

## Spiritualiteit

Een serie over Schouwen-Duivelanders met  
bijzondere denkbeelden of eigenschappen

### Levenspad

Tea van 't Leven: „Het gaat om een gevoel van ‘thuis te komen in jezelf’.  
Wanneer ik dat ervaar weet ik dat het goed zit, dat bepaalde inzichten bij mijn  
spirituele levenspad horen.”

### Vele wegen

„Ik voel me thuis in iedere kerk. Ik denk dat er vele wegen naar boven gaan.  
Alle religies zijn in de basis hetzelfde, alleen de paden die ze volgen zijn  
verschillend. Je kiest als mens het pad dat bij je past.”

‘Het gaat er om thuis te komen in jezelf’

### Marijke Vael

Ze groeide op in een gereformeerd onderwijzersgezin en was een aantal jaren actief lid van het Leger des Heils. Tegenwoordig put Tea van 't Leven uit Zierikzee vooral inspiratie uit de boeddhistische filosofie omdat het boeddhisme de werking van de geest onderzoekt. Toch wil ze geen Boeddhist worden genoemd. „Want ook het Boeddhisme heeft stromingen en dogma's. Ik ben geen lid meer van een geloofsgemeenschap maar voel me thuis in iedere kerk. Ik denk dat er vele wegen naar binnen gaan. Alle religies zijn in de basis hetzelfde, alleen de paden die ze volgen zijn verschillend. Je kiest als mens het pad dat bij je past.” Dat doet de 71-jarige Zierikzeese niet alleen door in Bilthoven boeddhistische filosofie te studeren, maar ook door metamorfose massage te geven.

Tea: „Dat is een massage die het lichaam aanmoedigt om te ervaren. Door bewuste ervaring wordt het herstellend vermogen van het lichaam geactiveerd.” Dat is volgens Tea heilzaam wanneer door verdriet, pijn of schrik blokkades ontstaan in de levenskracht die door het lichaam stroomt. „Dan voelt iemand zich niet goed, mist levensvreugde en flexibiliteit om nieuwe levenssituaties open tegemoet te treden. Door metamorfosemassage komt de stroming door de energiebanen weer in evenwicht en wordt het herstellend vermogen van het lichaam weer in gang gezet.”

Wanneer zij de behandeling, bestaande uit een zachte aanraking van de wervelkolom reflexzone op voeten, handen en hoofd, uitvoert voelt de Zierikzeese zich een instrument. „Ik vind het mooi om te doen omdat ik zelf

niets hoeft. Ik ben een katalysator die het natuurlijk helingsproces weer in gang zet.” Tea ervaart de, anderhalf uur durende, massages zelf als een vorm van meditatie. „Het is een lichamelijk, logisch proces dat correspondeert met een gevoel van thuiskomen in mezelf. Hetzelfde gevoel dat ik krijg door inzichten die ontstaan vanuit de boeddhistische filosofie en meditatie.”

Ervaringen die Tea koestert, want ze realiseert zich dat ze als kind reeds de handvaten kreeg aangereikt voor de spirituele inzichten die ze nu als 71-jarige heeft. „Mijn moeder was wijs en ruimdenkend. Ze wees niets af vanuit het principe: ‘Ik moet zijn waar mijn handen nodig zijn’. Zo bespeelde ze bijvoorbeeld op zondag het orgel bij het Leger des Heils terwijl ze ’s middags naar de Gereformeerde Kerk ging. Zij citeerde de Bijbelspreuk ‘Onderzoek alles en behoud het goede’. Dat kwam toen niet over bij mij, maar nu bij de lessen boeddhistische filosofie wel. Daar leer ik om niks zomaar aan te nemen, maar te onderzoeken hoe het in mezelf zit. Het gaat om een gevoel van ‘thuis te komen in jezelf’. Wanneer ik dat ervaar weet ik dat het goed zit, dat bepaalde inzichten bij mijn spirituele levenspad horen.”

Tea, die van haar 7e tot 15e levensjaar in Zierikzee woonde en daar op 32-jarige leeftijd terugkeerde, ervoer dat gevoel van thuiskomen voor het eerst toen zij als jong volwassene bij haar broer in Suriname logeerde. „Toen ik daar, vanwege een gebroken enkel, moest stilzitten kreeg ik het boek ‘Meesters uit het verre oosten, hun leven, hun leer’. Daardoor vielen gevoelens die ik al langer had op hun plek. Zoals reïncarnatie, waarin ik intuïtief altijd al geloofde.”



Tea van 't Leven: Ik fungeer als een katalysator die het natuurlijk helingsproces weer in gang zet.”

Foto Dirk-Jan Gjeltema

### **Massage met oorsprong in voetreflexologie**

Tea van 't Leven leerde metamorfosemassage kennen via haar docente boeddhistische filosofie, Dorien Quik uit Bilthoven. Tea: „Deze massage vindt zijn oorsprong in voetreflexologie. Ze bestaat uit een zachte aanraking van de reflexzone van de wervelkolom op voeten, handen en hoofd.. De voeten staan

voor willen, de handen voor voelen en het hoofd voor denken. Dat wat je wilt wordt in overeenstemming gebracht met het voelen en denken. De massage is ontspannend en sommigen worden wat gevoeliger. Het betreft altijd een natuurlijke spontane verandering, in overeenstemming met de eigen spirituele ontwikkeling.” Tea geeft volgend jaar een cursus metamorfosemassage voor ouder en kind. „Zodat ouders hun opgroeiende kinderen leren masseren en kinderen hun ouders om zo in balans te komen of blijven.”

### **Boeddhisme als levensfilosofie**

Tea van 't Leven uit Zierikzee kwam in aanraking met boeddhistische filosofie via vriendinnen. „Zij gingen regelmatig naar het centrum van de stichting Bodhisattva in Bilthoven. Bodhisattva is een ideële stichting die boeddhistische filosofie- en meditatielessen, lezingen, dialoogavonden en themadagen organiseert. Dit, om mensen in de gelegenheid te stellen vanuit deze filosofie in contact te komen met andere filosofieën en religies.” Tea gaat eens per twee weken met een aantal andere Schouwen-Duivelanders naar Bilthoven, waar zij inspiratie putten uit de lessen van Dorien Quik, die bekendheid verwierf met drie boeken over boeddhistische filosofie. Dorien Quik geeft twee keer per jaar een themadag in de Rode Kamer in Zierikzee.