

LACHEN DE BESTE MEDICIJN IN 2010

Goed voornemen in 2010? Stop met roken en drink met mate!

Stoppen met roken is het beste voornemen in 2010 want ik heb vele familie vrienden verloren door die vuiligheid en tevens er een echtscheiding aan overgehouden en een zware astma. Maar vooral blijven lachen in 2010 en niet bij de pakken gaan neerzitten als het even wat moeilijker gaat, want na regen komt zonneschijn.

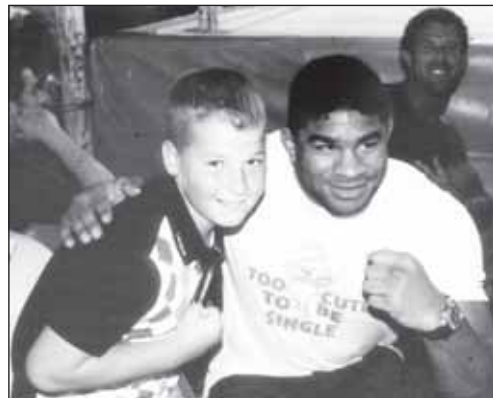
Om een voorbeeld te noemen, een goede vriend van mij lacht om de haverklap en is een zieltje zonder zorgen. Ondanks dat zijn volledige AOW is ingetrokken ivm een oude schuld van 19 jaar geleden blijft hij lachen, op zijn 72^{ste}. Hij is nooit ziek of chagrijnig en zijn huisarts kent hem niet eens. Ik moet zeggen de goede man is zelden serieus en zit nergens mee. Hij heeft geen last van stress en is de meest gezellige man als hij in je omgeving is. Als hij op stap is denkt iedereen dat hij multimiljonair is want het kan niet op en als het geld op is komt hij weer even lenen. Als ik hem erover aanval komt hij altijd met hetzelfde verhaal; "Ach wat maakt het uit man, je bent veel te serieus, een slechte dag is nog geen slecht jaar" en zo gaat dit al jaren. Hij is een

ware levenskunstenaar en had zeker een gouden medaille gewonnen als dit een Olympische sport zou zijn.

Zelf heb ik best de nodige humor en wil ook wel graag mensen aan het lachen maken, maar dan moet ik wel lekker in mijn vel zitten. Cynische of kwetsende grappen zijn niet zo aan mij besteed want vindt het nergens voor nodig om mensen te kwetsen. Uit humoristische overwegingen probeer ik vaak een leuk sfeertje te creëren als ik een gezellige slok op heb. Als dit niet lukt probeer ik wel eens om mezelf belachelijk te maken want ik zie graag mensen lachen. Laatst vroeg iemand waarom ik een vreemde opmerking over mijzelf maakte in het openbaar. Mijn antwoord was; als je jezelf belachelijk maakt, ben je een ander voor. Zo omschrijf ik het mechanisme van de humor om jezelf te versterken. Ze blijven toch over je lullen als je je rug omdraait en ik hoop dat dit nog heel lang gebeurt want dan ben ik er nog. Bovendien haat ik een saai leven want ik zie dagelijks veel treurwilligen om mij heen. Als ik zie hoe bekrompen vele vrienden en familie leven, dan krijg ik vaak vluchtplannen, want ze maken mij ook vaak onnodig depressief.

Nagenoeg de gehele

wereld heb ik gezien en in vele landen gewoon en eindelijk mijn rust gevonden in dit geweldige land waar het aan niets ontbreekt. Ik kan ieder dag leuke dingen doen die ik nergens anders kan doen. Irritatie blijft er ook vooral door het



taalprobleem en de veranderde mentaliteit maar het gaat tenslotte om de meeste plussen en die vind ik hier in Thailand. Ik ben hier gelukkig; het buitenbeentje van de familie maar een geboren avonturier en ik hou van vreemde en onverwachte dingen om mijn humor, een hele belangrijke levensfactor nog een beetje op peil te houden.

