Coby Schasfoort

'Dat lijf moet mee in je spiritualiteit'

Lisette Thooft heeft een verrassende ontmoeting met een inspirerend leidster met visie.

Ze is kinesiologe en oprichtster van het Drentse opleidingscentrum De Hof van Axen. Ze geeft workshops in Brazilië, Zuid-Afrika en Israël. Ze heeft een droom: een netwerk van kleine, ronde geneeshuizen over de hele wereld, waarin reguliere en alternatieve geneeskunde samengaan. De eerste komt binnenkort op haar eigen erf te staan. Coby Schasfoort: een inspirerend leidster met een visie. En tegelijkertijd een kleurrijke, warmbloedige vrouw met beide benen stevig op de Aarde.

Coby Schasfoort komt me afhalen van de trein, op blote voeten. Ze lijkt op een zigeunerin, ze heeft goud op haar ogen en dik donker haar in een wrong. Aan haar iets schorre stem hoor je dat ze sigaretten rookt. En ze rijdt hard. Plotseling stopt ze met een enthousiaste uitroep: "Daar fietst mijn oude baas!" Een warme omhelzing, midden op de Drentse landweg. "Dit," zegt de oude heer glimlachend tegen zijn vrouw, "is de grootste ondeugd die ik ooit in mijn bedrijf gehad heb." Hij wil haar telefoonnummer noteren en zoekt naar een pen. "Hier," zegt Coby en ze trekt een balpen uit haar wrong. Langzaam valt het zware, zwart-met-zilvergrijze haar neer langs haar rug. Als de man klaar is met de pen, steekt ze er nonchalant haar lokken weer mee op.

"Wij wonen niet in Nederland," kondigt ze aan als we De Hof van Axen naderen en bij aankomst zie ik wat ze bedoelt. Het is een betoverende, on-Nederlandse plek - de oude boerderij verbouwd tot groepscentrum, het exotische huis erachter gebouwd rond een spiraalvormige trap, de geurende kruidentuin, de antieke zigeunerwagen die Coby haar *sanctuarium* noemt en waarin ze haar magie verricht en boeken schrijft, het stille meer met lissen en riet waartussen de libellen snorren, de pauwen met hun felle roep. Coby houdt van pauwen, ze houdt ook duidelijk van de kleuren goud en pauwblauw, van schoonheid die zichzelf graag laat zien. Overal hoor je het zachte geklingel van *wind chimes*. Hier woont Coby al vijfentwintig jaar met haar man Ton Schasfoort, een gewezen katholiek priester. "Ik heb hem gestolen," zegt ze met een tevreden grijns. "We dachten in die jaren zeventig dat het celibaat nu wel snel opgeheven zou worden, maar dat gebeurde niet..."

Door Lisette Thooft
Foto's Pieter Wagenaar

Het dogmatische beviel haar niet

Coby Schasfoort-Spanbroek, geboren 10-1-1940, werkte vanaf haar zeventiende in de gezondheidszorg als verpleegkundige. In '79 kwam ze in aanraking met kinesiologie, *beter bekend als* Touch for Health *en dat liet haar niet meer los. Ze volgde een opleiding natuurgeneeskunde, maar het dogmatische daarvan beviel haar niet. Nu heeft ze een centrum in Drenthe, De Hof van Axen, waar ze kinesiologie onderwijst. Ze werkt veel met leesblinde kinderen, houdt op diverse plaatsen in de wereld vredesworkshops, stelt zich ten doel de reguliere met de alternatieve gezondheidszorg te combineren en start daarvoor dit jaar een opleiding voor verpleegkundigen. Ze schreef verschillende boeken: Blij met stress (een Ankertje); Zicht op woordblind, en Zicht op leefblind (in eigen beheer uitgegeven).*

Wat kun je met kinesiologie bereiken?
Via spiertesten kun je erachter komen op welke manieren een mens zichzelf in de wielen rijdt, fysiek, emotioneel, spiritueel, mentaal, de hele bliksemse boel. Als je begint met spiertesten, denk je: daar kan ik alle ziektes mee genezen, flauwekul natuurlijk. Hoewel - het woord genezen komt etymologisch gezien van 'veilig thuis komen', wist je dat? Dan klopt het wel. Je lichaam is de manifestatie van de keuze die je hebt gemaakt toen je hier kwam, de vorm waarin je bent gegoten. In die vorm maak je je keuze waar. Er zijn zoveel verschillende vormen mensen, omdat we elk onze eigen unieke taak hebben in de wereld.

