



Vrouwenpower; diepgang met een kwinkslag

*Christine Pannebakker maakte in de zomer het event van Femergy mee. Christine is moeder, echtgenote en auteur van verschillende boeken. Ze schreef het boek *Het Mama Masterplan*, met de insteek: als jezelf gelukkig bent en doet wat je wilt doen dan heeft dat een positief effect op je kinderen. Geef je kind zelfvertrouwen door zelf dat zelfvertrouwen uit te stralen. Haar boek werd een groot succes. Inmiddels ligt haar nieuwste boek *Vrouwenpower* bij de drukker. Femergy is nieuwsgierig naar de vrouw achter Christine. Een interview.*

Het is alweer even geleden dat je het zomerevent van Femergy hebt meegemaakt. Het event, waarbij je o.a. aan een 'wakker in je lijf'-workshop en een zangworkshop hebt meegedaan. Hoe heb je deze dag ervaren? Wat is je het meeste bijgebleven?

Wat mij het meeste is bijgebleven is het lichamelijke, je hoofd leegmaken en met je lichaam bezig zijn. Ik werd ook letterlijk en figuurlijk wakker tijdens de workshop 'wakker in je lijf', waarbij we ons lichaam echt wakker moesten kloppen. Vooral de lichtheid is me bijgebleven. De regen, de oranje regenkappen, we werden er allemaal giechelig van. Dat gaf zo'n leuke sfeer. Wij vrouwen kunnen diepgang zoeken en tegelijk schoolmeisjes zijn. Ik heb daar ook in mijn boek (*Vrouwenpower*) over geschreven. Diepgang met een kwinkslag, dat is typisch vrouwelijk. In een discussie tussen mannen moet er vaak iemand winnen. Vrouwen kunnen veel meer hun gedachten uitwisselen zonder dat daar een winnaar uit de bus moet komen.

Het zomerevent was trouwens tot in de puntjes goed georganiseerd. We moesten aan het begin van de reis alles inleveren. "Wij hebben alles wat jij nodig hebt vandaag", werd er gezegd. En dat was ook zo. Aan alles was gedacht. Ik voelde dat als een soort bevrijding. Er werd voor mij gezorgd, terwijl wij, vrouwen, zo gewend zijn zelf te zorgen. Die lichtheid was er ook tijdens de zangworkshop. Ik dacht altijd dat ik niet zingen kon, maar toen moest ik ineens op het podium een couplet zingen. Iedereen deed het, dus vond ik het ook prima om te doen. Ik heb er van genoten. Het was echt een hele lieflijke, gezellige en zinnige dag.

In je nieuwe boek wijd je, zoals ik heb begrepen, een hoofdstuk aan het zomerevent van Femergy. Wat vond je zo inspirerend aan het event dat er iets over hebt opgenomen in je boek?

Ik heb in *Vrouwenpower* een hoofdstuk over de lichamelijke geschreven. Het zomerevent van Femergy inspireerde me daarbij enorm, juist omdat dat zo lieflijk was. We moeten meer leven vanuit onze buik. Daar moet je je kracht uit vinden. Het is heerlijk om die kracht door je lichaam te voelen stromen, zoals na een massage of een boswandeling, zoals tijdens het event. We hebben dat zo nodig, nu we door de maatschappij min of meer gedwongen worden om uit ons hoofd te leven. Dat is ook meer een mannengedachte. De kracht komt niet uit dat wat je allemaal in je hoofd hebt zitten. Vrouwen leven van oorsprong dicht bij de natuur. Maar we zijn dat leven naar de wijsheid van de aarde een beetje kwijtgeraakt. Ik denk dat het nu onze taak is om dat bewustzijn van het dichtbij de natuur leven weer naar voren te brengen. We gaan niet meer zomaar een eind wandelen in het bos. We kijken eerst op de buienradar of het wel droog blijft. Ik zou zeggen: kijk naar de lucht, vertrouw op de natuur. We willen allemaal de controlefreak uithangen, maar dat hebben we helemaal niet nodig. Onze kracht zit in ons gevoel, niet in ons hoofd.

