



OERVROUW NICOLE

~ Sprookjesvrouw ~

*Er was eens, zo begint elk sprookje, maar wie
gelooft daar nog in?*

*“Sprookjes hebben een slechte naam, zodra het
geluk uitblijft wordt het sprookje verworpen.
‘Bestaat niet’, wordt er dan snel gezegd”, aldus
Nicole Pol (1972). Onder de naam ‘Sprookjesvrouw’
begeleidt ze mensen in hun persoonlijke
bewustwording en professionele ontwikkeling,
zodat zij wakker worden voor hun eigen sprookje.
Fairytale fempowerment noemt ze het ook wel,
want vrouwen en het vrouwelijke spelen een
hoofdrol in haar mystieke wereld. Niet wachten op
‘prince charming’ maar zelf op het paard klimmen
en de teugels in eigen hand nemen*

~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

GEBOREN IN DE SCHADUW

'Het zwarte goud' werd de steenkool genoemd die vanaf het begin van de twintigste eeuw heel Nederland van warmte voorzag en in Zuid-Limburg werd gedolven. Heerlen, mijn geboortestad, groeide uit van boerendorp tot een van de rijkste en multiculturele steden van Nederland. Uit heel Europa kwamen mensen om in de mijnen te werken. Het geluk begon te wankelen toen minister Den Uyl in 1965 de mijnsluiting aankondigde. Daarna brak er een donkere periode aan. De schaduw van het collectieve mijnverleden is ook de basis van mijn persoonlijke verleden. Het is waar mijn levensverhaal begint, want twee jaar na mijn geboorte (1972) ging de laatste mijn dicht. Net als mijn vader en zijn vader - mijn opa - ben ik ondergronds geweest en heb ik diep moeten graven om mijn eigen goud te delven. Mijn levensweg is een mystieke reis: van donker naar licht. Ik heb veel 'gezworven' in het leven, om in de kern te kunnen aarden.

OPGEGROEID MET TRAUMA

Mijn levensbasis kent veel trauma: overgeërfde trauma's van vader en moeder en een voedseltekort als baby. Gelukkig ontdekte mijn oma dat ik te weinig moedermelk binnen kreeg, waardoor ik met de fles gevoed kon worden. Daarvoor viel ik vaak huilend van de honger en vol emotionele behoeften (troost, bescherming) in slaap.

'Je moest een huilbaby niet verwennen', luidde het pedagogische advies in die tijd. Het voedseltekort had invloed op mijn afweer met een infectie als gevolg.

Ik was zes maanden toen ik met uitdrogingsverschijnselen in het ziekenhuis belandde. Mijn ouders mochten niet bij me omdat ze dachten dat mijn moeder de pokken had. Zes weken heb ik alleen in een bedje op het randje van de dood gelegen. Daar is ook mijn overlevingsinstinct gevormd, mijn oerkracht als hoogsensitief spiritueel wezen. Een wonderlijke combinatie.

Wat wij voor, tijdens en na onze geboorte meemaken is ons levensfundament. Vanuit die eerste, puur zintuiglijke ervaringen vormen wij de eerste onbewuste overtuigingen. Als baby ben je één met jouw lichaam, de innerlijke beleving is wie je bént. Daar bouw je later je identiteit omheen. Vóór mijn eerste levensjaar 'was' ik een gevoel van tekort, onmacht en afscheiding.

Mijn behoeften - en de expressie daarvan - waren niet gekoppeld aan vervulling, het zoeken naar (instant) bevrediging werd een leidraad. Het voedseltekort leidde in mijn vroege jeugd tot stevig duimen en een beugel. In mijn pubertijd ben ik op mijn zestiende gaan roken, het was heel lastig om daarvan los te komen omdat de oorzaak zo diep verborgen zat. Door het hechtingstrauma voelde wortelen voor mij lang als (bijna) doodgaan. Daardoor kon ik mijn plek niet vinden.



