THEETJES DRINKEN IN HET THEEDORP

Theetjes drinken in het theedorp

Van basisschoollerares naar eigenaar van een horecazaak; Lisa Emanuelson vertelt over haar inspirerende zaak TeaVillage op het Zwaanshals en de weg daarnaartoe!

Een opvallende stap, zonder al te veel verbanden erachter volgens haar. Ze is gewoon gek op thee. Zó gek dat ze het fenomeen theewinkel introduceerde in Rotterdam-Noord. Geen plek in Blijdorp, waar ze ook woont; wel op Zwaanshals, dat toch al opkomend en hip was en is. Ze nam een moedig besluit en sinds oktober 2015 heeft ze een fenomeen geïntroduceerd.

*“Ik heet Tea Village; theedorp. In het dorp in mijn dromen kun je van alles vinden. Dit wilde ik ook brengen met mijn winkel. Álles wat met thee te maken heeft, moet er zijn: het servies, de losse thee én het thee drinken mét hapjes die daarbij passen. Zo ervaar je de hele beleving van thee.”*

Ons eerste gesprek, vòòr een vriendschap van een aantal jaar, bloeide op toen we over duurzaamheid praatten. Mijn chai wordt ‘natuurlijk’ gemaakt met biologische melk. Lisa verklaart alleen met biologische producten te werken en ze heeft vaak veganistisch gebak, al probeert ze die term te mijden…

Ze is bang om andere mensen af te schrikken met die term! Maar ze is niet alleen bezig met duurzaamheid, maar ook met bewustzijn in dieettermen. Ze gebruikt minder suiker dan de receptuur aanraadt en/of probeert die te vervangen door plantaardige alternatieven als dadels of rozijnen.

*“Ik eet zelf ook bewust en dat is wat ik met mijn winkel wil uitdragen. Bewustwording van het leven én het eten.”*

Ik begeef me op vreemd terrein als ik, als nieuwsgierige buitenstaander (that’s me!), een persoonlijke vraag stel over het alleen starten, runnen en draaien van de zaak. Hoe heeft ze de moed verzameld alles los te laten om een nieuwe, onzekere start te maken?

Ze antwoordt enthousiast. *“Zo ben ik gewoon. Ik heb nooit iets gedaan waar ik niet volledig achtersta. Ik haalde op een gegeven moment geen voldoening meer uit mijn vorige baan. Ik ben met mijn baan gestopt nadat ik mezelf de vraag stelde: ‘wat moet ik dan?’ Er kwam een aantal ambities en dromen uitrollen en toen dacht ik dat ik dít gewoon moest doen.****Je moet gewoon doen wat je graag wilt en dat heb ik gedaan. Met alle onzekerheid die daarbij hoort, maar ook met mijn vertrouwen in het concept.****”*

Lisa is dus bewonderenswaardig moedig. Hoe het is om een zaak in je eentje te draaien?

“*Ik doe heel veel alleen. Ik ben van mening dat je andere mensen niet nodig hebt om iets te doen, behalve voor de crowdfunding bijvoorbeeld. Het uitwerken van mijn idee kon ik alleen. Dat deed ik dan ook graag. Natuurlijk ben ik een paar keer op mijn muil gegaan het afgelopen jaar, omdat je álles alleen doet en beslist. Maar*(wordt stiller), *daar leer je van…”*

Met alleen werken op zich heeft ze niet zo veel problemen. “*Ik vind het sowieso fijn alleen te zijn. Natuurlijk was het wennen, eerst stond ik voor een klas vol kinderen…”.*Maar ze vindt het dus geen probleem ‘het’ alleen te doen*,*er komen sowieso genoeg mensen voor een praatje.

Na anderhalf jaar droomt Lisa ervan door te groeien en dat wil ze realiseren door de zakelijke kant van haar onderneming uit te breiden. Zo kunnen andere bedrijven, andere horecaondernemingen, haar thee inkopen. Op het moment heeft ze meer dan tachtig theeën, dus genoeg keuze om uit te proberen! En wie weet waar jij de theeën van Lisa al proeft?

Kom het zelf proberen en proeven, en eventueel zelfs meenemen van Zwaanshals 337! Ik heb er in ieder geval een tweede huiskamer gevonden waar ik heerlijk kan ontspannen of werken.

