



Poetsen, niet praten
De poetsvrouw praat meer dan ze werkt. Omdat ik me in het begin opgelaten voelde dat ik iemand betaalde om mijn was en plas te doen, heb ik haar wat te veel verwend. Een koffietje en een praline bij het arriveren, enz. Maar die koffiepauze en haar verhalen over haar kinderen worden steeds langer en onder tussen blijft alles liggen. Ik durf daar niets van te zeggen. Wat doe ik nu?
V.D.S. UIT SINT-NIKLAAS

U geeft zelf goed aan wat het probleem is: u voelt zich onwennig omdat u iemand betaalt om te poetsen. De Nederlandse sociologe Sjoukje Botman deed onderzoek naar het vershuinsel: 'Gewoon schoonmaken, de troebele arbeidsrelatie in betaald huishoudelijk werk'. Ze stelt: «De relatie tussen de werkster en de persoon die haar inhurt, is vaak ongemakkelijk. De meeste werkgevers hebben geen zakelijke relatie met hun werkster. Ze vermijden werkgeverschap: ze maken geen heldere afspraken en als ze ontevreden zijn, zeggen ze het niet. Als ze zo ontevreden zijn dat ze van de werkster af willen, verzinnen ze een moesje.»
Dit is de essentie: u bent werkgever. U betaalt haar om te poetsen. En het is begrijpbaar een beetje normaal dat u zich daar opgelaten over voelt, maar dat is niet nodig. Stel duidelijke regels op: maak een lijstje van de taken die u gedaan wil hebben. U mag best koffie met haar drinken — dat is dan trouwens tijdens de werkuren, ze moet daar dan niet langer voor blijven —, maar ze moet wel het lijstje afwerken. En als u ontevreden bent, moet u dat duidelijk zeggen: 'Iedereen voelt zich beter als er heldere afspraken zijn.'

Geld & vrienden

Mijn vrienden hebben het allemaal breder dan ik. Ze rijden in een firmawagen en hebben een smartphone van het werk. Als we uitgaan, is het de gewoonte dat iedereen een rondje geeft. Maar met al die gin-tonicstegenwoordig is dat toch wel een dure bedoening geworden. Eigenlijk kan ik het me niet permitteren om elk weekend rond de honderd euro uit te geven. Ik doe het toch, want ik wil niet gierig of zielig overkomen, maar ik vind het niet fijn. Ik heb al hints gegeven, dan bestel ik zelf iets goedkoper: een pintje of een wijntje. Maar ze schijnen het niet te begrijpen.
O.D. UIT LEUVEN

Moelrijk probleem: Joella en Nathalie van de Nederlandse site How 2 spend it — where lifestyle meets finance (www.how2spendit.nl) wijden een heel hoofdstuk aan geld en vriendschap, want dit soort problemen is heel lastig. Joella en Nathalie: «Het is begrijpelijk dat je niet de sjak-afnaak van het gezelschap wil zijn, en dat je niet bij alle plannen meteen wil roepen dat je geen geld hebt om mee te doen. Maar er is maar één antwoord: eerlijk zijn en soms gewoon nee zeggen. Natuurlijk is het fijn om mee uit te gaan, maar niet als je na een avondje stappen moet afvragen of je nog wel genoeg geld hebt om boodschappen te doen. Of dat je je zorgen maakt of je de huur wel kan betalen. Je moet dit probleem bespreekbaar maken

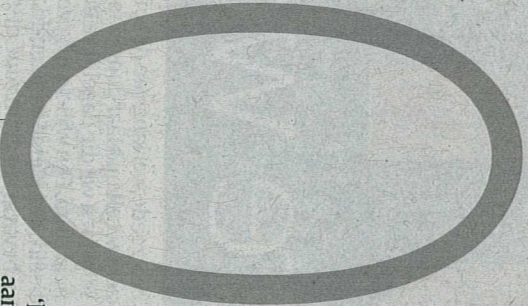
Smakelijk eten!
Onlangs zei ik bij een etenfe bij de aange-trouwde familie 'smakelijk'. Dat hebben we thuis zo altijd gedaan. Mijn schoonzus zei achteraf dat dit eigenlijk onbeleefd is en helemaal niet hoeft. Begin je dan gewoon te eten zonder iets te zeggen?

