

Een openhartig gesprek met Michael Pilarczyk

Innerlijke kracht in chaotische tijden



Michael Pilarczyk | Youri Claessens Photography

Michael Pilarczyk is mede-oprichter van de Mastermind Academy en Meditation Moments (de #1 meditatie-app van Nederland voor rust, slaap en mindfulness) en auteur van bestsellers zoals *Master Your Mindset* (meer dan 350.000 exemplaren verkocht). Hij is een autoriteit op het gebied van mindset en persoonlijke ontwikkeling en staat bekend als ‘Mister Mindset’. Een vruchtbaar en rijk leven, zou je denken. Maar dat is niet altijd zo geweest... Want meester worden over je mind, hoe doe je dat eigenlijk?

TEKST: HILDA SPRUIT

Michael Pilarczyk (1969) verhuisde op jonge leeftijd vanuit Polen naar Nederland en droomde al vanaf zijn dertiende van een carrière als DJ. Met zijn rustige, warme stem maakte hij die droom waar bij onder andere Radio 538 en TMF. Later was hij ook te zien als tv-presentator bij RTL. In die tijd presenteerde hij voor Radio Veronica enkele afleveringen van *Het Zwarte Gat*, een programma over bovennatuurlijke en spirituele zaken. Naast zijn werk in de media, ontpopte Pilarczyk zich tot een gedreven ondernemer. Al op jonge leeftijd vergaarde hij een fortuin, maar op zijn 29^e stortte alles in. Door eigen fouten verloor hij zijn volledige vermogen en bleef hij achter met een schuld van twee miljoen gulden. Toch krabbelde hij op, bouwde opnieuw een bedrijf op en verkocht dat op zijn 37^e met succes. Uitgeput door jaren van keihard werken, besloot hij het roer radicaal om te gooien. Letterlijk, want hij vertrok voor een lange zeilreis, een droom die al sinds zijn jeugd aan hem trok. Op zee vond hij niet alleen rust, maar ook een dieper inzicht van meditatie, spiritualiteit en mindset. Hij schreef zijn eerste boek *Dansen in de Hemel* en besloot zijn leven volledig te wijden aan persoonlijke ontwikkeling. In 2015 richtte Pilarczyk de Mastermind Academy op, samen met Cindy Koeman, met wie hij in 2022 trouwde. Via zijn boeken, evenementen en online programma's helpt hij nu tienduizenden mensen om hun leven vorm te geven. In dit openhartige interview deelt hij zijn inzichten over kracht, verandering en rust in je hoofd. En hoe trouw te blijven aan jezelf om uiteindelijk je mooiste leven te kunnen leven.

Michael, je presenteerde destijds afleveringen van Het Zwarte Gat. Uit dat radioprogramma kwam ParaVisie Magazine voort. Hoe voelt het om juist voor dit blad geïnterviewd te worden en vind je het leuk om terug te kijken op die beginjaren?

“Ik was verrast. Ik had er lang niets meer van gehoord; het was een beetje uit mijn wereld verdwenen. Ik lees sowieso niet veel en zag ParaVisie ook niet meer zo vaak voorbijkomen. Ik was 19 of 20 toen ik *Het Zwarte Gat* ging presenteren. Bart van Leeuwen stopte ermee als presentator en het werd mijn eerste programma daar. Ik wilde graag plaatjes draaien bij 3FM, maar daar was geen plek. Toen Bart wegging, zei iemand: ‘We hebben wél een programma op Radio 5.’ Dat was *Het Zwarte Gat*. Ze wisten niet dat ik al heel lang bezig was met spirituele zaken en dat *Het Zwarte Gat* perfect bij me paste. Ik vond het superboeiend om met al die spirituele mensen te praten en leerde er mijn levenscoach Egon Massink kennen en paragnost André Groote (1944-2019), met wie ik nog lang contact hield. De meeste helderzienden van toen zijn er helaas niet meer. Laatst kreeg ik een uitnodiging voor een reünie met mensen van toen, maar het kwam niet uit. Het programma komt dus ineens weer regelmatig op mijn pad



André Groote

‘Verandering begint bij bewustwording’

en ik vond het echt heel boeiend. Ik weet niet of zoiets nu nog bestaat, maar zo'n programma zou je makkelijk op bijvoorbeeld YouTube kunnen doen."

