

A group of about eight women are gathered in a lush green field, surrounded by tall grass. They are dressed in casual, bohemian-style clothing, including long dresses and skirts. The women are engaged in conversation, with some gesturing. In the background, there are large, leafy trees and a wooden fence. The scene is bathed in warm, golden light, suggesting late afternoon or early morning.

De kracht van *sisterhood*

met Griet Alice Verhaert
Full of Wonder

“Ik verloor mijn huwelijk en vond mijn missie!”

Ze was general manager, gastprofessor en bouwde mee aan een succesvol bedrijf in de non-profitsector. Alles klopte op papier. Tot haar leven achter de schermen barstte. De transformatie begon toen haar man opbiechtte dat hij een geheime relatie had met een vrouw die haar lichaam “zo goed kende”. Wat toen volgde, was geen klassieke carrièreswitch, maar een radicale terugkeer naar zichzelf.

Vandaag begeleidt Griet Alice Verhaert (43) samen met haar partner Koen Pellegrims (48) ondernemers, koppels, singles en vrouwen via Full of Wonder. Niet met nóg meer strategie of Excel-sheets, maar via het lichaam én de geest maar zonder wierookwalm of geitenwollensokken! “Niet in touch zijn met je gevoel... voor mij is dat pas zweverig!”

Tekst: Lobke Gielkens

Fotografie: Perfect Story



“Ik ben niet tegen cijfers. Maar soms vertelt je bekken sneller de waarheid dan je hoofd”

Hoe zag jouw leven eruit voor Full of Wonder?

Best indrukwekkend, als ik er nu op terugkijk. Ik studeerde communicatie-wetenschappen, daarna marketinganalyse, behaalde steeds grote onderscheiding en rolde bijna vanzelf door naar een doctoraat in de toegepaste economische wetenschappen. Alles kwam op mijn pad en ik zei overal ‘ja’ op. Dat voelde toen allemaal heel logisch.

Ik specialiseerde me in het optimaliseren van fundraising voor NGO's. Later groeide ik door van data-analist naar general manager. Ik reisde veel, ik stuurde teams aan en bouwde mee aan groei. Ondertussen werd ik in 3 jaar tijd mama van drie kinderen en ik pendelde tussen Brugge en Brussel. Hoe ik dat gedaan heb? Eerlijk? Ik weet het niet meer, maar ik deed het! Toch zat het ondernemen er al van kindsbeen af in, ik organiseerde als kind al workshops en beurzen en had al gesprekken met de boekhouder van mijn vader. Zot hé!

“Ik was succesvol, maar ik stelde mezelf nooit de vraag: is dit eigenlijk wat ik hier te doen heb?”

Wanneer begon het te kantelen?

Toen ik wakker werd uit de illusie dat een huwelijk voor eeuwig en altijd is - want dat dacht ik echt - en mijn gezin uit elkaar viel. Dat was pijnlijk en rauw, maar tegelijk groeide er iets anders: nieuwsgierigheid. Ik voelde plots dat ik leefde vanuit mijn hoofd. Dat ik perfect kon organiseren, presteren en dragen... maar nauwelijks verbonden was met mijn lichaam. Via een retreat in Nederland rond vrouwelijkheid en seksualiteit ging er voor mij een wereld open. Ik dacht letterlijk: waarom weet niemand dit? Waarom leren vrouwen dit niet eerder?

Ik voelde onmiddellijk: dit wil ik delen.

Op het einde van dat weekend vroeg ik aan de begeleidster of ze naar België wilde komen. Ik had geen businessplan, geen strategie, ik vond gewoon dat elke vrouw in België dit moest ervaren!

Je eerste onderneming heette Yoni* Retreats.

Waarom veranderde dat?

Omdat het groter werd dan één thema. Ik begeleidde vrouwen, later ook singles en koppels. Maar ondertussen kwam Koen in mijn leven. Hij had ook al kinderen en ondertussen zijn we een nieuw samengesteld gezin met 5 tieners. We voelden dat we ook professioneel samen wilden springen. De naam Full of Wonder kwam op een bijzonder moment. (Griet pinkt zelfs een traantje weg)

Een goede vriend was plots overleden.

