

Van ratrace naar retraite

DE DRUK AAN DE TOP IS EVIDENT. HOEWEL ONDERNEMERS VAN NATURE VOORAL GEVEN OM HET PLAATJE, IS SPIRITUALITEIT, MEDITATIE EN EEN ZOEKTOCHT NAAR INNERLIJK GELUK STEEDS GEACCEPTEERDER. IK DACHT: 'IS DIT HET NOU, IS DIT WAT IK WIL IN HET LEVEN?'

A

ceptatie, zelfliefde, bewustzijn.' Twintig mensen zitten in een kring op de vloer van een tempel. Het is een koude ochtend in januari, nog geen acht uur, in het Noord-Italiaanse retraitecentrum Mandali. Iedereen is hier een paar dagen naartoe gekomen om te mediteren, yoga te beoefenen en in mindfulness-sessies hun zorgen en problemen met elkaar te delen. Op die manier, zo heeft een van de spiritueel leiders uitgelegd tijdens de welkomstceremonie, kun je 'dichter bij je menselijkheid komen' en 'op zoek gaan naar je eigen taal'. De meditatie docent herhaalt: 'Acceptatie, zelfliefde, bewustzijn.'



Retraitecentrum Mandali in Noord-Italië



de tempel uit, over een grindpad naar de ontbijtzaal. Daar is het scheppen uit een vegetarisch buffet van havermout, muesli, yoghurt, groente en fruit. Iedereen eet alleen aan een tafel, zonder te praten, zonder elkaar aan te kijken. Niemand staat op om een foto te maken als de zon langzaam opkomt achter de bergen rond het Ortameer. Dit is een telefoonloze, wifloze stilleretreat.

Wie moet raden naar de oprichters van retraitecentrum Mandali zal niet direct denken aan **Wouter Tavecchio** en **Wildrik Timmerman**, de mannen die met Q-dance en ID&T de afgelopen twintig jaar de wereld van hardstyle en dance beheersten, duizenden feesten organiseerden en daarmee allebei een plaats in de jongemiljonairslijst van de Quote wisten te overen. Toch zijn het wel degelijk deze mannen die dit centrum in maart 2017 openden, nu een jaar geleden. Ze wilden een plek creëren waar mensen rust vinden, vertellen ze in Tavecchio's appartement in het retreat; dat van Timmerman zit erboven. 'Een plek waar mensen in contact kunnen komen met zichzelf', legt Tavecchio uit. 'Waar ze even kunnen *out-tunen*.' Zelf deden ze in 2009 een stilleretraite in India. 'Daarna zeiden we tegen elkaar: dit moet de hele wereld eigenlijk eens doen', vertelt Timmerman. 'En die drukke westerlingen al helemaal.'

Nadat ze ID&T en Q-dance, dat intussen gefuseerd was, in 2013 voor 100 miljoen euro verkochten aan het Amerikaanse SFX, staken Timmerman en Tavecchio ieder de helft van hun opbrengst in de Mandali-stichting: zo'n 10 miljoen in totaal. Dit jaar hopen ze quitte te draaien; een winsttoegmerk heeft stichting Mandali niet. Nee, echt niet. De Belastingdienst moest de hele situatie ook drie keer doorlichten voor ze het geloofden, vertellen ze. Tavecchio: 'Je wordt veel gelukkiger van geven dan van nemen, heb ik gemerkt.'

SJAMAAN IN DIENST

Wie nog schrikt van zakenmannen die aan yoga doen en mediteren, loopt een beetje achter. Tavecchio en Timmerman zijn lang niet de enige ondernemers die het zakelijke combineren met het spirituele. Naar het voorbeeld van multinationals als Google en Youtube gaan steeds meer grote Nederlandse bedrijven aan de slag