Wat vond je toen van de opkomende New Age-beweging?

"Ja, zo heette het toen: New Age. Ik had *De Celestijnse belofte* van James Redfield gelezen, een enorme hype destijds. Ik vond het een spannend en goed boek, maar verder deed ik mijn eigen ding en leefde in mijn eigen wereld. Ik ga niet zo mee met stromingen. Die New Age is een momentum dat weer voorbijging. Nu spreekt men over kristalkinderen, geboren in de afgelopen 25 jaar als onderdeel van een nieuwe stroming. Ik denk dat bij veel kinderen van nu een bewustzijnsverandering is, maar volwassenen met een beperkt bewustzijn kunnen dat vaak niet voeden. Een verlicht kind dat opgroeit in een wereld die dat niet ondersteunt, ontwikkelt zich niet als een hoger bewustzijnskind. Het collectieve bewustzijn verandert pas echt als een hele generatie dat hogere bewustzijn behoudt. En dat gebeurt niet."

Zie je een lijn tussen je beginjaren bij Het Zwarte Gat en jouw huidige werk?

"Zeker. Ik zit weer zo'n beetje op dezelfde lijn. Alles wat ik bij radio en media heb gedaan, heeft bijgedragen aan wat ik nu doe. Aan mijn levenscoach vroeg ik eens: is alles voorbestemd of kies je zelf? Mijn stelling is dat je leven grotendeels maakbaar is, maar er zijn mensen die zeggen dat elke keuze die je maakt zo had moeten zijn, want zo staat het geschreven. We geloven in de Akasha, een etherisch archief met alle zielsinformatie. Daarin staat het hele levenspad beschreven. Je kunt een beetje naar links of rechts afwijken, maar uiteindelijk kom je uit waar je

'Collectief bewustzijn verandert pas echt als een hele generatie een hoger bewustzijn behoudt. En dat gebeurt niet'

moet zijn. Egon zegt altijd: 'Uj bent een boodschapper, je moet het verhaal gaan vertellen over hoe mensen moeten leven.' Toen ik hem vroeg of hij, toen ik achttien was, al wist dat ik dit zou gaan doen, zei hij: 'Ja natuurlijk, het had niet anders gekund, want zo stond het geschreven.' Dat geloof ik wel, maar ik hou ook vast aan vrije wil: ik koos hier zelf voor, ik had ook 'nee' kunnen zeggen. Toch weet ik nog goed dat ik rond mijn twintigste veel kon zien. Ik weet niet of je het voorspellen kunt noemen, maar ik kon vooruitkijken en wist dat ik tot mijn veertigste veel geld moest verdienen. Daarna kon ik me met spirituele zaken bezighouden. Toen zakte ik echter in mijn eigen zwarte gat en zag ineens niets meer, ook geen toekomst. Ik moest eerst in dat gat vallen om een nieuwe richting te kiezen. In die periode kwamen er signalen op mijn pad die leidden naar wat ik nu doe. Het voelt goed, ik ben er heel blij mee. Het is dus toch een soort voorbestemming of roeping."

Veronica-eindredacteur Leo de Ruiter: 'Jesus was ook paranormaal'

Het Zwarte Gat vijftien jaar

Van onze tv-redactie

HILVERSUM - „Het paranormale geeft mensen misschien meer inzicht. Het inzicht dat er meer is." Leo de Ruiter, eindredacteur van het Veronica radioprogramma *Het Zwarte Gat* (elke maandag om 22 uur op Radio 5) doet, geheel in tegenstelling tot de verwachtingen, heel 'gewoon' over paranormale kwesties. „Eindelijk is iedereen paranormaal," zegt hij, „alleen komt het bij de één eruit en bij de ander niet."

Vijftien jaar geleden en inmiddels 600 afleveringen terug begon Veronica (toen op Radio 2) met de eerste uitzendingen van *Het Zwarte Gat*. Vrijwel onmiddellijk na de eerste uitzendingen een idee van John Haanen en Piet van Leeuwen werd Leo de Ruiter bij de redactie betrokken.