Femergy staat voor de kracht van de vrouw. Wat vind je ervan dat vrouwen zich inzetten om andere vrouwen te coachen en te begeleiden? Wordt het een theekransje of heeft het echt meerwaarde?

Ik geloof echt in die meerwaarde. Ik denk dat het juist goed is dat vrouwen elkaar helpen om die kracht weer te vinden en elkaar stimuleren om die kracht te voelen. Mannen en vrouwen zijn anders. Dat moeten we accepteren. De maatschappij maakt dat wat onduidelijk: mannen moeten vrouwelijker worden en vrouwen moeten meer mannendingen doen. Maar zo werkt het niet. Het hele idee dat vrouwen elkaar als concurrenten zien is bijvoorbeeld helemaal door mannen bedacht. Als je als vrouw in balans bent en in je kracht staat, vind je het alleen maar mooi dat een andere vrouw ook in haar kracht staat of wil je haar helpen om in die kracht te komen. Dan kun je als vrouwen samen iets doen en kun je ook genieten van elkaar. Door de eeuwen heen hebben wij als vrouwen samen gewerkt om te kunnen overleven. Samen voor de kinderen zorgen, samen voor het eten zorgen. Het zit in onze oergenen om samen te werken. Vrouwen voelen elkaars kracht in een groep.

Je bent zelf iemand die het vrouwzijn als een mooi geschenk ervaart. Daar getuigen jouw boeken wel van, zoals het Mamma Masterplan en ook je nieuwe boek Vrouwenpower. Wat is jouw drijfveer?

Mijn drijfveer gaat uit van de kracht en het positieve. Ik leef vanuit energie en enthousiasme en ik probeer om dat ook anderen te laten zien. Ook in het boek Mamma Masterplan ga ik niet uit van de problemen die er zijn bij het opvoeden, maar kijk ik vooral naar de kansen en mogelijkheden. Kijk naar hoe leuk het is om kinderen in je leven te hebben. Als moeder ben je het belangrijkste voorbeeld voor je kind. Dat geldt ook voor Vrouwenpower. Je kunt wel steeds klagen hoe zwaar je het als vrouw hebt, maar je kunt ook uit gaan van de kracht van je vrouwzijn. Je hebt als vrouw de kracht om te kiezen voor jezelf of juist voor je gezin. Dat je die keuzes vanuit je eigen kracht kunt maken, dat wil ik graag door geven. Als vrouwen zijn we de mannelijke waarden van schoonheid zo belangrijk gaan vinden dat we onze vrouwelijkheid niet zonder meer accepteren. Een vrouw die vier kinderen heeft gebaard hoeft geen platte harde buik te hebben. Die buik mag zacht zijn en warm, dat is echte vrouwelijkheid.

Als schrijfster heb je een druk leven. Voor het boek Vrouwenpower heb je veel gereisd naar het buitenland. Je hebt een man en een dochtertje. Hoe combineer je dit?

We zitten in de ideale omstandigheden dat we eigenlijk alles samen kunnen doen. We gaan altijd met z'n drieën - mijn man Geert, mijn dochter Zonneke en ik - op reis. We hebben ons ideale leven geschetst, onze droom: reizen en schrijven en dat zijn we ook gaan doen. Dat brengt een stukje onzekerheid met zich mee, want je weet nooit zeker of je boek goed verkoopt. Maar we hebben gekozen voor een leven met heel veel vrijheid. Vrijheid geeft ook een gevoel van rijkdom, van overvloed. Als je denkt vanuit dat gevoel, die overvloed, dan zijn er altijd wel oplossingen als je geld nodig hebt. Dan durf je op dat gevoel te vertrouwen en daarnaar te leven. Als je zo leeft dan voelt als passie en niet als opoffering, ook als het even wat minder gaat.

