



Wie heeft mijn Kaas gepikt?
Spencer Johnson & Kenneth Blanchard.



Het boekje "Wie heeft mijn kaas gepikt?" is een leuk verhaal over twee muizen en twee minimensjes, met een serieuze boodschap. Leuk om cadeau te geven, leuk om te lezen.

Kaas een metafoor voor alle verworvenheden in ons leven: ons werk, onze relaties, ons bezit, onze gezondheid etc. En die kunnen veranderen. De centrale vraag is: Hoe gaan we met veranderingen om? Zijn we ingesteld op een leven dat constant aan verandering onderhevig is, of zitten we vast in onze verworvenheden en bevroren we als een verandering ons overvalt.

Lees het boekje en oordeel zelf.



Wie heeft mijn kaas gepikt is het verhaal van twee muizen Snuffel en Snel en twee minimensjes Peins en Pieker die in een doolhof verblijven. Zij trekken door de doolhof op zoek naar Kaas. Op een gegeven moment vinden ze zoveel Kaas dat ze niet meer hoeven te zoeken. Ze hebben een enorme Kaasvoorraad waaraan ze zich lange tijd tegoed kunnen doen. Ondanks deze enorme voorraad Kaas blijven de muizen Snuffel en Snel alert en veranderen hun levenswijze niet, ze blijven door de doolhof trekken. Wel gaan ze steeds weer terug naar de Kaas om er van te peuzelen. Die is er nu eenmaal! De minimensjes Peins en Pieker veranderen hun leven wel. Zij gaan bij de Kaas wonen en gedragen zich alsof de Kaas er altijd voor hen zal zijn. Maar op een dag zien Peins en Pieker dat hun Kaas, die eindeloos leek, op is. Hoe nu verder? Teleurstelling en verwarring alom!

De muizen Snuffel en Snel hadden dagelijks de kaasvoorraad geïnspecteerd en gezien dat de voorraad slonk. Voor hen is het geen verrassing dat de voorraad op is. De muizen aarzelen niet en trekken direct weer de doolhof in, maar nu verder dan ooit. Ze komen op plaatsen waar ze nooit zijn geweest. Na lang dwalen vinden ze wat ze zoeken; nieuwe Kaas en meer dan ze ooit hadden gezien!

De minimensjes Peins en Pieker daarentegen hadden nooit gemerkt dat de Kaasvoorraad slonk en hadden de voorraad als hun bezit beschouwd. Zij zijn volkomen overvallen door de verandering in hun omstandigheden. Ze worden boos, vragen zich af hoe dit kon gebeuren, vechten tegen het idee dat de Kaas op is en doen ondertussen niets aan de situatie.

Geleidelijk groeien Peins en Pieker uit elkaar. Peins volhardt in het willen behouden van de Kaas die er eens was. Het beviel hem goed en het is gevaarlijk in de rest van de doolhof. Hij is doodsbang!

Pieker probeert Peins ervan te overtuigen dat ze iets anders moeten proberen en op zoek moeten gaan naar nieuwe Kaas. Peins wil er niet aan.

Verzwakt door voedselgebrek beseft Pieker dat hij echt zelf in actie moet komen en dat zijn angst voor verandering, voor het onbekende, hem al die tijd heeft verlamd. Uiteindelijk gaat hij met de angst in de benen alleen het doolhof in. Pieker ontdekt onderweg veel over zichzelf. In de hoop dat Peins achter hem aankomt schrijft hij zijn levenslessen op de muur.

Hij vraagt zich af:

- Wat zou je doen als je niet bang was?

en hij leert:

- Houd de voorraad Kaas in de gaten, zodat je merkt dat deze slinkt;
- Wie niet verandert sterft uit;
- Hoe sneller je afstand neemt van je oude Kaas, des te sneller vind je nieuwe;
- Als ik me sneller aan een verandering zou aanpassen, zou dat alles een stuk eenvoudiger maken;
- Het is veiliger om op zoek te gaan, dan zonder Kaas te blijven zitten;
- Als ik me nieuwe Kaas voorstel, komt die dichterbij, al heb ik hem nog niet gevonden;



Met plezier presteren



Na een lange tocht vindt Pieker nieuwe Kaas. Nu ziet hij ook zijn vriendjes Snel en Snuffel terug. Hun buikjes zijn rond. Zij zijn er al een tijdje! Pieker leert van Snel en Snuffel dat het belangrijk is niet te lang te blijven nadenken en de dingen niet ingewikkelder te maken dan ze zijn. Toen de omstandigheden veranderden pasten zij zich aan.

Pieker hoopt nog steeds dat hij Peins ook terug zal zien. Hij hoopt dat de aanwijzingen die hij heeft achtergelaten hem kunnen helpen de weg te vinden.

