

# OngeneeslijkSuccesvol.nl

Jouw Blauwdruk voor Authenticiteit: Heel Je Verleden, Leef Nu, Creëer Je Meesterwerk

Maurice van den Hoogen

OngeneeslijkSuccesvol.nl

ISBN: 9789403881690

Categorie: Gezondheid & Psychologie

Trefwoorden: Authenticiteit, Traumaheling, Persoonlijke groei,  
Innerlijk kind, Energetische blokkades, Zelfverwezenlijking,  
Emotionele vrijheid.

© 2026 door Maurice van den Hoogen

*Over de afbeelding op de cover.*

**Het leven lijkt soms in steen gegoten, terwijl het ware goud in jezelf zit.**

De cover van dit boek toont het breekpunt. Het zwarte obsidiaan staat voor de muren die we om ons heen bouwen en de patronen uit ons verleden die ons gevangenhouden.

Maar echte kracht ontstaat pas wanneer die schil barst.

Zichtbaar mag worden wat je nooit durfde te tonen.

Het goud dat naar buiten stroomt is jouw authenticiteit: een onstuitbare, vloeibare energie die vrijkomt zodra je stopt met overleven en begint met creëren. Dit is geen transformatie naar iets nieuws, maar het blootleggen van wat er altijd al was.

**Laat het oude barsten. Bevrijd je meesterwerk.**

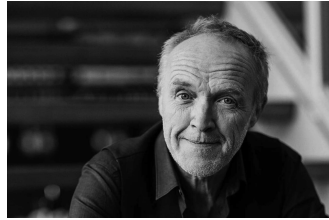


# Ongeneeslijk Succesvol

Jouw Blauwdruk voor Authenticiteit: Heel Je Verleden, Leef Nu, Creëer Je Meesterwerk

# Voorwoord

Altijd als je denkt  
Dit is het einde  
Sta je op de grens  
Van wat begint



Het moet ongeveer 20 jaar geleden zijn geweest  
Dat ik die zinnen schreef voor een lied  
Terwijl buiten de bladeren van de bomen vielen  
En de herfst in volle glorie zijn intrede deed  
Ik was toen oud genoeg om te weten dat het leven in  
cyclussen verloopt  
Zoals de seizoenen  
En dat je die vooral moet volgen  
En niet krampachtig vasthouden aan een status quo  
Alhoewel dat een beetje in de mens zit  
Sindsdien is het leven er veel boeiender op geworden  
Je loopt vast  
Je valt  
Je staat op  
Je groeit

Het zit allemaal in dit boek  
Toen ik het las was het een feest van herkenning  
En ik kreeg een overzicht  
Van een weg die ik ook zelf gevolgd heb  
En nog volg

Soms heb je een landkaart nodig  
Voor je onbekend gebied betreedt  
Dit is zo'n landkaart

Stef Bos

- auteur, ondernemer, filosoof, maar bovenal human being

## **Voorwoord**

### **De Vonk - Het ontsteken van verandering**

Hoofdstuk 1: De Ommekeer - Het Moment van "Ongeneeslijk"

Hoofdstuk 2: De Spiegel - Zelfreflectie als Brandstof

Hoofdstuk 3: De Routekaart - Het Formuleren van Mijn Visie

### **De Reis - Het Navigeren van Uitdagingen**

Hoofdstuk 4: De Kracht van Doorzettingsvermogen - Vallen en Opstaan

Hoofdstuk 5: Het Omarmen van Groei - De Kunst van Levenslang Leren

Hoofdstuk 6: Het Bouwen van een Support Systeem - Samen Sta Je Sterker

De Dynamische Natuur van Relaties

Het Wederzijdse Belang en de Vier Basisbehoeften

Het Herkennen en Loslaten van Toxische Relaties

De Kracht van Organische Connecties en Authenticiteit

De Dynamiek van Groei en Veranderende Relaties

Conclusie: Blijf Voelen Wat Klopt

### **De Bestemming - Het Leven van Ongeneeslijk Succes**

Hoofdstuk 7: De Kracht van Dankbaarheid - Het Erkennen van Innerlijk Succes

De Misvatting van Vieren - Voorbij het Uiterlijk Vertoon.

