

Wees stil en luister

Alie Jorna

Walking my Revolution Publishers

Walking my Revolution Publishers
www.walkingmyrevolution.com

Eerste druk

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of door fotokopieën, opname, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

© April 2020, Alie Jorna

© Fotografie: Joyce de Vries, 2019

Gepubliceerd door Walking my Revolution Publishers

ISBN 9789492632661

NUR 402 Waargebeurde verhalen

Inhoud

Proloog	9
1. Een p(k)rachtige wereld ontdekken in mezelf	11
2. De verbouwing	20
3. I love dad, I love mum,	31
4. Het ontdekken van een passie	46
5. Verliefd	61
6. Liefde in vele vormen	72
7. Een nieuw avontuur	88
8. Stapje voor stapje loslaten en groeien	103
9. Als een leeuw zal ik beschermen	115
10. Angsten onder ogen zien	132
11. Ziek zijn	147
12. Het leven staat even stil	156
13. Het zand glijdt langzaam tussen mijn vingers door	171
14. Let's talk about sex	183
15. Kennismaken met de spirituele wereld	200
16. Mijn onzichtbare wereld, de onderstroom	213
17. Eindelijk!	227
18. Een feest van herkenning	237
19. Engelen? Ja, Engelen!	252
20. Ik ben thuis	266
Epiloog	278

Proloog

Ik voel me down en ongelukkig, moe en opgebrand. Geen idee welke kant ik op moet. Ik lijk vast te zitten in mezelf, vastgebonden met handen en voeten en in mijn hoofd. Ik word gek van de onrust in mijn hoofd en al die keuzes, of juist de keuzes die ik niet meer heb, lijkt het. Ik zit vast, sta vast.

Hoe is het mogelijk! Ik wil altijd vooruitlopen, verder ontwikkelen in wie ik ben en nu is het of wordt me dit onmogelijk gemaakt. Onmogelijk gemaakt door mezelf. Ik heb het mezelf aangedaan en waarvoor?

Nu, achteraf begrijp ik het, want zelfs de burn-out hoort bij mijn ontwikkeling in mijn zijn. Het is tijd om na te denken, nog dieper, nog verder dan ik ooit heb gedaan. Het laatste grote stuk om weer verder te kunnen wandelen.

Ik moet blij zijn met deze burn-out. Het omarmen en welkom heten. Ik begrijp dat juist deze burn-out mij dichterbij mezelf gaat brengen, naar mijn zijn, wie ik daadwerkelijk ben.

Achteraf ben ik dankbaar voor deze burn-out. Het moest op mijn pad komen om me verder te brengen bij mijn levensdoel. Het doel waarvoor ik hier op aarde ben gekomen, hoe onwerkelijk dit doel mij ook in de oren klinkt.

Ik? Mijn levensdoel...ik, een schrijfster?! Wat heb ik te vertellen? Wie ben ik om dit op te schrijven? Wie heeft er nu

iets aan mijn verhaal!? Wie ben ik om...ja, wie ben ik eigenlijk?

Mijn burn-out, mijn laatste grote stap van alle stappen, die ik al in mijn leven heb gemaakt. Mijn laatste stap die mij bij mijn levensdoel brengt. Dat is de bedoeling van mijn burn-out. Mijn prachtige, geweldige burn-out.

1. Een p(k)rachtige wereld ontdekken in mezelf

Het is midden 2015. Ik krijg opeens het gevoel te moeten gaan sparen, flink sparen. Ik vraag me af wat de reden hiervan kan zijn, want ik heb alles. Mijn knus en gezellig huurhuisje waar ik alleen woon, heeft net een metamorfose ondergaan door het opknappen van de woonkamer en hal. En ik heb een vrij jonge auto, in feite heb ik alles en ik begrijp niets van dit gevoel.

Maar zoals altijd, als ik een “moeten” gevoel krijg, dan heb ik geen keus. Ik zou het ook mijn intuïtie kunnen noemen, maar dit is vele malen sterker dan mijn intuïtie die zacht en vriendelijk aanvoelt. Het “moeten” heeft iets dwingend waar ik niet onderuit kan, en dit gevoel moet ik dan ook volgen.

