

Geef jezelf
OVER

EN LEEF HET LEVEN ZOALS
HET WERKELIJK BEDOELD WAS



Dawn Higher

Copyright © 2017 door Mieke Stevens

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of door fotokopieën, opname, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Voor bestelinformatie, kan u mij best contacteren op:
www.dawnhigher.com
dawnhigher@gmail.com

“Proost voor de zotte mensen, de buitenbeentjes, de rebellen, de onruststokers, al degenen die niet op hun plaats zijn... diegenen die de dingen anders zien – die niet van regeltjes houden... Je kan hen citeren, je kan het oneens zijn met hen, hen ophemelen of over hen kwaadspreken, maar het enige wat je niet kan doen is hen negeren omdat ze dingen veranderen... ze sturen de mensheid voorwaarts, en terwijl sommigen hen misschien zien als zotten, zien wij genialiteit, want diegenen die zot genoeg zijn om te denken dat ze de wereld kunnen veranderen, zijn diegenen die dat ook doen.” – Steve Jobs

Inhoud

Geef jezelf over _____ 7-15

Deel 1: het leven het leven laten. _____ 16-17

Sterven om geboren te worden _____ 18-30

Het leven nu leven _____ 31-38

De binnenwegen richting je ware zelf _____ 39-45

Deel 2: meer zijn zoals de bron is. _____ 46

De bron is onvoorwaardelijke liefde _____ 47-60

De bron is gezondheid _____ 61-70

De bron is rijkdom _____ 71-84

De bron is innerlijke rust _____ 85-95

De bron is oneindig _____ 96-106

Deel 3: de zin van toeval _____ 107-108

Toeval bestaat niet _____ 109-117

Zinvolle toevalligheden _____ 118-131

Geef jezelf over

“Stop met zoeken naar geluk op dezelfde plek als waar je het verloren hebt.” - Kari McDuffie

“Waanzin: hetzelfde steeds opnieuw doen en toch een ander resultaat verwachten.” – Albert Einstein

Ik wil dit boek beginnen met een simpele notie: het leven is simpel. En de realiteit die je ziet, is niet de essentie van ons bestaan. We moeten durven verder te kijken dan wat we zien, het wordt tijd om terug te gaan dromen.

Nooit eerder waren er zoveel mensen op deze planeet die diep ongelukkig waren, in een depressie verkeerden, lichamelijke klachten hadden zonder aanwijsbare oorzaak, en dat is niet zomaar.

We zijn vergeten waar we vandaan komen, we zijn de verbinding verloren met wie we werkelijk zijn, en dat is wat ons zo ongelukkig en ziek maakt.

We leven in een wereld waar we onze weg niet meer in kunnen vinden, waar eindeloze mogelijkheden zijn en geen leiding in te vinden is. Het leven is gejaagd en rusteloos geworden, we zijn vergeten waar het leven werkelijk om draait. En we zijn bang, ontzettend bang. Bang om afgewezen te worden, om niet geliket te worden, bang voor terroristische aanvallen, we geloven zelfs niet meer in het

leven zelf, in de notie dat alles wel goed zal komen. We proberen angstvallig ervoor te zorgen dat we alles onder controle kunnen houden, en het erge is dat het niet lukt. Één tegenslag en onze fundamenten daveren, en ook dat is niet zomaar.

En toch zal ik herhalen waarmee ik dit boek begonnen ben: het leven is simpel. Het is simpel omdat alles reeds aanwezig is en je enkel maar moeten leren het leven te volgen. Vergeet wie je dacht dat je was, want dat ben je niet. Vergeet hoe je dacht dat je leven zou uitdraaien, want dat wordt het niet. En vergeet hoe deze dag zal worden, want in één seconde kan alles anders zijn.

Controle is simpelweg een illusie, en dat is zelfs niet erg. De controle loslaten en jezelf overgeven aan het leven is wat je moet doen om werkelijk te leven, werkelijk van het leven te kunnen genieten. Dat is werkelijk in het leven staan, en gewoonweg waar het leven voor bedoeld is. En dat is ook waar het in dit boek over zal gaan, over jezelf overgeven aan het leven. Over werkelijk leven !

Naarmate je dit boek leest, zal je merken dat dit boek niet toevallig in je handen is gevallen, dat toeval gewoonweg niet bestaat. Laat dit boek jou terugbrengen naar je ware zelf dat losstaat van wat je doet in het leven, van hoeveel je bezit of wat dan ook waarvan je denkt dat het jou gelukkig zal maken. Want dat zal het niet doen.

Het is zoals de quote van Einstein die ik in het begin van dit boek opnam. Het is waanzin om telkens opnieuw dezelfde dingen te doen en te hopen op een ander resultaat. Net zo is het idioot om geluk te zoeken op de plek waar je

het verloren hebt, namelijk door te accepteren dat wat we kunnen zien alles is wat er bestaat, en dat hoe we hebben geleerd dat het leven in mekaar steekt ook de werkelijkheid is, want dat is het niet.