Dus je lichaam en je taak hebben veel met elkaar te maken?
Ja, dat denk ik wel. Wat erbij komt, is onze verbeelding. Dankzij onze verbeelding komen we in beweging. Maar die beweging kunnen we alleen maar zichtbaar maken door ons lichaam zichtbaar te bewegen. Je kunt niet zeggen: ik heb een idee en nu ga ik mediteren, ik doe mijn ogen open en hup, het idee is werkelijkheid geworden. Je moet in beweging komen.

> ***Je lichaam is de manifestatie van de keuze die je hebt gemaakt***

Veel mensen zeggen dat het wel kan, iets visualiseren en dan gebeurt het...
Ik geloof het direct - in het hiernamaals. Maar niet hier! Hier heb ik spieren nodig om de telefoon op te pakken. Een idee is het spirituele aspect, het mannelijke aspect. En het vrouwelijke aspect is dat het waargemaakt wordt, dat het gerealiseerd of gemanifesteerd wordt. Dat betekent dat je het zwaarte moet geven, zodat het op de planeet kan blijven. Daarom is kinesiologie voor mij zo'n belangrijk vak - het brengt mensen duidelijk in contact met de vraag hoe hun lijf reageert op een idee. Ik kan een grandioos idee hebben dat mijn body te boven gaat. Of je kunt een grandioos idee hebben en denken dat het je body te boven gaat, dat is precies hetzelfde. Dan kun je er met spiertesten achter komen hoe je jezelf blokkeert om het waar te maken.

[Ze wijst naar de tuin.]
Kijk, daar heb je de Vlaamse gaai. Binnenkort gaat hij blaffen, denken wij, want hij eet elke dag de hondenbak leeg. Brutaal beest!
Voor mij is kinesiologie een manier om met de *spirit* in contact te komen. Maar het allerbelangrijkste dat ik mensen leer, is de acceptatie en de waardering voor het menselijke lijf. Gelukkig zijn met de dingen die je doet! En erkennen dat je af en toe stikongelukkig bent, anders word je zo'n blije Hein hè.
Ik doe veel structuur en functie, dat is een combinatie van *frenologie* en de *fysionomie*. Al die eilandjes van hersencellen in het brein hebben bepaalde functies. Hoe meer cellen er zijn voor een bepaalde functie, hoe meer de eigenaar van die hersens die functie zal toepassen en hoe meer die functie zichtbaar is naar buiten.

Bedoel je dat je aan het uiterlijk van mensen kunt zien hoe ze van binnen zijn? Zeg eens wat van mij?
In de eerste plaats ben jij vrij kritisch, dat zie ik aan je oogleden. Je bent behoorlijk goed in directe situaties, mensen zullen je zien als een vrij sterke persoon en veel verwachtingen van je hebben, waar je ook aan voldoet, tenminste als het per se moet op dat moment. Dat zie ik aan de kaaklijn. En verder heb je een ontzettend nieuwsgierige neus. Die neus gaat dan ook nog samen met neusvleugels die zeggen: in principe is er maar één op de wereld die ik vertrouw en dat ben ik zelf. Zulke neusvleugels heb ik ook. Je wenkbrauwen zijn een combinatie, de een zegt: ik houd niet van hoog oplopende emoties, doe niet zo overdreven. Maar als het je te erg wordt, word je zelf emotioneel, dan ga je in drama, zelfs melodrama. Er is ook gevaar, dat zie ik rond de ogen, dat je mensen dingen uit de hand neemt die ze eigenlijk zelf zouden moeten doen. Je kunt mensen beter een touw toegooien dan ze naspringen.

