



‘Vuur dat blijft branden’

Anoshe en Anand Nigam Overington ontmoeten elkaar 26 jaar geleden in Australië. Na een gezamenlijke reis langs diverse landen, leraren, passies en projecten, zijn ze uiteindelijk neergestreken in het bosrijke Doorn. Hier runnen ze hun bedrijf Stillnessyoga, waarmee ze teachertrainings, meditatieavonden, events en retreats organiseren.

Door Charlot Spoorenberg Fotografie Lo Hermsen



»»» Hoe het begon...

Anoshe: 'Ik was 27 jaar en woonde in Amsterdam. Ik won een prijs en dacht dat ik een massage of een boek had gewonnen. Wat bleek: de prijs was een reis naar Pune in India. Zo kwam ik in het Osho Meditation Resort terecht. Een prachtige speling van het lot. Het voelde goed daar: de leringen van Osho [red: Indiase spiritueel leraar Bhagwan Shree Rajneesh, 1931 – 1990] raakten me diep.

Ik besloot Sannyas te nemen [red: ingewijd worden als leerling van Osho] en dan moest je deelnemen aan een speciale informatiebijeenkomst. Dit was op een zaterdag en we zouden met zo'n tachtig mensen zijn. Ik was zenuwachtig, want degene die me zou inwijden was een Indiase dame die aanzien had; ze had lang dichtbij Osho gestaan, die zelf niet meer leefde. Ik ging ernaartoe en tot mijn afgrijzen was de bijeenkomst al afgelopen. Ik had één van de belangrijkste momenten van mijn leven gemist. Ik was niet de enige, er was een jongeman die hetzelfde was overkomen. Daar stonden we dan, in ons donkerrode gewaad. Degene waar we ons hadden ingeschreven, had de verkeerde tijd op het briefje geschreven. De dame was not amused en wilde het niet herhalen. We moesten de volgende dag maar naar de ceremonie komen. We waren allebei van slag en besloten samen een kop chai te gaan drinken. Het was het begin van een vriendschap. Samen met een zakenpartner had hij een backpackers-hostel in Byron Bay, Australië. Ik ben hem daar gaan bezoeken. Laat in de avond arriveerde ik met mijn rugzak om. Zijn zakenpartner was aanwezig en ontving me. Hij vroeg me of ik voor het slapen gaan samen wilde zingen en mediteren. Ik was moe, maar met aarzeling zei ik 'ja', uit beleefdheid. We zongen, mediteerden en staarden afwisselend in een kaarsvlam en dan in elkaars ogen. Dit was mijn eerste ontmoeting en avond met Nigam. Die eerste ontmoeting raakte de essentie van onze verbinding: onze gezamenlijke zoektocht naar binnen.'

»»» De vonk

Anoshe: 'Ik viel direct op zijn gevoel voor humor. Ik vond het een bijzondere en leuke man, hij liep altijd te zingen. Ik wilde graag leren surfen en samen met Nigam en mijn vriend gingen we iedere ochtend golven berijden. Hij had een vriendin en

Die eerste ontmoeting raakte de essentie van onze verbinding: onze gezamenlijke zoektocht naar binnen.

ik een vriend, dus het was puur vriendschappelijk. We vulden onze dagen met surfen, zingen en mediteren. In die tijd was Byron Bay een spirituele trekpleister. Er kwamen mensen en spirituele leraren van heinde en verre. Zo gaf Amma [red: Indiase spiritueel leraar Mata Amritananda Mayi Devi, oftewel Amma, 63] haar hugging-sessies zo ongeveer naast ons hostel. Nigam organiseerde allerlei bijeenkomsten en workshops in zijn huis, ik gaf lessen qigong en yoga in de tuin en zo bracht iedereen zijn kennis en eigen ervaringen mee die gedeeld werden. Het voelde als een bruisende tijd, er gebeurde altijd wat. Ik wilde beter leren surfen en ging met mijn vriendje naar Hawaii. Daar liep onze relatie stuk. Met een gebroken hart keerde ik terug naar Byron Bay, naar Nigam.'

