

Brief aan twee ikken die ik niet meer nodig heb

Lieve Pusher en lieve Rationalist,

Jullie zijn al heel lang bij me. In het begin vond ik jullie vooral lastig, wist ik niet goed wat ik met jullie moest en was ik jullie liever kwijt. Uiteindelijk heb ik jullie toch geaccepteerd in mijn leven.

Eerlijk is eerlijk, ik heb heel veel aan jullie gehad. Heel veel. Zonder jullie was ik niet terecht gekomen waar ik nu ben.

Lieve Pusher,

Van nature ben ik vrij lui. Zonder jou had ik nu in een hangmat gelegen zonder wat voor bron van inkomsten ook. Jij hebt me altijd in beweging gekregen. Je hebt me ook mijn grenzen leren verkennen. Sterker nog, je hebt me grenzen laten verleggen en hebt me deze telkens laten overschrijden. Jij hebt er voor gezorgd dat ik vooral buiten mijn comfort zone zat. Jij zorgde ervoor dat alles sneller, beter, mooier, groter werd, dat ik sneller, beter, slimmer werd. Jij hebt me enorm laten groeien.

Lieve Rationalist,

Jij hebt me al heel vroeg geholpen door dingen rationeel te benaderen. Door jou besepte ik dat ik een gezond stel hersens heb. Door jou kon ik goed leren en problemen oplossen. Door jou kon ik alles koel en berekenend benaderen en zo de beste beslissingen nemen, zonder dat emoties in de weg stonden.

Lieve Pusher en Rationalist,

Jullie samen zijn een ijzersterke combinatie. Ik denk dat ik wel kan zeggen dat jullie het geheim van mijn succes zijn. Door jullie was ik altijd slimmer dan de rest. Door jullie won ik alles. Door jullie kon ik beter onderhandelen dan wie ook. Door jullie kon ik beter schaken dan wie ook.

Ik kon daardoor niet de maatschappelijke ladder beklimmen, maar echt oprennen. Mijn ster rees heel snel. Ik had relatief jong al bereikt waar anderen

een heel leven over deden. En ik had alles dat ik maar kon wensen, een mooie vrouw, een mooi huis, een mooie auto, geld op de bank, mooie pakken, noem het maar op.

Jullie hebben me ook altijd geholpen in moeilijke tijden. Toen mensen overleden, mijn vrouw meerdere keren erg ziek werd, we kinderloos zouden blijven, bij elk drama in mijn leven waren jullie er. Jullie zorgden ervoor dat ik de pijn niet voelde en weer verder kon. Jullie zorgden er voor dat ik niet stil hoefde te staan en terug hoefde te kijken. Jullie zorgden ervoor dat ik niet aan de slag hoefde met mijn emoties. Precies zoals ik altijd geleerd had.

En dat werkte allemaal prima tijdenlang. Op een gegeven moment begon het te knagen, maar ook daar hielpen jullie me. Als ik gewoon harder mijn best deed en meer de excessen op zou zoeken kon ik gewoon weer door.

Ook dat werkte allemaal prima, todat ik niet meer kon. Ik brandde helemaal op. Ik had mezelf te ver gepusht. Ik was het contact met mezelf, met mijn gevoel, mijn emoties volledig kwijt. Ik heb de bodem geraakt en ik ben er uit geklommen. Het vreemde is dat ik zoveel geleerd heb van die burnout en ik daar nooit was gekomen zonder jullie. Het was een van de slechtste en beste ervaringen van mijn leven.

Nu, een paar jaar later, merk ik dat jullie er nog altijd zijn. Het zijn de oude reflexen waar ik jullie steeds weer zie en tegen kom. Jij, Rationalist, bent gelukkig al iets minder aanwezig, waardoor ik meer in contact kom met mezelf, mijn gevoel en mijn emoties. En jij, Pusher, jij bent het hardnekkigst. Ik wist niet dat je zo veel impact had op mijn leven. Ik had het gewoon niet door.

Ik schrijf dit allemaal om jullie te kunnen zeggen dat jullie me nu in de weg staan. Als ik verder wil in dit leven, en dat wil ik, kan het niet meer zoals het ging. Ik kan me niet meer zo door jullie laten leiden. Ik zal meer contact met mijn gevoel en mijn emoties moeten hebben. Ik zal liever voor mezelf moeten zijn, mijn grenzen beter moeten bewaken.

Dat betekent dat ik minder plek heb voor jullie in mijn leven. Jullie moeten echt een stapje terug doen en wat ruimte maken. Begrijp me niet verkeerd, ik wil jullie niet helemaal kwijt. Ik heb jullie nog steeds nodig.

Enige dat ik vraag is om een plek in te nemen naast, en niet boven, mijn andere ikken en hen de ruimte te geven er ook te zijn.

Ik wil jullie heel erg bedanken voor de rol die jullie gespeeld hebben in mijn leven en dankbaar ben ik zeker. Zonder jullie was ik echt niet zover gekomen, was ik niet geweest wie ik nu was.