

PS

vandeweek

Het PAROOL zaterdag 26 januari 2008



PHOEBE FELEN, BIODANZA MET PHOEBE

UIT DE FOLDER: 'BIODANZA OPENT JE HART EN JE LEERT WAT GOED VOOR JE IS EN DAAR JE LEVEN NAAR IN TE RICHTEN.'

In haar vorige leven werkte Phoebe Felen (48), biodanzaleres, zich een slag in de rondte, stak ze zich in scherpe mantelpakjes en was de telefoon haar beste vriend. Als ze opstond, was ze op haar werk, want in haar prachtige appartement op Prinseneiland zat een aantal van haar werknemers. "Het is gebeurd dat ik hier met veertig graden koorts lag, terwijl mijn bedrijf doorging." Het hield kortom nooit op. Althans, niet voordat ze er zelf mee ophield. Ze was één van de pioniers op het gebied van culturele sponsoring, ze werkte voor filmproducenten, het Filmmuseum, ministeries. "Ik was heel goed in organisatie en netwerken. En ik was een spierballenvrouw: ik kon alles." Ze was heel goed, ja, maar niet gelukkig. "Uiteindelijk had ik er totaal geen plezier meer in." In 2000 kwam de klassieke burn-out. Ze voelde

een enorme vermoeidheid, ze kreeg kale plekken op haar hoofd. En ze kreeg een nieuwe liefde. Een nieuwe kans. In de periode dat ze niet kon werken, maakte ze een wereldreis, maar ze schoof het probleem voor zich uit. "Toen ik terugkwam lag het pakketje burn-out nog op mijn stoep. Ik kon niet meer." Ze voelde zich alsof ze 'door een nauwe flessenhals moest'. Een dierbare vriend verwees haar naar Levensschool De Voorde in Laag Zuthem, waar ze een 'inspiratieweek' ging doen. Nee, ze zat helemaal niet in de alternatieve levensstijl – hoewel ze sinds haar derde jaar wel alleen maar engelen tekende – maar het werd haar in Laag Zuthem heel duidelijk gemaakt dat je alleen de dingen moet doen die je hart je ingeeft. Zonder overdrijven: Laag Zuthem veranderde haar leven. Nu zijn andere dingen belangrijker.

Zoals Biodanza, de dans van het leven. Ze heeft dansen altijd heerlijk gevonden, maar dit is een soort systeem van dansen, voelen, en heel belangrijk, elkaar aankijken, die bij de deelnemers tot euforische gevoelens leidt. Lees haar website www.biodanzamet-phoebe.nl, waar de reacties op het weekend in Frankrijk extatisch zijn. Ze geeft ook biodanza aan bedrijven. "Je ziet dat mensen over een drempel moeten. Je ziet wantrouwen in hun ogen. Maar na afloop zijn het warme, stralende mensen die hun harnas hebben afgelegd, die elkaar voor het eerst echt in de ogen kijken. Ze voelen dat hoofd, hart en lichaam op één lijn zitten. Als je dat bereikt hebt, dan is het leven een feestje. En de wereld is niet langer een grijze plaats."