'Je kunt mensen beter een touw toegooien dan ze naspringen'

Waanzinnig..
Zo kun je mensen een portret van henzelf geven en zeggen: als je in de spiegel kijkt, zie je die persoon. De meeste mensen zeggen in de spiegel: shit, ik wou dat ik een andere neus had. Maar je kunt je neus wel met plastische chirurgie veranderen, innerlijk word je daar niet anders door.

Maar als mensen nou een afgrijselijke haakneus hebben...
Dat kunnen uitstekende businessmensen zijn, ligt eraan wat voor haak het is. Er zijn zoveel verschillende mensen en het is een ramp te denken dat iedereen denkt of zou moeten denken zoals jij denkt. Wat zou de wereld afschuwelijk saai worden. Het is prachtig te ontdekken dat andere mensen echt anders zijn dan jezelf, ik vind het een verrijking. Kijk naar mijn man en mij, wij zijn meer dan dertig jaar bij elkaar en vijfentwintig jaar gelukkig getrouwd. En we zijn absoluut en totaal verschillend, we hebben allebei een hartstikke verschillend leven. En we zijn hartstikke gelukkig samen. We geven elkaar vrijheid om te doen wat we moeten doen. Hij heeft een heel andere staat van denken en dat is ook aan zijn hoofd te zien, kijk maar hoe anders wij eruit zien.

Veel echtparen gaan na 25 jaar juist sprekend op elkaar lijken.
Ja, dat zeggen ze, maar dat lijkt mij een ramp. Ze zeggen het van bazen en honden ook. Lijkt me afschuwelijk. Maar het is ook wel een veilig gevoel. Bij ons is dat totaal anders. Ik droom veel, ik word wel eens wakker en dan zeg ik: ik heb een fantastisch idee! Dan zegt Ton: wat kost het? Waarschijnlijk veel, zeg ik dan. Ik heb veel ideeën en ik krijg veel tegenstand, de accountant zegt ook meteen 'het kan niet' - maar alles wat ik wilde, is me tot nu toe gelukt. De verbeelding speelt ons wel eens parten, maar als je geen verbeelding hebt, kun je niet leven, dat is wel gek. Zonder verbeelding kun je niks maken, maar verbeelding wordt angst ➪

en mensen stikken van de angsten. Ik liep in New York midden in de nacht van Wall Street naar Broadway, dat was een heel stuk. De volgende ochtend vertelde ik dat ik naar het hotel was gewandeld, en mensen zeiden: dat kan helemaal niet, dat is vreselijk gevaarlijk! Maar het kon wel.

Denk je dat je een soort automatische beveiliging hebt?
Ik denk dat ik die angst niet uitstraal. Je maakt waar wat je denkt. Als je gedachten verward zijn, schep je een verwarring om je heen van heb ik jou daar. Daar ben ik heel goed in hoor, verwarring om me heen scheppen. Ik associeer heel snel, in mijn groepen ook.

'Dan zeggen mensen snel: dat is jouw probleem. Onzin!'