De Innerlijke Beleving van Succes - De Kracht van Oprechte Blijdschap:

Dankbaarheid als de Stille Kracht Achter Succes:

De Kracht van Innerlijke Blijdschap als Kernreactor voor Succes:

Het Vermijden van de Val van Verwaarlozing:

Praktische Manieren om Innerlijke Dankbaarheid te

Cultiveren - Ervaringsgericht:

De Langetermijneffecten van Dankbaarheid op  
Ongeneeslijk Succes:

Conclusie: De Stille Viering van Jouw Eigen Waarheid

Hoofdstuk 8: Het Leven van Je Visie - Succes als  
Levensstijl

De Transformatie van Doel naar Zijn - Succes als  
Fundamentele Staat:

De Innerlijke Architectuur van Succes - Geluk,  
Overvloed en Weelde als Norm:

Jouw Visie als Blauwdruk voor een Succesvolle  
Levensstijl:

De Integratie in het Dagelijks Leven - Het Principe van  
Balans:

De Dynamische Evolutie van Succes als Levensstijl:

De Uitstraling van Succes als Levensstijl - Een  
Magnetische Kracht:

Conclusie: Succes - De Norm van Jouw Zijn

Hoofdstuk 9: De Legacy van Ongeneeslijk Succes - Een  
Leven van Betekenis en Impact

Het Creëren van een Betekenisvolle Legacy - De  
Intentie van het Hart:

Inspireren en Empoweren van Anderen - Het Leven  
van Je Waarheid:

Duurzaamheid en Ethiek - Het Zuurstofmaskerprincipe  
en de Arrogantie van de Mens:

De Continuïteit van Groei en Bijdrage - Het Oneindige  
Spel van het Leven:

De Legacy van Ongeneeslijk Succes - Een Leven van  
Betekenis en Impact (Slot)

## **Een Uitnodiging tot Verdere Verkenning**

1. De Energiecentra van het Lichaam: Een Introductie tot

de Chakra's:

2. Jouw Innerlijke Filter: De Werking van het Reticulaire Activeringsstelsel (RAS)
3. Reizen Buiten de Grenzen van het Bewustzijn: Een Blik op Transcedente Ervaringen
4. Mijn Persoonlijke Reis met Ayahuasca: Een Verhaal van Transformatie en Inzichten
5. De Stilte als Spiegel van de Ziel: Ervaringen met Darkness Therapie
6. Adem als Sleutel tot Innerlijke Wereld: De Kracht van Holotropic Breathwork
7. De Kracht van Suggestie: Wat Hypnotherapie voor Je Kan Betekenen
8. Emotionele Bevrijding: Een Introductie tot Emotional Freedom Techniques (EFT)
9. De Grens Tussen Realiteit en Perceptie: Het Gateway Experiment (1983)
10. De Wet van Aantrekking: Mythe of Manifestatie?  
De Fluisterende Nesteling van Zijn:
11. De Kracht van Intentie en Manifestatie:
12. De Rol van Emoties: Begrijpen, Beheersen en Bevrijden:  
Emoties: Energy in Motion – Een Jeugd zonder Gevoel  
Hermetische Principes en de Dans van Emoties  
De Zoektocht naar Onvoorwaardelijke Liefde en de Gevaren van Afkeur  
De Weg naar Emotionele Vrijheid
13. De Kunst van Zelfreflectie en Zelfkennis: Het masker af!  
Van Onderdrukking naar Expressie
14. De Verbinding tussen Lichaam en Geest: Holistische Gezondheid en Innerlijke Rust:

