

# Zielsverbinding

*Eerste deel: op weg naar leven*

## Colofon

ISBN: 978 90 8954 444 5

6 juni 2012 1e druk 2012

© 2012 Isabella Sophia

[www.isabellasophia.nl](http://www.isabellasophia.nl)

[www.ananta.nl](http://www.ananta.nl)

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel

of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser B.V.

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

[www.elikser.nl](http://www.elikser.nl)

Vormgeving omslag en binnenwerk: Evelien Veenstra

We krijgen allemaal informatie uit dezelfde bron en het is van belang deze informatie te delen met anderen. Het is mijns inziens niet de bedoeling dit voor onszelf te houden, of het als ons bezit of eigendom te beschouwen. Je bent dus welkom om de informatie van dit boek verder uit te dragen. We vragen je wel dit af te stemmen met de auteur of uitgeverij en bij gebruik van de informatie de website van de auteur [www.isabellasophia.nl](http://www.isabellasophia.nl) te vermelden.

We all get our information from the same source and it is of vital importance we share this information with others. According to me, we shouldn't keep it to ourselves, nor should we regard it as our possession or property. So you are welcome to spread out the information within this book. We do ask you, however, to do this in accordance with the author or the publisher and when you use this information to mention the author's website, [www.isabellasophia.nl](http://www.isabellasophia.nl).

# Zielsverbinding

*Eerste deel: op weg naar leven*

Isabella Sophia





## Voorwoord

Lang heb ik me verborgen gehouden voor de wereld om mij heen, maar doen we dat niet allemaal? We laten glimpen zien van wie we werkelijk zijn, maar de wereld daarbinnen, onze werkelijke gedachten en gevoelens, blijven verborgen. In dit boek maak ik jou deelgenoot van mijn reis, omdat ik tijdens mijn reis heb geleerd dat juist het delen van mijn werkelijke, diepste zelf het belangrijkste handvat is voor het begrijpen van wie en wat ik ben, als mens.

Door mijzelf te delen met anderen, deelden anderen zichzelf met mij, en op deze wijze ontdekten we dat we sleutels bleken te hebben voor elkaar.

We voelen ons vaak alleen, zelfs als we met andere mensen zijn, en dat maakt een diepe angst in ons los. Daarnaast voelen we juist het verlangen om ons te verbinden met die anderen. Dit dilemma is de oorzaak van een eeuwenlange strijd, want ergens in het verleden zijn we gaan geloven dat wie we zijn niet goed genoeg is. Deze overtuiging veroorzaakt de angst om afgewezen te worden als we onze werkelijke gedachten en gevoelens laten zien, en dat maakt dat we zelden of nooit helemaal onszelf durven zijn. Door deze vervreemding van onszelf zijn we tevens afgescheiden geraakt van de ander, en dat veroorzaakt het gevoel alleen te zijn, zelfs in het gezelschap van anderen.

Mijn hele leven lang heb ik gezocht naar de weg terug naar huis, de weg naar wie ik ten diepste ben. Vroeg of laat schudt het leven je wakker en dan ontwaakt dat verlangen, ondanks

de angst. Maar waar beginnen we? Waar zoeken we? Wie heeft de antwoorden op de vragen die we onszelf stellen: Wie ben ik? Wat doe ik hier?

Er zijn veel boeken geschreven over deze weg, die we allemaal proberen te vinden. Men spreekt daarin over eenheidsbewustzijn of Christusbewustzijn, verlichting, medeschepper zijn met het Goddelijke, en bovenal liefde. Het lezen over deze onderwerpen maakt het verlangen sterker, maar binnen in ons blijft dat geloof 'niet goed genoeg te zijn' knagen. Dat maakt het lastig om te geloven dat we ooit een Goddelijke staat zouden kunnen bereiken, laat staan dat we kunnen omarmen dat we zelf Goddelijk zijn.

Tot mijn grote frustratie beschrijven de meeste boeken een staat van *zijn* die we niet kunnen bevatten, de woorden zijn versluierd. Het zijn woorden die vaak alleen maar te begrijpen zijn door mensen met een bepaalde trilling, met een bepaalde staat van bewustzijn of door hen die zich bezighouden met spiritualiteit. Wie heeft de antwoorden? De meesters of engelen die gechannelled worden? Gidsen die de weg wijzen? De verschillende stromingen in de wereld, de religies?

