

Het verhaal van duizend levens

Interactieve versie

HOUSE OF JOY

Het verhaal van duizend levens

Interactieve versie

Aowa Joy

Eerste druk complete editie van drie eerder verschenen en opnieuw bewerkte delen: De terugkeer van de healers, Het temmen van de olifant, De komst van de Draak en aangevuld met nieuw materiaal en is interactief (met ruimte voor vragen aan de lezer n.a.v. een thema in Het verhaal, en de gelegenheid het antwoord of de reflectie in de tekst op te schrijven).

Schrijver: Aowa Joy

Coverontwerp: Aowa Joy

ISBN: 9789465019550

<https://www.houseofjoy.online/>

© -september-2024. This work is openly licensed via Common Creatives *BY-SA 4.0*

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Moed boven comfort
(Brené Brown)

Ken je zelf

Introductie

Je staat op het punt een verhaal te lezen dat ik als waargebeurd heb ervaren. Ooit, voordat ik aan dit leven op Aarde begon, heb ik afgesproken om in deze tijd van ongekend grote veranderingen te leven en er ook verslag van te doen. Ik was niet de enige die verslag zou doen, we zijn met ongeveer veertig zielen die dit hebben afgesproken. Niet iedereen zal er over schrijven, maar andere vormen van vertellen vinden. Dit was niet de enige groep waarmee ik naar de Aarde kwam, ik kwam ook als een van de Shaumbra¹, een groep van ongeveer 300.000 zielen en verliet deze groep ook weer.

Lang was ik mij niet bewust van de afspraak om verslag te doen, tot ik in korte tijd twee signalen kreeg en een jaar later nog een. Het eerste signaal kwam van White Bull die luid en duidelijk tegen mij zei: 'schrijf je verhaal, dan zul je jezelf beter begrijpen en misschien hebben anderen er ook nog iets aan.' Het tweede signaal kwam in de vorm van een tik op mijn schouder van Tithua, een bijna onzichtbaar wezen, die vertelde dat wij allebei storytellers waren. Over signaal nummer drie lees je in dit verhaal. Na verloop van tijd kwam ik te weten dat er nog een wezen was dat deel uitmaakt van dezelfde ziel, en dat dit wezen als een van de eersten miljoenen jaren geleden naar de Aarde was gekomen, toen de Aarde nog een kale rots was, een donkere en koude plek, verstoken van leven. Dit deel van onze ziel verliet ooit vrijwillig haar engelenfamilie ver van de Aarde om contact te maken met andere levende wezens, en arriveerde met nog een aantal net nadat Gaia op Aarde was aangekomen om deze kale rots met haar energie te bezielen.

De reden voor actie was dat energie steeds meer leek te vertragen, waardoor de angst groeide dat het leven zou verdwijnen. En omdat er geen contact meer was met andere volken, was er ook geen informatie over wat te doen om het tij te keren. De groeiende angst veroorzaakte op een gegeven moment oorlogen in het hele universum, oorlogen die in deze tijd bekend staan als de galactische oorlogen of sterrenoorlogen. Als een van de leiders van haar engelenfamilie ging dit wezen op zoek naar wat er aan de hand was en hoe het probleem kon worden opgelost. Wat haar al snel duidelijk werd, was dat haar engelenfamilie niet de enige engelenfamilie was waar alles vertraagde, het bleek een probleem te zijn voor iedereen die ze ontmoette. Er werd gezamenlijk een plan gemaakt, en leven op Aarde creëren bleek deel uit te maken van het plan.

Nu, in deze tijd van ongekende veranderingen en grote turbulentie, kwam Tithua vanuit de toekomst naar me toe en het enige dat ik over haar weet is dat ze er niet erg menselijk uitziet, eerder als een elf. Ik had overigens niet meteen door dat ze uit de toekomst kwam, dat duurde even. Zij en White Bull waren het dus die mij hielpen herinneren aan mijn afspraak om verslag te doen. Uiteindelijk was het de opgestegen meester Kuthumi die mij een flinke zet gaf om niet langer te wachten en dit verhaal in het jaar 2024 te publiceren. 'Get it out!' zei hij op een gegeven moment, 'many people will benefit from it, and this time your life's work will not be destroyed.' Ooit in een van mijn laatste Atlantische levens moest ik mijn levenswerk vernietigen en die angst heeft mijn ziel al die jaren meegedragen tot het tijd werd om het op te lossen. Ook dit deel van het verhaal vind je terug in dit boek.

Hoe het zo kwam dat het ene na het andere vorige leven zich begonnen te roeren, word je vanzelf duidelijk wanneer je dit verhaal leest.

Ondertussen leid ik een ogenschijnlijk gewoon leven als vrouw, al is niets minder waar. Waarom? Omdat dit leven mijn laatste leven op Aarde is, en dat maakt dat het een tamelijk ongewoon leven is, waarin op een gegeven moment de meester, de door alle levens heen verworven wijsheid, het roer overnam en mij paden opleidde die ik niet voor mogelijk hield. Vervolgens bleek ook de meester het stokje over te moeten dragen en wel aan mijn Ik Ben Dat Ik Ben, mijn divinity². Breek je hoofd er niet over hoe dat allemaal kan want je leest het wel. Al lezend zal je veel duidelijk worden, waarschijnlijk ook over je eigen leven.

Ik hoop je te inspireren, te informeren en je af en toe een kreet van herkenning te horen slaken. Bovenal hoop ik dat je tot het inzicht komt dat je niet alleen bent en ook niet gek! En... ik beloof je om het verhaal zo licht, luchtig en humoristisch mogelijk te vertellen. Klaar? Laten we er dan in duiken!

Omdat je de interactieve versie in je handen hebt, een aanvulling. Je staat op het punt om niet alleen mijn verhaal te lezen maar ook je eigen verhaal te vertellen. Om dat te kunnen doen, heb je moed nodig want je zult werkelijk eerlijk en kwetsbaar moeten zijn om het een zinvolle onderneming te laten zijn. Kwetsbaar zijn maakt je onzeker, je hebt namelijk geen controle over de uitkomst, er kunnen zaken naar de oppervlakte komen die je nooit onder ogen durfde te komen, die pijnlijk zijn bijvoorbeeld. En weet je wat? Het is allemaal goed, het maakt allemaal deel uit van je ervaringen die je uiteindelijk naar wijsheid leiden, of hebben geleid. Niets is goed of fout, alles is slechts ervaring, onthoud dat! Accepteer wie je bent, wees begripvol en lief voor jezelf, luister alleen naar je eigen wijze innerlijke leiding, zie waar je er naar neigt om aan verwachtingen van anderen te voldoen, soms zijn ze niet eens meer in je buurt maar klinken hun stemmen nog steeds.

Wat je schrijft is alleen voor jezelf – tenzij – je anders kiest, dus ga er helemaal voor, pas dan heb je iets aan dit boek. En vergeet vooral niet om er ook van te genieten.

Daar gaan we dan!

The Fall of Atlantis, acryl op canvas, in verschillende lagen geschilderd tussen 2017 en 2022 omdat ik geen idee had waar het schilderij naar toe wilde.



Prelude

Heel, heel lang geleden was er een beschaving die we nu Atlantis noemen. Atlantis besloeg een groot gebied dat voor een deel tussen Cuba en Mexico lag en zich zowel in de richting van de Middellandse zee als in de richting Groenland en de Noordpool uitstreckte. Het klimaat was aangenaam warm. Atlantis bestond meer dan honderdvijftigduizend jaar.

Het leven in Atlantis draaide om de gemeenschap waarin werk centraal stond, er was geen ruimte voor soevereiniteit. Een privéleven zoals wij dat nu kennen was er nauwelijks, ook geen achturige werkdagen. Mensen aten en sliepen vaak op hun werkplek en gingen slechts af en toe naar huis.

De eerste periode was idyllisch, maar naarmate de behoefte groeide om controle uit te oefenen over de mensen die er woonden, veranderde de samenleving. Er ontstond op een gegeven moment namelijk het idee om meer conformiteit onder de mensen te creëren, zowel fysiek als mentaal. Waarom? Om de verschillen te nivelleren, want die waren enorm: de een was bijvoorbeeld drie meter lang, de ander amper vijftig centimeter of nog minder. Ook mentaal waren de verschillen groot. Om dat laatste te veranderen en meer mentale overeenstemming te creëren, werden speciale hoofdbanden ontworpen. De hoofdbanden bevatten sterk geladen kristallen die het bewustzijn van de drager beïnvloedden en er programma's in aanbrachten. Hierdoor nam het contact met de ziel en daarmee de intuïtie af en nam dat van de mind¹ toe. Het idee om meer conformiteit te creëren ontstond met de beste bedoelingen, maar uiteindelijk mondde het uit in machtsmisbruik met alle gevolgen van dien. De onderlinge harmonie ging verloren en Atlantis raakte steeds meer uit balans.

De uiteindelijke ondergang van Atlantis werd door een paar zeer bewuste Atlantiërs veroorzaakt, zij trokken simpelweg de stekker eruit, wat leidde tot enorme branden, vloedgolven en overstromingen waardoor Atlantis zonk. Vlak daarvoor werd er nog een ongekend grote maatregel getroffen namelijk het afsluiten van de Aarde voor buitenaardse interventie dat als doel had om de zeer geavanceerde technologieën van Atlantis te confisqueren. Als de interventie was geslaagd zou de kennis en kunde van de Atlantiërs tot enorme ellende voor de mensheid en anderen hebben geleid. Het afsluiten van de Aarde heeft wat de sluier wordt genoemd, gecreëerd. Onder invloed van het groeiend bewustzijn op Aarde is er in maart 2023 een opening ontstaan in deze sluier. Deze opening brengt Nieuw Licht naar de Aarde.

In de tempels van Tièn, deel van Atlantis en gelokaliseerd waar nu ongeveer de Bermuda driehoek is, hadden zich in de loop van de geschiedenis een groep Shaumbra verzameld. Deze groep mensen kreeg op een gegeven moment visioenen en zag wat er in zowel de nabije als de verre toekomst zou gaan gebeuren als gevolg van ingrepen zoals de hoofdbanden en de genetische manipulaties, en besloot dat ze met hun bewustzijn er invloed op uit zouden gaan oefenen. Hoe? Door hun licht, het zogenaamde Christusbewustzijn², te laten schijnen. De leden van de groep Shaumbra, bouwden een enorm vuur dat jarenlang brandde, en droomden al die tijd over hoe te voorkomen dat mensen in de verre toekomst hun menselijkheid zouden verliezen en volledig onder invloed zouden komen van technologie zonder verbinding met de ziel en het grotere bewustzijn. De droom werd zo sterk dat hij in een code veranderde, die

vervolgens onderdeel werd van de energie van de zielen van Shaumbra maar ook van andere, kleinere groepen.

Veel Shaumbra stemden ermee in om aanwezig te zijn in de tijd van Jeshua - ten onrechte ook wel Jezus genoemd - drager van het Christusbewustzijn – en in deze tijd van enorme groei in technologische mogelijkheden, de aanwezigheid van kunstmatige intelligentie en sociale onrust en klimaatveranderingen. De code leidde hen naar deze tijden.

Na de ineenstorting van Atlantis werd de Aarde aan het oppervlak onleefbaar. Een kleine groep Atlantiërs verzamelden zich in Wales, een andere in de Himalaya's. Andere groepen overlevenden gingen ondergronds en leefden daar eeuwenlang, totdat het licht van de kristallen die onder de grond aanwezig waren te sterk afnam om er nog langer te kunnen leven en kwamen naar het oppervlak van de Aarde.

Laat ik je nu eerst meenemen naar het jaar 2007, een jaar waarin ik als mens uit mijn veel te krappe jas stapte en de gebaande paden verliet.

Heb jijzelf een herinnering aan Atlantis? Denk je dat een van je vorige levens in de tijd van Atlantis heeft plaatsgevonden? Of geloof je niet in vorige levens?

Schrijf je antwoord hieronder. Misschien duiken er pas veel later herinneringen op, of vage gevoelens. Dus is het nu blanco, lees gewoon verder en kom terug als er wel wat over te schrijven is.



In 2007 maakte ik dit werk met oliepastel en lijnolie op houten board.
Eva ontwaakt en gaat nieuwsgierig op zoek naar de zin van haar leven.
Eva is in de eerste drie delen mijn stand-in geweest, dat schreef makkelijker.

Hoe druk jij jezelf het liefst uit als je geen woorden kunt of wilt gebruiken?

Als je er een afbeelding van hebt, plak die dan hieronder.

Of geef een beschrijving.

1.

‘Mag ik je glas nog een keer volschenken?’ vraagt een van de begeleiders. Ik schud mijn hoofd, ‘even wachten, alsjeblieft,’ breng ik nog net uit. Ik voel mijn hoofd licht worden en een golf misselijkheid opkomen. Ik doe mijn ogen dicht, tegelijkertijd verschijnen er witte en blauwe bollen. Van alle kanten komen ze vanuit het duister op me af. Ik raak de grip kwijt en word bang. Ik kijk naar de bollen, bellen en kleuren en laat me uiteindelijk meevoeren; dit is niet meer te stoppen. Een kort ogenblik kijk ik naar de geruststellende aanwezigheid van de begeleiders en sluit mijn ogen weer. De witte en blauwe kleuren veranderen al snel in een ware regenboog. Omringd door een caleidoscoop van al deze kleuren, zweef ik naar een circusachtige omgeving, waar niet alleen bollen en bellen, maar ook achtbanen en ladders rondcirkelen. Ik zie tussen alles door clownachtige types vliegen, die zich de Dwazen noemen, weet ik zomaar. Moeiteloos bewegen ze samen met al die buitende bollen, bellen, cirkels en ladders. De Dwazen lijken me ineens in de gaten te krijgen en komen al snel dichterbij. Voor ik het weet, buitelen ik samen met ze verder, steeds dieper het universum in.

Een van de Dwazen kijkt me aan en laat me woordloos weten dat dit het leven is dat voor mij is bestemd; dat het van groot belang is hiervoor te kiezen. Een gevoel van blijdschap welt op en ik laat mij verder meeslepen door deze aanstekelijk vrolijke figuren. Eenmaal hoog in het circus - dat zonder einde lijkt te zijn en ergens in het universum zweeft - realiseer ik mij plotseling dat ik mijn benen en voeten niet meer voel. Ik stop met buitelen en kijk naar beneden. Daar ver onder me bungelen mijn benen, ze zien eruit alsof ze van een lappenpop zijn. Ik weet dat die benen en voeten van mij zijn, maar ik voel het niet. Ik kijk er opnieuw naar en weet niet hoe ik bij mijn voeten moet komen. Al starend naar beneden probeer ik te bedenken hoe het zit, waarom ik mijn voeten niet voel en wat ik moet doen om ze weer bij me te laten horen. Er zit een groot gat, of eigenlijk helemaal niets tussen mijn hoofd en mijn voeten. Ik probeer vanaf mijn hoofd de weg te vinden die naar mijn voeten loopt. Het lijkt wel een doolhof waar ik volledig de weg in ben kwijt geraakt. Dit is absurd. Belachelijk! Daar hang ik dan ergens in het universum en kan de weg naar mijn voeten niet meer vinden! Ik krijg een enorme lachbui en al gierend van het lachen hoor ik ineens een mannenstem.

‘Tja,’ zegt de stem, ‘hoe kom je nu bij je voeten?’

‘Zeg het maar,’ reageer ik direct.

‘Je bent in conflict met onze energie, de mannelijke energie, zowel in jezelf als in de buitenwereld. Soms zet je er in de buitenwereld te veel van in en soms te weinig. In contact met ons, mannen, doe je hetzelfde. Zo is het moeilijk voor ons om je echt te leren kennen. Ga je werkelijk een verbinding aan, zowel innerlijk als in de buitenwereld, dan vind je heelheid. Je gebruikt je seksuele energie, je aantrekkingskracht, om de controle over ons te houden. Je leidt daarmee de aandacht af van waar het werkelijk om gaat. Dat is niet de weg.’

‘Hoe moet het dan?’

Het lijkt me beter om niet met hem in discussie te gaan, daarvoor is de tijd te kostbaar en bovendien de discussie ook niet zo de moeite waard, als de informatie die ik heel graag van hem wil krijgen. Ik voel dat ik niet veel tijd heb om vragen te stellen; deze man is maar heel even beschikbaar is. Hij gaat verder.

‘Je hebt er wel een man voor nodig. Een man waarmee je een goddelijke verbinding aangaat, een man die jou werkelijk kan bereiken, die jouw energie in zich op wil en durft te nemen, een man die weet wat het is om man te zijn. Dat zal maken dat je heelheid vindt, dan vind je als vanzelf de weg naar je voeten terug.’

Dan is hij verdwenen. Ik vang nog net een glimp op van zijn uiterlijk. Het is een prachtige, bruin getinte man met lange donkere haren en een indrukwekkende uitstraling. Hij lijkt wel een indiaan. Hij straalt bovendien zoveel autoriteit uit dat hij alle mannen lijkt te vertegenwoordigen. Ik ben diep onder de indruk en blijf verbijsterd achter. Want wat hij me laat weten is toch precies wat ik al heel lang wil, een echte diepe liefdesrelatie? Zo één waar één plus één drie is in plaats van twee. Zoals deze man het laat zien, ben ik niet op de goede weg. Voordat ik daar verder over kan nadenken word ik weer meegesleurd en uitgenodigd te spelen. Al buiteland door het universum maak ik me niet meer druk over mijn voeten en de man. Een van de Dwazen komt op me afgevlogen en reikt me een jas aan. Het is een schitterende jas, gemaakt van buffelhuid maar desondanks ongelooflijk soepel. De binnenkant is fluweelachtig maar nog zachter en dieprood. De Dwaas houdt mij de jas voor, ik glijp er in en vlieg met jas en al verder. Ineens is de indiaan er weer. Hij zegt niets, maar schuift Bas, mijn ex-geliefde, voor mijn neus. Ik kan mijn ogen niet geloven. Niet Bas, alsjeblieft. De scherpe kantjes van de pijn van dat wat er tussen hem en mij is gebeurd, nu twee maanden geleden, zijn er net af.

‘Je vergist je, meneer de indiaan,’ roep ik, ‘haal die man maar weer weg.’

