



Het zonnige terras van het huis in Alicante

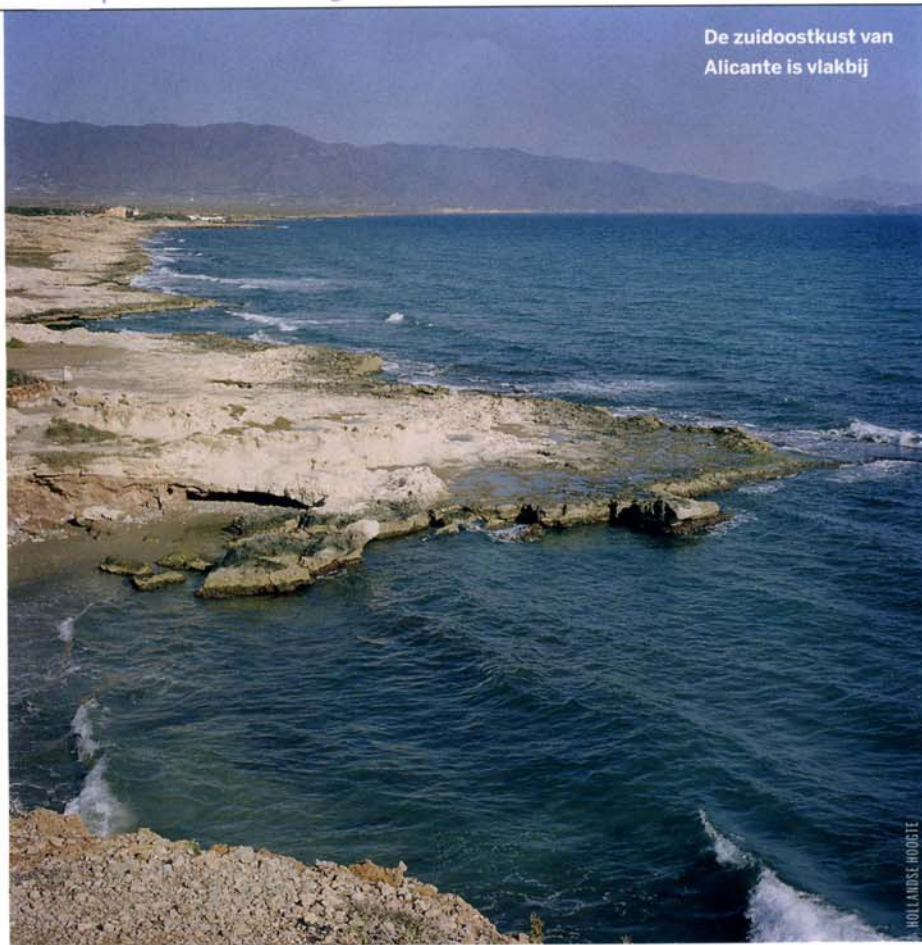


Enthousiaste deelnemers tijdens de yogaworkshop



Het huis had Jessica al, de cursussen kwamen later

Spanje



De zuidoostkust van Alicante is vlakbij



Jessica: 'Geen nieuw leven, maar een nieuwe laag'



