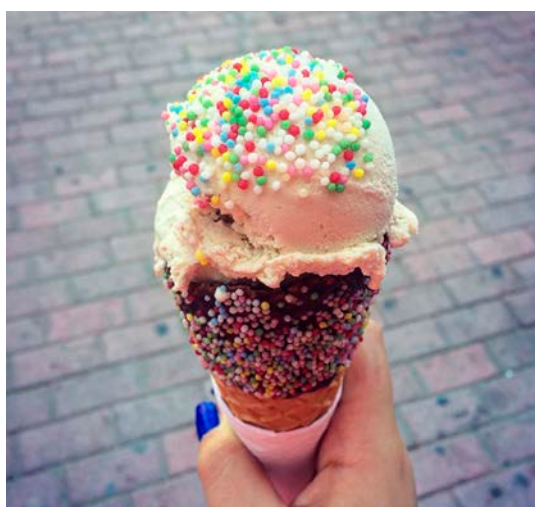


DE VAKANTIE ALS LEVENSLIES

*Een vakantie die niet volgens plan verloopt,
is zo erg nog niet. Journalist Caroline Buijs
ontdekt bijvoorbeeld dat je zo op een andere
manier naar dingen leert kijken, en dat een goede
voorbereiding niet altijd loont.*



WE SLIEPEN IN EEN VERSCHOTEN ORANJE BUNGALOWTENT EN VERWELKOMDEN ALLES WAT DIE ZOMER OP ONS PAD KWAM

Het moet zo rond mijn vijftiengste zijn begonnen: de *guilty pleasure* om in januari stapels reisbrochures te bestellen en weg te dromen bij alle foto's. Foto's van palmstranden en een turkooizen gekleurde zee, rijstvelden in vele tinten groen en een cottage op het Engelse platteland – inclusief bloemetjesbehang.

Maar het zette tegelijk ook iets in gang waar ik minder blij mee was: teleurstelling. Want als ik dan een keer vertrok naar een land uit zo'n reisbrochure, dan rijmde de foto's die ik in mijn hoofd had opgeslagen zelden met de werkelijkheid. Dat palmstrand zat vol hongerige *sand flies* die venijnig beten, de rijstvelden waren helemaal niet groen omdat de rijst net was geoogst en in het Engelse huisje was het bloemetjesbehang kaal gekrabbd door een bordercolleie. Hoe anders was dat toen ik op de middelbare school voor de eerste keer alleen op vakantie ging – zonder ouders, maar met vriendinnen. Van de camping op Terschelling hadden we vooraf niet veel meer gezien dan een onscherpe zwart-wit foto in een gare campinggids en het interesseerde ons geloof ik ook niet zo: we sliepen in een verschoten oranje bungalowtent, verwelkomden alles wat die zomer op ons pad kwam (zon, regen, leuke jongens) en hadden een topvakantie.

Die vakantie was, denk ik, per definitie geslaagd omdat we er vooraf niet zo over nagedacht hadden, laat staan dat we iets hadden voorbereid.

GRIP OP DE TOEKOMST
Mijn guilty pleasure van weleer kent tegenwoordig bijna geen grenzen meer nu ik vrijwel alles van tevoren kan opzoeken op internet. Van hoe laat de metro vertrekt tot het lekkerste bakkertje in de buurt van mijn Airbnb – op vakantie gaan heeft soms wel iets weg van een militaire operatie. Waar komt die behoefte vandaan om ons steeds vooraf ergens een beeld van te willen vormen? Bijvoorbeeld omdat we ons als mens altijd zo prettig mogelijk proberen te voelen, denkt psycholoog Margôt van Stee. Soms richten we ons daarbij te veel op de korte termijn en zoeken we naar directe behoeftebevrediging en soms richten we ons op de wat langere termijn, bijvoorbeeld door regelmatig te bewegen en gezond te eten. Van Stee: "Tot dat langere termijn denken zijn we in staat omdat we ons, in tegenstelling tot veel andere dieren, een voorstelling kunnen maken van de toekomst in zowel woorden als beelden als gevoel. Zo kunnen we onze behoeften – bijvoorbeeld lekker luieren aan een strand – projecteren op de toekomst en kunnen we het opbrengen om nu nog even hard