Hoe weet je dan wat waar is, wat echt? Alle stromingen pretenderen de waarheid te kennen, maar lijken elkaar tegen te spreken. Men spreekt over liefde en wijst vervolgens de anderen af als leugenaars, soms zelfs zo sterk dat men bereid is ervoor te strijden en er een oorlog om te voeren.

Dit boek kan dus alleen maar *mijn* waarheid bevatten. Ik heb een pad gevonden dat me terug heeft gebracht naar huis; naar die eenheid. Ik heb echter *een* weg gevonden: mijn weg,

niet dé weg! Of mijn pad jou de weg kan wijzen is alleen aan jou. Ik vraag je dan ook om steeds weer bij jezelf te voelen of datgene wat ik vertel resoneert met jouw *eigen waarheid* in je hart.

Wellicht kan dit boek een wegwijzer zijn op je pad, kan het je verlichten op die momenten dat je het zwaar hebt. Misschien kan het je antwoorden geven als je het niet meer begrijpt, maar het kan *nooit* meer zijn dan dat.

Je kunt alleen maar jouw eigen weg naar huis vinden. Jij alleen kan weten of iets waar is of niet, niemand kan jouw meester zijn en alleen je eigen hart kent de weg naar huis.

Eenheid begint bij jezelf, in jezelf, bij dat diep weggeborgen wezen dat je werkelijk bent en dat wacht op jou, op niemand anders dan jou. Om gezien, gehoord en gevoeld te worden door jou alleen.

In dit boek zijn de woorden niet versluierd, ik houd geen geheimen achter. Alles wat ik weet, wat ik heb geleerd, mijn ervaringen en bewustzijn, alles wat ik ben, deel ik met jou. Want als *ik* een weg kan vinden, kun *jij* het ook.

Daarnaast is dit boek niet alleen van mij, want er waren vele mensen op mijn pad die bereid waren hun diepste gedachten en gevoelens met me te delen, die zich hebben opengesteld voor hun eigen waarheid. Zonder hen zou ik niet de moed hebben gehad om mijzelf en mijn reis met jou te delen. Ik heb veel boeken gelezen in mijn leven en steeds opnieuw heb ik mogen ervaren dat de juiste boeken op mijn pad kwamen die nodig waren voor de volgende stappen in mijn leven. De schrijvers van deze boeken hebben mij ook geholpen om be-

wustzijn te krijgen over mijzelf. Ik heb hun wijsheid en hun leerproces getoetst aan mijn eigen leven. Ik heb onderzocht of datgene wat zij schreven en wat resoneerde met mijn eigen waarheid, ook voor mij klopte.

Hun woorden klinken door in mijn verhaal. Ze maken deel uit van mij en van de reis die ik ben gegaan. Ik eer ze voor wie ze zijn, en achter in dit boek vind je de bronvermeldingen van deze meesters op mijn pad. Sommige zaken die vermeld worden in dit boek zijn echter al oud en heb ik ooit ergens in een ver verleden aangereikt gekregen. Niet altijd heb ik kunnen terug herleiden waar de bron van deze kennis vandaan is gekomen. Als ik schrijvers letterlijk citeer, omdat zij woorden vonden, beter dan ikzelf dat zou kunnen, dan wordt dat in de tekst aangegeven.

Daarnaast kom ik er steeds meer achter dat we allemaal informatie krijgen uit dezelfde bron en dat het van belang is deze informatie te delen met anderen. Het is mijns inziens niet de bedoeling dit voor onszelf te houden, of het als ons bezit of eigendom te beschouwen. Je bent dus welkom om de informatie uit dit boek verder uit te dragen.

Wegwijzers op ons pad naar huis komen in vele vormen en maten en ik draag dit boek dan ook op aan hen: *aan alle mensen die ik heb mogen ontmoeten op dit pad, dank jullie wel!*

Isabella Sophia, februari 2012

# Inleiding

Mijn eigen verhaal loopt als een rode draad door dit boek. Het is goed om daar van tevoren duidelijkheid over te geven, voordat jij als lezer aan de eerste hoofdstukken begint. De beschrijving van mijn leven, zeker in de jaren als opgroeiend kind, zijn voor mij niet gemakkelijk geweest om te delen en roepen herinneringen in mij op die ik liever was vergeten.

