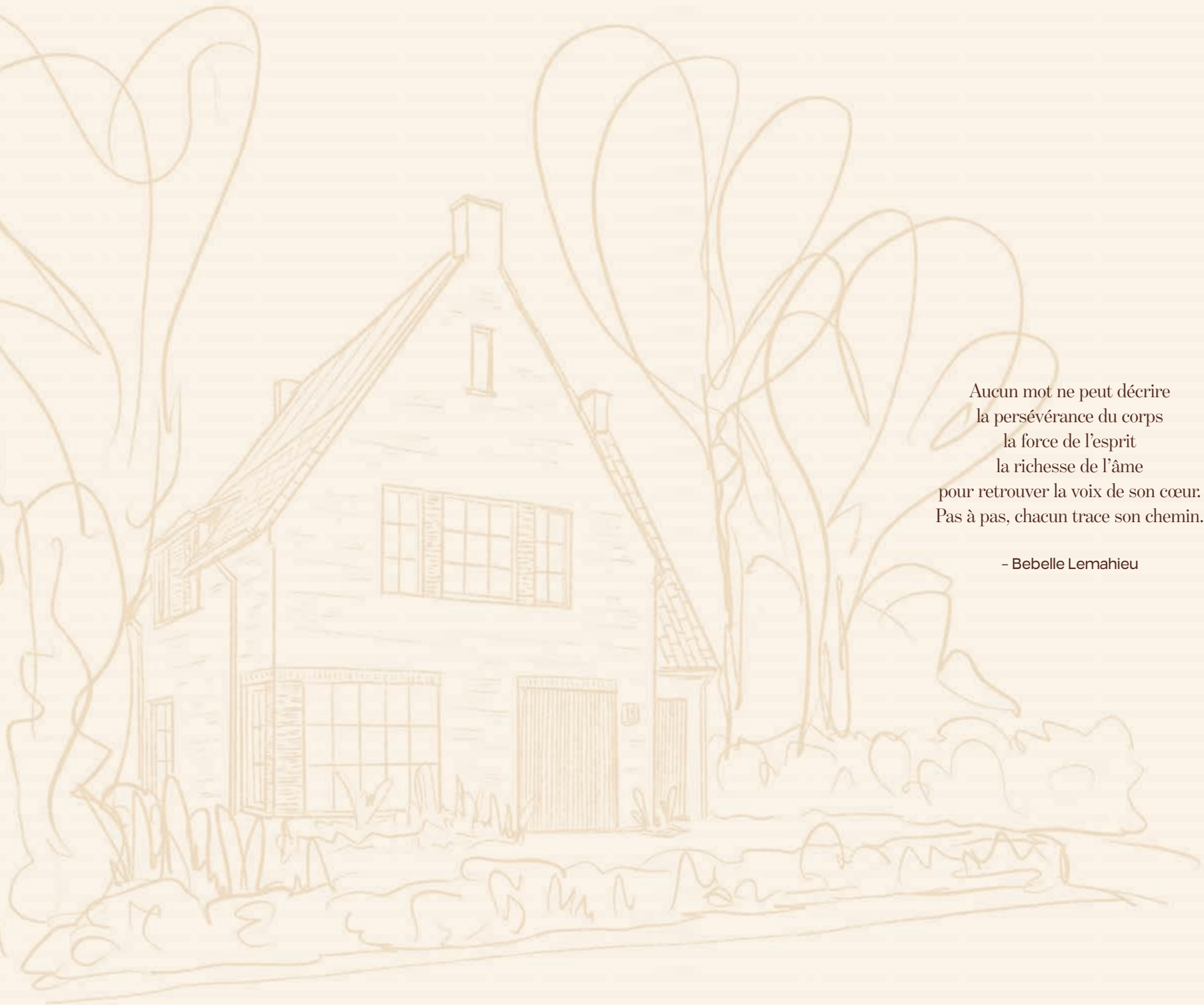


# Tussen hart & steen

8 inzichten over wonen, leven  
en de huizen die ons vormen

Bebelle Lemahieu



Aucun mot ne peut décrire  
la persévérance du corps  
la force de l'esprit  
la richesse de l'âme  
pour retrouver la voix de son cœur.  
Pas à pas, chacun trace son chemin.