“Het leven is simpel, maar we houden vast aan dat het moeilijk moet zijn.” – Confucius

Bovenstaande uitspraak van Confucius uit de I Tjing, het klassieke Chinese wijsheidsboek, geeft deze simpele waarheid prachtig weer. Het leven is inderdaad simpel, zelfs zo simpel dat dit boek zichzelf geschreven heeft. Het enige wat ik als auteur van dit boek heb gedaan, is me opengesteld voor de signalen van het leven en genoteerd wat ik hieruit heb mogen leren, en dit ook in diezelfde volgorde. Meer nog, ik heb het onderwerp van dit boek niet eens zelf gekozen, noch heb ik ooit de beslissing genomen om dit boek te schrijven, ook dat heeft het leven in mijn plaats gedaan.

Heel mijn leven lang wist ik intuïtief dat ik ooit een boek ging schrijven en dat ik hier op aarde iets belangrijks moest komen doen, maar van een boek was het tot voor kort nooit gekomen. Ik had een sterk innerlijk weten dat ik op een dag een boek ging schrijven, maar ik had geen flauw idee waarover dat boek dan zou moeten gaan. Maar dat ik een boek moest schrijven, was overduidelijk. Om de haverklap zei me wel iemand, vaak totale vreemden, dat ik eens een boek moest schrijven. Die boodschap was dus wel erg duidelijk.

Ondertussen had ik al weleens hier en daar, ook toevallig, een artikel geschreven dat zonder een komma eraan te veranderen gepubliceerd werd. En tijdens mijn hogere studies had ik ooit een taak ingeleverd die dusdanig veel grammaticafouten bevatte dat ik eigenlijk gebuisd had moeten zijn, maar omdat het zo prachtig geschreven was toch nog een voldoende kreeg. Dat ik kon schrijven, was dus wel duidelijk, en naarmate ik het steeds meer moest doen, begon ik het ook steeds leuker te vinden om te doen.

Achteraf bekeken, heb ik eigenlijk mijn hele leven lang geschreven. In mijn kindertijd waren dat de verhalen die ik schreef om aan mijn jongere broer voor te lezen, wat later was dat de poëzie die als een rode draad door mijn leven bleef lopen. Intuïtief wist ik dat zolang ik kon schrijven, ik dicht bij mezelf bleef. En dat wanneer ik niet meer kon schrijven er dringend iets aan mijn leven moest veranderen omdat het dan wel erg slecht met mij ging.

Toch heeft het tot mijn 29^{ste} levensjaar geduurd vooraleer ik dit boek begon te schrijven. En het leven heeft mijn leven zodanig onmogelijk moeten maken dat ik niet anders kon dan dit boek te schrijven omdat dit het enige was wat ik nog kon doen. Drie jaar geleden kreeg ik van de ene op de andere dag zoveel pijn dat ik niet meer in staat was om te gaan werken. Een groot verschil met voorheen, want toen kwam het voor dat ik jarenlang niet meer bij de dokter was geweest omdat iedereen in mijn omgeving de griep kon krijgen of verkouden kon zijn en dat ik dan nog gezond bleef. En toch kon geen enkele dokter mij zeggen wat er met me scheelde.

Op een bepaalde dag heb ik me dan ook erbij neergelegd dat er voor mijn lichamelijke klachten geen oorzaak te vinden was, en dat ik dus logischerwijs mij erbij neer moest leggen dat de klachten die ik had dan wel een psychische oorzaak moesten hebben. Van zodra dat ik me hierbij neergelegd had, begon het ook snel veel beter met me te gaan. Ik zag namelijk al snel in dat er een sterke verhouding bestond tussen de lichamelijke klachten die ik ervaarde en hoe sterk mijn leven bij me paste. Enkel wanneer mijn leven volledig bij me paste, was ik ook volledig pijnvrij. Ook dat was dus wel erg duidelijk.

Toch heb ik nog een zware depressie erbovenop moeten krijgen, die er ook al even onverwachts kwam als de lichamelijke klachten die drie jaar geleden waren opgedoken, om me ertoe te brengen om mijn missies hier op aarde te vervullen. Het leven was zodanig onlogisch voor me geworden dat ik er niet langer mee overweg kon. De vraag naar wat ik nu eigenlijk hier moest komen doen op aarde, waarom ik in godsnaam in leven was, drong zich keihard aan me op. Het was niet meer te negeren. Mijn ziel zag zodanig af dat het was beginnen schreeuwen. Het is zoals de volgende quote die ik las: “Je ziel zal altijd je waarheid naar je fluisteren. Je ziel wil het beste voor je. En als je probeert zijn stem te verstillen, zal dat fluisteren uiteindelijk brullen worden.”

Uiteindelijk besloot ik wie ik was en wat ik voor mezelf wou volledig weg te gooien, en heb ik tegen het leven gezegd dat het met mij mocht doen wat het zelf wou. Op die manier was mijn leven dan toch nuttig geweest, want

persoonlijk had ik er geen connectie meer mee. Wat daarna gebeurde, oversteeg elke verwachting. Na nauwelijks een paar weken, was ik niet enkel gelukkig, ik had het leven van mijn dromen. En ik had op zeer korte tijd een volledige levensfilosofie opgebouwd zonder dat ik dat zelf besepte die me enorm gelukkig maakte en dit ook op constante basis.

