

De weg naar mijn ontwaking

wakker met een glimlach

Colofon

ISBN: 978 94 6365 402 9

1e druk 2021

© 2021, Dione Nozza

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

www.elikser.nl

Vormgeving binnenwerk en omslag: Evelien Veenstra

Reageren kan via dionenzoza@upcmail.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

De weg naar mijn ontwaking

wakker met een glimlach

Dione Nozza



**“Close your eyes. Feel it, the light.
It’s always been there. Let it guide you.”**

“The Force will be with you. Always.”

“No one’s ever really lost.”

“Luminous beings are we.”

(Uit: *Star Wars*)

Inhoud

Voorwoord	9
Deel 1: Van onschuldig naar onzeker	13
Onbekommerde kinderjaren	13
Van speels naar onzeker	21
Gemiste kansen	25
Dromen komen uit	29
Huisje, boompje, beestje	33
Gelukkig ... of toch niet?	40
Deel 2: Op zoek naar mezelf	45
Toch hulp	45
Spiritualiteit als valkuil	46
Verliezen we onze oudste zoon?	51
De Camino: een opstapje in mijn zoektocht	56
Denken blijft overheersen	64
Bijzondere belevenissen	69
Thuis ook in Italië	74
Wonderlijke gebeurtenissen	77
Mijn zoektocht gaat verder	83
Deel 3: Ik vind mezelf	87
De 'gasten in mijn herberg'	87
Schrijven brengt me naar binnen	95
Meer voelen	101
De energie van positief denken	105
In het moment ben ik echt mezelf	109
Ik ben méér dan alleen mijn lichaam	112

Zet de knop om!	114
Inzicht door familieopstellingen	115
Een krachtige Bron	118
Ik ben al heel	123
Naar een bewustere wereld	127
Gelukkig, blij en vol energie en perspectief	133
Dankwoord	139
Mijn grootste inspiratiebronnen	141

Voorwoord

In 2012 stop ik met werken. Er zijn mooie afscheidswor- den, zoals: “Het grote genieten kan nu beginnen.” Inderdaad, alle seinen staan op groen. Een lieve vrouw en kinderen met wie ik een goede relatie heb (hoewel hier nog wel wat aan te verbeteren is), leuke vrienden en vriendinnen, een meer dan voldoende inkomen voor de rest van mijn leven, een mooi huis in Nederland en in mijn tweede vaderland Italië en meer dan genoeg tijd om wat ook maar te doen. Mijn denken zegt me: je bent een gelukkig mens. Echter, in toenemende mate is er onrust in me, alsof ik iets wezenlijks mis. Het leidt tot de vraag hoe dat kan, terwijl ik toch nagenoeg alles heb. Ik raak in verwarring tussen mijn denken en mijn gevoel. Dat zorgt ervoor dat ik op zoek ga naar hulp. Een hele stap voor mij, omdat ik altijd het idee heb gehad zelf mijn problemen op te kunnen lossen.

Na enkele omzwervingen kom ik terecht bij een hulpverlener bij wie ik het gevoel heb dat ze bij mij past. Zij doet de sug- gestie om over mezelf te gaan schrijven. Dat lijkt me wel wat, omdat ik in mijn opleiding en in mijn werk veel heb geschre- ven. Vanuit die ervaringen begin ik korte stukjes over mijn verleden op te schrijven in een dagboek. Eerst nogal feitelijk. Gaandeweg realiseer ik me meer en meer dat ik nogal ingrij- pende gebeurtenissen heb meegemaakt die me mede hebben gevormd. Er ontstaat iets wat nieuw is voor mij. Het beschrij- ven van feitelijkheden verandert steeds vaker in hoe ik op deze gebeurtenissen en ervaringen heb gereageerd en wat zij met mij deden. Waar ik eerst verklaringen zocht buiten mezelf, ga ik meer en meer naar binnen, naar wat ik erbij voel.

