

MINI-GIDS

Man overboord

*Over vasthouden, en wat er gebeurt als
je stopt.*

In 1992 verloor een schip een container.

Ergens midden op de Stille Oceaan, in een storm. In de container: 28.800 stuks badspeelgoed. De doos brak open, en de lading ging drijven.

Tien maanden later spoelde de eerste eend aan in Alaska, ruim drieduizend kilometer verderop. Daarna nog één. En nog één - jaar na jaar, steeds ergens anders. De eendjes hadden geen plan, geen route en geen haast, en juist daardoor kwamen ze verder dan wat dan ook uit die container ooit had moeten komen. Twee oceanografen zagen het en gebruikten de vondsten om de stromingen van de oceaan in kaart te brengen. Speelgoed dat niets deed behalve drijven, bracht meer kennis binnen dan menige expeditie.

Er zit een oud verhaal naast, over een boer wiens paard wegloopt.
"Wat een ramp," zegt het dorp. "Misschien," zegt de boer. Het paard
komt terug met een wilde kudde. "Wat een geluk!" - "Misschien." Zijn
zoon breekt een been bij het temmen. "Wat een ramp." - "Misschien."
Het leger komt jongens halen voor de oorlog, en slaat de zoon met het
gebroken been over. En de boer zegt, zoals altijd: "Misschien."
Vasthouden voelt als verantwoordelijkheid nemen. Je knijpt, je trekt, je
blijft eraan denken - en het lijkt daardoor alsof je er iets aan doet.
Maar de fiets is al gestolen, het paard is al weg, de container is al
open. Het feit ligt vast; alleen het trekken gaat door.

**De meeste pijn zit niet in het verlies. Ze
zit in het trekken.**

Één woord, een week lang.

± 1 minuut per keer, een week lang

Wil je voelen wat de boer voelde? Doe een week lang het volgende: elke keer dat er iets binnenkomt - goed nieuws, slecht nieuws, een mail, een afzegging - zeg je inwendig "misschien" vóór je er iets van vindt. Meer niet. Je hoeft niets los te laten, niets te accepteren, nergens boven te staan. Alleen dat ene woord, dat een klein beetje ruimte maakt tussen wat er gebeurt en wat jij ervan maakt. Na een week weet je precies in welke ruimte loslaten woont.



Wil je verder lezen?

Dit was de korte versie. Op de website staat de rest - het boek, meer oefeningen in de werkkamer, en elke week één verhaal per mail.

| *“Misschien,” zei de boer.*

justduck-it.com →

[Flessenpost - de nieuwsbrief](#) →