

Koers in onzekere tijden

Inmiddels is het bijna een jaar geleden dat de coronacrisis begon. En het voelt nog als de dag van gisteren. Waar 2020 de wereld tot stilstand bracht, lijkt het vooralsnog niet te voorspellen wat 2021 zal brengen. We hebben het simpelweg niet in de hand.

Het heeft dan ook weinig zin om te klagen over dingen die je toch niet kan veranderen. Wat je daarentegen wel kan beïnvloeden, is hoe jij met dergelijke situaties omgaat. Welke betekenis jij toekent aan de dingen die gebeuren.

Train je vermogen om gelukkig te zijn ondanks de omstandigheden. Iets wat mogelijk is wanneer je je mindset op de juiste manier conditioneert. Waardeer dat wat je hebt, terwijl je ondertussen geniet van de reis waarbij je werkt aan je dromen en doelen.

Immers, zonder doel kan je niet scoren. En als je je bestemming niet kent, is het nogal moeilijk om een koers te bepalen. Net zoals in de sport heb je een strategie nodig om succesvol te kunnen zijn. De geschiedenis heeft bewezen dat iedere grote winnaar een plan had, iets waar vaak jaren aan voorbereiding te pas kwam. Iets wat ook hockey-coach Marc Lammers zegt: "Winnaars hebben een plan, verliezers een excuus."

Tegelijkertijd hoeft het niet verkeerd te zijn om in alle rust af en toe even stuurloos rond te dobberen, om jezelf over te geven aan het onbekende. Zolang je het maar op je eigen voorwaarden doet. Wanneer het echter stormt, ben je liever niet stuurloos. Over corona gesproken. Heb een doel voor ogen dat je in onzekere tijden een koers geeft. Een *compelling future* om naartoe te werken.

Feit is echter dat opvallend weinig mensen bewust een plan maken voor hun leven. En als je geen plan maakt voor je eigen leven, word je ingezet in andermans plannen, zoals spreker, trainer en schrijver Remco Claassen terecht zegt. Teveel mensen leven niet hun eigen leven, maar het leven dat hun baas, partner of ouders van ze verlangen. Op zich niet gek, want op school wordt ons niet zo'n vak als levenskunst gedoceerd. We leren hoe de sinus en cosinus werken, maar niet hoe je gelukkig en succesvol wordt in het leven en hoe je bewust de leiding kan nemen over je eigen bestaan.

Want het leven is weliswaar niet volledig maakbaar, maar tot op zekere hoogte wel stuurbaar. En we sturen ons leven aan de hand van de keuzes die we maken. De keuzes die we in het verleden hebben gemaakt,



hebben geleid tot de mens die we geworden zijn. En de keuzes die we elke dag opnieuw maken, bepalen onze toekomst.

Wat dit jaar ons ook moge brengen, zorg er in ieder geval voor dat je blijft groeien. Elke dag een stapje in de juiste koers. Want groei maakt gelukkig en innerlijke groei leidt uiteindelijk tot meer voldoening dan materiële bezittingen of status op de maatschappelijke ladder. Zonder zingeving worden wij mensen machines. Leef authentiek, zonder ego en zonder oordelen, en je zal een rijk 2021 tegemoet gaan.

Met DNTSTRY University helpt tandarts-ondernemer Stephan Tjiook collega's groeien op het gebied van tandheelkunde, persoonlijke ontwikkeling en/of financiële vrijheid. Vind je het interessant een keer met hem te sparren? Met de code 'dentatribune' kan je je nu aanmelden voor een gratis groeigesprek via dntstryuniversity.com/groeigesprek. Plekken zijn beperkt beschikbaar. ■