Ik word me steeds meer bewust van mijn persoonskenmerken. Een aantal van deze ‘gasten’ is gemakkelijk te accepteren, omdat ik die zo mooi vind. Van andere is het veel lastiger om die te erkennen. Ze spelen ook een rol in de relatie met mijn vrouw. Ik kom erachter dat het voor mij ware obstakels zijn. Ze zijn de aanzet tot een zoektocht in mezelf, naar hoe ik doe en wie ik echt ben. Het wordt een spannende achtbaan met de nodige ups en downs. Het is voor mij, gewend om controle te hebben, een sprong in het duister, omdat ik niet weet wat ik zal aantreffen en wat het me zal brengen. Echter, keer op keer ontdek ik iets nieuws en dat motiveert me om verder te schrijven. Uiteindelijk blijken de ‘gasten’ die me zo hinderen ware geschenken te zijn.

De hobbelige en soms enerverende reis brengt me steeds dieper naar binnen. Het mondt uit in een voor mij van tevoren volkomen onverwachte en bovendien onmogelijk geachte richting. Mijn gevoel vanbinnen groeit en mijn denken, dat eerder zo bepalend was voor mijn doen en laten, boet stapje voor stapje aan invloed in. Mijn intuïtie wordt sterker en ik leer erop te vertrouwen. Dat vertrouwen wordt versterkt door een aantal wonderbaarlijke ervaringen en ontdekkingen, waar ik gewoonweg niet omheen kan. Dagelijkse meditatie helpt me. In een van die meditaties voel ik een energie in me die zich het best laat omschrijven als pure liefde. Het is heel intens en vol licht. Ook word ik gewaar dat deze liefde verbonden is met een veel grotere kracht.

Geleidelijk komt het tot een breuk met de normen en overtuigingen die door religie, onderwijs, wetenschap en maatschappij bij mij zijn ingesleten. Mijn kijk op de realiteit verandert daardoor en wordt veel ruimer dan ik eerder dacht

en beleefde. Ik besef dat ik geluk en vrede niet vind in wat ik heb, maar in wat ik ben. Ik realiseer me ook dat ik mijn houding en gedrag wel degelijk kan veranderen. De sleutel bevindt zich in mijzelf. Mijn zoektocht maakt me bewuster, gelukkiger, zachter en geïnspireerder dan ooit tevoren. Ik groei naar een ander persoon, meer 'ontwaakt'. De manier van schrijven verandert mee. Dat lukt alleen nog maar als ik me fijn voel. Het geeft mij een geweldige energie.

Door het proces dat ik doorloop, ontdekt mijn vrouw ook meer van zichzelf. De soms moeilijke weg die we samen afleggen, brengt ons beiden veel. Hoe prachtig is het dat wij onze relatie, met ieder onze eigen bagage uit het verleden, kunnen gebruiken voor onze groei. We kunnen het samen beter vinden dan ooit. Onze kinderen komen meer van zichzelf op het spoor, omdat zij ervaren hoe ik verander. Het maakt hen niet alleen bewuster, het brengt me ook dichter bij hen en hen dichter bij mij.

Het pad dat ik ga, levert me een prachtig geschenk op. Ik ontdek dat er niets mooier en uitdagender is dan mezelf goed te leren kennen en ontdekkingen te doen die ik voor onbestaanbaar heb gehouden. Het heeft mijn leven in een bijzonder perspectief geplaatst. Als ik in staat ben oude patronen te doorbreken en geluk en vrede in mezelf te vinden, dan kunnen anderen dat ook. Het is een kwestie van keuzes maken en ervoor gaan. In mijn verhaal zie ik een parallel tussen het proces dat ik doorloop en de ontwikkeling die zich op aarde voordoet. Mijn proces kwam op gang toen ik niet anders meer kon. De wereld staat ook op zo'n punt.

Als meer mensen (nog) bewuster worden van wat er echt toe doet in het leven en van wie ze werkelijk zijn, dan maken we de aarde en alles wat daarop leeft een stuk mooier. Daar zie ik vol verlangen naar uit. Ik zou het fantastisch vinden als dit verhaal mensen daartoe inspireert.

