

YUVAL ABRAMOVITZ

De Lijst

Deel je dromen
en maak ze
waar!





KOSMOS

www.kosmosuitgevers.nl

Oorspronkelijke titel: Haresjima

Oorspronkelijke uitgever: Yuval Abramovitz

© 2014 Yuval Abramovitz

© 2016 Nederlandse vertaling Sylvie Hoyinck en Irith Kisch, per adres Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Omslagontwerp: Studio Jan de Boer

Vormgeving binnenwerk: 2-D'sign, Amersfoort, www.2dsign-amersfoort.nl

ISBN 978 90 215 6188 2

ISBN e-book 978 90 215 6189 9

NUR 770

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Voor mijn edelmoedige grootmoeder, Sophia Abramovitz zaliger, die vele dromen had, maar ze niet allemaal heeft kunnen verwezenlijken.

Voor mijn geliefde moeder, Tamar Abramovitz, die me heeft geleerd om vol energie mijn hart te volgen.

Voor mijn dochters Shira en Nogah, omdat jullie mij een tweede jeugd vol dromen hebben geschonken.

1

DE LIJST DIE MIJ REDDE

OP MIJN ZESTIENDE WAS MIJN LEVEN VOORBIJ, TENMINSTE ZOALS IK HET TOT DIE TIJD GEKEND HAD. IK KREEG EEN ONGELUK WAARDOOR MIJN WERELD COMPLEET VERANDERDE.

Het gebeurde toen ik bij een restaurant werkte als jongste bediende, het slaafje van de obers, als degene dus die verantwoordelijk is voor het afruimen en schoonmaken van de tafels.

Op het werk hoopte ik flink wat fooi te krijgen, zodat ik kon sparen voor een rijbewijs, kleding en cd's. Op een keer werd me gevraagd om naar het magazijn naast het restaurant te gaan om een zware pot met ingemaakte groenten te halen.

Het magazijn met de koelcellen, desserts en tafelzuren stond aan de andere kant van een grote parkeerplaats. In het midden van die parkeerplaats lag altijd een plasje bijzonder glibberige vloeistof. Het was een stroperige val die bestond uit een mengsel van oude motorolie, kookvet en resten schoonmaakmiddel, die aan het eind van elke dag naar buiten werden gespoeld en op het asfalt bleven liggen.

Twee weken voor mijn ongeluk gleed de restauranteigenaar over de plas uit en brak zijn arm. Als jongen met een goed ontwikkeld verantwoordelijkheidsgevoel had ik de baas meer dan eens aangeraden over een deel van de parkeerplaats een houten platform te bouwen dat de gladde ondergrond zou afschermen. Dan konden dinergasten en voorbijgangers veilig hun auto bereiken en zouden verdere ongevallen worden voorkomen. Hij sloeg het advies van die lastige, pessimistisch ingestelde jongen in de wind.

Nog geen twee weken later gleed ik uit over die bewuste plas.

Binnen een milliseconde lag ik op de grond. De pot rolde uit mijn handen, het deksel barstte open en de augurken schoten alle kanten op terwijl ik door de lucht vloog en met een klap op de betonnen deksel van een rioolput landde.

Tot op de dag van vandaag kan ik in gedachten horen hoe mijn schedel op de koude vloer spleet; ik voel opnieuw hoe mijn hoofd bijna afscheurde en hoe mijn hersenen heen en weer stuiterden als een pingpongbal. De smak op mijn achterhoofd deed zoveel pijn, dat ik op dat moment niet eens voelde dat ik ook bij mijn onderrug een noodlottige klap kreeg.

Binnen enkele seconden stonden de gasten en medewerkers van het restaurant om me heen en tilden me op om te zien of ik nog bij bewustzijn was. Ik werd door drie potige mannen in de lucht gezwaid, terwijl de restauranteigenaar het project met één hand dirigeerde – zijn andere arm zat in het gips sinds zijn ongeval vanwege dezelfde plas.

‘Ga staan, even kijken of je kunt lopen,’ werd naar me geroepen.

Het is onnodig te melden dat ik moeite had zelfstandig te lopen. Ik was duizelig en moest twee keer overgeven.