De indiaan is nergens meer te bekennen. Ondanks de opnieuw opflitsende pijn schiet er ook een gevoel van schaamte door me heen, want ik liet me ontzettend gaan. De manier waarop ik van Bas afscheid nam verdiende in de verste verte niet de schoonheidsprijs. Misschien bedoelde de indiaan dat? Eerst in orde maken wat ik heb bedorven, anders ben ik een echte diepe liefdesrelatie niet waardig, zoiets? Ik merk dat ik akelig nuchter word en roep zachtjes één van de begeleiders om mij nu wel een nieuw glas ayahuasca¹ in te schenken. Ik drink het glas snel leeg, want als ik ga proeven lukt het me niet meer de intens bittere thee op te drinken. Al snel komen er nieuwe beelden. Maar daarmee verschijnt Bas opnieuw.

‘Wel verdorie,’ roep ik, ‘kan deze onzin alsjeblieft ophouden?’

In plaats van één Bas zijn er plotseling wel tien Bassen om me heen. Ik kijk van de ene naar de andere en ineens is daar het weten dat mijn gevoel van liefde voor hem oprecht was, dat ik die liefde had moeten eren. Ik was zelf verantwoordelijk voor de leugen tegen deze liefde. Is die liefde wel voorbij? Houd ik mezelf voor de gek? Nee, vast niet. Ik was zo opgelucht nadat ik hem had toegeschreeuwd dat ik hem nooit meer wilde zien, nee, ik houd mezelf niet voor de gek. Ondertussen blijven alle Bassen om me heen cirkelen alsof ze nog iets te zeggen hebben. Maar ik vind het genoeg geweest en probeer ze opzij te schuiven.

‘Ga weg jullie, ik ben hier voor heel andere dingen. Ik ben hier om mijn bezieling terug te vinden.’ Met een schok realiseer ik me dat het precies is wat me wordt getoond. Ik ben de weg naar mijn voeten kwijt; mijn bezieling ligt in heelheid en de verbinding is verbroken.

Ayahuasca blijkt me regelrecht naar mijn eigen waarheid te voeren. Wat ik ook doe, één Bas houdt me de rest van de tijd gezelschap en volgt me als mijn eigen schaduw. Na een aantal pogingen om hem van mijn netvlies te krijgen, geef ik het op.

Opeens zie ik mezelf druk bezig met mijn werk, met het regelen van onbenulligheden en met mij zorgen maken om mijn kinderen, al zijn ze alle drie volwassen. Ik lijk constant controle te willen houden over alles wat er gebeurt en wat ik doe. Vanaf de plek waar ik mij bevind – wie is die ik eigenlijk? – kijk ik naar de andere ik en weet ik dat het totaal onbelangrijk is wat die persoon, die ik daar ben, doet. De echte ik is degene die kijkt naar de andere ik. ‘Hou op,’ roept

de echte ik. Ik zie dat ze het nooit goed genoeg vindt wat ze doet, zoals ze zichzelf nooit goed genoeg vindt. Bovenal zie ik hoe uitgeput en hoe ziek die vrouw daar is. Een enorm gevoel van liefde en mededogen stroomt naar binnen. Ik begin hard te huilen, het doet me zoveel pijn om te zien wat daar met mij gebeurt. Die vrouw daar is oprecht, haar twijfels zijn onnodig, die vrouw is bovendien niet bedoeld om te doen wat ze doet. Ze is één van de Dwazen, ze moet spelen, weet ze dat dan niet? ‘Hou op,’ schreeuw ik opnieuw van binnen. ‘Vertrouw maar dat het kan. Stop, rust eens uit, ga herstellen, ga spelen en leven, dit wat je nu doet heeft niets met leven te maken. Stop nu en niet later! Dat later komt nooit, het zal steeds opnieuw later zijn en nooit nu. Kom maar bij mij, kom maar.’ Zachtjes wieg ik haar heen en weer. Ze merkt het niet en gaat door met waar ze mee bezig is. Wat loopt daar toch over haar rug? Ik probeer de brede, bruine, grofkorrelige streep aan te raken die van haar schouderblad naar de linkerhersenhelft loopt. Het lukt niet. Hoe is het mogelijk dat zoiets duidelijk zichtbaars niet zichtbaar is op een foto? Dit moesten artsen kunnen zien, dan is het afgelopen met die onzin van wat niet aangetoond kan worden, bestaat niet. En verzekeraars die hun klanten daarom niets uitkeren zouden ook eens een glaasje ayahuasca moeten drinken. Whiplash bestaat niet? Dames en heren medici en verzekeraars, komt u maar eens kijken! Het beeld ebt weg en in grote vaart marcheren er rupsachtige wezens door de cellen van mijn lichaam. Ze zijn goudgroen en bestaan uit allemaal vierkantjes. Elk vierkantje heeft een zwarte stip. Het is net een goed gedrild leger dat in strakke, aaneengesloten lange rijen en met een ongelooflijke snelheid door mijn cellen rond marcheert. Het dringt plotseling tot me door dat het de parasieten zijn die de ziekte van Lyme veroorzaken. Wel verdorie, zie je wel, ik had gelijk, daarom ben ik zo moe, het is helemaal nog niet genezen. Gefascineerd blijf ik kijken naar de rijen en rijen goudgele wezentjes die voorbij komen.

Plotseling dobber ik in een prachtig bassin. Ik kijk om me heen en zie allemaal bloemen drijven, de een nog mooier dan de andere. Ik lig op mijn rug en voel dat ik word gedragen door een liefdevolle energie. Dan ebben langzaam de beelden weg en val ik in slaap.

Op de terugweg in de trein houdt Bas mij de anderhalf uur durende reis naar huis nog steeds gezelschap. Ik moet er niet aan denken dat alles zich nog eens zal herhalen. Inmiddels is het mij wel duidelijk dat ik met de manier waarop ik Bas uit mijn leven heb gezet geen vrede heb. Ik kijk uit het raam en probeer mijn gedachten ergens anders op te richten en zo het stemmetje dat me aanzet om er iets aan te doen het zwijgen op te leggen. Het lukt me niet. Thuisgekomen pak ik mijn laptop en schrijf een bericht met excuses aan Bas. ‘Laat dit naar vrede leiden,’ bid ik en druk op verzenden.

Opmerking t.a.v. entheogene middelen (entheoegen betekent de God in jezelf), zijn niet zomaar voor iedereen geschikt en niet iedereen heeft er baat bij. Voel goed voordat je hiertoe besluit.

Heb jij ervaring met entheogene middelen?

Zo ja, hoe zou je je ervaring omschrijven?

En welke inzichten leverden ze je op?

Schrijf hieronder je antwoord

De nacht kruipt langzaam voorbij, zoals al vele nachten hiervoor. Door een kier van de gordijnen zie ik de sikkel van de maan. Een mug zoemt om mijn hoofd, als hij in mijn oor en vervolgens in mijn neus vliegt, ontplof ik bijna. Ik zie het op mijn wekker een uur, twee uur en drie uur worden. Om moedeloos van te worden. Ik keer mij maar weer eens op mijn andere zij. Dan parkeer mijn auto, bel aan en sta even later in de gang van een piepklein huisje. Ik ga op een stoel in de gang zitten wachten. Binnen hoor ik de stem van Bas en die van een vrouw. Vast een van zijn dochters. De deur gaat open. Bas stapt gekleed in een oude versleten ochtendjas de gang in. Ik zie dat hij net uit bed is gestapt. Plotseling weet ik dat de stem niet van een van zijn dochters is maar van een andere vrouw. Bas ziet er afgetobd en grauw uit. Hij lijkt ook stukken ouder en magerder en helemaal niet blij om mij te zien. Ik begrijp er niets van, hij heeft me toch uitgenodigd?

Met een ruk schiet ik in mijn bed overeind. Ik laat de beelden nog een keer aan me voorbij trekken en vraag me af of ik wel goed bezig ben. Was het niet beter geweest om niets meer van me te laten horen? Heb ik wel goed begrepen wat de indiaan bedoelde? Ik weet het niet meer. Bas heeft een klein huisje, dat betekent vast dat hij innerlijk niet veel ruimte heeft en zeker geen ruimte voor mij. En waarom ziet Bas er ouder en magerder uit in mijn droom?

‘Mijn hemel Joy, sukkel die je bent.’ Ik voel een blos opkomen. ‘Luister nu eens naar wat je zelf zei tijdens de zielenreis: “hij volgt mij als mijn eigen schaduw!” Hij vertegenwoordigt je schaduw en je schaduw is je angst.’ Nog steeds met het schaamrood op mijn kaken denk ik aan mijn grote angst om verlaten te worden, om volkomen alleen door het leven te moeten, om door niemand ooit meer begeerd te worden, eenzaam te sterven en pas weken of zelfs maanden later gevonden te worden in een staat van verregaande ontbinding. Ik zie de mensen van de GGD met monddoeken voor mijn lijk weghalen terwijl de walging op hun gezichten staat. En die versleten ochtendjas, dat ouder en magerder zijn, is toch ook duidelijk. De situatie is versleten. Ik knik. Dat is wat de indiaan me duidelijk probeerde te maken: Bas spiegelt mijn angst en die angst staat een gelukkige relatie in de weg. Meer niet! Wat nu? Mijn bericht is weg. Ik kan dus niets anders doen dan meegaan in wat ik zelf heb gecreëerd.

’s Ochtends check ik met bonzend hart mijn mailbox. Geen antwoord van Bas. Verdorie.

Joy, houd hier mee op, je lekt energie die je beter kunt gebruiken. Bas is je man niet punt uit? Maar als ik toch weet dat Bas mijn man niet is, waarom maak ik me dan druk over zijn antwoord? Dat weet ik best: ik heb een ongelooflijke mooie ervaring met hem gedeeld, daarom kan ik hem niet loslaten.

Ik denk terug aan een zondagochtend, inmiddels alweer een half jaar geleden en zie weer voor me hoe hij en ik in een totale versmelting lagen terwijl de zon op een betoverende manier over onze lichamen streek. Af en toe vielen we in slaap om vervolgens weer wakker te worden. Ik keek naar Bas en voelde me overstromen van liefde, ik voelde me vervuld alsof ik alles had gekregen wat ik in mijn leven wenste. Nog nooit eerder had ik dit beleefd, ook niet met mijn twee echtgenoten. Eindelijk begreep ik wat er werd bedoeld met je vervuld voelen in de liefde. Maar op het toppunt van mijn geluksgevoel ontwaarde ik iets in de ogen van Bas en keek hem vragend aan.

‘Verlies je je niet in mij?’ vroeg hij. Als een film trekt wat er volgde aan me voorbij. Met een ruk trok ik me terug en schoof naar de rand van het bed. Mijn hart ging als een razende tekeer en tranen sprongen in mijn ogen. Snel gleed ik uit bed, niet bij machte nog een woord uit te brengen. Zittend op het toilet schoot de ene gedachte na de andere dor mijn hoofd. Ik wilde weg maar kon nog niet geloven dat er een zo groot verschil in beleving kon bestaan.

‘Joy, wil je een ei bij het ontbijt?’

Even zei ik niets. ‘Je doet maar,’ zei ik.

‘Is er wat?’ vroeg Bas.

‘Welnee, wat zou er zijn.’ Ik hoorde Bas weglopen en zette de douche aan. Ik bleef er net zo lang onder staan tot ik me in staat voelde Bas weer aan te kijken.

‘Ha, daar ben je eindelijk,’ zei Bas, toen ik aan tafel schoof. Hij vouwde de krant op en pakte een broodje. ‘Zullen we zo een eind gaan lopen? Het is zulk prachtig weer.’

‘Nee,’ antwoordde ik, ‘ik ga naar huis.’

‘Wat heb je?’

‘Wat ik heb? Pijn, dat heb ik.’

‘Waarvan?’

‘Van jouw botheid.’

‘Wat is dat voor belachelijks?’ vroeg Bas.

‘Belachelijks? Noem jij het belachelijk als een vrouw zich rot schrikt van de opmerking: “verlies je je niet in mij,” als ze zich net totaal aan je heeft overgegeven en vervolgens van jou een bak koud water over zich heen krijgt door een stupide opmerking? Allemachtig Bas.’

‘Joy, je weet hoe ik in deze relatie sta. Ik heb net een huwelijk van vijftwintig jaar achter de rug. Ik wil niet meteen weer aan iemand vastzitten. Dat weet je heel goed.’

‘Dat is heel wat anders. Ik weet dat je dat niet wilt. Daar vraag ik toch ook niet om?’

‘Ik zag hoe je naar mij keek,’ zei Bas, ‘dan weet ik hoe laat het is.’

‘Bas, je bent een idioot. Je speelt met vuur en begrijpt er geen klap van. Ik ga weg.’

‘Dat is jammer. Maar zoals je wilt hoor. Je gaat maar.’

Het werd zwart voor mijn ogen. Ik pakte het eerste het beste van de tafel en smet het met een klap op de grond. Het bordje spatte in honderd stukken uit elkaar.

‘Klootzak,’ riep ik, stond op en gooide de deur met een klap achter me dicht.

Mijn hart gaat opnieuw als een razende tekeer. Ik probeer de herinnering weer van me af te schudden. Dagen verstrijken maar Bas reageert niet op mijn bericht. Na vier dagen ebt de spanning daarover weg.

Ik ben bezig de rommel in de woonkamer op te ruimen. Af en toe zie ik flarden terug van mijn zielenreis. Ik herinner me gelezen te hebben dat ayahasca soms weken doorwerkt. Als de rommel is opgeruimd en ik net wil gaan stofzuigen, staat plotseling de indiaan voor mijn neus. Ik blijf stokstijf staan en staar naar zijn indrukwekkende gestalte. Hij zegt niets en kijkt me alleen maar aan. Hij hoeft ook niets te zeggen, zijn hele wezen spreekt. Het is alsof alles wat hij me wil vertellen in me wordt gegoten. De werkelijkheid verandert op slag. Ik zie de indiaan een levensgroot boek pakken. Voordat ik het weet lig ik er plat op de grond in gerold, als de vulling van een loempia. Ik zie niets meer. Na veel geworstel lukt het mij om op te staan. Ik durf geen stap te verzetten uit angst ergens tegenaan te botsen. Ik blijf stil staan tot het boek langzaam doorzichtig wordt. De indiaan is nergens meer te bekennen. Voorzichtig zet ik een paar passen. Bij elke stap deint het boek mee. Ik probeer de tekst in het boek te lezen, maar ik zie slechts een paar vage strepen. Met het boek om mij heen deinend loop ik voorzichtig door de kamer. Ik

begrijp dat het een boodschap moet bevatten, maar welke? Dan begint het me te dagen, op hetzelfde moment verschijnt opnieuw de indrukwekkende gestalte. De indiaan kijkt me indringend aan, zijn blik pint de mijne vast. ‘Schrijf je verhaal, je zult jezelf beter begrijpen en wie weet hebben anderen er ook iets aan.’

Weer is hij verdwenen. Dan dringt het tot mij door wat hij me nog meer wilde laten weten tijdens de zielenreis. Niet alleen mijn contact met mannen is niet wat het wezen moet, maar ook het evenwicht in mijzelf tussen het mannelijke en vrouwelijke laat zeer te wensen over. Ik ben teveel gericht op de buitenwereld, mijn mannelijke kant is daarom niet verbonden met mijn eigen innerlijke wereld, mijn vrouwelijke kant. Ik hecht te veel belang aan het oordeel en de verwachtingen van anderen. De indiaan bedoelde dat ik te veel vanuit mijn hoofd leef en daardoor mijn vrouwelijke kwaliteiten verwaarloos, waardoor ik niet naar mijn hart kan luisteren en mijn intuïtie smoor. Weer fietst Bas door alles heen en ik weet niet meer wat ik ervan moet denken. Is hij dan toch de man?

Opeens schieten me de woorden van Maria – een paragnost en medium waar ik af en toe naar toe ga om mijn hoop weer op te laden - mij te binnen. ‘Je ontmoet binnenkort een man die op je levenspad hoort maar er niet lang zal blijven. Hij is goed omdat hij je voor jezelf leert kiezen. Jij brengt hem ook een boodschap, alleen zal hij die niet begrijpen in de tijd dat jullie samen zijn. Pas jaren later als jij op je plaats van bestemming bent aangekomen begrijpt hij wat je hem wilde zeggen. Hij zal dan opnieuw contact met je zoeken. Hij zal spijt voelen. Hij zal een eindje alleen moeten lopen. Ga hem niet redden. Hij komt er wel.’

Bas hoort dus op mijn pad. Maar niet voor lang. Bas is niet mijn man, ook dat heeft Maria mij toen verteld. ‘Jouw man ken je al. Je hebt al eens met hem te maken gehad. Je zult hem opnieuw ontmoeten door jouw werk of door het zijne.’ Ik was het vergeten, ik hoef mij om Bas dus niet druk te maken. Ik heb mijn excuses aangeboden, klaar is Kees. Maar mijn drammerige stemmetje klinkt niet tevreden. Het wil een reactie van Bas. Als er na vijf dagen antwoord komt, ben ik diep teleurgesteld.

Joy, ik heb geen enkele behoefte aan contact. Ik wil niets met jouw emoties te maken hebben. Mijn gevoel zegt me bovendien grote afstand van je te houden, ik wil geen nieuwe drama's in mijn leven. Ik ben net gescheiden. Wanneer er toch opnieuw contact komt, zul je mijn leefstijl dienen te respecteren.

Niets over het feit dat ik mijn excuses aanbod! En wat een vreemde laatste zin. Ik lees zijn bericht een paar keer en begrijp er niets van. Bijna vergeet ik wat de aanleiding was, om opnieuw contact te zoeken. Ineens ben ik er klaar mee en klap mijn laptop dicht.

Heb je weleens dromen die je
inzicht geven in kwesties uit je
dagelijks leven?
Beschrijf een voorbeeld.

Op het laatste nippertje stap ik de zaal binnen waar een workshop met een channeling wordt gehouden over *‘Werk en Spiritualiteit.’* Met het zweet op mijn rug plof ik op de enige lege stoel. De twee begeleiders, een vrouw en een man, zitten voor op het podium en knikken me vriendelijk toe. Als ik zit gaat de deur van de zaal dicht.

‘Ook in werk speelt dualiteit een rol,’ hoor ik een van de begeleiders even later zeggen. ‘Werk is een vorm die de ziel, de spirit, nodig heeft om iets van zichzelf te ervaren op Aarde. Net zoals elke energie een vorm nodig heeft, een man een vrouw en de dag niet zonder nacht kan om gekend te worden.’