En ... niets is zo mooi als elke dag met een glimlach te beginnen.

Dione Nozza

Son, Percozzone

22 september 2021

DEEL 1: Van onschuldig naar onzeker

Onbekommerde kinderjaren

Het is zaterdagmorgen 22 oktober 1949, halfvijf, als ik geboren word. Mijn ouders hebben dan al een bijzondere weg afgelegd. Mijn vader is een Italiaan, afkomstig uit Zanica, een dorpje vlak bij Bergamo in Lombardije, een provincie in het noorden van Italië. Mijn opa, naar wie ik ben vernoemd, sterft na een langdurige ziekte op 43-jarige leeftijd. Pa is dan pas 11 jaar oud. Doorleren is er niet bij. Gelukkig is hij erg handig. Enkele jaren later begint hij een fietsbedrijfje. Door de economische crisis in Italië hebben mensen niet veel te verteren. Hij reparaert en verkoopt te veel op de pof en zijn bedrijfje gaat failliet. Er is in Italië niet veel te verdienen, maar zijn moeder heeft geld nodig voor haar gezin. Dus gaat hij op zoek naar werk in het buitenland. Hij reageert op een advertentie voor werk in de ijzerindustrie in Longwy, een Franse stad ten zuiden van Luxemburg. Daar wordt hij aangenomen. Later vindt hij werk in Vilvoorde (Brussel). Hij leert er andere Italianen kennen, die terrazzo- en tegelwerk doen. Ze maken ook veel plezier. Mijn vader kan prachtig zingen. Hij treedt zelfs op voor de Belgische radio.

Eind jaren dertig belandt hij in Son om te helpen bij de installatie van een tegelfabriek (Bims) aan de Kanaaldijk Noord. Hij heeft eigenlijk maar één doel: zoveel mogelijk geld verdienen en dat opsturen naar mijn oma. Het liefst wil hij weer snel terugkeren naar zijn familie om daar werk te vinden met het gespaarde geld. Door het uitbreken van de Tweede Wereldoorlog kan hij niet terug naar Italië. Hij duikt regelmatig onder om de Arbeitseinsatz in Duitsland te

ontlopen. Na de bevrijding wil hij snel naar huis, maar de gespaarde 800 gulden (heel wat geld in die tijd) worden hem bij het fouilleren door Amerikaanse soldaten afgepakt. Hem rest niets anders dan weer werk te zoeken. Hij vindt dat op vliegveld Welschap, tegenwoordig Eindhoven Airport.

Mijn moeder komt uit Dinther in Noord-Brabant. Ze heeft haar ouders niet gekend. Haar vader is al overleden voor haar geboorte, haar moeder sterft in het kraambed. Ze is meteen wees. Pas jaren later komt ze erachter dat ze een broer en een zus heeft. Die komen na het overlijden van mijn oma elk op een andere plek terecht. Mijn moeder wordt eerst door de baakster en later door allerlei familieleden opgevangen. De situatie waarin ze verkeert, is verre van rooskleurig. Als jong meisje woont ze een bepaalde periode telkens bij een ander familielid. Uit een overzicht van de burgerlijke stand van de gemeente Uden blijkt dat ze niet is ingeschreven als familielid, maar als dienstmeisje. Ik vermoed dat ze haar situatie wilde ontvluchten en dat ze daarom haar zus volgt naar het klooster van de Franciscanessen. Haar naam wordt zuster Maria Carina. Ze rondt met succes een opleiding tot verpleegkundige en verloskundige af. Echter, in tegenstelling tot haar zus heeft ze niet de roeping in het klooster te blijven. In 1945 treedt ze uit, een nogal uitzonderlijk en krachtig besluit in die tijd. Snel krijgt ze een baan aangeboden in een dorp vlak bij het klooster. Maar iemand die uitgetreden is een baan aanbieden zo dicht bij dat is voor sommige mensen, zeker voor familieleden, toch moeilijk. Daarom gaat ze wat verder weg op zoek naar een baan als verpleegkundige en kraamverzorgster. Die vindt ze in Son.

