

# Heb jij dat ook?!

1000 gevoelens  
die geen naam hebben  
maar die we allemaal kennen

Mario Giordano

Vertaald uit het Duits  
door Huub Stegeman

**MAVEN**  
PUBLISHING

# Inhoud

Kleine suggestie  
voor gebruik

7

|

1000 gevoelens die  
geen naam hebben

8

|

Register  
van de gevoelens

73

# Kleine suggestie voor gebruik

(in plaats van een voorwoord)

Voor thuis en onderweg.

|

Bladeren. Gevoelens ontdekken.

(Gebruik vooral ook het register.)

|

Je herinneren.

Nieuwe gevoelens samenstellen.

Een getal tussen 1 en 1000 kiezen.

Opzoeken.

|

Als dagelijks orakel gebruiken.

Een top tien van favoriete gevoelens samenstellen.

|

Zelf nieuwe verzinnen.

Direct opschrijven. (Anders gaan ze ervandoor!)

|

Gevoelens met anderen delen.

Mario Giordano

(N<sup>o</sup> 310)



*No 1*

- 1 Het **gelukzalige gevoel** bij een eerste blik op de zee.
- 2 De **angst** om in het openbaar te spreken.
- 3 De **opluchting** omdat je het juiste cadeau voor haar hebt uitgezocht.
- 4 De **schaamte** over je eigen leedvermaak.
- 5 De **jaloerie** op hoe ad rem iemand reageert.
- 6 Het **klaar-voor-actiegevoel** als je bij de kapper naar buiten loopt.
- 7 Het **gevoel van geborgenheid** als je ziek bent en je heerlijk laat betuttelen en zwelgt in zelfmedelijden.
- 8 De **spijt** die je hebt van je onnadenkendheid.
- 9 Het **gevoel van hulpeloosheid** als de ‘stukjes’ beginnen tijdens een bruiloft.
- 10 De **blijdschap** over nieuwe vrienden.

- 11 De **Zin** die je hebt om iemand een cadeautje te geven.
- 12 De **opborrelende woede** als jij wilt praten, en hij maar blijft zwijgen.
- 13 De **schrik** wanneer je merkt dat je hardrijders een ongeluk wenst.
- 14 De **zekerheid** waarmee je weet dat je niet afstamt van de apen, maar van Adam en Eva.
- 15 De **stiekeme opluchting** als de telefoon op voicemail overschakelt.
- 16 De **jaloerie** op je partners diepe slaap.
- 17 Het **zenuwachtige gevoel** als iemand de kaartjes komt controleren, zelfs als het jouwe geldig is.
- 18 De **angst** voor kennismakingsspelletjes.
- 19 De **verbijstering** over een wel heel brutale smoes.

- 20 Het **kinderlijke plezier** bij het zien van de eerste sneeuwvlokjes.
- 21 De **blijdschap** wanneer je gasten nog eens opscheppen.
- 22 De **angst** betraapt te worden bij het neuspeuteren.
- 23 De **teleurstelling** als het slechte nieuws uitblijft, terwijl je je erop had ingesteld.
- 24 De **VREES** dat je desondanks een bittere nasmaak zult houden.
- 25 De **trots** over je eigen playlist.
- 26 De **boosheid** over je onvermogen om boos te worden.
- 27 Het **enthousiasme** over het vette geluid van een achtcilindermotor.
- 28 De **verbazing** over hoe ver iemand het kan schoppen met zo weinig talent.

- 29 De **opgelatenheid** over hoe ver je bent gekomen met zo weinig talent.
- 30 Het **goede humeur** na een pittig kommetje soep.
- 31 Het **medelijden** met een kapot stuk speelgoed.
- 32 De zich **opstapelende woede** tijdens het ontwarren van een kettinkje dat in de knoop zit.
- 33 De **trots** wanneer je ergens precies het juiste woord voor hebt gevonden.
- 34 De **vrees** dat de tank nu elk moment leeg zal zijn.
- 35 Het **genoegen** van warme voeten in de zomer.
- 36 De **jaloerie** wanneer andere mensen iets kunnen wat jij helemaal niet hoeft te kunnen – en laten we eerlijk zijn: ook niet zou willen kunnen, maar nu je ziet hoe weinig moeite het anderen kost, je vol bewondering bent en wel janken kunt.