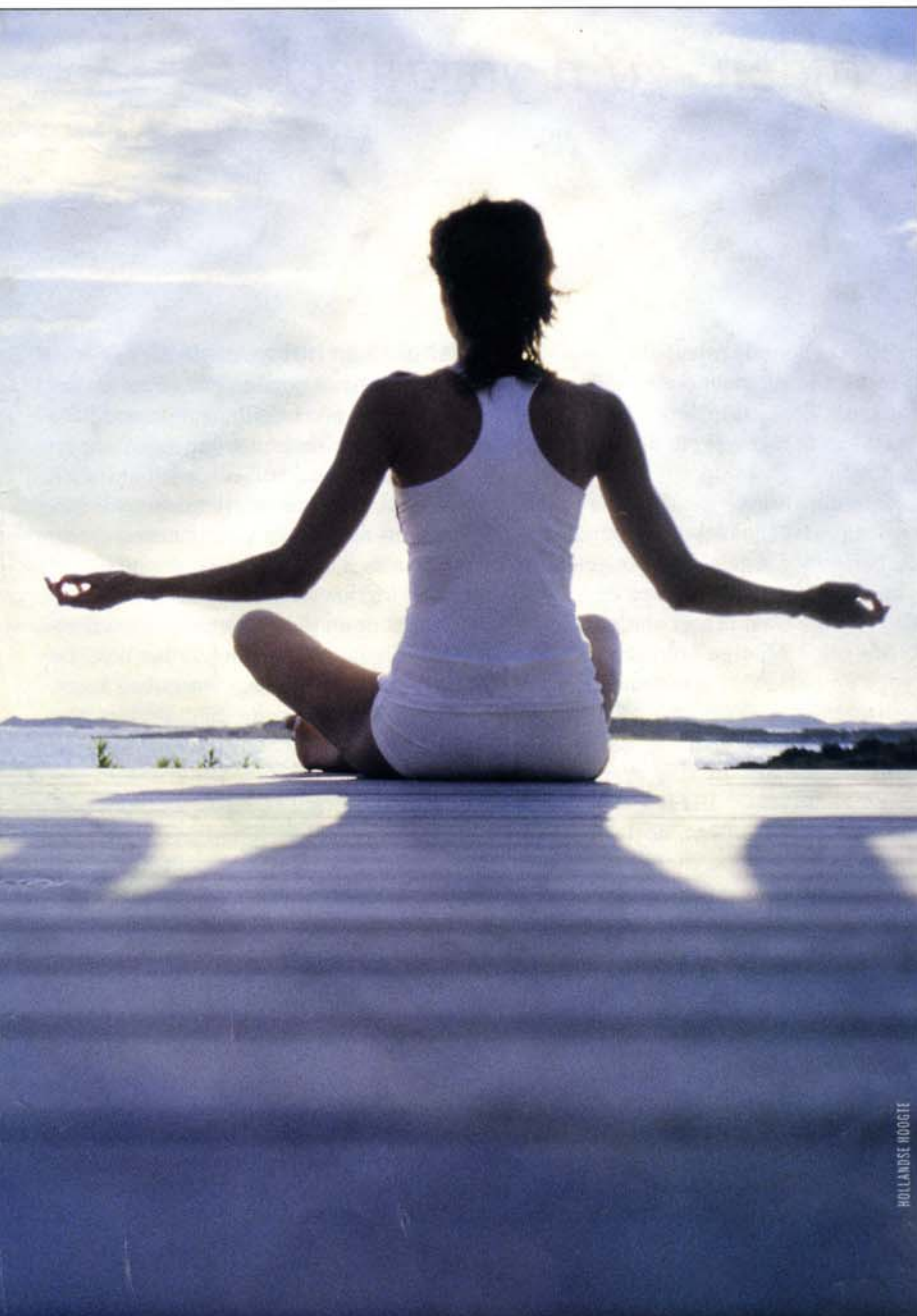
Meditatie aan de kust



Jessica Larive (rechts) met een van haar cursisten



Maskers af



HOLLANDESE HOOGTE

Na 26 jaar in het Europe Parlement vindt ze het mooi geweest. Van ambtelijke stukken en monetaire fondsen duikt Jessica Larive in de chakra's. Het huis in de buurt van Alicante heeft ze al, de cursussen yoga volgen bijna vanzelf.

Als ze 15 is, hoort ze een verhaal. Een meisje zegt pesterig tegen haar vriendin: 'Ik weet wat er later met jou gaat gebeuren. Helemaal niets!' Een gruwelijke gedachte vindt Jessica (61) dat. Een leven waarin niets gebeurt.

Met haar eerste man woonde ze onder meer in Angola, Frankrijk, Ierland en Beiroet – waar haar dochter werd geboren. Ze was 26 en haar dochter 1,5 toen haar man ervandoor ging (met onderdrukte pret: 'met een jongere vrouw, kun je het je voorstellen? Die was 25!'). Jessica ging bij de Europese Unie werken en werd uiteindelijk europarlementariër voor de VVD, wat ze vijftien jaar bleef. Ze deed dingen waar we haar nog steeds dankbaar voor kunnen zijn. Zo sleurde ze met Hedy d'Ancona de emancipatiekar door Europa en sloeg ze met Karla Peijs de Europese bankdirecteuren om de oren met nieuwe regelgeving, zodat we ons nu niet meer blauw betalen als we in het buitenland pinnen.

Af en toe zat het ook tegen. Ze tenniste op >



Chakra's gaan open, het leven wordt lichter, zegt Jessica



Bergen, stilte en een eenzame geitenhoeder



'Mensen worden stil tijdens zo'n yogaweek'

hoog niveau tot ze door een dronken automobilist werd aangereden en een jaar in het ziekenhuis lag – geen tennis meer.

Kilometers uit de kust van Afrika sloeg het vissersbootje om waar ze in zat ('Kind, ik dacht echt, nu ga ik dood').

En toen ze in Canada was om jonge zeehondjes te redden, zakte de helikopter door het ijs.

'Nou, m'n drie kleinzoons hoeven later tenminste niet te zeuren dat oma nou nooit eens een leuk verhaál heeft.'