OERVROUW MAGAZINE



~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

LEVENSSLESSEN

Als kind voelde ik me vaak onveilig en angstig, vervreemd van mijn omgeving. Mijn familie, vooral de harde stemmen en het luide gelach van de drukke en vaak dronken ooms en tantes, vond ik intimiderend. Mannen en vrouwen zaten bij mijn oma thuis gescheiden van elkaar. De vrouwelijke energie was minder luidruchtig, maar niet perse zacht en begripvol. Het liefst speelde ik met mijn nichtjes en neefjes, weg van de volwassenen.

Mijn ziel voelde zich vooral thuis op school. Ik was een ontzettend nieuwsgierig en leergierig kind, met een talent voor taal en creatieve vakken: muziek maken, tekenen, schrijven, zingen en toneelspelen. Op de basisschool was ik een ijverig, braaf meisje, gericht op leren en presteren. Ik scoorde hoge punten, maakte gemakkelijk contact en speelde graag buiten. Ik was niet heel extravert, toch paste het podium mij als een glazen muil.

Het geluk van mijn vroege jeugd eindigde toen mijn ouders besloten te verhuizen. Alles raakte ik kwijt: van mijn vertrouwde omgeving en beste vriendinnen, tot mijn bezieling en zelfvertrouwen. Er is toen iets op slot en stuk gegaan. Ik stopte met orgel spelen en deed mijn intrede op de nieuwe school. Daar vond ik deels mijn draai, maar er kwamen nieuwe trauma's bij, nog naast de ingrijpende verhuizing: incest en geweldbedreigingen van twee leeftijdsgenoten.

BLAUWBAARD

Net als in het verhaal van Blauwbaard hadden mijn opa en ik twee jaar een geheim, verstopt in een kelder waar niemand mocht komen. Zodra iemand die ruimte betrad zou de sleutel van de deur nooit meer ophouden met bloeden. Dan zou het geheim zichtbaar worden, net als de ware aard van Blauwbaard. Hij zou zijn leven niet meer zeker zijn en dat is waarom Blauwbaard alle vrouwen vermoord die de verboden kamer binnengaan. Van mijn elfde tot mijn dertiende ben ik seksueel misbruikt door mijn opa van vaders kant. Mijn andere opa heb ik niet gekend maar ook hij heeft seksueel trauma veroorzaakt bij diverse vrouwen in mijn familie. Incest komt vaker voor dan je denkt. Mijn 'geluk bij dit ongeluk': ik ben nooit verkracht en ik had de moed om zelf een einde te maken aan de incest.

De keerzijde van de medaille is dat ik liefde en lust ben gaan verwarren, net als mijn opa. Ik werd hiervan bewust in een 'journey sessie' (2003) waarbij ik 'in mijn opa's huid gekropen ben'.

"ALS JE OP DIT PUNT IN HET VERHAAL DENKT: 'IK DACHT DAT DIT EEN SPROOKJES-VERHAAL WAS', WEES GERUST, DAT IS HET."

Onverwacht was dat giga bevrijdend! Voor het eerst zag ik mezelf door zijn ogen. Vanuit die blik was ik niet 'dat vieze meisje' maar het onschuldige kind. Dat was diep ontroerend en louterend. Ook voelde ik de leegheid in hem, hij kon geen liefde meer voelen en dat gemis probeerde hij op te vullen met lust, onmogelijk. Zo leek voor mij de ware liefde te zijn, niet wetende dat je die niet buiten jezelf maar in jezelf moet zoeken.

MYSTIEKE PUZZEL

Als je op dit punt in het verhaal denkt: 'Ik dacht dat dit een sprookjesverhaal was', wees gerust, dat is het. Sprookjes hebben meestal een 'happy end', maar de sprookjesweg kan woest en woelig zijn. Je komt boze koninginnen tegen, heksen, wolven en ander sprookjesgesuis, maar dat is de bedoeling. Ik geloof erin dat onze ziel kiest voor het leven dat wij leiden. Alles op ons levenspad bedoeld is om ons sterker, bewuster, liefdevoller en wijzer te maken, om ons hart te openen en onze geest te verlichten. Van tegenslag naar toverkracht, zo je wil.

