

Licht

Maart roert zijn staart. Je zou al bijna vergeten, dat in een jaar waarin tot nu toe al behoorlijk wat gebeurd is, het weer bijna lente is. Langzamerhand komen we toch echt uit onze winterslaap.

Sommigen hebben ervoor gekozen elders te overwinteren. Naar de warmte, naar de zon. Uit onderzoek is gebleken dat warmte fijn is, maar dat licht eigenlijk nog belangrijker is voor de mens. Het stelt onze biologische klok in staat zich aan te passen aan een nieuwe situatie. Wanneer je een jetlag hebt, weet licht je toch altijd weer in je nieuwe ritme te krijgen. Misschien is het dan ook een goede vraag, hoe het is gesteld met het licht in jouw werk- en thuisomgeving. Of ben je sowieso het zonnetje in huis?

Waar de een het zonnetje is, kan een ander teamlid soms een tegen-gestelde rol vervullen op de werkvloer. De welbekende slachtofferrol ligt dan voor de hand. 'O wat ben ik toch zielig, o waarom overkomt mij dit nu altijd, o waarom waarom'. Geluksexpert Thijs Lindhout verwoordde het tijdens de Masters of DNTSTRY in de Amsterdamse bioscoop Tuschinski op 31 januari prachtig: "Wanneer je problemen gebruikt als kansen om te zeiken, dan heb je een heel moeilijk leven. Maar als je problemen gebruikt als kansen om te groeien, dan heb je eigenlijk een heel gemakkelijk leven." Waar voor de een de decembermaand een drukte van belang was met al het geregeld voor de feestdagen, was het voor de ander juist een oase van rust. Een periode waarin je eindelijk dat ene boek kon lezen, je kledingkast kon opruimen, of een andere activiteit kon doen in een periode waarin helemaal niets moest. Hoewel, niets moest? Het is maar net wat je er zelf van maakt. De enige die een vorm van druk op jou zou moeten leggen ben jijzelf. De enige met wie jij elke dag in competitie zou moeten zijn ben je

zelf. Op het moment dat jij iedere dag een klein stukje beter wordt, dan sta jij over een jaar ineens op een heel andere plek. Daarbij wil men nog weleens overschatten wat je in een jaar kan doen, maar wordt schromelijk onderschat wat in een decennium mogelijk is. Waar wil jij staan in 2030?

The only one who validates you is you. And what other people think about you, is none of your business. In Nederland zijn we heel goed in het elkaar 'klein' houden. Niet zozeer omdat we het de ander niet gunnen, des te meer omdat we uit liefde een ander liever niet zien falen. 'Dus speel het nou maar gewoon veilig.' Als je voor een dubbeltje bent geboren, word je nooit een kwartje. Steek je hoofd niet boven het maaiveld uit. Als je normaal doet, doe je al gek genoeg. Talloze voorbeelden van goed ingeburgerde, dagelijkse taal. Maar is dat terecht?

Mijn mentor Andy Harrington zou het volgende zeggen:

Why do you try so hard to fit in, when you were born to stand out.

En zoals wijlen Kobe Bryant het zei: *It's the one thing you can control. You are responsible for how people remember you - or don't. So don't take it lightly.*

Stephan Tjiook is internationaal auteur, spreker, ondernemer, Forex trader & trainer en tandarts. Als Founder van DNTSTRY & Celebrate Forex faciliteert hij mensen in het bereiken van hun ultieme lifestyle. Meer info?

Neem dan een kijkje op dntstry.com. ■