door te werken in de wetenschap dat we daar straks voor worden beloond." Daarnaast zijn we ook in staat om terug te denken aan het verleden, en hoewel we dat verleden in onze herinnering danig kunnen vervormen, is dat verleden geweest en daarmee een feit. Dat geldt niet voor de toekomst – die is ongewis en biedt naast veel mogelijkheden en uitdagingen natuurlijk ook evenzoveel onzekerheden en potentiële gevaren. Van Stee: "Om die reden spenderen we veel tijd aan het herkauwen van gebeurtenissen in de hoop daarvan te kunnen leren en maken we ons voorstellingen van de toekomst. Zo bereiden we ons voor op eventuele gebeurtenissen en proberen we de toekomst, die per saldo grotendeels buiten onze invloedssfeer ligt, toch mede vorm te geven."

VERZAMELING PLAATJES
Filosoof Alain de Botton schrijft in zijn boek *De kunst van het reizen* dat we op vakantie ook het een en ander >

ALLEMAAL IJSJES
.....
De zomerse foto's bij dit verhaal vonden we op Instagram. Van links naar rechts en van boven naar beneden:
* @vie_kielen * @tricasilo * @themisterwayne *
* @dailydoseofdang * @thefitvanillabean * @sugardreamer_ *
* @littlethingsusa * @bellastyle58 * @floralstud1216 *
* @probablypatricia * @talithaborg * @leapfor_joy

**NIETS MIS MET VERWACHTINGEN;
DE PROBLEMEN ONTSTAAN PAS
ALS ZE NIET OVEREENSTEMMEN
MET DE WERKELIJKHEID**

wéglaten bij die verzameling plaatjes in ons hoofd. Op een vakantie naar Barbados was niets zoals hij het zich had voorgesteld: ‘en dat was geen wonder, als je nagaat wat ik me had voorgesteld. In de voorafgaande weken had het hele eiland voor mij bestaan uit slechts drie stilstaande beelden, die ik me had gevormd bij het lezen van een brochure en het vluchtschema van een vliegtuig-maatschappij.’ Bij aankomst blijkt dat er zich naast die beelden (blauwe lucht, palmen, idyllisch vakantiehuis) allerlei zaken opdringen die óók aanspraak maken op een plek binnen het begrip Barbados (een ongezellige benzineopslagplaats, een rij voor de douane, een ordeloze menigte taxi-chauffeurs) en die het voor De Botton moeilijker maken het Barbados te zien waarvoor hij was gekomen. En dat is herkenbaar: bij de beelden die ik me ooit vooraf van een vakantie in Spanje had voorgesteld (tapas, rioja, zon en mooie steden) had ik de (te) kleine campingplaatsen en de gewoonte van kleine, schattige Spaanse dorpjes om in de zomer muziekfestivals te organiseren die doorgaan tot zonsópgang, over het hoofd gezien.

LEVEN VAN ALLEDAG

Ook vóór Google koesterden mensen trouwens al verwachtingen over hun reisbestemming. In het boek *Tegen*

de keer van J.-K. Huysmans uit 1884 reist de hoofdpersoon Des Esseintes vanuit Frankrijk naar Nederland. Des Esseintes had zich vooraf via de schilderijen van onder meer Jan Steen, Rembrandt en Van Ostade een beeld van Nederland gevormd. Daarop zag hij, schrijft Alain de Botton, losbandige vrolijkheid, rustige stenen hofjes en bleke meiden die melk inschonken. Maar in werkelijkheid werd-ie zwaar teleurgesteld. De schilderijen hadden niet gelogen, hij trof wel een paar rustieke hofjes, maar die hoogtepunten waren opgegaan in een brij van alledaagse beelden (restaurants, kantoorgebouwen, eentonige huizen en saaie weilanden) die deze Nederlandse kunstenaars nooit hadden geschilderd. Deze beelden maakten van het reizen door ons land een waterige ervaring vergeleken bij een middag op de Nederlandse afdeling van het Louvre, waar de essentie van Nederlandse schoonheid in slechts een paar zalen was samengebald.