Al 15 jaar lang is het aantal luisteraars vrijwel constant, rond de 190.000, die gemiddeld 100 brieven (met suggesties en vragen) per week naar Veronica sturen. En dat is veel, zeker voor een Radio 5-programma. „We hebben meer luisteraars dan lichaamsleer bij RTL5."

Telepathie
Leo de Ruiter (53) is er niet de meest naar om in zijn taalgebruik over paragnosten en andere zaken die zich tussen 'tussen hemel en aarde' bewegen, te praten. „Het Zwarte Gat gaat over een andere werkelijkheid. We worden geboren, trouwen, krijgen kinderen, doen boodschappen en rijden auto. Heel gewoon. Daarnaast is er een werkelijkheid die daar dwars doorheen loopt. Er blijkt een bepaalde communicatie te bestaan van meer dan alleen maar het gesproken woord. Dan heb je het dus over telepathie. Want sommige mensen hebben een telepathische Communicatie met elkaar - onzichtbaar - maar hij bestaat wel degelijk."

De belangstelling voor paranormale zaken die al jaar in jaar uit groeit, beleeft in de optiek van De Ruiter volgend jaar zijn hoogtepunt. Hij kan niet precies aangeven, waarop hij die voorkeuring baseert. Wel een beetje: „Het komt ook door het langdurige gedonder op de wereld in landen als het vroegere Joegoslavië, Somalië en de Golfoorlog. Er is veel ellende geweest en er is nog veel ellende. Het is gevaarlijk om te zeggen, maar ik denk dat de kerken het laten afweten. Ik merk dat aan het toenemend aantal

christelijke luisteraars. Deze mensen willen antwoorden op vragen, die de kerk kennelijk niet geeft. Het is bij ons overigens niet zo, dat je je leven in handen legt van een Heiland. Je eigen verantwoordelijkheid wordt benadrukt in dit wereldje."

Critici
Met critici en sceptici heeft De Ruiter geen enkele moeite. „Stel je voor dat je maar klakkeloos achter alles op paranormaal gebied aanrent. Kritisch zijn is een voorwaarde om dit werk te kunnen doen." Het is geen onzin? De Ruiter zegt lacherig. „Dat is onbegrip." Daarna: „Dat is het absoluut niet. Over de hele wereld worden experimenten gedaan door natuurkundigen en andere wetenschappers. Ook op de universiteit van Utrecht, waar een leerstoel Parapsychologie bestaat. Die mensen houden zich hopelijk niet bezig met allerlei onzin."

Het paranormale is volgens De Ruiter niet slechts weggelegd voor een select gezelschap. „Als je gewoon gezond bent en je functioneert goed dan sta je voor alles open. Dus ook voor paranormale dingen. De een heeft het wat sterker dan de ander. Feit is dat iedereen paranormale ervaringen in zijn leven heeft gehad. Jesus was ook zo paranormaal als het maar zijn kan. Hij is een archetypisch voorbeeld van een paranormaal iemand, omdat hij al zijn kwaliteiten wist te benutten. Dat kunnen we allemaal in de bijbel lezen." De Ruiter geeft wel toe dat het vaak om de 'zoekende mens' gaat, die een meer dan gemiddelde belangstelling ontwikkelt voor het paranormale. „Maar er steekt toch niks kwaads in als je antwoorden - die je elders niet krijgt - probeert te vinden bij *Het Zwarte Gat*."

Laatste vraag. Gelof je in spoken? „Spoken bestaan niet. Als mensen vreemde geluiden horen of rare dingen zien, dan heeft dat bijna altijd een psychologische oorzaak. Ze horen de wind suizen en beelden zich dan onmiddellijk wat in."

● Leo de Ruiter: „Het paranormale is niet weggelegd voor een select gezelschap." Foto: GPD



Cindy en Michael | Youri Claessens Photography

Heb je het idee dat dat niet meer kunnen zien met ouder worden te maken heeft? Ik hoor daar gevoelige mensen ook weleens over.

