



KIKI ONDERVOND DRIE KEER HEFTIGE TEGENSLAG

'Mijn overleden kindje bracht me terug bij mezelf'

Kiki van der Harst (41) beschouwde zichzelf als een zondagskind, het leven leek maakbaar, tot ze bij een zwangerschap van 33 weken haar zoontje verloor. Wat er daarna volgde was een ongelofelijk, maar ook wonderbaarlijk verhaal. Na haar scheiding stond haar hele leven op zijn kop en alsof het allemaal nog niet genoeg was kreeg ze ook nog borstkanker. **Ondanks al deze tegenslagen lukte het haar om het geluk weer te vinden.**

'Eigenlijk was het in mijn leven altijd zo gelopen zoals ik me als kind in mijn romantische dromen had voorgesteld: ik zou een grote liefde vinden, trouwen in een prachtige jurk, veel gaan reizen, carrière maken en in een mooi huis wonen. Ik was 33 en had het allemaal. Ik werd meteen zwanger en had een probleemloze zwangerschap. Maar in de 33ste week ging het plotseling mis. Het beeld dat ik zag toen er een echo werd gemaakt zal ik nooit vergeten. Een donkere vlek. De placenta had losgelaten en dreef in het vruchtwater. "Je kindje leeft niet meer," was de eerste mededeling, gevolgd door: "En nu moet je gaan bevallen." Onder de morfine bracht ik mijn kind ter wereld. Ik verloor zo veel bloed dat ik op het randje zweefde. Het was heel onwerkelijk. Ik weet nog dat ik in een tunnel van licht werd gezien en een stem hoorde: "Ga je links-

of rechtsaf?" Iets vertelde me dat ik nog niet klaar was, dat ik nog iets te doen had. Pas jaren later realiseerde ik me dat ik tijdens de bevalling een bijna-doodervaring heb gehad. Luc, zo heette mijn kindje, kwam perfect ter wereld, maar zijn hartje klopte niet meer. Ik viel in een zwart gat.'

Zingeving

'Een kind verliezen raakt zo aan de essentie, met zijn overlijden raakte ik een stukje van mezelf kwijt. Toch vond ik de kracht om door te gaan. We zeiden altijd: "Zolang we elkaar hebben komt het goed." Totdat bleek dat mijn man een andere relatie had. Ik wist niet wat me overkwam en wilde scheiden. Mijn gezin – we hadden een jaar na het overlijden van Luc samen nog een zoontje gekregen – was mijn gouden cirkeltje en de scheiding deed me beseffen dat ik voor mijn eigen

geluk moest kiezen. Ik werkte op dat moment als marketingmanager bij een grote bank, en hoewel die baan me succes bracht, gaf het me niet de voldoening die ik zocht. Terwijl ik in scheiding lag, besloot ik mijn baan op te zeggen om mijn dromen achterna te gaan. Ik heb altijd de behoefte gehad om het verschil te maken, betekenis te hebben en ik startte mijn eigen bedrijf waarmee ik als coach vrouwen help om weer voluit te kunnen leven. Iedereen verklaarde me voor gek, maar ik heb geen moment getwijfeld of ik het financieel zou redden. Ik vond het fantastisch om voor mezelf te werken en ontwikkelde een methode om andere vrouwen die iets traumatisch hebben meegemaakt te kunnen helpen.'

Liefdevol genezen

'Ik had het geluk dat ik de verbinding met mezelf ontdekte. Ik had een >

spirituele coach gevonden, die me hielp om contact te maken met mijn diep weggestopte emoties. Sinds het verlies van Luc had ik het gevoel dat ook een deel van mij was doodgegaan. Achteraf besepte ik hoe waar dat was. Ik durfde het verdriet niet toe te laten en ben gaan overleven. Maar inmiddels was ik al wakker genoeg om te beseffen dat emoties kunnen gaan vastzitten in je lichaam en een blokkade in energie vormen. Als dat maar lang genoeg duurt, kan dat zich manifesteren als ziekte. Ik wist dat het van levensbelang was om mijn trauma's te helen. Dat bleek heel letterlijk het geval. De diagnose borstkanker kwam niet als verrassing. Mijn intuïtie bleek feilloos. Ik 'wist' dat het mis was, ook toen de huisarts me niet wilde doorverwijzen en toen ze in het ziekenhuis in eerste instantie niets vonden. Ik hield voet bij stuk. Het bleek te kloppen. Het was wel een klap, omdat het dit keer om mijn gezondheid ging. Ik stond bekend om mijn gezonde levensstijl: ik at gezond, was altijd met mijn gezondheid bezig en sportte veel; ik had een paar maanden daarvoor mijn eerste marathon gelopen. Toch was het voor mij meteen duidelijk: dit is een noodsignaal van mijn lichaam, ik heb een heel ongezonde relatie met stress en de laatste jaren vooral veel emotionele stress gehad. Nu was het menens. Ik was vol goede moed. Ik wist inmiddels wat ervoor nodig was om op alle niveaus te genezen. Ik raakte gefascineerd door ons zelfhelend vermogen en schreef mijn eigen recept

om liefdevol te kunnen genezen. Waar in de volksmond vaak wordt gepraat over 'het gevecht tegen kanker', geloof ik dat het tegenovergestelde waar is. We hoeven niet te vechten, we worden uitgenodigd om liefdevol te genezen en naar de dieper liggende oorzaak van de ziekte te gaan.'

