

# Voorwoord

Wat een mooi idee om een oplossingsgericht dagboek uit te geven. Een agenda, waarin iedereen een dagboek kan bijhouden over de eigen competenties, de eigen resources, de eigen kwaliteiten. Waarin je leuke en ontroerende gebeurtenissen kan opschrijven. Wat je allemaal zelf voor moois gedaan hebt. Hoe anderen je een plezier gedaan hebben. Hoe jij anderen een plezier gedaan hebt. Of toch geprobeerd. Alles waarvoor je dankbaar bent. Waarvoor anderen jou dankbaar zijn. Een klein beetje toch.

Momenten van liefde. Dagen van stil geluk. Grote en kleine gebeurtenissen. Verdriet ook, woede of gewoon een slecht humeur, en hoe je ermee omging.

Plannen en wat ervan terecht kwam. Droom en daad. Ze zijn er nu eenmaal, de wetten en de praktische bezwaren. En de anderen die soms meehelpen, maar soms stokken in de wielen steken.

Jouw waarden, jouw existentiële keuzes, en wat je er in deze reële wereld van terecht hebt kunnen brengen. Met de anderen mee of tegen hen in.

Ha, die anderen, jouw geliefden, zij die jij bemint en die jou beminnen. En zij die je liever kwijt dan rijk bent, maar voor wie je toch respect wilt opbrengen. Ook al is dat soms moeilijk. Ook al lukt het soms niet.

De anderen: jouw hemel op aarde. En jouw Sartrianse hel. Jouw kracht om ermee te leven. En om soms te triomferen. Of er soms gewoon het beste van te maken. Nog zo slecht niet, zou Steve de Shazer gezegd hebben.

En de wetenschap, terwijl je het allemaal opschrijft, dat je dit allemaal opnieuw zal kunnen lezen, opnieuw zal kunnen beleven, binnen een maand en binnen twintig jaar: verdriet en verlies, aanvaarding en verder boeren. Geluk dat je zelf maakt. Geluk dat je samen maakt met de mensen die je graag ziet. En geluk dat gewoon in jouw schoot komt vallen.

Wat een mooi vooruitzicht.

Dr. Luc Isebaert  
Oostende, 2018