Hoe het met Peins afloopt en of hij uiteindelijk ook op zoek gaat en nieuwe Kaas vindt, vertelt het verhaal helaas niet.

Epiloog

In het boekje "Wie heeft mijn kaas gepikt?" is kaas een metafoor voor alle verworvenheden in ons leven: ons werk, onze relaties, ons bezit, onze gezondheid etcetera. En die kunnen veranderen. "Niets is zo blijvend als verandering," zei de Griekse filosoof Heraclitus al.

De vraag is dus niet of er iets gaat veranderen; de grote vraag is: hoe gaan we met veranderingen om?

Hebben we ons erop ingesteld dat het leven constant aan verandering onderhevig is, zodat we ons niet laten verrassen en er tijdig op kunnen inspelen? Of zitten we zo vast in onze verworvenheden dat we bevroren als een verandering ons overvalt.

Gaan we vechten tegen de verandering of constructief naar een oplossing zoeken?

Een andere cruciale vraag is 'Wat zou je doen als je niet bang was?'

Is dat niet waar wij allemaal bij tijd en wijle mee worstelen: met onze angst voor het onbekende? We weten misschien best wat we willen, hebben onze dromen, maar we durven simpelweg geen stappen te zetten omdat we bang zijn voor wat ze ons kunnen brengen. Ze kunnen leiden tot prachtige nieuwe vergezichten, maar we kunnen ook vastlopen en mislukken. En zo zitten we vast aan wat we hebben of hadden en laten we ons afhouden van wat we eigenlijk het liefste willen en wat we kunnen krijgen.

Verder is het goed te beseffen dat de (nieuwe) werkelijkheid altijd minder erg is dan je voorstelling ervan. Je vergroot zelf je angst voor het onbekende door erover te piekeren. Hiermee maak je het beeld in je hoofd erger dan de feitelijke omstandigheden. "De mens lijdt het meest, van het lijden dat hij vreest."

Pieker was zo bang dat hij geen nieuwe kaas zou vinden dat hij niet eens durfde te gaan zoeken. Toen hij zijn angst overwon en zijn zoektocht begon, ervoer hij een nieuwe vrijheid en vond hij steeds voldoende stukjes kaas om vol te houden.



Met plezier presteren



Wil jij je ook niet meer laten tegenhouden door die vaak zo irrealistische angst? Wil jij ook je dromen ontdekken en verwezenlijken? Pak dan regelmatig dingen op die je eigenlijk erg spannend vindt en baan je stap-voor-stap een weg door je eigen emoties heen.

Onderneem actie, herontdek je passie, volg opleidingen of leer vanuit de praktijk, beleef je eerste succesjes en daag jezelf uit volgende stappen te zetten. Wees niet bang voor het moment dat alles tegenzit. Dit moment komt, dus ben erop voorbereid. Vallen is noodzakelijk om te leren lopen; sta gewoon weer op.

Dit alles op een manier die bij je past en in je eigen tempo. Ondanks de angst in de benen die je soms zult voelen, zul je er nooit spijt van hebben. Dagelijks ervaar je de enorme verrijking van je leven als je je leven niet door angst laat overheersen, maar je leven leeft met lef.

Tot slot nog een paar tips als je je niet door angst voor het onbekende wilt laten tegenhouden, maar het lef wilt ontwikkelen om te leven:

- 1. Accepteer je angst. Het is er, druk het niet weg. Daarmee verspil je enkel nodeloos energie. Besef daarbij wel: je hebt gevoelens van angst, je BENT het niet. Ze komen op en verdwijnen weer. Laat je er dus niet door verlammen en weet dat je ze kunt overwinnen.*
- 2. Accepteer dat in je leven verandering een blijvende factor is. Houd je oren en ogen daarom open voor wat er gebeurt in je omgeving. Dan merk je ook de kleine veranderingen op en ben je beter voorbereid op grote veranderingen die kunnen komen.*
- 3. De grootste belemmering voor verandering ligt in jezelf. Als jij niet verandert, gebeurt er niets. Stel je er dus voor open.*
- 4. Er is altijd nieuwe kaas te vinden, of je dat nu beseft of niet. Je zult ermee beloond worden als je de angst overwint en van het avontuur dat leven heet gaat genieten.*
- 5. Laat je niet uit het veld slaan door de eerste de beste tegenslag. Nieuwe dingen ontdekken gaat altijd met vallen en opstaan. Bedenk waarom het niet lukte en probeer het gewoon nog een keer.*
- 6. Sta klaar als anderen je vragen te helpen en vraag zelf om hulp als je er even niet uit komt.*

Leven is het meervoud van lef (Loesje)

Succes.