F.T. UIT BEVEREN

Uw schoonzus heeft gelijk maar is eigenlijk ook wel een tikje snob. In adellijke kringen zegt men inderdaad geen 'smakelijk eten', dat zou beleefd zijn voor de kok of de gastvrouw. Uiteraard zal het eten lekker zijn, dat moet men elkaar niet toewensen. In hogere kringen kijkt men elkaar dus even aan en begint men daarna gewoon te eten. Om nu te zeggen dat een welgemeende 'smakelijk onbeleefd' is en u er over aan te spreken, dat vind ik dan ook weer overdreven. Het wordt met de beste bedoelingen gezegd en zo moet het geïnterpreteerd worden. Toen Carole Middleton, de moeder van Kate de Britse koningin ontmoette, zou ze in het paleis gevraagd hebben waar 'the toilet' was, in plaats van het upperclass-woord 'loo' te gebruiken. Waarna alle snobs konden grinnelen over hoe middenklasse ze toch wel was. Dit soort dingen heeft



Lene Kemps gaat (terug) naar The School of Life



Opruimcoaches, onthaasters en ontspullen. In plaats van meer bezittingen verzamelen en nog harder werken, begint de weg naar het geluk rommel, minder druk-druk-druk. Maar wel meer genieten. Ontspul-goeroe James Wallman kwam langs in The School of Life.

KLAS 7:
ONTSPULLEN, OF MEER LEVEN, MET MINDER

Lene Kemps gaat (terug) naar The School of Life
Pweg naar Antwerpen verloor James Wallman zijn portefeuille. Hij vermoedt op de trein. Hij bleef er verrast en kalm onder. Maar Wallman is dan ook de patroonheilige van 'less is more' als het op bezittingen aankomt. En zoals het een ontspuiler betaamt, was het een zeer dunne portefeuille waar weinig in zat. Toen mijn portefeuille werd gestolen, ben ik daar een week slecht gehumeurd van geweest en realiseerde ik me maanden later nog steeds: 'Oh ja, dat zat er ook nog in'. Maar ik ben dan ook het type-voorbeeld van een verzamelaar: in mijn portefeuille zitten foto's die me dierbaar zijn, een geplastificeerd klavertje vier dat mijn oma ooit vond, een knoopje dat van mijn hemd is gesprongen en een briefje van vijftig frank, uit nostalgia. En natuurlijk ook euro's, klantenkaarten en een onnoemelijk aantal bonnetjes. Toegegeven, als ik

«Geluk is een plaats tussen te veel en te weinig»
FINS GEZEGDE

ZEN SPREEKWOORD
er even voor ga zitten en besluit mijn portemonnee op te ruimen, geeft dat me een goed gevoel. Ik begrijp Wallman als hij zegt dat we te veel spullen hebben en dat dit ons niet gelukkig maakt. Afgezien van het feit dat overconsumptie niet goed is voor de aardbol en voor onze bankrekening, is het ook niet positief voor ons hoofd en voor ons geestelijk evenwicht. Volgens experts maken te veel bezittingen ons ongelukkig, depressief en angstig. Hormoonmetingen tonen aan dat rommel stress veroorzaakt. Wallman bedacht er het woord 'stijfocitation' voor, verstikking door spullen. Moelrijk te vertalen, maar het woord 'verspulling' komt in de

«Ik haat bezittingen. Ik haat rommel. Ik kan niet goed nadenken tussen te veel spullen. Als er rommel in mijn gezichtsveld staat, word ik helemaal gek»
TALENTSCOUT EN TV-PERSONLIJKHEID SIMON COWELL



DOMMEL uit het huis, rust in het hoofd

zette haar op de lijst van de honderd beste personen. Er is een opruin-app, Kondo tv-serie en er zijn Kondo-lenand verdient veel geld aan het feit eren willen uitgeven. Klinkt dat cynisch ook geen echte Kondo-fan. Ik e weinig rekening houdt met de men- en iedereen in een

pleidooi voor het kopen van ervaringen en het investeren in belevenissen als vervanging van spullen. De stelling van Wallman is: 'Herinneringen leven langer dan dingen'. Iets doen of ervaren levert mensen meer voldoening dan iets kopen of hebben. Je kan je geld beter uitgeven aan een reis, een theatervoorstelling, een dansles, taalcursus

of etenjje. Je sociale leven gaat erop vooruit en de gezellige momenten kan je nadden delen. Je ver-langen naar status — want Wallman ontkent onze natuur niet: «De mens is een paradijsvogeltje, hij pakt graag uit met zijn mooie veren» — kan je be-veiligen door de ervaring te delen via sociale media.