MINI-LEVENSSLESSEN

Des Esseintes kiest ervoor om nooit meer op reis te gaan, wat mij dan weer zonde lijkt. Want: de grap van een vakantie die wat anders uitpakt, is dat je er misschien een paar levenslessen in mini-formaat uit kunt trekken. Bijvoorbeeld dat ik – ondanks die bijtgrage zandvlooien, waterige rijst-

velden en dat kale behang – ontdek- te dat mijn vakantie er niet beter op werd wanneer ik verviel in gezeur. Door er op een andere manier naar te kijken, ontdekte ik onverwacht mooie dingen. Want nu ik door de zandvlooien niet op het strand kon liggen, kon ik er wel urenlang over lopen en dat wakkerde – lui als ik ten diepste ben – een liefde aan voor wandelen. De dierbaarste foto’s maakte ik van de rijstvelden die niet groen waren, maar onder water stonden waardoor het licht er zo mooi in weerspiegelde. Die bordercollie, die het bloemetjesbehang had kaal gekrabd, bleek de liefste hond te zijn die ik ooit had ontmoet en hielp me zo van mijn diepgewortelde angst (als kind in mijn bil gebeten) voor honden af. En de slapeloze nachten op een Spaanse camping wegens dorpsfeestgedruis, zijn voor mijn kinderen een grappige herinnering geworden omdat ze midden in de nacht in hun tent stonden te dansen en ze de volgende ochtend niet mee hoefden te wandelen. De fameuze reisverhalenschrijver Martha Gellhorn (de ex-vrouw van Ernest Hemingway, die ze standaard ‘Onwillige Reisgenoot’ noemt) schrijft het niet voor niets in de inleiding van haar mooie boek *Reizen met mijzelf en anderen*: ‘Het enige van onze reizen dat gegarandeerd de aandacht

van een gehoor gevangen weet te houden, is rampspoed. (...) ‘Dus je zat opgesloten in een sauna in Viipuri en niemand wist dat je daar zat?’ ‘Dus je hebt voedselvergiftiging opgelopen toen je schapenogen at op een Druzenfeest?’ Daar houden ze van. Ze laten ons nauwelijks uitspreken en staan al klaar met verhalen over wat ze zelf in vreemde landen moesten doorstaan. Het is namelijk zo dat we onze rampen koesteren.’

OVERLEGGEN HELPT

Naast die paar plaatjes van hoe het er op vakantie uit zou moeten zien, heb ik trouwens ook lange tijd een complete diaserie in mijn hoofd gehad van hoe mijn reisgenoten en ik ons op vakantie zouden moeten voelen. Kort samengevat: mijn beide kinderen waren op die gefantaseerde zonnige dia’s altijd blij en gelukkig en vonden musea bezoeken en wandelen net zo leuk als ik, en ook mijn man voelde altijd perfect aan – zonder overleg – hoe een vakantiedag eruit moest zien. Op die dia’s waren we elke dag een happy family, wat natuurlijk niet lukte. En zo leerde ik dat het weinig zin heeft om met onrealistische verwachtingen op vakantie te gaan. Volgens de Amerikaanse psychotherapeut Atalanta Beaumont hebben we allemaal verwachtingen – daar is ook niets mis mee – maar beginnen de problemen >



De Amerikaanse psycholoog Colin Ellard geeft op het blog Psychology Today suggesties om met een frisse blik naar je vakantiebestemming te kijken.

VERTREK ONVOORBEREID

Bescherm jezelf tegen te veel voorkennis en bekijk vooraf geen reisgidsen en websites. Zo laat je de eerste indruk van een bestemming onbevooroordeeld toe en dat kan nieuwe inzichten opleveren.

KIJK OM JE HEEN

We blijken vaak naar vaste dingen te kijken: de voeten van tegemoetkomende voetgangers, de overkant van de straat tot een hoek van zo'n 30 graden. Wijk er eens vanaf en kijk direct links en rechts van je of omhoog.

DE AUTOMATISCHE PILOOT

Wist je dat je al na een paar dagen vakantie vaste routes neemt naar je tent, het strand, je ontbijtcafeetje? Vergeet niet af en toe weer af te wijken van die routes.