Zo ook deze keer. Ik geef gehoor aan dit gevoel en vertrouw er volledig op, dat het me verder zal brengen, zoals het ook altijd heeft gewerkt voor mij. Ik vind het lastig om ook maar iets aan mezelf uit te geven. Mijn spaarrekening groeit flink!

Een klein jaar later vertelt mijn jongste zoon, dat het huis

van een bekende te koop staat op het internet. Ik ga kijken op de site en ben al snel andere huizen aan het bekijken en plan een aantal bezichtigingen. Ondertussen voel ik de paniek opkomen.

‘Wat doe ik mezelf aan, een huis kopen, ik lijk wel gek. Blijf toch lekker in je huurhuis zitten’, zegt mijn angst.

Bij het dichterbij komen van de bezichtigingen krijgen de angst en de paniek meer en meer de overhand. Ik weet heel goed wat dit betekent. De paniek en angst vertellen me altijd, dat er iets staat te gebeuren waar ik niet onderuit kan. Of het nu gaat om een grote of kleine verandering, een verandering komt eraan en ik “moet”.

Zo ook deze keer, het kwartje van het sparen valt. Ik ga een huis kopen.

Met trillende handen pak ik de fiets uit de schuur en met pijn in mijn buik kom ik aan bij het huis voor een bezichtiging. De prachtige vijver in de voortuin valt meteen op. Het is een vriendelijk ogend huis met mooie gele stenen en houtwerk tussen de ramen aan de voorgevel.

De bewoner opent de deur en ik voel het meteen zonder maar één stap binnen te hebben gezet; dit wordt mijn huis! Hoe is het mogelijk... in dezelfde straat ben ik geboren!

‘Kom maar binnen, de makelaar is er nog niet, maar zal zo wel komen.’

‘Dank je wel’, en met een lach beantwoord ik de uitnodiging van de bewoner.

Ik stap de hal binnen die niet te groot en niet te klein is. De kleuren die op de wanden zitten zijn niet mijn smaak, maar daar kijk ik doorheen. De bewoner opent de deur naar de woonkamer en meteen vallen de grote ramen van de doorzonkamer me op.

Wanneer de makelaar aan komt lopen, heb ik even de tijd om rustig om me heen te kijken. Mm, dit bevalt me wel, denk ik.

Het kriebelt van binnen bij het aanzicht op de gezellige tuin en ik kan niet wachten om naar buiten te lopen. Aan het eind van de tuin bevindt zich een pad, een groenstrook, een sloot en hoge bomen. Geen achterburen. De wind zorgt ervoor, dat ik een stuk kan zien van de skeelerbaan, die in de winter tot ijsbaan wordt omgetoverd.

Dit maakt me zo gelukkig! Ik zie mezelf al zitten op een prachtige loungebank met een wijntje, genietend in het zonnetje. Een kaarsje dat 's avonds bij het donker worden op de tafel staat, genietend van de geluiden die de donkere nacht met zich meebrengt.

Bij het wandelen door het huis valt er een warme deken over me heen. Het straalt een vriendelijke energie uit, ondanks de oude wc en douche, die beiden een opknapbeurt nodig hebben.

Het muurtje aan het plafond, dat ondersteund wordt, geeft nog een kleine scheiding aan tussen de open keuken en kamer. Het lijkt wel of het muurtje wat doorhangt, schiet er meteen door me heen en laat het ook weer los.

Dit huis is in ieder geval ruimer dan waar ik op dit moment woon. We nemen afscheid van elkaar, vrolijk en blij stap ik op de fiets om wat ik net heb gezien en gevoeld.

Thuisgekomen pak ik meteen de telefoon om mijn tussenpersoon te bellen en maak een afspraak. Ik heb werkelijk geen idee hoeveel ik kan lenen en wat er nog meer komt kijken bij het kopen van een huis.

