



IN DEZE SERIE KOMT STEEDS EEN VROUW AAN HET WOORD OVER HAAR DAGELIJKS LEVEN EN EIGENSCHAPPEN DIE HAAR MAKEN TOT WIE 'ZE IS'.

‘Als topsporter leefde ik vooral vanuit angst’

“TOPSPORT IS VOOR MIJ EEN MIDDEL GEWEEST OM TE ONTDEKKEN WIE IK EIGENLIJK BEN.” AAN HET WOORD IS EDITH BOSCH, TOT 2013 SUCCESVOL PROFESSIONEEL JUDOKA. NU IS ZE COACH EN HELPT ZE MENSEN BIJ HET “BEWUSTER WORDEN DAT ZE VEEL MEER ZIJN DAN ZE VAAK DENKEN EN DAT ZE OOK VEEL MEER KUNNEN DAN ZE VAAK DENKEN.”

Als je alleen thuis bent, hoe zit je er dan bij, wat draag je dan?

“Dan draag ik het liefst een joggingbroek met een zachte sweater, heerlijk! Daarnaast loop ik trouwens zonder schroom naar buiten. Ik zit ook graag op de grond om aandacht te geven aan mijn mooie hond en lieve poes. In de woonkamer van mijn Amsterdamse appartement heb ik een groot hart met graffiti laten spuiten. De reminder voor mezelf dat ik liefde kom brengen. Haha, mijn moeder zei: ‘Waarom heb je dat niet in je slaapkamer gedaan?’ Mijn thuis is ook een plek waar iedereen welkom is. Een goede vriendin woont nu tijdelijk bij me.”

Wie is jouw grootste inspiratiebron en waarom?

“Mensen! Na de topsport heb ik in het coachen van mensen echt een nieuwe passie gevonden. Als ik in een gesprek iemand echt zie, kan ik daarvan genieten. Als topsporter leefde ik vooral vanuit angst, ik twijfelde constant aan mezelf. Vervolgens probeerde ik met topprestaties via de buitenwereld de bevestiging

te krijgen dat ik toch oké was. Daarmee creëerde ik zo’n energieke. Maar ook een manier om niet echt mezelf te hoeven zijn. Door mij bewust te worden van die keuze en mij te verbinden met mijn bijbehorende angst, kwam ik tot het inzicht dat daaronder het verlangen lag om vanuit onvoorwaardelijke liefde te leven. Vanuit angst zie je alleen maar dreiging, terwijl je zoveel kunt toevoegen als je gaat leven vanuit liefde. Dat begint bij liefde voor jezelf.”

Wat durfde je nooit, en heb je toch gedaan?

“Ik durfde nooit in het donker een bos of park in te gaan. Drie jaar geleden werd ik me ervan bewust waar mijn weerstand echt zat. Wat zei het over mij dat ik het zo spannend vond? Donker stond voor mij voor geen overzicht hebben. Het zat voor mij op zijsniveau: overgeven, het niet allemaal hoeven weten en controleren. Ik moest er op een andere manier naar kijken. Daarna ging ik het donker anders ervaren en ben ik het bos gewoon in gelopen.”

TEKST: INGE-MIRIAM BOSVELD FOTOGRAFIE: ELISABETH ISMAIL STYLING EN VISAGIE: JUDITH LOOYE



‘Ik twijfelde constant aan mezelf’