'We gaven 10 procent van de winst uit aan maatschappelijk verantwoord ondernemen'

met zingeving. Bij ABN Amro, Essent, Baker & McKenzie en Loyens & Loeff kun je na of tijdens de werkdag meedoen met een klasje yoga en meditatie. Bij Tomtom en KLM worden cursussen mindfulness aangeboden. Tavecchio, nog altijd hoogste baas bij Q-dance, gaat een stapje verder: 'Wij hebben een sjamaan in dienst, al een jaar of acht.' Die kan medewerkers energetisch healen, vertelt hij, en hun chakra's reinigen. 'Hij gaat ook weleens backstage mee met de dj's om hen te ondersteunen.' Verder loopt er bij Q-dance ook een therapeut rond. 'Het was in het begin nog even lastig met de aandeelhouders', geeft Timmerman toe. Hij werkt niet meer bij het bedrijf, maar was er wel bij toen in 2010 vier mensen werden aangenomen om 'betrokken ondernemen' vorm te geven binnen ID&T. 'Op een gegeven moment gaven we 10 procent van de winst uit aan de afdeling maatschappelijk verantwoord ondernemen. Toen kwamen de partners wel met vragen: wat hebben we hier eigenlijk aan?'

Voor Timmerman en Tavecchio is het glashelder wat je hebt aan spiritualiteit. 'Wij komen allebei

tien Q-dance en ID&T, afvroegen hoe ze wél echt tevreden konden worden. Ze gingen lezen over zingeving en geluk, zich verdiepen in spirituele praktijken. Zo hebben ze allebei hun eigen manier gevonden om tevredener en rustiger te zijn. Timmerman mediteert veel en doet aan yoga, Tavecchio ontvangt de Q-dance-sjamaan drie keer per week bij hem thuis voor een sessie. Nu zijn ze vooral gelukkig als ze in de natuur zijn, liefst met hun kinderen. 'Maar we zijn niet helemaal verlicht, hoor', zegt Tavecchio. 'Ik heb net nog een heel dure boot gekocht.'



uit de wereld van snelle jongens en veel geld', vertelt Tavecchio. 'Daarin heerst het gevoel dat het altijd meer moet: nog meer geld, een nog groter huis, nog dickere wagen, nog duurder klokje.' Ze hadden allebei last van die hebzucht, erkennen ze. 'Dan koop je die ene dure auto, rijd je er een paar minuten mee rond en denk je: tja', vertelt Timmerman. 'Als je bedrijf groeit ben je automatisch de man', vervolgt Tavecchio. 'Dan kom je in *Het Financieele Dagblad*, op BNR, iedereen juicht je toe. Maar niemand vraagt: hoe gaat het nou eigenlijk met je? Dat is gewoon geen coole vraag, dat doe je niet.' Ondertussen ros je maar door, zegt hij, zonder echt te weten waarom. Vandaar dat ze zich, na een jaar of

SPIRITUEEL IN DE KAST

Terwijl een huissjamaan voor veel bedrijven nog iets te radicaal is, gaan wel al veel managers en partners voorzichtig aan de slag met mindfulness. Ze huren bijvoorbeeld **Baptist de Pape** in, schrijver van het boek *The Power of the Heart* en de bijbehorende film. Volgens hem willen veel mensen in de zakenwereld wel praten over gevoelens en emoties, maar zitten ze nog 'spiritueel in de kast'. 'Het draait in die wereld nog vooral om winst maken. Je kwetsbaar opstellen wordt vaak gezien als emotioneel gelul.' Volgens De Pape zou het juist zinvol zijn als meer managers, topmannen en topvrouwen op hun intuïtie vertrouwen 'in plaats van alleen maar naar de targets te kijken'. Bedrijven kunnen hem inhuren voor een workshop je hart volgen. 'Luisteren naar je intuïtie in plaats van naar je hoofd.' De Pape wilde eigenlijk advocaat worden, vertelt hij in de bibliotheek van vijfsterrenhotel The Grand in Amsterdam. 'Ik was cum laude afgestudeerd en zelfs al aangenomen door twee kantoren op de Zuidas.' Welke wil hij niet zeggen, wel dat ze 'groot' zijn en 'heel goed'. Maar bij de sollicitatiegesprekken voelde hij leegte. 'Ik dacht: is dit het nou, is dit wat ik wil in mijn leven? Tachtig uur per week werken en altijd gestrest zijn?' In het weekend dat hij moest besluiten bij welk kantoor hij aan de slag zou gaan, kreeg hij naar eigen zeggen een openbaring. 'Ik wandelde door het bos en opeens begon het keihard te regenen en kreeg ik heel erge pijn in mijn hart.' Plots wist hij: 'Ik moet een film maken over het hart.' De Pape vormde een team met twee vrienden die enig verstand hadden van films maken, strikte een producent en ging op zoek naar mensen die voor de camera over het hart konden vertellen. Het moesten niet zomaar mensen zijn, zegt De Pape, maar de belangrijkste ambassadeurs van het hart. **Eckhart Tolle**, **Paulo Coelho**, **Maya Angelou**, de bekendste spirituele goeroes van dit moment: De Pape kende ze allemaal van filmpjes op Youtube en hun boeken. 'In het begin was het een beetje een *mission impossible*, want iedereen zei nee op interviewverzoeken.' Totdat hij via via een gesprek kon regelen met de Indiase ayurvedameester **Deepak Chopra**, toen die in Nederland was voor een congres. 'Zodra we hem