Het is voor ons als mensen niet gebruikelijk om de ‘vuile was’ buiten te hangen. Het is makkelijker om de schijn op te houden van een gelukkiger leven. Ik heb me dan ook lang schuldig gevoeld over wie ik was en me geschaamd voor veel dingen die er binnen ons gezin gebeurden.

Het zou daarom veel eenvoudiger zijn om die duistere jaren maar over te slaan. Om pas te beginnen met de beschrijving van mijn reis, als ik in aanraking kom met de mysteriën van het leven en mijn bewustzijn langzaam begint te groeien naar heelheid en eenheid. Maar een van de belangrijkste lessen die het leven me heeft geleerd is die van waarheid; heelheid begint met eerlijkheid. Want zolang we met elkaar de schijn blijven ophouden en onszelf in essentie verborgen houden, verandert er *niets*.

We hebben allemaal aspecten in onszelf waar we niet blij mee zijn, die we afwijzen of zelfs verafschuwen en haten. Door die aspecten te verbergen, omdat we bang zijn door de mand te vallen, kunnen we nooit eens lekker onszelf zijn en dat maakt dat we niet vrij zijn.

De waarheid is echter dat we allemaal, *niemand uitgezonderd*, leugenaars zijn, en we allemaal weleens moordzuchtige neigingen of slechte en wellustige gedachten hebben. We oefenen macht uit en manipuleren om onze zin te krijgen, begeren wat van anderen is en eren onze vaders en moeders niet altijd. We vloeken, oordelen, veroordelen en zijn zeker niet die liefhebbende persoon die we voorgeven te zijn. Wie zonder zonde is, werpe de eerste steen!

Daarom vertel ik mijn verhaal zoals het is gebeurd. Het is nergens aangedikt of gedramatiseerd, het is gebeurd zoals het is gebeurd en het was zeker niet altijd fijn. De bevrijding zit voor mij in het delen van mijzelf, in het niets meer achterhouden, geen schijn meer ophouden, maar in alles mezelf zijn. Om er vervolgens steeds weer achter te komen wat een opluchting dat teweeg heeft gebracht bij mezelf en anderen!

Mijn vader en moeder komen er in de beschrijving van de eerste hoofdstukken *ogenschijnlijk* niet best van af, en het is eenvoudig om mij als een slachtoffer te zien van de omstandigheden die zij voor mij hebben neergezet. Ons ego in zijn geconditioneerde vorm kan echter alleen maar die beperking zien, en is niet in staat het grotere geheel achter het verhaal waar te nemen, noch te begrijpen.

Laat ik benadrukken dat ik *geen* slachtoffer ben en me ook niet zo voel, dat alles is gebeurd zoals het diende te gebeuren en dat er in het theater van het leven ook mensen moeten zijn die de rollen van de daders op zich nemen.

Mijn reis naar bewustzijn had niet plaats kunnen vinden zonder de pijnlijke jaren van mijn jeugd, want door te leren wat

ik mocht leren en te begrijpen wat de bedoeling was van dat lijden, ben ik geworden wie ik bedoeld was te zijn.

Er is veel, heel veel liefde nodig om die oefeningen voor anderen neer te zetten die wonden slaan en pijn doen, ook al ben je je er in deze fysieke werkelijkheid niet altijd van bewust.

Mede dankzij mijn ouders en juist door datgene wat ze hebben laten liggen en hebben verzuimd, door hun liefde en moed om die rollen neer te zetten die voor mij nodig waren om te leren, heb ik begrepen wat werkelijk onvoorwaardelijk liefhebben is.

Al meer dan vijftien jaar heb ik een praktijk als therapeut en mijn verhaal dient als voorbeeld voor de vele verhalen van cliënten waar ik getuige van mocht zijn. Daarnaast leid ik al meer dan tien jaar mensen op tot holistisch therapeut en coach aan Ananta, mijn eigen HBO-opleiding, wat betekent dat ik ook in de begeleiding van studenten op hun reis naar heelijkheid mijn bijdrage mag leveren.