Naar analogie met het materialisme doopte hij die richting het *experientalisme*, of *belevensisme*. Een rijk leven wordt dan niet het financieel riante bestaan van een lottowinnaar, maar een aange-naam leven gevuld met ervaringen vol betekenis.

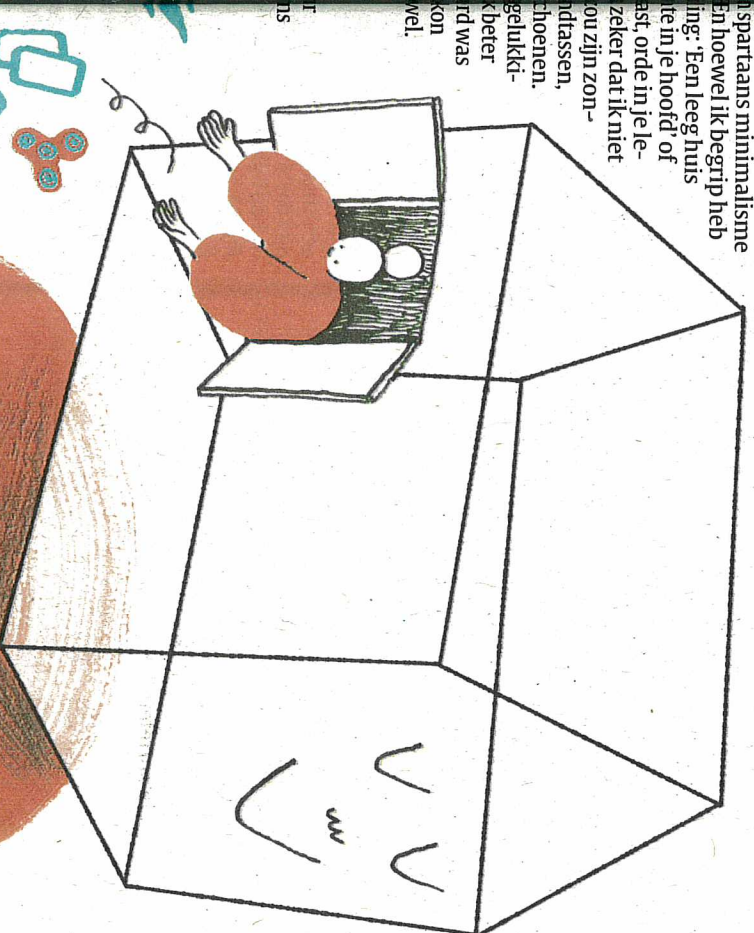
«Wallman bedacht het woord 'stuffocation', verstikking door spullen. Overconsumptie is even erg als obesitas, stelt hij»

Zoals hij zegt in de klas: «Zelfs die ene vakantie waar het elke dag heeft gerend, wordt op den duur nog een goed verhaal en een mooie herinne-ning. Een slechte aankoop is gewoon dat: een mis-koop.»

Er zit in de klas al een prima vertegenwoordiger van de nieuwe richting. Hij is 25 en wil dat zijn hele hebben en houden in zijn piepkleine auto past — die van mij kunnen amper in een vracht-wagen —, zodat hij snel kan inpakken en wegwe-zen. Als iemand hem een cadeau wil geven, vraagt hij een ervaring: een etenjje, een wandeling, een workshop... Hij is er zeker van dat een eenvoudi-ger leven hem gelukkiger zal maken en begint er nu al mee.

Een mens is een geboren verzamelaar: slaapt din-gen mee naar zijn nest, dat zit in ons DNA, daar ben ik dan weer van overtuigd. En hoewel ik ge-loof in de theorie van het *belevensisme*, ben ik niet's werelds dapperste aanhanger ervan. *Less is more*, natuurlijk wel, maar voor mij mag het nog altijd een beetje meer zijn.