- Bebelle Lemahieu

Aan mijn dochters  
Pauline en Camille

Onthoud: het leven beweegt in golven.  
Soms krachtig, soms zacht. Je bouwt met  
steen uit noodzaak en uit bescherming,  
maar het is je hart dat richting geeft.  
Tussen die twee ligt een wereld van groei,  
keuzes, vallen en weer opstaan.

Tussen hart en steen, en alles daartussen,  
vinden jullie je eigen weg. Blijf voelen, blijf  
vragen, blijf liefhebben. Blijf verwonderen.  
Dat is de ware reis.

# Inhoudstafel

<b>Voorwoord door Lynn Wesenbeek</b>	12
<b>Proloog</b>	14
<b>Het verhaal van Bebelle</b>	17
Bloedlijn van ondernemende vrouwen	20
Ik wil een vonk zijn	21
Vastgoed & zachtheid	22
Geen traditioneel vastgoedboek	25
Opnieuw leren voelen	27
<b>De 8 inzichten</b>	31
<b>1. Kies opnieuw &amp; Bevrijd jezelf van oude conditioneringen</b>	
<p>We worden van jongs af aan gevormd door de verwachtingen en patronen waarbinnen we opgroeien. Blijf je daar je hele leven in hangen, dan word je nooit wie je bent. Echte vrijheid begint waar je stopt met leven volgens het script van een ander.</p>	
<i>Het verhaal van Violette</i>	35
Architect van je eigen leven	40
Wees slim, niet vrij	42
Conditionering als sociaal smeermiddel	43
Een vorm van zelfdiscipline?	46
Je bent pas iemand als je iets voorstelt	47
Niet vechten maar voelen	49

## 2. Ontdoe je van etiketten & Ontdek wie je echt bent

We verschuilen ons achter rollen, titels en statussen. Tot het leven ons uitnodigt om te kijken wie eronder zit. Wie ben je, los van wat je doet of bezit?

<i>Het verhaal van Philippe</i>	57
Etiketten, labels en wensenlijstjes	63
Je huis hoeft geen etiket te dragen	68
Het stille midden	70
De natuur als toevluchtsoord	72

## 3. Wees je bewust van familiepatronen & Laat los wat niet meer dient

Patronen, overtuigingen en gedragingen worden vaak van generatie op generatie doorgegeven. Dat betekent niet dat ze voor jou kloppen. Verleg jij de bedding van de rivier?

<i>Het verhaal van Josephine</i>	79
Over loyaliteit en angst	84
Loskomen van het collectieve script	86
Huizen en herinneringen	89
Patronen doorbreken	93

## 4. Luister naar je lichaam & Stap uit je comfortzone

Je lichaam weet meer dan je hoofd. Angst, verdriet of spanning zijn geen vijanden, maar richtingaanwijzers. Wie durft voelen, vindt de weg terug naar zijn eigen kracht.

<i>Het verhaal van Lara</i>	103
Van denken naar weten	109
Het lichaam als stille gids	111
De comfortzone als veilige kooi	114
Wanneer huizen meebewegen met wie we zijn	117

## 5. Relativeer je bezit & Ontdek ware vrijheid

We denken vaak dat succes of zekerheid ons gelukkig maakt. Tot we beseffen dat echte waarde niet in stenen, maar in vrijheid zit. Je bent meer dan wat je bezit.

<i>Het verhaal van Céline</i>	125
Het spanningsveld tussen ego en hart	130
De link tussen bezit, wonen en vrijheid	131
Dient deze plek nog wie ik vandaag ben?	133

## 6. Beweeg mee met het leven & Vertrouw de stroom

Het leven komt in golven. Soms zacht, soms onstuimig. Wie leert meebewegen in plaats van te vechten, ontdekt de rust van overgave en het ritme van verandering.