LAAT JE KAART THUIS

Laat eens een dag plattegronden en navigatieapparatuur thuis. Zonder concreet doel geniet je meer van het moment en kun je overal dralen. Het maakt immers niet uit waar je uitkomt. Terug spring je in een taxi of metro.

STEL VRAGEN

Door vragen te stellen aan lokale bewoners – Weet u een lekker restaurantje in de buurt? Wat doen mensen hier op zondag? Kunt u me zeggen waar deze bus heen gaat? – leer je nieuwe dingen en voel je je meer met je omgeving verbonden. Laat je niet ontmoedigen door een nors antwoord, de meeste mensen vertellen graag iets over hun buurt.

DE LOL VAN VAKANTIE
IS JUIST DAT HET ALLEMAAL
WAT ANDERS LOOPT
DAN VERWACHT

pas wanneer ze niet overeenstemmen met de werkelijkheid: dan raak je teleurgesteld. En de werkelijkheid is dat mijn kinderen pubers zijn geworden en ook op vakantie meer tijd voor zichzelf nodig hebben. Volgens Beaumont is dé truc, die simpel klinkt, maar dat voor mij niet altijd was: goed communiceren. Overleg vooraf wat ieders verwachtingen zijn en stem ze op elkaar af. Dus tegenwoordig probeer ik op vakantie te begrijpen dat mijn kinderen dagelijks willen rondhangen bij de receptie van camping, hotel of Airbnb omdat dáár de wifi het goed doet en ze zo contact kunnen houden met hun vrienden – ik schreef op die leeftijd vanaf mijn vakantiebestemming immers ook elke dag een brief naar mijn beste vriendin. In plaats van mijn mening door te drukken over het programma, probeer ik te onderhandelen. Wifi-momenten zijn prima, maar niet de he-le dag. Eigenlijk net zoals mijn broer, zussen en ik vroeger met mijn ouders onderhandelden

NOG MEER IJSJES

Rechterpagina, van links naar rechts en van boven naar beneden: * @emkcaquino * @bitsandcrumbs * @sarahndipity_95 * @rozzad * @little_princess_polly * @nemo_o90 * @isabellesplate * @nicoleplng * @astridvanderhulst * @jonasapproved

wanneer we op wandelvakantie naar Oostenrijk gingen: de ene dag wandelen, de andere dag naar het zwembad.

NEEM JEZELF MEE

Mensen die alleen met jubelverhalen over hun vakantie terugkomen, wantrouw ik inmiddels een beetje, net zo goed als het aandikken van dingen die mis zijn gegaan. Margôt van Stee legt uit dat het vertellen van vakantiesuccesverhalen (of aangedikte rampvakanties) te maken heeft met het psychologische mechanisme: waar zit ik op de apenrots? “Verklaard vanuit de evolutionaire psychologie is het heel belangrijk voor je overleving dat je niet te laag op die apenrots zit en daar zijn we, meestal onbewust, veel mee bezig. Dus als mensen een (jubel)verslag uitbrengen over hun vakantie, dan is dat mede ingegeven door het – menselijke – mechanisme: doe ik niet voor de ander onder?” Vroeger liet ik me nogal eens van mijn stuk brengen: wat doe ik dan verkeerd waardoor mijn vakantie geen aaneenschakeling van hoogtepunten is? Nu denk ik: helemaal niets. Behalve dat ik tegenwoordig mijn verwachtingen wat temper en besef dat niet alleen het gewone leven ups en downs kent, maar een vakantie ook, heb ik nóg een inzicht van Alain de Botton

opgedaan: je neemt jezelf mee op vakantie.

‘Jezelf’, dat is dus de persoon die je thuis ook bent. Goed, op vakantie ben ik soms een leukere versie omdat ik uitgerust ben en minder stress ervaar, maar ondertussen heb ik ook op vakantie nog steeds mijn onzekerheden die mijn stemming kunnen beïnvloeden. Zo reageer ik net als thuis niet altijd even handig (lees: weinig assertief) op ouders van vriendjes van mijn kinderen. Gelukkig ben ik niet de enige, mijn man heeft er ook last van, maar zo zitten we voor we het weten weer ergens aan vast waar we eigenlijk niet zo’n zin in hebben – bijvoorbeeld die keer dat we op een tropisch eiland vier avonden lang tegen onze zin de maaltijd hebben gedeeld met twee andere gezinnen. Het grappige is dan wel weer dat die eigenschappen waar je niet altijd blij mee bent, op vakantie meer opvallen, waardoor je kunt besluiten er thuis iets aan te doen.

