



# OP ZOEK NAAR verdieping, rust en vrijheid

EEN TOPCARRIÈRE, DIK SALARIS EN OPPERVLAKKIG LEVEN: DEZE VRIJE GEESTEN WAREN HET ZAT. ZE GINGEN OP ZOEK NAAR VERDIEPING EN VONDEN DAT IN DE WERELD VAN DE SPIRITUALITEIT. NU GEVEN ZE LES. HUN MISSIE? ANDEREN HELPEN BIJ DE ZOEKTOCHT NAAR ZICHZELF.



*'Ik had een goed  
salaris, veel spullen en  
financiële zekerheden,  
maar voelde me arm'*

**Corine Leegwater (39)** heeft een latrelatie met Peter (38). Ze is yogadocent en lifecoach, heeft een yogastudio en organiseert workshops en retreats. Haar motto: 'Om namah Shivaya', oftewel: 'Go with the flow in life.' Lees verder op pag. 56 →

*Ik had een goed  
salaris, veel spullen en  
financiële zekerheden,  
maar voelde me arm'*



**CORINE** “Zes jaar geleden heb ik het roer honderdtachtig graden omgegooid. Ik had een zware baan als businessconsultant en deed alles vanuit mijn ratio. In materiële zin was ik rijk: ik had een goed salaris, veel spullen en financiële zekerheden. Maar ik voelde me arm, was niet gelukkig. Mijn eerste yogales vergeet

ik nooit: in de sportschool, gewoon een keer uitproberen. Het voelde als thuiskomen. Eindelijk maakte ik contact met mijn lichaam en mijn wezen. Ineens voelde ik hoe mijn lichaam en geest schreeuwden om rust en ontspanning. Ik was ‘op’. Ik deed steeds meer aan yoga en kwam dichterbij mezelf. Ik leerde leven vanuit mijn hart, met compassie en medeleven voor anderen. Steeds duidelijker zag ik dat de politieke spelletjes op het werk niets meer waren dan een toneelspel gebaseerd op angst en ego. Ik was dat zat. Het daadwerkelijke keerpunt kwam niet van de ene op de andere dag, het was een proces. Ongeveer vier jaar na mijn eerste yogales nam ik een sabbatical en deed een fulltime yogadocent-opleiding. Een jaar lang was ik 24/7 met yoga bezig. Ik kon en wilde niet meer terug. Yoga heeft mijn leven veranderd. Ik leef nu volgens de principes van yoga. Dat betekent: niet meer kopen of eten dan je nodig hebt, geen geweld gebruiken en altijd de waarheid spreken. Ik ervaar deze levensstijl als een verlichting. Spiritualiteit is voor mij het hervinden van je authentieke zelf. Wie je écht bent, zonder aangeleerd gedrag, belemmerende overtuigingen en oordelen. Dat is wat yoga mij heeft gegeven. Leven vanuit mijn hart en in het hier en nu. Vanaf het moment dat ik mijn bestemming vond, stroomt mijn leven. Ik heb het leven gevonden dat bij mij past.”