

De ontembare jij – Een innerlijke reis naar vrouwelijke kracht

Door Noëmi Romagnoli

Inhoud

Voorwoord	6
Inleiding	7
Hoofdstuk 1 – De roep van de wilde vrouw	8
Hoofdstuk 2 – De strijd tussen kracht en aanpassing	14
Hoofdstuk 3 – De helende kracht van kwetsbaarheid	20
Hoofdstuk 4 – Intuïtie en innerlijk weten.....	26
Hoofdstuk 5 – De wilde vrouw in de wereld	32
Hoofdstuk 6 – De nacht die iets wakker maakte.....	40
Over liefde, angst en het begin van heling	40
Hoofdstuk 7 – Tussen donker en grond	58
Hoofdstuk 8 – Overvloed met beide voeten in de aarde	60
Hoofdstuk 9: De kunst van mens zijn	66
Hoofdstuk 10: De zoektocht naar geluk.....	75
Hoofdstuk 11: Deel je licht	78
Lief kind van me	83
Hoofdstuk 12: De kunst van groeien in het niet-weten	88
Het verlangen naar zekerheid	88
De ruimte tussen ‘nog niet’ en ‘ooit wel’	89

De cocon en de vlinder	90
Mijn eigen cocon: groeien op de kunstacademie	92
De schoonheid van kleine stappen	94
Groeien is blijven, niet weten en toch doorgaan.....	95
Hoofdstuk 13 – Voel het nu al	96
Hoofdstuk 14 – De ontembare jij	102
Een brief aan jou	108
Een kleine noot over dit boek	112
Nawoord:.....	113
Waar woorden eindigen.....	113
Bronnen en inspiratie	114
Dankbetuiging	115
Voorbij woorden.....	117

Lieve jij,

Voor je verder bladert, wil ik je iets vragen.

Gun jezelf de tijd.

*Dit boek is geen verhaal om doorheen te jagen, maar een plek
om te vertragen, te voelen, te ademen.*

*Als ik de woorden liet binnenkomen, legde ik mijn hand op mijn
hart en zette ik muziek op.*

*De klanken van Jonas Derksen droegen me naar werelden van
rust, herinnering en diepte.*

*Misschien wil jij dat ook proberen. Een koptelefoon, een rustige
plek, en dan... lezen met je hart.*

Welkom in mijn wereld.

Welkom bij jezelf.



Voorwoord

Dit boek is een ode aan de kracht in elke vrouw. Aan die stille stem vanbinnen die roept, zelfs als de wereld vraagt om stilte. Het is mijn persoonlijke reis, geboren uit pijn, getekend door liefde en gevormd door groei. Ik schrijf dit boek omdat ik geloof dat delen heelt – en omdat jouw verhaal misschien begint in het mijne.

Inleiding

Het boek *De ontembare vrouw* van Clarissa Pinkola Estés deelt een lang verborgen waarheid, het geheim van een onwaarschijnlijk vrouwelijke kracht. Een verhaal dat iedere vrouw zou moeten horen.

Mijn naam is Noëmi Romagnoli. Ik ben geen psychologe, geen professor, geen laborant — en toch ben ik niet verschillend van hen. Want ik ben even zorgzaam als de psychologe die haar kinderen instopt en hen een goede nachtrust toewenst. Ik zoek graag naar oplossingen zoals een wiskundige. En ik hou van erkenning zoals een laborant na een eureka moment. Ik sta graag in mijn kracht, maar misschien nog liever toon ik mijn 'zwakte'.

In dit verhaal neem ik je mee naar een blik in mijn wereld. Een wereld waarin gedachten elkaar kruisen, ideeën in overvloed ontstaan en net zo snel weer kunnen vervagen. Een wereld van hyperfocus, passie, afleiding — maar vooral van hart. Een chaotisch hoofd dat ik eindelijk volledig omarm.

Wat je hier leest, is geen les, geen handleiding, geen therapie. Je krijgt geen tips of lijstjes. Het is een eerlijke reis. Mijn ervaring. Mijn ontwaken. Mijn ontmoeting met de ontembare vrouw — en de kracht die ik vond in mezelf.