15. De Kracht van Visualisatie en Affirmaties: Het Herprogrammeren van je Innerlijke Wereld:
16. De Helende Kracht van Dankbaarheid en Vergeving: Het Cultiveren van een Positieve Levenshouding:
17. Het Belang van Grenzen en het Overwinnen van Angsten:
  - Angsten, Grenzen en Hermetische Principes
18. Don't Push, Don't Pull: De Wijsheid van Flow en Acceptatie:
19. Authenticiteit en Kwetsbaarheid: De Kracht van Echt Zijn:
  - De Spelbreker van het Ego
  - Vrijheid in het Zijn
20. Kundalini: De Ontwakende Levensenergie
21. Voorbij het Bekende: Reflecties op Intuïtie en het Mysterie van het Leven:
22. De Rol van Synchroniciteit: Wanneer het Universum lijkt Mee te Werken:
  - De Onzichtbare Tandwielen van het Bestaan
23. Leven in het Nu: De Kracht van Aandacht en Aanwezigheid
  - De Essentie van Aanwezigheid
  - Een Nieuw Begin: Leven vanuit Heelheid
  - Afsluitende Reflectie: De Reis Gaat Verder

## **Dankwoord**

**Bonusverhaal: De onverwachte reis naar het voorwoord van Stef Bos**

# De Vonk - Het ontsteken van verandering

## Hoofdstuk 1: De Ommekeer - Het Moment van "Ongeneeslijk"

De muren van mijn leven begonnen te scheuren in 2016. Mijn ouders, mijn oorsprong en het voorbeeld waarop ik mijn wereld had gebouwd, belandden in een vechtscheiding. Ik was 32, en de grond onder mijn voeten begon te schuiven. "Was dit mijn schuld?" fluisterde een stemmetje in mijn achterhoofd, een echo van oude onzekerheden. Ik was altijd een gesloten boek geweest, emotioneel ontoegankelijk, een product van een jeugd waarin gevoelens verstopt werden als ongewenste gasten.

Mijn vader, een schim in mijn jeugd, mijn moeder, emotioneel onbereikbaar. Ze waren zelf gevormd door de littekens van hun eigen verleden, een erfenis van onverwerkte pijn die als een schaduw over ons gezin hing. Generatie op generatie werd de last doorgegeven, een stille vloek die ik onbewust had geërfd.

Mijn leven was een zorgvuldig opgebouwde façade. Huisje, boompje, (geen) beestje. Getrouwd, kinderen, eigen zaak. Alles wat je je maar kon wensen, behalve de voldoening. Onder de oppervlakte broeide een onrust die ik niet kon negeren. Ik was een meester in het verstoppen. 117 kilo aan onverwerkte emoties, weggestopt achter lagen vet, werk en vluchtige intimiteit. Ik was verslaafd aan prestaties, omdat ik

dacht dat dat de enige manier was om gezien te worden, vooral door mijn vader.

Het was een leven zonder kleur, zonder diepte. Een constante zoektocht naar iets wat ik niet kon benoemen, een leegte die ik vulde met alles behalve mezelf. Ik vluchtte in eten, werk en seks, op zoek naar een tijdelijke verlichting van de pijn die ik diep van binnen voelde. Verlangend naar vervulling van liefde leidde tot een seksverslaving ver van gezonde lust. Financieel kon het allemaal net, maar er was een honger naar meer, een verlangen naar een doorbraak die me eindelijk de erkenning zou geven waar ik zo naar verlangde.

Toen kwam het moment, 'de scheiding' waar het schuldgevoel mezelf wakker schudde. Ik stelde mezelf die ene vraag die alles veranderde: "Hoe oud wil ik eigenlijk worden?" Het antwoord kwam als een mokerslag: "100, maar niet zo." Niet zo zwaar, niet zo afgevlakt, niet zo leeg. Ik besepte dat ik op een doodlopende weg zat, een weg die me nergens zou brengen behalve naar een vroegtijdig graf.