De masterclass 'Memories Live Longer Than Things' werd gegeven aan The School of Life Antwerpen. Voor de volledige lessenkalen-der: www.theschooloffife.com/antwerp/klender/



Illustratie Charlotte Dumortier

Ontspullen maakt gelukkig

Geluksexpert en psycholoog Hein Zegers deed samen met de universiteit van Leuven onderzoek bij 500 vrijwillige eenvoud- dat leven met minder echt gelukkiger maakt. De meesten hadden afstand gedaan van hun auto (files!), tv (domme afleiding) en kleren (duur). Sommigen waren kleiner gaan wonen (lagere hypotheek of huur). Anderen snoeiden in activiteiten (werk en verplichtingen) en relaties

- 5** **OPRUIM-MANTRA'S** van coach Peter Walsh
- 1** Die lelijke trui die je moeder je gaf, is niet je moeder.
- 2** Je hebt alleen de ruimte die je hebt.
- 3** Platte oppervlakken gelden niet als opslag-ruimte.
- 4** Als je iets vastneemt en denkt: 'later', dan heb je het gevecht al verloren.
- 5** Alles in je huis zou een weerspiegeling moeten zijn van het leven dat je wilt.

Sara's spulendieet

Sara Van Wesenbeeck is life & business coach, bemiddelaar bij persoonlijke begeleidingstra-jecten en organizing expert-zaakvoerder van Plus Organizing. (www.barkingdogs.be)

- DE BASICS**
- Beschouw het **WEDDOEN VAN SPULLEN** als net zo vanzelfsprekend als het kopen ervan.
 - Voor elk item dat je koopt, **VERWIDDER JEER EEN UIT JE HUIS**. Of twee, of meer.

ZO WORDT HET HAALBAAR

- Bedenk dat spullen niet alleen geld, maar ook **TUJDKOSTEN**. Heb je echt zo veel tijd over dat er nog iets bij kan?
- Ga met **EEN FRIS HOOFD** (bij voorkeur 's och-tends) en zonder tijdsdruk inkopen doen. Je zal een pak minder geld uitgeven.

- Wil je iets aankopen, **STEL JEZELF DAN EERST DEZE VRAGEN**: Heb ik dit echt nodig? Heb ik er (nog) plaats voor? Heb ik al iets gelijkaardigs? Ga ik het echt gebruiken? Hoe vaak?

- Zin om nieuwe kleren te kopen? **SHOP EERST IN JE KLEERKAST**. Kijk naar wat je al lang niet meer hebt aangehad en probeer nieuwe com-binaties uit. Waarschijnlijk zal de inhoud van je kleerkast je verrassen.

- **WEES ALERT VOOR JE 'ZWAKKE PLEKKEN'**. Wellicht heb jij ook van die spullen of winkels waar je steevast voor zwicht: boeken, tijdschrif-ten, verzorgingsproducten, een extra paar schoenen... Ga bij jezelf na wat jouw 'zwakke plek' is. Probeer er minder aan toe te geven of voorzie een maandelijks budget.

- Geef je spullen in huis **EEN VASTE PLATS** zo-dat je ze meteen kunt terugvinden. Zo hoef je spullen niet twee keer aan te schaffen omdat je ze niet meer terug kunt vinden.

- Ga alleen de deur uit met **EEN VASTGESTELD (LIEFST KLEIN) BUDGET** — en overschrijd het niet.

- Maak niet alleen **EEN BOODSCHAPPENLIJSTJE** als je naar de supermarkt gaat, want ook voor inkopen in de stad of de meubelwinkel is het nuttig. Zo vermijd je impuls aankopen.

- **KUK UIT VOOR HET WOORD 'GRATIS'**. Het is de beste verkooptruc die er is. 'Gratis' doet je met-een zwichten voor het product dat — zogezegd — niets kost.

- Shoppen om **JEZELF TETROOSTEN** is geen goed idee. Het kost geld, de kans op miskopen is groot en de kans dat je altijd maar meer gaat willen kopen omdat je verdriet niet verdwijnt, is groot.

- Hou dit voor ogen tijdens de **KOOPJESPERIO-DE**: een echt koopje is iets wat je echt nodig hebt en dat je tijdens de koopjesperiode veel goedkoper kunt aanschaffen.

- Maak gebruik van **UITLEENDIENSTEN**, zoals de bibliotheek of organisaties waar je gereed-schap kunt uitleenen.

- **DEEL OF RUIL KLEREN EN SPULLEN** met vrienden, familie, bureu, in plaats van iets nieuws te kopen. Doe voortaan aan 'swapping' of 'swishing' of leen spullen zoals gereedschap van je bureu.

- Wil niet altijd meer, **WEES TE VREDEN MET WAT JE HEBT**.

Deze tips komen uit het boek 'Rust in je huis en je hoofd'. Lannoo. € 10.

Material World

Fotograaf Peter Menzel bezocht dertig landen en bracht er een week door. Hij oog

