BIJSCHRIFT

Enige tijd geleden maakte de Japanse Marie Kondo nogal furore in haar hoedanigheid van opruimgoeroe. Haar tips en tricks kwamen overvloedig aan bod in de betere lifestylebladen – haar filmpjes werden gretig gedownload en gedeeld op sociale media. Hoewel ze met sommige van haar adviezen menig open deur intrapt of de wenkbrauwen doet fronsen – rol op en klasseer verticaal.... dan nog blijft Kondo's basisprincipe stevig als een huis overeind: enkel als je jezelf kan ontdoen van datgene wat je niet echt meer nodig hebt dan kan je ook orde en rust in je leven brengen.
Dit geldt niet enkel voor het letterlijke opruimen maar ook voor het afsluiten van gevoelens, episodes, projecten, hoe waardevol of deugddoend ze ook (geweest) zijn. Dit hoeft niet abrupt of onbeholpen te gebeuren; voorzie een elegant afscheid en probeer in schoonheid af te sluiten. Zoals Kondo haar T-shirts bedankt voor de energie en vreugde die ze haar geschonken hebben kan jij ook tevreden terugblikken op wat goed geweest is, met een glimlach op je gezicht en blinkende ogen.
Maar vroeg of laat moet je het uitgelezen boek dichtklappen en wegleggen, er een punt van maken om er een punt achter te zetten.
Dan creër je de ruimte om vol vertrouwen aan het nieuwe (jaar) te beginnen.

Ludwig Vanderbeke

JEUGDKRANT 1225 • 1 december 2019 tot 15 januari 2020 • ©UM
Uitgeverij Muurkranten vzw • Monnikenwerve 1 • 8000 Brugge
Tel. 050 31 26 01 • Fax 050 31 05 50 • e-mail: info@muurkranten.be