Op kerstdag gingen we langs bij zijn partner en toen we thuiskwamen, stuurde ze me een bericht: ‘Jullie zijn echt full of wonder.’

Ik keek naar Koen en zei: dat is onze naam.

*Yoni is Sanskriet voor ‘vulva’, ‘vagina’, ‘baarmoeder’ en betekent letterlijk ‘heilige ruimte’ of ‘tempel’.

Wat doet Full of Wonder precies? Of is dat een moeilijke vraag?

(lacht) Ja. Omdat het niet in één woord past. In essentie begeleiden we mensen naar authentieke verbinding. Met zichzelf, met hun partner, met hun business. Veel mensen leven afgesneden van hun gevoel en noemen alles wat daarmee te maken heeft ‘zweverig’. Ik zie het omgekeerd.

Beslissingen nemen zonder jezelf te voelen, dát vind ik pas zweverig. We werken met ondernemers, koppels en vrouwen. Via trajecten, retreats en intensieve begeleiding. Soms met babbels. Maar heel vaak via ademwerk, lichaamswerk, stilte, natuur, beweging, dans en vertraging.

*“Sommige dingen
bedenk je niet.
Die vallen gewoon
op hun plek.”*



Griet lacht wanneer ik haar vraag of dat mysterie rond haar trajecten bewust gecreëerd wordt?

Nee, het is geen marketingtruc! Integendeel. Ik zou het soms zelf graag makkelijker kunnen uitleggen. Na afloop van een retreat of traject zeggen onze klanten geregeld dat ze zich misschien niet zouden hebben ingeschreven als ze op voorhand exact hadden geweten wat hen te wachten stond. Niet omdat het confronterend of extreem is, maar omdat het zoveel dieper gaat dan ze hadden verwacht. En tegelijk zeggen ze dat met glinsterende ogen. Omdat ze zichzelf verrast hebben. Omdat ze moediger bleken dan ze dachten en omdat ze meer konden voelen dan ze voor mogelijk hielden. Bij mij kom je niet alleen praten aan tafel. Je stapt ook een ruimte binnen, ik noem dat wel eens mijn 'tempel', een plek waar je lijf en bekken mee mogen spreken. Waar stilte evenveel zegt als woorden. En waar je mag zakken uit je hoofd.

Het mag spannend zijn. Maar altijd binnen je grenzen. Net daar ontstaat vaak de echte beweging: op de plek waar vrouwen voelen hoe klein ze zichzelf soms jarenlang hebben gehouden, en hoeveel ruimte er eigenlijk in hen zit. Veel vrouwen komen binnen met het idee dat ze wat inzichten zullen meenemen, en vertrekken met iets veel fundamentele: het gevoel dat ze een stuk van zichzelf hebben teruggevonden. Mooi toch?

Je richt je sterk op ondernemers. Waarom?

Omdat ondernemen alles uitvergroot. Je relatie met geld. Je grenzen. Je energie. Je behoefte aan erkenning. Je patroon van altijd maar doorgaan. Je verantwoordelijkheidsgevoel. Het ouder zijn. Veel ondernemers bouwen iets moois op, maar verliezen onderweg zichzelf. Of hun relatie. Dan lijkt het alsof het zakelijke probleem centraal staat, terwijl het vaak veel dieper zit. Als jij niet op één staat en je relatie niet op twee, loop je vroeg of laat tegen de lamp.

Wat zie je bij vrouwelijke ondernemers gebeuren. Met welke struggles komen ze bij jou?

Veel vrouwen functioneren op pure daadkracht. Heel doelgericht, verantwoordelijk, sterk. Heel mannelijk. Maar vaak ook hard. Naar zichzelf vooral. Ze zeggen dingen zoals: 'Ik kan alles alleen. Ik mag niet falen. Ik moet het blijven trekken!' En ergens voelen ze dat er meer in hen zit, ze houden zichzelf op de af van ervaren geen plezier meer in wat ze doen.

Wat ik dan zo mooi vind, is wanneer die maskers afvallen in groep. Dan ontstaat er sisterhood. Geen klaagclub, maar echte kracht.

