

## DE EERSTE ZOEN VAN OMA

Mijn oma vergeet veel. Dat is soms best handig. Voor mij dan. Bij mijn eindrapport kreeg ik van haar twee keer vijf euro. Eén keer, toen ik haar mijn rapport liet zien. En weer een keer toen mijn opa tegen haar zei dat ik zo'n goed rapport had. Ze wist helemaal niet meer dat ze me al lang iets had gegeven.

Maar dingen die vroeger zijn gebeurd, weet mijn oma nog precies. Zoals haar eerste echte zoen. En dat was zeker vijftig jaar geleden. Als ze daar aan terugdenkt, dan ruikt ze weer de geur van gemaaid gras. Ze hoort het geklots van water tegen het roeibootje. Ze ziet de roze jurk voor zich die ze droeg. De mooie ogen van haar vriendje. Ze voelt weer hoe haar handen klam waren en haar keel juist droog. Hoe ze rood werd als ze elkaar aankeken. Als ze mij erover begint te vertellen, dan krijgt ze weer blosjes op haar wangen.

Mijn opa, want hij was het, weet het ook nog precies. Hij was zo gespannen dat hij bijna in het water viel. Als hij terugdenkt aan die dag, ziet hij nog haar lach. En wat vond hij haar mooi in die gele jurk. Hé, wacht eens even. Geel? Het was toch roze? Opa en oma zijn allebei zo overtuigd van hun gelijk, dat ze er bijna ruzie om krijgen. Die kus, daar bestaat geen twijfel over. Maar als het om andere dingen gaat, lijkt het wel of ze die allebei heel anders herinneren.



## GEFOPT

Je hersenen doen soms dingen die je helemaal niet in de gaten hebt. Als je zenuwachtig bent, bijvoorbeeld voor een proefwerk of citotoets, dan geven je hersenen een seintje aan je lichaam. Je lijf maakt dan een stofje aan waardoor je extra scherp en geconcentreerd bent. Daardoor kun je beter presteren. En als een voetballer die net kampioen is geworden zich per ongeluk pijn doet, dan voelt hij dat bijna niet. Maar als je net een slecht cijfer hebt gekregen en je krijgt een stomp van je beste vriend, dan doet het juist extra zeer. Je hersenen doen dus heel veel dingen die wij helemaal niet in de gaten hebben.

## FATA MORGANA

Soms lijkt je ook dingen te zien die er helemaal niet zijn. Mensen die in een snikhete woestijn lopen en erg veel dorst hebben, zien soms ineens palmbomen en koel, helder water in de verte. Maar dat is er helemaal niet. Een fata morgana heet dat, een luchtspiegeling. Zelf kun je ook wel eens een luchtspiegeling zien op de snelweg, als het heel warm is. Het lijkt dan of in de verte een plas water op de weg ligt. Maar kom je dichterbij, dan is ie weg. Nou, als je dan heel veel dorst hebt, dan verzinnen je hersenen daar van alles bij. Achteraf blijkt het gewoon een sprookje.



## STEMMEN

Over sprookjes gesproken: daarin gebeuren heel veel dingen waarvoor je in het gewone leven voor gek zou worden verklaard. Mensen horen bijvoorbeeld uit het niets ineens stemmen. Maar dat kan in het echte leven ook, hoor. Sommige kinderen hebben bijvoorbeeld een geheim vriendje in hun hoofd. Heel gezellig, maar dat vriendje bestaat natuurlijk niet echt. Het zit verstopt in je hersenen en gaat meestal na een tijdje gewoon weer weg.

## FOTOGRAFISCH GEHEUGEN?

Er zijn ook mensen bij wie de hersenen net even iets anders werken dan bij de meesten van ons. Die kunnen bijvoorbeeld bijna alles onthouden wat ze zien, alsof hun hersenen foto's maken en ze nooit weer wissen. Zo was er een man die kende na één keer lezen het hele telefoonboek uit z'n hoofd. Zei jij bijvoorbeeld: "Jansen uit de Bloemstraat", dan zei hij: "3455678". Makkelijk toch? Een nadeel zat er wel aan: door dat geweldige geheugen leek het erop dat er in z'n hersenen geen plaats meer over was voor andere dingen. Gezichten onthouden lukte hem bijvoorbeeld weer niet.

## VOEDSEL VOOR JE HERSENEN

Het is natuurlijk niet zo dat je hersenen alles maar op eigen houtje doen. Je moet ze goed verzorgen. Bijvoorbeeld door gezond te eten! Doordat we nu veel beter eten dan honderd jaar geleden, zijn we met z'n allen een stuk slimmer geworden. Maar je kunt door wat je eet en drinkt je hersenen ook kapot maken. Alcohol bijvoorbeeld, breekt hersencellen af. Een kwestie van je hersens gebruiken.

## IN JE DROMEN

Je hersenen hebben ook voldoende slaap nodig om goed te blijven werken. Wat je trouwens wel doet tijdens je slaap, is dromen. Die dromen heb je nodig. Ze helpen je geheugen om alles weer op de juiste plaats op te bergen. Is dagdromen dan ook goed voor je hersenen? Nou, zo kan je dat ook niet zeggen. Het is in elk geval best ontspannend om af en toe je verstand op nul te zetten en te denken aan leuke dingen.



## KNAPPE KOPPEN

Hoe we al die dingen over onze hersenen weten? Over de hele wereld zijn tienduizenden knappe koppen bezig met onderzoek naar hoe de hersenen eruitzien, hoe ze werken, zich ontwikkelen, wat er gebeurt als hersenen ouder of ziek worden en hoe ze dan weer beter kunnen worden. Dat doen ze door bijvoorbeeld een MRI te maken van hersenen. Dat gebeurt in een apparaat waarmee ze op een scherm precies kunnen zien wat je hersenen doen als je bijvoorbeeld praat, loopt, droomt of verliefd bent. Ook vergelijken ze onze hersenen met die van dieren. Zo weten we dat mensen in verhouding tot hun lichaam zwaardere hersenen hebben dan honden, paarden en muizen. Apen hebben van de dieren de zwaarste hersenen. Die van een goudvis wegen bijna niets.

Al dit soort dingen hoef je niet allemaal te onthouden, hoor. Je kunt gewoon gebruik maken van een extra geheugen: dingen opschrijven en nalezen. Of op internet opzoeken. Je kunt foto's maken en bewaren. Als mijn opa en oma nu jong waren geweest, dan had mijn opa vast met zijn mobieltje een foto van oma gemaakt. En hadden ze gewoon op de computer kunnen kijken wie er gelijk had over die kleur van de jurk. Hoezo fotografisch geheugen?