Binnen enkele minuten was een ambulance ter plaatse die me snel naar het ziekenhuis vervoerde, waar ik snel een uitgebreide reeks tests onderging, waarbij onder andere röntgenfoto's gemaakt werden. Tegen de arts op de spoedeisende hulp zei ik: ‘Ik heb zo'n idee dat ik geen gevoel in mijn benen heb.’

Omdat er geen breuken in mijn benen of rug gevonden waren, werd ik uit het ziekenhuis ontslagen met het advies van de behandelend arts om rust te nemen en te ontspannen. ‘Neem een elektrische deken, blijf drie dagen in je bed liggen en alles is voorbij.’

De SEH-arts had gelijk. Na drie dagen was inderdaad alles voorbij: alle gevoel in mijn benen was verdwenen! Toen ik op de ochtend van de derde dag wakker werd, ontdekte ik dat ik niet meer kon lopen. Ik was verlamd geraakt.

Ik probeerde nog uit bed te stappen – een actie die we gewoonlijk dag in dag uit gedachteloos uitvoeren – maar het ging niet. Het was een vreemd gevoel, bizar. Steeds opnieuw beval ik mijn hersenen: ‘Ga op je benen staan,’ maar het lukte niet.

Ik kneep in mijn benen. Ik voelde niets. Ik kraste er met mijn nagels in. Geen enkele sensatie. Ik pakte een pen die op de vloer naast mijn bed slingerde en stak de punt ervan in mijn spieren. Het been bloedde, maar pijn voelde ik niet.

‘Mama! ik ben invalide... Ik kan me niet bewegen!’ schreeuwde ik naar de kamer van mijn moeder.

Ze stond meteen naast mijn bed. ‘Probeer te lopen! Probeer te staan! Waarschijnlijk is je been gewoon in slaap gevallen,’ zei ze, terwijl ze zonder veel succes haar gezicht in de plooi probeerde te houden. Ik zag angst in haar ogen.

Ze rende naar de badkamer, kwam terug met een pincet en begon ermee in mijn tenen te knijpen, in mijn voet, mijn enkel, en zo snel verder naar boven, naar mijn dij.

Ik voelde niets!!!

Binnen enkele minuten tilde de vriendelijke onderbuurman me vanuit mijn bed naar de auto, en met ons drieën raceten we naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis. Daar werd ik naar de spoedeisende hulp verwezen, voor een eerste diagnose.

Een ernstige arts onderzocht met een hamertje de reflexen in mijn benen en stelde volledige gevoelloosheid vast in mijn rechterbeen en ongeveer zestig procent uitval in mijn linker.

Uiteraard kon ik in deze toestand niet veel doen: niet lopen, niet springen en niet op één been staan. Het vermoeden was: schade aan de wervelkolom. Na twee uur, waarin nog andere reflexen werden getest, werd ik doorverwezen naar de afdeling neurologie.

Daar onderging ik opnieuw uitgebreide tests. Weer sloegen ze met een reflexhamertje, probeerden ze met elektrische stroomprikkelers uit of dat een tintelend gevoel veroorzaakte en voerden ze verschillende tests uit om uit te vinden tot hoe ver de verlamming doorliep.

Begeleid door een groep nieuwsgierige stagiaires, kwamen drie artsen de kwestie, die het gesprek van de afdeling was geworden, onderzoeken. Toen ze checkten of de verlamming tot in het bekken en mijn penis doorliep, bleek dat niet zo te zijn: daar was alles prima in orde. Dank voor de interesse.

Na een lange nacht vol onderzoeken waren de artsen nogal gefrustreerd. Op de röntgenfoto was nergens een breuk in de wervelkolom te bespeuren. Zo konden ze geen definitieve verklaring voor de verlamming geven, en ook geen prognose of het gevoel in mijn benen zou terugkeren, en zo ja, wanneer. Wel konden ze een lichte speling in de wervels van de onderrug vaststellen.

Bijna twee maanden lag ik in het ziekenhuis, totdat het steeds duidelijker werd dat het geen zin meer had om daar te blijven en het tijd werd om naar huis te gaan. Dat deed ik rollend in de rolstoel waar ik tijdens de ziekenhuisopname in was beland. Het werd mijn nieuwe onderstel.

