HOUVAST

‘Sinds mijn coma maak ik elke dag afspraken met God’

Pieter Frijters, oprichter van Spreek.nl, liet deze zomer op LinkedIn weten dat hij ‘intens’ gelooft in God. Met de kerk en met dogma’s heeft hij weinig. ‘Afspraken met God, mijzelf en anderen kom ik na. Ik leef, werk en handel zoals ik denk dat God mij bedoeld heeft.’



‘Mijn opvoeding was streng-katholiek. Natuurlijk elke zondag naar de kerk, soms meerdere keren. Elke avond zoveel keer het rozenhoedje bidden… Als vrienden aan de deur kwamen om te spelen, haalde pa ze naar binnen om mee te bidden. Alles wat belangrijk voor mij was, remde mijn vader af. Ik was dol op hem, maar we hadden ook een soort vechtrelatie. Het was vast goed bedoeld van hem, maar het beperkte mij.
Ik weet nog dat mijn vader mij op mijn vijftiende ging vertellen over de bloemetjes en de bijtjes: dat de man het zaadje inbrengt bij de vrouw. Dat wist ik allemaal al, zei ik. Hij vertelde ook dat ik ‘s morgens wakker kon worden met een nat broekje. In mijn onschuld antwoordde ik dat ik dat nooit had, want ik deed het zelf. De volgende ochtend stond mijn moeder op de overloop te huilen. Ik vroeg wat er was. Ze zei: “Al die kinderen die jij hebt vermoord …”
Deze opvoeding heeft veel impact op mij gehad. Ik wist wat niet hoorde en waarvoor ik mij dus moest schamen. Ik kreeg daardoor angsten: bloosangst, zweetangst, drempelangst, spreekangst. Ik heb mijzelf van al die angsten afgeholpen.

Achttien rechtszaken

In de jaren tachtig deed ik een uitvinding, een installatie voor het verwerken van organisch afval, waarop ik een wereldwijd octrooi had. Ik bouwde een bloeiend bedrijf op met meerdere investeerders, totdat een marketeer en een jurist doelbewust mijn bedrijf kapotmaakten. Met de kennis die ik nu heb, zou ik de rust bewaren en loslaten waarop ik geen invloed heb. Maar vanuit onzekerheid ging ik terugslaan. Op een gegeven moment had ik achttien rechtszaken lopen. Uiteindelijk kwam ik in een burn-out, raakte ik mijn bedrijf kwijt en zat ik thuis. Zonder geld.
Lang was ik te trots om naar een psycholoog te gaan, maar ik kon er niet onderuit. Bij de dertiende sessie, ik weet het nog precies, gingen we wéér terug naar mijn kindertijd. Steeds maar bezig zijn met mijn verleden trok ik niet meer. Ik had geen inkomen, ik wilde door en besloot zelf het wiel uit te vinden. Dat kreeg ik niet voor elkaar. Mijn angsten speelden weer op. Op een dag maakte ik mij veel zorgen over een afspraak die ik de volgende dag had. Mijn lichaam sloot zich, ik was verkrampt. Tot ik terugdacht aan een wintersportvakantie. Een open blauwe hemel, off-piste skiën, witte sneeuw: een moment waarop ik gelukkig was. Mijn lijf ging open. Dat herhaalde zich nog een paar keer. Totdat mijn oude gevoel niet meer terugkwam. Mijn beeldvorming was veranderd. Dát was wat er gebeurde, ontdekte ik later. Ik probeerde “mijn methode”, die ik Mind-Tuning noem, uit op de vrouw van een vriend van mij, en het werkte ook bij haar.
Ik ging adverteren met “in één keer van je fobie afkomen”. Ik vroeg 450 gulden voor één sessie. Lukte het niet in één keer, dan was de tweede gratis. De mensen stonden bij wijze van spreken in rijen voor de deur.

‘Ik ben ervan overtuigd dat niemand in de wereld de grootsheid van God begrijpt.’