Wat maakt jouw aanpak anders?

Ik geloof niet dat je alles kunt uitpraten. Sommige blokkades zitten niet in woorden, maar in je zenuwstelsel, je ademhaling, je lijf. Je kunt uren praten over grenzen. Of je kunt ze één keer voelen in je lichaam. Daarom werk ik belichaamd en tantrisch geïnspireerd. Ik wil vrouwen niet uitleggen hoe kracht voelt. Ik wil dat ze het ervaren!

Die sisterhood komt heel vaak terug in jouw trajecten, wat betekent dat voor jou?

Dat is iets wat mij telkens opnieuw raakt in mijn trajecten voor vrouwelijke ondernemers. Ik zie vaak hoe vrouwen binnenkomen met hun masker nog op: sterk, zelfstandig en gewend om alles alleen te dragen. Maar zodra er veiligheid ontstaat, verandert de sfeer. Als vrouwen hun masker neerleggen, zie je hoe warm, inspirerend en supportieve we voor elkaar kunnen zijn. Dat is geen rondje klagen en zagen, maar elkaar dragen in kracht en moedigheid. Sisterhood gaat voor mij over een plek waar vrouwen niets hoeven te bewijzen, waar je niet wordt vergeleken of wordt beoordeeld op je titel. Dat is misschien het mooiste cadeau dat vrouwen elkaar kunnen geven: aanwezig zijn en alles mogen verwelkomen. Ik heb de meest juicy, orgastische vrouwen ontmoet in fases waarvan de wereld zegt dat ze moeten dimmen, denk maar aan vrouwen in de peri-of postmenopauze. Vrouwen die net dan voller beginnen leven!

*“Als vrouwen hun masker neerleggen,
zie je hoe warm, inspirerend en supportieve
we voor elkaar kunnen zijn!”*



Je spreekt ook over vrouwelijk leiderschap. Wat bedoel je daarmee?

Dat we leren ondernemen met ons lichaam in plaats van ertegenin. Onze cyclus, onze energie, onze fases in vrouw-zijn, ... dat zijn geen obstakels, dat zijn richtingaanwijzers. Ik probeer zelf ook volgens mijn cyclus te werken. Dat lukt niet altijd perfect, maar het verandert veel. Ik vind het heel belangrijk om te leven en werken volgens je cyclus en op tijd rust te nemen. Het is heel belangrijk om je als vrouw hierdoor te laten gidsen. Maar als ik mijn eisprong heb, dan moet je mij laten doen in mijn bedrijf want dan ga ik voluit (lacht). In de trajecten voor vrouwelijke ondernemers laat ik me ondersteunen door mijn sister Joyce Fias, leading by example is ook heel erg belangrijk voor mij!

Griet Alice, wat betekent ondernemen vandaag voor jou?

Creëren en bijdragen aan een mooiere wereld. Voor mij is ondernemen creëren vanuit mijn vrouwelijke bron. Ons lichaam draagt van nature het vermogen om leven te creëren. Diezelfde levensenergie kunnen we ook inzetten om een missie, een bedrijf of een idee vorm te geven. Als je als ondernemer op je plek zit, voel je dat ook. Dan komt het vanuit iets echts!



LUISTERTIP

Griet Alice en Koen hebben ook hun eigen podcast **'Bedrijf de liefde'**, een podcast over ondernemen en verbinding, over de boardroom én de bedroom, over lachen én huilen. Maar vooral over liefde en over passie voor het leven.



Voel je na dit interview dat er iets begint te kriebelen? Dat het tijd is om niet alleen slimmer, maar ook eerlijker en meer in lijn met jezelf te ondernemen?

Dan start het contact bij Full of Wonder meestal met een vrijblijvende kennismakingscall. Geen snelle intake of verkooppraatje, wel een eerste gesprek om te voelen of er een echte klik is.

Via hun website ontdek je trajecten voor vrouwelijke ondernemers, koppels en retreats.

 fullofwonder.be
 [thisisfullofwonder](https://www.instagram.com/thisisfullofwonder)