

‘VERTROUWEN OP NIEUWSGIERIGHEID BRENGT ONS HET GELUKSGEVOEL’

Eric Mijster

Tekst: Jacques Geluk

Tussen leeftijdgenoten voelt Eric Mijster zich al heel jong als ‘een mystieke rechtsbuiten van een voetbalelftal’. Hij begrijpt hen niet, zoekt naar begrip en antwoorden, maar raakt keer op keer verward. Na de scheiding van zijn ouders baart de dan 13-jarige puber opzien door uit machteloosheid de situatie te accepteren en op school voor alle vakken onthutsend hoge cijfers te halen. Hij kan linea recta van twee havo door naar drie vwo. Zijn concentratievermogen is enorm. Het voelt alsof hij het niet zelf doet. Als hij 17 is stuurt een docente hem naar huis met een voor hem (eindelijk) interessante opdracht: op zoek gaan naar jezelf. Hij is dan al jarenlang gekleineerd door zijn stiefvader. ‘David stond in de deuropening. Ik zag hem niet, maar de negativiteit trok als een wervelwind door mijn kamer. (...) Hij begon zijn hoon met een sadistische grijns en haat in z’n ogen: Lig je weer te huilen? Baby. Je bent 17, jankertje. Heb je een pampertje nodig? Wil je een pampertje? Pampertje, pampertje’. Vanaf dat moment bestaat Eric ‘alleen nog maar uit pijn’ en gaat hij – ook al had hij klotsende oksels van het onbekende – bij zijn vader wonen in Breda. Die gebeurtenissen zijn de basis van een meeslepend verhaal dat hij beschrijft in zijn boek ‘Het geluksgevoel’. Daarin transformeert hij van een verwarde jongen – die wilde weten waarom mensen rondom hem deden wat ze deden – in een man die in het hier en nu leeft in een lichaam met verstand en het geluk heeft gevonden.

GEVOEL VOLGEN

“Toen ik zeven was twijfelde ik al of dingen die om mij heen gebeurden wel zo normaal waren als de rest van de wereld scheen te denken. Gevoelsmatig klopte het niet, maar waar kwam die tegenstrijdigheid vandaan? Nadat het uit de hand liep met mijn stiefvader besepte ik voor het eerst dat ik mijn gevoel wilde volgen. Vrienden en familieleden kwamen op bezoek. Ik vertelde tegen iemand over de situatie thuis, maar kreeg als reactie ‘Eric, het is goed wat er gebeurt, later zul je zien dat het oké is’. Ik werd totaal niet serieus genomen, had als jongere geen stem, dus er werd niet naar mij geluisterd. Dat raakte mij

diep. Nog steeds vind ik het erg dat volwassenen eigenlijk als vanzelfsprekend aannemen dat zij het bij het rechte eind hebben en alles kunnen bepalen voor kinderen. Daarom was ik blij dat ik, wat ouder, zelf kon kiezen en niet meer hoefde te luisteren en handelen naar wat zij mij vertelden.” Toch heeft hij dan zijn geluk nog niet gevonden. “Ik voelde wat van binnen, maar het leek alsof mijn omgeving daaraan geen aandacht besteedde. Daarom was het fijn op de universiteit, waar ik veel tijd bewust alleen doorbracht. Enkele weken voor de tentamens dook ik in de boeken, haalde ze en dan was er weer vrijheid. De stof was niet per se mijn ding. Ik leerde vooral trucjes om dingen zo vorm te geven dat lezers of luisteraars ze boeiend zouden vinden, maar dat vond ik niet zo fijn. Ik wilde vanuit mezelf leven. Ik voelde me niet bijster slim. En ik kon me megagoed concentreren. Dat merk ik nog in alles, als ik iets wil lukken. Dat is gaaf.” Eric slaagt voor zijn opleiding, wat een opluchting voor hem is, maar weet dan niet hoe hij daarna vanuit zichzelf kan leven. “Dat kreeg ik op de universiteit niet te horen.”

COMMUNICATIE, SPORT, AVONTUUR

“Fysiek ging het goed, mentaal had ik overgewicht. Tot ik op een prikbord de woorden communicatie, sport, avontuur schreef, als richtpunt om mijn koers te bepalen en te kunnen focussen. Superblij was ik dat ik zelf mijn abstracte passie kon omzetten in concrete activiteiten, hoe vaag ook. Afslaan naar mijn eigen weg voelde goed. Ik zag het leven als een kijkdoos, mijn belevingswereld was zo groot als me was verteld. Nu kwam ik mensen tegen die zich ver buiten mijn kijkdoos bevonden. Dat was een gigantische inspiratiebron.” Heeft hij toen het geluksgevoel echt gevonden? Eric: “Nog voordat ik Tineke, Koen en Robbert voor het eerst ontmoette vloog ik naar Marseille. Ik wilde, enkele maanden na mijn studie, in m’n eentje door de Alpen fietsen met alleen een rugzak als bagage. Doodeng, maar denkend aan communicatie, sport en avontuur kreeg ik een warm gevoel. Op het vliegveld be kroop mij desondanks de angst. Ik sprak geen Frans, had geen hotel geboekt en alleen

een boekje met een beschrijving van de bergen bij me. Toen ik was geland bleek alles waarover ik me druk had gemaakt niet te gebeuren. Dat zat allemaal in mijn hoofd. Verzinsels. Dat moment besepte ik dat beren op de weg allemaal illusies zijn. Dat besepte ik zoveel rust en vrijheid.”