<i>Het verhaal van Ellen</i>	141
Je huis groeit met je mee	146
De moed om los te laten	147
Wat muren onthouden	150
Thuis als anker	153
Meebewegen met de stroom	156

## 7. Laat je huis je spiegel zijn & Observeer hoe je leeft

Je omgeving weerspiegelt je binnenwereld. Rommel, orde, licht, stilte: alles zegt iets over jou. Wie zijn huis durft zien, leert zichzelf beter kennen.

<i>Het verhaal van Cédric en Mathilde</i>	163
Flow: wanneer binnen en buiten elkaar vinden	168
Je huis als verlengstuk van je persoonlijkheid	170
Je huis als spiegel van je binnenwereld	172
Zelfreflectie: de moed om jezelf te zien	174
Architect of slachtoffer: wat kies jij?	176

## 8. Vind je innerlijke thuis & Kom thuis bij jezelf

Echte geborgenheid zit niet in muren of mensen, maar in jezelf. Wie zijn eigen binnenwereld heelt, voelt zich overal thuis.

<i>Het verhaal van Marie</i>	183
Het is niet de gebeurtenis die ons leven bepaalt, maar onze reactie erop	188
Hoe veerkracht groeit in de breuk	191
Optimisme en het leven vieren	193
Je eigen leven leiden	195

<b>Slotbeschouwing</b>	199
------------------------	-----

<b>Dankwoord</b>	202
------------------	-----

<b>Inspiratie en andere bronnen</b>	205
-------------------------------------	-----

# Voorwoord

Er zijn hoofdstukken in ons leven die beginnen zonder dat we het doorhebben. Na onze geboorte komen we meestal automatisch in de ouderlijke woning terecht. Daarna volgen de eigen keuzes. Ook die van een woning. We denken dan in termen van locatie, materialen, beton en glas. Kortom: een plek die past. Een dak dat ons beschermt tegen regen en wind.

## **Maar dit boek gaat over zoveel meer.**

Het beschrijft de levens die we leven tussen muren, en de emoties die we daar als mens ervaren. Het gaat niet louter over een woning als investering, maar als bedding. Een stille getuige van wie we worden, of geworden zijn.

Zelf groeide ik op in Luchtbal, een sociale woonwijk in het noorden van Antwerpen. Met mijn moeder en zus woonde ik in het tweede blok – het gele, elk blok had zijn eigen kleur – dat, zoals de andere appartementsblokken, op palen stond. In de inkomhal hingen gele tegels tegen de muren. Toen ik door een gelukkig toeval enkele jaren geleden ons kleine appartement opnieuw binnenstapte, leek het alsof ik terug in de tijd wandelde. Veertig jaar later was alles nog hetzelfde: de gekke diepe badkuip, het hok in de hal waar we de boodschappen opborgen, zelfs de oude gele keukenkastjes waren identiek. Mijn moeder is in dat appartement gestorven. Ik was twintig.

Bij het zien van de keukentafel waar we uren hadden gepraat, overviel mij een golf van emoties.

Wie bewust kijkt naar een woning, weet: tussen muren speelt zich een leven af. En dat leven laat sporen na, in het huis én in onszelf. Dat is wat *Tussen hart en steen* van Bebellemahieu zo bijzonder maakt. Het boek nodigt uit tot zelfreflectie. Tot nadenken over hoe een woning – vaak zonder dat we het beseffen – mee bepaalt wie we zijn. En dat een verhuis niet alleen een verandering van adres is, maar soms een verschuiving in identiteit. Dat een vastgoedexpert dit zo helder en menselijk weet te vertalen, is opmerkelijk.

Bebelle Lemahieu schrijft over huizen die ons vormen. Over plekken die ons dragen, zelfs wanneer we ze al lang verlaten hebben. Misschien denkt u, terwijl u leest, terug aan uw eigen eerste kamer. Uw eerste sleutel. Uw eerste afscheid. Want uiteindelijk dragen onze huizen niet alleen ons leven. Ze vormen een fundament in ons hart.