Mijn ouders hebben in hun prille leven veel meegemaakt. Ze ontmoeten elkaar na enige omzwervingen en al enigszins op leeftijd vlak na de Tweede Wereldoorlog. Ze trouwen in 1948. Mijn vader is dan 41 jaar oud, mijn moeder bijna 36. Weer een bijzonder besluit van mijn moeder: trouwen met een Italiaan. Helemaal omdat er mensen in het dorp zijn die haar dat afraden. Ze krijgt opmerkingen te horen als: “Italianen, die zijn toch niet te vertrouwen?” en: “Waar begin je toch aan?”.

In de tijd na de oorlog is het moeilijk een geschikt huis te vinden. Toch is er een huisje in Son aan de Boslaan, nummer 11. De muren zijn enkelsteens gemetseld, waardoor het binnen vaak vochtig is en dus ongezond. Daar word ik geboren. Het is een moeilijke bevalling, een tangverlossing, waarover mijn moeder nog jarenlang zou praten. Vaak brandt de kolenkachel ook 's nachts. In een nacht huil ik mijn ouders wakker, misschien wel omdat ik moeilijk adem krijg. Wat blijkt: de hele woning zit vol kolendamp. Mijn vader kan half bedwelmd nog net uit bed komen om met veel moeite een raam open te stoten. Ik herinner me nog enkele andere dingen uit die eerste jaren. Ik heb gedanst bij het kistje van mijn kleine broer Leone. Hij overlijdt binnen twee maanden na zijn geboorte in november 1951. Op verzoek van de specialisten staan mijn ouders autopsie toe. Daaruit wordt de doodsoorzaak duidelijk. Door een speling van de natuur komt een van zijn slagaders uit de verkeerde hartkamer.

In 1952 gaan we op vakantie naar de familie in Zanica, waar mijn oma woont. Een lange treinreis. Ik rijd er veel rond op een driewielertje. Ik wil alleen maar watermeloen

eten. Daar word ik zó ziek van dat de dokter adviseert dat ik beter wat kan aansterken voor we weer teruggaan naar Nederland.

We verhuizen naar een nieuwe woning aan de Antoon van de Venstraat in Son. Een twee-onder-een-kapper met een grote tuin, zoals toen gebruikelijk. Een tuin die vooral gebruikt wordt om groenten in te verbouwen. In november 1953 wordt weer een broertje geboren. Enige tijd daarna gaat mijn vader naar Italië, omdat mijn oma op sterven ligt. Ik herinner me daarvan nog dat mijn moeder boven het kinderbedje van mijn broertje gebogen staat en huilt. Ik vraag haar of er iets met hem aan de hand is. Ze zegt dat ze bang is dat mijn vader misschien langer weg zal blijven. Die gedachte is ongetwijfeld mede ingegeven door allerlei waarschuwingen die ze vóór haar huwelijk heeft gehad. Het maakt een grote indruk op mij. Gelukkig komt mijn vader spoedig terug. Een telegram met het overlijdensbericht van zijn moeder valt een paar dagen na zijn thuiskomst op de mat. Ze is overleden terwijl hij in de trein naar Nederland zat. Mijn ouders hebben het niet breed. Eén keer heb ik hen horen praten over een tekort aan geld. Dat vond ik niet fijn te horen.

Ik weet nog goed dat mijn vader in mijn kleuterjaren verhaaltjes voorleest in het Italiaans, zwart-witte strips van Topolino (Mickey Mouse) en Paperino (Donald Duck). Ook leert hij mij Italiaanse liedjes. Ik vind dat heel leuk. Bij een feest van tante-zuster sta ik op een tafel en zing liedjes. Mijn latere liefde voor Italië, de Italiaanse taal en cultuur beginnen daar. Van de ene op de andere dag wil ik echter niet meer dat mijn vader iets in het Italiaans voorleest of met me zingt. De oorzaak van deze radicale ommekeer ligt bij een

