

Vol Liefde

Ari Schol

Vol Liefde

Leven vanuit liefde in de Geest

Colofon

www.arischol.nl

2016, *Tweede druk*

Oorspronkelijke titel:	Vol Liefde
Omslagontwerp en foto's:	Ari Schol
Foto auteur:	Mariske Krijgsman
Redactie:	Hanny de Boer-Wentink
Opmaak:	Guus Gijben

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm en op welke wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijver.

Inhoud

In den beginne	8
Leven vanuit liefde	10
Zijn wie je bent	12
Prik Prik	16
Verbinding begint bij ontspanning	18
Ontspanning is een levenswijze	20
Appjes van God	26
God wil dat ik groei	28
Rustig aan	30
Fietsen	34
In de Pub	36
Meer en meer liefde	37
Stilte vermijden	44
Nieuw leven	46
De voelbare kracht van bidden	56
God spreekt tegen ons, via mensen	60
In tienvoud	66
AJAX	69
Je gaven gebruiken	70
Vol Liefde	74
Aantekeningen	80



**'Hoe mooi is de liefde,
het heerlijkste wat
je kunt verlangen!'**

In den beginne

- Het afgelopen jaar heb ik geleerd dat het grootste geschenk dat je jezelf kunt geven is, dat je vrienden met jezelf wordt. Zolang je jezelf afwijst kun je niet ten volle leven. Dan kun je je hart niet helemaal vullen met liefde. En dan kun je ook de wereld niet ten volle dienen met liefde.

Mijn pad naar vriendschap met mezelf betekende veel alleen zijn met mezelf. Dagen met mezelf doorbrengen, in de natuur, gewoon thuis, of mezelf een dagje trakteren met winkelen, museumbezoek en zelfs een taartje in een vreemde stad. Zo heb ik in Deventer geslenterd door de leuke steegjes, het Rijksmuseum Twente gezien, maar ook rondjes gefietst hier in de buurt langs de schaapjes en heb nu net hun lammetjes geboren zien worden. En vooral heb ik het thuis gezellig met mezelf gemaakt. Dat laatste is het meest moeilijk merk ik, als je nog niet helemaal in vrede met jezelf bent. Toch: door te schrijven, gewoon te zitten, de Bijbel te lezen en mijn balkon fleurig te maken, alles te voelen wat ik voel, inspirerende films te kijken, is het me gelukt mezelf te omarmen, soms zelfs letterlijk.

Ik voelde altijd al dat ik nog meer zou kunnen leven (ik zat toch vaak in de overleefmodus, ik zocht overal rust en geluk behalve bij mezelf) en dat ik nog diepere verbinding met mezelf zou kunnen maken en nog meer zou kunnen delen wat er in mijn hart leefde. Ook was ik zelf teveel aan het werk, vaak voor zinloze dingen (achteraf gezien, als ik er in zat dacht ik er niet eens over na, over zin) en ik voelde ook een afstand tot God. Ik voelde ook dat ik de wereld niet optimaal diende op deze manier. Ik deed mijn werk wel en ik inspireerde mensen wel, maar niet voluit en ik durfde toch vaak mezelf niet helemaal te laten zien, bovendien durfde ik het woord God niet te noemen, uit angst voor oordelen van anderen.

Nu weet ik dat als je echt vriendschap sluit met jezelf en God en Zijn Liefde waarlijk toelaat in je open, eerlijke hart, als je echt voelt wat er in je hart leeft en dat durft te delen met anderen, je diepe verbinding krijgt met jezelf en de wereld en dan kan het niet anders of je gaat ten volle leven en het leven leiden dat voor je bestemd is. Als je je openstelt voor jezelf en God dan stel je je namelijk ook open voor Gods plan, dat God voor jou heeft in deze wereld.