Nigam: 'Mijn relatie was ook net voorbij. Ik vond het fijn dat ze terug was, maar ze liep alleen maar te huilen over die andere man. Dat duurde verschrikkelijk lang! (Anoshe lacht luid) We pakten onze dagelijkse surfsessies weer op. We hadden het altijd leuk. Op een avond voelde ik sterk dat ik bij Anoshe wilde zijn. Ik ging naar haar huis om te vragen om samen iets te doen. Ik vond haar liggend op haar bed...'

Anoshe: '... precies die avond was ik binnen naar een hypnose yoga nidra-bandje aan het luisteren. Ik moest die andere man loslaten. Ik lag op bed met een kleimaskertje op mijn gezicht te luisteren en opeens sprongen er twee jongens op mijn bed. Dat waren Nigam's zoons. Het was alsof het universum een beetje hielp met loslaten, want die ►





Het was
alsof het
universum een
beetje hielp met
loslaten, want die
avond sprong de
vonk over.

avond sprong de vonk over. Dit was een jaar na onze eerste ontmoeting.'

»»» Het vuur

Nigam: 'Ik was het backpackers-hostel met vijf anderen begonnen, maar op een gegeven moment waren we nog maar met zijn tweeën. Mijn partner en ik hadden hetzelfde doel: de waarheid ontdekken.

Het backpackers-hostel ontstond door een passie voor reizen en om geld te verdienen. We besloten het hostel ieder om en om een half jaar te runnen, zodat de ander dan vrij kon zijn en kon reizen. Ik voelde me in die tijd sterk aangetrokken tot de leringen van Satyananda [red: Indiase spiritueel leraar Swami Paramahansa Satyananda Saraswati, 1923 – 2009]. Ik deed veel kriya yoga, mantra zingen en meditatie. En ik volgde een docentenopleiding met hem persoonlijk, met slechts tien deelnemers. Dat waren mijn 'gereedschappen' om te ontdekken waar het leven werkelijk om draait.

Osho was in die periode in het nieuws vanwege allemaal schandalen. Ik voelde weerstand tegen

hem en vond het maar raar dat mijn zakenpartner naar Pune afreisde. Door mijn zakenpartner en andere Osho sannyasins die in Byron Bay woonden, leerde ik steeds meer over Osho. Ik moest wel wennen, want Satyananda sannyasins waren veel ingetogener. Ik had het idee dat die Osho-aanhangers alleen maar met elkaar in bed doken. Ik besloot drie weken in mijn eentje in het regenwoud te gaan wandelen en mediteren. Mijn partner gaf me een boek van Osho mee. Ik las het en zijn woorden raakten mij diep. Ik kwam terug en vertrok direct naar Pune, waar ik me volledig overgaf aan alle workshops en trainingen. Het vuur in mezelf werd steeds sterker. Ik besloot sanyassin te worden. Vanaf dat moment was ik Anand Nigam en het vuur brandt nog steeds.'

»»» Soulmates

Nigam: 'Een paar jaar later kwamen we in contact met een sanyassin van Osho, inmiddels zelf leraar. Zijn naam was Baba Purnananda Bharati. Zijn leringen zijn veel eenvoudiger dan die van

Osho. Waar Osho veel dynamische meditaties heeft ontwikkeld, is Baba meer van de waarheid ontdekken in stilte. Veel Osho sanyassins kwamen naar hem toe en het leek alsof Baba verder ging waar Osho geëindigd was: de Zen van Silence. We zijn veel met Baba op reis geweest en organiseerden meditatieretraites met en voor hem. Het was bijzonder om in zijn buurt te zijn, hij had iets speciaals. We hebben elkaar min of meer door de Osho-lineage ontmoet, maar we voelden ons nog sterker aangetrokken tot Baba.'

Anoshe: 'Dertien jaar geleden bleek ik ineens zwanger te zijn. Dat was vreemd, want Nigam was gesteriliseerd na de geboorte van zijn jongste zoon. We waren extatisch en omhelsden het idee van een kind. Helaas liep die zwangerschap mis. Dat was verdrietig, maar we verwerkten het en gingen door met leven.'