Regie

'Het klinkt misschien gek, maar mijn genezingsproces was heel verrijkend. Het heeft mijn visie op gezondheid compleet veranderd. Het heeft me doen inzien dat de verbinding tussen lichaam en geest heel sterk is. Je hebt een bron van oneindige intelligentie in je en als je daarmee contact maakt, dan weet je wat waar is. Je kunt onderscheid maken tussen irreële angsten en de stem van je intuïtie. Je hoeft je niet overgeleverd te voelen aan dokters of specialisten, omdat je zelf verantwoordelijkheid neemt voor jouw leven. Daardoor voelde ik me nooit slachtoffer, maar had ik de regie over mijn eigen gezondheid en geluk. Ik ben ontzettend dankbaar voor de mensen die zo'n belangrijke bijdrage hebben geleverd aan mijn genezing. Ik noem ze mijn *'circle of light'*. Je kunt veel kracht van binnenuit halen, maar de mensen die in je geloven en je steunen zijn van onschatbare waarde.'

Transformatie

'Door de transformatie die ik zelf doormaakte, kon ik mijn methode waarmee ik vrouwen begeleid, verder verrijken. Juist door naar het pro-

bleem achter het probleem te gaan, kun je jezelf echt helen. Ik help ze de pareltjes ontdekken die schuilgaan achter heftige gebeurtenissen. Je ontdekt wat de boodschap of de les is. Dat geeft een nieuw perspectief. Uiteindelijk is het heel simpel: het gaat erom dat je jezelf steeds beter leert kennen en begrijpen. Dat je het leven kunt leiden dat bij je past en dat je doet wat je gelukkig maakt. Dat is vaak een proces van vallen en opstaan, maar de beloning is enorm. Het is een grote eer om zo dicht bij mensen te mogen komen, in hun kwetsbaarste momenten diep in hun ziel te kijken. Dat geeft mij het gevoel van intense dankbaarheid. Dan weet ik dat dit is wat ik hier te doen heb: mensen helpen hun licht te vinden en te verspreiden. Het is voor mij geen werk, het is mijn zielsmissie. Toen ik Luc verloor dacht ik dat het nooit meer goed zou komen, maar Luc betekent 'licht' en hij heeft me geholpen om weer helemaal terug te komen bij mezelf en mijn licht te verspreiden.'

Rust en vertrouwen

'Je hebt niet altijd een keuze in wat je overkomt, maar je kunt wel kiezen hoe je ermee omgaat. Dat is zo belangrijk om te beseffen. We zijn veel krachtiger dan we vaak beseffen. Ik geloof dat niets voor niets gebeurt. Als we heftige dingen meemaken in ons leven, kan het ons volledig lamslaan, maar het kan ook een keerpunt zijn. Ik heb in mijn eigen leven ervaren hoe snel alles een negatieve wending kan nemen,

maar ik heb ook ervaren hoe snel alles weer ten positieve kan keren. Ik vind dat wonderlijk aan dit leven.

Vlak nadat mijn behandeling was afgerond, maakte ik een toekomstvisie. Ondanks dat het onmogelijk leek, had ik de droom om nog een dochter te krijgen. Volgens de artsen een wonder, maar enkele maanden later bleek ik zwanger. Voor ons is ze een geschenk. Ik zie kinderen als onze spirituele teachers, ze hebben nog zo'n sterke verbinding met de onzichtbare wereld. Sinds ik de verbinding met mezelf en met mijn 'intuïtief weten' ook steeds sterker voel, ervaar ik een diepe innerlijke rust en vertrouwen. Het is heerlijk om erachter te komen dat je altijd naar binnen kunt keren, naar die liefdevolle plek waar je de antwoorden vindt op jouw levensvragen. Dan kom je erachter dat niet jouw omstandigheden bepalen hoe jij je voelt, maar dat jij zelf bepaalt wat je binnenlaat.

Ik help vrouwen om hun eigen pad te lopen, dat ze terugbrengt naar hun essentie. Dat ze ontdekken wat hun authentieke kracht is en waar ze echt gelukkig van worden. Intuïtief weet ik vaak precies wat ze nodig hebben. Ik geef ze de tools waarmee ze toegang krijgen tot hun innerlijke bron van oneindige intelligentie. En ik geef ze de rust en het vertrouwen om de stappen te zetten op hun pad. Ze moeten het uiteindelijk zelf doen, maar gelukkig hoeven ze het niet alleen te doen.'

www.kikivanderharst.nl

>



‘Ik wist dat het van levensbelang was om mijn trauma’s te helen’