat we met elkaar een veel mooiere samenleving kunnen creëren. Ik weet niet of het jou is opgevallen maar er is een verandering gaande in het bewustzijn van mensen. We zien in dat er iets moet veranderen aan de manier waarop we omgaan met onze planeet, met elkaar en met onszelf. Steeds meer mensen mediteren en beoefenen yoga. Steeds meer mensen eten gezonder. We worden ons bewuster van de noodzaak van een duurzame samenleving. Als we ons over-

dadige consumptiegedrag geen halt toeroepen, vreten we onszelf in de welvarende delen van de wereld letterlijk dood. We zien nu al dat veel ziektes in deze gebieden het gevolg zijn van ongezonde voeding. De voedselindustrie heeft niet als belang om ons gezond te houden, maar wil dat jij en ik zo veel mogelijk consumeren. En helaas hebben de schappen in de supermarkt tientallen jaren vol gestaan met zeer ongezonde pakjes. Wat denk je dat er met je gebeurt als je jarenlang gif in je lichaam propt? En dat al een paar generaties lang. Misschien heeft dat wel iets te maken met de enorme aantallen kankerpatiënten en andere ernstige ziektes. Hiermee wil ik een ongezonde leefstijl niet als enige oorzaak aanwijzen van deze ziektes, maar met een beetje gezond verstand kan je bedenken dat verse groenten en fruit beter voor je zijn dan gefabriceerd 'voedsel'.

De laatste jaren wordt er gelukkig steeds meer gezonde voeding aangeboden, maar het is onze keuze wat we inkopen en opeten. Nog te veel mensen proppen zichzelf dagelijks vol met ongezonde rommel. Het zelfherstellende vermogen van het menselijk lichaam kan die hoeveelheden schadelijke stoffen niet verwerken. Een gezondere leefstijl is dus noodzaak. Daarbij wordt een aanzienlijke hoeveelheid voedsel gedumpt als afval, terwijl miljoenen mensen omkomen van de honger. Een meer evenredige verdeling van de voedselproductie en -consumptie zal leiden tot meer harmonie op onze mooie planeet.

In de afgelopen jaren hebben Cindy en ik onze leefstijl veranderd. Ik ben vooral veel minder gaan eten. Wij eten vooral verse groenten en fruit uit onze eigen tuin, zo min mogelijk suikers, niets meer uit pakjes en heel weinig vlees. We zijn veel bewuster bezig met wat we eten. En alles wat we eten is echt heel erg lekker.

Onder andere door ongezonde voeding, maar vooral ook door leefstijl, zijn er in onze (westerse) wereld veel mensen ziek, geestelijk en lichamelijk. Je zou misschien denken dat de gigantische farmaceutische industrie iedereen beter zou moeten kunnen

maken. Maar hoe vreemd dit ook mag klinken, die farmaceutische industrie heeft niet als primair doel om iedereen gezond te maken. Natuurlijk worden er medicijnen ontwikkeld om mensen beter te maken, maar als iedereen gezond zou zijn, is er geen handel meer. Deze mening is niet ongefundeerd en is niet alleen mijn subjectieve visie. In de afgelopen jaren heb ik met meerdere artsen en deskundigen op dit gebied gesproken. Begrijp me niet verkeerd, ik ben niet tegen medicijnen. Sommige patiënten zijn er zeer bij gebaat. Ik ken genoeg mensen die daardoor een betere kwaliteit van leven hebben, maar helaas is gezondheid niet het hoofddoel van die industrie.

Het woord industrie zegt genoeg: voedingsindustrie, farmaceutische industrie, olie-industrie, wapenindustrie. In die laatste drie gaan wereldwijd de meeste miljarden om. In deze industrieën vind je niet direct de bedrijven die het beste voor hebben met de mensheid en onze mooie planeet.

Wapenhandel houdt een groot deel van de wereldeconomie draaiende. Wapens, macht en oorlogen zijn zo oud als de mensheid. Het is de eeuwige strijd tussen goed en kwaad. Wij en zij. Niet alleen in de wereld om ons heen, maar ook in onze binnenwereld, in de wereld van onze gedachten. Want de wereld die we om ons heen ervaren, is eerst gecreëerd in onze geest. Alles wat er in onze buitenwereld gebeurt, de werkelijkheid zoals wij die waarnemen, komt voort uit het individuele denken en het gezamenlijke denken – het collectieve bewustzijn.

Stel dat we kijken naar alle overheden, politieke structuren en andere (onzichtbare) machten achter die politiek. En stel dat je alle agenda's zou kennen en dat alle belangen inzichtelijk waren. Welke 'waarheid' zouden we dan zien? En zou je die waarheid kunnen en willen geloven?

Over de toekomst van Moeder Aarde hoeven wij ons geen zorgen te maken. Zij overleefde miljarden jaren voordat mensenvoeten haar betraden. En ook als de mensheid zichzelf uitroeit zal

de planeet nog miljarden jaren bestaan. Waar het in deze eenentwintigste eeuw om gaat is het overleven van de mensheid. En die missie is aan ons. Laten we ons regeren door dwaasheid en hebzucht of door intelligentie en wijsheid?

Ik zie het zo: de periode waarin wij leven is de tijd van een grote schoonmaak, zowel voor de mens als voor Moeder Aarde. Het establishment van institutionele, economische, financiële, educatieve, politieke en religieuze groeperingen heeft zijn geloofwaardigheid verloren en verliest macht en invloed. Als reactie zien we nu dat alle oude instituten die regeren over de mensen op deze wereld er alles aan doen om hun machtsposities vast te houden. Welk spel er gespeeld wordt en door wie, is niet geheel duidelijk. Is het zo dat de wereld geregeerd wordt door slechts enkele extreem machtige en vermogende figuren? Wie of wat zijn dan die onzichtbare krachten?