STILTECAFÉ ADEM INN

Even geleden was ik bij het evenement Trage Vragenshow bij stiltecafé Adem Inn. Ik was meteen onder de indruk van het concept, sprak andere nieuw-bewusten, de levensstijl van ‘nieuw-wijze mensen’ en kwam tot inspiratie. Ik regelde een week later een interview met Manon van Driel, projectleider bij het café. Haar antwoorden op mijn vragen kwamen traag en doordacht. Een handelswijze die blijkt te passen bij Adem Inn.

Ik lees op de website dat de stilteruimte in het café plaats biedt voor bezinning en reflectie. Ik vraag Manon hoe: “We bieden stilte in de stad, waar eigenlijk altijd ruis is als trams, auto’s en mensen. Wij richten ons op twintigers en dertigers, die volgens ons het meest gebukt gaan onder deze onrust, door de vele verplichtingen die zij aangaan. Stilte staat hier symbool voor niet-productief zijn, waardoor ruimte ontstaat voor bezinning, reflectie en voor bewustwording, hetgeen wat ís.

We kunnen spreken van de doelgroep nieuw-bewusten omdat we niet echt in de wandelgangen van de stad te vinden zijn (einde Hoogstraat, red.). Mensen komen hier meestal doelbewust en zo menen we dat gelijkgestemden elkaar hier treffen.”

In de voorste ruimte van het café heerst geen stilte omdat de horeca zich bevindt in dit deel van het café. Ik merk dat als ik aan het werk ben in de stilteruimte, ik moeite heb me te concentreren door de dunne, glazen tussenwand. Ik raad een dik gordijn aan om de ruimtes verder af te sluiten; Manon zegt dat ook de voorste ruimte nooit zó luid is als in een normale horecagelegenheid. De voorste ruimte is volgens haar nodig omdat het café ook bezinning brengt door het gesprek met elkaar aan te gaan.

Dan valt mijn oog op de kluisjes waar je je telefoon kunt achterlaten. Is je telefoon op stil zetten verplicht? “Verplicht is een sterk woord... De ruimte is bedoeld om tot rust te komen en daarvoor is het wenselijk dat mensen hun mobiel op stil (vliegtuigstand, red.) zetten. Je kunt je telefoon in een kluisje leggen om jezelf ultiem te ontprikkelen!”

Ook de boekenkast naast de kluisjes past bij het concept van Adem Inn en haar missie van zingeving. Er staan boeken over filosofie en ander materiaal dat men waarschijnlijk wijzer zal maken.

Ik zoek verder op hun website over wat het stiltecafé mensen wil brengen. De afgelopen maanden verschenen berichten over zelfzorg op hun website. Dit onderwerp is gekozen omdat de meiden van de organisatie merkten dat dit prikkelt. Manon legt uit: “Zelfzorg is een actief woord, het zet aan tot handelen. Mensen denken snel aan concrete, fysieke zelfzorg die leidt tot gezondheid en pas daarna denken ze aan geestelijke zelfzorg. Mensen komen door dit onderwerp tot inzicht over wie ze zijn, wat ze belangrijk vinden, maar uiteindelijk is die fysieke zelfzorg natuurlijk een voorportaal van dat alles…”

Manon studeerde humanistiek en lijkt bij de doelgroep te horen die ik de nieuw-bewusten noem, maar zelf ontkent ze dat om een reden die we niet begrijpen. Ze schetst deze zo: “Een generatie die veel ruimte heeft, misschien te veel, en zich daardoor kan veroorloven om heel goed naar zichzelf te kijken. Ik bedoel eigenlijk de twintigers en dertigers van nu die zich bewust zijn van het feit dat ze voor zichzelf moeten zorgen en dat er veel manieren zijn om dat te doen; dan komen ze bijvoorbeeld bij yoga, opleidingen als humanistiek, filosofie of levensbeschouwing terecht. De moderne jonge mensen in deze individualistische maatschappij hebben veel keuzes te maken. Rond hun leeftijd gaat dat wringen: je wordt gedwongen keuzes te maken en iemand te worden. Maar hoe dan? Dat is een lastig te beantwoorden vraag, waarvoor je eerst rust moet vinden.

Dat is denk ik het moment dat je er heel bewust mee bezig bent? Een dergelijke opleiding die je bij deze keuzes helpt is dan fijn, maar ook bijvoorbeeld yoga of mindfulness. Maar Adem Inn dus ook!”