Achteraf bleek dat de artsen de opname in het ziekenhuis en het wennen aan de rolstoel hadden gepland als een soort voorbereiding op mijn nieuwe leven: het leven van een gehandicapte zestienjarige jongen.

Op een gegeven moment voelde ik dat de artsen wanhopig waren. Ze hadden alle hoop laten varen dat ze een oplossing zouden vinden voor de fysieke situatie waarin ik terecht was gekomen. Hoewel ze tot de dag dat ik uit het ziekenhuis ontslagen werd elektrische prikkels aan mijn benen bleven toedienen in een poging mijn zenuwstelsel te stimuleren, moesten ze uiteindelijk hun nederlaag toegeven, zetten me in mijn rolstoel en stuurden me naar huis, naar mijn nieuwe leven. Misschien ook vergde het rumoer dat regelmatig in mijn kamer veroorzaakt werd door mijn drukke, lawaaierige, jonge bezoekers wel te veel van de andere patiënten en het medisch personeel.

Naar het ziekenhuis ben ik niet meer teruggegaan. Naar school ook niet. Ik zat in de vijfde en de enige troost die de nieuwe situatie mij bood, was dat ik vrijgesteld was van huiswerk en het blokken voor examens.

Al snel verplaatste het sociale leven zich van het schoolplein naar mijn kamertje op de Zamenhofstraat in de kustplaats Bat Yam. Van acht uur 's ochtends tot na middernacht kwamen mijn schoolvrienden op bezoek om mij op te vrolijken.

Soms stond er twintig man tegelijk om mijn rolstoel of naast m'n bed. Het waren bijzonder leuke tijden en belevenissen: samen keken we films op tv, roddelden we over de hele wereld en ontwikkelden we een domme hobby – mensen telefonisch voor de gek houden.

Op een gegeven moment, toen alle vreugde over mijn nietsdoen en schoolverzuim was gezegd en ik verzadigd was van de liefde waarmee ik bedolven werd, moest ik de werkelijkheid recht in de ogen kijken. Ondanks mijn bewuste en onbewuste pogingen het feit weg te drukken dat ik een gehandicapt mens was geworden, herinnerde het leven mij er iedere dag op vele manieren aan.

Goede vrienden moesten opkomen voor de keuringen voor de dienstplicht, verdiepten zich in de eindexamens, planden hun reis naar Griekenland voor de komende zomervakantie, werden verliefd – zoals te verwachten valt op die leeftijd – en kwamen minder vaak bij mij op bezoek. Ik, daarentegen, werd weggezogen naar een wereld die helemaal uit ziekte en ouderdom bestond: fysiotherapie in een gezelschap van ouderen die hun heup hadden gebroken, mensen die een hartinfarct hadden gehad, mensen met fysieke beperkingen die moesten revalideren. En alsof dat nog niet genoeg was, kreeg ik regelmatig cortisoneninjecties waardoor ik in een opgeblazen gedrocht veranderde. Zo had ik niet gedacht mijn jeugd te vieren.

**SOMS WORDT ME GEVRAAGD OF IK
IN DIE PERIODE DEPRESSIEF WAS.
MIJN ANTWOORD IS KORT EN BONDIG:
IK HAD GEEN TIJD OM DEPRESSIEF
TE ZIJN WANT IK WAS VERZONKEN
IN HET UITSTIPPELEN VAN MIJN
TOEKOMST.**

Uit verveling, maar vooral omdat ik er zo op hoopte en er met heel mijn hart in geloofde dat het zou gebeuren – dat ik weer zou kunnen lopen – pakte ik een schoolschriftje, keerde de onbeschreven kant naar boven, gaf het de titel *De Lijst* en begon op te schrijven wat ik de rest van het jaar, tot ik zeventien werd, wilde doen.