Dit wil ik eerst duidelijk hebben, voordat ik verder ga. Het is zo plotseling op mijn pad gekomen. Mijn angst hoopt, dat het niet mogelijk is, zodat ik er op een gemakkelijke manier vanaf kan komen.

In het verleden hebben mijn toenmalige man en ik een huis gekocht. Maar dit is al zo lang geleden, en ondertussen is er veel veranderd. Plus een niet onbelangrijke

bijkomstigheid, ik moet het alleen bekostigen en het moet haalbaar zijn.

Zittend op de bank met een bakje thee, overdenk ik alles nog eens. Stel je nu eens voor, dat iemand anders het huis voor me wegkaapt, dat zou erg zijn, dat mag niet gebeuren, denk ik negatief.

Met deze gedachte bel ik meteen mijn tussenpersoon op om te vragen of er nu al iets mogelijk is zodat niemand anders het huis kan wegkopen.

‘Ik kan vragen of je een optie op het huis kunt nemen, zodat niemand op dit moment er tussen kan komen’, zegt mijn tussenpersoon.

En het lukt! Een optie tot vrijdagmiddag vijf uur en dit voelt goed.

Aan mijn twee handige zoons heb ik gevraagd of ze mee willen naar het huis om te kijken. Mannen kijken nu eenmaal anders en door het “verliefd” zijn op dit huis, is mijn blik troebel. Na het weekeinde kunnen we langskomen en ik ben heel benieuwd naar hun oordeel.

Zenuwachtig open ik de deur voor mijn tussenpersoon. Hij pakt zijn tas met papieren, legt die op tafel en vertelt heel rustig wat mijn mogelijkheden zijn. Het ziet er heel gunstig uit en er is geen enkele reden om het niet door te laten gaan.

‘Je kunt me altijd bellen als je het even niet meer weet’, zegt hij vriendelijk. Deze opmerking stelt me gerust.

Vrijdag, weer aan het werk, kwart voor drie beginnen. Ik houd de klok in de gaten. Mijn hersenen maken overuren en ik begin te denken, om vijf uur verdwijnt de optie op het huis. Stel je nu eens voor, dat er aankomend weekeinde iemand langs gaat voor een bezichtiging, het huis mooi gaat vinden en een bod gaat plaatsen, dan gaat het mijn neus voorbij, dat mag niet gebeuren!

Ik pak weer mijn telefoon en bel mijn tussenpersoon met

de vraag of er een bod kan worden geplaatst vóór de optie is verlopen. Weliswaar niet te hoog, omdat ik nog ga kijken met mijn zoons. Het is mogelijk en op deze manier ben ik in onderhandeling en krijgt niemand anders een kans. Het bod wordt geplaatst en gestrest ga ik aan het werk.

Is het wel verstandig, want stel je voor als... wat haal ik me op de hals, zoveel gedachtes die voorbij vliegen... allemaal apen en beren op mijn pad.

De jongens kijken kritisch en vinden een aantal punten die aandacht verdienen, maar verder ziet het er goed uit. Het huis, het vrije uitzicht, de straat. Ik ga er goed op vooruit volgens hen. Met deze woorden is er geen reden meer om de koop niet door te laten gaan.

Na de bezichtiging is er een tegenbod, het enige tegenbod. Take it or leave it.

Wederom neem ik contact op met mijn tussenpersoon om te kijken wat de aflossing is van dit bedrag. Het tegenbod en eindbod is hoger dan we hadden gehoopt, maar nog altijd pakt het gunstig voor me uit. Ik bespreek het weer even met de jongens en dan trekken ze zich terug, het is mijn keus en ook alleen die van mij. Natuurlijk weet ik het al en accepteer het bod.

Pen en papier liggen vanaf dat moment op tafel om op te schrijven wat er allemaal geregeld moet worden, en de lijst wordt steeds langer. Ik heb alles onder controle en alles verloopt vlekkeloos, denk ik!