“Dat kan, maar ik denk dat het vooral komt doordat je bewust of onbewust niet op de goede frequentie leeft. Als je er geen ruimte voor creëert, kan het er ook niet zijn. Voordat ik Meditation Moments begon, deed ik al diepgaande meditaties. Ik kende Cindy, die trouwens ook veel kan zien, toen net. Ik kwam uit volledige chaos na het verkopen van mijn bedrijf in 2007 en jaren zeilen om tot mezelf te komen. In die diepe meditaties kon ik weer heel veel zien. Alles rond corona heb ik toen al gezien: grijze poppetjes zonder gezichten, moeizaam achter elkaar aan lopend, vermoeide, gesloopte en verwarde mensen die niet wisten waarheen ze gingen. Het waren bizarre dingen die ik niet eerder zo had ervaren. Surrealistisch bijna, terwijl ik volledig in rust was, waardoor ik het kon ontvangen. Als ik nu weer in die staat van rust ben, voel en zie ik weer veel. Van Egon leerde ik hoe ik tijdens witlichtmeditaties makkelijk naar die Witte Kamer (innerlijke plek van rust, helderheid, vrede en verbondenheid) kon komen. En daar, in die Witte Kamer, vind ik veel antwoorden. Die intuïtie kan dus terugkomen, maar niet op afroep.”

Spiritualiteit loopt dus als een rode draad door je leven. Ik heb ook begrepen dat je als kind entiteiten hebt waargenomen. Wil je daar iets over vertellen?

“Er zijn twee ervaringen die ik me nog levendig kan herinneren en die steeds terugkwamen. Rond mijn vierde kreeg ik mijn eigen kamer waar ik tot mijn elfde moeite met

‘Soms voelt het alsof ik ’s nachts aan mijn armen uit bed word getrokken, weggezogen naar een andere dimensie’

slapen had. Ik zag regelmatig een ridder met baard en harnas van de zoldertrap lopen die naast mijn bed kwam staan. Hij deed niets, maar het was beangstigend. Ik had er nachtmerries van en kon soms van angst geen geluid meer uitbrengen. Uiteindelijk leerde ik ermee omgaan, maar het ging nooit helemaal weg. De andere ervaring was een wit, rond object, een soort ufo. Het landde en ging open. Er kwam een trapje uit en witte poppetjes die me wilden meenemen. Soms voelde het alsof dat ook echt gebeurde, waarna ze me weer terugbrachten. Nu, vijftig jaar later, denk ik er nog over na: was het echt? Wilden ze iets vertellen? Die ridder was ik misschien zelf vanuit de toekomst, maar die witte poppetjes gaven me het gevoel dat ik ergens anders nodig was. Ook nu gebeurt het nog weleens, ’s nachts, in een andere staat van bewustzijn. Dan voelt het alsof ik aan mijn armen uit bed word getrokken, weggezogen naar een andere dimensie. Ik vind het geen prettige ervaring. Rond mijn twintigste kon ik entiteiten waarnemen. Mijn hond ook. Als ik iets zag begon zij te blaffen.”

Je woont met Cindy en je pasgeboren dochter op Mallorca. Mis je Nederland?

“Nee, het Nederland van nu mis ik niet, ik ben hier super gelukkig. Mijn vader woont er nog, dus kom ik regelmatig voor hem zorgen en even samen zijn. Maar het Nederland van de jaren tachtig en negentig mis ik wél. Het doet me verdriet om te zien hoe een mooi land de vernieling in kan gaan. Ik zie nu alleen maar afschuwelijke windmolens. Mensen lijken vaker boos, vriendelijkheid en verdraagzaamheid zijn uit het straatbeeld verdwenen. Verandering kan goed zijn, zolang het vooruitgang brengt. Maar wat ik zie is een tragische afbraak van wat ooit een prachtig land was.”

Zie je de huidige onrust als collectieve groeifase?

