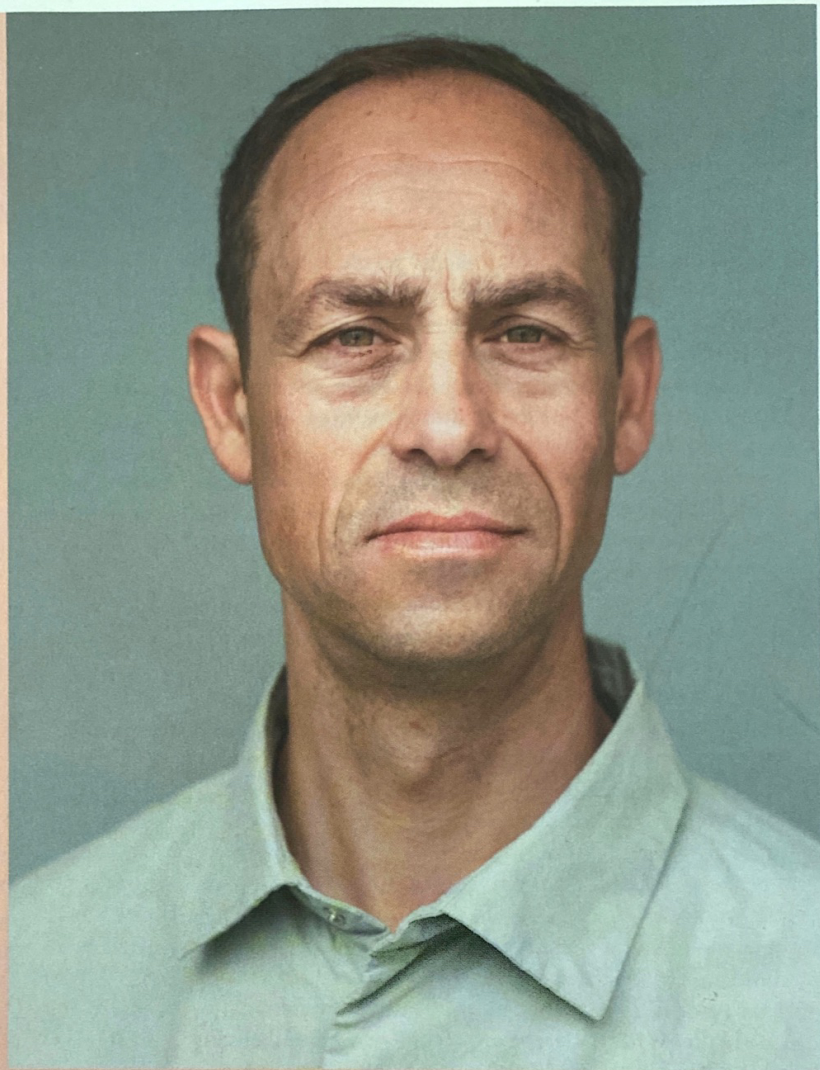


'In een paar dagen keer ik terug naar mijn kern'

Elk jaar gaat financieel expert en ondernemer Nikaj Junte (47) naar Schotland om daar in stilte zijn leven te overdenken.

'De eerste minuten gaan mijn gedachten alle kanten op, maar langzaam wordt het stil. In mijn hoofd dan, want de geluiden in het bos worden juist oorverdovend. Ik hoor de vogels en het geritsel van de bladeren. Het is alsof mijn zintuigen scherper worden. Mijn liefde voor die momenten begon in 2009. Zes jaar daarvoor werd ik getroffen door een warmteberoerte na het lopen van een halve marathon. Twee dagen ben ik in coma gehouden. Het was de vraag of ik ooit nog zou kunnen lopen. Maar ik herstelde. Een neuroloog vertelde me hoeveel geluk ik had gehad. "Geniet van het leven," voegde hij eraan toe. Die zin bleef hangen. Genoot ik eigenlijk wel? Ik was alleen maar bezig met werk en de top bereiken.



Ik besloot voor een paar dagen alleen naar Schotland te gaan, waar ik de natuur prachtig vind. Daar ging ik op een berg zitten. In stilte. Dat was eerst ongemakkelijk en saai; ik ben iemand die graag bezig is. Maar ik dwong mezelf om te blijven zitten en na te denken over een aantal vragen. Wat vind ik echt belangrijk? Wie zijn belangrijk voor mij? En weten die mensen dat eigenlijk wel? Langzaam kwam ik tot rust.

Sindsdien ga ik elk jaar naar hetzelfde dorpje. Overdag wissel ik wandelen en zitten af. In mijn werk ben ik vaak met geld bezig, maar in de stilte wordt dat minder belangrijk. Eén keer zag ik in dat ik zelden alleen met mijn zoon op pad ben. Daarop besloot ik meteen een vader-zondag in te plannen.

Toen ik dit voorjaar niet naar Schotland kon, wandelde ik 's ochtends een uur alleen met mijn hond door het bos. Heerlijk, maar ik heb gemerkt dat ik een paar dagen achter elkaar stilte nodig heb om terug te keren naar mijn kern.' //