

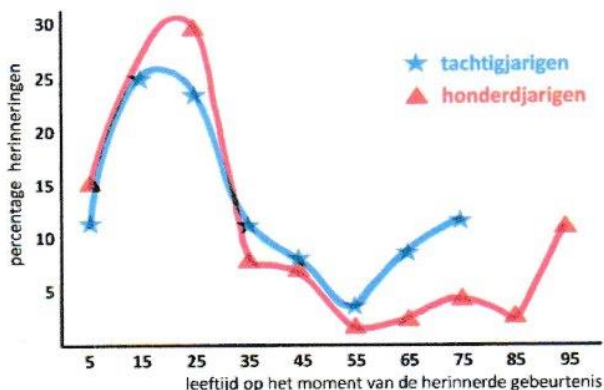
In beweging...



Die eerste keer

Zullen die vijf, zes Oostduitse jongeren vandaag ook terugdenken aan juist *déze* datum, maar dan 50 jaar geleden? Die vraag wil maar niet weggaan, al weet ik dat het antwoord voorlopig uitblijft.

Deze foto en één regel in een ordner zetten de geheugentrein bij mij in werking. Of die anderen – ex-jongeren had ik moeten schrijven, een halve eeuw na dato zijn ze natuurlijk zeventigplussers – er ook een speciaal geheugensteuntje voor nodig hebben, dat zou aardig zijn om te weten. Misschien licht de 24^e augustus elk jaar als vanzelf op in hun agenda. Eerlijk gezegd hoop ik dat. Twee geheugenexperimenten voeden die hoop.



Die aparte hobbel

Zet iemand op de praatstoel over zijn leven en je stuit op een interessant fenomeen! Hou het verzoek heel simpel: "Vertel eens een paar van jouw levendigste herinneringen" en blijf dan vooral luisteren. Je kunt de woordenstroom eventueel op gang houden met deze variant: "Als je je levensverhaal zou laten optekenen, wat moet daar dan nog meer in komen?" Als je vijf of meer verhalen hebt beluisterd zet dan de vervolgstap. Plaats samen met de verteller deze autobiografische onthullingen in de tijd waar de herinnering op terug gaat. Ongetwijfeld stuit je dan op een soortgelijke hobbel als in deze grafiek. Uit veelvuldig onderzoek

van geheugenpsychologen komt namelijk steeds ditzelfde, robuuste patroon naar voren. Over de eerste vijf jaar hebben de meeste mensen geen herinneringen, dan een opeenhoping van levendige herinneringen in de leeftijd van 15 tot 25 jaar, gevolgd door een forse daling in de decennia daarna en nog een opleving in de meer recente periode. Bij gesprekspartners van zestig jaar tekent dit patroon zich al af en de hobbel wordt steeds hoger met de jaren, zoals blijkt uit de verschillende lijnen van tachtigjarigen en van eeuwelingen. Maar waarom is er nou geen gelijkmatige verdeling van herinneringen over de hele levensloop? Allerlei verklaringen zijn geopperd, waarvan twee me op dit moment heel aannemelijk voorkomen.

"Doe jij het zo meteen maar..."

's Avonds bij de maaltijd overviel Rinus me met zijn voorstel. "Om half acht begint de bijeenkomst en iemand van ons moet een toespraak houden. Jos, doe jij dat maar." Huh? Met een paar Delftse studenten waren we afgereisd naar wat toen de Deutsche Demokratische Republik heette om met een groep Duitse jongeren op te trekken. Sowieso vond ik het al spannend om opnieuw het IJzeren Gordijn – zie foto – te passeren. Een paar jaar eerder, tijdens een middelbare schoolreis naar Berlijn, hadden we zowel op de heen- als op de terugweg forse problemen met de Grenzpolizei. Nu, opnieuw in de D.D.R., lag dus opeens dit op mijn bord. Nog nooit had ik een toespraak gehouden. Toch, teruggrijpend op mijn middelbare school-Duits, pakte ik de uitdaging op. Tijd om wat aantekeningen op papier te zetten was er niet, dus ging ik aan de bak met wat als onderwerp werd opgegeven: "Leg het evangelie maar uit." De volgende morgen vernamen we van de Duitse leiding, dat na de bijeenkomst een aantal jongeren hun leven geopend hadden voor God. Het precieze aantal ben ik kwijt: vijf of zes. De vraag om diezelfde avond opnieuw een toespraak te geven haal ik uit het multoblaadje voorin mijn ordner met notities van spreekbeurten sindsdien.