“Integendeel. Als er een collectief zou zijn, zou er een verenigde kracht zijn en hoefde je je geen zorgen te maken. Elke heerser profiteert van verdeeldheid. Zolang die verdeeldheid er is, en die is groter dan ooit, heeft de machthebber vrij spel. Mensen zijn te druk met ruzie maken om te zien wat er achter hun rug gebeurt. Soms verklaren mensen me voor gek als ik vertel wat er gaande is. Ik begin steeds meer te begrijpen hoe makkelijk acht miljard mensen misleid kunnen worden. En mensen laten het gewoon toe. Ik twijfel soms ook: zie ik het dan verkeerd? Maar nee, het voelt als de waarheid. Mensen denken vaak dat het goede altijd wint, maar dat hoeft niet. De wet van de aantrekkingskracht werkt ook voor wie jij ‘slecht’ noemt. Het universum oordeelt daar niet over en geeft het kwaad net zoveel macht als het goede. Los daarvan gebeuren er vreemde dingen op deze planeet. Kijk bijvoorbeeld naar Europa: alles wordt extreem gecontroleerd. Vrijheden en geld worden via belastingen afgenomen en niemand vraagt waar dat geld naartoe gaat. Dat mensen dat allemaal toelaten, ik begrijp het niet. En misschien is het ook niet zo erg dat alles gecontroleerd wordt, als dat maar op een juiste manier gebeurt. Dan is er niet zoveel aan de hand.”

Hoe blijf je in balans te midden van al die onrust, chaos, oorlogen, crisissen en maatschappelijke verdeeldheid? Hoe ga je ermee om?

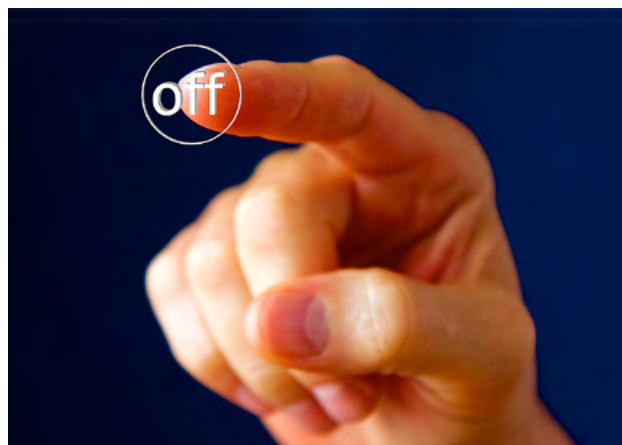
“Je zit er niet middenin. Je staat niet aan het front, er vliegen geen kogels om je oren. Veel onrust verzint je zelf. Ik heb er geen last van. Ik kijk om me heen en het is hier echt prachtig, de hemel op aarde. Als je minder nieuws volgt, heb je er al minder last van. Dat nieuws is er toch wel en je hebt er last van, omdat je je aandacht erop richt. Je hoeft het ook niet te ontkennen, maar wat heeft het voor zin om voortdurend boos te zijn? Wat ik me wel afvraag, is hoe het kan dat in de media alles vaak maar van één kant wordt belicht. Dat vind ik dubieus. Ik weet dat Nederlandse media in handen zijn van slechts twee partijen buiten Nederland. Twee partijen die alles aansturen. Over die eenzijdige belichting heb ik weleens met journalisten gesproken. Zij zeggen dat het niet zo is. Ik vind dat naïef. Ik heb journalistiek gestudeerd en weet dat journalisten juist alle kanten moeten belichten. Veel mensen willen blijkbaar in dat nieuws geloven en nemen het klakkeloos aan. Dan

‘Ik begin steeds meer te begrijpen hoe makkelijk acht miljard mensen misleid kunnen worden’

moeten ze ook de consequenties ervan ervaren. En jouw vraag: hoe ga je met die onrust om? Je hoeft er niet mee om te gaan. Je moet omgaan met jezelf. Als je hoofd zich elke dag met ellende vult, dan zit je er letterlijk middenin. Dat is een keuze die je niet hoeft te maken.”

Veel mensen voelen zich machteloos, boos en onrustig. Hoe kunnen we ons daaruit bevrijden en weer verbinding vinden met onszelf en anderen?