Lynn Wesenbeek,  
journaliste en televisiepresentatrice

# Proloog

Ik heb lang getwijfeld of ik dit boek zou schrijven. Niet omdat mijn verhaal nog niet af was, maar omdat ik net als iedereen, nog steeds zoekende ben. Want ook ik ben een mens van vlees en bloed met beperkende overtuigingen, met gedachten die mij ooit zijn ingeprent, en met een voortdurende poging tot balans tussen hoofd, lichaam en ziel.

Sinds de prille oorsprong van onze soort vertaalt de mens zijn ervaring van de wereld in verhalen. We beleven iets, geven er betekenis aan, en bouwen daaruit een overtuiging. Die overtuiging kleurt onze volgende ervaringen, waaruit opnieuw een verhaal ontstaat. Zo herschrijven we ons leven voortdurend, vaak zonder het te beseffen. Soms leven we zelfs een verhaal dat niet echt het onze is, maar dat van een ander: van onze ouders, onze omgeving, onze cultuur. Toch dragen we diep van binnen een weten dat verder gaat dan woorden en overtuigingen. Een stille kern die ons eraan herinnert wie we werkelijk zijn, los van etiketten en rollen.

Het leven is niet lineair, maar beweegt in golven. Momenten van intens geluk worden afgewisseld met verdriet, verwarring en twijfel, om daarna opnieuw plaats te maken voor vreugde en helderheid. Zoals de lente altijd terugkeert na de winter, zo nodigt het leven ons telkens opnieuw uit tot groei. De fysica leert ons dat materie energie is, de metafysica leert ons dat bewustzijn energie is. Misschien zijn wij geen toeschouwers van het leven, maar een levende expressie ervan: voortdurend in beweging, voortdurend in ontwikkeling.

Het leven heeft mij op vele plaatsen gebracht, langs uiteenlopende gebeurtenissen en innerlijke zoektochten. Dit boek is het tussentijdse verslag van die reis. Geen eindpunt, maar een moment van stilstaan om te delen wat ik mocht leren, in de hoop dat het ook bij jou iets in beweging mag zetten. Het is het resultaat van mijn twee grootste passies: projectontwikkeling en persoonlijke ontwikkeling. Twee werelden die op het eerste zicht verschillend lijken, maar in wezen hetzelfde principe volgen. Bouwen vraagt visie, bewustzijn, vertrouwen en de moed om oude structuren los te laten zodat iets nieuws kan ontstaan, zowel in de buitenwereld als in onszelf.

Wat ik in dit boek deel, zijn de inzichten die ik onderweg ben tegengekomen. Neem eruit wat jou raakt, en laat het vooral zakken van je hoofd naar je hart. Wat niet resoneert, mag je zonder schuldgevoel laten liggen. Verwacht je dus niet aan een verzameling antwoorden, maar eerder aan een uitnodiging om opnieuw te luisteren naar die innerlijke stem. Om bewustzijn toe te laten, en een zaadje te planten dat kan groeien op zijn eigen tempo.

Dit boek is ook ontstaan vanuit de wens om te delen, want de ander helpen is uiteindelijk ook onszelf helpen. Leren de ander graag te zien, is leren onszelf graag te zien. In die wederkerigheid ontstaat verbinding, en in verbinding ontstaat heling. Moge het je inspireren om je eigen verhaal te herontdekken, te herschrijven waar nodig, en vooral: om jezelf te ontmoeten in wie je werkelijk bent.

## Het verhaal van Bebelle

De wekker gaat om 7 uur. Het scherpe piepen vult de stille kamer. Op automatische piloot draai ik me om en druk de snooze-knop in. Vijf minuten extra, het lijkt altijd zo verleidelijk. Maar na drie keer snoozen is het tijd om op te staan. Wanneer ik mijn ogen open, komt de realiteit langzaam binnen. De eerste zonnestrallen vallen zachtjes door het gordijn en lijken naar me te knipogen. De dagelijkse routine draait als een goed geoliede machine, maar misschien verlang ik wel naar meer dan ‘dagelijks’ en ‘automatisch’? Die echte emoties, in plaats van de geschreven routine, waarvan ik weet dat ze me deugen, laten me niet met rust.

