



AWAKENINGS

'Eindelijk ben ik de persoon geworden die ik altijd al was'

**Het kan inslaan als een bliksemschicht of een langzaam
ontwakend besef zijn. Dat het anders moet, dat je niet leeft in
lijn met wie je ten diepste bent. In elk nummer een persoonlijk
verhaal over een levensveranderend inzicht.**

Nog steeds, na al die jaren, herkennen mensen mij. Soms aan mijn uiterlijk, maar vooral aan mijn stem. Mijn diepe, warme stem, die doordrenkt lijkt van whisky en sigaretten. 'Hé, jou ken ik. Ben je nieuwslezeres geweest? Of ben je die blonde, die een spelshow presenteerde?' Zo heb ik talloze gesprekjes op een dag, met mensen die in de mist van het verleden mijn naam zoeken.

Ze hebben gelijk. Ja, ik was een periode veel op tv. Ik gaf boeken uit. Geen roddelrubriek sloeg me over. Bladerde ik door een tijdschrift, keek ik mijzelf in de ogen. In die jaren leidde ik een avontuurlijk leven. Door de reizen die ik kon maken, de ontmoetingen en vooral ook door me te verdiepen in onderwerpen waardoor de kijkcijfers omhoog schoten. Ruzie, spanning, oorlog... Bij de rafelige randen van de beschaving kwam ik letterlijk in beeld.

Nu kijk ik terug en denk ik: wie was ik? Wat maakte dat ik me met zoveel ellende omringde? Nee, ik deed meer dan dat. Ik omarmde het, wentelde me in verslaving, verdriet, angst, ego's. Ik liet me in met... hoe kan ik het noemen? Bagger. Ballast. Narigheid. Ego's. Nu zou ik er niet aan moeten denken mijn ziel zo te vervuilen. Ik ben zo veranderd, alsof ik een ander persoon ben geworden.

Zelfs mijn tandarts merkte het op: 'Wat goed, je knarst niet meer met je tanden.' Ja, sinds een paar jaar ben ik teruggekeerd naar mijn kern. Ik ben de persoon geworden die ik altijd al was. Het jonge, speelse meisje dat in bomen klimt. Het oogappeltje van haar vader, dat jongensachtiger is dan al haar broers. Dat meisje dat stoer doet en voor velen, inclusief zichzelf, verborg hoe lief zij is. Ik ben naar haar teruggekeerd, naar mijn eigen prachtige ik.

Aan die ontmoeting met mijzelf ging een andere vooraf. Ik zocht hulp voor mijn dochter, die uitgeschakeld was vanwege een burn-out. Een dierbare vriend, tevens collega-redacteur, hoorde mijn verhaal aan. 'Je moet eens praten met Marjolijn, mijn vriendin. Zij helpt veel mensen. Laten we eens een hapje eten.' Hoe of wat die vriendin deed, was me niet duidelijk. Toch maakte ik de afspraak. Wanneer ik vertel over het eerste moment dat ik haar ontmoette, krijg ik opnieuw kippenvel. Het was alsof ik mijn zusje ontmoette. Ik herkende Marjolijn, terwijl ik haar nooit eerder had gezien. Zij had precies dezelfde reactie. Binnen vijf minuten waren we 'close'. We omhelsden elkaar, lachten, hadden een vertrouwdeheid die je normaal pas na jaren opbouwt. De lichtjes in de ogen van Marjolijn, iets in haar, reikte naar mij uit. Een sprankeling of straling.

Ja, deze vrouw, deze kersverse hartsvriendin, deed me goed. In die tijd was ik even spiritueel als een bos uien. Nuchter tot op het bot. Met meditaties of zweverige verhalen had ik niks. De ratio, dat was mijn kompas. We zijn onze hersenen. Zodra die grijze massa niet functioneert, is het leven klaar.