hadden, zeiden de anderen ineens ook ja.' **Drew Heriot**, de regisseur van de zelfhulpkaskraker *The Secret*, werd erbij gehaald en ineens was het een internationale megaproductie. 'Het had wel wat van een jongensboek.'

Omdat De Pape veel meer interviewmateriaal verzamelde dan in de film paste, besloot hij ook een boek te maken. Meeliftend op het succes van de film en de grote namen van de 'hartambassadeurs' werd het een bestseller. De Amerikaanse uitgeverij Simon & Schuster kocht de rechten en het boek kwam uit in tachtig landen. 'In Nederland zijn er tussen de 30.000 en 40.000 verkocht', vertelt De Pape. 'En in Dubai heeft het heel lang op nummer één van de bestsellerlijst gestaan.'

En nu geeft De Pape dus workshops, een paar keer per maand. 'Bij AkzoNobel en Philips en bij nog een paar

bedrijven die niet willen dat ik ze noem.'

Hij coacht groepjes werknemers, een stuk of twintig tegelijk, vaak van afdelingen die in transitie zijn: na een reorganisatie of een overname. Om 'het ijs te breken' laat hij eerst zijn film zien, daarna volgt een gesprek. 'Ik moedig iedereen aan naar zijn hart te luisteren en zijn ziel te betrekken bij beslissingen.' Volgens De Pape is ons hart intelligenter dan ons hoofd, maar zijn we niet gewend ernaar te luisteren. Met de werknemers doet hij daarom oefeningen om hun hart te volgen. Hij doet voor: 'Hoe voelt het als je je voorstelt deze beslissing te nemen? Hoe voelt het als je je voorstelt dit project zo aan te pakken?'

Zodra iedereen luistert naar zijn hart neemt de angstcultuur binnen een bedrijf af, denkt De Pape. 'Als de manager of partner laat zien dat hij ook maar een mens is met gevoelens, ontstaat een veel meer ontspannen relatie op de werkvloer.' En: 'Wie een hartconnectie heeft met zijn leidinggevende durft eerlijker en opener te zijn.' Eerlijk is eerlijk: niet iedere werknemer heeft zin in zo'n gevoelsworkshop. 'Sommige mensen, vooral mannen, zeggen als

'Het is not done om te klagen over stress met miljoenen op de bank'

ze binnenkomen: leuk en aardig allemaal, maar ik moet gewoon mijn doelen halen.' Toch pinken sommigen na het zien van zijn film ook een traantje weg, weet De Pape. 'Ze zien dan in dat ze niet alleen maar winst hoeven te maken, maar ook echt samen kunnen werken en kunnen verbinden met hun collega's.'

ENERGETISCHE KRACHTEN

Wie liever niet ten overstaan van collega's op zoek gaat naar zijn intuïtie en gevoel kan ook persoonlijk spiritueel advies inwinnen. Bij **Carla Broekhuizen**

bijvoorbeeld. Zij verleent met haar eenmanszaak Yespower zingevingsconsult gericht op welgestelden. Broekhuizen kwam op het idee voor zo'n praktijk door haar jeugd, vertelt ze aan de Amsterdamse Herengracht, in het kantoor van haar pr-bureau. 'Mijn vader was een succesvol ondernemer, maar kon met niemand praten over de problemen waar hij op zakelijk en persoonlijk vlak tegenaan liep.' Juist voor mensen 'die het goed hebben' is het lastig hun emoties te tonen, zegt Broekhuizen. 'Je weet vaak niet wie je kunt vertrouwen en het is not done om te klagen over stress en onzekerheid als je een paar miljoen op de bank hebt.'