Ik was altijd gefascineerd door woorden, door hun kracht. "Ongeneeslijk" werd altijd geassocieerd met ziekte, met aftakeling. Maar ik besloot het te herdefiniëren: "Er is geen weg terug". Geen weg terug naar een leven zonder voldoening, zonder betekenis. Ik zou de negatieve lading van het woord ombuigen en er een symbool van mijn eigen transformatie van maken.

Bewustwording, dat was de sleutel. De eerste stap was simpel: minder troep naar binnen werken. Drie frikandelbroodjes als lunch bleken toch niet zo'n feest als ik

dacht. En langzaam, heel langzaam, begon ik te voelen. Te voelen wat ik echt wilde, wat ik echt nodig had.

Ik begon te bewegen, eerst aarzelend, toen met steeds meer overtuiging. Eén dag per week hardlopen, toen twee, toen zes. De sportschool werd mijn nieuwe tempel, een plek waar ik mijn lichaam en geest kon trainen. Ik noemde het fysieke energie ruilen tegen mentale energie. Ik hield bij wat ik at, niet om mezelf te straffen, maar om inzicht te krijgen in mijn eigen gedrag.

Nieuwsgierigheid is mijn brandstof. Elke stap vooruit, elke les die ik leerde, voedde mijn groei. Bewustwording is een reis, geen bestemming. Elke kilometer die ik rende, elke kilo die ik verloor, elke gezonde maaltijd die ik at, was een overwinning. Een overwinning op mezelf, op mijn verleden, op mijn onzekerheden.

En met elke overwinning groeide mijn zelfbeeld, mijn eigenwaarde. Ik begon te beseffen dat ik meer was dan de som der delen van mijn prestaties, dat ik waardevol was om wie ik was, niet om wat ik deed.

Soms moet je alles verliezen om jezelf te vinden. En soms, heel soms, is "ongeneeslijk" het beste compliment dat je jezelf kunt geven.

*"De wereld om je heen is een  
vertraagde echo van de stemmen  
in je hoofd. Wil je een ander  
geluid? Verander dan de spreker."*

## Hoofdstuk 2: De Spiegel - Zelfreflectie als Brandstof

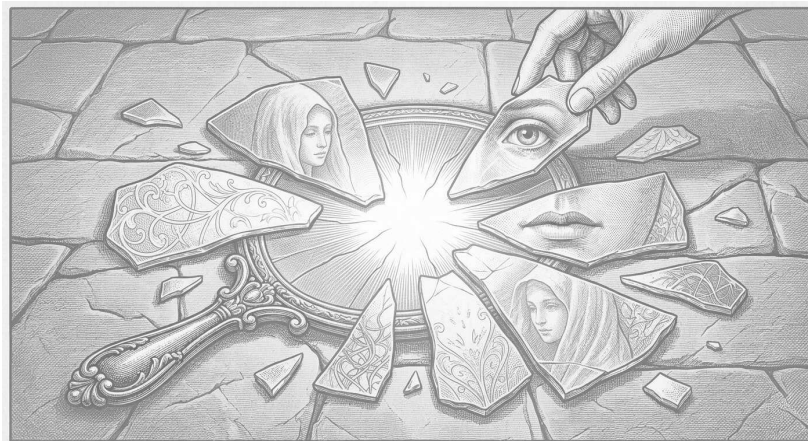
De scheiding van mijn ouders was niet zomaar een breuklijn in mijn leven; het was een seismische verschuiving die de fundamenteën van mijn bestaan deed schudden. Ik stond op de puinhopen van mijn eigen zekerheden, en de echo van de vraag "Was dit mijn schuld?" galmde door de lege kamers van mijn zelfvertrouwen. Ik werd gedwongen om de observator van mijn eigen leven te worden, een rol die ik nooit vrijwillig had gekozen.

De eerste blik in de spiegel was genadeloos. Het was geen spiegelbeeld van de succesvolle man die ik dacht te zijn, maar een portret van een vreemdeling, een schim van iemand die ik niet kende. Ik zag de leegte achter de façade van mijn zogenaamde perfecte leven, de onvervulde verlangens die ik had begraven onder lagen van werk, eten en vluchtige genegenheid.