Er ontstond een eindeloze lijst met doelen, dromen en ambities. Eerst waren die nog direct verbonden met mijn verlamming, maar geleidelijk liet ik me steeds verder meevoeren in mijn fantasie:

- Eindexamen theater doen
- Voor het eerst zoenen
- Dat ze een computer voor me kopen.
- De tijd thuis gebruiken om een boek te schrijven
- Nog een keer naar Londen gaan, ditmaal met opa en oma
- Optreden in een musical voor ik 25 ben
- De Chinese Muur beklimmen rond mijn dertigste (liefst met oma, die droomt er al haar hele leven van)
- Bij een krant werken en een persoonlijke column schrijven
- Acteren in een tv-serie (zoals de Amerikaanse soaps die ik op de kabel zie)
- Een zaak starten die met kunst te maken heeft

Ik vulde eerst twee pagina's ambities en taken voor de periode tot mijn zeventiende verjaardag en schreef daarna een pagina vol met dingen tot mijn achttiende verjaardag. En daarna een voor mijn negentiende. Ik ging zo door tot en met mijn veertigste. In minder dan een week had ik een schrift stampvol plannen, dromen en doelen om te vervullen. Wanneer een doel, taak of droom in me opkwam, voegde ik die toe bij de relevante leeftijd, onderaan de bestaande lijst. Op de pagina van veertig jaar, bijvoorbeeld, schreef ik voor mezelf: 'Een appartement kopen en contant afrekenen.' Zelfs toen besepte ik al dat een hypotheek belastend is, en dat het misschien beter was te proberen de gewenste som eerst bij elkaar te sparen.

Drie jaar nadat ik deze zinnen formuleer zal ik veertig worden. Ik ben nog steeds hard aan het werk om dat doel, dat ik mezelf zo'n twintig jaar geleden stelde, te bereiken.

Op een dag kwam een van mijn leraressen op bezoek. Ze keek naar het schriftje dat op een krukje naast het bed lag, en ze vroeg wat ik erin krabbelde. Ik deelde het idee achter *De Lijst* met haar en overhandigde haar trots het schriftje. Ze deed het open en las een aantal van de items.

Mijn lerares wilde de motivatie achter elk item in de lijst begrijpen, en terwijl ik het haar uitlegde en op mijn gedachten en dromen wegzweefde, vervaagde

haar glimlachje steeds meer. Ik kon de tranen in haar blauwe ogen niet negeren en herinner me vooral de blik op haar gezicht nog, waaruit sprak: 'Arme jongen... Niet alleen is zijn rug beschadigd, maar ook zijn hersenen; hij is losgeraakt van de werkelijkheid.'

Iedereen die in het schriftje keek, kreeg die blik op zijn gezicht, omdat men het de verbeelding van een jonge fantast vond, die blind was voor de werkelijkheid en zich overgaf aan dagdromen en luchtkastelen.

Ieder redelijk mens snapt toch dat het onmogelijk is om in een musical op te treden als je in een rolstoel zit (hoewel in de muzikale serie *G/lee* het tegendeel werd bewezen), laat staan dat je de Chinese Muur kunt beklimmen of naar Londen kunt vliegen. Ook het schrijven voor een krant is een baan die onafhankelijkheid en mobiliteit vereist, en daarom niet realistisch is. Met een medische aandoening zoals de mijne, is het onmogelijk om te werken, geld te verdienen, een bedrijf te starten of met contant geld een appartement te kopen (nou ja, met klinkende munt een appartement kopen is ook moeilijk als je op beide benen kunt staan en werkt). Maar ik wilde op de een of andere manier geloven dat ik al die dromen zou vervullen.



Na een frustrerend revalidatieproces van meer dan anderhalf jaar dat intensieve en pijnlijke behandelingen behelsde aan ledematen waar nog wél gevoel in zat, en na duizenden uren in de rolstoel zitten terwijl ik me voorstelde hoe ik letterlijk en figuurlijk op mijn voeten stond, kon ik weer lopen. Naderhand werd ik zelfs geïnterviewd over het verhaal van mijn herstel.

Het ging niet zoals je ziet in Hollywood-films, waar de oorlogsinvalide uit zijn rolstoel opstaat en binnen een tel door een goddelijk wonder ineens gaat lopen. Het was een heel lang, bijzonder vermoeiend en frustrerend proces. Onderweg kreeg ik verbaasde en medelijdende blikken van voorbijgangers over me heen, die zagen hoe mijn vrienden me in de rolstoel voortduwden. Tergend langzaam werd de rolstoel vervangen door een looprek met onder aan de poten tennisballen tegen het glijden, daarna promoveerde ik tot krukken, en uiteindelijk kon ik op mijn eigen benen lopen.