60.000 gedachten per dag

Ze geloofde heilig in Europa. 'Mijn tweede vader was Engelandvaarder, zette zich actief in tegen de Duitse bezetter. Ik ben opgegroeid met het besef: nooit meer oorlog. Ik vond het geweldig om bij Europese samenwerking betrokken te zijn.' Maar na ruim vijftien jaar ('tropenjaren, je komt aan niets anders toe, zelfs al je vrienden heb je binnen het werk') begonnen de dingen zich naar haar idee te herhalen. Ze is een pionier en voor haar gevoel was het echte pionierswerk wel gedaan.

Tijd voor iets anders. Landspolitiek? Nee. Europees ambtenaar worden dan? Ook niet. Ze had 26 jaar gewerkt, het was mooi ge-

weest. 'Ik ga er voor de zekerheid vanuit dat ik het met dit leven moet doen en ik wilde gewoon méér. Écht iets anders. Ik was 53 en dacht: nu kan ik nog weg. Ik wilde een andere dimensie.'

Die andere dimensie omschrijft ze als 'een diepere laag'. 'Het zijn niet de omstandigheden die bepalen of je gelukkig of ongelukkig bent, het gaat om wat je ermee doet. Dat was de gedachte waar ik mee verder wilde.' Ze volgde een vierjarige opleiding tot docent yoga en persoonlijke ontwikkeling en zit tegenwoordig in de chakra's.

'En nee,' zegt ze met nadruk, 'dat is níet zweverig. De ene dag zit alles mee, de andere dag zit alles tegen. Dat is allemaal een kwestie van energie. Door de technieken van yoga kun je leren die energie te sturen. Ga nou gewoon eens goed rechtop zitten, met je rug recht en adem heel bewust diep in en uit. Volg je ademhaling.

Wist je dat je per dag zestigduizend gedachten hebt? Door te focussen op je ademhaling, zet je je gedachten stil. De energie in je lichaam begint weer te stromen. Je chakra's gaan open.

Die zware energie, dat gevoel dat alles moeilijk is en tegen jou gericht, daar kom je vanaf. Het leven wordt er lichter van.'

Wijsheid aan het zwembad

Die cursussen ontstonden min of meer vanzelf. Ze had al een huis in het Spaanse dorp Alfaz del Pi, in de buurt van Alicante. En yoga is nu eenmaal leuker als je het samen doet. Eerst kwamen er vrienden en vriendinnen, en die namen weer mensen die ze kenden mee. Samen met haar vriend liet ze het huis ingrijpend verbouwen en uitbreiden, zodat er nu plaats is voor zestien deelnemers. Kleinschalig, zo wil ze het ook. 'De bedoeling is dat je in een warm bad komt. En ik wil laagdrempelig zijn. Yoga is niet moeilijk. Je kunt ook komen als je nog nooit aan yoga hebt gedaan.'

Mensen worden stiller, rustiger tijdens zo'n yogaweek', vertelt ze. 'Gaan vanzelf vragen stellen: ben ik wel gelukkig in die baan? Moet ik echt altijd alles zelf doen? Mensen leren hun eigen kracht kennen. Die kracht heeft niet te maken met wat je doet en je omstandigheden, maar met wie je echt bent. Je leert rustig kijken naar jezelf. Je wordt niet meegesleurd door je gedachten en emoties, maar leert ze beheersen, dat geeft een enorme kracht. Maskers af, niet meer op je tenen lopen, jezelf zijn, zonder dat je iets hoeft te bewijzen. Alleen dat is al vakantie – al helpt het zwembad natuurlijk ook...'



Het huis heeft heerlijke terrassen en een privézwembad



Lange neus

Een paar jaar terug dacht ze: ik begin een heel nieuw leven. Maar zo is het niet, merkt ze nu. Alles wat ze gedaan heeft, haar ervaring als politicus, alles wat ze heeft geleerd, neemt ze mee als yogadocent. Het klópt. En ze is een gelukkiger mens.

'Mijn motto is nu: durf te leven. Durf risico's te nemen. Wat kan je nou helemaal gebeuren? Weet je, als ik terugkijk op mijn eigen leven, hebben de grote catastrofes allemaal iets heel goeds gebracht. Zonder het auto-ongeluk had ik mijn studie niet afgemaakt. Als mijn eerste man niet weg was gegaan, had ik mijn carrière niet gehad. In het Chinees heb je hetzelfde karakter voor 'crisis' als voor 'ontwikkeling'. Zo zie ik het ook. Verdriet en ellende overkomt je, daar heb je geen keuze in. Maar je kunt wel kiezen hoe je ermee omgaat. Een lange neus maken naar het leven.'

Meer weten of boeken?

Kijk op www.esta-online.nl of ga naar www.atalantacenter.com en vermeld dat je via esta boekt.