Ik realiseerde me dat mijn Instagram-feed een metafoor was voor mijn innerlijke chaos. Een wirwar van oppervlakkige beelden en nutteloze prikkels, een weerspiegeling van mijn eigen verwarde geest. Ik besloot de regie over mijn eigen verhaal terug te nemen. Ik zuiverde mijn digitale omgeving, ontvolgde de ruis en vulde mijn feed met de wijsheid van de groten: Tony Robbins, Jim Rohn, David Goggins, Simon Sinek, Gary Vaynerchuk. Hun woorden waren spiegels die me niet alleen lieten zien wie ik was, maar ook wie ik kon worden.

Boeken werden mijn toevluchtsoord, podcasts mijn mentoren. Ik verslond informatie, op zoek naar de antwoorden waarvan ik diep van binnen wist dat ze er waren. Ik leerde dat niemand me zou komen redden, dat ik mijn eigen ridder moest zijn. Ik leerde dat mijn overtuigingen mijn realiteit vormden, en dat ik de kracht had om die overtuigingen te herschrijven.

Ik ontdekte dat mijn grootste vijand niet de wereld buiten me was, maar de stemmen in mijn hoofd. De stemmen die fluisterden dat ik niet goed genoeg was, dat ik er niet bij hoorde, dat ik gedoemd was te mislukken. Ik leerde dat deze stemmen leugenaars waren, en dat ik de kracht had om ze het zwijgen op te leggen.



Maar ik ontdekte ook mijn verborgen krachten: mijn onverzadigbare nieuwsgierigheid, mijn vermogen om de waarheid achter de façade te zien, mijn drang om de diepere betekenis van het leven te begrijpen. Ik leerde dat de wereld

waarin ik ervoer een reflectie was van mijn eigen gedachten, een vertraagd echo van mijn innerlijke dialoog.

De reis naar zelfreflectie was geen gemakkelijke tocht. Het was een strijd tegen mijn eigen gewoonten, tegen de stemmen in mijn hoofd die me probeerden terug te trekken in mijn oude patronen. Elke afwijzing was een test, een kans om te bewijzen dat ik sterker was dan mijn angsten. Ik leerde dat fouten geen mislukkingen waren, maar lessen, en dat tegenslagen geen obstakels waren, maar kansen om te groeien.

Ik begon te luisteren naar mijn lichaam, naar mijn intuïtie, naar de stille stem die me de weg wees. Ik leerde mezelf zien zonder oordeel, zonder veroordeling, met een mededogen dat ik nooit eerder had gekend. Ik leerde dat de spiegel geen instrument van zelfkritiek was, maar een venster naar zelfontdekking.

Ik leerde dat de wereld een echo is van je eigen gedachten. Verzend positiviteit, verzend liefde, verzend dankbaarheid, en de wereld zal je hetzelfde teruggeven. Heb geduld, vertrouw op het proces, en weet dat alles wat je nodig hebt, op weg is naar je toe.

De spiegel is geen comfortabele plek, maar het is de enige plek waar je jezelf echt kunt vinden. En als je jezelf eenmaal hebt gevonden, ben je ongeneeslijk succesvol.

*"Droom in bestemmingen, maar leef in de stappen. De routekaart is niet het terrein; het echte goud ligt in de voetafdrukken die je achterlaat terwijl je groeit."*

## Hoofdstuk 3: De Routekaart - Het Formuleren van Mijn Visie

In de hectische ratrace van het moderne leven worden we al snel geconditioneerd om succes te meten in tastbare activa: de omvang van onze bankrekening, de glans van onze bolide, de statigheid van ons huis. Jarenlang heb ik mezelf ook aan deze externe meetlat gehouden, jagend op de illusie van voldoening die materiële welvaart zou moeten brengen. Maar na de aardverschuiving in mijn leven, de scheiding van mijn ouders die een onverbiddelijke spiegel voorhield, begon een ander besef langzaam te dagen. Succes, zo ontdekte ik, is geen universele valuta die op de beurs van het kapitalisme wordt verhandeld. Het is een diep persoonlijke ervaring, een innerlijk kompas dat ons wijst naar de plek waar onze ziel tot bloei komt.