Nooit zal ik de dag vergeten dat ik voor het eerst weer naar het huis van een vriend liep die op tien minuten loopafstand van mij woonde. Het was zo vreselijk vreemd. Ik herinner me hoe ik door de straten van de stad van mijn jeugd stapte: hoewel ik scheef liep, kwam ik op wilskracht vooruit. Het kostte mijn hersenen de nodige tijd om in het gareel te komen en mijn benen naar behoren aan te sturen.

Toen ik bij mijn vriend op de deur klopte en hij opendeed, omhelsde hij me en nam me kalmpjes mee naar zijn kamer. Pas een minuut later realiseerde hij zich dat ik op eigen benen voor hem stond en hij schreeuwde van opwinding.

Toen de artsen die me behandeld hadden ervan hoorden dat ik weer kon lopen, konden ze niet verklaren wat er was gebeurd. Sommigen suggereerden dat er sprake was geweest van een medisch verschijnsel dat 'klapvoet' heet, een soort verlamming, vaak tijdelijk, als gevolg van druk vanuit de ruggenwervels op het zenuwstelsel. Er waren ook artsen die fluisterden over 'een medisch wonder'. Sommige mensen wensten te geloven dat de genezing helemaal was toe te schrijven aan de oliën en wondercrèmes die op mijn benen gesmeerd waren, of aan de vele amuletten die rabbijnen hadden gestuurd en die de rolstoel versierden.

Hoe het ook zij, in de eerste dagen van de lente, bijna anderhalf jaar na het ongeluk, kwam ik weer tot leven en kon ik volledig functioneren.

Bij gebrek aan een overtuigende medische verklaring waarom ik weer kon lopen, heb ik mijn eigen antwoord geformuleerd en dat heb ik iedereen die ernaar vroeg gegeven:

 **DE LIJST DIE IK MAAKTE
MET ALLE DROMEN DIE IK NOG
WIL VERVULLEN, IS DE REDEN DAT IK
WEER KAN LOPEN. HIJ HIELD ME MIJN DOELEN
VOOR EN VERVULDE ME **MET DE HOOP** DAT
NIETS ME ERVAN ZOU WEERHOUDEN WEER
OP MIJN BENEN TE STAAN EN MIJN DROMEN TE
VERWEZENLIJKEN.**

**MIJN LIJST HIELP ME DE WANHOOP TE BOVEN
TE KOMEN.**

**ALS WE EEN DUIDELIJK,
AFGEBAKEND DOEL HEBBEN DAT
WE GRAAG WILLEN BEREIKEN,
IS GEEN ENKELE WEG TE LANG
OF ONMOGELIJK.**



2

HET GESCHENK VAN MIJN LEVEN

Als ik mensen vertel over mijn ongeval, zie ik bijna altijd dezelfde uitdrukking op hun gezicht: shock gecombineerd met medelijden. Medelijden omdat ik bijna twee jaar van mijn jeugd kwijtgeraakt ben, en shock vanwege alle moeilijkheden die ik op zo'n jonge leeftijd moest doormaken. Ik moet dan glimlachen en vertel ze dat ik anders naar die periode kijk. In feite was het een van de gelukkigste periodes in mijn leven; ik leefde de natte droom van elke middelbare scholier. Ik hoefde niet naar school, ik had een bijzonder rijk sociaal leven, vermaakte me met televisiekijken en boeken lezen en was voornamelijk bezig met lijsten schrijven. Ik had maandenlang de tijd om mijn toekomst te plannen. Dat voorrecht hebben maar weinigen. Het hoge tempo van het leven en de zware werkdruk maken dat de meeste mensen er zelfs niet aan toekomen om hun volgende dag te plannen.

TERUGKIJKEND NOEM IK DIE PERIODE 'HET GESCHENK VAN MIJN LEVEN'

Waarom een geschenk? Omdat ik op jonge leeftijd heb leren begrijpen hoe kwetsbaar het leven is, hoe je lot binnen een paar seconden kan veranderen. Vlak voordat ik uitgleed over die vette plek, was ik een levendige jongen vol plannen voor zijn toekomst – en even later was ik verlamd en gehandicapt, en was de toekomst onduidelijk.

Inmiddels beseft ik dat we meestal in een latere fase van het leven tot inzicht komen. Hoewel we allemaal omringd worden door sterven, ziekte en de menselijke tragedies, dringt het helaas niet tot ons door hoe breekbaar het leven is, totdat onszelf een ramp overkomt.