Vandaar dat Broekhuizen vier jaar geleden begon met het geven van wat zij noemt spiritueel consult. Haar klanten – ze heeft er op dit moment acht – kunnen haar dag en nacht bereiken voor alle mogelijke vragen en kwesties. Ze richt zich op ondernemers, mensen 'die van geld komen' en jongeren met rijke ouders. 'Met name voor de jongeren is het fijn dat ze me altijd even een appje kunnen sturen als het niet goed gaat', vertelt ze. Maar ook haar oudere cliënten maken gebruik van haar advies à la minute. 'Net nog, toen ik in de auto hierheen reed, belde een cliënt me over een belangrijke beslissing die ze moest nemen over een groot project.' Broekhuizen had meteen een antwoord. 'Ik zei: "Je moet het zo en zo doen en met die en die." Aan de andere kant van de lijn was het even stil, daarna zei ze: "Wow, hoe weet je dat?"'

Dat Broekhuizen zo stellig kan zijn in haar

advies komt door haar energetische krachten, vertelt ze, waardoor ze op gevoel raad kan geven over vrijwel alles. 'Soms geven cliënten mij een stapel foto's en vragen: wie moet ik wel en niet aannemen?' Broekhuizen hoeft alleen maar te kijken: 'Die wel, die niet, die wel.' In hoeverre volgen cliënten zo'n advies dan op? 'Heel ver.' Als Broekhuizen een mailtje of sms ontvangt van een cliënt leest ze niet alleen wat er staat, maar voelt ze ook de energie erachter. 'Het komt voor dat wat ik lees groen is, maar wat ik voel rood', zegt ze. 'Als ik daarnaar vraag zeggen mensen vrijwel altijd: je hebt gelijk, het gaat inderdaad niet goed met me. Ik doe maar alsof.'

Broekhuizen geeft advies over bouwprojecten, verkoopdeals, de keuze van partners en leden voor raden van bestuur. 'Ik ga ook vaak mee op zakenreis, zodat ik direct kan meekijken en meevoelen en advies kan geven.' Wordt dat niet raar gevonden door andere medewerkers? 'Als je zegt: ik ben zijn assistent, dan accepteren mensen dat.' Want gêne is wel een dingetje, zegt Broekhuizen: vrijwel niemand wil dat collega's weten over hun spirituele raadgever. Geen van hen wil dan ook genoemd worden in dit artikel. Het deed Broekhuizen besluiten drie à vier keer per jaar een bootreis van een week te organiseren. 'Afhankelijk van wat de cliënten willen laat ik dan therapeuten invliegen', vertelt ze. 'Een psycholoog, een seksuoloog, een masseur.' Op het dek van een luxe jacht voor de kust van Ibiza of Zuid-Frankrijk komen de meesten sneller tot de kern van hun problemen. En met zo'n bootretraite kun je gewoon tegen je collega's zeggen dat je op vakantie bent en tegen familie en vrienden dat je op zakenreis gaat.

ZONDER WINSTOOGMERK

Vooral onder de jongeren is de bootretraite populair, zegt ze. 'Kinderen van succesvolle ouders groeien op met het idee dat alles maar mogelijk is.' Ze voelen veel druk om te presteren, maar kunnen niet goed omgaan met teleurstelling en tegenslag. Broekhuizen helpt hen tijdens de retreat te ontdekken hoe ze in het leven willen staan. 'Deze jongeren hebben een hoge standaard, die nemen echt geen genoegen met een uurtje-factuurtjetherapeut. Broekhuizen is wat dat betreft meer een 'professionele vriendin', zegt ze. 'Iemand met wie je lekker kunt kletsen, met wie je 's avonds uit eten kunt gaan, terwijl je overdag op



de boot werkt aan jezelf en je carrièreperspectief.' Het tarief voor begeleiding van Broekhuizen verschilt per cliënt, zegt ze. 'Het is helemaal op maat.' Goedkoop is het in elk geval niet: zo'n week op een boot kost tussen de 45.000 euro en drie ton. Is dat niet een beetje overdreven? 'Als je dat er niet voor overhebt, moet je gewoon niet bij mij zijn.'