Vertel eens wat over je vredesworkshops?
Die gaan over het gegeven dat we allemaal onze erfenissen hebben van generaties her, en dat we ons op basis daarvan gedragen. Wat ik doe, is mensen mee terugnemen naar het begin van de schepping, bij wijze van spreken, en daar laat ik ze hun verhaal vertellen. Dat terugnemen gaat met spiertesten, we testen: waar moeten we heen? Daar komt dan vaak een dramatisch verhaal uit, over wat er met die persoon of zijn ziel of zijn wezen of wat dan ook gebeurd was. Het is niet een vorig leven, het werkt anders, maar hoe weet ik ook niet. Of het waar gebeurd is, doet er niet toe, maar de verbeelding maakt dat je het leven daarna anders gaat zien. Een meisje dat bang was voor zwarte mensen bijvoorbeeld zei daarna: 'Weet je, ik groet ze gewoon en ze groeten terug!' De *trigger* is weg en dat is zo prachtig. Ontroerend, soms heel dramatisch. En zo aards, mensen komen in contact met hun aardse dingen.
Ik denk dat spiritualiteit vaak een vlucht is: het raakt me niet. Zuivere spiritualiteit is voor mij kristalhelder, messcherp, maar ook keihard en gevoelloos. Als zuivere spiritualiteit niet gekoppeld wordt aan het aardse, het emotionele, dan zeggen mensen snel: dat is jouw probleem. Onzin! alle problemen zijn mijn problemen. Dat wil niet zeggen dat ik jouw problemen kan voelen, precies op jouw manier. Maar als jij hier komt in een verdrietige bui, gaat mij dat ook aan. Niet dat je iedereen meteen te hulp moet schieten, ik denk dat je tegenkomt op je pad wat in je agenda past. Maar je kunt niet zeggen: dit gaat mij niet aan.

Dus je hebt emotie nodig?
Door de emotie kom je in beweging om medeschepper te zijn. Daar komt je tevredenheid vandaan, dat je je ideeën kunt waarmaken, dat je je leven hebt ingezet om waar te maken wat je op deze planeet graag zou willen hebben. Ik zeg wel eens tegen patiënten: stel je voor dat je morgen de pijp uit zou gaan, hoe zou je willen dat mensen zich jou herinneren? Als ze zeggen: dat weet ik niet, zeg ik: ga dan maar dood. Als je toch niet van plan bent om hier iets achter te laten, wat moet je hier dan? Een zevenjarig jongetje zei: ik wil een standbeeld dat ik zit op een paard en dat de mensen zeggen: dat heeft Joris gedaan! En dat kind was zó bang en zó onzeker... Toen we gewerkt hadden met dat beeld, ging hij stralen. Dan kom je in mijn vak terecht. Oké, dat uitgangspunt nemen we, en nu gaan we kijken wat jouw lijf ervan te zeggen heeft. Hoe kunnen we je lijf zo maken dat je die dingen ook kunt, dat je echt iets kunt doen? Neem het positieve idee in je hoofd en dat sluiten we op in een *pause-lock*, zo noemen we dat, dat zijn bepaalde cellen die informatie kunnen vasthouden, bijvoorbeeld in je heupgewrichten of je schoudergewrichten. En dan voel je dat al die spieren daarop gaan reageren, vanwege het ongeloof of de angst: nu moet ik dat waar gaan maken. Je lijf houdt je dan tegen. Wij moeten iedere keer dat lijf meeslepen en dat is een verdomd zwaar ding. Toch? Maar zo is het nu eenmaal. Het leukste wat ik meemaak in mijn werk is dat mensen er achter komen: zo zwaar is dat lijf dus, zo zwaar is het om het mee te nemen in je idee.

> ***„Als je niet van plan bent hier iets achter te laten, wat moet je hier dan?"***

Kun je dat dan ook veranderen?.
Ja, je kunt kijken: wat moet ik aanpakken om het mogelijk te maken? Dat kan te maken hebben met meridianen, met oude stukken van vroeger of een trigger van het begin van de schepping, met van alles. En als dat klaar is zeg je: nu neem je die gedachte weer in je hoofd en we kijken hoe de spieren reageren, en die zijn dan sterk. Dat wil niet zeggen dat je het dan ook morgen voor elkaar hebt, maar je kunt nu je body beter meenemen. We hebben maar één instrument waarmee we iets kunnen voelen en dat is ons lijf.

