



JAN JAAP VAN HOECKEL

ACHTER ELK GELUKKIG LEVEN

STAAT EEN OVERVOLLE KLIKO

Een zonnige oktobermiddag in de tuin van Jan Jaap van Hoeckel, mediator, personal coach, schrijver van boeken over geluk en onze vaste columnist. Eén boek geniet al een flinke bekendheid: 'Wie heeft ons in godsnaam geleerd dat regen slecht weer is?' Zijn tweede boek is begin oktober uitgekomen en ook daarmee hoopt hij veel lezers aan te spreken. Hij vertelt honderduit, terwijl we genoeglijk uitkijken over zijn vijver.



Hé, daar staat een hengel aan de rand van je vijver, vis je daarmee?
 Hahaha, nee hoor, er zit helemaal geen vis in mijn vijver. Ik heb die hengel ooit neergezet omdat hier al jarenlang regelmatig een ijsvogel op bezoek komt. Ongelooflijk, zo'n prachtige helblauwe vogel met een feloranje borst. Die zijn nogal zeldzaam, de meeste Nederlanders hebben nog nooit een ijsvogel gezien. En ik mag er hier soms maandenlang elke dag van genieten! In deze vijver zitten voornamelijk salamanders en kikkers, ik zie dat de ijsvogel af en toe een salamander opvist die hij dan op deze hengel oppeuzelt. Het zijn voornamelijk kamsalamanders die hij of zij uit het water pikt, die zijn weliswaar beschermd, maar daar trekt zo'n vogel zich natuurlijk niets van aan. En over vissen gesproken, in de vroege zomer stond er ineens een reiger aan mijn vijver die een eend probeerde te verschalken. Ik heb het gefilmd, wel een half uur lang.

Een half volwassen eend, veel te groot voor die smalle reigerhals. Op een gegeven moment gaf de reiger er de brui aan en vloog weg. Heel bijzonder om zoiets te zien...

Hoe wordt een mens nou schrijver?
 Eerlijk gezegd heb ik het gevoel dat ik dat niet geworden ben, maar dat ik het gewoon in mijn bloed heb. Mijn moeder kon goed schrijven, mijn vader ook. Ik ben gewoon erfelijk goed bedeed, ook mijn broers en zussen kunnen overigens allemaal goed schrijven. Het verschil is alleen dat ik er mijn broodwinning van heb gemaakt. En dat is wel een beetje toeval. Ik ben afkomstig uit de reclamewereld en werkte in mijn jonge jaren op een reclamebureau in Den Bosch. Na drie jaar sprak een vriend me aan met de vraag of ik niet bij een groot bureau in Amsterdam zou willen werken, waar hij copywriter was. Ik was toen nog een generalist, ik deed en kon van alles. Ik ben naar Amsterdam



getogen en heb bij dat bureau een halve dag met verschillende mensen gesproken, ontwerpers, klantbehandelaars, copywriters. Aan het einde van mijn tour vroeg het hoofd van de copy-afdeling wat ik nou eigenlijk wilde worden, copywriter of ontwerper? En toen viel er nogal brutaal uit mijn mond: "Dat ligt eraan wat het beste verdient". "Copywriter!", zei hij beslist. En dus ben ik copywriter, schrijver geworden.

Van de reclamewereld naar de geluक्सwereld, wel een stap zeg! Het is toch minder raar dan je denkt. Als je in de reclamewereld werkt moet je wel heel veel van mensen houden, anders gaat het niet. Mijn woorden worden niet alleen gelezen maar ook gevoeld. Als ik net doe alsof, dan val ik door de mand. De lezer voelt mijn instelling, daar ben ik van overtuigd. Ik ben dol op mensen en heb me altijd graag verdiept in het menselijk gedrag. Waarom doen we wat we doen? Wat bezielt ons? Wat raakt ons? En wat niet? Je moet iets van mensen snappen wil je effectief reclame kunnen maken. Bovendien had ik een moeder die sociaal

zeer bewogen was, zij trok mensen aan die het moeilijk hadden, zij kwamen graag bij haar om te praten. Mijn moeder was wijs, had veel mee-gemaakt en kon mensen echt helpen. Ik ben een kind van deze vrouw. Voor mij was de stap van reclame naar geluk maar een heel kleintje. En tussen twee haakjes, ik ben tussendoor nog steeds actief in het reclamevak.