Dat begint veelbelovend, zo heb ik er nog niet naar gekeken. Wie weet krijg ik hier antwoord op mijn vraag hoe ik uit mijn benarde positie kan komen.

‘Daarom,’ zo gaat de begeleidster verder, ‘worden zoveel mensen overspannen door hun werk. Hun hart en hun ziel herkennen zich niet in de vorm die het werk biedt en reageren met innerlijke onrust als signaal. Als werk in overeenstemming is met de ziel, kun je spreken van zichtbaar gemaakte liefde, zoals Kahlil Gibran het zo mooi verwoordt in zijn beroemde boek *De Profeet*. Daarvoor is het nodig in balans te zijn, het mannelijke en vrouwelijke in evenwicht te laten zijn’ – ja, daar was het weer – ‘ratio en intuïtie in evenwicht te brengen, evenals deskundigheid en betrokkenheid.’

De tweede begeleider neemt het over. ‘Ik wil jullie vragen je ogen te sluiten en je mee te laten nemen tijdens een geleide meditatie. Stel je voor dat je in een sprookjesachtige omgeving loopt. Bijvoorbeeld een bos met de meest prachtige bloemen, bomen en struiken. Je wandelt door dit bos, je hoort de vogels fluiten, de vliegen zoemen en de zon schijnt op je huid. Kijk om je heen, wat zie je allemaal? Voel je de warmte van de zon, hoor je de geluiden van de vogels en het zoemen van de vliegen? Word je bewust van de gedachten en wensen die nu in je leven. Benoem ze voor jezelf.’

De verlangens en de informatie stromen bij me naar binnen. Ik weet nu heel zeker dat ik moet stoppen met werken. Geen nieuwe contracten meer, geen nieuwe opdrachtgevers meer. Mijn lichaam schreeuwt om rust. Het idee alleen al maakt me blij. In een flits zie ik opnieuw de bruine baan die naar mijn hoofd loopt, die ik ook tijdens mijn zielenreis heb gezien, maar ook het boek waar de indiaan me in rolde en waar ik geen aandacht meer aan heb besteed. De begeleider beëindigt de meditatie. ‘Ik wil voorstellen om even te pauzeren. Over een kwartier gaat mijn collega verder met channelen en zal ze contact maken met Jeshua, die de meesten van jullie beter kennen als Jezus. Jullie kunnen hem via haar vragen stellen.’

Enthousiast bij dit idee, sta ik op om koffie te halen. Tè midden van al die mensen voel ik me net een eiland. Ik kan mijzelf er niet toe zetten om met iemand een gesprek aan te knopen. Ik ben te moe.

‘Volgens mij is iedereen weer terug en kunnen we verder gaan. Ik vraag jullie mij de gelegenheid te geven om contact te maken met Jeshua.’

Er valt een diepe stilte. Ik kijk gespannen naar de begeleidster die met gesloten ogen stil op haar stoel zit.

‘Wie wil beginnen?’ Het blijft stil, niemand reageert. Ik wacht nog even terwijl ik om me heen kijk, geen enkele hand gaat omhoog. Ik steek mijn hand op.

‘Zeg het maar,’ zegt de begeleidster.

‘Hoe maak ik de overstap van oud werk naar nieuw werk? Ik heb geld nodig, dus blijf ik werk doen waarvan de bezieling weg is. Ik voel me ook ontzettend moe, ik heb last van de gevolgen van een auto-ongeval van een paar jaar geleden en van de restanten van de ziekte van Lyme. Het oude werk kost me te veel energie, zoveel zelfs dat ik niets meer overhoud om mijn nieuwe werk echt te ontwikkelen. Ik wil schrijven, maar schrijven brengt meestal niet meteen of helemaal geen geld in het laatje.’

Het is even stil terwijl de begeleidster contact maakt. Al vrij snel begint ze te channelen.

‘Het oude en het nieuwe zijn net communicerende vaten. Gaat je energie naar het oude, dan trekt de energie bij het nieuwe weg waardoor het nieuwe zich niet kan ontplooiën. Doorvoel eerst diep van binnen wat het betekent om zoveel energie in het oude werk kwijt te raken. Daarmee creëer je de innerlijke bereidheid om het los te laten. Je hebt angst dat je niet voldoende geld zult hebben. Weet dat er genoeg geld voor je is. Het neerzetten van het nieuwe werk is het neerzetten van jezelf. Durf los te laten. Alleen als je de sprong in het diepe waagt kun je tot nieuwe ervaringen komen, dan kan het creatieve echt een plaats in je leven krijgen. De tijd hiervoor is gekomen. Heb vertrouwen dat het universum je steunt zodra je definitief loslaat. Je geeft dan de kosmos de kans je te hulp te schieten. Vasthouden aan het oude is de stroom stoppen. Je hebt iets te geven aan de wereld. Het komt van heel diep. Dat is ook het stuk dat wankelt omdat je jezelf afvraagt of je wel zo groot bent om dat te gaan doen. Het proces is gaande, ga mee in de stroom. Zeg er echt ja tegen, dan komen de dingen naar je toe. Dat wat je doet wankelen is heel oud. Je hebt veel verdriet van anderen op je genomen. Dat is gaan mee resoneren met je. Van nature ben je een sjamaan, een lichtwerker, je voelt veel aan, maar je maakt geen onderscheid in dat wat van jou is en wat van anderen. Het is nodig om onderscheid te maken en dat wat niet van jou is, door je heen te laten stromen, maar ook weer uit je weg te laten gaan. Door dat niet te doen, neem je leed op je dat niet bij je hoort, dan verlies jij je slagvaardigheid en je durf. Het lijkt dan ook alsof je niet blij mag zijn als anderen het zwaar hebben. Op je nemen van energieën van anderen geeft ook verwarring bij je. Je weet dan niet meer wat jouw wensen en verlangens zijn en wat van een ander is. Je lijkt op twee benen te hinken, alsof je niet zeker weet of je de weg van de vreugde mag volgen. Een deel van je voelt heel erg mee met de hartenergie en met de creativiteit die je in je hebt. Daarnaast zijn er oude stukjes die je ineen doen krimpen en doen aarzelen. Dat maakt dat de situatie van de communicerende vaten ontstaat. Maar er is nu een steeds sterker wordend verlangen om je zaken anders te gaan doen. Dat wat echt van jou is eist je meer en meer op. Stop daar je energie in. Dat wat echt bij je hoort heeft het onafhankelijke dat je nodig hebt om te zijn wie je in wezen bent.’

De rest van de dag gaat snel voorbij. De hele weg naar huis blijven de woorden van Jeshua nagalmen en maken me afwisselend blij en bang. Het is tijd voor het nieuwe, laat los. En waar heb ik toch eerder gehoord dat ik een lichtwerker ben? Oh wacht eens, dat kwam ook van Maria. Als een echo uit het verleden klinkt de stem van Maria.

‘Je krijgt de waarschuwing onderscheid te maken tussen wat goed voor je is en wat niet. Kies eens echt. Vooral met betrekking tot je werk en je relaties met mannen. Je bent op Aarde gekomen om de goddelijke liefde te ervaren in een relatie. Ga niet voor minder, denk daaraan. Daarvoor zul je wel eerst met jezelf in harmonie moeten komen, met je mannelijke en vrouwelijke kant. Je bent een lichtwerker, weet je dat wel?’

Wat betekent of betekende je werk voor je?

Heb je het gevoel dat je werk doet of deed waarmee je werkelijk resoneert? Werk dat je een gevoel van vervulling geeft?

Of werk je puur voor het geld om in je onderhoud te kunnen voorzien? Wat doet dat met je?

Reflecteer uitgebreid op het onderwerp werk en zingeving.

Dagen zingt het in mijn hoofd, laat maar los, laat maar los. Hoe? Opdrachtgevers bellen en zeggen: ‘ik stop?’ En dan? Een lege bankrekening? Nee, ik moet er niet aan denken, voorlopig werk ik door. Als ik ‘s ochtends in de spiegel kijk, wil ik het liefst weer naar mijn bed. Angst jaagt me naar mijn werk. Als ik ‘s avonds weer bij mijn voordeur sta, herinner ik me zelden hoe ik daar ben gekomen. Nacht na nacht droom ik alles aan elkaar.

‘Angsthaas,’ scheld ik mezelf uit als ik mijn restanten in de spiegel bekijk, ‘je kunt hooguit failliet gaan en dat doen er wel meer.’ Het idee alleen al.

‘Maar je hebt toch gezien hoe ziek je bent tijdens die zielenreis,’ zegt Sofia, mijn beste vriendin, op een avond als ik bij haar mijn hart uitstort. ‘Mens, waag het erop. Er is altijd nog zoiets als een sociale dienst.’

‘In de bijstand? Van mijn leven niet.’

‘Dan moet je het zelf maar weten, maar de sociale dienst lijkt mij beter dan je gezondheid verder naar de knoppen helpen.’

‘Ik ga nog een keer naar Maria.’

‘Kind doe toch eens iets wat elk gezond denkend mens zou doen: ga terug naar je huisarts,’ zegt Sofia.

‘Wat heb ik daar nog te zoeken? Ik heb het hele medische circus al gehad. Moet dat nog een keer? Moet ik zo iemand worden, die telkens weer aan het bureau van de huisarts zit te mekkeren: “dokter, ik voel me niet goed, dokter wat moet ik doen?”’ Gatver Sofia, nee, dank je wel. Ik zoek het zelf wel uit.’

‘Oh meisje, wat een toeval, er heeft net iemand afgezegd. Schikt het je vanmiddag?’ zegt Maria, als ik bel voor een afspraak.

‘Vanmiddag al, wat fijn. Dit is door de goden geregeld. Ik kom eraan.’

‘Ik mag je een wens laten doen,’ is het eerste wat Maria stralend als altijd zegt, ‘die komt uit. Dit komt van boven.’

Verbaasd kijk ik haar aan. Van de weeromstuit begin ik ook te stralen. Zonder aarzeling doe ik in stilte mijn wens: een prachtige vervullende liefdesrelatie. Maria schudt de kaarten en geeft ze dan aan mij om ook te schudden. Daarna legt ze de kaarten in het voor mij zo langzamerhand vertrouwde patroon.

‘Het grote geluk komt eraan’, begint ze. ‘Als het zover is, moet je er niet mee te koop lopen. Je mag er wel over praten, maar niet je geluk van de daken schreeuwen. Ik weet dat het een hele klus voor je zal zijn om je mond te houden, toch is dat het beste wat je kunt doen. Een donkerharige vrouw zal namelijk ziekelijk jaloers zijn en proberen je geluk te verstoren, maar het hoort op je pad. Je krijg er meer inzicht door en je leert voorbij te gaan aan praatjes. Zo te zien heb je een diep gewortelde angst voor macht, die ook verbonden is aan angst voor dat wat mensen achter je rug over je zeggen en waar jij je niet tegen kunt verdedigen. Je hebt er ervaring mee opgedaan in vorige levens. Dit is iets wat je hebt te overwinnen. Uit angst voor dit fenomeen heb je mensen nogal eens naar de mond gepraat. Doe dat nooit meer, het tast je wezen aan.’

‘Verdorie Maria, krijg ik daar weer mee te maken? Ik krijg het altijd Spaans benauwd van jaloerse en kletsende mensen, ik weet niet hoe ik daarmee om kan gaan, ik vind het zo ingewikkeld, bovendien herken ik jaloezie pas als ik middenin de intriges zit.’

‘Je bent naïef, je laat je voor de gek houden. Luister niet naar wat mensen zeggen maar neem waar wat je intuïtie en je hart je vertellen. Je moet meer vertrouwen krijgen in jezelf, dan kun je deze situaties ook beter aan. Je hebt nog steeds last van een grote vernedering uit de tijd toen je een kind was. Er is toen iets in je geknakt. Sindsdien heb je bergen verzet en nu liggen al heel veel hindernissen achter je. Je raakt nog meer verlicht. Toen je hier kwam was het alsof er een dichte mist om je heen hing. Je bent in de tijd dat je bij me komt al flink veranderd, het is alsof het licht al meer door je heen schijnt. Je bent een echte laatbloeiër. Je moet nog wel wat oud verdriet verwerken, dat heb je niet voldoende gedaan.’

‘Ik heb de laatste tijd toch heel wat afgehuild, moet ik nog meer verwerken?’

Maria gaat verder zonder op mijn woorden in te gaan. ‘Wat ben je van plan? Ga je een boek schrijven?’

‘Dat is nu net waarom ik een afspraak met je heb gemaakt. Ik wil zo graag schrijven maar mijn energie gaat op aan mijn werk. Ik durf het niet los te laten. Al ben ik nog zo kapot, ik weet niet waar ik zonder de inkomsten van mijn werk van zou moeten leven.’

‘Meisje, meisje, vertrouw toch eens op jezelf.’

Ik voel me weer kind bij de woorden meisje, meisje, alsof Maria even op mij past.

‘Het boek dat je wilt schrijven wordt uitgegeven. Ik zie drie mensen binnen de uitgeverij ermee aan het werk. Er komt nu wat geld betreft weinig binnen, dat verandert. Je zult veel meer binnen krijgen, zowel zakelijk als privé. Heb vertrouwen. Je moet wel oppassen. Een man wil je iets laten ondertekenen. Iets wat niet goed is voor je. Kijk heel goed uit als je gevraagd wordt iets te ondertekenen.’

Dat is ook niet voor het eerst dat Maria me dit vertelt. Ik word er telkens schichtig van. De gedachte verdwijnt snel naar de achtergrond, door het geweldige nieuws dat mijn boek zal worden uitgegeven. Ik twijfel niet aan deze voorspelling want tot nu toe is alles wat ze heeft verteld, uitgekomen. Ik denk aan haar eerdere accurate voorspellingen, vooral op het gebied van relaties. Als ik weer eens enthousiast over mijn nieuwe geliefde vertelde, begon Maria te zuchten en met haar hoofd te schudden. Ook Bas was er de vorige keer dat ik bij Maria was, niet best vanaf gekomen. ‘Hij weet niet wat liefde is, dat heeft hij nog niet echt in zijn leven ervaren. Wanneer houd je eens op met die scharrelmannen? Dat hoeft echt niet meer. Luister eens goed naar me: je bent in contact gekomen met mannen die het wisselen van partners verwarren met het hebben van vrijheid. Deze mannen voelen zich benauwd in de relatie die ze hebben. Ze hebben het gevoel dat hun partner ze bij de keel heeft. Ha, ha, meestal hebben ze zichzelf bij de keel, de relatie vraagt iets wat angst oproept, daar moet op zo’n moment naar gekeken worden in plaats van er vandoor te gaan. De ware vrijheid zit hem in het aangaan van een werkelijk verbinding en je realiseren dat de partner die je hebt uitgekozen je spiegel is en dat als je de neiging hebt er bij weg te willen, je in feite weg wilt van jezelf, van je eigen angst. Natuurlijk zijn er situaties waarin je moet besluiten je partner los te laten.’ De woorden die Maria toen sprak echoën nog na in mijn hoofd. Snel keer ik terug naar wat Maria nu vertelt. ‘Jouw man is vlakbij, hij ligt op één lijn met je. Hij staat zo ongeveer voor je neus. Wanneer hij er is en dat kan echt niet lang meer duren, hebben jullie allebei nog wel wat te overwinnen. Hij heeft nog een innerlijke strijd. Er ligt nog een berg voor hem, jij hebt de bergen grotendeels achter je gelaten. Jullie zijn overigens allebei stijfkoppen. Hij heeft het een periode moeilijker dan jij. Deze man is echt goed, zorg dat je hem houdt.’

‘Ja, dat is allemaal prachtig maar er valt nog niets te houden, eerst tegenkomen lijkt me.’
Maria reageert niet op deze opmerking en bergt de kaarten op.
Als ik weer buiten sta voel ik me al stukken beter. Zingend rijd ik terug naar huis.

Als je iets zou kunnen veranderen
aan de invulling van je dagelijks
leven, wat zou dat dan zijn en
waarom?

Neem de tijd, begrensd jezelf niet,
alles mag en kan.

Denk er niet alleen over na maar
voel goed in jezelf. Wat geeft
spanning en wat geeft je een blij
en vrij gevoel? Schrijf je antwoord
hieronder.

Voordat ik naar huis rijd, besluit ik eerst langs de postbus te rijden. Nog steeds zachtjes neuriënd pak ik de post eruit en kijk de stapel door. Met een ruk blijf ik staan. Een brief met een bekend logo staart me aan: Max Tan, advocaten en procureurs. Max Tan, de advocaat die mijn tweede echtgenoot Mahmood ooit uit de nesten probeerde te halen. Wat heeft dit te betekenen? In de auto maak ik snel de envelop open. Iets wordt wakker. Alles om me heen ben ik op slag vergeten. In een oogwenk vallen de puzzelstukjes op hun plaats. Max is de man waar Maria het al een hele tijd over heeft. Ik was hem volkomen vergeten. Ik staar nog even naar de brief en begin te lezen. Even later laat ik de brief zakken en staar voor me uit. Een ding weet ik zeker: dit muisje krijgt een heel lang staartje als ik besluit in te gaan op het verzoek van Max om contact met hem op te nemen, om met hem een oude geschiedenis door te nemen die kennelijk opnieuw actueel is geworden.

Thuisgekomen lees ik de brief nog een keer. Zonder verder aarzelen, pak ik de telefoon.

‘Max Tan.’ De warme stem van Max stelt me direct gerust.

‘Met Joy.’

Even is het stil en ik vervolg: ‘ik werd verrast door je brief. Dat is een tijd geleden dat ik je sprak.’

‘Dat is inderdaad even geleden, maar ik herken je stem direct.’

Mijn hart maakt een vreugdesprongetje.

‘Wanneer hebben we elkaar voor het laatst gesproken?’

‘Eens even denken, Sam was al geboren en Mahmood en ik waren net terug in Nederland. Een jaar of dertien geleden denk ik,’ antwoord ik.

‘Dat kan wel kloppen.’

‘Je wilde praten over de kwestie die Mahmood weer bezig houdt?’

‘Inderdaad. Mahmood wil alsnog de Nederlandse Staat aanklagen vanwege de in zijn ogen onterechte uitzetting in 1993. Ik schreef je al dat het archief net is opgeschoond. Ik zou een afspraak met je willen maken om de gang van zaken van destijds door te nemen, zodat ik kan bepalen of het zin heeft een procedure aan te spannen. Nogmaals het is allerminst een verplichting.’