Het is iedere keer weer een geschenk om een stukje mee te mogen lopen in de reis naar bewustzijn van anderen. Het is een niet te beschrijven ontroering als het bijzondere wezen dat zo diep weggestopt en opgesloten zit in het omhulsel dat we 'mens' noemen naar buiten komt zoals het bedoeld is.

Ik vraag je dan ook om nog wat geduld met me te hebben en je oordeel nog even op te schorten, want dit is nog maar het eerste deel van een veel langere reis en een nog groter verhaal!

## Het begin van mijn reis

Waar begint de reis van iemands leven? Bij de geboorte? Bij de allereerste herinneringen die bewaard zijn gebleven in je geheugen? Maar hoe weet je of deze herinneringen kloppen en of het herinneringen zijn die werkelijk zo zijn gebeurd? Misschien zijn het wel herinneringen van je ouders, die je verteld hebben over je tijd als kind. Of herinneringen gebaseerd op vergeelde foto's uit het album van je jeugd, die je zo tot je eigen herinneringen gemaakt hebt.

Mijn herinnering vanaf het allereerste begin is er een van alleen zijn, alsof ik afgesneden werd van iets groters. Ik werd los gesneden van mijn moeder. Niet van mijn fysieke moeder, begreep ik veel later, maar van een grotere bron van leven. Mijn eerste ademteug voelde voor mij dan ook bijna als sterven.

Dat klinkt heel dramatisch, maar net voordat ik geboren werd is mijn moeder geopereerd aan een ontstoken blinde darm. Terwijl ze nog bijkwam uit de narcose, begonnen de eerste weeën. Met haar hand op de verse wond en haar pijn verbijtend beviel ze van mij, haar eerstgeborene. Ik kwam half stikkend ter wereld, net als zij nog bijkomend van de narcose die ik via haar navelstreng had ontvangen.

Wie heeft ooit beweerd dat kinderen blanco geboren worden, als een lege volmaakte bladzijde van een ongeschreven boek? Ik herinner me tot op de dag van vandaag alles. Vanaf dat allereerste begin dacht ik dat er iets vreselijk mis was gegaan; ik hoorde hier niet, het klopte niet en ik was er heel zeker van dat ik op de verkeerde plek terecht was gekomen.

Alles leek op de een of andere manier verkeerd in deze voor mij bizarre wereld, waar ik de dingen om mij heen waarnaam als een paradox; datgene wat *ik* als echt waarnaam bleef verborgen, diep weggestopt in de mensen om mij heen. Wat men naar buiten toe liet zien, bleek vaak precies het tegenovergestelde te zijn van wat daarbinnen verborgen bleef. De gedachtenwereld van de mensen om mij heen stroomde voortdurend als een oceaan van klanken naar binnen, overspoelde me en bracht grote verwarring met zich mee, want ik kon me er niet voor afsluiten. Naast deze gedachten waren er ook de eindeloze, complexe gevoelens en emoties die als een terugkerende eb-en-vloed-beweging door mij heen bewogen en hun slib in mij achterlieten. Ik nam het allemaal waar en bewoog zo goed als ik kon mee met deze stroom, muisstil en in mijzelf gekeerd, en ik hoopte vanaf dat aller-eerste moment vurig dat mijn échte moeder me weer zou komen ophalen.

In eerste instantie wilde ik helemaal niets met die wereld daar buiten te maken hebben. Ik wilde binnen in mezelf blijven, dicht bij mijzelf. Maar zoals dat gaat nam de wereld daar buiten daar natuurlijk geen genoegen mee en verleidde deze me langzaam maar zeker om naar buiten te komen, om mezelf te laten zien en te laten horen.

Ondertussen worstelde ik om mij aan te passen aan dat kleine hulpeloze lijfje waar ik in terecht was gekomen en dat helemaal niet deed wat ik wilde dat het deed: weglopen en teruggaan naar huis!