Je werkt ook met essences?
Ik maak essences van planten uit de tuin of uit het bos, of waar ook maar een plant staat te roepen: pluk mij! Ik ging bijvoorbeeld op een ochtend wandelen hier langs het meer, daar hadden ze rondom een toeristenpad gekapt. Het zag er vreselijk uit, een ravage. Maar terwijl ik daar zo loop, zie ik ineens: hé, al die afgekapte stronken langs dat pad krijgen nieuwe scheuten. Toen kreeg ik een ingeving, ik kreeg een woord door: *promises*. Dus ik wist: dit worden mijn nieuwe essences en die heten Promises. Die heb ik toen gemaakt, ze zijn nu rijp om te bottelen.
Ik belde laatst met de man die voor mij de lay-out doet van mijn folders en boeken, Jeroen. Zijn computer was kapot, hij was al dagen aan het tobben. Ik zei: zullen we die computer eens in balans brengen? Dus hij nam de computer in pause-lock, dat wil zeggen hij nam een bepaalde stand aan en hield de computer vast met een hand. Ik testte via mijn eigen spieren, om te kijken waar de computer uit kwam. Die wees naar de essence *Oneness*. Die computer bleek in totale verwarring te zijn; hij wist niet meer wat hij moest doen. De essence Oneness zegt: "Ik beloof je dat wanneer je je werkelijke taak niet meer kunt herkennen, dat ik er dan zal zijn om je je plaats te laten her-

kennen en je onmiskenbare taak duidelijk te maken".

En toen heb je die computer weer op weg geholpen...
Oké, ik smijt wat van die essence op een briefje met de taak van de computer erop: computer, je taak is... enzovoort. We gaan verder praten met de computer en het blijkt dat de computer negatieve energie krijgt van de gebruiker, van Jeroen. Ik moest hèm dus ook op afstand behandelen en bij hem kwamen we uit op *Vulnerability* (kwetsbaarheid): Dus ik zeg: ook voor jou doe ik druppels op een stukje papier en ik leg het in mijn sanctuarium en ik stuur de energie naar je toe, ga eerst maar even een kop koffie drinken en probeer het dan nog eens. Nou, ik hoor helemaal niks meer van Jeroen en gisterochtend bel ik hem en ik zeg: hoe is het met de computer? O, zegt hij, hij doet het weer als een tierelier! Ik was te druk aan het werk om je te bellen! Dat soort dingen gebeurt heel veel. Er zijn mensen die zeggen: je bent helemaal gek, en dan zeg ik ja. Maar ik geloof heilig in die dingen. Ik zou het leuk vinden als iedereen ze normaal zou vinden. Het is toch gewoon. Waarom geniet je niet gewoon mee? Waarom vinden we sprookjes leuk: juist omdat dat soort dingen erin gebeuren!

> ***"Die computer was in verwarring; wist niet meer wat hij moest doen"***

Even terug naar de vredesworkshops. Ontstonden die ook uit zo'n ingeving?
Die zijn gegroeid uit een gebeurtenis. Op een avond zat ik televisie te kijken met mijn kerel, niks bijzonders, maar op een goed moment zei ik: 'ik ga naar bed, ik ben zo ziek, ik krijg een hartinfarct'. Mijn hart werd eruit getrokken, leek het wel en ik was vreselijk emotioneel. Ik zei: je hoeft niet de dokter te bellen. Maar het is alsof alle zigeunervrouwen aan mijn hart trekken, het was zo angstig en zo eng. Twee dagen later las ik in de krant dat er op dat moment een aantal zigeunervrouwen doodgeschoten waren in Joegoslavië.
We hebben allemaal connecties met anderen op de wereld, mensen met wie we in direct contact staan. Niet met iedereen, maar met sommige groepen of landen. Toen er in Afrika ik weet niet hoeveel Ruandezen vermoord werden, deed me dat niet zoveel. Afschuwelijk natuurlijk, maar het roerde me niet zo als die zigeuners in Joegoslavië. In mijn generatielijn zijn natuurlijk zigeuners voorgekomen, dus ik heb daar een genetische erfenis op. Daarover gaan mijn workshops. Als we die genetische erfenis accepteren, maar de stress ervan loslaten, omdat het al voorbij is, dan hoeven we geen oorlog meer te hebben.