Hoofdstuk 1 – De roep van de wilde vrouw

De voorbije weken voelden anders. Er hing een geladenheid in de lucht, alsof iets vanbinnen riep om ruimte. Ik liep rond met een hoofd vol beelden, gedachten, woorden die wilden stromen. Alles leek tegelijk te ontstaan, zonder pauze. Inspiratie en rusteloosheid dansten door elkaar, alsof mijn hoofd en handen een taal spraken die ik nog moest leren verstaan.

Op de opleiding beeldhouwen vertelde ik erover aan Mira. Ze knikte begrijpend en stuurde me later die avond meditatiemuziek door. Een zachte uitnodiging tot vertragen.

Met mijn koptelefoon op kroop ik onder de dekens. De tonen gleden traag door me heen. Voor het eerst in weken viel ik in een diepe slaap. De muziek deed iets met mij – als een sleutel die een vergeten kamer opende.

Vanaf dan nam ik overdag ook momenten om stil te zijn. Om te ademen. Voelen. En hoewel mediteren me nooit echt lukte – behalve die ene keer op een massagetafel, tussen wierook en stilte – begon er toch iets te veranderen.

Het was een zondag. Ik was alleen thuis met de kinderen en alles leek als vanzelf te stromen. Het huishouden, de kinderen

hun schooltaken, zelfs het koken – en geloof me, dat zegt wat, want ik ben het type dat water kan laten aanbranden. Mijn hoofd zat vol ideeën.

Toen Bert thuiskwam, besloot ik een warm bad te nemen. Even tijd voor mezelf.

Ik zocht naar het boek dat ik toen las – Mevrouw Van Gogh – een heerlijk boek waar ik werkelijk in kon verdwalen, maar hij was nergens te vinden. In plaats daarvan stuitte ik op een ander boek: De ontembare vrouw. Ik had het ooit voor een literair café gekocht, uit nieuwsgierigheid. Waarom ook niet, dacht ik. Soms vinden boeken jou.

Anke en ik hadden afgesproken om maandelijks iets cultureels te doen. Meestal zwierven we door musea, waar beelden fluisterden en verhalen zich openden. Maar deze keer stelde ze een literair café voor. En ik zei ja, zonder te weten waarom.

Ik nam het boek mee naar boven, zette zachte pianomuziek op van Jonas Derksen en liet het bad vollopen. En toen gebeurde het.

Vanaf de eerste pagina raakten de woorden iets in mij aan. Niet zomaar een herkenning, maar een herinnering. Alsof iets wat lang gesluimerd had nu helder werd. Mijn hart, mijn verleden, mijn toekomst – alles leek even samen te vallen.

Ik kreeg de glimlach niet meer van mijn gezicht. Tegelijk prikten tranen achter mijn ogen. Ik voelde het. Hier. In mij. Een diepe, ontembare kracht die nooit echt weg was geweest.

En ik wist: dit is haar. Dit ben ik.

Mijn wilde zelf.

Ze is niet groots of luid. Niet op zoek naar applaus. Ze is puur. Intiem. Stil aanwezig. Maar o, wat een kracht woont daarin.