Ik voelde de gedachten en behoeften van mijn moeder; onvervuld, onzeker en vooral boos. Iedere keer als ik iets van mijzelf naar buiten bracht, voelde ik hoe ik gevuld werd door deze behoeften van haar. Ze overweldigden me vaak

als ze me vastpakte en voedde, en met haar melk dronk ik ook haar in en raakte daardoor langzamerhand stukjes en beetjes van mezelf kwijt.

Veel later besepte ik pas dat ik nooit echt kind ben geweest, ik was al volwassen toen ik hier terecht kwam. Uit zelfbehoud leerde ik al snel om dat aspect van mezelf verborgen te houden. Later, toen ik leerde over energie, begreep ik dat als we onze aandacht naar buiten richten, op de ander, de energiestroom mee beweegt. Zo wordt er energie uitgewisseld; ik nam de energie over van mijn moeder en zij 'pakte' die van mij.

Ik kon niet wachten om op te groeien, om weg te kunnen lopen zodra ik de kans had, en deed dan ook mijn best om alles zo snel en goed mogelijk te leren. Voor mijn leeftijd kon ik al vroeg lopen en praten.

Mijn vader was niet vaak aanwezig, hij werkte veel en als hij thuis was, was hij vooral op mijn moeder gericht. Er was een stille verborgen strijd in hen die ik voelde, maar niet begreep en die als een dreigend onweer op het punt van uitbarsten boven mijn hoofd hing. Dit gaf me een voortdurend gevoel van onveiligheid.

Uiteindelijk waren het niet mijn ouders, noch mijn familie die me naar buiten lokten, maar glimpen van Moeder Aarde, waardoor ik de bron herkende waar ik van was losgesneden. Zonlicht gefiltreerd door de bomen die zacht mijn huid beroerde, de wind die fluisterde en mij zijn verhalen vertelde, de dieren die ik moeiteloos kon verstaan, de geuren, kleuren en de diepe stilte, het weten van de bomen in het park. Mijn échte moeder was dus wel hier. Zij was in alles, begreep ik uiteindelijk, behalve in de mensen om mij heen.

Toen dat tot mij doordrong besloot ik, met enige weerstand, om toch nog even te blijven. Zo groeide ik verder op en kreeg ik twee broertjes en een zusje. Op het moment dat mijn oudste broer een jaar na mij geboren werd, werd de aandacht van mijn moeder op hem gericht en, anders dan ik zelf had gedaan, dronk hij haar met graagte in. Ik observeerde en zag hoe het wezen dat hij was diep werd weggestopt als een zaadje in de aarde, dat geduldig ligt te wachten op licht en water om alsnog te kunnen ontkiemen.

Doordat de aandacht van mijn moeder niet meer zo sterk op mij gericht was, kon ik voor een tijdje vrijer ademen en de wereld om mij heen ontdekken. Ik zat uren in de tuin. Ik wilde buiten zijn, want daar voelde ik me thuis. Ik paste me aan en leerde steeds beter om te voelen wat de wereld daar buiten van mij verwachtte. Ik bracht mijn aangepaste versie naar buiten en voelde vervolgens het verdriet om de leugen die ik niet was.

Terwijl ik de herinneringen terughaal van die eerste jaren van mijn leven herinner ik me vooral het zwijgen, want ik was stil, muistil. Ik observeerde, leerde en sloeg het op. Ik zweeg, want iedere keer dat mijn wezen in opstand kwam, zich verstikt voelde en naar buiten brak, werd ik geslagen. Mijn moeder was niet in staat mij te controleren en zocht *onbewust* een andere weg om mijn geest te breken. Ik kon haar pijn voelen en begreep dat ze in mij alles tegenkwam wat in haar onvervuld was gebleven, en dat ze daarom eigenlijk niet mij sloeg, maar zichzelf. Ik werd verteerd door medelijden en liefde voor haar en onderging het slaan daarvoor gelaten.