De weg naar licht-liefde-waarheid is een 'divine dual highway' die ook dwars door en langs de schaduwkanten van het bestaan loopt. De mystieke puzzel die leven heet is alleen op te lossen door het vergroten van (zelf)bewustzijn. Niets is wat het lijkt, achter onze subjectieve werkelijkheid ligt een absolute realiteit verscholen gemaakt van spirituele essentie: eenheid, vrijheid, liefde, eeuwigheid, magie, stilte, diepte, kracht, kortom: pure goddelijkheid en godinnelijkheid.

~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

PIPPI SPIRIT

Qua studie wist ik niet wat ik wilde, alleen dat ik weg wilde van thuis, de wijde wereld in zoals Pippi Langkous. Pippi was echter onverschrokken en vrij, ik was bang en mijn omgeving beu. Binnen de familie was ik een pionier: ik was de eerste die ging studeren en buiten de provincie ging wonen. Op mijn achttiende vloog ik - 'vreemde eend in de bijt' - uit, het thuisfront was trots.

Als student kwam ik in Zeeland terecht waar ik economie en talen studeerde aan de Hogeschool Vlissingen. Ik was een uitstekende student en wonen op kamers was verfrissend. Door de afstand werd de band met het thuisfront zwakker. Mijn allereerste serieuze relatie liep stuk, het afscheid zou een periode inluiden van veel liefdesverdriet.

Mijn studententijd dreef me alsmat verder van mijn roots af. In het derde studiejaar kon ik een jaar naar het buitenland: zes maanden Londen voor studie, zes maanden Parijs voor stage. Van een wereldvreemd en verlegen Limburgs meisje groeide ik uit tot een mondaine jonge vrouw. Innerlijk was ik onzeker, ik begon veel te drinken en te blowen. Na 3 jaar studie had ik nog steeds geen idee wat ik wilde. Wereldse jas, weifelend mens.

RODE SCHOENTJES

Na het HBO ging ik (dus) nog een studie doen: Communicatiewetenschap aan de Universiteit van Amsterdam. Voor het eerst in mijn leven kreeg ik flinke tegenwind: ik had geen kamer, een onmogelijk studie- en werkschema en ik begon verslaafd te raken aan wiet. Een legaal woonadres had ik niet, dus regelmatig moest ik weer verkassen.

Ook relaties duurden nooit lang, zelfs serieuze relaties nooit langer dan drie jaar.

Naast harder mijn best doen, begon ik ook meer in mezelf te keren. Innerlijk was ik kwetsbaar, van buiten hield ik me sterk. Emotioneel zat ik op slot, ik kon met niemand over mijn ware gevoelens praten, zelfs niet met goede vrienden. Mijn innerlijke wereld werd een rovershol waar de frustratie van alle onvervulde verlangens mijn hoop te lijf gingen. Twijfels en onmacht gijzelden mijn fairytale spirit. Gevoelens van leegte en lijden begonnen mijn levenslust en optimisme te smoren.

In het laatste jaar van mijn studie dacht ik het gevonden te hebben! Eureka! Met vier andere studenten had ik een filmscene opgenomen. Toen ik naar huis fietste was ik mijn pijnlijke werkelijkheid even helemaal vergeten, dat beviel me zo goed dat ik op de fiets in een flits besloot om filmregisseur te worden. Een besluit dat ik zou bezuren vanwege de hardheid en de ondoordringbaarheid van de filmwereld en mijn onervarenheid en zachtheid.

Om een lang sprookjesverhaal kort te maken: na een carrière en liefdesleven van twaalf ambachten, dertien ongelukken, was ik op mijn achtentwintigste volledig opgebrand. Ik zat vast in zelfmedelijden, zelfverdooving en zelfdestructie. In zes jaar tijd was ik maar liefst achttien keer verhuisd en de enige droom die ik had - filmregisseur worden - was als een bubbel gebarsten. Mijn mooiste liefde ooit ging uit en de belofte om te mogen verhuizen naar wat mijn eerste eigen appartement had moeten worden, werd ingetrokken. Ik brak in duizend stukjes uiteen.





