



# ‘Energie is heel concreet’

‘Iedereen heeft een energieveld en is daarom verbonden met de ander. En iedereen kan leren voelen’

Hermelijn van der Meijden heeft het gevoel alles te kunnen realiseren wat ze wil, zonder dat het haar daadwerkelijk lukt. Om daar verandering in te brengen, begint ze een zoektocht naar verbinding met zichzelf. Dat resulteert uiteindelijk in het schrijven van het boek *De Droomvrouw*. Hermelijn streeft ernaar dat iedereen zich er bewust van wordt dat energie concreet en bereikbaar is, dus ook voor jou!

ParaVisie reist af naar de trendy Amsterdamse woonwijk IJburg voor een ontmoeting met Hermelijn van der Meijden. Het is niet het eerste treffen dat plaatsvindt, want in 2011 ontving Hermelijn de ‘ParaVisie Award - Boek van het Jaar’ uit handen van onze hoofdredacteur. Haar inspirerende boek

vervullend meer is. Enige tijd later ontmoet ze een bijzondere man, die haar meeneemt naar een engelencursus. “Eigenlijk had ik helemaal niets met engelen, maar ik ben toch met hem meegegaan. Ik werd daar écht geraakt en herkende iets wat ik nooit eerder bewust ervaren had. Ik begon tijdens dat weekend energieën te voelen. Ik deed een oefening met die man samen en voelde zijn verdriet in mijn hart belanden. Het was een sterke ervaring van eenheid. Ik kreeg het gevoel dat ik niet zomaar naar die cursus was geleid. Alles klopte en kwam samen; een gevoel van thuiskomen. Dit had ik blijkbaar altijd geweten en gevoeld, maar nooit eerder toegang toe gehad. Opeens begreep ik dat we allemaal verbonden zijn door een energieveld.” Hermelijn vindt dus waar ze altijd naar gezocht heeft en besluit te gaan freelancen. “Door het in contact komen met energie en er bewust mee om te gaan, wilde ik van energie mijn werk maken om het gevoel van verbinding altijd te voelen.”

*Mijn vader lijkt op Barbapapa - Portretten van nieuwtijdskinderen en hun ouders* dat de Amsterdamse in samenwerking met fotograaf Erik Buis maakte, sprak destijds onze lezers zeer aan. Ook dit keer ontmoet ParaVisie de schrijfster naar aanleiding van een boek. In haar nieuwste pennenvrucht *De Droomvrouw* vertelt Hermelijn over haar spirituele zoektocht naar verbinding met zichzelf.

#### IN CONTACT MET ENERGIE

Na de hernieuwde kennismaking – en vergezeld van een dampende kop thee – zit Hermelijn al snel op de praatstoel. “Mijn vader is zeer spiritueel en ondanks dat ik niet bij hem opgegroeid ben, heb ik wel zijn genen. Hij mediteerde veel en ik vond dat heel normaal. Achteraf gezien besef ik dat ik als kind al zeer sensitief was, maar ik ben daar nooit in ondersteund geweest. Na mijn studies vond ik leuk werk en reisde de hele wereld over, maar had wel het gevoel dat er iets ontbrak in mijn leven. Rond mijn dertigste besloot ik samen met een vriendin een Reiki-cursus te volgen. Na de eerste avond had ik het gevoel dat ik alles heel scherp zag.” Hermelijn maakt de Reiki-cursus af en richt zich verder op haar werk als redacteur, hoewel ze wel steeds meer het gevoel heeft dat haar werk niet helemaal

#### VERBONDEN MET ELKAAR

Hermelijn gooit het roer in haar leven om en volgt een healingopleiding bij de *Barbara Brennan School of Healing*. De Europese afdeling van deze Amerikaanse opleiding zit in Oostenrijk. “Het is een intensieve opleiding, waar veel psychologie en innerlijk proceswerk bij komt kijken. Je moet eerst zelf een soort van ‘schoon’ zijn, alvorens je healings kunt geven en anderen kunt begeleiden in hun transformatieproces. Het draaide veel om in contact komen met jezelf, ook met je eigen schaduwkanten. Ik kwam mezelf goed tegen. Het was een intense, boeiende en levensveranderende tijd. De opleiding vergde veel energie en daarnaast werkte ik als freelancer, omdat er ook brood op de plank moest komen. Ik pendelde tussen Oostenrijk en Nederland. Maar alles viel mooi samen.” Doordat Hermelijn in deze periode ontdekt dat ze als intuïtief kind nooit ondersteund is, besluit ze als eindexamenproject van de vierjarige opleiding ouders inzicht te bieden in wat ▶

