Soms
een overdenker

Soms
een overdenker

Leandro Asmawidjaja

Notitie voor de lezer

Dit boek is met grote zorg, aandacht en toewijding samengesteld. De inhoud is bedoeld ter inspiratie en reflectie, en is gebaseerd op persoonlijke inzichten en ervaringen. Ondanks de zorgvuldigheid waarmee dit werk tot stand is gekomen, worden alle gegevens, teksten en adviezen verstrekt zonder garantie.

De auteur en uitgeverij kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele directe of indirecte schade, verlies of nadelige gevolgen die voortvloeien uit het lezen of toepassen van de inhoud van dit boek. Het blijft altijd de verantwoordelijkheid van de lezer om eigen afwegingen te maken en, waar nodig, professioneel advies in te winnen.

Bij medische klachten of vragen wordt aangeraden altijd een arts te raadplegen.

Auteur: Leandro Asmawidjaja
Omslagfoto: Adieux Media Group
ISBN: 9789403869575

1ste editie
Gedrukt in Nederland.
Uitgegeven via Bookmundo.

© *2026* Leandro Asmawidjaja
Alle rechten voorbehouden.

Inleiding

Welkom in de wereld van een overdenker. Een wereld vol gedachten die blijven bewegen, vaak sneller dan je zou willen. Soms zijn ze rustig en zacht, soms druk en aanwezig. Dit boek nodigt je uit om even stil te staan en aandacht te geven aan wat er zich afspeelt in jouw hoofd en hart.

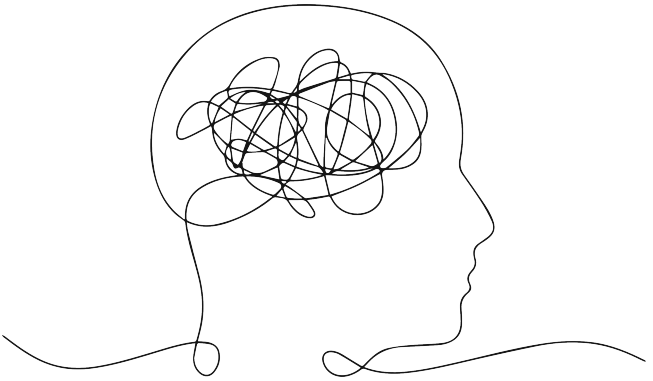
In dit boek hoef je niets te bewijzen en niets op te lossen. Het gaat niet om perfecte antwoorden, maar om herkennen, voelen en begrijpen. Je krijgt ruimte om te ontdekken wat er in je leeft. Twijfels die steeds terugkomen, dromen die blijven fluisteren, angsten die je liever wegduwt en kleine momenten van groei die soms groter zijn dan je denkt. Misschien lees je zinnen waarbij je even pauzeert en voelt ja, dit gaat over mij.

Overdenken kan soms vermoeiend zijn, maar het heeft ook een mooie kant. Het laat je dieper nadenken, bewuster voelen en beter luisteren naar jezelf. Het helpt je verbanden te zien, betekenis te geven aan ervaringen en stil te staan bij dingen waar anderen misschien aan voorbijgaan. Soms brengt het onrust, maar soms ook rust en helderheid, precies op het moment dat je het nodig hebt.

Dit boek is er voor dagen waarop je hoofd vol zit en alles tegelijk lijkt te komen. Maar ook voor momenten waarop je juist ruimte voelt en even op adem wilt komen.

Neem de tijd om te lezen, te reflecteren en eerlijk te zijn naar jezelf. Laat de woorden bij je landen en kijk wat ze in je losmaken. Misschien ontdek je gaandeweg dat overdenken geen last is, maar

een waardevol deel van wie jij bent. Een manier om dichter bij jezelf te komen en het leven op jouw eigen manier te begrijpen.



Soms blijft een gesprek langer hangen dan het eigenlijk duurde. Vijf minuten praten kan in mijn hoofd veranderen in een eindeloze herhaling. Ik hoor mijn eigen woorden terug en vraag me af of ik ze anders had moeten zeggen. Zachter misschien. Of juist minder.

Tijdens het gesprek voelde het allemaal normaal. Pas later begint mijn hoofd zich ermee te bemoeien. Alsof de stilte ruimte maakt voor twijfel. Ik vraag me af of de ander hier ook nog aan denkt, of dat dit moment alleen bij mij blijft rondspoken.

Misschien is overdenken een teken dat ik geef om verbinding. Dat ik wil begrijpen en niemand tekort wil doen. Alleen wordt die zorg soms te groot en slaat ze om in onrust.

Vandaag probeer ik het los te laten. Het gesprek te laten waar het was. In dat moment. Want ook toen was ik gewoon mezelf. En misschien mag dat al genoeg zijn.