Het passeren van de akte vindt begin september plaats en ik heb een aantal maanden de tijd om alles te regelen. De drukte in mijn hoofd neemt toe en draait overuren. Niet alleen mijn gedachtes maar ook mijn eetlust. Alles wat er maar te vinden is eet ik op, mijn honger is niet te stillen. De rust in mijn hoofd is verdwenen, zelfs 's nachts.

Het lukt me niet om in slaap te komen en val ik in slaap,

dan schrik ik 's nachts wakker en zijn de gedachtes weer volop aanwezig. Zenuwen en een misselijkmakend gevoel wisselen elkaar af. Heb ik er wel goed aan gedaan? Wat heb ik gedaan, denk ik telkens weer.

Angst, angst en nog eens angst. Het lukt me niet om mijn gedachtes uit te zetten en af en toe bekruipt me ook een gevoel van eenzaamheid.

Ik ben al heel wat jaren alleen en deze beslissing maakt, dat ik me soms verdrietig voel, weer alles alleen te regelen. Soms lukt het om mijn gedachtes positief te draaien en probeer ik de rust te vinden in mijn vrije tijd.

Ik werk twee en dertig uur in de week in een woonvorm voor mensen met een lichamelijke beperking en met een wel of niet aangeboren hersenletsel. Onregelmatig werk. Dit zorgt er mede voor, dat de nodige rust, waar ik zo'n behoefte aan heb, niet krijg en doorga. Alle ballen blijven in de lucht.

De verhuizing komt dichterbij, nog even drie weken vakantie om mezelf op te laden vóór het passeren van de akte. Gelukkig heb ik ruimschoots de tijd om alles in te pakken en uit te zoeken wat weg kan. De vliering is al bijna leeg en de ingepakte dozen stapelen zich op in een slaapkamer. Het geeft me een heerlijk gevoel om alles eens door m'n handen te krijgen en het ruimt mooi op, maar niet in mijn hoofd! Ik blijf aan het aftellen voor het passeren van de akte.

Eindelijk! Vandaag het passeren.

Ik ben klaarwakker en stap uit bed. De paniek is verdwenen en heeft plaats gemaakt voor, kom maar op! Eindelijk is het zover, ik ga verhuizen!

Voor de eerste keer draai ik de sleutel om, stap de hal binnen, zucht even diep en kijk om me heen. Als klusteam hebben we besproken wie wat gaat doen. Alles komt goed,

ma, hebben de jongens mij verzekerd.

Er moet veel gebeuren in het huis. Er zitten donkere kleuren op de wanden en ik wil alles licht hebben. Eén muur in de woonkamer krijgt een contrasterende kleur.

Mijn jongste zoon Robbin, die schilder is, neemt alle plafonds voor zijn rekening, de trappenhal en zorgt ervoor, dat de woonkamer en mijn slaapkamer klaar zijn. De muren zijn voor mijn rekening na de verhuizing.

Mijn oudste zoon Nick, neemt al het hang- en sluitwerk, de laminaatvloeren en alle andere voorkomende werkzaamheden voor zijn rekening. Een schoondochter verft de vele kozijnen en verwarmingen in het huis.

De rollen zijn mooi verdeeld, en natuurlijk spendeer ik elke vrije minuut aan het klussen. Het is dat er geen bed staat, anders bleef ik slapen.

Tijdens het klussen raak ik het overzicht kwijt en ik denk, wat gaat het toch langzaam, er moet nog zoveel gebeuren, het is nooit op tijd klaar voor de verhuizing. De kinderen zijn bergen werk aan het verzetten, maar ik zie het niet.

Een paar dagen later zijn we weer aan het klussen en wordt er een grappige opmerking gemaakt die geen lach veroorzaakt bij mij maar tranen. Een teken van vermoeidheid en een verbod om één dag niet naar het nieuwe huis te gaan waar ik me braaf aan houd. Lastig, maar ik houd het voll!

Voor mijn verjaardag in juli heb ik een mooi cadeau gekregen van mijn vriendin Petra en haar vriend Nico, namelijk een klusdag in mijn nieuwe huis met de boodschap, geef maar aan welke dag wat er moet gebeuren, en wij zijn er. Een prachtig en zeer welkom cadeau, waar ik hen hartelijk voor bedank.

