

De Levensboom ontmoeten

Eerste druk, maart 2012
© 2012 Sine Doors

Omslagfoto: Yanni
Portretfoto: Marc
Foto's: Marc
Correctie: Marie
Redactie: Arg

ISBN: 978-90-484-2308-8
NUR: 728

Uitgever: Free Musketeers, Zoetermeer
www.freemusketeers.nl



Hoewel aan de totstandkoming van deze uitgave de uiterste zorg is besteed, aanvaarden de auteur en uitgever geen aansprakelijkheid voor eventuele fouten en onvolkomenheden, noch voor de directe of indirecte gevolgen hiervan.

Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever worden openbaar gemaakt of verveelvoudigd, waaronder begrepen het reproduceren door middel van druk, offset, fotokopie of microfilm of in enige digitale, elektronische, optische of andere vorm of (en dit geldt zonodig in aanvulling op het auteursrecht) het reproduceren (I) ten behoeve van een onderneming, organisatie of instelling of (II) voor eigen oefening, studie of gebruik welk(e) niet strikt privé van aard is.

Sine Doors

De Levensboom ontmoeten



*'Als je je "heilig" zijn opgeeft
en afstand doet van je wijsheid,
zal dat voor iedereen honderd maal
fijner zijn.*

*Als je je "aardig" zijn opgeeft
en afstand doet van moraliseren
zal je je kinderlijke liefde en eerbied
herontdekken.*

*Als je je "flinkheid" laat varen
en afstand doet van wat voor jou beter
uitkomt, verdwijnen degenen die jou
kwetsen.*

*Dit zijn slechts uiterlijke vormen,
die op zichzelf niet genoeg zijn.*

*Het is belangrijker de eenvoud te zien,
je echte natuur te realiseren
en daarmee de zelfzucht af te werpen
en verlangens kwijt te raken.'*

(Lao Tsu)



Inhoudsopgave

Woord vooraf	9
Dankwoord	11
DEEL 1 Het Leven ont-moet	13
Bruggen bouwen	17
Hemel en aarde verenigen	19
De Levensboom	23
Oordeel, schuld en vrede	27
Acceptatie	30
Keuzes maken	32
Verenigen	37
De Schepping, een manifestatie van Liefde	41
Zelfbevrijding	44
DEEL 2 Beginnen met bruggen bouwen	49
Jezelf zijn	51
Geloof en vertrouwen	54
Wees eerlijk en oprecht en begin bij jezelf	57
Acceptatie van wat is	58
Denk alleen over jezelf en laat anderen los in je gedachten	59
Niets forceren, stap voor stap en zoek je eigen tempo	61
Het leven draait zoals het draait	63
EGO	65
Leef vandaag	68
Ieder mens heeft het recht zichzelf te zijn	70
Het leven is een leerschool	73
Vergeet wat achter je ligt, het is voorbij	74
Gedachten	76
Het leven is aan de durvers	78
Leren met vallen en opstaan	80
Help jezelf en kies	83
Tot slot	86



Woord vooraf

Op een bepaald moment in het leven, gaan sommige mensen zich vragen beginnen stellen, bewustwordingsvragen, over het waarom of de zin van de dingen, over wie ben ik of waar kom ik vandaan en waar ga ik naar toe. Over wat is nu echt belangrijk voor me, wat is geluk voor mij, wat wil ik en wat heb ik nodig, word ik geleefd of leef ik echt mijn eigen leven...

Soms heb je alles om gelukkig te zijn, en toch voelt het binnenin aan of er iets essentieels ontbreekt, maar kan je niet goed bevatten wat het is. Je zoekt het buiten je, maar daar is het niet. Het is meer een soort onbenoembaar gemis. Het kan dan gaan om existentiële eenzaamheid of een gemis aan diepere verbondenheid, om gemis aan bestaansrecht, aan thuiskomen of aarden... in jezelf.

Als jij je hierin herkent, dan is dit boek heel interessant voor jou. Ik ben ook zo iemand die zich op een bepaald moment vragen is beginnen stellen over het leven. Eigenlijk is het de verbinding met je Bron, met de Liefde voor jezelf, die je wakker probeert te maken. De kiem in het knolletje van je wezenlijke zelf dat wil groeien. Je kernverlangens die wakker worden om je ware zelf te kunnen zijn en te kunnen ontplooien. Het is het begin van een innerlijke reis, een zoektocht naar je ware zelf en het levende Leven.

In elke mens is de Bronenergie of Universele Liefde aanwezig. Het is aan ons om ze te ontdekken en er alle voordelen van te leren kennen.

Deze Bronenergie werd door mij ervaren als een hogere kracht met een enorme voorraad aan wijsheid en bergen onvoorwaardelijke liefde, mildheid, geduld en vertrouwen. Een liefdevolle energetische kracht die ik in het kort 'God' noem. Het kan zijn dat dit voor sommige mensen een moeilijk woord is om te gebruiken. Je kan 'God' altijd vervangen door het AL, het Universum, Universele Liefde,

Oneindigheid, Liefdevolle energie, de Bron, de Schepper of hoe je Het, ook wil noemen.

In haar boek *‘Van jezelf houden’* schrijft Sabine Standenat: *‘De meeste mensen verlangen naar geluk, levensvreugde, fijne relaties en innerlijke vrede... en soms hebben we maar één wens: diep ademen en eindelijk leven. Dan is er maar één weg: van jezelf gaan houden. Maar wees mild en geduldig – zelfliefde is een reis – géén eindstation.’*... en die reis gebeurt met vallen en opstaan, telkens weer.

We willen ons graag goed voelen, maar het leven bestaat meestal uit golven van ups en downs, uit licht en schaduw, dat is de realiteit. We voelen ons daar niet altijd even goed bij. Als we die dynamiek van het leven kunnen accepteren, zijn we al een hele stap verder op weg naar innerlijke vrede. Daardoor verkleinen we ons gevoel van boosheid, teleurstelling en frustratie van wat IS. Het leven en de anderen kunnen niet aan al onze verwachtingen of wensen voldoen. We zijn niet op aarde om de droom van een ander waar te maken, maar om onze eigen droom te realiseren.

Ik heb dit boek geschreven voor mezelf en wil het delen met iedereen die op zoek is naar innerlijke vreugde, evenwicht en balans in zijn leven. Ik ben zelf redelijk sensitief en stressgevoelig en probeer er iets aan te doen, elke dag opnieuw. Elke dag heeft voor mij zijn nieuwe uitdagingen en nieuw groeipotentieel.

Dit boek is het resultaat van mijn jarenlange ervaring. Het is mijn weg, wat niet wil zeggen dat het ook jouw weg is. In dit boek heb ik alles opgeschreven wat mij op mijn weg geholpen heeft en die weg loopt nog altijd door, dit is geen eindpunt. Ik leer zelf elke dag nog bij.

Ik hoop van harte dat jij in dit boek ook steuntjes vindt, die je helpen te surfen op de golven van het leven.