Toch hoeft zoeken naar innerlijke rust niet zo duur te zijn. Omdat het Mandali Retreat van Tavecchio en Timmerman geen winstoogmerk heeft, zijn de prijzen daar opvallend vriendelijk. De Mandali Experience, ook wel het instapmodel genoemd, kost tussen de 500 en 800 euro per week, afhankelijk van de gewenste kamer.

Die prijs is inclusief vier facultatieve yoga- en meditatielessen per dag, een dagelijkse open sessie waarin persoonlijke problemen worden besproken met begeleiders en drie keer per dag vegetarisch eten, bereid door de eigen chef. De kwaliteit van het pakket is hoog: de yogalerares komen vanuit de hele wereld, de kamers kunnen zo in een woonmagazine en het eten is uitstekend.

Timmerman en Tavecchio willen dan ook dat hun retreat van wereldklasse is, zeggen ze, net zoals de dancefeesten die ze samen organiseerden. 'We gaan hier niet zitten meehobbyen met die yogatrend', zegt Tavecchio. 'Toen we dit plan op poten zetten, wilden we meteen al dat dit een van de beste retreats zou worden die er zijn.' Het complex is zo ontworpen dat het lijkt op een Italiaans dorp in de middeleeuwen, com-

pleet met kleine poortjes en oude keien als straatstenen. Interieurdesigner **Reineke Antvelink** heeft alle kamers volledig feng shui ingericht. Van de kussens op je bed tot de bordjes en kommetjes in de keuken: werkelijk alles past qua stijl en vorm bij elkaar. 'Zo'n omgeving geeft ook al een hoop rust', zegt Timmerman.

Bij Mandali komen naast yogafanatici ook veel ondernemers, vertellen Tavecchio en Timmerman, om even 'op te laden'. Maar echte groepjes van bedrijven, zoals de klasjes die De Pape begeleidt, hebben ze er nog niet gehad. 'In principe staan we daar wel voor open, hoor', zegt Tavecchio, 'maar ze moeten dan wel echt meedoen.' Timmerman: 'Het is hier geen heisessie. We gaan niet 's avonds aan tafel met een fles wijn gezellig roddelen over de leidinggevenden.' Wat dan wel? 'Bijvoorbeeld een stiltewandeling van twee uur', zegt Tavecchio. 'Ik doe dat ook weleens met mensen van Q-dance. Dan loop je naast je collega's, maar mag je niets zeggen. In het begin is het een beetje raar, maar na een tijdje juist heel rustgevend.'

Want laat dat duidelijk zijn, zeggen Timmerman en Tavecchio: Mandali is een serieuze spirituele plek, geen relaxoord. Tavecchio gaat zelf de komende dagen aan de slag met qi gong, een tai chi-achtige vechtsport. De qi gong-meester die Tavecchio heeft laten invliegen – een gevaarlijk uitziende, donkerharige man – loopt al een tijdje rond in het retreat, zonder met iemand te praten. 'Echt een vette gast', zegt hij. Timmerman gaat volgende week vijf dagen 'in stilte'; hij heeft er zin in. En ja, het wordt vaak gevraagd: gaan de mannen nu hun carrière maken van het opzetten van retreats, vergelijkbaar met de dancefeesten? 'Nou, nog even niet, hoor', zegt Timmerman. 'Hier is bloed, zweet en tranen in gaan zitten.' Tavecchio: 'Je vraagt toch ook

niet aan een vrouw die net een kind heeft gebaard wanneer de tweede komt? Maar zeg nooit nooit.'

Ondertussen gaat het mediteren in Mandali door. Het is negen uur 's avonds, de docent moedigt de deelnemers aan zich voor te stellen dat er een lijn vanaf hun heiligbeen richting de kern van de aarde loopt, en een omhoog, naar de hemel. 'En in het midden van die lijn, daar zit jij.' Wie zich niet kan concentreren, moet letten op zijn ademhaling. En voor wie het vergeten was, wordt het maar eens herhaald: 'Acceptatie, zelfliefde, bewustzijn. Acceptatie, zelfliefde, bewustzijn.' ■

'Ik moedig iedereen aan zijn ziel te betrekken bij beslissingen'