‘Ik heb sinds Sam het huis uit is nauwelijks contact met Mahmood en zit er ook niet om te springen. Maar ik wil er wel een keer met je over komen praten, ook omdat ik er destijds van overtuigd was dat de uitzetting onrechtmatig was.’

‘Als je dat zou willen doen, graag.’

Nadat ik de telefoon heb neergelegd blijf ik nog tijden stil voor me uit staren. Vrijdag zie ik Max terug. De rest van de dag voel ik me lichtelijk wezenloos.

‘s Avonds bel ik Sofia. ‘Zo te horen heb je weer eens iets meegemaakt,’ zegt ze, zodra ze mijn stem hoort.

‘Ik heb de man van mijn leven ontmoet.’

‘Wat!’

‘Ik heb..’

‘Ik verstond je wel. Hoe is dat zo gekomen?’

‘Het is de advocaat die Mahmood en ik hadden toen hij problemen kreeg met zijn verblijfsvergunning. Hij - Max heet hij trouwens - heeft me een brief gestuurd, omdat Mahmood de Nederlandse Staat wil aanklagen vanwege alles wat er destijds is misgegaan. Hij is informatie aan het verzamelen.’

‘Joy, alsjeblieft, je gaat je toch niet weer met Mahmood inlaten?’

‘Nee, natuurlijk niet,’ reageer ik.

‘Hmm,’ broemt Sofia, ‘het geeft me geen goed gevoel, dat kan ik je wel vertellen.’

‘Doe niet zo raar, ik ga alleen maar mijn verhaal doen, waarschijnlijk een batterij vragen beantwoorden, meer valt er niet te doen. Vanmiddag was ik bij Maria en die voorspelde me dat dé man bijna voor mijn neus stond. Twee uur later vind ik de brief van Max in mijn postbus. Alle puzzelstukjes vielen op hun plaats. Echt alles klopt bij de beschrijving die Maria van de man gaf. En weet je wat het meest frappante is? dat ik het eigenlijk wel wist. Ik was hem alleen vergeten.’

‘Dat is belachelijk! Hoe kun je zoiets vergeten? En waarom weet ik daar weer niets van?’

‘Geen idee, heb ik je destijds nooit iets over hem verteld?’

‘Niet dat ik me kan herinneren. Hoelang heb je hem trouwens niet gezien?’ vraagt Sofia.

‘Een jaar of dertien ongeveer. Weet je ineens heb ik rust. Het is alsof ik ontspannen naar een film kijk en benieuwd ben hoe het verhaal zal aflopen, terwijl ik zeker weet dat het goed afloopt. Ik kan de hele wereld aan.’

‘Ik ben benieuwd maar wel oppassen, zoveel reserves heb je niet, dit gaat je vast en zeker een berg energie kosten. Ik voel het aan mijn water.’

‘Lieverd, maak je geen zorgen, ik heb ineens bergen energie.’

‘Wanneer heb je met die man afgesproken?’

‘Vrijdag, eind van de middag.’

‘Jammer, dan ben ik er niet, anders hadden we wat af kunnen spreken. Laten we sowieso gauw iets afspreken en houd me op de hoogte hè?’

Amsterdam. Oude herinneringen komen en gaan terwijl ik op weg ben naar Max. Ik zie mijzelf weer als twintigjarige op de fiets, dansend tot de vroege ochtend, zittend in de mooiste zaal van de universiteitsbibliotheek en met mijn vrienden in de kroeg. Ik zie Freek plotseling naast me staan en vragen: ‘heb je misschien een vuurtje voor me?’ Ik voel opnieuw de vonk die over sloeg. Verlang ik terug naar die tijd? Het was de meest zorgeloze tijd van mijn leven, alleen bleek in de jaren die volgden dat Freek alles behalve de gedroomde prins was. Nee, laat dit verleden maar waar het hoort.

Omdat het kantoor van Max nog steeds op dezelfde plek aan een van de grachten is, loop ik er zonder te hoeven zoeken naar toe. Wat een heerlijke zonnige dag en wat heerlijk om hier langs de grachten te lopen. Vreemd trouwens dat ik helemaal niet nerveus ben. Integendeel zelfs, ik ben zo kalm als wat, ik heb het volste vertrouwen in de goede afloop en ik weet een ding zeker: deze ontmoeting hoort op mijn pad. Ruim op tijd stap ik de statige marmeren gang binnen van het pand waar het kantoor is gevestigd. Alles ziet er nog hetzelfde uit. Hoe is het mogelijk dat iets stil gestaan lijkt te hebben terwijl mijn leven zoveel veranderingen heeft gekend? Een vrouw komt me tegemoet en neemt mijn jas aan. Als ik in de wachtruimte ga zitten, loopt een teckel kwispelstaartend op me af. Ik aai hem over zijn kop. Met een diepe zucht laat hij zich naast mijn stoel op de grond zakken. Ik pak een krant en ga rustig zitten lezen. Tien minuten later komt Max de trap af lopen die recht tegenover de wachtruimte is. Mijn ogen

nemen hem snel op: hij is prachtig gekleed en langer dan ik me herinner. Zijn haar is ondertussen wit geworden, net als het mijne. Ik voel een lach verschijnen op mijn gezicht en zie ook een lach op zijn gezicht verschijnen.

‘Dag Joy, je hebt gezelschap gekregen van onze waakhond zie ik. Ga je mee naar boven?’

We lopen de prachtig gebeeldhouwde houten trap op. Dan sta ik in het kantoor van Max en kijk even rond. De inrichting is veranderd, minder rommelig, het oogt zakelijker, moderner, met hier en daar een persoonlijke noot. Op de vensterbank staat een foto van een vrouw met lang blond haar en een klein kind. Wie is dat? Ik druk de opkomende gedachte snel weg.

‘Ja, Mahmood belde me op een avond thuis, ga zitten trouwens. Ik hoorde ineens een stem uit een ver verleden. Hij vroeg mij om deze zaak op me te nemen.’

Max valt meteen met de deur in huis. Geen hoe-gaat-het-met-jou-met-mij-gaat-het-goed, maar direct ter zake. ‘Mahmood heeft je thuis gebeld?’ vraag ik.

‘Ik ben onlangs gescheiden en verhuisd. En sindsdien sta ik in het telefoonboek. Ik vermoed dat hij me daarin heeft gevonden.’

Max is gescheiden, mooi zo. Mag ik natuurlijk niet denken. Niet afdwalen, anders ben ik zo de draad kwijt dankzij de whiplash en dat is slecht voor de geweldige indruk die ik van plan ben om achter te laten. ‘Ik heb nog een dichtgeplakte doos met allerlei paperassen van Mahmood op zolder staan. Er kunnen wat bruikbare papieren tussen zitten,’ hoor ik mijzelf ineens zeggen.

‘Doe me een plezier en haal die doos van zolder en kijk wat er aan papieren die behulpzaam kunnen zijn in zitten,’ zegt Max.

‘Oké,’ zeg ik, terwijl ik bedenk dat me dat niet in de koude kleren zal gaan zitten. Twee uur later pakt Max de papieren bij elkaar ten teken dat het gesprek is afgelopen.

‘Dank je,’ zeg ik als Max mij zijn visitekaartje aanreikt. ‘Ik zou je niet herkend hebben op straat, maar jij mij waarschijnlijk ook niet,’ zeg ik onderweg naar de deur.

‘Ik jou wel,’ antwoordt Max, ‘ik herken je aan je uitstraling.’

Als datgene wat je gevonden hebt zuiver is, zal het nooit vergaan en je zult het terugvinden als je terugkeert,’ hoor ik plotseling in mijn hoofd. Een herinnering uit een boek van Paulo Coelho.

Zijn er mensen die uit je leven verdwenen zijn maar, nu je eraan terugdenkt, je het gevoel geven, dat er iets is blijven hangen, dat het een los eindje is dat afsluiting vraagt, of in ieder geval een kwestie is die je aandacht wil? Het kan ook een onopgeloste kwestie betreffen. Reflecteer hier uitgebreid op omdat zoiets bijna ongemerkt aan je kan trekken of knagen. Neem de tijd, destijds meerdere dagen of nog langer.

De volgende ochtend word ik onrustig wakker, het ging net zo goed de laatste dagen. Ik sta - al is het zaterdag - om zeven uur naast mijn bed. Ik wil eerst een eind wandelen langs de rivier. Buiten is het knisperig koud, het heeft kennelijk gevoren. Er hangt een diepe stilte alsof ik het enige levende wezen ben dat zich buiten waagt. Het begint al licht te worden en op een enkele jogger na ben ik de enige die er loopt. De rivier stroomt rustig, hier en daar vliegt een meeuw krijsend over, eenden kwaken en ik geniet ondanks mijn onrust. Allerlei gedachten spelen door mijn hoofd en Max wandelt door alles heen.

Thuisgekomen besluit ik eerst boodschappen te gaan doen. Ik gedraag me zo chaotisch dat ik, voordat ik op weg ben naar de stad, minstens drie keer weer naar binnen moet omdat ik weer iets ben vergeten. Terwijl ik boodschappen doe kan ik maar aan een ding denken: die doos moet open. Belachelijk trouwens dat ik al die paperassen van Mahmood nog steeds in huis heb.

Eenmaal weer thuis ga ik op zolder op zoek naar de doos. Ik sleep het loodzware ding met moeite de trappen af, pak een vuilniszak en een kleine doos om spullen die echt van Mahmood zijn in te doen. Die stuur ik wel op. Ik pak het ene na het andere papier uit de doos. Jaren van ellende en wanhoop komen voorbij. Ik voel een diep medelijden met die twee mensen die zo hebben geknokt om als gezin in Nederland te mogen leven. Soms begrijp ik het leven niet: waarom krijgt de een alles voor elkaar en zelfs zonder al te veel moeite en lukt de ander zo weinig terwijl diegene minstens zoveel inspanning pleegt? Ik zucht eens en ga verder. Om twaalf uur liggen de meeste paperassen in stapeltjes om me heen. Ik heb ze voorlopig vluchtig geordend door er even een blik op te werpen. Dat alleen al bleek genoeg om de bijpassende herinnering levendig te maken. Wat overblijft zijn twee video's, een paar dictafoon tapes, een zilveren aansteker en een zijden sjaal die Mahmood voor mij had gemaakt tijdens een van zijn vele opnames in een psychiatrisch ziekenhuis. *For Joy with Love* staat er op geschilderd samen met een paar bloemen. Ik staar er even naar en besluit alles weg te gooien. Geen sentimenteel gedoe maar grote schoonmaak. Een videoband houd ik voor Sam. De andere band trek ik uit de doos en knip hem aan stukken. De brieven van Mahmood versnipper ik. Nadat ik alle paperassen, rapporten en brieven heb uitgezocht en op datum gelegd, maak ik een selectie voor Max. Hoe meer ik lees, hoe beroerder ik word. Wat ik destijds schreef maakt nu een kinderlijke indruk op me. Ik vind het niet prettig op zijn zachtst gezegd dat Max alles zal lezen. Wat een feest.

Omdat ik al die paperassen niet op de post wil doen en Max graag nog een keer wil zien, stuur ik hem een email met de vraag om een afspraak.

Nadat ik weer een nacht meer wakend dan slapend door heb gebracht is van mijn even opgeleefde energie weinig meer over. Toch ga ik naar een klant om aan een drie dagen durende opdracht te beginnen. Op weg er naar toe voel ik me ronduit ziek. Met moeite krijg ik de eerste dag mijn werk af. Het tempo is zoals gewoonlijk moordend hoog. Mijn hart bonst van vermoeidheid zo hard dat iedereen het volgens mij kan horen. De informatie die ik verzamel op mijn rondgang door het bedrijf van de klant kan ik nauwelijks verwerken. De afsluiting van de dag met de directie kost me het laatste beetje energie.

Thuisgekomen pak ik iets uit de vriezer en zet het in de oven. Na het eten ga ik in bad om mijn hoofd tot rust te brengen want morgen moet ik voor dag en dauw weer op om op tijd bij mijn klant te zijn. Ik lig in bad en wil maar een ding: niets, helemaal niets meer hoeven doen, eeuwig dobberen in het water. De realiteit dringt zich direct op: waar moet ik van leven als ik werkelijk alles loslaat? Hoe moet ik de lening afbetalen die ik heb afgesloten om mijn bedrijfje te kunnen uitbreiden? De sociale dienst betaalt die heus niet af. Failliet gaan? Ik ril. Het ene rampenscenario na het andere trekt aan mijn verbeelding voorbij. Ik zie hordes deurwaarders op mij afkomen, verwijtende blikken van een in lompen gehulde Sam omdat ik zijn studie niet meer kan betalen en hem niet meer kan onderhouden, boze klanten en tot slot: een daklozenbestaan. Ik blijf wel werken.

Aan het eind van de volgende dag zit ik aan de grote glimmende mahoniehouten tafel met de voltallige directie als ik plotseling het gevoel krijg alsof al het bloed uit mijn hoofd trekt. De wereld draait om me heen, de stemmen van de directieleden verdwijnen naar de verte en een ijzige kou kruipt langzaam omhoog.

‘Gaat het weer?’ Een van de directieleden staat over me heen gebogen en ik lig op de grond. Met een ruk schiet ik overeind.

‘Voorzichtig,’ zegt de man.

‘Neem u me niet kwalijk, ik voel me niet helemaal in orde,’ zeg ik.

‘Gaat u maar rustig zitten, mijn collega schenkt een glaasje water voor u in.’ De man kijkt me nerveus aan. Het is doodstil. Alle blikken zijn op mij gericht. Het glaasje water komt. Braaf drink ik het op. Hoe moet het nu verder? Ik raap het allerlaatste restje energie bij elkaar.

‘Heren, kunnen we even pauzeren? Ik schat dat ik nog een uur nodig heb om u mijn laatste vragen te stellen. Morgen zal ik nog een dag interviews afnemen in de werkplaatsen, de kantine en in het magazijn, dan heb ik alles om de rapportage te kunnen schrijven.’ Dit moet lukken, denk ik, hier moet ik me nog doorheen slepen. Dan krijg ik deze opdracht betaald en kan ik weer een maand verder.

Die nacht neem ik twee slaaptabletten. De volgende dag sleep ik me opnieuw door de organisatie en geef om klokslag drie uur mijn voorlopige conclusies. De dag erop schrijf ik met mijn laatste beetje energie de rapportage. Vrijdag hang ik voor de zoveelste keer als dweil op de bank en weet een ding: ik houd het niet meer vol, ik zal een oplossing moeten bedenken maar weiger de enige die me te binnen schiet. Voor de week erop staat er weer een opdracht in mijn

agenda en morgen heb ik met een vriend afgesproken om te gaan wandelen. Kan ik die niet beter afbellen? Nee, denk ik, ik knap vast op van een boswandeling.

‘Zullen we de korte of de lange route nemen?’

‘De korte graag,’ zeg ik.

‘Moe?’

‘Heel erg, mijn oren suizen alsof er een zwerm bijen inzit, maar laten we het er verder niet over hebben.’

‘Je ziet er ook niet bepaald florissant uit.’

‘Ik weet het.’

Als we na de wandeling in de keuken van vriendlief theedrinken voel ik me meer dan beroerd. ‘Ik voel me niet lekker,’ breng ik even later nog net uit, terwijl ik me weg voel glijden.

Twee handen pakken me vast en voor ik het weet, lig ik op de bank. Ik krijg kussens in mijn rug en een warme deken over me heen. ‘Zo, nu blijf je daar liggen tot ik weer kleur op je wangen zie, desnoods blijf je het hele weekend want zo laat ik je niet naar huis rijden,’ klinkt het gedecideerd. Ik heb niet eens de energie om antwoord te geven. De open haard wordt aangemaakt en vriendlief neemt de andere bank om mij in de gaten te houden.

Twee uur verstrijken in stilte. Dan komt zomaar uit het niets een zeker weten: zo kan ik niet langer doorgaan. Ik stop met werken en wel nu. Kome wat er komt. Vastberadenheid maakt zich van mij meester. Het is nu echt afgelopen. ‘Ik ga nu stoppen met werken. Ik kan niet meer.’ De woorden glijpen zomaar uit mijn mond alsof ik het niet zelf ben die tot dit besluit is gekomen.

‘Nou dat lijkt me een heel verstandige beslissing, daar drinken we een glaasje op.’

Dat glaasje lijkt me niet helemaal het verstandigste, maar ik voel me wel blij genoeg met mijn beslissing om het te vieren. De fles komt op tafel en ik nip een paar slokjes naar binnen. Tegen de tijd dat het bijna donker is en ik kennelijk voldoende kleur heb om te mogen vertrekken, rijd ik langzaam naar huis. Onderweg begint de betekenis van mijn besluit tot me door te dringen.

‘Ik heb me bij de sociale dienst gemeld,’ zeg ik, als Sofia me een week later belt. ‘Ik ben de hele week bezig geweest om ik weet niet hoeveel formulieren in te vullen, bankafschriften en weet ik wat allemaal te verzamelen, mijn opdrachtgevers te woord te staan en vervanging te vinden en een echte letselschadeadvocaat in te schakelen, want ik heb geen vertrouwen meer in de jurist van de rechtsbijstandsverzekeraar. Maar het is achter de rug en ik voel me honderd kilo lichter, ik kan eindelijk uitrusten.’

‘Dat klinkt goed,’ zegt Sofia, ‘nu zul je vast opknappen.’

‘Ik hoop het. Mijn moeder heeft me bovendien toegezegd dat, zo lang het nodig is, zij mijn inkomen aanvult.’

‘Zie je wel, het komt allemaal goed.’

Hoe ga jij om met stress? Of met het gevoel verplichtingen te hebben die je eigenlijk niet aankunt of niet wilt hebben?

Wat zijn de signalen dat je jezelf teveel belast?

Wat doe je met die signalen?

Negeren of onderneem je actie?

En welke verplichtingen geven je het gevoel dat je jezelf er niet aan kunt onttrekken?

