

— Jeroen Geleyn: “Een kleine tien jaar geleden ben ik met vijf vrienden een clubje gestart. We waren allemaal druk bezig, met onze jobs, met ons gezin. Sociale contacten vond ik belangrijk, maar ik vroeg me af of ik daar niet wat meer uit kon halen. Aan vijf vrienden, die elkaar niet kenden, maar van wie ik dacht dat ze elkaar wel interessant zouden vinden, stelde ik voor om 24 uur samen te spenderen in de Ardennen. Om wat meer richting te geven aan onze gesprekken, lazen we elk de eerste vier hoofdstukken van de pauselijke encycliek *Laudato si*. Die gaat over de zorg voor de aarde en het milieu, en benadrukt dat milieubescherming, armoedebestrijding en sociale rechtvaardigheid hand in hand gaan. Het waren thema’s waarvan ik vermoedde dat ze ons alle zes zouden interesseren. En dat bleek te kloppen. Zo gingen de gesprekken direct wat dieper dan het typische

‘Hoe is het nog op je werk?’” “We zijn teruggekomen van dat weekend en hadden alle zes echt het gevoel: ‘Hoe fijn was dat!’ Ik kende sommige van die gasten al jaren, maar zulke serieuze gesprekken hadden we nog nooit gevoerd. We hebben meteen besloten om dat twee keer per jaar te blijven doen. Een paar keer hebben we een boek als vertrekpunt genomen, maar heel snel hebben we een methodologie ontwikkeld. Er zitten nu eenmaal een paar consultants in ons groepje. (*lacht*) Die is gebaseerd op het model van de vier lagen van geluk. We willen namelijk allemaal gelukkig zijn. Rond die vier lagen, die te maken hebben met onze lichamelijke, mentale, relationele en spirituele vermogens, hebben we een set met vragen opgesteld. Van hoe goed we in ons vel zitten, tot hoe we bijdragen aan de maatschappij. Om beurten blikken we tijdens het weekend terug op de voorbije zes maanden. De

anderen luisteren en mogen vragen stellen.”

“Dat klinkt nu heel formeel, maar we doen die updates terwijl we in de natuur zijn. We wandelen een uurtje, zitten een half uurtje stil voor een update, en we gaan weer verder. ’s Avonds koken en eten we gezellig samen. Op zondagochtend is er nog een feedbackronde. De eerste jaren hadden we de neiging om de anderen te zeggen hoe ze een situatie moesten aanpakken. Maar zo’n advies valt vaak op een koude steen. Nu zeggen we dingen als: ‘Het is me opgevallen dat je gisteren veel hebt gepraat over de relatie met je moeder. Dat deed je de afgelopen jaren nooit.’”

“Wat er tussen ons is, voelt als een diepe vriendschap. Als we de eerste weekends nog veel over het werk spraken, gaat het nu veel vaker over ons persoonlijke leven. Tussendoor houden we contact via Whatsapp. Als ik in de groep zeg dat ik een rottag heb gehad, dan weet

ik dat ze aan twee woorden genoeg hebben. Ze kennen mijn verhaal.”

“Omdat wij er zo enthousiast over zijn, kregen we geregeld de reactie: dat wil ik ook. Sinds twee jaar hebben we een vzw opgericht, Accende, en helpen we onder meer andere groepjes vormen en lanceren. Een groepje vrouwen van 60-plus zijn nu onze grootste ambassadeurs, maar we hebben ondertussen acht groepjes verspreid over alle leeftijdsgroepen. Mij leert het dat vriendschap niet altijd op een romantische, toevallige manier moet ontstaan. Je kunt het ook een stukje doen gebeuren.”

Zelf op zoek naar

zo’n groepje?

Raadpleeg de website accende.be.

TIP

LAAT GENOEG VERSCHILLEN TOE

“Je moet dingen gemeen hebben, maar ook genoeg verschillen. Toen ik het groepje samenstelde, ben ik begonnen vanuit de vraag: wie zou hier voor openstaan? Wie ziet het zitten om zich kwetsbaar op te stellen én met een open houding te luisteren naar de anderen? Zo heb ik de selectie gemaakt. En die heeft gepakt. Het helpt ook dat we allemaal in dezelfde levensfase zitten: veertigers met een gezin. Op andere vlakken verschillen we, in onze politieke voorkeur bijvoorbeeld. En ook qua religieuze overtuiging: er zit een boeddhist bij, maar er zijn evengoed een paar christenen en een agnost. Het is geen echokamer. Dat is sowieso te vermijden. Je hebt er niets aan als alles wat je zegt, wordt bevestigd.”