



BIJ JANSEN

...aan de keukentafel

Ik kan niemand iets leren...

(ik kan hooguit iemand helpen het in zichzelf te vinden) Galileo Galilei

nr 12/2021

No guts...

Angst speelt veel vaker een rol dan we durven toe te geven; ook aan onszelf. Voorbeeld: we zien een kans in de markt, maar klopt dat wel? Of: we willen een eigen zaak beginnen, maar lukt dat wel? Of: ik vind dat ik dat moeilijke gesprek met die collega aan moet gaan, maar hoe zou zij reageren?

Angst, of de milde variant daarvan, twijfel kan leiden tot schijnbewegingen. We gaan eerst eens een plan maken, een commissie instellen, draagvlak creëren, brainstormen etc. Deze activiteiten kunnen echt bijdragen tot een beter resultaat. Maar in de praktijk zie ik toch vaak dat het afleiding is om maar niet tot uitvoering over te gaan. Meestal vanuit de gedachte dat je toch niet verantwoordelijk bent zo lang je niet tot uitvoering overgaat.

Dat lijkt misschien zo, maar zeker is ook dat je met schijnbewegingen geen echte resultaten krijgt. No guts, no glory.

Jij maakt mij boos!

Een uitspraak van één van de kinderen. Ze was ervan overtuigd dat ik haar boos maakte. Ik heb haar verteld dat ik dat met de beste wil van de wereld niet zou kunnen doen. Uiteraard kunt u iets meemaken en dan boosheid ervaren. Dat kan met angst, teleurstelling en apathie maar ook met productievare emoties, zoals enthousiasme. Toch bepaalt de gebeurtenis niet wat uw emotie is. Dat doet u zelf.

Tussen een gebeurtenis en een emotie zit namelijk ten minste één gedachte: wat u er van vindt. En die gedachte zorgt voor een bepaalde emotionele staat.

Het nadeel is dat uw emotie door uzelf wordt bepaald, als u het tenminste met mij eens bent. Het voordeel is dat u dus invloed heeft op uw eigen emotie. Dat heb ik altijd een fijnere gedachte gevonden dan het idee dat een ander een soort afstandsbediening van mij op zak heeft.

Is het een spel?

'Het leven is een spel' wordt wel gezegd en daar kan ik me wel in vinden. Ieder van ons heeft doelen in zijn of haar leven, ervaart tegenstand in het behalen daarvan en heeft een grote mate van vrijheid in het kiezen van de wijze waarop het leven geleefd wordt. Het belangrijkste doel is volgens mij de hoofdprijs die het leven kan bieden: geluk en voldoening.

Het spel van het leven lijkt in veel opzichten op een potje voetballen of tennis. Met één verschil wat mij betreft: het zou geen wedstrijd moeten zijn. U speelt het spel beter met mensen dan tegen mensen. In het laatste geval is het leven alleen geslaagd als een ander verloren heeft en dat lijkt me niet zo productief. U kent wellicht mensen om u heen die het leven wel als een wedstrijd zien. Maar krijgen die ook de hoofdprijs?

Dus het leven is wat mij betreft een spel, maar zeker geen wedstrijd.

BEHOEFTE AAN MEER?

Bel of mail me.

CONTACT

klik: mail@janwillemjansen.com

klik: www.janwillemjansen.com

bel : +31 6 51 81 83 37

JAN WILLEM JANSEN