Chaos, de eerste schildering van wat ik ervaarde - 1990



Ik kijk naar buiten waar niets lijkt te bewegen. Het is alsof een grote kale vlakte zich voor me uitstrekt. Nergens een lichtpuntje. Alles ziet er grijs en akelig uit. Ik ben eindelijk begonnen met schrijven en wil zo weer naar boven om verder te gaan. Elke dag probeer ik een uurtje of twee aan mijn verhaal te werken. Als ik teruglees wat ik heb geschreven, begrijp ik niet waar de indiaan het over had: ik zou mijzelf beter gaan begrijpen? Ik begrijp er geen bal van. Ik kijk eens naar de stapel zelfhulpboeken met veelbelovende titels die ik nog wil lezen. Vanmiddag komt de hulp van de thuiszorg mijn huis schoonmaken. Ik zou blij moeten zijn maar voel me er alleen maar slechter door. Zelfs het vooruitzicht van een tweede bezoek aan Max kan mij niet opbeuren. Ik heb geen idee waarin ik terecht ben gekomen. Ik staar weer voor mij uit en vraag me af of ik wel de juiste keuzes heb gemaakt. Ik vind mijzelf zo zielig en het leven zo oneerlijk dat er vanzelf tranen komen, eindeloos veel tranen die urenlang over mijn wangen lopen.

Als de dag van de nieuwe afspraak nadert knap ik iets op. Ik heb mij voorgenomen om Max een klein beetje te vertellen over de gevoelens die ik voor hem koester. Mijn hart verdraagt geen nieuwe ballast. In de e-mailberichten die ondertussen heen en weer zijn gegaan om te overleggen en een afspraak te maken, heb ik opmerkingen gemaakt die op zijn minst vreemd genoemd kunnen worden. Daardoor is er iets ontstaan wat ik niet prettig vind. Het is net alsof de trein naast het spoor is gaan lopen. Ik ben gespannen geraakt omdat ik bezig ben met de indruk die ik op Max wil maken. Het lijkt wel of ik holderdebolder dertien jaar terug in de tijd ben gevallen en opnieuw die totaal ontredderde vrouw van toen ben geworden. Terwijl ik probeerde ondanks alle vreselijke epistels om geen verkeerde indruk te geven, lijkt het er op dat ik dat juist heb bewerkstelligd.

In de trein op weg naar Max vraag ik me af hoe ik hem het beste iets over mijn gevoelens kan vertellen. In gedachten begin ik op wel tien verschillende manieren het gesprek en geen enkele klinkt mij goed in de oren. Klokslag elf uur sta ik weer voor zijn kantoor. De teckel begroet mij alsof ik een oude kennis ben en ook Max herhaalt hetzelfde ritueel als de vorige keer. Zwijgend lopen we de trap op. Ik zoek een plek aan de tafel en leg mijn dossier neer. Max pakt het op, slaat het open en begint te lezen, terwijl hij zich ondertussen in een stoel laat zakken. Ik zie al die pijnlijke paperassen door zijn vingers gaan en voel me steeds akeliger worden.

‘Ik zie het al dat wordt lezen,’ hoor ik hem zeggen.

Ja, denk ik, dat wordt lezen en dan? Ik observeer Max terwijl hij verder gaat. Zijn ogen glijden over de pagina's, af en toe mompelt hij iets, bladert dan weer verder en stelt af en toe een vraag. Max leest alsof hij eigenlijk een bril nodig heeft. Hij ziet er moe uit en in zijn ogen staat een verdrietige blik. Wat een verschil met de vorige ontmoeting. Toen leek hij te bruisen van levenslust. Het liefst vraag ik hem direct wat er aan de hand is, maar iets weerhoudt mij. Er staat vandaag een stevige muur om hem heen. Meestal ben ik wel goed in het slechten van barricades, maar ik durf bij Max geen poging te ondernemen om die omver te halen. Ik hoor mijzelf een halfslachtige poging doen om te vertellen wat ik op mijn hart heb, maar het arriveert niet zie ik. Ik leg mij er bij neer. Op dat moment voel ik dat ik nog een lange weg heb te gaan. Eerst zal ik met mijzelf schoon schip moeten maken. Een groot gevoel van droefheid overvalt me en ik wil

zo snel mogelijk weg. Max lijkt niets te merken. Telkens probeer ik het gesprek naar een einde te praten maar het lukt me niet. Na twee uur begeleidt Max mij weer naar de buitendeur.

Hoe ik er ben gekomen weet ik niet meer, maar een kwartier later sta ik middenin de Jordaan voor het grappige huisje van Sofia. Het is zo smal en klein dat er per verdieping maar één langgerekte kamer is waar je met twee stappen van de ene muur naar de andere loopt. Ik voel mij er thuis. Met thee op de bank doe ik mijn verslag.

‘Joy, ik vind echt dat je Max moet laten weten wat er gaande is. Je moet open kaart spelen. Denk even aan mijn eindeloze gedoe met Jan. Uiteindelijk, toen ik niet anders meer kon en hem alles had opgebiecht, bleek hij echt niets door te hebben gehad, echt helemaal niets. Ik had mijzelf jaren ellende kunnen besparen als ik direct had gezegd wat er zich bij mij afspeelde. Echt hoor, je moet het jezelf niet aandoen om niets te zeggen.’

‘Het lukte mij niet, misschien omdat ik het nu niet moet doen. Het is alsof iets zegt ermee te wachten.’

Sofia kijkt mij eens aan en haalt haar schouders op. ‘Je moet het natuurlijk zelf weten, ik zou het wel doen.’

De rest van de dag probeer ik Max van mij af te zetten, wat natuurlijk niet lukt. Ik blijf mij afvragen wat de communicatie doet haperen.

Dagenlang blijft mijn stemming ver beneden nul, daarom besluit ik om opnieuw Maria te raadplegen. Het strenge stemmetje van binnen dat maant het zelf te doen leg ik het zwijgen op. Ik wil hulp en gerust gesteld worden en bel om een afspraak te maken. Daarna droom ik nachtenlang alles aan elkaar.

Wat doe je of wie raadpleeg je als je niet begrijpt wat er in je leven gaande is?

Geeft het je inzicht?

Of is het meer een vorm van troost of hoop zoeken zodat je er weer even tegen kunt?

Op een nacht lig ik weer eens te draaien en te rommelen zonder de slaap te kunnen vatten. Klaarwakker ben ik. Na een uur of twee geef ik het op en ga naar beneden om iets warm te drinken. Met de beker in mijn hand zak ik op de bank en kijk zoals gewoonlijk naar de donkere nacht. Af en toe schuiven flarden wolken voor de sikkelvormige maan wat een spookachtig effect geeft. Zo blijf ik een poosje zitten. Dan voel ik een zacht briesje om mijn hoofd. Eerst besteed ik er geen aandacht aan maar na enige tijd wordt het me toch te bar. Het bovenlicht is dicht, de deuren ook en de gordijnen hangen doodstil. Waar komt dat briesje vandaan? Ik kijk nog eens goed om me heen. Nog steeds voel ik een luchtstroom om me heen die nergens speciaal vandaan lijkt te komen. Dan blijft het aan mijn rechterkant hangen. Ik sta op en ga ergens anders zitten. Ook daar blijft het briesje voelbaar en weer alleen aan mijn rechterkant, terwijl ik nu met mijn gezicht de andere kant op zit. Vreemd. Ik verwissel nog een keer van plaats. Even lijkt het briesje verdwenen maar al snel voel ik het weer. Wat is dit? Ik kijk de kamer opnieuw rond voor zover dat mogelijk is in het donker, maar zie niets. Gek, het is net alsof ik niet alleen ben. Weer strijkt er een zachte wind langs mijn hoofd. Ik begrijp er niets van. De gordijnen hangen werkelijk doodstil en ik hoor buiten ook niet het geluid van een stevige wind. Wel verdorie, wat heeft dit te betekenen? Ik kijk nog eens goed om mij heen. Niets te zien. Toch heb ik echt het gevoel dat ik niet alleen ben. Ik wacht af. Een zachte wind strijkt langs mijn gezicht, alsof iemand me heel zachtjes aait. Ineens hoor ik een stem. De stem spreekt alleen niet hardop, maar lijkt de woorden in mijn hoofd te planten. Aha, misschien de indiaan die weer contact zoekt.

‘Goedenacht Joy, blijf rustig zitten. Schrik niet, je bent veilig. Ik ben hier om je te helpen herinneren aan het voornemen dat je had voordat je aan dit leven begon.’

Nu ben ik pas echt wakker. Dit klinkt anders dan de indiaan. Wie is dit? En welk voornemen?

‘Veel mensen komen met een vooropgezet plan op Aarde met geen andere bedoeling dan om ervaringen op te doen die bijdragen aan de groei van de ziel.’

Wie het ook is die mij een boodschap komt brengen, hij – het klinkt als een hij – kan ook mijn gedachten lezen.

‘Wij hier aan de andere kant kunnen inderdaad gedachten lezen en ook overbrengen. We communiceren telepathisch.’

‘Eigenlijk is het wel prettig om zo geluidloos te communiceren,’ reageer ik dan ook maar zonder woorden.

‘Inderdaad. Waar ik vannacht voor ben gekomen, is om je te helpen herinneren aan je voornemen om in dit leven de opgedane ervaringen van meerdere levens te verwerken en in harmonie met jezelf te leven onder leiding van je geest. Twee jaar geleden kreeg je een ongeluk. Het was de bedoeling je daarmee wakker te schudden. Je negeerde de oproep en werkte door terwijl je lichaam aangaf rust nodig te hebben en je hart je vertelde dat je werk deed dat niet bij je paste. Omdat het nu echt tijd voor je is om wakker te worden en je voornemen waar te maken, ben ik gekomen. Gelukkig ben je geïnteresseerd geraakt in de geestelijke wereld, heb je het boekje dat wij je via een vriendin van je hebben gestuurd, gelezen en ben je zo ver dat je mij kunt verstaan.’

Weer is er even niets, alsof er een ruis op de lijn zit. Maar ik weet zeker dat wat het ook is, het zijn best zal doen verder te gaan met zijn verhaal. Weer voel ik het koele briesje om mijn hoofd en de stem gaat verder.

‘Je zou in dit leven vanuit vertrouwen handelen. Je bent, mag ik wel zeggen, een beetje verdwaald. Je denkt en handelt vaak vanuit een groot wantrouwen. En juist daar waar je wel eens kritisch mag kijken, een beetje wantrouwen geen kwaad kan, ga je argeloos mee in iets wat niet bij je hoort of laat je anderen voor je beslissen. Ook laat je jezelf nogal eens de kaas van het brood eten. Niet erg hoor, maar gezien je voornemens niet passend. Je bent niet in evenwicht. Het ene moment ben je een en al actie, om het volgende moment de actie te stoppen en te verdrinken in je gevoelens. Wanneer je jezelf meer in evenwicht brengt zul je meer bereiken, meer tevreden zijn en je gelukkiger voelen. Laat je leiden. Om je één van de oorzaken van je gevoel van afgescheiden en eenzaam zijn, te laten zien, neem ik je mee naar het leven dat je voor dit leven hebt geleid. In de loop van de komende tijd zal ik je vaker meenemen naar andere tijden en plaatsen. Hoe snel dat zal gaan, hangt af van je ontwikkelingen en van de mate waarin je jezelf openstelt voor onze hulp.’

Plotseling zit ik in een zonnige ruimte te werken aan een grote houten tafel. De kamer heeft onbeschilderde houten wanden en een houten vloer. Aan twee zijden zijn enigszins gebogen ramen die er Engels uitzien: door middel van houten spijlen zijn de ruiten in kleine ruitjes verdeeld. De zon schijnt uitbundig naar binnen. Op de tafel liggen tekeningen met allerlei berekeningen erop gekrabbeld. Voor mij ligt een groot en stevig vel van een ouderwets soort papier waarop allerlei lijnen, punten en kleuren staan. Het lijkt een kaart te moeten worden. Ik kijk naar mijn kleding. Ik draag een lange jurk tot op de grond met wat laagjes eronder. De rok van de jurk staat wijd uit. Het lijfje is dicht gestrikt met linten. Naast mij ligt een grote strooien hoed met bloemen. Mijn hemel, waar ben ik nu?

‘Kijk maar goed om je heen. Je bevindt je op een schip voor de kust van de Northern Territory, in Australië. Je werkt als cartograaf - een vrij ongewone bezigheid voor een vrouw in die tijd. Het is op dit moment 1878. Je echtgenoot, eveneens een cartograaf, is een jaar eerder op nog jonge leeftijd gestorven. Jullie werkten voor de Engelse regering en maakten kaarten van Australië. Kaarten maken was in die tijd niet ongevaarlijk. Kaarten in je bezit hebben betekende de weg kennen naar handel en dus naar geld. Het schip waarop jij je bevindt maakt deel uit van een expeditie om de kust van Australië te verkennen en in kaart te brengen, zodat er op een later tijdstip een handelsroute en een telegraaflijn aangelegd kunnen worden. Het is een ruig leven. Australië is voor een groot deel nog een weinig ontgonnen en onbekend land. De omstandigheden aan boord van het schip leiden regelmatig tot ziektes. Jouw man bleek minder goed dan jij opgewassen tegen de barre omstandigheden, hij was een zeer gevoelige en ziekelijk man – iets waar jij moeilijk mee om kon gaan, laat staan accepteren – uiteindelijk is hij aan een infectie en aan machteloosheid – dat wil ik er bij vermelden - gestorven. Na zijn dood voel jij je steeds minder veilig tussen het ruige volk. Binnenkort legt het schip in een haven aan. Je zult van boord gaan en aanmonsteren op een schip dat terug vaart naar Engeland. Je overlijdt in 1879 op de terugweg naar Engeland, net als je man, aan een infectie, maar ook aan eenzaamheid en ontmoediging. Dat leven verliet je vol angst en wantrouwen en dat deed je niet voor het eerst. In dit leven wilde je onder meer ervaren wat het is om vol vertrouwen te zijn, vol vertrouwen in jezelf en de leiding vanuit de geestelijke wereld. Vertrouwen vraagt geduld, geduld met jezelf en geduld met het leven.’

Dan is het stil. De wind om mijn hoofd is weg en ik ben klaar wakker. Een enorm vredig gevoel heeft zich van mij meester gemaakt. Was dat mijn beschermengel? vraag ik mij af. Het

was dus geen toeval dat een vriendin van de yogagroep mij het boekje *Engelen en Gidsen* had gegeven met de mededeling: 'dit boekje moet je eens lezen, echt iets voor jou.' Ik was een beetje verbaasd geweest. Maar iets had me doen besluiten om het aan te pakken en ook te lezen. Ik word slaperig en ga terug naar mijn bed.

Een paar dagen later, of liever gezegd, een paar nachten later kan ik weer niet in slaap komen en ga beneden op de bank zitten en staar opnieuw naar de zwarte nacht. Vrij snel voel ik opnieuw het briesje dat net als de vorige keer maar aan één kant blijft hangen. Ik blijf stil zitten.

'Moelijk, vind je niet, om het leven te accepteren zoals het nu is?'

Het is de engel. Gelukkig. 'Ja, dat kun je wel zeggen. Ik dacht dat wanneer ik zou stoppen met werken, ik snel zou opknappen, maar nee,' antwoord ik.

'Je hebt tijd nodig, je lichaam heeft tijd nodig. Luister goed naar de signalen die het geeft. Neem de tijd. Je hebt zolang niet geluisterd dat je tot op een diep niveau uitgeput bent geraakt. Herstel zal veel van je vragen. Ook wat betreft je leefwijze. Ga je op de oude voet verder zodra je jezelf beter voelt, dan zul je teruggeworpen worden en opnieuw moeten beginnen. Net zolang tot je weet wat wel en niet goed voor je is.'

'Klinkt opwekkend, moet ik zeggen.'

'Dat is het ook, al bedoel jij het niet zo. Het is opwekkend omdat je zult leren van jezelf te houden en goed voor jezelf te zorgen. Uiteindelijk zal het je veel opleveren.'

'Hoelang denk je dat het gaat duren?' vraag ik de engel.

'Dat hangt van jezelf af. Het kan een jaar duren en het kan jaren duren. Jou kennende zou ik zeggen dat het paar jaar gaat duren.'

De engel heeft beslist gevoel voor humor. Ik vind het niet grappig, al voel ik het ook als liefde. Tranen springen ineens in mijn ogen. Het is alsof ik omringd word door een hele grote liefde die niets van mij vraagt, maar er alleen maar is.

'Lijkt me niet grappig, maar je schijnt het geen ernstige zaak te vinden als het jaren gaat duren,' zeg ik even later.

'Wel nee, het gaat om het proces, niet om tijd. Het gaat erom dat je eindelijk met respect voor jezelf en je eigen wensen gaat leven.'

'Oh,' reageer ik en denk aan de consequenties van een jarenlange herstelperiode. Ik vind het toch geen prettig vooruitzicht.

Heb jij wel eens het gevoel dat er iets of iemand onzichtbaar aanwezig is?
Of heb je contact met een gids of andere entiteit (gehad)?

Vier weken later arriveer ik bij Maria. Ik sta nog mijn jas uit te trekken, als ze begint te zingen.

Vluchten kan niet meer, 'k zou niet weten hoe.

Vluchten kan niet meer, 'k zou niet weten waar naar toe.

Hoe ver moet je gaan?

*De verre landen zijn oorlogslanden,
veiligheidsraadvergaderingslanden,
ontbladeringslanden, toeristenstranden.*

Hoe ver moet je gaan?

Vluchten kan niet meer."

'Ja, ik hoor dat liedje en ik moet het voor je zingen. In dit leven heb je vele malen geprobeerd te vluchten, maar meisje, vluchten kan niet meer. Ga zitten kind. Hoe zit dat met die man waar je het over had toen je me belde, hoe heet hij ook al weer?'

'Hij heet Max en het is stil rond Max. Er gebeurt niet veel.'

'Nee, dat kan wel zijn maar jij bent toch tegen iets opgelopen. Daarvoor probeer je te vluchten.'

'Ik weet echt niet wat je bedoelt.'

'Het heeft met je boek te maken dat is mij duidelijk. Hoe ver ben je?'

'Het schiet op. Ik bedoel dat het me lukt om goed door te schrijven. Af en toe heb ik even geen inspiratie en dan stop ik. Ik vraag me trouwens wel af of ik de mensen die in mijn verhaal voorkomen moet inlichten of zelfs toestemming moet vragen?'

'Dat is het!' roept Maria verheugd uit.

Ik heb geen idee waar ze het over heeft.

'Natuurlijk moet je contact opnemen, vooral met Max om met hem zijn rol in jouw boek te bespreken maar je zoekt uitvluchten.'

Ik slik. Natuurlijk heb ik wel door dat ik smoesjes verzin om het niet te hoeven doen. Dat is toch ook geen wonder. Ik sta verdorie wel erg te kijk. En dan maar even vragen of hij het bezwaarlijk vindt in mijn boek voor te komen.