“Het grootste probleem is gebrek aan helderheid. Veel mensen leven in een dikke mistbank en denken dat dat de werkelijkheid is. Dat is het gordijn van de illusie waar al duizenden jaren over gesproken wordt. Op het moment dat je door die mist heen kijkt, verandert je uitzicht, ontstaat er helderheid en maak je je minder zorgen. Neem mijn eigen angst: dat de overheid ooit mijn bankrekening plundert, mijn goud inpikt of mijn huis afpakt... want ze hebben tegenwoordig toegang tot alles. Het klinkt extreem, maar tachtig jaar geleden gebeurde het ook en in de afgelopen honderd jaar kun je wereldwijd meerdere van dat soort situaties opsommen. Dus zo gek is die angst niet. En wat dan? Als je niet weet waar je bang voor bent, schep dan eerst helderheid: wáár ben ik eigenlijk bang voor? Met respect: veel mensen hebben materieel weinig te verliezen. Maar zodra basiszekerheid, een dak boven je hoofd, eten en schoon water in gevaar komen, wordt het pas echt bedreigend. Ik denk dat drinkwater een van de grootste problemen wordt. Elektriciteit kan uitvallen, dat gebeurt vroeg of laat toch wel, zoals een tijdje geleden in Spanje, Portugal en Frankrijk. Blaas een pijp: geen olie meer, ligt ook alles stil. Die hele illusie van oorlogsvoe-





‘Het doet me verdriet om te zien hoe een mooi land als Nederland de vernieling in kan gaan’

ring met geweren, tanks en drones is leuk bedacht, maar als iemand echt kwaad wil, hoeft het niet zo moeilijk. Uiteindelijk draait het om basisdingen, zoals eten en drinken. Dáár gaan we het probleem ervaren en daar zouden we ons meer bewust van moeten zijn.”

Het lijkt of alles steeds meer zwart-wit wordt: politiek, media, meningen. Er is weinig ruimte voor nuance. Er zijn telkens maar twee keuzes: rechts/links, Oekraïne/Rusland, Gaza/Israël et cetera. Herken je dat?

“Ik heb ontdekt dat ik van al die situaties veel te weinig weet. Neem als voorbeeld een ruzie met mijn vrouw: niemand kent alle feiten, maar iedereen heeft een mening. Zo zie ik die grote conflicten ook. Ik heb nog nooit iemand uit Gaza of Israël gesproken die uit eerste hand kan vertellen hoe het echt zit. Wel sprak ik mensen uit Rusland en Oekraïne. Iedereen vindt het verschrikkelijk wat daar gebeurt, maar ze zeggen ook: ‘Jullie in het Westen horen maar een klein stukje van de waarheid.’ Mijn regel is: oordeel niet als je niet weet waarover. Dus ik kies geen kant. Het enige wat ik kan zeggen is: ik ben tegen oorlog, conflict en onrechtvaardigheid, altijd en overal. Oorlogen zijn bovendien niets nieuws. Kijk maar in het Rijksmuseum, een groot deel van de schilderijen gaat over oorlog. Na 1945 dachten we misschien: dat nooit meer, we hebben geleerd. Maar sindsdien zijn er vele oorlogen geweest.

De Balkanoorlog, Irak, Iran, Israël en omliggende landen, Soedan, grote delen van Afrika. Het is nooit echt vredig geweest.”

Je krijgt ook weleens kritiek. Hoe ga jij om met negatieve reacties?

“Ctrl-alt-delete. Als mensen heel vervelende dingen roepen onder mijn posts, blokkeer ik ze. Dan hoeven we elkaar niet meer tegen te komen en hebben we er beiden geen last meer van. Het raakt mij niet. Vroeger dacht ik nog wel eens: hoe kun je dat zeggen? Nu begrijp ik dat veel mensen online handelen vanuit frustratie, trauma of agressie. Als ik ze in het echt zou tegenkomen, zou ik ze hulp aanbieden. Kritiek komt soms neer op jaloezie of een gevoel van oneerlijkheid: jij hebt alles, ik niet, jij bent gelukkig, ik niet. Dan moeten ze bij zichzelf te rade gaan: zelfreflectie en zelfkennis, daar kunnen ze nog iets van leren. In alle eerlijkheid had ik dat op mijn dertigste ook niet, ik oordeelde veel en kon heel boos zijn. Nu word ik minder snel boos, al voel ik soms wel teleurstelling en verdriet. Dat uit zich dan af en toe in boosheid.”

Waar ben je dan soms zo teleurgesteld in dat dat zich uiteindelijk uit in boosheid?