Een jaar geleden had iemand al eens tegen me gezegd toen ik vertelde dat ik ooit een boek ging schrijven, maar dat ik niet goed wist waarover dat dan zou gaan, dat ik mijn boek wel zou schrijven wanneer de juiste timing daarvoor zou zijn. En dat was ook zo. Op een bepaalde dag, wist ik gewoon dat mijn voorbereiding voorbij was en dat ik nu mijn boek zou gaan schrijven. Die dag wandelde ik de plaatselijke bibliotheek binnen ook al wist ik niet goed waarom, waarop ik dan ook aan het leven vroeg of het mij zou zeggen welk boek het dan zou willen dat ik lees.

Misschien een rare vraag om te stellen, maar ondertussen was ik het al zo gewoon geworden om dit soort vragen te stellen dat ik er eigenlijk al niet meer bij stilstond dat dit raar was. Ik was ondertussen een expert geworden in het interpreteren van de signalen van het leven en wist meteen dat het leven wou dat ik een welbepaalde dvd zou bekijken.

Het was de dvd *superwise me* waarin men met een groep wijzen samenkomt om samen op zoek te gaan naar een algemeen antwoord op de belangrijkste levensvragen. Vraag me niet waarom, maar ik pauzeerde iedere keer van zodra er een levensvraag op de dvd verscheen en bedacht eerst mijn eigen antwoord op de vraag om daarna te bekijken

welk antwoord de meeste wijze mensen op dit vlak hadden gevonden.

Ik had altijd gedacht dat ik niet zoveel wist, maar gek genoeg had ik op basis van mijn eigen levenservaringen en de levensfilosofie waarmee ik tegenwoordig in het leven stond, meteen de antwoorden die deze groep wijzen had gevonden, ook al vanuit mezelf gevonden. En op sommige vragen hadden de wijzen zelfs niet eens het antwoord gevonden waar ik wel een antwoord op had. Het verbaasde me enorm omdat ik niet had gedacht dat ik zoveel wijsheid bezat. Op dat moment begreep ik dat het intense geluk dat ik zelf iedere dag ervaarde en de levensfilosofie waarmee ik in het leven sta die hier direct aan ten grondslag lag, moest gaan doorgeven via dit boek.

Mijn eerste reactie was dan ook dat ik schrik had dat ik de taak van het leven niet zou kunnen waarmaken, en ik had schrik dat ik niet voldoende zou zijn, en dat het leven beter iemand anders had uitgekozen om dit te doen. Maar ik wist ook dat haast niemand had geleerd om het leven zelf te volgen, en dat ik ervoor openstond om de boodschap door te geven. En dus besloot ik om naar het leven te luisteren en voor het leven dit boek te schrijven.

Terwijl ik dit boek schreef, kreeg ik door dat ik een bepaalde persoon moest gaan opzoeken die TAO-lessen gaf hoewel ik hier nog nooit van gehoord had voor ik dit boek schreef. De man vertelde me dat ik zonder dit zelf te beseffen een staat van verlichting had bereikt waar moniken wel 20 jaar voor op een berg zitten te mediteren. Wat later kwamen er ook mensen naar me toe die me vertelden dat ze

jaloers waren op hoe ik in het leven stond en wilden weten wat ik wist zodat ook zij daartoe konden komen.

Mensen (volstreekte vreemden voor me) kwamen naar me toe om me te vertellen dat het leven een mooiere plek was omdat ik hier op aarde ben, ik kreeg mailtjes binnen om me te bedanken voor de inspirerende invloed dat een gesprek op hen had gehad. Iedere keer als ik mijn mond opendeed, werd het stil omdat men zo graag wou horen wat ik te zeggen had.

Ik had dit niet verwacht. Maanden voorheen had ik in zo'n zware depressie gezeten dat ik mezelf van het leven wilde beroven, en het is een mirakel dat dit niet gebeurd is zodanig ongemakkelijk en niet op m'n plaats voelde ik me op planeet aarde.

Tot op het punt dat ik me besloot over te geven aan het leven zelf, gewoonweg omdat ik zelf geen zin meer had om nog langer in leven te blijven en ook niet begreep waarom ik hier op aarde nog langer zou moeten blijven. En dus vroeg ik aan het leven om me voortaan als instrument te gebruiken om anderen tot nut te zijn omdat het voor mij toch genoeg was geweest en dat ik dan op het einde van mijn leven toch tenminste nuttig zou zijn geweest voor anderen. Tenslotte moest ik hier toch nog een heel tijdje op planeet aarde vertoeven ook al voelde ik me eerder als een soort van buitenaards wezen.

Wat volgde, oversteeg alle verwachtingen, ik werd niet alleen enorm gelukkig en voelde me eindelijk thuis op deze planeet, het ene na het andere mirakel volgde. In een tijdspanne van een aantal weken was mijn leven volledig