Ik stap uit bed, de vloer koud onder mijn voeten, en probeer mijn gedachten te ordenen. De badkamer ziet eruit als altijd en terwijl ik onder de douche sta, voel ik een sprankeltje hoop omdat ik met áándacht onder de douche sta en even de tijd neem om te gronden en naar binnen te keren. Misschien zit er wel iets moois verborgen in die routine? Wat als ik de automatische piloot even uitschakel en de dag bewust tegemoet treed? Ik glimlach. De kracht van een simpele emotie kan soms overweldigend zijn.

Na het douchen trek ik kleding aan waar ik me goed in voel. De gedachten over mogelijkheden sijpelen weer binnen. Met een kop dampende thee ga ik in mijn tuin staan, op blote voeten.

Ik voel het gras kriebelen. De lucht is fris, de geluiden worden steeds levendiger. Het gelach van kinderen die de wereld om hen heen ontdekken klinkt als muziek in mijn oren. Ik neem een moment om te ademen, om te genieten van de eenvoud en de schoonheid van het leven om me heen.

Die ochtend besluit ik dat het niet gewoon zomaar een dag wordt, maar een frisse kans om opnieuw te ontdekken wie ik ben buiten de dagelijkse sleur. Mijn emoties komen naar boven: geluk, nieuwsgierigheid, zelfs een beetje angst... en dat is helemaal oké. Gevoelens zijn zo belangrijk. Waarom zou ik anders willen leven? Wat vervult me en wat geeft me energie? Wat helpt me het meest om mijn ware ik te ontdekken?

En zo begint mijn dag, als een bewust mens, vol kleur en gevoel, klaar om de wereld te omarmen met al zijn uitdagingen, verrassingen en zegeningen. Ik voel de energie van een nieuwe dag door mijn aderen stromen. De lucht is beladen met de geur van een nieuwe kans en opnieuw neem ik even de tijd om diep te ademen. Vandaag wil ik surfen op de golven van de zee. Ik wil me laten meevoeren door de stroom van gebeurtenissen, de uitdagingen die op mijn pad komen met open armen verwelkomen en elke verrassing als een avontuur beschouwen.

Net als een surfer die zich aanpast aan de kracht van de golven wil ik proberen flexibel te zijn en mijn koers aan te passen. Elke golf, ongeacht hoe groot of klein, biedt een nieuwe kans om te groeien, mijn vaardigheden aan te scherpen en mijn kijk op de wereld te verrijken. Met deze mindset denk ik aan de

ontmoetingen die ik vandaag zal hebben, de gesprekken die ik zal voeren en de schoonheid die ik zal ontdekken. Vandaag is een canvas en ik ben de kunstenaar, klaar om met elke ervaring een nieuw kleurenpalet toe te voegen aan mijn leven. Met hoop, nieuwsgierigheid en vastberadenheid ga ik op weg, wetende dat het leven vol verrassingen zit die wachten om ontdekt te worden.

---

**“Réussir, ce n’est pas toujours ce qu’on croit.  
Ce n’est pas devenir célèbre, ni riche ou encore puissant.  
Réussir, c’est sortir de son lit le matin et être heureux  
de ce qu’on va faire durant la journée. Si heureux qu’on  
a l’impression de s’envoler. C’est travailler avec des gens  
qu’on aime. Réussir, c’est être en contact avec le monde  
et communiquer avec sa passion. C’est se coucher le  
soir en se disant qu’on a fait du mieux qu’on a pu. Réussir,  
c’est connaître la joie, la liberté, l’amitié et l’amour.  
Je dirais que réussir c’est aimer.”  
– Romy Schneider**

---