

Nog een brief aan jezelf

Deze tool helpt je om nader contact te leggen met je toekomstige zelf.

Je hebt een tijdje terug een brief aan jezelf geschreven. Toen ging het om jezelf 'in de komende tijd'. Nu ga je een brief aan jezelf schrijven voor over 10 jaar. Wat wens je jezelf toe over 10 jaar?



Opdracht voor nu

Begin met de plaats en datum en schrijf dan:

"Lieve of beste ... (vul je eigen naam in), Ik wens jou dat je over tien jaar ..."

Schrijf dan welke dingen je graag zou willen zien gebeuren. Iemand kan bijvoorbeeld schrijven:

"... dat het beter gaat met de walvissen ..."

"... dat je gelukkig getrouwd bent en twee kinderen hebt ..."

"... dat je een gitarist bent en regelmatig optreedt..."

"... dat je afgestudeerd bent aan de universiteit en interessant werk hebt gevonden..."

"... dat je in een elektrische auto rijdt..."

"... dat je een robot hebt..."

... et cetera

Nu gaat het erom dat je opschrijft wat **JK** wilt voor over 10 jaar. Ga je gang!

Als je daarmee klaar bent, doe je de brief in een enveloppe. Plak deze nog niet dicht en bewaar hem goed. Schrijf in je agenda over drie maanden een afspraak met jezelf dat je dan de brief nog eens gaat lezen.

Opdracht voor over drie maanden

Open de enveloppe, lees de brief en kijk dan wat je zou willen veranderen of aanvullen. Breng je wijzigingen aan in de brief. Als het er veel zijn, schrijf dan een nieuwe brief.

Beantwoord ook de volgende vragen:

Zijn er wensen veranderd? Zijn er dingen die je nu helemaal niet meer belangrijk vindt? Of zijn er dingen die je drie maanden geleden niet belangrijk vond, maar nu juist wel? Hoe voelde het om aan je toekomstige zelf te schrijven? Had je het gevoel dat je eigenlijk aan iemand anders schreef? Of had je het gevoel dat je een en dezelfde persoon bent?

Wat vind je van deze oefening? Wat steek je ervan op? Heeft dit consequenties voor je studie – /beroepskeuze? Zo ja, welke?

Verzin een manier dat je er over 10 jaar aan denkt om de brief terug te lezen. En dat je deze dan ook nog kunt terugvinden! Je zult het dan vast interessant vinden om te zien wat je nu hebt opgeschreven. Wat er is uitgekomen van je wensen. En wat er veranderd is.

Misschien wel het belangrijkste van deze oefening is dat je beseft dat jij over 10 jaar echt dezelfde persoon bent als nu. Je zult wel veranderd zijn, maar je bent wel dezelfde. Het hangt voor een groot deel van jou af, hoe het dan met je zal gaan!