HOBBELIG

Ten slotte zijn er nog de beelden die ik in mijn hoofd heb over hoe de vakantie van dag tot dag zou moeten verlopen. Ik heb ontdekt dat ik die het makkelijkste kan laten schieten, omdat ik inmiddels weet dat de lol van vakantie is dat het allemaal wat anders loopt dan verwacht. Net zoals

>



WE HEBBEN STERREN GEZIEN
EN GOLVEN; EN VLAKTEN VOL ZAND EN VOL GRUIS;
EN ONDANKS MALHEURS EN RAMSPOED BOVENDIEN
HEBBEN WE ONS DIKWILS VERVEELD, NET ALS THUIS.

Charles Baudelaire (1821-1867),
Franse dichter



de Spaanse schrijver en Nobelprijswinnaar Camilo José Cela zijn hoofdpersoon – ‘de zwerver’ – in mijn lievelingsreisverhalenboek *Joden, moren en christenen* laat zeggen: ‘Niemand dwingt me. Niemand zegt: ga hierheen, klim eens daarheen, loop over die heuvel, deze glooiing, deze zachte, makkelijke dalweg. (...) Niet te

korte en niet te lange etappes, dat is het geheim. Een mijl lopen, een uur rusten, weer een mijl en weer een uur, en zo tot het einde. Twintig of vijftwintig kilometer op een dag is al een flinke wandeling; dan ben je de hele ochtend onderweg. Als ik eenmaal daar ben, zijn alle plannen toch waardeeloos en lopen de dingen volkomen

anders, dat zul je zien.’ Op reis gaan met wat minder voorbereiding, plannes en plannen is – net als bij mijn eerste vakantie naar Terschelling – misschien nog niet zo verkeerd. Want me goed voorbereiden, dat doe ik al in het gewone leven. Het zorgt ervoor dat ik op tijd mijn deadlines haal en thuis alles op rolletjes loopt. Volgens Margôt van Stee kan het dan ook helpen om je te realiseren dat je het meeste van wat er in je leven gebeurt niet in de hand hebt. Hoeveel van alle belangrijke dingen die zijn gebeurd in je leven heb je zelf georganiseerd en hoeveel is je overkomen? Juist aan die wat hobbelig verlopen vakanties met spontane en onverwachte wendingen blijkt je achteraf vaak de leukste herinneringen te hebben. ●

VAKANTIESHAMPOO

Geuren kunnen je helpen bepaalde momenten of situaties te herinneren. Op die manier kun je ook je vakantiegevoel terughalen. Gebruik bijvoorbeeld op vakantie een andere shampoo dan thuis. Eenmaal thuis neem je weer je gewone shampoo. Verlang je weer naar die leuke vakantie? Was je haar dan eens met je 'vakantieshampoo'.

SAMEN EEN IJSJE ETEN

Samen een ijsje eten is een vakantieactiviteit die het vaakst wordt genoemd als leukste activiteit. Het geeft een gevoel van verbondenheid en prikkelt meerdere zintuigen.

LAATSTE DAG

Wat mensen zich vooral herinneren, is de meest positieve, de meest negatieve en de laatste episodes van een gebeurtenis. De eerste twee zijn lastig te beïnvloeden, maar je kunt wel aandacht besteden aan je laatste vakantiedag: die bepaalt mede hoe positief je terugdenkt aan je vakantie.

Uit: 'De kunst van het vakantievieren' - Jessica de Bloom

MEER LEZEN

- * 'De kunst van het vakantievieren' - Jessica de Bloom (Boom uitgeverij)
- * 'De kunst van het reizen' - Alain de Botton (Atlas Contact)
- * 'Joden, moren en christenen' - Camilo José Cela (alleen tweedehands)
- * 'Reizen met mijzelf en anderen' - Martha Gellhorn (alleen tweedehands)