

TEKST CAROLINE BUIJS

HOW TO

Make a

Bucket list

EEN 'BUCKET LIST' IS EEN LIJST MET DINGEN DIE JE GRAAG GEDAAN OF BEREIKT WILT HEBBEN IN JE LEVEN. HET HELPT OM BEWUSTE TE LEVEN: JE KRIJGT OP EEN RIJ WAT JE BELANGRIJK VINDT. EN DE KANS IS GROTER DAT JE HET OOK ECHT GAAT DOEN (IN PLAATS VAN DAT HET VAAG IN JE ACHTERHOOFD SPOOKT). VEEL MENSEN GINGEN EEN BUCKET LIST MAKEN NA HET ZIEN VAN DE FILM *THE BUCKET LIST* (2007) MET JACK NICHOLSON EN MORGAN FREEMAN.

1. KIES EEN MOMENT UIT WAAROP JE NIET GESTOORD KUNT WORDEN EN GA ER EENS GOED VOOR ZITTEN. AL EEN MOOI SCHRIFTJE IN JE BEZIT OM JE LIJST IN OP TE SCHRIJVEN?

3.

MAAK JE LIJST NIET TE LANG EN ZET 'M NIET HELEMAAL VOL MET ONUITVOERBARE DROMEN. PROBEER IN DE KOMENDE MAANDEN IN ELK GEVAL ÉÉN DING VIT TE VOEREN. MAAK EEN PRAKTISCH PLAN: REKEN VIT WAT HET KOST, EN KIJK OF JE ERVOOR KUNT SPAREN OF MET IETS KLEINS KUNT BEGINNEN.

4.

ZET ALLEEN DINGEN OP JE BUCKET LIST WAAR JE ZELF INVLOED OP HEBT. IETS ALS 'SUCCES HEBBEN' IS NAMELIJK OOK AFHANKELIJK VAN EXTERNE FACTOREN.

5. ER MOET OOK ALTIJD WAT TE DROMEN OVERBlijven, DVS NIETS AAN DE HAND ALS JE NIET JE HELE LIJST KUNT AFWERKEN. VAAK GEEFT HET AL INZICHT IN JE EIGEN WAARDEN EN NORMEN EN OF JE LEVEN IN BALANS IS. DAT IS OOK VEEL WAARD.

ILLUSTRATIES RUBY TAYLOR

2. DEZE VRAGEN KUNNEN JE HELPEN:

- * WAT WILDE JE ALS KIND ALTIJD AL GRAAG DOEN? GELDT DAT NOG STEEDS?
- * WAARVAN ZOU JE AAN HET EINDE VAN JE LEVEN HET MEESTE SPIJT HEBBEN ALS JE HET NIET HAD GEDAAN?
- * ALS JE NOG MAAR EEN JAAR TE LEVEN ZOU HEBBEN, WAT ZOU JE DOEN?
- * WAARVAN KRIJG JE STRALENDE OGEN, VERGEET JE DE TIJD?