~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

ROOD KAPJE

Wanneer ik terugdenk aan mijn leven vind ik het niet (meer) gek dat ik zo vroeg in mijn leven in een burn-out ben beland. Maar wat voelde ik me destijds mislukt. Noodgedwongen moest ik weer bij mijn ouders gaan wonen. Ik had geen job, geen relatie, geen geld, geen dromen, vooruitzichten en hoop meer. Wel had ik een fikse studieschuld en een 'shitload of questions'. Die ben ik gaan beantwoorden met regressietherapie en kilometers creativiteit!

Ik ging weer zingen, toneelspelen en op gitaarles. Ik begon te mediteren en te schrijven. Al snel kwamen er verlossende inzichten en begon ik me beter te voelen. Ik nam een simpel baantje en voordat ik het wist zat ik weer in een relatie. Jammer genoeg was het een hele foute relatie, die had ik blijkbaar nog nodig om mezelf en mijn innerlijke wonden, écht serieus te nemen.

Eindelijk! Want - net als ik destijds - kan dit verhaal wel wat lucht gebruiken! Mijn story had een wonderbaarlijke wending nodig, en een heldin die sterk genoeg zou zijn om uit de wolf te kruipen die haar gebeten en bijna verslonden had!

Via een jaartraining holistische psychologie (2004) begon mijn wolvenkracht te groeien. Er vielen zoveel puzzelstukken op de plek dat er zich een ware wedergeboorte aftekende. Er was grote shift in perceptie, op mezelf en het leven, en ik ervoer een spiritueel ontwaken. Daarna rolde ik van de ene cursus én verbazing in de andere. Mediteren deed ik dagelijks. Ik zong, schreef gedichten en componeerde eigen liedjes op de gitaar.

Mijn wereld bestond uit communicatie en creatie, uit ontwikkelen en ontplooiën, uit werken en spelen, uit groeien en genezen, uit mogen ontvangen en geven

En ik hād veel te geven. Ik had een leuke, creatieve en gedreven groep vrienden en het allerbelangrijkste: ik had weer zin in het leven en kreeg steeds meer vertrouwen in mezelf.

WONDERNEMEN MET ZEVENMIJLSLAARZEN

In 2005 kwam ik - weer - in aanraking met autoriteitsmisbruik toen ik als communicatiemedewerker in mijn proeftijd onterecht ontslagen werd. Razend was ik! Thuis sloeg ik met de vuist op tafel en besloot dat ik beter eigen baas kon worden. Spontaan begon ik voor mezelf, zonder businessplan, groot netwerk, startkapitaal en ondernemersvaardigheden. Na vijf maanden kon ik uit de uitkering, het was alsof ik zevenmijlslaarzen droeg. Toen is het bewustzijnsballetje pas écht gaan rollen. Voor het eerst in mijn leven verdiende ik een aardig inkomen, met iets waar ik talent voor had, op een plek met leuke, slimme collega's en een bijzondere en bovenal redelijke baas! Al die mensen waardeerden mij, ik liep fluitend rond op mijn werkplek en als getalenteerd communicatiespecialist was het niet moeilijk om aan klussen te komen.

Ondernemen werd Wondernemen: intuïtief, moeiteloos en met magische resultaten. De kwaliteit van mijn werk was - en is nog steeds - mijn beste visitekaartje.

Behalve in de marketingcommunicatie ontwikkelde ik me ook in body, mind en soul work. Op 1001 manieren heb ik getracht mezelf en het universum te doorgronden: lezen, lezen en nog eens lezen, yoga, meditatie, ademwerk, droomanalyse, sjamanisme, psychodrama, astrologie, NLP, stilte, tarot, lichaamsgerichte coaching, creatief schrijven, vuurlopen, zweethutten, biodanza, 5ritmes, ecstatic dance en missie- en talentencoaching.

~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

FEMPOWERMENT

In 2008 had ik zoveel freelance werk dat ik een sabbatical nam voor een pelgrimstocht naar Santiago. Toen ik na drie maanden terug kwam viel ik in een zwart gat, maar na een jaar kwam ik op een zeer inspirerende en creatieve werkplek terecht. Daar heb ik een aantal jaren 'gefreeweheelde', totdat ik – pats boem - op een dag mijn passie kwijt was. In de kunstsector had ik alles gedaan: van uitvoerend schrijf- en fotografiewerk tot campagnes leiden, conceptualiseren, presenteren, crowdfunden en (beleids)plannen schrijven; het voelde alsof ik uitgegroeid was.