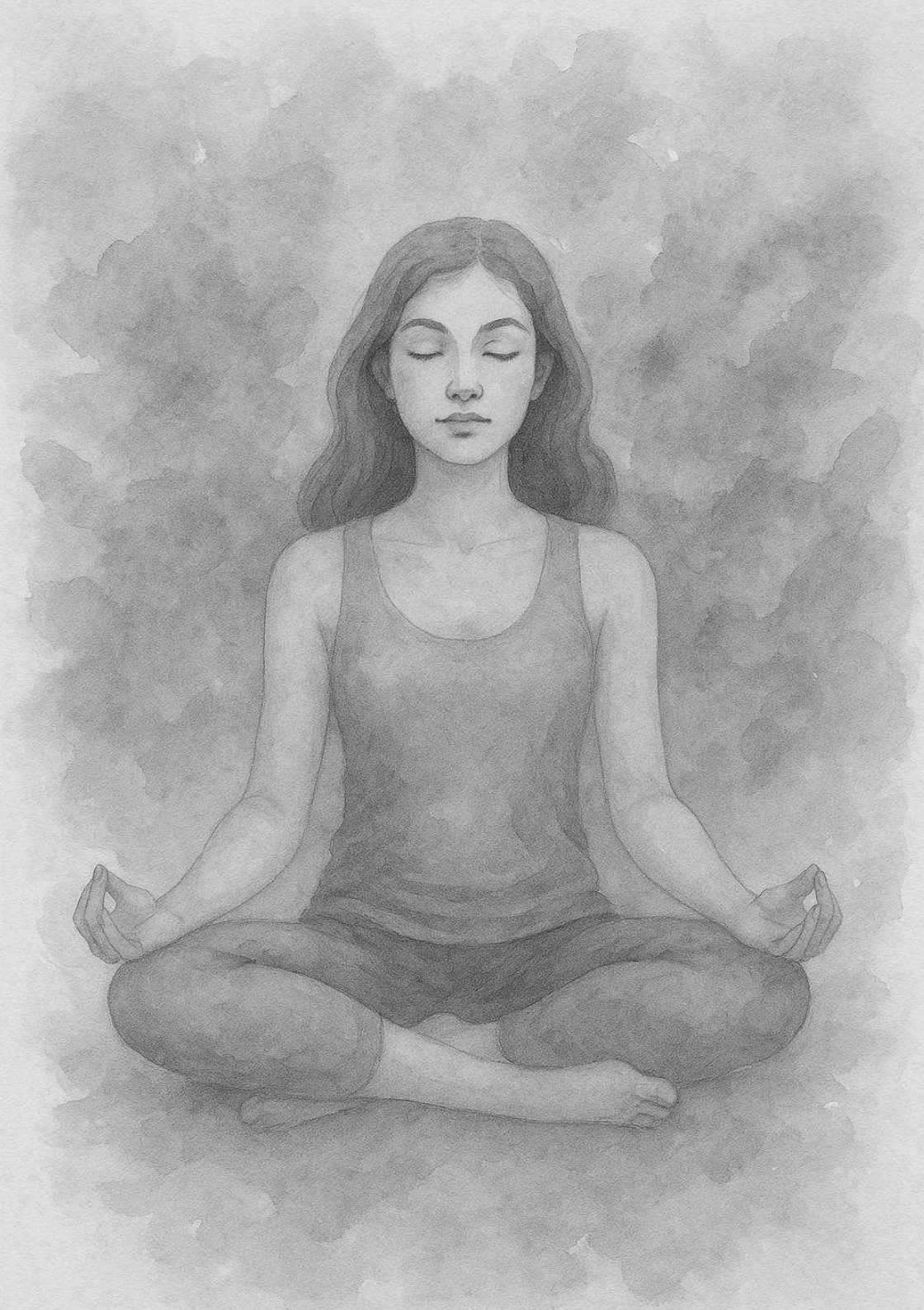
Op dat moment dacht ik: dit gevoel... dit zou ik ieder mens gunnen. Maar het is niet mijn taak om dat aan iemand anders te geven.

Soms willen we anderen begeleiden, inspireren, redden zelfs. Maar misschien is het mooiste wat je kunt doen: thuisblijven in jezelf. De rest volgt vanzelf.

Want als jij durft leven in je ware vorm, raak je vanzelf iemand anders aan. Misschien in een glimlach. In een opmerking. In de manier waarop je je plek inneemt.

Zonder dat dát het doel hoeft te zijn.

Er komt een moment waarop je zacht beseft: dit ben ik nooit echt geweest. En tegelijk: dit ben ik eindelijk.



*Ga jij de ontembare vrouw in jezelf vinden
na het lezen van mijn verhaal? Geen idee,
maar dat is mijn zorg niet.*

Hoofdstuk 2 – De strijd tussen kracht en aanpassing

We willen het allemaal goed doen.

Moeder zijn — aanwezig, zorgend, liefhebbend.

Een goede werknemer — professioneel, bekwaam, onmisbaar.

En daarnaast ook een leuke vriendin, een mooie partner, een boeiende gesprekspartner, een betrouwbare dochter, een creatieve ziel, een fitte vrouw, een sociale vrouw, een vrouw die haar huishouden op orde heeft én ondertussen haar dromen volgt.

Het is veel.

En als we heel eerlijk zijn... soms té veel.

De moderne vrouw leeft in een wirwar van rollen. We schakelen moeiteloos — of juist moeizaam — van taak naar taak, dag na dag. We proberen alles te zijn, voor iedereen. Maar ergens onderweg raken we verwijderd van datgene wat ons ooit bewoog.

In dat streven, drukken we vaak onze essentie weg.

Zorgzaamheid, intuïtie, creativiteit, spontaniteit.

Eigenschappen die zacht zijn. Eigenschappen die krachtig zijn.