Wel een heel lange titel, je eerste boek. Mensen die er verstand van hebben zeggen dat een titel van een boek kort moet zijn, dat wordt beter onthouden. Ik heb niet zoveel met dit soort wijsheden. Je moet goed kijken wat iedereen doet en dat moet je dan juist niet doen, zeg ik altijd. Zo val je meer op, trek je meer aandacht. Zo is het ook met boektitels. Niet makkelijk te onthouden zo'n lange titel, maar wel heel opvallend. 'Wie heeft ons in godsnaam geleerd dat regen slecht weer is?' Veel mensen kennen het boek en zijn juist gevallen voor die prikkelende titel. Mijn tweede boek dan begin oktober is uitgekomen, heet 'Achter elk gelukkig leven staat een overvolle kliko'. Ook weer lang. En door het gebruik van het woord kliko

ontstaat er direct ook een glimlach bij degene die het hoort of ziet. Het woord kliko heeft kennelijk iets komisch. Overigens moest ik wel aankloppen bij het bedrijf dat de kliko's produceert. Na wat mailtjes op en neer mocht ik de naam gebruiken. Dit is het enige boek in Nederland met het woord 'kliko' in de titel.

Wat boeit je zo aan geluk? Weet je wat me zo verbaast? Dat mensen ongelukkig worden op de automatische piloot, daar hoeven we geen enkele moeite voor te doen. Het gaat bijna vanzelf. Maar gelukkig worden, wat we allemaal zo graag willen, wat kost dat veel moeite! Dat is toch raar? Over geluk zijn duizenden boeken geschreven, veel mensen worstelen echt met hun leven, met de dingen waar ze tegenaan lopen. De opvoeding van hun kinderen, de relatie met hun ouders, met hun baas, ruzie met vrienden of met de burens, je gekwetst voelen, de vraag "Wie ben ik?" en "Wat wil ik eigenlijk?". Hoe komt dat toch, dat we soms zo vastlopen, dat we niet weten hoe we dingen aan moeten pakken. Dat we niet door hebben wat ons gelukkig en ongelukkig maakt. Dat is wat me zo mateloos boeit.

Wat is er mis gegaan? Daar heb ik het eens over gehad met een therapeut die al duizenden mensen had behandeld. Ik vroeg aan hem wat de gemeenschappelijke factor was van de problemen van zijn cliënten? En zonder aarzelen zei hij: ouders en opvoeding! We doen als ouder kennelijk iets niet goed met onze kinderen. Mijn eerste boek bestaat uit 59 anekdotes, voorvallen en observaties, waarvan enkele gaan over kinderen en opvoeding. En ook in mijn tweede boek komt dat weer aan bod. Ik vind dat ouders meer en beter naar hun kinderen moeten luisteren. Kinderen zijn niet gek, dat zijn mensen van vlees en bloed, weliswaar met minder ervaring, maar wel met een mening, met gevoelens en met een groot rechtvaardigheidsgevoel. Het straffen van kinderen, ook al zo'n onderwerp. Of de ruimte en de verantwoordelijkheid die je ze geeft. Kijk, ouders zullen altijd fouten blijven maken en niet alleen ouders, nee iedereen. Maar als ze goed nadenken over hun rol, over hun eigen doen en laten, zouden ze veel problemen kunnen voorkomen. Dan zouden kinderen in hun latere leven mogelijk evenwichtiger hun leven kunnen leiden.