Toen ik eenmaal begreep dat ze alleen maar zichzelf pijnigde, bloeide mijn liefde voor haar steeds meer op en wilde ik haar helpen, haar helen en haar doen begrijpen dat ik haar zag en voelde in haar pijn. Maar ze luisterde niet en begreep me ook niet, want ik had hiervoor nog geen woorden beschikbaar en kon haar dus niet vertellen wat ik vanbinnen wist. Door mijn liefde voor haar voelde ik dat haar pijn alsnog bij mij binnenkwam; hoe meer liefde ik gaf, hoe meer pijn ik van haar ging dragen en hoe meer ik mezelf kwijtraakte. Ik groeide op met bijna dagelijkse gesprekken met mijn moeder waarin ze mij vertelde wat er niet goed aan me was, en zo leerde ik mijn aandacht te richten op datgene wat ontbrak. Deze gerichtheid op datgene in mij wat nog niet goed aangepast was, maakte mij een meester in het neerzetten van aangepaste versies van mezelf. Het verdriet van die leugens, de boosheid nooit mezelf te kunnen zijn en de angst betrapt te worden op de momenten dat ik het wel was, leerden me om mijn gevoelens diep verborgen te houden in mijzelf en te zwijgen.

De wereld daar buiten rukte echter steeds verder op en mijn aangepaste versies werden complexer naarmate ik opgroeide en naar school ging. Naast de frustraties van mijn moeder kwamen die van de juf op school erbij. Frustraties dat ze me nooit kon bereiken, dat ik altijd maar met mijn hoofd in de wolken zat, en dat ik geen contact maakte met andere kinderen. Dat resulteerde in nog meer gesprekje van mijn moeder met mij.

Hoe kon ik hen, de juf, mijn moeder en anderen om mij heen, duidelijk maken dat wat ik leerde op school alleen maar meer onbegrip in mij opriep? Dat ik voelde, zeker wist vanbinnen, dat er iets niet klopte? Dat ik wegvluchtte waar

ik maar kon, meevliegend met een vogel, de wind, de wolken, weg, zo ver mogelijk weg hier vandaan? En dat terwijl mijn hart erdoor verscheurd werd, want weg van hier betekende ook weg van haar, mijn échte moeder. Haar had ik meer lief dan wat dan ook in deze wereld. Zij gaf me mijn houvast, waardoor ik het uiteindelijk toch weer vol wist te houden.

Deze verscheurdheid maakte me uiteindelijk ziek, ernstig ziek zelfs. Ik kreeg roodvonk, in die tijd een zeer besmettelijke ziekte met het risico van overlijden, en moest in quarantaine. Ik hoefde gelukkig niet opgenomen te worden in het ziekenhuis, omdat mijn moeder verpleegkundige was en zij me verzorgde gedurende die lange weken van ziek zijn. Ik had hoge koorts, waarbij ik wegzakte in een diepte en stilte waar niets was. Alleen een leegte, waar ik niets meer hoefde en waar mijn échte moeder met mij sprak en me vervolgens de keuze gaf om te blijven of om weg te gaan. Zij wist van het pad dat nog zou komen, ze wist het en ik voelde het. Was ik sterk genoeg om dit pad te gaan? Was mijn liefde groot genoeg om deze farce van leven te blijven omarmen, terwijl ik wegzonk in de pijn van de mensen om mij heen? Ik worstelde met deze keuze, wekenlang, terwijl ik zweefde in dat heerlijke niets, tot het uiteindelijk onze katten waren die mij verleidden om weer terug te keren naar het leven hier.

Mijn moeder hield gelukkig van katten en we hadden er altijd wel drie of vier, zij waren er en hielpen mij om terug komen. Zij vertelden me dat ze er altijd voor mij zouden zijn, met hun liefde en hun kracht. Zij waren het geschenk van de aarde aan mij. Ik was niet meer echt alleen, zou nooit

meer alleen zijn en daarom koos ik weer, opnieuw, om te blijven.

Toen ik terugkeerde naar het leven en terugging naar school, begon het pesten. Ik leerde opnieuw, en nu veel indringender, dat ik niet goed genoeg was. Door de roodvonk was ik een 'besmet' kind geworden. Op school had een gezondheidsteam alle ruimtes ontsmet, en iedereen wist dat ik de bron van deze besmetting was geweest. Deze ervaring leerde me geloven dat alles aan mij verkeerd was. Ik werd geslagen, bespot en vernederd. Ik hoorde er nooit bij, ik was de vreemde eend in de bijt en dat bleef ik. Zo leerde ik dat ik altijd op mijn hoede diende te zijn; er was nergens veiligheid, thuis niet en daarbuiten ook niet.

