



► Door: Ester Kalis op 18 januari 2010

## Blue Monday

Het is weer "Blue Monday". Oftewel de somberste (of meest deprimerende) dag van het jaar. Bedacht door een Engelse psycholoog, Cliff Arnall. Hij bedacht een paar jaar geleden een formule waaruit bleek dat de derde maandag in januari de dag is waarop de meeste mensen zitten te somberen. Oftewel de dag waarop de meeste mensen zich treurig, neerslachtig of weemoedig voelen.

In die formule komt een W voor: een maat voor het weer, de kleine d staat voor de schulden, T voor hoe lang geleden het kerst was, de Q staat voor hoe goed men nog de goede voornemens volhoudt, er komt een M in voor wat staat voor het motivatieniveau en een N staat voor het gevoel om actie te ondernemen. Oftewel het fijne gevoel van kerst is al diep weggezakt, de meeste mensen hebben in december veel te veel geld uitgegeven, terwijl het salaris van de maand januari nog niet binnen is en bij veel mensen zijn de goede voornemens mislukt. Dus de meeste mensen roken weer, vallen niet af en realiseren zich dat de eerstvolgende vakantie nog ver weg is en buiten is het koud en donker. Hoe verzin je het!

Als advocaat ben ik graag dienstverlenend. Het is mij niet snel te dol. Hieronder zomaar wat krantenberichtjes waardoor je vanzelf weer goede zin krijgt.

Hebt u gelezen dat een groep boze songfestivalliefhebbers op Internet een handtekeningenactie zijn begonnen tegen de Nederlandse inzending van dit jaar? Ze zijn 'op zijn zachts gezegd' zeer ongelukkig met de keuze voor componist Pierre Kartner (alias Vader Abraham) en het door hem geschreven lied '*Ik ben verliefd (Sha-la-lie)*' (zie Parool zaterdag 16 januari). Of wat vindt u van het bericht "Enge saunaganger opgepakt"? Ook het Parool: een ogenschijnlijk levensechte saunagast op een vriesinstallatie bij het toekomstige station Vijzelgracht is door de politie opgepakt. De reden: passanten dachten dat de paspop iemand was die in zijn nakie in de vrieskou op het hekwerk was geklommen. Dát kon niet in de haak zijn en dus alarmeerden zij de politie. Briljant. Wie heeft dit bedacht? Een geweldige grap. Als vervent Alfa Romeo autoliefhebber vind ik het knap dat Skoda in 2009 een record aantal auto's heeft verkocht, lang leve de sloopregeling in West- Europese landen! (ANP). En dan Cristiano Ronaldo; hij is het nieuwe uithangbord van modemerken Armani. Dag Beckham, Olá Ronaldo.

Wat nou maandag 18 januari de somberste dag van het jaar? Ik heb er zin in!

[kalis@vandersteenhoven.nl](mailto:kalis@vandersteenhoven.nl)

Van der Steenhoven advocaten N.V.  
Herengracht 582-584, 1017CJ Amsterdam  
Tel +31(0)206077979, [www.vandersteenhoven.nl](http://www.vandersteenhoven.nl)