Soms zien we zelfs de inzichten en de giften van bewustwording die het leven ons stuurt over het hoofd. Om een voorbeeld te geven: bij een kennis van me, een vrouw van vijftienveertig, openbaarde zich binnen tien jaar twee keer kanker. De ziekte overviel haar dusdanig dat ze maandenlang tot niets in staat was.

Hoewel het in mijn ogen draait om een vrouw die succesvol is en gerespecteerd is op haar gebied, is zij zelf nooit tevreden met haar prestaties of haar leven. Het lijkt alsof ze de moeilijke periode vergat zodra die voorbij was, en haar leven onbevredigend verderging. Het gras bij de burens was altijd groener en ze bleef haar prestaties onnodig vergelijken met die van anderen. Als ze zich minder zou bezighouden met andermans gras en harder werkte aan haar eigen lapje grond, dan zou ze inmiddels ongetwijfeld een pracht van een tuin hebben. En nog belangrijker: een gelukkiger mens zijn.

In een van onze gesprekken heb ik eens tegen haar gezegd: ‘Je bent twee keer van kanker genezen! Waardeer toch wat je hebt.’ Ze hoorde de woorden, maar niet hun betekenis. Op dat moment besepte ik dat iedereen waarschijnlijk zijn eigen weg moet gaan.

Ik heb, zoals gezegd, op zeer jonge leeftijd zelf ondervonden hoe wispelturig en fragiel het leven is. Toen ik weer kon lopen keek ik naar het schrift en borg het plechtig op in de doos met briefjes en geheime liefdesbrieven onder mijn bed. Zolang ik leef, besloot ik, zal ik het ijzer smeden als het heet is en uiteindelijk al mijn dromen uitvoeren.

Ja, allemaal: de kleine, de grote, de grandioze, de haalbare en de belachelijke, de openlijke en de heimelijke, de respectabele en de onzinnige, de alledaagse en de gewaagde, de persoonlijke en de familiedromen, de plaatselijke en de internationale. Ik besloot dat niets mij in de weg zou staan om mijn droom te verwezenlijken: niet de sceptische houding van de mensen om me heen, geen financiële afwegingen of negatieve reacties van anderen. Die heb ik namelijk veel gekregen. Ik weet zeker dat jullie dat ook overkomt.

**IK BESLOOT OM IEDERE DAG TE LEVEN
ALSOF HET DE LAATSTE DAG VAN DE REST VAN
MIJN LEVEN IS. BIJ IEDER ITEM OP MIJN
EINDELOZE LIJST ZAL IK EEN P ZETTEN.**

Trouwens, de meeste van deze lijst heb ik – victorie! – inmiddels kunnen afvinken:

- Ik had de eerste intieme relatie vrijwel direct nadat ik hersteld was (en in het kader daarvan beleefde ik natuurlijk ook mijn eerste romantische kus).
- Net voordat ik in dienst moest lukte het om met mijn oma en opa naar Londen te vliegen. (Het was één van de meest magische buitenlandse reizen die ik gemaakt heb en telkens genoten we er alle drie van als we de foto's van die reis bekeken).
- Ik heb eindexamen drama gedaan. (Ik speelde een kreupele soldaat en kreeg er een klinkende 10 voor. De examinatoren vonden dat ik buitengewoon overtuigend was. Ze moesten eens weten waar ik de ervaring had opgedaan en wat mijn inspiratiebron was...)
- Na de theateropleiding mocht ik meedoen aan een musical ('Sallach Shabati', samen met Zeëv Revach).
- Ik begon als jonge verslaggever (bij de plaatselijke krant 'Cholon-Bat Yam').
- Met het geld dat ik bij de krant verdiend had, kocht ik een computer (computers waren toen heel duur).
- Ik heb op de Chinese Muur gewandeld.

De periode 'het geschenk van mijn leven' heeft mijn leven enorm verrijkt. Met dit boek hoop ik deze geschenken door te geven.