Nigam: 'We gingen ieder jaar op reis met Baba en verbleven een langere periode in India. We hadden bijeenkomsten op daken met honderden Indiërs tegelijk. Ik zong vooraf mantras en dan gaf Baba satsang. We beleefden avonturen, die ons veel inzichten gaven. We kwamen in Europa terecht en toen het seizoen voorbij was, ging Baba terug naar India. Wij hadden onze spullen daar achtergelaten omdat we ook terug wilden gaan. Maar ik wilde eerst naar Engeland, naar het mooie Lake District. Op een ochtend zat ik in meditatie en toen kwam Anoshe bij me zitten. 'We zijn zwanger', zei ze zachtjes.'

Anoshe: 'Het was vijf jaar na mijn miskraam en ik was al 43. Ik wilde zwanger zijn en bevallen in een rustige omgeving. Daarom vertrokken we niet naar India, maar naar Australië. Deze keer ging de zwangerschap goed en dochter Sanna werd geboren. Inmiddels is ze negen jaar. Nigam en ik zijn soulmates, maar Sanna is dat ook. Trouwens, Nigam zijn zoons net zo goed. Ook met hen heb ik een sterke band.'

Nigam: 'Uiteindelijk hebben we het financieel niet gered met het backpackers-hostel. Ons plan was om een retreat te openen in de Franse Pyreneeën. In de periode dat we aan het oriënteren waren op de juiste plek, woonden we in Nederland. Anoshe kon yogalessen overnemen en zo hadden we inkomsten. Er werd ons een huis in Doorn aangeboden wat prachtig was. Midden in de

natuur, met hertjes in de achtertuin.'

Anoshe: 'Wij hadden nooit het plan hier te settelen, maar het was alsof het zo bedoeld was. We begonnen in dat huis les te geven en bijeenkomsten te organiseren met meditatie en mantra zingen en zo is Stillnessinyoga geboren.'

»»» Stillnessinyoga

Anoshe: 'Ik danste vroeger veel en ben altijd bezig geweest met lichaamswerk. Ik volgde een opleiding in t'ai chi/qigong, deed yoga en kreeg een beurs voor onderzoek naar de verbintenis tussen de organen, klank, kleuren en emoties in vijf culturen. Toen ik acht jaar geleden Sarah Powers tegenkwam en in aanraking kwam met yin yoga, viel alles op zijn plek. Ik merkte dat deze vorm van yoga voor mensen de eerste stap op de weg naar meditatie kan zijn. Als kind leren we ons te identificeren met onze gevoelens en gedachten. In meditatie kan je ontdekken dat je meer bent dan dat. Dat er een diepere plek is dan dat. In yin yoga kom je in contact met je kwetsbaarheid en beginnen de oude ijsblokjes, van gestagneerde chi of emotie, weg te smelten. Inmiddels organiseren we meerdere yin yoga-teachertrainings per jaar, meditatie teachertrainings, retreats in binnen- en buitenland, specials, events, workshops, meditatieavonden en meer. Onze yin-teachertraining is gevormd door onze achtergrond en alles wat we hebben geleerd van verschillende leraren. Satyananda Saraswati werkte nauw samen met Motoyama, de docent van Sarah Powers en Paul Grilley, en zij deelden onderzoeksresultaten van Japan en India met elkaar.

Nigam: 'Anoshe geeft het yogagedeelte en ik het meditatiegedeelte. Ik zing zoals ik dat al mijn hele leven doe en Anoshe zingt vaak mee. Eten is ook belangrijk bij onze teachertrainings. Voeding is onderdeel van het proces van transformatie. Bovendien is er niemand die zo lekker Indiaas kan koken als Anoshe.'

Anoshe: 'Wat zo bijzonder is aan onze relatie, is dat we ons altijd samen op een project hebben kunnen storten. Van surfen tot waterverven, van tuinieren tot Stillnessinyoga. Nigam en ik gooien ons overal volledig in...'

Nigam: '... we vechten en kibbelen ook, maar uiteindelijk ontstaat er altijd iets moois.' ❀



Kijk ook op:
stillnessinyoga.net