Het is tijd voor een 'ontwakend bewustzijn'. Laten we verstandig, vriendelijk en verdraagzaam zijn. Wel voor elkaar zorgen, maar ons niet met alles en iedereen bemoeien. Laten we begrip en respect hebben voor elkaar. Niet zo veel oordelen, niet direct het conflict opzoeken en meer genieten van al het moois om ons heen. We kunnen van deze wereld alleen een vreedzamere plek maken als we dat met elkaar doen.

Meer dan ooit heeft de mensheid liefde en wijsheid nodig. Dat begint met het geloof in een mooiere wereld. Alleen al het collectief denken aan een betere wereld zal positieve gevolgen hebben. Het gaat om geloof. Geloven dat liefde sterker is dan angst. De mensheid wordt geregeerd door angst en veel mensen leven vanuit angst. Overheden en religies gebruiken angst al jarenlang als machtsmiddel. Angst is een gedachte, het is een mindset. Bange schapen laten zich makkelijk in een hoek drijven. En hoeveel wolven zijn er nodig om een kudde schapen angst aan te jagen? Weet dat angst vooral kan bestaan als er te weinig liefde en vertrouwen is.

Verderop zal ik dieper ingaan op angst, want het is de meest voorname gedachte die ons tegenhoudt om te doen wat we werkelijk

zouden willen doen. Angst maakt ook heel duidelijk hoe extreem groot de kracht van gedachten kan zijn.

Nog even terug naar het onderwijssysteem. In de huidige vorm verliest dat naar mijn idee in snel tempo zijn bestaansrecht. Het biedt kinderen en studenten een te beperkt toekomstperspectief. Natuurlijk zijn basisvaardigheden als schrijven, lezen en rekenen van groot belang. Maar waarom leer je op school zo weinig over jezelf? Over psychologisch inzicht, over eigenwaarde, over je gezondheid, communicatievaardigheid, maar ook over geld verdienen, meditatie en filosofische inzichten die je een bredere kijk op de wereld kunnen geven? Waarom leer je in al die jaren op school zo weinig tot niets over je gedachten en emoties?

De Britse hoogleraar en bestsellerauteur Ken Robinson stond bekend als internationaal expert en voorvechter van creativiteit en innovatie in het onderwijs. Zijn vermakelijke TED-toespraak uit 2006, over hoe het onderwijssysteem wereldwijd talent en creativiteit vernietigt, is tientallen miljoenen keren bekeken. Hij betoogt dat onderwijssystemen aan vervanging toe zijn omdat ze zijn gebaseerd op het verouderde industriële tijdperk. Ons huidige onderwijs leidt ons op voor het verleden en biedt niet de mogelijkheid ons te ontwikkelen om ons persoonlijke potentieel te benutten. Robinson vertelt over een meisje van zes dat een tekening maakt van God. Haar tekenjuffrouw zegt dat niemand weet hoe God er uitziet. Het meisje antwoordt: 'Als ik klaar ben wel.'

Dame Gillian Lynne werd als klein meisje op school gezien als een onrustig en ongetalenteerd kind. Toen haar moeder haar naar een dokter bracht om haar tekortkomingen te onderzoeken, zette hij de radio aan. Gillian begon spontaan te dansen en de dokter vertelde de moeder dat haar dochter een danseres was. Het is goed mogelijk dat je nog nooit van haar hebt gehoord, maar Gillian Lynne werd niet alleen een grote ballerina, ze is ook de choreografe van mijn favoriete musical *The Phantom of the Opera* en van de kaskraker

*Cats*. Veel mensen hebben creativiteit en talenten die niet worden benut, of sterker nog, worden onderdrukt en weggevaagd.

Volgens het reguliere beoordelingssysteem was ik geen intelligente leerling. Als ik op basis van die beoordeling de voor mij voorspelde levensweg had bewandeld, zou ik geruisloos zijn verdwenen als een onzichtbare middenmoter. Voor mijn levenslustige ambitie en creatieve potentieel was nauwelijks aandacht. Hoe is dat met jou? Misschien past het huidige onderwijs niet bij jou en pas jij niet in dit onderwijssysteem. Misschien voorspellen je cijfers geen rooskleurige toekomst. Misschien hoor je geregeld dat je niet goed genoeg bent, of 'dat je dat niet kan'.

Het is aangetoond dat opleiding en kennis geen vereiste zijn voor succes en rijkdom. Veel ondernemers en beroemdheden blonken op school niet uit of beëindigden hun opleiding voortijdig. Veel van de meest welvarende mensen hebben weinig reguliere opleiding. Hun succes is vooral het resultaat van vindingrijkheid, moed, verbeeldingskracht, doorzettingsvermogen en een ijzersterk zelfvertrouwen.

Wat is de taak van onderwijs? Die vraag stelde de Indiase spiritueel leraar Jiddu Krishnamurti. Hij beantwoordde die vraag zelf als volgt: In staat zijn in vrijheid te denken, zonder angst, zonder strikte regels te volgen, zodat je zelf gaat ontdekken wat werkelijk waar is. Als je bang bent zal je nooit intelligent zijn, zei hij. Intelligentie is iets anders dan kennis. Intelligentie is wijsheid. Je kan alle boeken van de wereld lezen, maar daar word je niet intelligenter van. Intelligentie ontstaat als je inzicht krijgt in het proces van de geest, als je inzicht ontwikkelt in jezelf. Dat kan alleen als je geestelijk vrij bent, vrij van angst, als je van liefde bent vervuld. Alleen als je beschikt over een kalme geest ben je in staat echt waar te nemen, want op die momenten is je geest gevoelig voor bijzondere schoonheid. Misschien is dat een sleutel tot onze geestelijke vrijheid.