Wat is geluk eigenlijk? 'Achter elk gelukkig leven staat een overvolle kliko' is geïnspireerd door het fenomeen dat iedereen een andere mening heeft over geluk. Geluk is voor iedereen anders. Geluk dat zijn momenten. Geluk is een gevoel. Geluk is een goede gezondheid. Ik wordt gelukkig van mooie bloemen en dartelevlinders. Zulke dingen, iedereen vindt er wel iets van. Maar de vraag is dan: als we gelukkig willen worden, wat willen we dan eigenlijk worden? Voor alles hebben we een definitie. Iedereen weet wat een hark is of een pot pindakaas. Daar zijn we het allemaal over eens. Maar geluk? Nee, dat blijft een beetje onduidelijk. En daarom heb ik mijn tweede boek geschreven. Ik ben er jarenlang mee bezig geweest, heb erover gelezen, heb heel veel gesprekken gevoerd, heb veel nagedacht. Uiteindelijk ben ik tot de conclusie gekomen dat er wis en waarachtig een definitie van geluk bestaat die voor iedereen geldig is. Zowel voor een huisvrouw in Geleen als voor een werkstudent uit Appelscha, zowel voor een Belg als voor een Boliviaan. Het voert nu te ver om daar dieper op in te gaan, wie geïnteresseerd is kan het in mijn boek lezen. Dit boek verandert finaal iemands denken over geluk! Dus het is nogal ingrijpend...

Je geeft ook workshops over geluk, wat gebeurt daar eigenlijk? Eigenlijk teveel om op te noemen. Ik geef workshops aan kleine groepen, zeg maar tussen de 5 en 15 man/vrouw. Bij mij thuis of op elke andere gewenste locatie. Ik geef ook workshops voor bedrijven, die zijn dan iets anders van aard, dan praat ik voor een gezelschap van tientallen en soms honderden mensen. Ik noem het workshops maar je moet het zien als interactieve gesprekken, ik ga echt in gesprek met de deelnemers en de deelnemers met mij. Over geluk, over wat ons in ons leven gebeurt, over de dingen die ons dwarszitten, waar we soms geen raad mee weten. Geluk is niets ingewikkelds. Iedereen kan het worden. Je hoeft niet te gaan zweven om gelukkig te worden, integendeel. Gewoon met beide benen stevig op de grond. Denk na, zeg ik vaak. Denk na, gebruik je hersens, kijk goed wat er gebeurt, besef wat je zegt en doet, analyseer jezelf. Pak jezelf aan. Het gaat niet om grote dingen maar over de dingen van alledag, thuis, op je werk, met vrienden. Ik reik in mijn workshops handvatten aan waarmee je je geluk langzaam maar wel heel zeker kunt bereiken.

Iedereen kan eraan meedoen? Zeker, iedereen, elke leeftijd, elke achtergrond. Het is wonderlijk wat er tijdens zo'n workshop gebeurt. Telkens weer zie ik het, en telkens weer ben ik er verwonderd over. Er gebeurt iets wezenlijks met de deelnemers. Ze gaan anders naar huis dan ze zijn gekomen. Hun hoofd ratelt, er is iets op gang gebracht dat waarschijnlijk nooit meer stopt. Ze hebben de moed gekregen om dingen aan te pakken, om dingen wezenlijk te veranderen in hun leven. Ik heb ze een duwtje gegeven op hun weg naar een gelukkiger leven. Heb ik een fijne job of niet? *

"IK BEN DOL OP MENSEN EN HEB ME ALTIJD GRAAG VERDIEPT IN HET MENSELIJK GEDRAG"



INFO

Alle informatie over de workshops van Jan Jaap van Hoeckel via zijn website goedinjevel.nl. Daar vind je ook alle informatie over zijn boeken, inclusief zijn nieuwste 'Achter elk gelukkig leven staat een overvolle kliko.' Verkrijgbaar bij alle (internet) boekhandels. Uitgave: goedinjevel.nl/uitgeverij. 196 pagina's. Prijs € 16,95