Ik vertelde niets aan mijn moeder, want zij had het al zwaar genoeg. Dat werd me regelmatig ingeprent; zij leed voor ons, zij lag krom voor ons, want door ons, haar kinderen, was *haar* leven aan de kant gezet. Mijn moeder had niet het leven dat zij zichzelf had gewenst en haar offer werd ons, naast de haat die op mijn vader was gericht, met de dagelijkse maaltijd ingegeven.

De oorlog tussen mijn ouders werd niet langer verborgen, maar openlijk gestreden in hevige woedeaanvallen, agressie, schreeuwen en bedreigingen, om daarna de pijn weg te drinken met alcohol. Seks zocht mijn vader buiten de deur, hij ging regelmatig vreemd. De woede van mijn moeder daarover was verschrikkelijk. Ze maakte zijn leven tot een hel, maar ging nooit bij hem weg.

Ze bleef bij hem om ons, haar kinderen, en maakte van zichzelf zodoende een dusdanig groot slachtoffer dat de aandacht

van haar hele omgeving gericht werd op het verlichten van haar lijden.

Zij bleef voor ons bij mijn vader en dat offer moest beantwoord worden door een tegenoffer. Dat begrepen we maar al te goed. Op deze wijze leerde ze ons om haar pijn te verdragen en speelde ze haar kinderen tegen elkaar uit. Het was echter nooit genoeg, de leegte in haar was zo groot dat niets het leek te kunnen vullen, hoe goed we ons best ook deden. Ik ging geloven dat ik *nooit* genoeg kon doen en voelde me daardoor weer schuldig en schaamde me voor deze tekortkoming.

Moeder Aarde verdween langzaam maar zeker naar de achtergrond, haar liefdevolle en duidelijke stem die sprak via mijn hart werd zachter, als een echo van verlangen dat te pijnlijk was om te voelen. Dus sloot ik haar steeds meer op en stopte dat verlangen steeds dieper weg, totdat ik haar uiteindelijk niet meer bewust kon voelen.

Zonder dat ik het écht doorhad, was het toch gelukt; mijn aandacht was naar buiten gericht. Ik voelde me onveilig en moest alert zijn om steeds weer in te spelen op datgene wat verwacht werd door de mensen daar buiten. De aangepaste versies die ik van mezelf maakte, hielden steeds meer stand en *ikzelf* verdween voor langere tijd naar de achtergrond.

## De niet fysieke werkelijkheid

Moeder Aarde, de natuur, het leven zelf, spreekt de hele dag tegen ons en wijst ons de weg terug naar huis. Helaas zijn de meesten van ons verleerd om haar te verstaan en zijn we ons niet meer bewust van haar wegwijzers op ons dagelijkse pad. Jonge kinderen zijn over het algemeen nog wel verbonden met deze niet fysieke werkelijkheid, totdat ze leren om hun aandacht anders te richten of beseffen dat het waarnemen van deze onstoffelijke wereld niet past in de ‘realiteit’ van elke dag.

De magische wereld die we als kind zo vanzelfsprekend vinden, verbleekt langzaam terwijl we opgroeien, omdat ze geen bestaansrecht heeft in onze wereld vol van aangepaste versies van de werkelijkheid. De natuur heeft altijd een belangrijke plaats ingenomen in mijn leven, en hoewel haar stem een tijdje verstomd is geweest, ben ik die verbinding nooit helemaal kwijtgeraakt. Dieren, bomen, planten en stenen zijn belangrijke leermeesters geweest op mijn pad en hebben mij bijgestaan bij de grotere beslissingen in mijn leven, of hebben me de weg gewezen als ik verdwaald was, letterlijk of figuurlijk.

Iedere keer opnieuw ervaar ik diepe bewondering en liefde voor het wonder van de aarde, onze planeet, die voor mij op vele manieren een veel echtere moeder is geweest dan mijn eigen fysieke moeder ooit heeft kunnen zijn.

Later in mijn leven ben ik opgeleid door verschillende sjamanen en zij hebben me onder andere geleerd hoe belangrijk het contact met de aarde is in onze zoektocht naar huis. Zij