

# INHOUDSOPGAVE

## **Inleiding**

09

## **Elf hink-stap-sprongen**

naar overal en verder

23

## **#01 Doe eens gek**

opwarmers

om erin te komen

34

## **#02 Volg onnavolgbaar**

elf vreemde helden

om van te leren

54

## **#03 Breek met conventies**

alles kort en klein

om opgeruimd te

kunnen beginnen

82

## **#04 Wat is raar?**

oefeningen in empathie

om jezelf te buiten te gaan

96

## **#05 Ga van het padje af**

een omweg nemen om te

ervaren wat er nog meer is

114

## **#06 Niks moet!**

lummelen

om te ont-moeten

136

## **#07 Vind vreemde vrienden**

bijeenkomen om samen

te vervreemden

156

**#08 Zet je klooi aan**  
dingen maken om te  
ervaren hoe het werkt

174

**#09 Alle gekheid**  
**op een stokje**  
radicaliseren om  
het onderste uit  
de kan te halen

192

**#10 Nooit meer normaal**  
geheugensteuntjes  
om jezelf te herinneren

208

**#11 Tot er geen hol**  
**meer aan is**  
wat je kunt proberen om  
het leuk te houden

224

Dit is een 'kookboek' voor meer creativiteit en vrijheid in denken en doen. Het is een eclectische set van tips en trucs die ik de afgelopen drie jaar verzameld heb.

Het merendeel kwam tot mij in een verlichte droom na het in één ademteug beklimmen van de driehonderdvijfenzestig traptreden van de Swayambhunat-tempel in Kathmandu. Een aantal aanbevelingen zijn het resultaat van samenwerkingen met vreemde vrienden, waarbij het kunstenaarscollectief Mona Lisa's een bijzondere plek inneemt. De rest is bij elkaar gegoogled en gejat uit boeken van anderen.

Zoals bij zoveel zelfhulpboeken is de belangrijkste doelgroep de auteur zelf. Met veel plezier heb ik de oefeningen uitgeprobeerd. Afhankelijk van de situatie met wisselend succes. Wat ze in ieder geval doen is je uit je dagelijkse sleur trekken. En dat is soms genoeg om verder te kunnen.

Kies vooral die tips uit waar je het meest zin in hebt.

Vind je het helemaal niks, even goede vrienden.

Maar zoals ik tegen m'n kinderen altijd zeg wanneer ze met lange tanden naar hun bord met voor hen vreemde kost staren: probeer in ieder geval één hapje.

# BETER DINGEN ANDERS DOEN

We leven conform een oude Chinese verwensing in interessante tijden. Het ‘normaal’ van vandaag is het ‘raar’ van gisteren. Disruptieve verandering is de norm in onze tijd. Ik denk dat het cultiveren van je eigen-wijsheid het beste medicijn is tegen de waan van de dag. Eigen waan eerst zeg maar. Jouw waanzin tegenover de waanzin van anderen. Ik vind het belangrijk, misschien zelfs tegen beter weten in, je eigen ideale droomwereld na te jagen. Proberen is voldoende. Luisteren naar je eigen stoute plannetjes.

Mijn ervaring is dat dingen uitvogelen (schrijven, dichten, tekenen, knippen, plakken, schilderen, rappen, zingen, chanten, dansen, spelen, acteren, kleien, modelleren, beeldhouwen, breien, naaien, punniken, bouwen, fotograferen, filmen, solderen, programmeren, componeren, et cetera) een goede manier is om je eigengereide visioenen inzichtelijk te maken en eventueel te realiseren. Wanneer je samen met anderen dingen uitvogelt, is het nog waanzinniger. De eigenaardigheden die je deelt en de dingen die je samen (onderbewust) weet, worden tastbaar. Door collectief te vervreemden leer je hoe je dingen anders (beter) kunt doen.

## Waarom eens gek doen?

- gekte is grenzeloos,  
logica moet altijd ergens eindigen
- jij en ik zijn hier nu toch,  
dus laten we het proberen, *yolo!*
- het vragen naar wat raar is (en wat niet) leidt tot  
een tolerantere en rijkere samenleving
- jij en ik bepalen wat raar is
- als we niet handelen naar onze gekke invallen,  
verandert er nooit wat
- meer eigen-wijsheid leidt tot meer  
collectieve wijsheid
- waarom niet? waarom niet? waarom niet? waarom  
niet? waarom niet? waarom niet? waarom niet?
- de rest rommelt ook maar wat aan

**'DOE EENS GEK' IN HET KORT:**

**DOE  
JEW**

# WAT ILT!

Gun jezelf en anderen meer vrijheid en creativiteit  
in denken en doen.

# ZO SIMPEL KAN HET TOCH NIET ZIJN?

Doe eens gek. Door te doen waar jij zin in hebt. De vrijheid nemen om eigen-wijs te zijn. Meer creativiteit in denken en doen door domweg jouw dwarse ding te doen. En zo anderen te inspireren dingen ook anders te gaan doen. Zo simpel kan het toch niet zijn? Nee. Het is niet per se makkelijk.

De dingen gaan altijd anders dan verwacht. We leven niet in een geïsoleerd laboratorium met een gecontroleerde stofvrije omgeving. Dingen gaan stuk. Er zit een barst in je mobiel. Mensen worden ziek of branden op. Je hebt kiespijn. De poes van je oude buurvrouw ligt op sterven. Altijd zijn daar de onverhoedse dingen van het leven.

De wereld lijkt complex en is waarschijnlijk nog vele malen complexer dan we nu doorgronden. Alles is met alles verbonden. Ik gebruik dingen waarvan ik niet eens weet hoe ze werkelijk werken. Hoe werkt mijn laptop eigenlijk? Wat is de oorsprong van mijn woorden? Wat zijn de geheime ingrediënten van cola? Jij en ik zijn lief... maar er zijn ook trutten en klootzakken op deze wereld.



## Hoe kun je pretenderen dat de wereld maakbaar is?

Wat je in de hand hebt is je eigen denken (als je je ertoe zet). Jij bent het die betekenis geeft aan de dingen om je heen. Als je wilt kun je de dingen per direct veranderen. In je hoofd. Door anders naar de dingen te kijken.

En dan is er je lijf en zijn er je daden waarmee je de boel in beweging kunt brengen. Je kunt het in ieder geval proberen. Je moet ergens beginnen dus waarom niet hier en nu? *F\*ck it!* De meeste dingen om ons heen zijn gemaakt door mensen die niet veel slimmer zijn dan jij en ik.

En er is liefde. Allesverzengende liefde. We kunnen houden van de stomste dingen: auto's, voetbalclubs en boybands. Dus waarom niet van onszelf en de mensen om ons heen? Vooruit, doe het en laat je liefde los op je 'idiote' ideeën.