Uiteindelijk praten we over het komende evenement van Adem Inn: ‘Read to me!’ waarbij wordt voorgelezen aan een groep mensen. Ze raadt mensen aan te komen, omdat je helemaal niks hoeft te doen. “Je kunt je verstand op nul zetten en het verhaal gewoon helemaal over je heen laten komen. Tegelijkertijd kan het spanning bieden; iets horen waar je iets mee kunt, wat ook weer aanzet tot nieuwe gedachten en eventuele acties.”

Als ik van mijn chai proef ben ik positief verrast; geen melkopschuimer en espressoapparaat maar een elektrisch pitje en ‘oppressed’ slowkoffie? De koffie die ik eerst probeer is caffeïnevol en niet heel sterk, maar met een beetje melk erin prima. Manon legt uit dat het gaat om de aandacht die de koffie zo vereist. Ook de chai wordt op een dergelijke slow manier oppressed; benieuwd geworden? Kom zelf proeven!

En dat lijkt de formule van Aden Inn; benieuwd geworden? Bezoek ze aan het begin van de Hoogstraat!

**HET BEROEP VAN SILVANA:**

**Of Silvana’s passie**

Ik wil dit interview graag publiceren omdat mijn schrijfcoach me inspireert. Ze doet wat ze leuk vindt; ze heeft een weg gevonden om van haar passie haar baan te maken. Ze heeft haar eigen literair cursuscentrum The Writer’s Guide (met subtitel: to the Galaxy – en volgens mij hoort daar de subsubtitel bij: and beyond!)

Wat zou ze doen als ze de loterij wint; precies hetzelfde. Volgens mij ben je dan goed bezig? Hoe?!

Silvana studeerde literatuurwetenschappen, maar verdedigt dat ze niet de enige schrijfdocent is met een gedegen opleiding. Filosofie, journalistiek, Nederlands; allemaal opleidingen van docenten van haar. Als ik haar vraag hoe haar opleiding haar verder helpt, legt ze uit:

“Een verschil met mijn andere docenten is dat ik zelf niet schrijf, ik bekijk het heel erg vanuit de lezer, als (literatuur)wetenschap dus eigenlijk.”

            Beginners geeft ze theorie in Art of Storytelling, maar in de groepen voor meer gevorderde schrijvers doet ze dat amper. Theorie maakt het volgens haar vooral makkelijker om over het geschrevene te praten. Gevorderden hebben meestal genoeg kennis en gaan meer praktisch aan de slag!

Silvana trekt de jongere, creatievere, artistiekere schrijver aan met haar schrijfschool. Meestal zijn het vrouwen. Die mensen krijgt ze ‘binnen’ door het gezellig te maken. Ze creëert een ‘veilige’ setting met hapjes en drankjes. De afstand tussen de (meerdere) docenten en leerlingen is volgens haar veel minder groot dan bij meer traditionele schrijfinstituten.

            Waarom ze meer vrouwen aantrekt? Omdat de literaire wereld op het moment vooral vrouwelijke schrijvers trekt. “Er is sinds kort een verandering aan de gang; de top van de schrijvers bestaat echter nog steeds uit mannen. Ik vind het in die zin dan ook goed dat ik hier veel vrouwelijke schrijvers bereik.”

            “Ik denk dat we sowieso in een transitieperiode zitten waarin mensen die niet eerder serieus werden genomen, dat nu wel worden en ergens kunnen komen. Ik hoop dat deze periode blijvend is en dat iedereen kan doen waar die gelukkig van wordt.”

Ik merk dat er in mijn geschreven woord veel persoonlijks voorkomt. Silvana zegt:“Bij de één is het meer evident dan bij de ander. Als je schrijft zit er altijd heel veel van jezelf in. Sommige mensen verhullen dat achter een personage of in een spectaculair plot maar je ziet er altijd dingen van de schrijver in.”

Ze voegt toe: “Literatuur gaat om authenticiteit. Als dat authentieke, dat echte erin zit, is dat heel erg goed…”

Over het bevrijdende van schrijven heeft ze veel geleerd, door te doceren!