Zijn er wel eens momenten dat het je zwaar valt, dat je het anders wilt?

Ik zou graag wat assertiever willen zijn. Omdat je als schrijfster vooral thuis werkt is het zo makkelijk voor de buurvrouw of mijn moeder om zomaar binnen te vallen voor een kopje koffie of om even op de kinderen te passen. Zelfs als mijn hele lijf nee zegt, zegt mijn mond ja. Dat vind ik soms moeilijk, want als je thuis zit te schrijven gebeurt er vaak van alles en dan denk ik wel eens: waar ben ik mee bezig. Het schrijven van het boek Vrouwenpower heeft ook veel langer geduurd dan gepland. Daar zit een heel leerproces in voor mij. Ik moet leren 'nee' zeggen. 'Ja' zeggen is ook iets wat in onze aard zit. Wij

willen aardig gevonden worden, dus doen we wat een ander ons vraagt. Dat zit ook in onze genen, uit de oertijd. Vrouwen waren afhankelijk van elkaar. Mannen zijn daar veel makkelijker in. Die zijn nooit afhankelijk geweest van of een andere man hem wel aardig vond. Je ziet dat nu nog terug op het schoolplein, hoe verschillend jongens en meisjes daar met elkaar omgaan.

Maar ik ben er achter gekomen 'nee' zeggen ook op een heel aardige manier kan en dat was voor mij een hele eye opener: nee zeggen en dan merken dat een ander dat accepteert.

Jij probeert vrouwen te bereiken via je boeken, je geeft ook seminars. Heb je ook nog tijd om mensen persoonlijk te coachen?

Ik geef geen persoonlijke coaching, omdat ik niet degene wil zijn die het allemaal wel weet. In mijn boek kan ik mijn eigen kwetsbaarheid tonen, in lezingen en seminars in feite ook. Ik schrijf een boek heel erg vanuit mezelf, over dingen die ik tegenkom en ook weer zelf ontdek, niet vanuit iets wetenschappelijks. Na Het Mamma Masterplan was ik niet ineens de moeder die alles wist van opvoeden. Als ik persoonlijk ga coachen verwachten mensen het juiste antwoord van mij en ik vind niet dat ik degene ben die die wijsheid in pacht heeft. Schrijven is mijn ding, coachen laat ik graag aan de coaches over.

Je man/partner is ook een beroemd schrijver. Ook hij heeft onregelmatige werktijden. Hoe denk je dat het is voor je dochtertje Zonneke om op te groeien in een schrijversgezin?

Ik denk enerzijds heel erg leuk, ze mag overal mee naar toe en maakt alles van dichtbij mee. Ze vindt het bijvoorbeeld heel leuk om naar beurzen te gaan, terwijl wij daar niet zo veel mee hebben. Ze is heel sociaal en vindt het prima dat er zo veel mensen bij ons over de vloer komen. Aan de andere kant zit ze er ook altijd middenin. Andere kinderen weten vaak niet zo precies wat hun ouders voor werk doen. Het lijkt me voor haar ook niet altijd even makkelijk om er altijd zo bij betrokken te zijn. Ze is zes en ze geniet er nu van, maar ik kan me voorstellen dat ze straks, als ze gaat puberen, daar meer moeite mee gaat krijgen. We willen dat ze zelf zoveel mogelijk haar eigen weg kiest. Ze is bijvoorbeeld dol op paardrijden en dat heeft ze beslist niet van ons. Maar ze schrijft nu zelf ook haar eigen boekjes. Ik hoop dat ze ons als voorbeeld zal zien in het volgen van haar eigen weg en haar eigen droom.



Binnenkort verschijnt het boek Vrouwenpower van Christine Pannebakker. U kunt het boek bestellen via Femergy. De eerste vijftig bestellingen worden beloond met een persoonlijk door Christine gesigneerd exemplaar. Bovendien ontvangt elke 10e besteller het boek gratis. Kijk op de www.femergy.nl voor meer informatie.