“Bijvoorbeeld in politici. Ik zie vaak dat besluiten niet in het belang van de samenleving worden genomen. Dat

frustreert me en maakt me boos, omdat ik het misbruik maken vind van hun positie. Als je de hele politiek zou wegvagen, denk ik dat de samenleving binnen twee jaar veel meer tot elkaar zou komen. Polarisatie wordt aangewakkerd vanuit de politiek. Wat tijdens de corona-periode is gebeurd, laat zien dat mensen kunnen worden misleid. Ik vind dat mensen daarvoor berecht moeten worden. In andere landen gaan politici de gevangenis in voor fouten; alles moet op z'n minst openlijk onderzocht worden. Als achteraf blijkt dat ze juist handelden, is dat voor iedereen duidelijk. Inmiddels is aangetoond dat er veel meer kennis was. Ik zou mezelf niet meer in de spiegel kunnen aankijken. We leven in een democratie, behalve als het erop aankomt. Dan wordt alles zwartgelakt en bewijs weggetoverd. Waarom mogen we bepaalde dingen niet weten? Het volk zou moeten zeggen: tot alles open en eerlijk is, stoppen we met belasting betalen. Maar dat is het probleem in Nederland: er is geen eenheid."

Toch zie ik steeds meer mensen in kleine leefgemeenschappen elkaar helpen. Ik zie ze als lichtpuntjes die zich uiteindelijk met elkaar verbinden. Dat geeft me hoop. Hoe zie jij dat?

"Daar heb ik een mooie metafoor bij. Als je 's nachts vanuit een vliegtuigraam kijkt, zie je vooral veel donkerte met af en toe een lichtje. Die lichtpuntjes vallen op in al dat donker, zelfs een paar trekken al de aandacht. Zorg dat jij dat lichtpuntje bent. Als we niet alleen positief denken, maar ook positief dóen, een hand uitsteken, iemand helpen, wordt verandering zichtbaar. Laten we dat doen, het zichtbaar maken voor elkaar! Kom in actie, ook met kleine stappen: raap rommel van de straat, ruim je hoofd, je hart en je huis op."

Jouw laatste boek, 'Design Your Own Life', richt zich op jongeren. Waarom vind je het belangrijk om juist jongeren te bereiken?

"Tien jaar geleden schreef ik *Master Your Mindset*, een boek voor veertigers over wat je nodig hebt om zinvol te kunnen leven. Tijdens de lockdowns merkte ik dat jongere lezers het oppakten. Eerst 30+, toen 20+ en uiteindelijk kwamen er berichtjes binnen van jongeren vanaf vijftien jaar. Het boek was niet voor hen geschreven, op die leeftijd zit je immers anders in de wedstrijd. Dus schreef ik het opnieuw met dezelfde boodschap, maar dan herkenbaar voor achttien- tot dertigjarigen, met praktijkvoorbeelden uit coachingsgesprekken met jonge mensen. Voor feedback zette ik een leespanel op met zo'n 3500 jongeren. Samen selecteerden we vijftien kernvragen die het boek moesten vormen. Zo wist ik zeker dat het hun taal sprak en hen zou aanspreken."

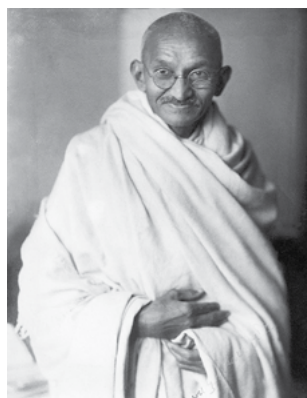
Zie je ontwikkelingen onder hen?

"Zeker. Er zijn jongeren rond de 25 die het heel goed oppakken. Ze geven richting aan hun leven, zetten duidelijke koersen uit en stellen doelen. Ik zie ze enorme stappen maken, zakelijk, financieel, en op gezondheidsgebied. Het is een klein groepje, maar hun impact is zichtbaar. Een veel grotere groep heeft het mentaal en sociaal moeilijk. Ze durven niet voor zichzelf te kiezen, hebben last van moeilijke thuissituaties, sociale problemen met vrienden en voelen zich niet begrepen. Op emotioneel vlak speelt daar zoveel dat het hen belemmert. Los daarvan vind ik veel jongeren broos en zwak, geen aanpakkers. Als het tegenzit, kiezen ze eerder de slachtofferpositie dan: hoe los ik dit op en hoe kan ik verder? Ook dat is een duidelijk zichtbaar signaal."