ingrijpende gebeurtenis op de kleuterschool. Er is daar een kloosterzuster met wie ik het niet goed kan vinden, of liever gezegd: van wie ik het gevoel heb dat zij mij niet zo ziet zitten. Ze heeft me een keer fors in mijn duim geknepen. Ook is er in mijn herinnering een beeld dat ik als klein kind een korte broek aan heb en sloffen draag. Iets wat altijd zo was op de kleuterschool. Ik bevind me op de zolder van die school om zilveren capsules van melkflessen voor de missie te tellen. De non zegt iets wat bij mij als heel vervelend overkomt. Het gaat over mijn vader en het Italiaans. Ik weet niet meer wat ze precies zegt. Volkomen overrompeld krijg ik het sterke gevoel dat ik niet goed genoeg ben. Ik voel me afgewezen. Mijn zelfvertrouwen krijgt een opdonder. Thuis durf ik er niets van te zeggen, omdat ik bang ben voor mogelijke represailles van de non. En misschien ook wel om mijn vader niet te kwetsen. Ik wil niets meer weten van het Italiaans van mijn vader. Hij doet nog enkele pogingen met mij het Italiaans weer op te pakken, maar ik wil niet meer. Die zolder en wat daar is voorgevallen, komt me met enige regelmaat voor de geest.

Mijn vader is erg gevoelig en emotioneel. Hij is ook weleens onzeker en dat uit zich in een ‘pleasend’ gedrag naar anderen toe. Emoties kunnen hem soms als het ware helemaal overnemen. Bijvoorbeeld als hij boos of verdrietig is over iets. In zo’n situatie weet ik niet altijd hoe hij zal reageren. Dat weet ik wel als ik iets verkeerd gedaan heb. Dan kan het gebeuren dat ik een paar klappen krijg. Zo heeft hij een mooi houten hekje met een poortje erin met veel liefde en inzet getimmerd in de tuin, zodat mijn broertje niet weg kan lopen en toch buiten kan zijn. Op een middag kom ik thuis van school. Ik wil over het hekje springen, maar dat lukt me

niet en dus valt een deel van het hekwerk om. Mijn moeder zegt meteen dat ik er wel van langs zal krijgen als mijn vader thuiskomt. Ik ben bang en verstop me in een grote kledingkast. Daar vindt mijn vader me en kwaad als hij is, krijg ik meteen een paar draaien om de oren. Mijn vertrouwen krijgt opnieuw een deuk.

Ondanks dat is de periode van de lagere school toch een fijne tijd thuis. Ik geniet heel veel van spelen, buiten en binnen. We hinkelen op straat (er is nog nauwelijks verkeer), spelen verstoppertje en doen ondeugende dingen. Bijvoorbeeld een grote biet uithollen, er een spookachtig gezicht in kerven en er dan een kaars in zetten tegen de tijd dat het donker wordt. We jagen een keer de kinderen van een familie in de buurt de stuipen op het lijf. We gaan ook vaak met een stel voetballen op een veldje in de buurt. Soms gaan we naar het bos en graven er gangen die we afdekken met takken of racen er op een oude fiets. Binnen speel ik vaak met lego en doen we allerlei spelletjes. Ik heb een brede en grote interesse in nagenoeg alles. Die brede belangstelling wordt nog versterkt op de basisschool, met name door een leerkracht die enthousiast prachtige verhalen vertelt aan de hand van enkele grote wandplaten. Ik lees veel. Het boek *De Witte* van Ernest Claes maakt een diepe indruk op me. Het godsbeeld van De Witte zet me aan het denken: een driehoek met daarin het alziend oog van God. Is het werkelijk zo dat God alles in het oog houdt en straft waar nodig? Is het iemand die altijd angst inboezemt? Het biechten en de boetedoening daarna als vast ritueel van het katholieke geloof dragen ertoe bij dat mijn gevoel van niet goed genoeg zijn wordt versterkt. Ik kan me dan ook erg verplaatsen in de De Witte. Ik lees bijna alle delen van Karl May en ben ook erg geïnteresseerd in sciencefic-