Het maakt niet uit waar je nu bent, of waar je vandaan komt. Je nieuwe leven is nu begonnen. Het oude is al afgedaan. Jij hoeft enkel nu te beginnen om je open te stellen

voor alle Liefde. Wees je nu bewust van je moment dat je nu hebt. Haal diep adem, spreid je armen in de lucht, richt je gezicht tot de hemel en voel. Begin te voelen dat jij vol met liefde zit, liefde voor jezelf en anderen. En vertrouw op God. Als we God het werk laten doen, krijgen we de beste uitkomsten. Geef vanaf nu het beste dat je hebt en als dat een dag bijna niks is, dan is dat ook goed. En weet: je bent nooit alleen. Onderschat ook nooit hoeveel effect jouw liefde op anderen heeft. Je bent verbonden, met jezelf, met God, met alle mensen die je kent en die je niet kent.

Het afgelopen jaar heb ik veel geschreven in mijn dagboek. Dit boek is de digitale versie ervan. Ik wil het graag met je delen, omdat ik verwacht dat je je erin zal herkennen en ik hoop dat het je inspiratie geeft. Iedereen heeft zijn eigen pad te lopen, maar het lezen van andermans wegen heeft mij altijd geholpen, in herkenning en erkenning.

Ik herlees vaak deze spreuk uit Matteüs 28:20:
'Ik ga met je mee, Ik ben altijd bij je, alle dagen.'

Je bent nooit alleen, altijd verbonden. Vier je liefde. Geniet van mijn verhaaltjes en maak je eigen. <<

Leven vanuit Liefde

- Toen ik een jaar of vijftien was, liep ik met mijn vader in Arnhem op straat. We hadden net wat gewinkeld en omdat het een warme zomerdag was, had ik een cola met ijsklontjes gekregen van de snackbar. Ik slurpte de cola al snel op, zodat mij niets anders restte dan op het rietje te bijten en af en toe van het gesmolten ijs te drinken.

Voor ons liepen een vader en moeder met een kindje in een buggy. Opeens viel het kindje uit de buggy op zijn hoofd. Geen idee hoe het kon gebeuren, maar ik zag het kind met zijn hoofdje op de stoep vallen. In twee seconden zag ik dat mijn overgebleven ijs van grote hulp kon zijn bij de buil die al ontstond. Ik bood mijn ijsklontjes aan, die de moeder meteen in een washandje kieperde en op het hoofdje van het huilende kind legde.

Ik weet nog wel dat vooral mijn vader erg trots en zelfs verrast was over mijn goede daad. Ikzelf was erg geschrokken en vooral moe van alles. De kwestie vroeg veel van me. Ik schrok van de val, bedacht me dat ik een oplossing kon bieden en bood die vervolgens ook. Gelukkig durfde ik er te zijn. Toen wist ik al dat moed een van de grootste voorwaarden is om te leven vanuit liefde.

En ik geloof dat we met elkaar dienen te leven vanuit liefde. Dat liefde de basis is voor ... ja voor alles eigenlijk.

En dat begint met liefde voor jezelf. Verbinding met jezelf.

Pas als je waarlijk verbinding met jezelf hebt en vanuit liefde in je hart leeft, kun je verbinding maken met de ander en zelfs een schepper zijn voor een betere wereld! Al is het in de vorm van het aanbieden van je laatste ijsklontjes.

Diepe verbinding met jezelf is het grootste geschenk dat je jezelf kunt geven. Van levensbelang zou ik zelfs zeggen. Voor jezelf en ook voor de wereld.

Het is de beste reis die je kunt maken. Het lijkt een verre reis, maar de antwoorden zitten allemaal in jezelf. De liefde is er namelijk al.

Ik zocht vaak de liefde buiten mezelf. Bij vriendjes, van mijn collega's, van mijn ouders. En de smartphone heeft daar nog een hele dimensie aan toegevoegd. Je kunt er de hele dag op zitten te tikken en te zoeken. Ook zoek ik de liefde in mijn te drukke agenda.

En zelfs als ik liefde van anderen ontvang, lijkt die alweer vervlogen op het moment dat het contact weer voorbij is. Dan zoek ik weer een nieuwe prikkel.