

## nog uitgerold

mediteren. Goed nieuws?

**VAN DEN BERGH** « Ik zou het willen vergelijken met de periode waarin de lichamelijke opvoeding werd ingevoerd. Mijn vader liep toen nog school, en mijn grootvader, die boer was, vond dat meteen het belachelijkste wat hij ooit gehoord had. Volgens hem wilde dat gewoon zeggen dat de jongeren niet meer hard genoeg werkten op het land. Ondertussen is lichamelijke opvoeding ingeburgerd, en zijn we het er allemaal over eens dat er eigenlijk nog te weinig aan sport gedaan wordt op scholen.

» Nu, op dezelfde manier zou het een goede zaak zijn als men kinderen wat meer leerde omgaan met hun *mind* - met zorgen, druk en verwachtingen. Het idee van zo'n stressvrije school kan ik alleen maar toejuichen, maar het is nog maar de vraag of dat gepaard moet gaan met de filosofie die rond die transcendent meditatie hangt.»

**HUMO** Hoe gestrest is de Vlaming? Uit onderzoeken blijkt dat onze dertigers en veertigers de hardste werkers van Europa zijn.

**VAN DEN BERGH** « Je moet een onderscheid maken tussen hard werken en lijden onder stress. Er is geen rechtstreeks verband tussen die twee. Veel heeft te maken met het feit of je gewaardeerd wordt, of je je werk graag doet, dat soort dingen. En als je wil weten of Vlamingen meer of minder stress hebben dan inwoners van andere landen: dat kan ik niet met zekerheid zeggen.

» Ik zie wel een ander gevaar: omdat arbeid in Vlaanderen zo duur is, moeten we allemaal enorm efficiënt en productief zijn. Daar maak ik mij soms zorgen over, want zo ontstaan twee groepen mensen: mensen die niet aan de bak komen omdat ze niet voldoen aan de torenhoge eisen, en mensen die misschien wel té efficiënt zijn voor hun eigen goed.

» Een vrij actueel thema met de verkiezingen in het vooruitzicht: ik geloof dat arbeidsorganisatie een van de grote politieke uitdagingen van de komende jaren wordt. Of dat zou het toch móeten worden.»

**HUMO** U komt toevallig zelf niet op tijdens de verkiezingen?

**VAN DEN BERGH** «Nee. Te veel stress (*lacht*).»

(fvd)

'OVER LEVEN'

Canvas, zondag 13 mei, 22 u.

8 mei 2007