tion. Al lezende voel ik me vaak onderdeel van het verhaal, alsof ik eraan deelneem. Mijn aandacht richt zich met name op de strijd tussen ‘goed’ en ‘kwaad’ en op bovenmenselijke vaardigheden. In het dagelijks leven ben ik een braaf, keurig en aangepast kind. Net als veel kinderen ga ik bijna elke morgen voor schooltijd naar de kerk. Ik kan het goed vinden met veel van hen, hoewel ik ook soms gepest word. Ze noemen me dan niet bij mijn voornaam of achternaam, maar rotzak of snotzak. Een variant op mijn toch wel aparte achternaam. Gaandeweg ontwikkel ik een grote belangstelling voor de oude geschiedenis, van prehistorie tot en met de Romeinen. Het is bijna liefde. Vooral de oude Egyptische geschiedenis vind ik erg indrukwekkend. De geheimzinnige grote piramides en de nog mysterieuzere cultus om lichamen te conserveren voor een leven na de dood fascineren me. Mijn ouders geven me een keer met Sinterklaas een geweldig op mij afgestemd cadeau: een tweedelige atlas van de wereldgeschiedenis. Ik heb ze verslonden. Ik droom ervan leraar geschiedenis te worden, met net zoveel enthousiasme als de leerkracht op de basisschool. Die boekjes heb ik nog steeds.

In de zesde klas komt er een nieuw hoofd van de school. Hij is ook onderwijzer van klas zes. In klas vijf is er nog sprake van dat ik naar de mulo (meer uitgebreid lager onderwijs) zal gaan, maar de nieuwe directeur ziet meer in mij en in enkele van de andere kinderen. Hij is van mening dat ik zeker hbs (hogere burger school) kan en zelfs wellicht gymnasium. Ik doe toelatingsexamen op het Van der Puttlyceum. Ik haal de toets met gemak en word geplaatst in gymnasium klas 1G, een jongensklas. Overigens verloopt dat proces op weg naar de middelbare school in de buurt niet zonder slag of

stoot. De zoon van onze huisarts, die tegenover ons woont, krijgt een lager advies dan ik. Dat is toch wat. De zoon van een fabrieksarbeider, die ook nog eens Italiaan is, zou naar het gymnasium kunnen en de zoon van de arts niet? Ook onze burens hebben er een duidelijke mening over. Ik hoor hen een keer in de schuur zeggen hoe belachelijk het is dat ik niet naar de ambachtsschool ga en snel geld verdien, zoals hun kinderen doen. En dan nog wel naar het gymnasium. Ik denk dat mijn ouders trots waren op mij dat ik zo goed kon leren, maar ook wel gemerkt moeten hebben hoe sommige mensen reageerden. Het gedoe in mijn directe omgeving maakt me wel onzeker. Het haakt aan bij de gevoelens die ik ervoer op de zolder van de kleuterschool. Ik voel iets van niet mogen zijn wie ik ben, anders zijn, afgewezen worden, iets van discriminatie, als 'halve' Italiaan.

Dagelijks fiets ik naar de middelbare school in Eindhoven. Wat later komt een van mijn vrienden op het idee in de blok-hut van de scouting een fuif te geven. We doen een playback van The Beatles. Ik speel George Harrison. Voor een paar van ons vieren een mooie gelegenheid een meisje te versieren. Ik ben daar nog niet aan toe. Ik doe wel een poging door mijn overbuurmeisje, de dochter van de huisarts, te vragen of ze meewil naar een feestje. Ze wil erg graag en vraagt me haar moeder om toestemming te vragen. Dat doe ik, bemoedigd door de hulp van mijn moeder. Haar moeder is het er helemaal niet mee eens helaas. Ook deze gebeurtenis draagt ertoe bij dat mijn gevoel van afgewezen worden, niet goed genoeg zijn, wordt versterkt. Het maakt me onzeker. Mede daardoor weet ik me lange tijd geen raad met al die leuke meisjes die er op school rondlopen. Een onzekerheid die ik jarenlang heb gehouden.