'Ja, ja,' gaat Maria verder. 'Jij bent bang voor zijn macht. Jij geeft hem macht en dat veroorzaakt angst. Je bent bang om teleurgesteld te worden. Dat is een oude, vertrouwde metgezel van jou, is het niet? Is het zo langzamerhand geen tijd dit gedrag op te geven en te doen waar je voor staat?'

Pats boem, middenin de roos. Hier word ik geconfronteerd met een groot en heet hangijzer: macht en mijn angst er voor.

'Je zult hem moeten benaderen. Ik weet bijna zeker dat hij het manuscript eerst zal willen lezen. Sta het toe. Het enige dat hij van je kan vragen, is om hem onherkenbaarder te maken als hij zichzelf te herkenbaar vindt. Meisje, hier draait het om. Als je dit laat zitten dan ben je terug bij af. Door juist jouw angst voor macht en autoriteit aan te pakken, kun je jezelf echt bevrijden. Jij hebt de sleutel in je hand en niet alleen voor jezelf. Het zou wel eens kunnen zijn dat je ook Max kunt helpen om zich ergens van te bevrijden. In feite heb je, in ieder geval voor jezelf, onbedoeld en onbewust de juiste situatie gecreëerd.'

‘Fijn zeg, zo’n zelf gecreëerde situatie, alsof er een demon uit een doosje is gesprongen, zo voelt het.’

Maria zegt niets, ze glimlacht en pakt de kaarten. Je ziet er trouwens wel erg moe uit, hoe komt dat?’

‘Ik weet het niet meer. Ik blijf slecht slapen. Om de een of andere reden kan mijn lichaam maar niet tot rust komen, ik lig maar te draaien en te draaien en in mijn benen lijkt een elektriciteitscentrale gevestigd te zijn die ’s nachts overuren draait. Niets loopt echt lekker en niets lijkt te verbeteren.’

Maria zegt niets, pakt haar kaarten en legt ze in het voor mij bekende patroon. ‘Toch, wat ik zie, zal je vermoeidheid flink verbeteren. Zeker vanaf half januari als de zware energie van december verdwenen is. Je wordt dan minder moe en je krijgt goed nieuws. Je bent ook teleurgesteld in veel van je vrienden. Je zult van veel afscheid nemen. Zo langzamerhand heb je geleerd onderscheid te maken in wie wel en wie niet bij je past.’

‘Ik zie ze amper, hoor ook weinig meer van de meesten en heb ook geen energie om wat dan ook te ondernemen; ik zit thuis voor me uit te staren.’

‘Dans je ook niet meer?’

‘Nee, het gaat niet meer.’

‘Leg je erbij neer, dit is wat er is en je zult het ermee moeten doen. Weet wel dat je innerlijke strijd steeds minder wordt, dan komt er vanzelf ook weer ruimte voor de buitenwereld. Je vindt op een gegeven moment echte innerlijke vrede. Nu is het nodig stil te staan, rust te nemen en veel in het bos te lopen. Je moet nog steeds heel veel verwerken, denk daaraan. Schrijven is daar goed voor, maar echt, knoop het goed in je oren: veel rusten tussendoor. Je krijgt ook meer zelfvertrouwen en goed bericht over werk.’

‘Wat?’

Van schrik schiet ik overeind. ‘Moet ik weer aan het werk?’

‘Schrijven is ook werk hoor,’ zegt Maria op haar beurt geschrokken.

‘Oh, gelukkig.’

‘Zoals ik het nu zie komt er zeker nog een boek en misschien nog wel meer. Je wordt nog veel creatiever met schrijven. Ik hoor veel goeds over werk. Ik zie je ook voor een zaal staan. Waarom is me niet duidelijk. Je draagt een prachtige lange rode jurk.’

‘Nou, dat is mooi, ik zal het wel merken als het zover is.’

‘Je gaat ook veel op reis. Je bent als het ware met reizen verankerd, dat betekent dat je in de rest van je leven veel zult blijven reizen.’

‘Leuk.’

‘Hoe komt het trouwens dat Max denkt dat jij geen belangstelling voor hem hebt?’

Stomverbaasd kijk ik Maria aan. ‘Denkt hij dat ik geen belangstelling voor hem heb? Daar begrijp ik niets van. Ik heb toch belangstelling genoeg getoond de laatste tijd, dacht ik.’

Maria gaat door. ‘Ik weet ook niet of dat zijn gevoel op dit moment is of in een later stadium. Hoe dan ook jullie krijgen steeds weer met elkaar te maken. Je blijft als het ware met hem verankerd. Jullie lijken in zekere mate op elkaar. Wat een stijfkoppen zijn jullie allebei zeg. Hij heeft het ook niet makkelijk op dit moment. Meer kan ik je niet zeggen. Ik blijf van iemands privésfeer af. Mijn gids geeft mij daar zeer precieze aanwijzingen over. Je weet ook dat hij me af en toe iets laat zeggen wat nergens op lijkt te slaan en later pas betekenis krijgt.’

‘Ik weet het, maar soms lijkt het me zo prettig om te weten waar ik op moet rekenen.’

‘Kind, wat hebben ervaringen voor zin als je al weet waar ze voor dienen? Je zult er doorheen moeten of je het nu leuk vindt of niet. Wat je ex betreft, laat je niet verleiden opnieuw contact

met hem te hebben, hij zal je veel energie kosten als je dat toestaat. Heb je ergens een trap of ladder die niet goed vast staat?’

Maria kan zo lekker van de hak op de tak springen. ‘Ik heb twee losse trappen in huis. Een gaat van de tweede verdieping naar de zolder, die is met een haakje vastgezet en een klein losstaand trapje van mijn werkkamer naar een ander zoldertje.’

‘Het gaat om de trap van je werkkamer naar dat kleine zoldertje. Die moet je vastzetten.’

‘Ik zal het doen,’ zeg ik, denkend aan de vorige waarschuwing van Maria. Ze had mij gezegd dat er iets lekte in huis. Ik had alles gecontroleerd maar niets gevonden, totdat de centrale verwarming was uitgevallen. Het bleek dat er een leiding onder de vloer was gaan doorroesten. De hele kruipruimte stond blank.

‘Je krijgt met nog meer jaloezie te maken. Er zal een donkerharige vrouw in je leven verschijnen die ziekelijk jaloers is. Sta er boven, voedt het niet. Heb ik dit al niet eens eerder gezegd? Ik moet het nog een keer tegen je zeggen. Je hebt nog steeds last van je nek zie ik. Dat heeft ook met het verwerken van het verleden te maken. Je zenuwstelsel is erg overbelast. Meisje, al met al kun je er zeker van zijn dat je in de loop van de komende tijd alle problemen achter je laat. Met geld komt het in orde, maak je daar al helemaal niet druk over. Ik zie flink wat geld bij je binnenkomen. Echt, vertrouw nu maar en neem heel veel rust, wandel veel in het bos en vertrouw, vertrouw, vertrouw.’

Even later sta ik weer buiten en voel me een stuk beter. Wat ze over Max vertelde houdt me wel bezig. Onderweg naar huis besluit ik dat de kortste weg naar resultaat meestal rechtdoor is en ik hem een email ga sturen om hem te laten weten dat ik wel degelijk belangstelling voor hem heb. Of is dat stom om te doen? Over mijn boek begin ik nog niet, de tijd daarvoor vind ik nog niet rijp.

Thuis blijf ik dralen. Eerst maar eten koken. Na het eten ga ik achter mijn computer zitten om de email aan Max te sturen. Ik schrijf dat ik hem graag beter wil leren kennen en vraag of hij met mij uit eten wil gaan. Ik verstuur meteen het bericht, zodat ik me niet meer kan bedenken.

De volgende dag is er al antwoord. Max neemt, zo schrijft hij, mijn lieve uitnodiging niet aan omdat hij niet vrij is en wenst mij een lichte en fijne kersttijd toe. Even ben ik van slag maar ik heb mijn statement gemaakt en verder is het aan de goden. Ik ben te moe en vind het even goed zoals het is. Ik stuur Max nog een kort bericht om hem ook een mooie en lichte kersttijd te wensen en realiseer me dat ik niet langer de ontspannen toeschouwer ben die naar de film kijkt maar dat ik ben gepromoveerd tot actrice met een tragische rol. ‘Daar zat ik toch werkelijk niet op te wachten,’ zeg ik tegen mijzelf.

Veel mensen willen graag weten
wat de toekomst voor ze in petto
heeft.

Hoe zit dat bij jou? Reflecteer hier
uitgebreid op.

Omringd door schemerduister sta ik in een grote, oude loods. De wind giert door de kieren, de golfplaten klapperen op het dak en buiten hoor ik het water tegen de kade klotsen. Als een houten pop sta ik middenin de loods, niet in staat om ook maar een vin te verroeren, zelfs mijn hoofd kan ik niet draaien. Ik ben niet alleen, Mahmood is er ook en beweegt onrustig door de ruimte. Hij sleutelt aan de roestige deuren, verandert van alles maar wat hij verandert heeft geen enkel effect. Telkens komt hij even bij me staan. Wanneer hij naast me staat, verstijf ik nog meer. Hij lijkt, in tegenstelling tot wat ik steeds dacht, nog steeds deel uit te maken van mijn leven. Een dodelijk vermoeid gevoel bekruipt me, ik zou zo graag weg willen van deze plek maar ik moet blijven staan. Een akelige kriebel trekt door mijn benen. Ze lijken met me te willen gaan lopen, maar ik sta als in beton gegoten en kan geen kant op. Vanuit mijn ooghoeken zie ik rechts, in de meest verre hoek, iets gebeuren. Langzaam schuiven er doodskisten de ruimte in. Het is een heel lange rij. De doodskisten zijn niet van hout maar net als de deuren, van roestig metaal. Ze bewegen in strakke rijen door de ruimte. Dan weer schuift de rij naar de ene kant en dan weer naar de andere kant, zonder dat ze ook maar het minste geluid maken, ogenschijnlijk doelloos. Gefascineerd volg ik ze met mijn ogen. Ze lijken iets te vertegenwoordigen. Als ik er eens goed naar kijk is het alsof er mensen in zitten, mensen die bij me horen. Mahmood lijkt zich niets aan te trekken van de lugubere sfeer rond de doodskisten en dreunt er onrustig omheen, morrelt aan de deksels, voelt aan de scharnieren, bekijkt de schroeven maar verder komt hij niet; de doodskisten blijven dicht. Het obscure, bijna sinistere licht, werpt vreemde schaduwen over het geheel en zorgt ervoor dat niets goed zichtbaar is. Het wordt steeds donkerder in de loods, tot ik niets meer kan zien en met een wezenloos gevoel wakker word.

Wat ik ook bedenk die dag en de volgende dagen, ik begrijp die doodskisten niet en de aanwezigheid van Mahmood erbij al helemaal niet.

Een paar nachten later word ik wakker omdat er iets om mijn hoofd waait. Verheugd kom ik overeind en wacht af. Ik heb het gevoel alsof iets of iemand zich naast mij installeert. Ik lig in het donker te gniffelen om wat er komen gaat.

‘Dag Joy. Hier ben ik weer.’ Daarna volgt een stilte. Gespannen wacht ik af. ‘De droom met de doodskisten heeft je nogal bezig gehouden, is het niet?’

Ik knik.

‘Mooie droom vind je niet?’

‘Fascinerend.’

‘Ik zal je eens een paar vragen stellen. Waar dient een loods voor?’

‘Voor opslag.’

‘En doodskisten?’

‘Om overledenen in te leggen.’

‘Wie liggen er in die doodskisten?’

Daar moet ik even over nadenken. In gedachten kijk ik nog eens goed naar die kisten. Oh hemel, ineens gaat me een licht op. ‘Ik lig er zelf in.’

‘Wat betekent het dat er zoveel doodskisten met jou erin aanwezig zijn?’

‘Dat ik meerdere malen ben overleden, neem ik aan.’

‘Inderdaad. Wat betekent het dat je vorige levens er ook in dit leven zijn?’

‘Misschien dat het onopgeloste zaken zijn die ik nu nog bij me draag?’

‘Het zijn, zoals je zegt, meegenomen herinneringen; leed, schuld en angst die niet tot een oplossing zijn gekomen. Het zijn de bekende lijken in de kast; dat wat verstopt zit en verstoring werkt. Wat gebeurt er met dat wat je mee hebt genomen naar dit leven?’ vervolgt de engel.

‘Niet veel, ze schuiven heen en weer. Ik zie ze wel maar kan niets doen.’

‘Wat doet het met jou?’

‘Ik kijk ernaar en vraag me af wat het te betekenen heeft. Het geeft me vooral een gevoel van machteloosheid,’ antwoord ik.

‘Wat doet Mahmood daar in jouw droom?’

‘Hij rommelt en probeert van alles te veranderen, tenminste zo lijkt het. En telkens komt hij naast me staan. Het lijkt alsof hij een ingang zoekt, alsof hij zich afvraagt hoe hij bij dat wat in die kisten ligt, kan komen. Het lijkt ook alsof hij nooit uit mijn leven is verdwenen en dat hij deel heeft uit gemaakt van meerdere levens.’ Terwijl ik dit zeg, weet ik direct dat het klopt. De engel gaat verder.

‘Lukt het hem om door te dringen tot wat hij wil?’

‘Nee,’ zeg ik.

‘Hoe komt het dat jij je niet kunt bewegen?’

Weer kan ik daar niet een, twee, drie antwoord op geven. Hoe komt het dat ik me als het ware verlamd voel? ‘Iets verlamt me. Of het nu Mahmood is of die doodskisten, geen idee.’ Ik probeer me weer in te leven in wat er in de droom gebeurt. ‘Ik heb het gevoel dat ik moet afwachten. Alsof ik toestemming nodig heb, alsof ik tot iets veroordeeld ben.’

De engel gaat door met het stellen van vragen. ‘Waartoe ben je veroordeeld?’

Ik denk opnieuw na en probeer in het gevoel te kruipen. Ik heb het idee dat me een grote kans wordt geboden om me van iets bewust te worden, iets dat me kan bevrijden van het verlamdende gevoel waar ik nogal eens door wordt overvallen. ‘Ik heb geen idee. Als ik goed kijk en me weer inleef in die situatie, dan is het net alsof ik als buffer dien, alsof ik daar sta om anderen te beschermen. Ik houd de situatie in stand omdat ik me verantwoordelijk voel. Door niets te doen houd ik zowel Mahmood als alle pijn en angst in die ruimte. Ik sta hem onder geen beding toe zich ergens in te dringen. Op die manier blijven anderen buiten schot. Ik voel namelijk, nu ik me zo inleef, dat er buiten die ruimte mensen zijn waar ik veel van houd en die ik buiten beeld of bij iets onaangenaams vandaan wil houden.’ Ik zucht eens diep.

‘Waar ben je bang voor?’

‘Dat als ik Mahmood ook maar een beetje ruimte zou geven, ik totaal machteloos moet toezien hoe hij anderen zal belasten. Daarom houd ik de deur dicht en slaagt Mahmood er ook niet in om iets te veranderen.’

‘Wie houd je op die manier gevangen?’

Weer weet ik op die vraag niet direct een antwoord. Ik kijk nog eens goed naar de situatie, dan voel ik wat er aan de hand is. ‘Mijzelf en Mahmood.’

‘Wat wil het zeggen dat jouw benen zo kriebelen en je toch blijft staan?’

‘Ze willen me meenemen, weg van die plek. Ze kriebelen zo erg dat ik wel weg zou willen rennen, heel ver weg, om dat gekriebel maar kwijt te zijn.’

‘Wat zou je aan deze situatie kunnen veranderen zodat je in ieder geval jezelf bevrijdt?’

‘Wacht eens even, als ik die kisten opendoe, wordt alles zichtbaar en zou mij dat beter kunnen helpen dan weggrennen. Misschien dat ik me daarom niet kan verroeren? Ik maak die kisten niet

open omdat ik bang ben de controle kwijt te raken. Maar die heb ik zo ook niet, dus kan ik het toch maar beter wel doen.'

'Bravo,' zegt de engel.

Allemachtig, het is werkelijk een ongelooflijke droom. Ik voel dat wat ik zeg klopt als een bus.'

'Je kunt er van op aan dat het klopt.' Omdat het moeilijk voor jullie op Aarde is - en meestal ook niet noodzakelijk - om al je levens te overzien, neem ik je op een dag weer mee naar een vorig leven. Alleen niet nu. Ik kom er voor terug op een geschikt moment. Voor nu wil ik alleen nog maar zeggen: laat je niet gevangen nemen door de omstandigheden, ook niet door die waar je nu in zit. Je hebt de gewenste ervaringen aan de duistere kant opgedaan. Het is tijd ze achter je te laten en naar het tweede deel van je voorgenomen ervaringen over te stappen. Breng alles aan het licht en het zal je bevrijden. Voor nu is het genoeg geweest, slaap lekker.'

Weg is de engel. Ik ben klaarwakker en peins nog een hele tijd na over dit nachtelijke bezoek. Toch slaap ik die nacht dieper dan andere nachten, net als na de eerdere nachtelijke bezoeken.

In hoeverre geloof jij in vorige levens?

Weet je iets van je vorige levens?

Je kunt hier ook later op terugkomen.

‘Kom erin, wat ben ik blij dat je er bent. Het is alsof er grote donderwolken op me afkomen in plaats van kerstdagen. Sorry, wat een welkom.’

‘Mens, ik ben blij dat ik even weg kan. Amsterdam is net één grote winkel, alles draait om hebben, hebben, hebben en jezelf ergens zien onder te brengen met de feestdagen. Dank dus voor je uitnodiging.’

Even later trek ik een fles wijn open, maak wat lekkere hapjes klaar en ga bij Sofia zitten.

‘Dat is lang geleden dat we zo hebben gezeten,’ zeg ik.

‘Dat is het zeker. Komen je kinderen nog met de feestdagen?’

‘Sam komt met Kerst, de meiden heb ik gezegd om vooral te doen waar ze zin in hebben en alsjeblieft niet hier te komen, omdat ze mam zielig vinden. Bewaar me. Ze hebben allebei voor hun vrienden gekozen en komen op Nieuwjaarsdag.’

‘Zal ik jouw jaarhoroscoop eens voorlezen?’ vraag ik twee glazen wijn later.

‘Alleen als me een geweldig jaar wordt voorspeld.’