Een nieuwe Heldenreis diende zich aan: ik wilde wezenlijker met mensen werken, liefst als (online) coach voor vrouwen. Ik zag vriendinnen worstelen met het ondernemerschap, en met zichzelf; met hun zelfvertrouwen om precies te zijn. Ze lieten zich leiden door hun angsten en kwamen in het neerzetten van ideeën niet verder dan de 'hoe-dan-vraag'.

"MIJN STORY HAD EEN WONDERBAARLIJKE WENDING NODIG, EN EEN HELDIN DIE STERK GENOEG ZOU ZIJN."

Daardoor kwamen ze niet in actie en stokte niet alleen hun bedrijf en creativiteit, de hele geest ging uit de fles! In 2016 besloot ik me als Durfkracht coach in de markt te zetten.

Ironisch genoeg kwam die naam voort uit de omkering van de angst die ik zelf voelde. Ik was onbewust bang om als ondernemer opnieuw te beginnen. Toen ik in 2005 gestart was had ik niets te verliezen gehad, nu had ik een inkomen, een eigen huis, een mega netwerk en een goede reputatie. Ik voelde veel druk om te presteren en mezelf te bewijzen; ik kwam terecht in mijn mannelijke energie.

Mijn lichaam zou echter niet veel later de premenopauze fase 'enteren'. Ik zie dit niet als 'stom toeval' maar als ironie; ik probeerde immers vrouwen iets te leren wat ik zelf nog niet beheerste. Terwijl ik een nieuwe business van de grond probeerde te krijgen werd ik meer en meer gekaapt door mijn hormonen. Mijn eigen moeiteloosheid en bravoure maakten plaats voor onzekerheid en (opnieuw) onmacht. Dit bereidde de weg voor om de vrouwelijke kant van mezelf te leren kennen en een feminiene levensvisie te ont-wikkelen. Dit heeft mijn levensfilosofie, zeker over de rol van vrouwen en mannen in de maatschappij, drastisch veranderd.





~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

TOVERGANG

Wie vanuit een spiritueel perspectief de overgang benadert weet van te voren dat het een reis is naar je innerlijke wijsheid, naar je wilde wijze oer-vrouw. Wie de (pre-)menopauze heeft meegemaakt, weet dat dit geen gemakkelijke fase is in een vrouwenleven. Het effect van de 'hormonen' op je lichaam en geest is ronduit 'disruptive'. De overgang zet je leven op de kop! Je wordt uitgenodigd om je levenspad opnieuw te aanschouwen. Meestal ben je op of over de helft van je aardse bestaan; tijd om de balans op te maken dus: wie ben je, wat heb je bereikt, wat heb je laten liggen, wat en wie vind je belangrijk, waar sta je voor, waar droom je van, wat kom je brengen en wat staat er nog op de bucketlist? Stel je maar voor dat je deze wezenlijke vragen probeert te beantwoorden terwijl je op een bootje zit, midden in een storm.

De Tovergang (die tot 15 jaar kan duren) leert mij momenteel drie wijze lessen: wat overgave is, wat kwetsbaarheid is en waar bewustzijnsontwikkeling voor dient. In deze maakbare samenleving denken we alles te kunnen controleren en sturen, of in spirituele termen: alles te kunnen manifesteren, dat is niet zo.

Wij zijn co-creators, en het universum is geen totalitaire staat die luistert naar dictators. Een sprookje co-creëren doe je vanuit je ziel of je hogere zelf, samen met het universum. Voor overgave heb je veel vertrouwen nodig en kwetsbaarheid. Brené Brown is voor mij daarin 'koningin'. Zij beschrijft kwetsbaarheid als de poort naar o.a. creativiteit, authenticiteit en verbinding, dat beaamt ik volledig. Mede dankzij haar kennis en inspiratie heb ik de ware liefde ontdekt: ik zelf! Twee weken daarna ben ik mijn huidige partner tegengekomen. Dit jaar zijn we 7 jaar samen, een persoonlijk record.