Moeder Teresa



Mahatma Gandhi



Nelson Mandela

Ben je positief of bang dat de technologie/digitale wereld met ze aan de haal gaat?

“Daar ben ik niet zo bang voor. Een mes kan gevaarlijk zijn: je kunt er voedsel mee bereiden of iemand doden. Voor technologie geldt hetzelfde: het hangt af van hoe je ermee omgaat. Ik zie jongeren social media en AI combineren en er veel geld mee verdienen. Ik coach iemand van 22 die 25 duizend euro per maand verdient. Hij is slim en past mijn techniek toe. Vergelijk dat met de 17-jarige zoon van een vriend die voor vijf euro per uur een bijbaantje heeft. Als hij daar happy mee is, prima, maar ik weet dat hij veel meer kan verdienen door zich in die technologie te verdiepen. Hij keek me aan van: ik weet niet waar je het over hebt. En dan denk ik: je begrijpt het niet of je wilt het niet begrijpen. Technologie kun je dus gebruiken in je voordeel of je scrollt de hele dag. Maar we overleven het wel, net als één of twee eeuwen geleden. Voor ons, ouderen, is het ook nieuw en spannend, we kunnen het niet meer bijhouden. Soms denk ik: laat maar, ik vind het wel best. Wat me wél zorgen baart, is hoe die technologie ons de afgelopen jaren steeds meer heeft beperkt. De meesten met een mobiele telefoon en een pinpas hebben geen idee hoe gevangen hun leven is geworden. We hebben dat bewust of onbewust geaccepteerd. Maar de volgende stap is dat je zelfs in je eigen huis niets meer kunt doen of zeggen zonder dat alles gemonitord wordt. Hoe vrij ben je dan nog? Dat vind ik geen fijne ontwikkeling.”

Als je een gedachte of boodschap zou mogen achterlaten voor de lezers van ParaVisie, welke zou dat dan zijn?

“Mijn advies is simpel: blijf meer bij jezelf. Verbeter jezelf, zorg voor jezelf en bemoei je minder met anderen. De wereld verandert mee als jij verandert. Denk niet dat jij het positieve lichtpuntje bent in een negatieve wereld. Als je veel negativiteit ziet, zit dat vaak óók in jou en heeft het te maken met hoe jij denkt en doet. Door in ontkenning te blijven, verandert er niets. Verandering begint bij bewustwording. Wanneer je ontdekt hoe je rust in jezelf creëert, liefde kunt voelen en vanuit kracht kunt leven, hoeft je niet langer onzeker te zijn of bang voor wat anderen van je vinden. Dat klinkt eenvoudig, maar voor veel mensen is een heel leven nodig om dit te ontwikkelen. Zolang alles je raakt, sta je niet in je kracht. Dan kun je nog zoveel goeds voor anderen doen, daarmee verander je de wereld niet. De wereld verandert door mensen die moedig en krachtig zijn en het goede voorbeeld geven, zoals Mandela, moeder Teresa of Gandhi. Zij durfden zich uit te spreken en gingen conflicten niet uit de weg, maar probeerden ze op te lossen. Wanneer je zo’n staat van Zijn bereikt, zul je merken dat ook de wereld om je heen verandert.” •

Alles over Michael Pilarczyk, zijn werk en boeken op michaelpilarczyk.nl

‘De wereld verandert mee als jij verandert’



Hilda Spruit debuteerde in 2015 met haar young-adult-roman *Geestverwanten*, die in 2016 bekroond werd met de ‘Jonge Jury Debuutprijs’. *Geestverwanten* is uitgegroeid tot een trilogie, waarvan de delen *Verschuivingen* (2020) en *Dolende geesten* (2023) zijn verschenen bij uitgeverij Clavis, evenals de tweedelige prequel *De geur van azahar* met als eerste deel *Dwaallichtjes* (2025). www.hildaspruit.nl