- 37 De **schaamte** wanneer mensen zien dat je staat te popelen.
- 38 De **angst** voor kleine diertjes met een vacht.
- 39 Het **geluk** om met je eigen vrouw te kunnen dollen.
- 40 De **hartkloppingen** terwijl je die blauwe envelop van de mat opraapt.
- 41 Het **verlangen** naar een compliment.
- 42 De **ZIN** in avonturen in verre landen.
- 43 De **trots** omdat je er ook bij was toen de Muur viel.
- 44 Het **bange gevoel** dat we misschien allemaal in The Matrix zitten.
- 45 De **angst** voor monsters onder je bed.
- 46 De **benauwdheid** terwijl je meedoet aan vreemde religieuze rituelen.

- 47 De **angst** dat de varaan van de buurman van zijn balkon naar het jouwe kan klimmen.
- 48 De **angst** dat buitenlanders van waar dan ook onze banen en onze vrouwen zullen inpikken.
- 49 De **angst** om je leven compleet te verlummelen als je zo doorgaat.
- 50 De **Ontroering** over de surpriseparty die je vrienden voor je houden, vlak voor je vertrek.
- 51 De **ergernis** over het feit dat het niet allemaal in je koffer past.
- 52 Het **sadistische genoegen** waarmee je die mug platslaat.
- 53 De **angst** voor het zwarte gat waar je in zult vallen als er niet snel wat gebeurt.
- 54 De **opluchting** over schaamteloos geluk.

- 55 De **Schrik** waarmee je vaststelt dat je net je vader bent.
- 56 Het **plezier** wanneer je één keertje over jezelf hebt opgeschept, en iedereen het er ook nog eens mee eens lijkt te zijn.
- 57 De **ontnuchtering** wanneer blijkt dat je toch niet tot die nauwe vriendenkring behoort.
- 58 Het **onvermogen** dat je voelt wanneer je haar echt niet kunt helpen.
- 59 De **frustratie achteraf**, wanneer je weer eens te schijterig was om te klagen over de slechte bediening.
- 60 De **angst** dat iemand zal ontdekken dat jij niet hebt gedaan wat je zou doen.
- 61 De **tevredenheid** waarmee je vaststelt dat je de enige juiste beslissing hebt genomen.
- 62 De **trots** die je voelt omdat jij alles altijd net iets goedkoper weet te vinden. Het liefst kreeg je het gratis.

- 63 Het **verlangen** om je weer als een kind op de grond te laten vallen en erop los te brullen.
- 64 De **angst** om op een dag wakker te worden en getrouwd te zijn met dat mens van de overkant.
- 65 Het **geluk** van samen ontbijten op bed.
- 66 De **jaloerie** omdat sommige mensen spontaan een toespraak kunnen houden.
- 67 De **twijfel** of dit spontane afspraakje wel zo'n goed idee was.
- 68 De **weemoed** omdat dit moment voorgoed voorbij is.
- 69 De **trots** omdat je een Y in je naam hebt.
- 70 De **woede** omdat je te laat inzette voor je solo en zelfs het koor dat gemerkt heeft.
- 71 Het **gevoel van blijdschap** vooraf omdat je familie terugkomt van vakantie.

- 72 De **kriebelende drang** om de bubbeltjes in bubbeltjesplastic te laten knappen.
- 73 De **angst** om een griepje op te lopen in de metro.
- 74 De **verteдерing** over de love handles van je partner.
- 75 De **ergernis** wanneer je een kans hebt gemist die je niet zo snel nog eens krijgt.
- 76 De **trots** over de hoeveelheid likes die je op je nieuwe profielfoto op Facebook kreeg.
- 77 Het **ongeduld** waarmee je een zeurpiet aanhoort.
- 78 De **schaamte** wanneer je bij de tandarts je mond openspert.
- 79 De **verrukking** wanneer een baby je vinger beetpakt en niet meer loslaat.
- 80 Het **hopen** op een onzedelijk aanbod, net als in de film.

- 81 Het **pijnlijke besef** dat je van countrymuziek houdt.
- 82 De **machteloze woede** wanneer je favoriete spits keihard wordt getackeld.
- 83 De **dankbaarheid** omdat je geen oorlog hoeft mee te maken.
- 84 De **voorpret** wanneer je het boodschappenlijstje bekijkt.
- 85 De **jaloerie** wanneer je hoort fluisteren, maar niet mee mag doen.
- 86 De **hoop** dat het vandaag eens warm genoeg wordt om vrij te krijgen.
- 87 Het **plezier** dat je beleeft aan je eigen dagdromen.
- 88 De **weemoedige** herinnering aan vlinders in je buik.
- 89 De **ergernis** over die vogel die te vroeg zingt.