De overgang laat me ook zien wat het nut is van bewustzijnsontwikkeling. Alle oude traumastukken, die door de 'hormonen' als lijken uit de kast tevoorschijn kwamen, heb ik zelf verwerkt. Daarmee is een belangrijke droom in vervulling gegaan: regisseur worden van mijn eigen leven. Ooit dacht ik dat het de bedoeling was om filmregisseur te worden, maar ik moest mijn innerlijke wereld leren regisseren. Je eigen leven leiden is wat anders dan het leven lijdzaam te ondergaan. Op eigen benen staan is één ding, ware zelfstandigheid gaat over 'baas zijn in eigen bewustzijn'.

~ Nicole & Sprookjesvrouw ~

REALITEIT ALS GROOTSTE SPOOKJE

In 2017 ontstond Sprookjesbranding, nu Sprookjesvrouw. Alweer bijna 7 jaar begeleid ik als coach voornamelijk vrouwen op hun levenspad. Sinds ik Missie- en Talentenspel coach ben noem ik mezelf liever 'vroedvrouw' en 'begeleider'. Het Talentenspel werkt met fantastische archetypen, deze resoneren tot in het diepst van mijn ziel. 'Vroedvrouwen' klopt beter bij wat ik in wezen doe: assisteren bij de geboorte van het hogere zelf - of de ziel.

Iedereen komt hier met een 'pinkprint' (of blauwdruk): een script met cryptische aanwijzingen voor onze levenstaak. Die komt vanuit de ziel, niet vanuit de persoonlijkheid. Daarom brengt wilskracht je maar 'tot zover', en niet verder. Het is aan de ziel om ons te leiden. Wanneer wij durven luisteren en van daaruit ons koninkrijk (ons leven) gaan regeren, dan stroomt het. Niet de vraag, 'wat wil ik van het leven' maar 'wat wil het leven van mij?' doet fairytale flow en magie ontstaan.

De realiteit zie ik als het grootste sprookje, ze bevat veel illusies die doorgeprikt moeten worden om erachter te komen hoe het leven werkelijk in elkaar steekt. Dan ontdek je dat er een werkelijkheid achter de realiteit ligt. Dat in de dualiteit het geheel besloten ligt, en vice versa. Dan ga je voelen hoe wonderlijk het is dat wij er überhaupt zijn. Dan snap je dat wij 'het toneelspel dat leven heet' kunnen aanschouwen, dat we uitgerust zijn om het oorspronkelijke script te ontrafelen en scènes opnieuw in te kleuren. Hoe magisch is dat!

"DAT JE VAN WOND NAAR WONDER KUNT REIZEN EN VAN FEAR VIA FAITH NAAR FAIRYTALE."

Als je niet happy bent, weet dat jouw sprookje nog niet afgelopen is. Sla die nieuwe bladzijde van je levensboek open, durf verder te lezen, het wonder toe te laten en onvoorwaardelijk van jezelf te (gaan) houden. Weet dat er van trauma's toverkracht gemaakt kan worden. Dat je van wond naar wonder kunt reizen en van fear via faith naar fairytale (en terug). Mijn 'mess' is deel van mijn 'message' geworden. Mijn leven is op wonderbaarlijke wijze getransformeerd, maar in wezen was ik al die tijd al een zwaan in plaats van een (vreemde) eend. Doe je ding, vertrouw op het goede en blijf in Godinnesnaam geloven in sprookjes en het (on)mogelijke! ♡

Nicole Pol (1972) is een creatief medium. Ze werkt momenteel als missie- en talentencoach (of archetype coach) en tekstschrijver. Met een klein team initieert ze eens per jaar een mystieke krachtreis naar Cornwall (UK) en ze bedenkt ze graag woorden en concepten - zoals de Zachtpatser en het Eileiderschap - waarover ze artikelen (en een boek) schrijft. Ze organiseert regelmatig archetypedagen rondom oer vrouwelijke archetypen als de heks en de Crone. Check www.sprookjesvrouw.nl en www.mystiekekrachtreis.nl Met dank aan de foto's van: LaSirel Fotografie, Original Cin en Wendy Boon Fotografie.

