

## Focus

We gaan ze inmaken. Met de grond gelijk maken. Ik hoor het mezelf nog zeggen. Mijn partner en ik stonden aan de vooravond van een belangrijke dag. We hadden zojuist de finale bereikt van een groot tennistoernooi! Een enorme prestatie, aangezien ik een jaar eerder nog menig bal ver achter de achterlijn sloeg. Maar dit viel nog alles mee met de meiden uit mijn lesgroepje. Waar ik nog mijn best deed om de bal zo vlak mogelijk over het net te slaan, kwamen ze bij hen zo uit de hemel vallen. Ik wilde en kon beter, en dus nam ik een besluit. Ik wilde goed leren tennissen.

Even daarvoor had ik een artikel gelezen over de kracht van focus. De focus op je sterke kanten, wat je van nature goed af gaat. Door je hierop te concentreren, kun je veel bereiken. Zelfs als je iets nieuws leert, is het in feite slechts een nieuwe toepassing van wat je van nature ligt. Je ziet het vaak bij sporters. Als ze goed zijn in één balsport, zijn ze vaak goed in alle balsporten. Creatieve mensen die kunnen schilderen, maar ook prachtig beeldhouwen. Of topmanagers, die moeiteloos overstappen naar een ander bedrijf om deze van de afgrond te redden.

In het artikel stond ook dat de meeste mensen door het leven kabbelen zonder te beslissen waar ze goed in willen zijn. Omdat ze daarom niet bewust hun kracht concentreren, bereiken ze nooit wat ze diep in hun hart zouden willen bereiken. En als je erover nadent is dat ook zo. In je werk, in je hobby's. Je doet eens dit, dan weer dat. Maar als je nooit bewust de keuze maakt om ergens helemaal voor te gaan, bereik je niet waar je zou willen zijn of wat je zou willen kunnen. Om dan maar weer over te stappen op iets anders. En vervolgens dezelfde fout te maken.

Dat nooit! Ik had mijn besluit genomen. Stapte over naar een betere groep, ging vaker oefenen, wekelijks fitnesssen om mijn spieren sterker te maken en regelmatig hardlopen om het nieuwe doel dat ik zo duidelijk voor ogen had te bereiken.

Het wedstrijdseizoen kwam eraan. Mijn partner haalde mij over om mee te doen aan het grote tennistoernooi. De ene na de andere wedstrijd wonnen we, steeds een ronde verder. Daar stond ik dan. De finale in zicht. Weten wat je wilt, keuzes maken, ergens voor gaan, mijn kracht concentreren, ik had het allemaal ontdekt en nu werden alle inspanningen eindelijk beloond. Ik was in extase, steeg tot ongekende hoogte. Mijn beide benen waren niet meer op de grond te krijgen. Ik was zo hyper dat ik die avond spontaan het huis begon schoon te maken. In mijn enthousiasme dacht ik wel even een doos plat te kunnen stampen om in de vuilnisbak te doen. In opperste concentratie nam ik een aanloop en sprong op de doos, om met al mijn kracht de zijkant naar binnen te stampen. Maar in plaats van ineens te duiken, gleed de doos weg en smakte ik in noodvaart met mijn rug op de grond. Daar ging een jaar lang inspanning. In de doos. Ik was gevloerd. Met de grond gelijk gemaakt.