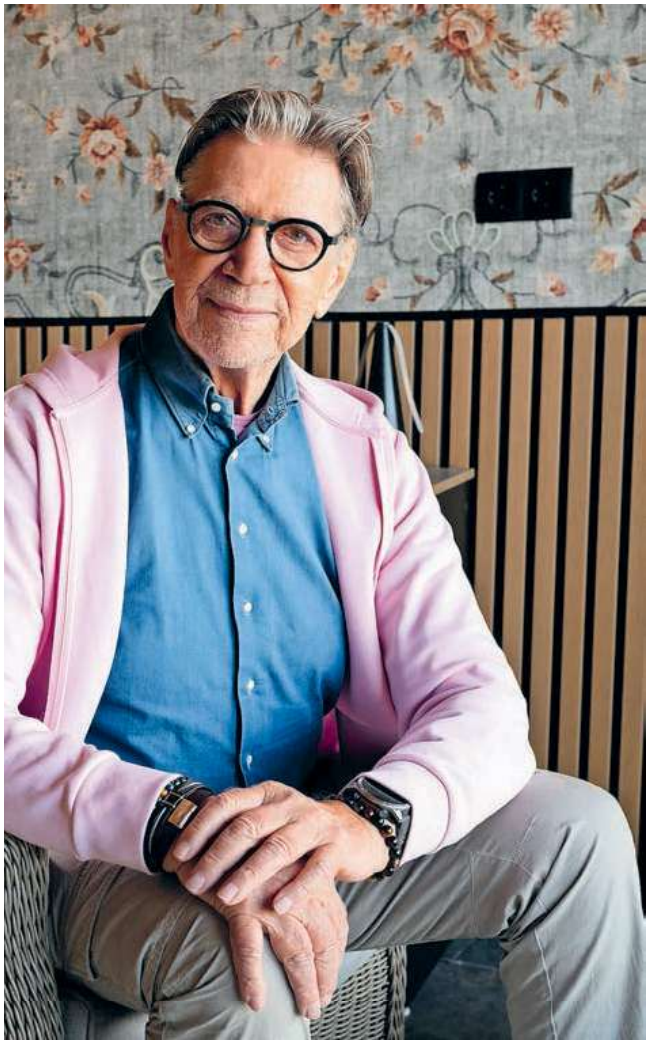
Wat ik deed, was nieuw. Waar ik mij op richt, is een visuele verandering laten plaatsvinden in iemands onbewuste wereld. Ieder psychisch probleem is een oplosbaar probleem.
Wat ik precies doe als ik angst- en burn-outklachten aanpak? Of ik een wonderdokter ben? Nee, dat vind ik een nare aanduiding. Maar er gebeuren hier wonderen, zullen cliënten zeggen. Mijn vrouw, die mensen ontvangt, is regelmatig verbaasd hoe iemand is veranderd als ze diegene voor de tweede keer ontmoet.

Snapshot

Ik vertelde al over het veranderen van beeldvorming. Je verstand kan 40 tot 60 bits per seconde verwerken, je onbewuste 11,2 miljoen. Maar liefst 10 miljoen daarvan komen visueel binnen. Hoe jij je voelt, hangt voor een groot deel af van hoe je onbewust waarneemt. Je onbewuste bepaalt je angst. Als jij bang bent voor spinnen en ik wijs je op een spin op de muur, dan zie je alleen nog maar de spin. Terwijl er veel meer te zien is: de stoelen, de tafel, de bomen, de bloemen. Je ziet alleen nog maar waar je bang voor bent, en dat moet veranderen.
Angst ontstaat in één keer. Je hebt een snapshot van een beeld opgeslagen en dat bepaalt alles. Dat is gevaarlijk, want je reageert vijftig

WOENSDAG

Wat is uw houvast in leven en sterven? Elke week geeft iemand antwoord op die eerste vraag uit de Heidelbergse Catechismus in de interviewserie Houvast.







Oprichter van Spreek.nl Pieter Frijters: 'Ik ben een gelovig mens, maar noem mij geen christen. Dan voelt het kleiner dan het voor mij is.' **beeld: Dick Vos**

keer sneller op je onbewuste wereld dan op de bewuste.
Tijdens de coronatijd werd ik ernstig ziek. In 2021 heb ik vijftien dagen in coma op de intensive care gelegen. In mijn coma heb ik een rare wereld meegemaakt. Te absurd om te vertellen over deze bijna-doodervaring. Het kwam vast ook door de medicatie. Ik weet wel dat ik er vrede mee had als ik zou sterven. En als ik hieruit zou opstaan, was dat dankzij God.