De link met die hobbel? Een verklaring is dat iemand tussen 15 en 25 jaar veel 1^e keer-ervaringen opdoet. De eerste zoen. Het eerst verdiende loon. In je eentje op kamers gaan. Misschien je eerste toespraak.

TOESPRAKEN (eigen)

1 24 8 72 Rüstzeit DDR Johann Feigstade Beshring rinnen Gebiedscomit
 2 25 8 72 Rüstzeit DDR Delft Immunit Geven
 3 75 3 73 lunchpauze BIB Brussel Visie / 2 Tim. 2 / Verwijzing
 4 71 7 73 training/kamp Rotterdams Jeremia 50: 4-7 Soeds methode = nuellen.
 5 73 3 74 training/kamp BIB Brussel huc. d. gelykenis van de 20
 6 73 3 74 training/kamp yfc Haasthuis Geringen
 7 73 3 74 training/kamp Slaverijflaamsg Praatje over mezelf. wa
 8 73 3 74 training/kamp Slaverijflaamsg moti vacatie naar Gron
 9 73 3 74 training/kamp Slaverijflaamsg moti vacatie naar Gron
 10 73 3 74 training/kamp Slaverijflaamsg moti vacatie naar Gron

FOO in aparte map (brugilthet)

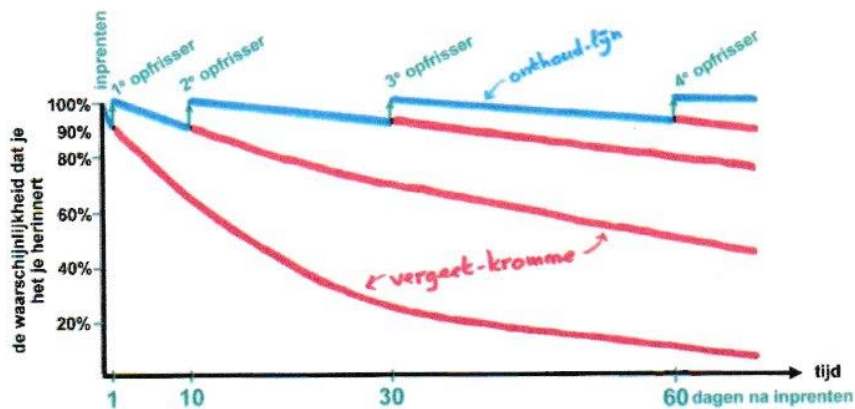
in God's sto
- Heil

Beslissing met verstrekkende gevolgen

Toch voldoet bovenstaande verklaring niet voor de Oostduitsers. Bij mij was dit de eerste ervaring met het spreken voor een groep, waarna nog vaker toespraken zouden volgen. Voor hen was het anders, zij namen niet een eerste beslissing, maar een eenmalige. Wie van hen zal zich dat een halve eeuw later herinneren? Er is nog een andere theorie over de piek aan memorabele verhalen uit de adolescentiejaren. Die tijd wordt ook wel de 'formatieve periode' genoemd. Want juist in deze jaren van verzelfstandigen maakt een jong iemand gebeurtenissen mee die de verdere koers van zijn leven uitzetten en zijn identiteit vormen. Het scala aan potentiële, formatieve gebeurtenissen is onbeperkt en altijd puur persoonlijk. Dat beslissende boek dat je denken op de kop zette. Die belangrijke ander die je door dik en dun steunde. Het ongevraagde advies dat je zoveel opleverde. Die ene onvergetelijke film. De vergissing die je nooit meer zult begaan. Enzovoorts. Bij het terugblikken op latere leeftijd op de eigen levensloop willen de meeste mensen samenhang zien tussen hun leven op dat moment en wat daar als bepalend aan voorafging. Op zoek naar die rode draad in het levensverhaal borrelen bijna als vanzelf de herinneringen op aan wat vroeger diepe impact had. Of de gemaakte keuze op 24 augustus 1972 door die Oostduitse jongeren helemaal ondersteund wordt met deze verklaring? Voor ieder van hen hoop ik daar op. Want het zou betekenen, dat het besluit dat ze toen namen ook echt van beslissende betekenis blijkt te zijn geweest in hun verdere leven.