‘Eens kijken. Luister: voor Vissen draait het komende jaar om verantwoordelijkheid nemen ten aanzien van je werk en om je oprechte en diepe gevoelens te erkennen en die te delen met je medemensen.’

‘Laat maar, klinkt veel te serieus, lees die van jou maar voor.’

‘Voor Stieren beloofd het een mooi jaar te worden met veel leuke mensen, champagne, succes en feesten, maar lieve stieren vergeet een nieuwe liefdesrelatie alsjeblieft. Ongelooflijke stijfkoppen als deze types zijn, willen ze daar hoogstwaarschijnlijk niet aan en creëren dus de nodige frustratie voor zichzelf. Het wordt een jaar van loslaten en ernstiger worden, vooral op het gebied van relaties en niet alleen liefdesrelaties maar alle relaties. Je bent aan verandering toe en je zult daarvoor enige strijd moeten leveren. Op het gebied van je gezondheid zul je waakzaam moeten zijn; je bent dit jaar erg kwetsbaar en wel het meest op psychisch gebied. Zoek desnoods hulp, er is niets waarvoor je je hoeft te schamen.’

‘Nou lieve schat, het klopt aardig tot zover.’

‘Ja, ja, nou gelukkig geven de sterren alleen maar aan waar ze toe neigen en kun je er zelf flink invloed op uit oefenen,’ zeg ik.

‘Dan heb je een hoop invloed uit te oefenen als je het mij vraagt,’ antwoordt Sofia met een brede grijns. ‘Zullen we onze traditie voortzetten en vast een tarotkaart voor het nieuwe jaar trekken?’

‘Goed.’ Ik pak de kaarten en spreid ze op tafel uit.

‘Begin jij maar,’ zegt Sofia.

Een voor een bekijk ik de kaarten. ‘Alsof ik bang ben mijn doodsvoornis te trekken,’ zeg ik, als ik geen keus durf te maken.

‘Gewoon voelen welke kaart je aandacht trekt. Niet zo bang, dat ben je anders ook niet.’

‘Oh, ik ben soms veel banger dan ik lijk hoor.’

‘Pak er nu maar één, er kan niets verkeerd gaan.’

‘Goed, deze springt eruit,’ zeg ik en pak een kaart, ‘de Dwaas! Dat is zeker om mij aan het reisje in de ruimte te herinneren.’

‘Lees eens wat het boek erover zegt.’

De Dwaas heeft geen voorbeeld. Om zijn weg te gaan, kan hij slechts uit zijn eigen moed en inzicht putten. Hij heeft geen idee waar zijn pad naar toe zal leiden, hij volgt zijn eigen weten. Het pad van een Dwaas is ongewoon en wat hij doet interesseert geen mens. Dat kan hem angstig maken. Het is dan ook de levensopdracht van de Dwaas om met zijn angsten af te rekenen en volledig gelukkig te zijn met dat wat op zijn pad komt. De Dwaas betekent altijd chaos. Want zonder chaos kan er niet iets nieuws geboren worden.¹

Ik zeg niets, het voelt toch als een vonnis. ‘Het riekt volgens mij naar veel eenzaamheid en geworstel, naar onoverzichtelijkheid en onverwachte tegenvallers en dat staat me helemaal niet aan,’ zeg ik.

‘Je kunt weinig anders doen, dan dat wat op je bord wordt gelegd op je te nemen. Verzet levert alleen maar frustratie op,’ zegt een peinzende Sofia.

Januari en niets om naar uit te kijken. Wat voel ik me verloren en wat breng ik weinig tot stand. Ik loop maar rondjes in huis en lijk sprekend op de bekende kip zonder kop. Het kriebelt van binnen en ik weet niet waarom. Iets nadert, iets wat mij ineen doet krimpen. Ik kijk naar de telefoon die nauwelijks meer rinkelt en denk aan mijn vrienden waarvan ik steeds minder hoor. Van de vrienden springen als vanzelf mijn gedachten naar de collega’s, die ook in alle talen zwijgen. Als de post op de deurmat valt, hoor ik het amper. Ik ben een verdwijnend stipje aan de horizon en los langzaam in het niets op, een weggewaaide herinnering, meer niet. Ik wacht op redding, hoop op het geluid van de deurbel, of een rinkelende telefoon. En ik ben zo ontzettend moe. De stapel zelfhulpboeken slinkt maar wijzer ben ik er niet van geworden. Wat erin staat lijkt mij niet te kunnen bereiken, alsof iemand een stok uitsteekt die net te kort is om vast te pakken. Ik wil trouwens niemand zien, want ik voel mij zo onaantrekkelijk! Zeuren helpt niet. Geen mens heeft een boodschap aan mijn droefheid. Ik zal het zelf moeten doen, anders blijf ik een gevangene in omstandigheden, die ik ooit zelf hebt gecreëerd. Ach, wat een treurige gedachte, wat een situatie; tot niets meer in staat en afhankelijk van de sociale dienst en een letselschadeadvocaat. Gefeliciteerd Joy, goed gedaan!

Wat betekenen de feestdagen,
zoals kerst en oud & nieuw voor
je?

Hoe vier je deze dagen het liefst?

Geniet je ervan?

Of als je daar niet voor voelt, hoe
breng je ze door en welke
gevoelens duiken dan op?

Het is zaterdag, het vriest en er hangt een dikke mist. Ik zit in de trein en ben op weg om een nieuwe pelgrimstocht naar mijn ziel te ondernemen. Ruim op tijd stap ik de Gewijde Tempel binnen. Net als de vorige keer moet ik even wennen aan het schaarse licht van de kaarsjes. Ik kijk rond of ik mensen zie die ook bij mijn vorige reis aanwezig waren, niemand. Als het tijd is om de ayahasca te drinken, zet ik me schrap om de vreselijke smaak te kunnen trotseren. In een keer drink ik het glas leeg en ga liggen. Ik rommel met mijn dekens en kussen op zoek naar een houding om te kunnen ontspannen. Wat heb ik een last van mijn nek vandaag. Misschien omdat ik toch meer gespannen ben dan ik mezelf wil bekennen? Ik kan maar geen prettige houding vinden, pak er een extra kussen bij maar veel helpt het niet. Wat wil ik ook al weer weten? Oh ja, hoe staat het er voor met mijn zoektocht naar mijn voeten? Wat is de stand van zaken wat mijn genezingsproces betreft, wat is nog belangrijk om in mijn boek op te nemen, hoe staat het met de liefde in mijn leven? Concrete vragen waarop ik graag concrete antwoorden wil. Steeds opnieuw denk ik aan mijn vragen. Ik voel nog helemaal geen effect. Het zal me toch niet gebeuren dat ik deze keer helemaal niets meemaak? De vorige keer was het iemand overkomen, vreselijk, daar zit je dan tussen al die mensen die van alles beleven en jij staart maar wat voor je uit. De vragen buitelen over elkaar in mijn hoofd, steeds maar weer en steeds sneller. Ho even, wat gebeurt er? Ik krijg met bakken tegelijk informatie, steeds meer en in een steeds hoger tempo en van razendsnel sprekende stemmen. Met welke kracht heb ik nu te maken? Ontdek ik het werkelijke potentieel van mijn hersenen, of stort iemand alle beschikbare informatie over me uit? Het geraas gaat maar door en klinkt als het leeglopen van een vrachtwagen met zand. Als het niet ophoudt, raak ik in paniek. Opnieuw en opnieuw hoor ik mijn vragen terwijl mijn ruimte krimpt, langzaam word ik ingesloten door duizenden stemmen en rollende papieren met informatie die als een krant op de persen van de drukkerij voor mijn ogen langs vliegen. Ik kan geen kant meer op. De ene lading na de andere blijft komen terwijl miljoenen letters voor mijn ogen dansen. Het past niet, het past niet, hou op! Het gaat maar door terwijl ik verder krimp, al mijn zekerheden worden onder me vandaan geslagen want ik weet niets, helemaal niets. Stop alsjeblieft, stop! Elk gevoel van tijd ben ik kwijt. Iemand reikt me een tweede glas aan dat ik zonder nadenken opdrink. Opnieuw komt een grote stroom informatie op gang en in een nog hoger tempo. Ik kan niet meer. Wankelend sta ik op en loop als een blinde, zoekend naar iets om me aan vast te grijpen. Ik laat me naast een van de begeleiders zakken. Vragend kijkt hij me aan.

‘Help me alsjeblieft, ik loop helemaal vast. Ik krijg alleen maar bakken informatie over me uitgestort en het lijkt wel of ik in een steeds nauwere ruimte kom te zitten, alsof een naar mij toe wandelende muur om me heen wordt gebouwd, waar ik nooit meer langs kan komen.’

‘Accepteer wat er is. Hoe meer energie je er in steekt om de stroom informatie te stoppen en voorbij de muur te komen, hoe hardnekkiger de muur zal blijken te zijn en hoe meer informatie je krijgt. Bedenk dat het niet voor niets is. Vraag naar het waarom.’

Dit klinkt plausibel. Opgelucht ga ik terug naar mijn plek. Ik lig nog niet of de informatiestroom stopt en het weten stroomt binnen dat ik precies kreeg waar ik om had gevraagd: informatie. Ik kreeg een lesje in bewustwording. Ik werd boos en bang, terwijl ik op mijn wenken werd bediend. Langzaam opent zich een ruimte, alsof heel plechtig het doek voor

het podium wordt opgehaald. Deze keer vlieg ik niet weg het universum in maar blijf ik heel aards beneden. Ik zie prachtige dingen, ja wat eigenlijk? Het lijken wel stoffen, papier is het zeker niet en lucht ook niet. De kleuren en ontwerpen zijn van een ongekennde schoonheid. Al ben ik aards deze keer, deze kleuren en stoffen lijken van een andere orde te zijn. Terwijl ik word omringd door al die pracht komt er op een andere manier informatie naar me toe. Het voelt heel zacht wat me omringt. Liefdevol wordt me getoond dat ik op zoek ben naar de verbinding met mijn voeten als iemand die met een bril op zijn neus zijn bril loopt te zoeken. Ik ben maar bezig om meer en meer informatie te verzamelen en het allemaal veel verder bij me vandaan te zoeken dan nodig is. In feite heeft mijn ego me ontzettend gefopt en probeert het elke verandering, elke impuls om het juiste te doen af te remmen. Ik het ego voorbij, zoals ik even heb gedacht? Vergeet het maar. Mijn ego heeft zich verschanst en gedaan alsof het mijn hart vertegenwoordigt. Het heeft me staan uitlachen van een afstand en is rustig doorgedaan me over de kling te jagen en uit te putten. Ik ben opnieuw heel hard aan het werk gegaan, deze keer aan mijn herstel. Maar hard werken en herstellen gaan niet samen. Mijn ego is er nog steeds niet van overtuigd dat rust nemen goed is. Beladen met een bijna onverwoestbaar arbeidsethos heeft het me toch aan het werk gekregen en me zo ver mogelijk weggehouden bij dat wat helend is: rust. Op hetzelfde moment krijg ik een ontzettende pijn in mijn hart. Ik krimp in elkaar. Plotseling verschijnt Ginny. Ginny was mijn hond in de tijd dat ik met Freek, mijn eerste echtgenoot, was getrouwd. Ginny hadden we al voordat Rea en Katharina, mijn dochters, werden geboren. Ze was mijn metgezel, tot ik weer aan het werk wilde en zij me ging belemmeren. Op dat moment kreeg Ginny een hartstilstand, terwijl ze pas acht jaar oud was. Nu voel ik de pijn die zij voelde toen ze me in de weg ging zitten. Hier in de Gewijde Tempel, vijfentwintig jaar later ontdek ik wat onvoorwaardelijke liefde inhoudt. In het geval van Ginny was het doodgaan, om mij de ruimte te geven. Ik krijg nog meer informatie over de rol die ze in mijn leven speelde en die ik totaal niet had opgemerkt. Ginny week in al die jaren niet van mijn zijde, ze hielp me zelfs heel praktisch door Rea en Katharina de luiers van hun billen te trekken en ze daarna schoon te likken. Ze nodigde me keer op keer uit om lange wandelingen met haar te maken om weer op te laden als ik dreigde leeg te lopen. Ze kroop tussen mij en Freek in als ze de kans kreeg om te verhinderen dat mijn energie weglekte, want Freek had me heel hard nodig en gebruikte mij als motor voor zijn bestaan. Ik had het niet begrepen en vond het wel een grappige gewoonte van haar. Freek ontbrak het aan een stevige basis van zelfvertrouwen waardoor hij last had van faalangst. Alleen tussen vrienden en familie kon hij zich ontspannen, al was dat vaak ten koste van een ander. Dan trok hij de aandacht van het hele gezelschap, maakte iedereen aan het lachen. Maar zodra iemand in het gezelschap zijn aandacht op mij vestigde werd Freek venijnig en zorgde er met zijn vlijmscherpe tong voor dat de aantrekkingskracht die ik even leek te hebben, weer verdween. Ik had geen weerwoord; verbaal was ik lang niet zo sterk als Freek, maar van binnen ontstond een grote rotte plek van ingehouden woede. En die plek zit nog steeds in me en moet eruit om te kunnen helen, om in balans te komen. Als Freek van mijn netvlies verdwijnt, voel ik hoe groot liefde kan zijn, ook van een hond. Op dat moment weet ik dat ik een dergelijke liefde nog nooit binnen een liefdesrelatie heb ervaren. Ik begin ontzettend te huilen, niet alleen van verdriet maar ook van dankbaarheid, dan glijdt een diepe rust over me heen. Omringd door prachtige muziek doe ik even weg.

Getinkel van glas doet me weer terugkomen in de Gewijde Tempel. Een nieuw rondje ayahuasca. De liefde van Ginny blijft om me heen hangen en begint me helemaal te verwarmen, daarmee de kou verdrijvend die ik steeds bij me heb. Achter elkaar worden me allerlei alledaagse zaken getoond. Tot mijn duim zich aandient. Mijn duim? Wat is dat nu voor onzin? Levensgroot

staat mijn duim voor mijn neus, die de laatste tijd moeizaam buigt vanwege een peesprobleem. Niet alleen mijn duim blijkt moeizaam te buigen, ik buig zelf ook moeizaam zie ik en wel voor de Liefde met hoofdletter. Ik ben zo bang dat ik mijn duim - die kennelijk als metafoor dient voor mezelf - ontwricht dat ik hem maar liever stil houd. De weg naar mijn voeten ligt voor mijn neus maar ik zie niets. Ik blijf maar in rondjes draaien als een goudvis in zijn kom uit angst dat anders in mijn leven weer iets gebeurt wat ik niet fijn vind. Mijn hart roept, maar ik houd me bezig met informatie verzamelen zonder te zien dat ik alles heb wat nodig is om te herstellen. Herstellen en heel worden vragen liefde, rust en vertrouwen. Mijn hart weet de weg, het heeft een eigen logica en het volgt de liefdesstroom. Omdat ik die niet volg doet mijn hart zoveel pijn en buigt ook mijn duim niet meer. Wat nu? Ik voel me op onbekend terrein komen. Een oude stelling die ik ooit zelf heb bedacht, schiet me te binnen: 'wat je niet weet, moet je vragen, desnoods aan jezelf.' Heel simpel eigenlijk. De meest voor de hand liggende vraag is: wat is de eerste impuls die nu in me opkomt?

'Liefde voelen en uiten, waar die zich ook aandient en voorbij al het sociaal gewenste gedrag, de codes.' Ik krijg hulp van een stem.

'Ja, dag zeg. Ik leef in een maatschappij met codes en wanneer je daar aan voorbij gaat, kun je er niet meer in functioneren. Mensen die afwijken van de norm worden uitgesloten omdat ze anderen angst aanjagen. Trouwens, ik heb de codes vaak genoeg aan mijn laars gelapt, deels doe ik dat nog steeds en kijk waar het me heeft gebracht.' Het lijkt of ik de strijd aanga met de stem maar ik doe het om moed te verzamelen, ik durf niet te doen wat de stem me adviseert. Ineens verschijnt Max op mijn netvlies. Ach ja, dat zat er dik in.

'Wat ga je aan deze situatie doen?'

'Hoezo, waarom moet ik iets doen, als ik al iets kan doen?'

'Ruimte geven aan je gevoelens door ze te uiten.'

'Waarom moet ik weer in beweging komen? Ik vertik het. Laat me nu eens een keer in een echte vrouwenrol zitten zeg.'

'Wie zegt dat je niet in een vrouwenrol kunt zitten en toch jezelf uiten?'

'Nou, laten we het even bij het klassieke plaatje houden. Ridder en jonkvrouw. Zie je het al voor je dat de smachtende jonkvrouw op haar paard springt en naar de ridder toe rijdt?'

'Jonkvrouwen hadden zo hun manier om gevoelens te tonen.'

'Welke dan?'

'Ze zongen bijvoorbeeld liederen en wisten dat op een manier te doen, die de gevoelens van de ridder wekten.'

'Enig zeg. Moet ik een lied gaan zingen? Onder het raam van Max zeker?'

'Nu trek je het in het belachelijke. Je weet prima wat je te doen staat.'

'Weet ik dat?' Als ik mijn impuls volg maak ik toch een beweging in de richting van Max. Nu ik die inwendige beweging volg merk ik dat ik weer warm word. Want tijdens de discussie met de stem trok er opnieuw kou door mijn lichaam.

'Wanneer je de waarheid van je hart spreekt, vind je rust.'

Daar heb ik alweer een antwoord op een van mijn vragen: hoe vind ik rust?'

'Zo simpel is het.'

'Hier in de Gewijde Tempel met de hulp van ayahuasca lijkt het simpel. Maar als ik straks buiten sta en mijn leven weer gewoon verder gaat, wordt het een andere zaak.'

'Alleen als jij dat denkt. Dan wordt het een andere zaak. Wanneer je straks buiten staat, kun je terug stappen in je oude jas. Alles zal dan als vanouds verder gaan. Een andere optie is, dat je

wat je nu ervaart vasthoudt en erop vertrouwt dat het op het juiste moment brengt wat bij je hoort. Dat is de weg van de Dwazen.'

'Ik ben bang. Bang om niet te krijgen waarnaar ik zo verlang.'

'Je krijgt altijd wat je nodig hebt en altijd op het juiste moment. Houd dat vast en volg de stroom van de liefde. Er kan je niets gebeuren als je dat doet, wat de uitkomst ook is.'