Ik ben van plan jullie in dit boek mee te nemen op een intellectuele en persoonlijke reis zonder dat jullie zo'n dramatisch en beslissend moment hoeven te ervaren of een tijd in een rolstoel moeten zitten. Met de reis met *De Lijst* die ik de afgelopen twintig jaar heb doorlopen, wil ik je inspireren. Ik wil je vertrouwd maken met de manier van leven die mij, en vele anderen, geholpen heeft onze dromen te verwezenlijken.

DIT BOEK IS GEEN SPIRITUEEL BOEK – OOK AL WORDT DE TERM ‘SPIRITUALITEIT’ VAAK GEASSOCIEERD MET IETS CREËREN UIT HET NIETS. MAAR IK GELOOF ER VAST IN DAT WE IN STAAT ZIJN ONZE EIGEN WERKELIJKHEID TE SCHEPPEN.

DIT BOEK IS EEN PRAKTISCHE GIDS DIE JE DE VERHALEN ZAL VERTELLEN VAN DUIZENDEN MENSEN EN WAT ZE VERWERKELIJKT HEBBEN. MENSEN DIE LIJSTJES WAREN GAAN SCHRIJVEN, MENSEN DIE IK ONTMOETTE OP MIJN REIZEN ROND DE WERELD EN VIA SOCIALE MEDIA, VOORAL FACEBOOK.

IK HEB ERVOOR GEKOZEN IN DIT BOEK GEEN CIJFERS, BEWIJZEN EN STUDIES OPTENEMEN OVER DE IMPACT VAN INTERNET EN DE KRACHT VAN SOCIALE MEDIA. DIT SOORT GEGEVENS WORDT IMMERS REGELMATIG GEPUBLICEERD OP WEBSITES EN IN DE PERS, EN ZE ZIJN MET GOOGLE GEMAKKELIJK TE VINDEN. INFORMATIE OVER DE KRACHT VAN DE SOCIALE MEDIA IS ONDER MEER TE VINDEN IN HET FANTASTISCHE BOEK VAN RANDI ZUCKERBERG, EVENEENS ZEER ACTIEF OP MEDIAGEBIED EN VAN FACEBOOK) *DOT COMPLICATED: UNTANGLING OUR WIRED LIVES*. HET BEVAT TAL VAN FEITEN EN CIJFERS OVER DIT ONDERWERP.

IN MIJN BOEK ZUL JE VOORAL BIJZONDER INSPIRERENDE VERHALEN VINDEN, EN HEEL WAT VAN DE INZICHTEN DIE IK HEB OPGEDAAN TIJDENS MIJN ‘LIJSTREIS’ VAN VIER JAAR EN DANKZIJ HET LEZEN VAN DE PAKWEG VIJFDUIZEND LIJSTEN DIE MENSEN ME VAN OVER DE HELE WERELD TOESTUURDEN.

IK NODIG JE UIT OM ALLE OBSTAKELS WEG TE RUIJEN: ALLE ANGSTEN, VOOROORDELEN EN CYNISME. KOOP EEN MOOI NOTITIEBOEKJE EN SCHRIJFWAREN (DIE ZULLEN WE LATER GEBRUIKEN) EN GA MET MIJ OP REIS VOOR JE EIGEN LIJST.

Krabbel opmerkingen in je eigen exemplaar, onderstreep zinnen, maak aantekeningen en schrijf op de pagina’s waar dat gevraagd wordt (en ook waar dat niet gevraagd wordt). De kans is groot dat het boek je de durf en moed geeft om je hart te volgen en je dromen te realiseren.

Misschien inspireert het je om een internationaal blog te beginnen. Misschien bereik je meer op de sociale netwerken waar je actief bent – niet blijven hangen in het uploaden van foto’s van desserts met veel te veel calorieën of nutteloos klagen dat het weekend te snel voorbij is. Misschien raak je verslaafd aan lijstjes, of misschien besluit je van loopbaan te veranderen, of ga je een jaar op wereldreis.

Natuurlijk hoop ik dat je aan het eind van het boek (of zelfs al iets eerder) op weg zult zijn om ten minste één droom (liefst meerdere) van je eigen lijst te verwezenlijken.

Eigenlijk ben je al op weg naar zelfontplooiing en geef je jezelf een cadeautje door bewust dit boek te kopen. Door er in je kostbare tijd ruimte voor te maken, door jezelf een paar minuten te gunnen om na te denken en in jezelf te investeren.