Meer wetenschappers over het geheugen

Nog even een totaal andere invalshoek over die avond met mijn Duitse leeftijdgenoten. Naast psychologen die autobiografische herinneringen bestuderen, onderzoeken anderen het vergroten van leerprestaties. Ze focussen dan op de werking van het korte- en langetermijngeheugen. Een kale omschrijving van 'leren' is: het opslaan en terugzoeken van informatie. Bij een leerproces functioneert het kortetermijngeheugen als tijdelijke opslagplek, het houdt ongeveer zeven nieuwe items tegelijk vast. In ons brein wordt deze informatie bewerkt en gecombineerd met eerdere info uit het langetermijngeheugen. Vooral als er associaties gelegd worden tussen nieuwe kennis en knowhow waar je al over beschikt wordt dat nieuwe verankerd voor de lange termijn. Maar zakt het dan niet te diep? Hoe vind je later terug wat je ooit geleerd hebt? Stel dat je een nieuwe taal leert, dan blijkt na verloop van tijd het steeds moeilijker te zijn je de woorden te herinneren die je eerder inprentte. Wel, de tijd die het duurt tot je iets uiteindelijk vergeet is volgens geheugenonderzoeker Wozniak exact te berekenen. Zijn leerprogramma is daarop gebaseerd en deze grafiek is mijn uittreksel van



zijn bevindingen. Volgens hem zou het ideaal zijn als je aan een pas ingeprent woord wordt herinnerd juist als je op het punt staat dat woord te vergeten. Nieuwe kennis verdwijnt geleidelijk maar altijd heel zeker, zoals de onderste vergeetkromme laat zien. Al één dag na het aanleren van een woord kom je in de rode gevarenszone. Maar als je op die dag je woord-studie even herhaalt gaat het vergeten langzamer. Fris je het 10 dagen later opnieuw op, dan wordt het effect nog verder vergroot: de blauwe onthoud-lijnen vlakken steeds meer af.

Wat zijn de toepassingsmogelijkheden?

De lange termijnervaring van de Duitsers en van mezelf

De moed om een toespraak te houden is me na die eerste keer niet in de schoenen gezonken. Onverwacht werd ik een dag later voor dezelfde uitdaging geplaatst en ben er ook op ingegaan. Als hij dit zou weten dan gaf Wozniak me vermoedelijk een compliment. Direct oprissen en blijvend herhalen van leerervaringen is tenslotte zijn pleidooi. Maar al heb ik de notities van die tweede keer tot nu toe bewaard, feitelijk hou ik aan die volgende lezing geen gedenkwaardige herinneringen over.

Hopelijk pakte de beslissing van de Duitsers heel anders uit. Immers, de keuze je leven open te stellen voor God opende tegelijk voor ieder van hen de weg van de navolging. Dat wil zeggen het heel persoonlijk, dag in dag uit treden in het voetspoor van Jezus Christus. Dat nieuwe avontuur impliceert ontvankelijk blijven voor alle indrukken die je gaandeweg opdoet. Hoe is dat hen vergaan? Kunnen we eens ervaringen uitwisselen? Overigens kijk ik niet alleen nostalgisch terug. Ik neem deze recent opgedane inzichten mee voor het nieuwe leeravontuur dat aanstaande vrijdag start. Met zijn zevenen gaan we, onder leiding van een trainer, een nieuwe taal aanleren. Wil dat een succes worden dan is geregeld oprissen dus een minimumvoorwaarde. Doeltreffend, maar saaier geformuleerd: het wordt een zaak van oefenen, oefenen, oefenen.