Verleid door haar sprankeling en door een voor-gevoel dat Marjolijn mij goed deed, belandde ik niet veel later bij een workshop die zij begeleidde. Marjolijn gaf een inleiding. Ze vertelde hoe we allen ten diepste een stralend wezen van licht zijn. Die energie wordt verstoord door het ego, dat opgebouwd is uit allerlei ervaringen uit het verleden. Doorgaans denken dat we dat we die geconditioneerde laag zijn. Daar vereenzelvigen we ons mee. Je kunt je focus ook leggen op de laag eronder, op een dieper niveau van bewustzijn. Dat is je werkelijke staat van zijn, die in verbinding staat met een grotere bron. Die liefdevolle energie is. Die schijnt. Zonder verhalen, lijden, ballast of oordelen.

'Ik moet er niet meer aan denken mijn ziel zo te vervuilen met bagger en ballast'

Na deze uitleg nodigde Marjolijn ons uit mee te doen met een meditatie om op die diepere laag van bewustzijn te komen. Ik luisterde naar haar stem, die me in kalmte uitnodigde naar binnen te richten. Ik ging erin mee, reisde langs pijn en verhalen uit mijn verleden. Een diepe rust daalde over me neer. Ik concentreerde me volledig op mijzelf. Het lukte mij de persoonlijkheid, dat gecreëerde omhulsel, los te laten. Tot mijn verrassing blikte ik even later door de ogen van mijn overleden moeder naar mijzelf. Daar was ik! Een kristalhelder meisje. In dat korte moment van contact met haar, mijn kern, het zullen misschien tien seconden zijn geweest, was ik immens tevreden met mijzelf. Dat is bijzonder, want doorgaans ligt de lat erg hoog, borrelen er vele gedachten op waarmee ik mijzelf ondermijn. Nu was dat allemaal weg. Ik zag mezelf zoals ik echt was.

Ik was sterk, volmaakt en prachtig. Van geluk begon ik te huilen. Ik wist nu wie ik echt was, wat klopte, en dat ik los stond van die andere laag.

Na die ervaring gebeurden er wonderlijke dingen. Ik had bizar veel energie, een irritant onverwoestbaar goed humeur en mensen op straat (die te jong zijn om me nog van televisie te kennen) begroetten me spontaan. Er straalde blijkbaar iets wat voorheen niet straalde. Het heeft ook mijn werkende leven op z'n kop gezet. In de mediawereld waarin ik mijn brood verdiende staat het bol van oordelen en manipulatie. Als presentator of interviewer is het je werk mensen in hokjes te plaatsen en te etiketteren. Met lijden, drama's en ruzies verdienen we ons geld. Ik kon dat niet meer. Het stond haaks op mijn besef dat we onszelf en anderen er geen recht mee doen. Met het oordelen, met het inspelen op angst, werkte ik mee aan de structuren die ons - ook mij - onnodig klein en ongelukkig maken. Dus ik ben gestopt.

Ik ben muziek gaan maken, ik geniet van publiceren en maak plezier. De overtuiging dat ik als zestiger uitgerangeerd ben, was slechts een gedachte. Er is vraag naar wat ik doe, er zijn mooie netwerken ontstaan. Uiteraard leer ik nog dagelijks. Dan blijf ik te veel in mijn ego hangen en voel ik angst. Maar ik weet nu dat ik me in een handomdraai naar die bron van onuitputtelijke energie kan keren. In wat ik aanspreek bij die bron manifesteert zich de realiteit. Nu ik in mezelf het licht heb ontdekt, kan mij niets meer gebeuren. 🌱

Jouw verhaal in Awakenings of reageren?

Sommige gebeurtenissen en namen zijn mogelijk gefingeerd in verband met de privacy van de geïnterviewde. Wil je jouw 'awakening' ook delen? Mail dan naar info@happinez.nl o.v.v. 'Awakenings' en vertel in max. 150 woorden welk inzicht, welke gebeurtenis, stap of ontmoeting jou ten goede hebben veranderd. Wordt jouw inzending geselecteerd, dan zal Mylène de la Haye, die deze rubriek overneemt van Marja den Boer, je interviewen voor het complete verhaal. Wil je reageren op het bovenstaande verhaal? Mail dan je reactie naar info@happinez.nl en wij sturen het door naar de geïnterviewde.