

JOURNALISTE
MARJAN VAN DEN
BERG IS GETROUWD
EN HEEFT DRIE
DOCHTERS EN TWEE
KLEINKINDEREN.

Marjan



**Vissers hebben
het voor elkaar.
Zitten en staren.
Dat wil ik ook.
Maar een vis van
een haak halen...**

Sinds ik luister naar podcasts heb ik mijn zenpunt gevonden. Ten diepste. Vissers, eindelijk ben ik als jullie. Ik zit en staar. Diep gelukkig. En geloof me, ik heb een lange weg afgelegd om dat te bereiken. Voor wie dit verwarrend klinkt, even vanaf het begin. Ik heb een diepe onrust in me. Heel diep. Zo'n gevoel dat je, als je ergens bent, altijd denkt dat je eigenlijk ergens anders had moeten zijn. En als je daar ten diepste aan lijdt, gaat dat ver. Zo dacht ik vroeger altijd al dat ik wel geadopteerd moest zijn, want deze ouders konden nooit echt de mijne zijn. Dat mijn zus mijn zus was, geloofde ik. Onze stemmen leken op elkaar. Ik nam dus aan dat zij ook geadopteerd was. Mijn broer bevestigde mijn vermoeden. Soms zelfs hardop.

Zo'n onrust zet zich voort. Heb ik met die jongen verkering? Ergens anders is vast een leukere jongen. Ben ik met die man getrouwd? Hè? Wanneer dan? De kat zit boven in het gordijn, dus ik had toch die andere katten moeten kiezen. En dit dorp in Frankrijk is niet leuk. Een dorp verderop, daar begint de echte schoonheid van deze regio.

Na zo veel jaar wil ik weleens van die onrust af. En ik heb een uitstekend voorbeeld: vissers. Die hebben het voor elkaar. Zitten en staren. Dat wil ik ook. Maar een vis van een haak halen lijkt me niks en vissen zonder haak is te zinloos. Ik moet gaan mediteren. Dat zal alles oplossen.

Ik probeerde door de jaren heen van alles. Cursussen, klankschalen, zenmeesters die mij in contact proberen te brengen met mijn diepe innerlijke rust: niets hielp. Mijn gedachten schieten altijd van de ene kant naar de andere en ik heb voortdurend het idee dat er elders een betere methode is. Heel onrustig allemaal.

Dan staat er een artikel in Margriet. Over podcasts. Oudste kind had al eens opgemerkt dat het wel iets voor mij zou zijn. Maar ik begreep niet precies hoe. En waar. En wat. Dat legt dat artikel helemaal uit. Voor wie het wil nalezen: het staat in nummer 21.

Ik download de app op mijn telefoon, duw de dopjes in mijn oren en zoek mijn eerste podcast uit. Het wordt *Bob*. Vlaams gesproken, prachtig zangerig, lief, vol aandacht. Een ontroerend verhaal in zes delen. Ik zit in de tuin op het bankje. De zon schijnt, ik heb een rieten hoedje op mijn hoofd, staar over het water en luister.

Soms zet ik hem even uit, aan een knopje langs dat snoertje. Dan haal ik een kopje thee voor mezelf, zet me weer op dat bankje en vervolg verhaal en geluk.

Inmiddels ben ik heel wat verhalen verder. Mijn geluk stapelt zich op. Dus voor het omvalt, deel ik het graag met je. Word zen! Ga podcasten!