

HET NU-MOMENT

Soms vraag ik me af wat de aard van de tijd is. Is het niet zuiver een constructie van onze geest? Wat voorbij is bestaat alleen in onze herinnering. De toekomst is een onbekend gegeven waar we enkel kunnen over fantaseren.

Dat neemt niet weg dat tijd een dwingeland is die het leven te veel en te vaak beheerst. Meer dan ons lief is wordt ons doen en laten gedictéerd door de klok of door opgelegde deadlines.

In ons verre verleden als kind stond de tijd bijna stil, zo leek het althans. Eindeloze zomervakanties met zon en spelen, 's ochtends vlug vlug ontbijt, verzamelen met de kinderen uit de buurt, samen rondhangen en ravotten totdat onze moeders hun kroost verzamelden voor het avondeten. Toch keken we verlangend uit naar het magische moment waarop we groot zouden zijn. Dat was een onbereikbaar ideaal, verscholen in een hoekje van de onmetelijk verre toekomst.

Met het stijgen van de levensjaren kregen we van langsom minder het gevoel dat we alle tijd van de wereld hadden. Na de schooltijd kwam het studentenleven, het gezin, de kindjes die al snel pubers werden en nu reeds lang volwassen zijn. Voor we het goed en wel beseften waren we veertig, vijftig, zestig en ouder.

Hoe is het toch zover kunnen komen? Waar zijn al die jaren naartoe? We hebben toch maar gewoon ons leven geleefd, we hebben vreugdes en verdriet gekend, we hebben gewonnen en verloren, maar we sloegen weinig acht op vadertje tijd die meewarig glimlachte om al onze drukdoenerij terwijl hij steeds een versnelling hoger schakelde.

Hier zijn we dan aanbeland, met pensioen, kinderen uit huis, kleinkinderen en een karrenvracht herinneringen. We zijn oud geworden. De veronderstelde eeuwigheid ligt achter ons, is voorbij gevlogen, ons toekomstperspectief wordt met de dag korter. Jammer toch dat de pijl van de tijd maar in één richting wijst. Niks aan te doen.

Waarom gaan de jaren sneller voorbij met het stijgen van de leeftijd?

In de psychologie stelt men dat bezig zijn met leuke nieuwe dingen onze perceptie van de tijd vertraagt waardoor die ogenschijnlijk minder snel gaat. Oudere personen zouden minder geneigd zijn om het onbekende te omarmen; ze hebben in hun lange leven immers al veel gezien en geleerd.

Een goede reden dus om onze interesse in de onbetreden paadjes wakker te houden. Bovendien, wanneer we ons in een toestand bevinden waarin we helemaal opgaan in dat waarmee we bezig zijn, de zogenaamde 'flow', zijn we in feite los van de tijd, los van ons gedachtenspel en zitten we helemaal in het nu-moment waarin we simpelweg gelukkig zijn.

Mieke