“Door het geven van schrijflessen heb ik dat veroordelende overboord gegooid, omdat je door te schrijven heel gauw, heel persoonlijk wordt en mensen dus heel snel leert kennen terwijl dat in normaal intermenselijk contact niet zo snel lukt. Ik denk nu vaak: ik begrijp dat je zo en zo doet.”

            Volgens Silvana zei Schopenhauer het volgende: “Lezen is denken met het hoofd van iemand anders.” ‘Als je dat heel veel doet, ben je ook beter in staat om je in andere mensen te verplaatsen en dus minder gauw te oordelen. Want dan weet je dat je in het begin niet genoeg informatie hebt om iemand te kunnen plaatsen. Op het punt dat je die informatie wel hebt, kun je iemand al niet meer beoordelen omdat je het begrijpt.

Mensen hebben last van stemmingswisselingen, als het een week heeft geregend dan is niemand blij. Als je daar open voor staat, creëert dat heel veel begrip.’

Ten slotte zegt ze: “Ik ben heel erg blij met mijn baan, tevreden is een understatement. Lesgeven is het allerleukste wat er is. Ik houd heel erg van praten, vooral over boeken en literatuur, maar literatuur gaat over het leven en daar houd ik van. Het is echt fantastisch om te zien hoe mensen vooruitgaan, te zien wat schrijven kan doen, te zien hoe mensen elkaar ontmoeten. Schrijfles geven is fantastisch.”

YIN VERSUS YANG IN STUDIO MIRAMIRA

Mira heeft haar eigen yogaschool, Studio Miramira, waar lessen zijn in ashtanga, hatha (door een andere docent!), yin en tieneryoga. Persoonlijke benadering en hulp staan centraal, net als ontspanning en humor. (KADER)

Het Rotterdamse Oude Noorden wordt iets relaxter door haar kleurrijke studio aan de Zaagmolenstraat. De tram herinnert haar yogaënde clientèle om de zoveel tijd aan ‘het echte leven’. Tijdens de yin-lessen voel je vooral het contrast met yang; de spanning, het ‘echte' leven, de stad, of gewoon de buurman met een druk Zuid-Amerikaans accent als in de zomermaanden de tuindeur op een kier staat. Mira vertelt passievol over ontspanning.

Yin, yang: de cirkel met twee kleuren, twee mogendheden. Mira legt uit: “De westerse maatschappij is hartstikke yang – ze is heftig, kent geen rem, bestaat uit ongerichte spanning. Yin is een tegenhanger van het leven hier op zich omdat ze gaat om ontspanning. Het evenwicht van yin-yang moet er zijn en daar probeer ik mensen bij te begeleiden. Steeds meer mensen zoeken een tegenhanger, blijkt uit de steeds-groter-wordende-groep yin yogi’s.

            Ik ben begonnen met yin-lessen nadat ik ashtanga gaf. Ashtanga yoga is zwaar, snel en krachtig. Ik wilde het tegenovergestelde erbij doen, omdat ik voelde dat ik dat zelf nodig had, en zag dat anderen dat ook hadden.”

Tijdens haar lessen kijkt Mira aandachtig naar de lichamen die voor haar liggen, zitten en staan. Ze ziet waar de spanningen zitten en geeft ieder persoonlijke aandacht waardoor ontspanning kan ontstaan. “Ik zie dat mensen meer ontspannen naar buiten gaan dan dat ze binnenkwamen. Mensen bedanken me na de les. Ik denk dat het komt door de balans die weer ontstaat – yin en yang. Balans brengt rust. Ik bied mensen handvatten, maar ze komen zelf tot de werkelijke (zelf)zorg.”

Ze sluit het interview af met een mooie link naar meditatie als ik haar vraag wat ze anderen wil geven met yin: “Accepteren hoe het nu is. Het is gewoon meditatie; je hebt zelf al gemerkt dat je bijvoorbeeld op dinsdagavond wel in een houding komt, waar je donderdagmorgen niet in komt. Het is allebei wat het is.

 zoals het is – het is niet goed, het is niet fout. Het is niet dat je donderdag leniger, beter bent dan op dinsdag. Het belangrijkste is gewoon de acceptatie.”

Wil jij ook bewuster leven of ben je benieuwd naar hoe meditatie zich uit in yoga? Of ben je gewoon benieuwd hoe het is om yin te ervaren in yoga? Meld je dan aan voor een proefles