En hoe zit het met die levenstaak?
Kijk, je wordt geboren in een bepaald lijf en een bepaalde familie, omdat je deze keer een bepaald stuk van je puzzel wilt invullen. Dat heb je voor je geboorte besloten. Maar de ellende is dat je het er onmiddellijk mee oneens wordt zodra je geboren bent, want met je gedachten in een menselijk lijf

gaan zitten is natuurlijk een beperking. Dus je denkt: waarom ben ik in godsnaam in deze familie terecht gekomen? Ik hoor hier helemaal niet! Mijn gedachten zijn zo groot en hier zit ik in dat rare lijf!
Maar dat is nou precies dat moeilijke stukje dat je aan het ontwikkelen bent. Als je dat af hebt en je trekt je jas uit en je kijkt terug, dan zie je: o leuk, ik heb dat moeilijke stuk aangevuld. Maar op het moment zelf weet je dat niet. Wat ik denk dat helpt om die herinnering levend te houden, is je body iedere keer weer balanceren. Om dat stuk dat je aan het leven bent, makkelijker te maken. Want er is geen God die gezegd heeft dat we het moeilijk moeten hebben. Niemand zegt dat je hier moet zijn om ongelukkig te wezen! Om al die gedachten waar te maken heb je een goed lijf nodig.

'Geen God zegt dat je hier moet zijn om ongelukkig te wezen'

Dat betekent dus zo gezond mogelijk leven?
Dat zal me m'n reet roesten... Nee, door me iedere keer bewust te zijn: wat doe ik op dit moment? Wat doet er zo verdomd zeer? Vorige week had ik vreselijke pijn achter mijn schouderblad en toen ik mijn aandacht daar naartoe bracht, kwam ik tot de ontdekking dat ik mij financiële zorgen maakte. De accountant had gezegd: je houdt niks over, je moet iets opzij leggen voor je oude dag, je moet zo'n polis kopen. En ik zei: maar ik heb dat geld nu nodig!

Als je je dat bewust wordt, gaat de pijn weg?
Ja. Als ik dat denk, is het ook weg. Of ik zeg tegen Ton: douw eens even ontzettend hard op dat punt, en dan gaat het weg. Zo, laten we nu maar een glas wijn gaan drinken. Ik ben echt ontiegelijk krankzinnig gek op het leven. Dat heel moeilijke duurt meestal maar kort. Ik ben nu kerngezond, maar dat is wel anders geweest. Toen ik leerlingverpleegster was, was ik meer ziek dan op mijn werk. Toen ben ik naar Afrika gegaan en heb geholpen met het bouwen van een ziekenhuis. Daar hebben we alles wat alternatief en natuurlijk was, eruit geflikkerd, we zeiden: nee hoor, dat kan hier niet. Geen voodoo, geen fetishes, geen medicijnmannen. En nu denk ik: ik ben het cirkeltje rondgegaan, ik ga nu de koppeling maken tussen regulier en alternatief.
We hebben een heel mooi nieuw project, waar we nog geen geld voor hebben: een ziekenhuis. Een rond gebouw met slaapkamers half in de grond gegraven en een koepel erop, waarin de sterf- en verloskamer moet komen. Beter gezegd: een web van kleinschalige ziekenhuisjes. Veilige havens tussen huis en ziekenhuis, de hemel op aarde. De *River of Respect hospitals* gaan ze heten. Eind van deze eeuw moet de eerste er staan, hier op het erf. Als dat klaar is, ben ik ook klaar, dan trek ik mijn jas uit. Maar ja, je zult zien: dan zeg ik: o maar ik wil nog zo graag een mooi pauwblauw bankje, dat moet dáár komen te staan. Dan kan ik erop gaan zitten en verhalen vertellen...