



Kiezen voor geluk

PARELS VAN INZICHT

Interview met Lisa Portengen

De afspraak met Lisa Portengen voor een gesprek over de Cursus was binnen no-time rond. En dat terwijl we hier te maken hebben met een druk bezette dame. Lisa is de oprichtster van Smart & Sexy, een platform voor ondernemende vrouwen, is actrice, geeft lezingen, is sinds een jaar moeder van zoon Kai en heeft ook nog kans gezien om vorig jaar een boek te schrijven: *Het regent geluk; het leven is een cursus in wonderen*.

Na het lezen van haar boek waarin Lisa verslag doet van haar gesprekken met Cursusleraar Koos Janson, ben ik nieuwsgierig geworden naar deze duizendpoot. We ontmoeten elkaar in haar appartement in hartje Amsterdam. Lisa is een ras-Amsterdamse, die na het volgen van de Kleinkunstacademie haar kwaliteiten én haar eigen zoektocht op doeltreffende wijze weet te delen: per maand bereikt ze honderdduizenden vrouwen. Kiezen voor liefde is, zo blijkt al snel tijdens ons gesprek, het belangrijkste uitgangspunt voor haar werk en leven.

Lisa: 'Dit is niet altijd zo geweest. Wel ben ik altijd een aanpakker geweest, maar toen ik op mijn 30e in scheiding lag, was ik er slecht aan toe. Ik vond het vreselijk dat ik het hart van mijn ex brak (althans, dat dacht ik toen) en ik realiseerde mij dat ik helemaal niet wist hoe ik beslissingen nam. Via vrienden kwam ik bij een spiritueel coach terecht die naar het bleek met de Cursus werkte. Iedere week gaf ze mij een brief mee, vaak met een quote of inzicht uit de Cursus. Zij zei: "Ik ga je opnieuw leren denken; vanuit liefde in plaats van angst." Ik voelde mij enorm geholpen, kocht de Cursus, begon te lezen en haakte af. Ik dacht: dit kan ik niet! Hier ben ik niet slim genoeg voor! Een paar jaar geleden viel ik na een grote theatertour in een gat en voelde ik dat ik tijd nodig had voor verdieping. Het idee van de 100 dagen Challenge was er al en opeens wist ik: ik ga 100 dagen de Cursus doen. Ik heb het boek opnieuw gekocht, begon te lezen en vond het weer te moeilijk. Ik voelde dat ik hulp nodig had en kwam al surfend op het

internet bij Koos uit. Ik zag hem op een filmpje en wist: dit is mijn leraar. Nadat ik schoorvoetend een boodschap op zijn antwoordapparaat had ingesproken, nodigde hij mij tot mijn verbazing uit voor een gesprek. En toen ging het balletje rollen. Tijdens onze ontmoeting kreeg ik het helemaal warm en ging alles stromen, alsof ik verliefd was. En toen zei Koos, heel onverwacht: "Je mag mij elke dag bellen, 100 dagen lang." In de auto terug, op weg naar huis, heb ik zitten huilen van dankbaarheid.'

Thuiskomen

'De Cursus voelt echt als thuiskomen. Ik weet nu dat ik ervoor kan kiezen om geluk te ervaren. Ik kan nog helemaal niet alles toepassen, maar heb geleerd om datgene wat op mijn pad komt te omarmen, ook de pijnlijke dingen. Ik merk dat ik geen zendingsdrang heb, dat ik eigenlijk niets doe om de Cursus te promoten of wat dan ook, maar dat er vanzelf een volgende stap ontstaat. Een van mijn vragen aan Koos was: hoe bereid ik mij voor? Ik ben gewend dingen aan te pakken, voor te bereiden, een strategie te bepalen. Koos liet mij inzien dat dit een ego-vraag is. En dat ik alleen maar bereid en beschikbaar hoeft te zijn. En zo dienen de dingen zich vanzelf aan. Vorig jaar ben ik gevraagd door Happinez om op een driedaags evenement te komen praten over de Cursus.'

'Het is mijn missie om vrouwen én mijzelf te inspireren en te laten zien dat we voor liefde kunnen kiezen. En ik ben van het "hoe" en "wat". Hoe kunnen we voor liefde kiezen, wat kunnen we doen om liefde en geluk te ervaren? Ik ben gewend om vorm en inhoud te combineren. Sinds een tijdje heb ik een online liefdesprogramma voor singles ontwikkeld, een dagelijks programma van 12 weken waarin de liefdesfrequentie verhoogd wordt en waarin ik praktische tips en opdrachten geef, zoals het schrijven van een liefdesbrief aan jezelf. Ook hier deel ik mijn eigen ervaring. Ik kon wel mannen aantrekken, maar ik kon niet echt kiezen voor liefde voor mijzelf en ik had dus ook geen langdurige, liefdevolle relatie met een man. Daar zat mijn grote veranderpunt; door te leren liefdevol met mijzelf om te gaan (dit heb ik in meerdere relaties mogen oefenen) is Karel, mijn huidige partner, op mijn pad gekomen. We hebben een half jaar gedatet voordat het iets werd; zijn echt een gezamenlijk onderzoek aangegaan en voorzichtig en bewust hebben we ons gecommiteerd aan elkaar en aan de liefde. Sinds een jaar ben ik moeder van zoon Kai, een prachtige ervaring waarin ik mijzelf ook behoorlijk tegenkom. Ik ben blij als ik enigszins goed slaap en de dag doorkom. En ik vind dat ik weer veel te weinig aan verdieping toekom. Ik ga af en toe naar een bijeenkomst van Koos; dan neem ik alles als een spons in mij op. Maar ik besef inmiddels dat mijn ego aan het woord is als ik mijzelf hierom veroordeel. Deep down inside weet ik dat ik goed ben zoals ik ben, dat ik alles mag zijn en doen en dat ik mij niet schuldig hoeft te voelen. Een enorme geruststelling.'

Fleur Smelt

Wil je meer te weten komen over Lisa en haar werk, kijk dan op www.lisaportengen.nl en bekijk het volledige interview op YouTube homepage www.miraclesincontact.nl.