Als je om leuke situaties niet spontaan kunt lachen dan ben je toch diep ongelukkig. Lachen kun je op verschillende manieren. De Thais lachen overal om en erger

me vaak als ik die Thaise tv programma's zie. Laatst zong ik op een Thais feestje en ik had net een bord erwtensoep gegeten en knalde er flink op los want mijn remblokjes werken niet meer zo goed. De hilariteit kende geen grenzen. Wat een

onderbroken kl maar beter dat dan dat je dit kunstje in je eigen land flikt. Ik zie het al voor me dat ik zo iets flik bij mijn familie want die trekken een kop als e e n oorwurm of ik krijg de rode kaart. Ik zie het al voor me alle spuitbussen uit de kast en alle ramen open. Ja die rottigheid vind ik nu wel leuk en krijg gegarandeerd de slappe lach als ik die serieuze koppies zou zien.

In mijn jeugd heb ik het niet gemakkelijk gehad, mijn vader wist alles beter en dat botste altijd want hij wist nagenoeg niets. Wist niets van het leven, en hij luisterde alleen naar de pastoor of de kapelaan... of hoe die vogelverschrikkers ook moge heten. Maar ik heb altijd problemen gehad met

mensen die denken dat ze de waarheid kennen en deze dan willen opdringen. Zelf heb ik niets met pastoors, dominees of politici. De ene kant van de familie vertelde het geloofsverhaaltje totaal anders dan de andere maar ze hadden wel dezelfde God, zodoende heb ik heel wat onzin horen uitkramen. Die geloofsidioten hebben al genoeg ellende en oorlogen veroorzaakt.

Zolang mogelijk wil ik in een goed humeur vertoeven, en doe daar niemand kwaad mee.

De afgelopen jaren heb ik zelf nogal wat gezondheidsproblemen gehad en als ik in het ziekenhuis lag haalde ik weer het boekje "moppen tappers" te voorschijn en zat dan weer lekker in mijn vel.

Onlangs kreeg ik een email van een oude bekende die zich afvroeg hoe ik het voor elkaar had gekregen nog een kindje maken, hij vroeg zich af of die oude poederblusser nog werkte. Lang heb ik een deuk gelegen om die opmerking want geloof het of niet, ik spreek uit ervaring...

LACHEN IS DE BESTE MEDICIJN !!! KEEP ON SMILING !!!

Boksen

Afgelopen zondag

was ik op het boksgala van Frank Sipholek en zag een paar leuke partijen en kijk alweer uit naar zat. 2 jan. waar er een WBC titelgevecht plaatsvindt in de Mike shoppingmal tussen mijn oude plaatsgenoot Ricardo van den Bos en het beest uit Soedan Faisal Zakaria. Ook was de halve finalist in het laatste K-1 gevecht Alister Overeem een van de toeschouwers en werd al snel ontdekt door vele fans w.o. Ricardo (zie foto) Alister traint samen met Albert Kraus in de ned. Gym Scorpio van Rosalie in soi Norway.

Nog meer tips met goede voornemens? Laat het me weten. Samen weten we het beter want arrogantie is een hele slechte eigenschap, en maak het leven vooral niet moeilijker dan het is.

Blijf lekker jezelf want je hoeft geen eikel te zijn om in de boom te hangen.

Wil alle lezers nogmaals bedanken voor de vele leuke en spontane emails in 2009 die ik helaas niet allemaal heb kunnen beantwoorden.

Laat iedereen in zijn waarde en doe niet zo kleinzielig en maak er iets moois van in 2010! "Pluk de dag en Pluk het leven !!!"

Colin de Jong
elvisbarpattaya@hotmail.com
www.pattayapeople.com

DON'T WASTE YOUR TIME AND MONEY - GO TO THE EXPERT



Office Central Pattaya
 33/11 Soi L.K.Metro, Central Pattaya,
 Chonburi 20260
Tel: (0066)-3842-2131
Fax: 0-3841-2277
 E-mail: keyvisa2@gmail.com



IMMIGRATION CONSULTANTS
 Visa's to UK and Europe retirement visa's fiancée & marriage
 Visa's non immigrant O&B visa's visa extension overstay problems
WE UNLOCK YOUR VISA PROBLEMS



Office Jomtien
 481/12, Moo 12 Hanuman Corner,
 Nongprue, Chonburi 20260
Tel: (0066)-3830-3735
Fax: 0-3830-3736
 E-mail: keyvisa1@gmail.com