Dat laatste klinkt niet helemaal geruststellend maar dat kan natuurlijk ook niet. Ik krijg tenslotte geen verzekering bij mijn verlangens geleverd. Ineens schiet me te binnen wat Maria ooit zei: 'jullie zijn allebei wel stijfkoppen zeg.' Op dat moment besluit ik het risico te nemen en weer een stap richting Max te zetten. Het wordt zo langzamerhand toch tijd om hem te laten weten dat hij in mijn boek voorkomt en hem de vraag te stellen of hij niet te herkenbaar is, want dat wil ik hem niet aandoen.

Opnieuw hoor ik geklingel van glas. Een nieuw rondje en tevens het laatste. Ik neem mijn vierde glas. Zo langzamerhand lijkt de rilling na het drinken bij het ritueel te horen. Weer laat ik me meenemen door de muziek die me lijkt uit te nodigen een laag dieper te gaan. Het duurt niet lang of ik voel weer een hevige misselijkheid opkomen. Kennelijk zijn nog niet alle emoties uitgekotst. Vooruit dan maar weer. Ik gooi alles er weer uit en glijd weer terug in mijn wereld, geholpen door ayahuasca. Dan gebeurt er iets dat me doodsbang zou moeten maken, maar dat doet het niet. Ik verdrink. Plotseling ruik ik niets meer en begint mijn neus te prikken alsof ik water heb ingeademd. Dat heb ik net geconstateerd als ook mijn gehoor verdwijnt. Ik kijk omhoog en zie de rand van een put. Zonder enige emotie onderga ik dit alles. Ik voel me langzaam wegzakken. Hoe kwam ik in die put terecht?

'Je bent er in geduwd,' klinkt direct het antwoord.

'Door wie?'

'Dit is een leven waar Mahmood ook in aanwezig was.'

Even laat ik dit bezinken. Heeft Mahmood me erin geduwd?

'Nee, hij werd zelf ook gedood in dit leven.'

Dit moet ik even verwerken. Ik wil graag meer weten. De stem gaat verder. 'Je woonde in Spanje en was zwanger van een rijke wijnboer. Je werkte bij hem in huis. Kijk maar.'

Alsof een film achterstevoren wordt afgedraaid ben ik weer uit de put en zit ik op de bok van een kar. Het paard voor de kar sjokt rustig voort. Ik heb een behoorlijk dikke buik, ik moet een flink aantal maanden zwanger zijn. Naast me op de bok staat een grote mand en daarnaast zit een oude man. Hij stopt de kar op de binnenplaats van een groot landhuis en geeft de leidsels van het paard over aan een knecht die aan komt lopen. De oude man verdwijnt door een deur naar binnen en ik stap op een andere deur af, ga naar binnen en sta in een grote keuken. Binnen is het schemerig. Ik zie een vuurplaats met een grote haak erboven, met daaromheen op de grond een stel manden en potten. In het midden van de keuken staat een grote tafel. Ik zet mijn mand op de tafel en haal alles eruit. Op dat moment zwaait de deur weer open en met veel lawaai stapt een man naar binnen. Ik draai me vol verwachting om en kijk in een paar woedende, bijna zwarte ogen. Zonder iets te zeggen pakt de man me bij mijn arm en geeft me een enorme klap in mijn gezicht. 'Vuile hoer,' schreeuwt hij, 'wat dacht je, dat ik er niet achter zou komen?'

Ik ben zo verbijsterd dat ik geen woord kan uitbrengen. Hij geeft nog een ruk aan mijn arm, pakt nu ook mijn andere arm en trekt me dicht tegen zich aan. Ik ruik de geur van wijn en zie zijn opeen geknepen lippen. Mijn hart gaat als een razende tekeer.

'Hoer,' sist hij in mijn gezicht, 'leugenaarster, bedriegster, dit kind is niet van mij.' Bij de laatste woorden geeft hij me een stomp in mijn buik en daarna nog een.

‘Stop,’ roep ik, ‘waar heb je het over, dit kind is wel van jou, van wie anders?’

‘Dat weet je heel goed. Wat dacht je, dat ik er niet achter zou komen?’

Ik snak naar adem. ‘Ik weet echt niet waar je het over hebt.’

‘Leugenaarster.’ Weer krijg ik een paar stompen in mijn buik en word ik meegesleurd naar de andere kamer. De kamer waar ik van zijn vrouw alleen naar binnen mag als zij er ook is. De man geeft me een enorme zet, zodat ik op de grond val. Voor ik op kan krabbelen krijg ik een schop tegen mijn buik en nog een. Ik probeer mijn armen ervoor te slaan en me om te draaien maar de man pakt me beet en sleurt me overeind. ‘Kijk me aan,’ schreeuwt hij, ‘je krijgt één kans om me te vertellen wie de man is met wie je me hebt bedrogen.’

‘Ik heb geen andere man ontmoet.’ Ik heb zoveel pijn dat ik nauwelijks meer kan praten of nadenken. Mijn buik staat gespannen en voelt keihard. Nog nooit in mijn leven heb ik zoveel haat gezien in iemands ogen. Doodsbang word ik van die blik. Door een nieuwe klap in mijn gezicht val ik weer op de grond. En weer krijg ik een schop, daarna verliest de man alle controle. Hij schopt me zonder ophouden. Ik probeer nog één keer om overeind te komen, dan voel ik een warme stroom langs mijn benen lopen en zak ik weer terug. Vaag zie ik nog dat ik bloed verlies. Ineens vlieg ik weg en wervel door een tunnel naar een prachtig licht in de verte. Ik word er als vanzelf naar toe gezogen terwijl een aangenaam gevoel zich van me meester maakt. Dan trekt iets me terug. Ik hoor de stem van een vrouw. Uit alle macht probeer ik verder te gaan naar het aanlokkelijke licht maar de stem lijkt te willen dat ik luister. Weg is de gewichtloosheid, het aangename gevoel en het licht.

‘...de... put wordt niet gebruikt... Niemand zal erachter komen. Straks als het donker genoeg is....pak...’ Met vlagen hoor ik wat de vrouw zegt. De man zegt niets en weer zak ik weg, tot ik word opgepakt en megedragen. Met een smak beland ik op een kar. Ik krimp ineen. Alles wat ik ben is pijn geworden. Er wordt iets over me heen gegooid. Daarna is het een poosje stil, af en toe ben ik bij bewustzijn om vervolgens weer weg te glijden. Dan zet de kar zich in beweging. Ik hoor de wielen ratelen. Ik verlang zo hevig terug naar het licht. In een paar uur tijd is mijn grote vreugde weggeslagen en wil ik niet eens meer leven. Ik voel dat het kind dat ik met zoveel liefde geboren wilde laten worden, dood is. Ik kan niet bevatten wat heeft gemaakt dat de man van wie ik zoveel houd, is veranderd in een monster dat mij en mijn kind wil doden. De kar houdt stil. Weer hoor ik de stem van de vrouw. ‘Ik pak haar onder haar benen en jij pakt haar onder haar armen.’

Ik voel hoe ik meegesleept en dan opgetild word en op een stenen rand kom te liggen. Even gebeurt er niets alsof er een aarzeling is bij de man die me onder mijn armen vasthoudt, tot ik een zet krijg en val. Ik stoot me aan een rand en beland in het water. Het water sluit zich boven me. Al snel ruik ik niets meer, prikt mijn neus en verdwijnt mijn gehoor. Omhoog kijkend zie ik de rand van een put. De vage contour van de man verdwijnt. Ik sluit mijn ogen en laat me gaan. Volkomen verbijsterd lig ik voor me uit te kijken. Het is nauwelijks te bevatten. Even blijft het stil voordat de stem verder gaat. ‘Dit is de sleutel om te kunnen begrijpen waarom je vader, je moeder en Mahmood zo op elkaar reageerden als ze deden. Alle spelers in dat leven, spelen ook een rol in het huidige leven. De vrouw in kwestie kon geen kinderen krijgen. Haar man besloot dat jij een kind van hem zou baren. Zijn vrouw kon haar jaloezie echter niet bedwingen. Ze zag dat haar man erg graag bij je was. Uiteindelijk hield ze het niet meer uit en heeft ze hem beetje bij beetje verteld, dat je zwanger was van een andere man. Ze wist precies hoe ze het hem moest zeggen zodat hij haar zou geloven. Ze leidde hem als het ware naar de conclusie. Hij heeft geen moment overwogen dat wat zijn vrouw hem vertelde, wel eens niet waar kon zijn. Het kind dat je verloor, is dezelfde ziel als Mahmood in dit leven. Het karma dat destijds ontstond, wordt

nu uitgewerkt. Zowel Mahmood als je vader gaven om elkaar en tegelijkertijd speelden hem ook andere gevoelens parten. Deze gevoelens verborg hij, omdat hij ze niet begreep en ook niet wilde toestaan. Nu is je ook duidelijk waarom Mahmood en je moeder als water en vuur waren, zonder dat ze het waarom konden benoemen. Op zielsniveau wist iedereen wat er gaande was, maar op aards niveau bleef het volkomen onbegrijpelijk. Mahmood voelde een onbedwingbare behoefte om bij je te zijn en misschien is dat nog steeds zo. Al deze gevoelens lagen ten grondslag aan zijn destructieve handelen ten opzichte van jou en je familie. Hij begreep vaak niet wat hem bewoog, het voelde voor hem alsof zijn wil werd overgenomen door iets wat sterker was dan hijzelf. Ook is dit leven, wat je net werd getoond, een van de redenen waarom jij je zo machteloos kan voelen ten opzichte van andere mensen en vooral ten opzichte van mensen of instanties met macht.

Ik krijg niet de tijd om dit alles te laten bezinken. Voor mijn ogen begint het te krioelen. Eindelijk, de beestjes. Wat ik zie stelt me enorm gerust. Niets geen rijen en rijen langs marcherende legers rupsachtigen. Deze beestjes die ik nu zie hebben verschillende vormen en kleuren, ze zijn duidelijk hun generaal kwijt. Toch weet ik dat het om dezelfde beestjes gaat als tijdens mijn eerste zielenreis. Ze rennen in paniek rond, botsen steeds tegen elkaar aan en elke orde lijkt ver te zoeken. Mooi, een leger in paniek en zonder generaal kan niet functioneren en zal de strijd verliezen. Wat in mijn geval betekent dat ze zullen sterven. Beter kan niet. Een gevoel van grote opluchting stroomt door me heen. Het is ook alsof ik langzaam volloop met liefde. Ik realiseer me hoeveel ik van het leven houd.

Ieder mens heeft verlangens. Hoe sterker en langduriger de verlangens zijn, hoe eerder geneigd ze zijn om vervuld te worden.

Het punt is, dat de uitkomst niet altijd is wat we verwachten, daarom herken je vaak niet hoe er aan je verlangens wordt voldaan.

Ga eens na in hoeverre aan jouw verlangens gehoor wordt gegeven.

Ken je je eigen diepste verlangens eigenlijk wel?

Reflecteer hier uitgebreid op.

Twee dagen later is het tweede paasdag. Ik word om zeven uur wakker en besluit niet te blijven liggen maar er op uit te trekken. Joggingbroek aan en wegwezen. Als ik mijn gordijnen open doe kijk ik naar een fikse sneeuwbus. Witte Pasen! Ook goed. Ik trek een dikke trui en een bodywarmer aan, ga naar buiten de stilte in en laat me helemaal onder sneeuwen. Midden op het pad dat naar de rivier leidt ligt half onder de sneeuw geschoven een speelkaart. Ik raap de kaart op en draai hem om. Het is een kaart met een joker die sprekend op een van de Dwazen lijkt. Ongelooflijk! Als dat geen teken is dat ik op de goede weg ben, dan weet ik het niet meer. Blij loop ik verder.

Een uurtje later kom ik met gloeiende wangen weer thuis. Ik maak ontbijt en begin mijn dag te plannen. Het is de hoogste tijd om de schuur eens op te ruimen, dan ga ik de email aan Max sturen en misschien blijft er nog tijd over om...

‘Ho, ho, geëerde jonkvrouw, waar gaat dat naar toe? Hard werken en herstellen gaan niet samen, weet je nog?’

Ik kruip, al is het pas elf uur in de ochtend terug in mijn bed en val even later zowaar in slaap.

Later op de dag denk ik opnieuw na over mijn tweede zielenreis, aan de bakken met informatie die over me werden uitgestort en aan wat me nu te doen staat. Volgens mij moet ik van alle informatie die ik heb verzameld een geheel maken en daarmee een nieuw leven creëren, ook moet ik me niet langer door mijn angst voor macht laten belemmeren en zonder verder dralen Max benaderen. Heel even piept er een stemmetje: ‘het was toch een kaart van een joker? Denk nog even na.’

‘Niet nodig, ik ben niet meer bang,’ antwoord ik, terwijl ik verder peins en besluit dat de tijd van hard werken voorbij is. Ik stop met eindeloos nieuwe informatie verzamelen om mezelf beter te begrijpen, met het lezen van boeken over Secrets en Deeper Secrets. Ik heb er voor een poosje meer dan genoeg van. Rust is waar ik naar verlang, rust, rust, rust en slapen, eindeloos veel slapen. Zo, mijn leven kan niet meer stuk.

‘Ja, ja,’ spot Bajecera, de panter in mijn binnenste die wel vaker zijn mond opendoet als ik als Mogli uit *Jungleboek*, onbezonnen rond ren op gevaarlijk terrein, ‘dat zullen we nog wel eens zien.’ Ik wens Bajecera niet te horen en ga helemaal op in mijn nieuwe geluksgevoel. Ik besluit om dan maar echt een Dwaas te zijn en als een jonkvrouw mijn lied, in de vorm van mijn manuscript, ten gehore te brengen. Onder begeleiding van Katie Melua die ‘This is the closest thing to crazy as I have ever been,’ zingt, verstuur ik mijn in prachtige volzinnen geschreven bericht zonder aarzelen aan Max.

De dag er op ontvang ik al antwoord. Het bericht begint vriendelijk zoals gewoonlijk, maar na de eerste zin krijgt het een zakelijke toon. Onder geen beding wil hij dat zijn privacy wordt geschaad. Daarom zal hij het manuscript moeten lezen om te zien of er bezwaar gemaakt moet worden tegen publicatie. Ik schrik van deze toon. Het is misschien logisch wat hij schrijft, maar toch heb ik het gevoel alsof ik ineens een vijand heb. Terneergeslagen probeer ik Max gerust te stellen en verstuur per omgaande het manuscript naar hem en naar Bas, die tenslotte ook in het verhaal voorkomt. De spanning stijgt. De weken erop komen ongevraagd steeds beelden

binnen, vooral als ik 's avonds mij in mezelf terugtrek om de dag af te ronden en te mediteren. Ik zie Max hardlopen in een parkachtige omgeving en een dag later peinzend uit de straat komen waar vroeger mijn tandarts praktijk hield. Weer een paar dagen later zie ik hem in gezelschap van familie terwijl er iets gevierd lijkt te worden, al is er ook iets anders aan de hand. Ik duw al deze beelden weg, want ik wil ze niet zien. De afgelopen maanden overkomt het me steeds vaker en ook onverwacht, dat er beelden komen waar ik niet om vraag. Ik weet me geen raad met deze plotselinge helderziendheid. Wat moet ik ermee?

'Je hebt een schok teweeg gebracht, Joy.' De engel! Verheugd wacht ik op verdere toelichting maar het blijft stil na die ene opmerking. Ik heb een schok teweeg gebracht? Bij wie en wat dan? Bij Max of bij Bas of allebei? Ik krijg geen antwoord en peins nog een poosje door. Er is me zoveel overkomen de laatste tijd, dat niets me heerlijker lijkt dan de geruststellende aanwezigheid van de engel te voelen. Hij blijft weg.

De reacties van Max en Bas laten op zich wachten. Met bonzend hart maak ik dagelijks mijn mailbox open en telkens als de post langs is geweest loop ik gejaagd naar de deur. Dagen gaan voorbij zonder bericht in welke vorm dan ook van Max of Bas. Mijn onrust neemt toe.

Drie weken later zie ik de eerste brief op de mat liggen. Alleen al door naar het logo van het kantoor van Max te kijken weet ik dat ik geen warm onthaal krijg. De brief van Max begint met Beste Joy en eindigt met vriendelijke groeten. Weg de gemeente hartelijkheid die over en weer werd gestuurd. Nou ja, denk ik, het is een officiële brief waarin hij toestemming geeft zijn personage op te voeren in mijn verhaal, iets beters kon ik toch niet wensen? Het is al mooi dat hij zo reageert, toch voelt het niet mooi. Ineens zie ik mezelf vanuit de optiek van Max. Ik voel mijn tekortkomingen zo haarscherp, dat het pijn doet. Op dat moment weet ik dat ik hem in een veel te vroeg stadium heb benaderd met het hele verhaal. Het schaamrood stijgt naar mijn kaken. Maar... hij weet nu in ieder geval wat mijn gevoelens voor hem zijn. Waarom besteedt hij daar geen enkele aandacht aan? Of doet hij dat nog en is de brief alleen voor de officiële toestemming? Van Bas blijft elke reactie uit. Er zit niets anders op dan ook daarop te wachten.

Vier weken zijn verstreken als ik bij thuiskomst een dikke envelop van het bedrijf waar Bas voor werkt op de deurmat zie liggen. De toon in zijn brief is zo nodig nog killer dan van Max. Joy staat er boven de brief. Daaronder lees ik een emotioneel betoog dat van mij weinig heel laat. Ergens begrijp ik Bas wel, het is ook niet mis wat ik heb geschreven. Het was toch allemaal uitgepraat moest ik er dan toch zo over schrijven?

Ik ben er heilig van overtuigd dat mij niets te verwijten valt, schrijft Bas. Het doet me verdriet dat je mij zo ziet. Je hebt zeker het een en ander meegemaakt, maar je hebt de geboden kansen om het ten goede te doen keren, niet gebruikt. Jammer, eindigt Bas zijn brief en schrijft mij daarmee af als hopeloos geval, een piepend slachtoffer, een Calimero. Van alles en iedereen verlaten trek ik me verder terug in mijn cocon. Hoe heb ik zo stom kunnen zijn om me zo kwetsbaar op te stellen? Was er geen andere manier om toestemming en feedback te krijgen?

Ben je wel eens heel moedig geweest, heb je jezelf kwetsbaar gemaakt?

Hoe verliep dat?

Deinsde je uiteindelijk terug, en nam je jezelf voor om nooit meer zoiets te doen?

Of was je trots op jezelf dankzij of juist ondanks de uitkomst?

Vertel!