Een paar dagen na mijn verbod komen ze langs. Petra begint met opruimen en schoonmaken in huis, het zorgt niet alleen voor een opruiming in huis, maar ook in mijn hoofd.

Ik kijk rond en zie opeens wat er allemaal is gebeurd. Mijn hele huis is van top tot teen geschilderd en geverfd, de laminaatvloeren liggen, reparatiewerk is gedaan, het hang- en sluitwerk is klaar.

Blij realiseer ik me opeens, dat er bergen zijn verzet, en dat er nog meer is gebeurd dan wat we hadden besproken in eerste instantie! Alleen de trap en één slaapkamer is voor mij na de verhuizing en die is over een paar dagen.

We zijn vertegenwoordigd met een groot verhuisteam, mijn zoons, schoondochter, een broer, schoonzus, vriend, ik, en een grote kar. De rollen zijn verdeeld en wij, dames, blijven in het nieuwe huis om de spullen zoveel mogelijk meteen op hun plek te zetten. De mannen doen het zware en grote tilwerk. Alles loopt op rolletjes en met een paar keer heen en weer rijden, is het oude huis snel leeg en staat het nieuwe huis vol.

‘Staat het hier goed, Alie?’, vraagt één van de dames.

‘Jullie hebben de vrije hand. Ik zie het allemaal niet. Kleed de boel maar aan zoals jullie denken dat het leuk is’, antwoord ik.

Onder luid gekakel en opmerkingen worden de broodjes gesmeerd en opgegeten met een bakje koffie. Even bijkomen!

Tevreden kijk ik rond, jeetje, wat is het eigenlijk snel gegaan allemaal, alles staat hier en het ziet er al zo gezellig uit. Morgen nog even naar het oude huis om schoon te maken en dan de sleutel inleveren.

‘We kunnen nu nog wel even met z’n allen naar je oude huis om te gaan schoonmaken’, zegt Nick me vragend aankijkend wat ik van zijn idee vind.

‘Heeft iedereen hier nog de puf voor?’, vraag ik rondkijkend.

‘Ja, gaan we doen, met z’n allen is het zo klaar.’

Met emmers en sponzen vertrekken we naar het huis en voor we het in de gaten hebben is alles schoon. Ik loop door het huis en kijk nog even naar de grote tuin. Afscheid nemen van een huis waar ik twaalf jaar met veel plezier heb gewoond.

We sluiten de verhuizing af door gezellig met elkaar patat te eten. Mijn andere schoondochter en de kleinkinderen schuiven aan waarna iedereen vertrekt.

Stilte.

Met een heerlijk gevoel plof ik neer op de bank, al rondkijkend met een tevreden gevoel en met een lach op mijn gezicht laat ik alles op me inwerken. Mijn eigen huis.

Rust en tien dagen vrij. Niets doen dan alleen maar genieten. Helaas loopt het anders...

Over de Auteur

Alie Jorna coacht vrouwen om ze verder op weg helpen om in je innerlijke kracht te komen staan. Dat doet zij vanuit een zeer diverse opleidingsachtergrond als hulpverlener, coach, healer en ervaringsdeskundige.

Door zich af te stemmen op jou, voelt zij bij jou wat de reden is van jouw blokkades en krijgt zij door hoe je die gezamenlijk kan aanpakken. Iedere vrouw heeft haar eigen verhaal en elke reis brengt een prachtige transformatie met zich mee. Tijdens deze reis is er een stuk bewustwording en ziet Alie Jorna de vrouwen opbloeien tot zelfverzekerde prachtige personen die hun eigen kracht ontdekken en dichterbij hun ware zelf komen staan.

Als je meer wil weten over Alie Jorna en haar huidige aanbod, bezoek dan haar website:

www.aliejorna.nl

Je kan je daar ook aanmelden voor haar nieuwsbrief.