ROUTE DES GRANDES ALPES

Op een gegeven moment weet Eric dat hij altijd wil fietsen en schrijven en het kristal der gevoelens wil omzetten in superfocus en een eindeloze flow vol geluk. Hij ontdekt La Route des Grandes Alpes. “Ik wilde die 650 kilometer over veertien toppen non stop afleggen, zonder prestatiedrang en tijdlimiet. Het gebeurde gewoon. Ook al voelde ik me nog zo slecht, ik twijfelde geen moment. Ongeacht het hellingspercentage fietste ik op hetzelfde ritme naar boven. Het leek alsof mijn benen vanzelf gingen. Ik nam slechts waar. Een fascinerende ervaring! Ik wás die wilskracht, dat wat me dreef en de energie die me stuwde. Uiteindelijk reed ik, nadat ik met nog twee bergen te gaan door moeheid even was ingestort en was gaan liggen, met mijn vader in de auto achter me aan over die veertiende berg en zag de zee aan de horizon. Toen besepte ik dat alles kan, dat er geen reden is ooit iets anders te doen dan de paden van nieuwsgierigheid te volgen. In het hier en nu valt alles op zijn plek.”

PLUM VILLAGE

Niet lang daarna rijdt Eric, die de huur van zijn appartement heeft opgezegd, in de door hem pas aangeschafte woonbus per ‘toeval’ naar Thénac, naar Plum Village, een boeddhistische leefgemeenschap. ‘Mijn mond viel zover open dat mijn kaak claxonnerde’, schrijft hij over het moment van aankomst. “Het loslaten van elke materie en elk voorbedacht doel voelde als een oneindige leegte, die ik al snel interpreteerde als: niets is niet niets, niets is alles. Alles staat in verbinding met elkaar. In april 2016 heb ik dit allemaal opgeschreven, aanvankelijk geheel voor mezelf om alle gebeurtenissen te ver-

werken door ze opnieuw te beleven. De zomer daarop heb ik in de Alpen in de bus geleefd en mensen uitgenodigd een week bij me te wonen. Heel bijzonder. Vorige winter was ik zover dat ik het verhaal aan iedereen die het wilde horen wilde vertellen en stond ik opeens met een vriend, die zingt, in het theater. Samen hebben we uit het niets veertig voorstellingen gegeven. Elke keer herleefde ik ook dat moment van David in de deuropening, dat zo bepalend was. Daarna ben ik in contact gekomen met een uitgever die mijn verhaal in boekvorm wilde uitgeven. Mijn moeder, broertje en zusje hadden in dezelfde situatie gezeten als ik. Toen ik hen het manuscript liet lezen, was het fijn alles samen te verwerken”, vertelt Eric.

“Door te vertellen wat zich buiten de kijkdoos van onze belevingswereld afspeelt, kan ik – gebaseerd op mijn eigen ervaringen – laten zien dat het leven totaal anders te benaderen is dan we gewend zijn en wat er gebeurt als we dat doen. Dan zijn de mogelijkheden ongelimiteerd. Ik droom van een wereld waarin we kinderen dat als vanzelfsprekend meegeven”, zegt Eric die actief is bij DOE, een democratische school zonder lessen, toetsen en rapporten, waar kinderen, jongeren en jongvolwassenen van 4 tot 21 jaar gewoon mogen zijn wie ze zijn en inspirerende plekken en mensen bezoeken om daarvan te leren. Eric zelf heeft zijn bus verkocht en concentreert zich nu op het vertellen van zijn verhaal, als gastdocent en tijdens lezingen. Zijn adembenemende fietstocht is

te zien in de documentaire ‘Omdat ik het wil’ op YouTube. Het mooie is dat Eric nog altijd in het hier en nu leeft en weet dat van daaruit alles kan. “Er is niets fijner dan dat geluksgevoel. Niemand heeft mij daarover verteld toen ik jong was. Daarom wil ik het nu delen.”



Eric Mijster: ‘Het geluksgevoel’.
S2 uitgevers. ISBN 9789492528193.
info@speakersacademy.nl

Als Eric Mijster zeven is vraagt de juf wat hij wil worden als hij groot is. ‘Gelukkig’, antwoordt hij. Op dat moment begint – zij het nog onbewust – zijn nietsontziende zoektocht naar het geluksgevoel. Hij vindt het niet thuis, ook niet op school en de universiteit, maar eigenlijk pas na het bedwingen van veertien bergen in de Alpen. Fietsend legt hij 650 kilometer in 36 uur af. Het gelukkigst is hij misschien wel in het hier en nu, als hij mensen vertelt dat er meer is buiten de kijkdoos van onze belevingswereld en we onvoorwaardelijk op onze nieuwsgierigheid mogen vertrouwen.