Coma-ervaring

Voor mijn ziekte geloofde ik niet. Ik had er respect voor, want ik heb een gelovige familie en mijn vrouw Betsie is van huis uit oudgereformeerd. Maar ik had er niets mee. Na de coma-ervaring weet ik dat God er is. Ja, ik geloof intens in God. Wie Hij voor mij is? Ik ben ervan overtuigd dat niemand in de wereld de grootsheid van God begrijpt. Alles komt daaruit voort. Hij is een continu bewegende energie. Ik kan het niet begrijpen, en dat accepteer ik. Ik kan alleen maar voelen, en daar dankbaar voor zijn.
Dat ik mijn coma overleefde, beleef ik als een roeping. Ik ben als mens veranderd. Ik leef dankbaar en volkomen eerlijk.
Deze zomer trad ik met mijn geloof naar buiten op LinkedIn. Centraal daarin stonden de woorden van een predikant die dertig jaar geleden klant bij mij was. Hij zei zoiets als: wat jij gedaan hebt, is mij leren leven zoals God mij bedoeld heeft. Ik was toen niet gelovig en kon daar niets mee. Als ik zelf niet geloofde, wat moest ik dan met zo'n uitspraak? Nu weet ik: de dominee had gelijk. Hoe God je heeft bedoeld, zit al in je. Alleen zijn wij enorm bezig met wat anderen ervan vinden en dat moeten we doorbreken. Mij hierover publiek uitspreken heeft mij klanten gekost. Helaas, maar ik voel gewoon dat ik dit moet doen.
Ik ben een gelovig mens, maar noem mijzelf geen christen. Dan voelt het kleiner dan het voor mij is. Mijn protestantse overbuurjongetje was in de ogen van mijn katholieke ouders heel anders dan wij. Dat kan toch niet? Al het goede in de wereld, van alle geloven, lijkt op elkaar. Het is familie. De kern is uiteindelijk dat je een goed, eerlijk en oprecht mens bent.
Ik werk graag met christelijke mensen. Er zit een goede mentaliteit in. Ze komen in actie, zijn niet arrogant. Het zijn doeners, en dat respecteer ik. Het christendom waardeer ik zeer, hoor. Kijk naar de tien geboden: daar voldoe ik aan. Ik weet dat christenen zullen zeggen dat dit niet kan. Als ik in de spiegel kijk, wil ik iemand zien met wie ik tevreden ben. Zo niet, dan doe ik daar iets aan.
Ik bid, maar ik vraag niet of God mij wil helpen. Voordat ik uit bed ga en 's avonds voordat ik ga slapen, maak ik afspraken met God. Bijvoorbeeld dat ik eerlijk en oprecht wil zijn. Of dat ik mijn onrust voor een afspraak wil loslaten. En afspraken met God, mijzelf en anderen kom ik na. Ik leef, werk en handel zoals ik denk dat God mij bedoeld heeft. De afspraken die ik elke dag met God maak, zijn voor mij leidend. Op het nachtkastje van mijn vrouw ligt de Bijbel. Er staan geweldige verhalen in, dat weet ik, al lees ik er niet vaak in.

> **'Mijn opvoeding heeft veel impact op mij gehad. Ik wist wat niet hoorde en kreeg daardoor angsten.'**

Leeftijd

Met de kerk heb ik niet veel, net als met dogma's. Ik heb ervaren dat je in de kerk allerlei dingen kunt opzeggen zonder dat het je hart raakt. En dan is het weinig waard. Toen Betsie met mij trouwde, raakte ze het contact met veel vrienden uit de kerk kwijt. Alleen omdat ze niet meer naar de kerk kwam. Dat vind ik niet bij God passen. Zoiets gebeurt overigens niet alleen in de kerk. Bij de rotary zeiden we aan het begin van elke vergadering altijd dat we elkaars vrienden waren. Toen ik ging verhuizen, was het over met de vriendschap.
Mijn leeftijd noem ik nergens, en die ga ik ook niet geven. Ik vind het niet erg ouder te worden. Hierover zwijgen is een zakelijke overweging. Als ik achttien was geweest en dit werk deed, zou ik mijn leeftijd ook niet noemen. Je wordt erop beoordeeld. Leeftijd beïnvloedt het beeld dat je van iemand hebt.
Het is zeker dat dit leven eindigt. Als dat morgen is, ben ik niet blij. Ik wil nog tienduizend mensen helpen de betere versie van zichzelf te worden. Wat er na dit leven is? Het is te groot. Ik weet dat ik nooit kan beseffen wat er na dit leven nog is. Waar ik wel van overtuigd ben, is dat je doorgaande energie bent. Mijn geest blijft bestaan.'

Daniël Gillissen