hun hooggevoelige kind ervaart en hoe ze om kunnen gaan met energieën. Uiteindelijk heeft dit geleid tot het boek dat de 'ParaVisie Award' in de wacht sleepte. "Iedereen heeft een energieveld en is daarom verbonden met de ander. En iedereen kan leren voelen. Energie is heel concreet en als je er contact mee leert maken, is het net zo tastbaar als een tafel."

#### PERSOONLIJKE ERVARINGEN

Na een zware zwangerschapsperiode, dito bevalling en een baby die

de eerste tijd amper slaapt, is Hermelijn zo'n beetje aan het eind van haar Latijn. Als ook haar werk als freelancer op redactiegebied geen opdrachten meer oplevert, krijgt Hermelijn het gevoel in een soort vacuüm te zijn geraakt. "Ik wilde weer gaan schrijven om te ontdekken wie ik daadwerkelijk was. Dat was een goede keuze, want naarmate ik verder ging, kwam mijn gevoel stukje bij beetje terug." Het schrijven van het boek *De Droomvrouw* komt echter niet vanzelf tot stand, mede doordat

Hermelijn niet goed weet waar te beginnen. Het universum biedt uitkomst. "Ik had geen idee waarover ik zou gaan schrijven. Ik voelde me op een gegeven moment begeleid worden, maar ben niet zo'n spiritueel persoon dat ik gidsen om me heen zag staan en daar gesprekken mee voerde. Het voelde als een aanwezigheid, maar het kon net zo goed een onderdeel van mijn eigen bewustzijn zijn. Ik werd als het ware door energieën geleid naar een boek waarin ik verschillende spiritualiteits- en bewustwordingsvormen beschrijf, die concreet worden gemaakt voor de lezer." In het boek is door Hermelijn bewust gekozen voor het gebruik van pseudoniemen. "Ik wilde het als een roman schrijven, omdat metaforen beter werken bij energie en een roman toegankelijker is voor een breder publiek. Het voelde voor mij makkelijker om bijvoorbeeld een gids als Melchior op te laten komen als een persoon."

#### KRACHT

Het boek is een combinatie van eigen ervaringen en levenslessen die per hoofdstuk behandeld worden. "Dat ontstond puur intuïtief en was vaak gelinkt aan een situatie waarin ik mij op dat moment bevond." Een indrukwekkend voorbeeld hiervan is het onderwerp de dood. Het moment dat haar neefje als tiener een einde aan zijn leven maakt, heeft een enorme impact. "Het was en is nog steeds verschrikkelijk wat er gebeurd is. Daarnaast overleed een cliënt van eind twintig, die ik twee keer heb mogen begeleiden. Bij dit soort gebeurtenissen besef je dat het leven zomaar voorbij kan zijn. Daarom wil ik uit het leven halen wat erin zit en probeer ik contact te maken met het gevoel van onvrede dat ik soms heb en onderzoek ik wat er tussen mij en mijn hart in staat. Ik ben dankbaar voor mijn leven en ben daar bewust mee bezig. Met mijn boek wil ik graag anderen helpen ook bewuster in het leven te staan, omdat dit je

veel oplevert en je dingen meer in perspectief leert zien." Hermelijn heeft inmiddels een praktijk waar ze readings en healings geeft. "Oorspronkelijk was ik niet met helderziendheid bezig, maar nu kijk ik tijdens readings naar je energieveld en vertel ik waar je bent en wat je kunt doen. Een reading is een groot proces van vertrouwen en ik vertel wat ik waarneem. Vooral mijn gevoelskanaal is sterk ontwikkeld. Er komt weleens een overledene door, maar daar ligt niet mijn specialiteit. Ik ben van nature meer een healer en coach. Ik voel energieën, waar iets blokkeert, waar het stroomt, wat de potentie is van je ziel of waardoor je in een eerdere fase getraumatiseerd bent. Daar ligt mijn kracht."

#### VERVULLING

Doordat Hermelijn veel van zichzelf blootgeeft in het boek, is voor cliënten de drempel lager om naar haar praktijk toe te komen. "Dat is heel bijzonder, want dat was niet de reden waarom ik het boek schreef. Het is mooi om te zien dat dit gebeurt en dat mensen vertrouwen in mij hebben. Ik heb veel liefde en aandacht in het boek gestopt en dat wordt blijkaar positief opgepikt." De titel *De Droomvrouw* is niet zomaar gekozen door Hermelijn. "Achteraf gezien gaat het over mijn weg naar hoe ik in mijn ogen een droomvrouw kan worden. Als ik dingen droom en concreet maak en kijk waardoor ik blokkeer, dan kan ik mijn eigen leven vormgeven. Dat brengt mij geluk en vervulling en ik denk dat dit voor iedereen is weggelegd. Als je doelgericht met jezelf aan de slag gaat, is er veel mogelijk. Soms vergt dit wel enig geduld, want je dient het af te stemmen op waar je op dat moment in je leven staat. Hoe je een droomvrouw of -man wordt, spiegel je vaak aan iemand anders. Maar het draait er eigenlijk om hoe jij zelf als droomvrouw of -man in het leven wilt staan. Daar kom je niet vanzelf en dus zul je stappen moeten zet-

#### FRAGMENT UIT HET BOEK 'DE DROOMVROUW':

*'... De dood van mijn neefje was al aangekondigd. Een dag eerder fietste ik van het werk naar huis, mijn blik gericht op twee indrukwekkende zwanen die met me meevlogen boven het kanaal. Ze maakten zacht klokkende geluiden en bewogen sierlijk hun nekken. Bij het spoorwegviaduct trok de voorste op en ontweek zo de hoogspanningskabels. De achterste zag ze niet aankomen en stortte neer. Direct daarop raasde de snel trein voorbij. Met pijn in mijn hart zag ik het gebeuren en ik stond volkomen machteloos. Het was een van die glasheldere tekens uit het universum – het kerkhof was maar een paar meter daarvandaan – maar ik kon er weinig mee, want had geen idee waar het op sloeg. Nog geen vierentwintig uur daarna werd het lichaam van mijn neefje aangetroffen...'*



ten. Dat heb ik ook gedaan en mijn ervaringen deel ik graag met je."

#### NATUURLIJK PROCES

De universele reis van de ziel loopt als een rode draad door Hermelijns leven en door het boek. "Dat was niet eens mijn opzet, maar een innerlijke reis begint met loslaten van wie je niet meer wilt zijn. Een identiteit loslaten gaat gepaard met pijn en angst. Dan merk je dat je veel schaduwaspecten in je hebt, waar je iets mee kunt doen. Als je daar doorheen gaat, kom je bij je intuïtie terecht en dat is een natuurlijk proces." Hermelijn ontvangt veel positieve reacties, vooral van vrouwen. "Ik vond het daarom frappant dat ik achter elkaar van drie mannen sms'jes ontving, die aangaven dat ze het een verslavend boek vonden om te lezen. Ik wil mensen aanspreken op hun energie en ik denk

dat dit gelukt is. Het boek kan een poort openen voor je. Energie is voor iedereen bereikbaar, maar je moet wel openstaan of nieuwsgierig zijn naar wat je met energieën kunt doen. Dit boek eindigt op een punt waar ik het zelf ook nog niet allemaal exact weet. Maar ik ben nu wel ergens anders. Er heeft een omslag plaatsgevonden, want alles komt nu samen en lijkt mogelijk te zijn. Ik heb ervaren dat je beter met kleine dromen kunt beginnen om vervolgens door te groeien naar grotere dromen. Jouw energieveld moet het ook allemaal wel aankunnen om uiteindelijk die droomvrouw of -man te worden die jij wilt zijn!" ●

Op [www.paravisie.nl](http://www.paravisie.nl) vind je een filmpje waarin Hermelijn haar boek 'De Droomvrouw' toelicht.