Voor mij begon die innerlijke navigatie met een sterk verlangen naar vrijheid. Niet de vluchtige vrijheid van een weekendje weg, maar de fundamentele vrijheid om mijn eigen keuzes te maken, mijn eigen pad te bepalen, zonder de verstikkende greep van externe verwachtingen. In mijn beginjaren koppelde ik aan deze kernwaarde de meer conventionele noties van gezondheid en welvaart. Een fit lichaam en een gevulde portemonnee leken de logische satellieten rond de planeet van mijn persoonlijke vrijheid.

Maar naarmate mijn transformatie vorderde, naarmate ik dieper in de krichten van mijn eigen psyche afdaalde en de wijsheid van anderen tot me nam, verschoof mijn perspectief. De ware essentie van succes bleek niet te liggen in het

*hebben*, maar in het *zijn* en het *doen*. De ultieme graadmeter werd innerlijke blijdschap, de onwankelbare vreugde die ontstaat wanneer je in lijn leeft met je diepste waarden en je authentieke zelf.

Het leven is geen materialistische speurtocht, geen race om de meeste trofeeën te verzamelen. Het is een reis van binnen naar buiten. Wanneer je handelt vanuit de kern van wie je bent, vanuit die plek van pure, onvervalste vreugde, dan zullen overvloed en welzijn als natuurlijke gevolgen op je pad komen. Bezittingen en geld zijn de bijproducten van een leven dat geleefd wordt met intentie en passie, geen eindbestemming op zich.

Op deze reis is groei onvermijdelijk, een constante evolutie die mij dwingt oude huiden af te werpen en nieuwe perspectieven te omarmen. Relaties die resoneren met mijn authentieke zelf, trek ik aan als magneten, terwijl banden die niet langer dienen op natuurlijke wijze vervagen. Gezondheid wordt geen obsessieve jacht op het perfecte lichaam, maar een logisch gevolg van een leven in balans: het voeden van mijn lichaam met de pure energie van de natuur, het bewegen vanuit intrinsieke vreugde in plaats van dwang, en het vinden van echte ontspanning in de volledige omarming van het huidige moment. Zelfs de wens om impact te maken, een nobele aspiratie op zich, transformeerde in mijn ogen van een doel naar een gevolg, een natuurlijk uitvloeisel van het leven van mijn eigen waarheid.

Mijn persoonlijke visie op succes ontvouwde zich niet als een helder uitgestippelde route op een kaart. Het was eerder een organisch proces, een reeks van kleine overwinningen die als

katalysatoren werkten voor de volgende stap op mijn pad. Elke doorbroken destructieve gewoonte, elke overwonnen angst, elke omarmde kwetsbaarheid was een mini-succes dat mijn innerlijk kompas verfijnde.

Naarmate ik dieper in de materie dook, de inzichten van filosofen, spirituele leiders en succesvolle ondernemers tot me nam, veranderde mijn waarneming van de werkelijkheid. Het was alsof ik steeds verder uitzoom, waardoor ik het complexe web van het leven in een breder perspectief begon te zien. Elke vraag die ik mezelf stelde, opende de deur naar een nieuw antwoord, dat op zijn beurt weer een reeks nieuwe vragen genereerde. Het leven is geen eindige puzzel met een duidelijke oplossing, maar een oneindig spel, een voortdurende ontdekkingsreis waarvan de regels constant in beweging zijn. De ware kunst is om verliefd te worden op het spel zelf, om het proces te omarmen met al zijn onvoorspelbaarheid en uitdagingen.

Mijn diepste droom, de fundamentele pijler onder mijn visie, is altijd vrijheid geweest. De vrijheid om te creëren, om te innoveren, om niet gebonden te zijn aan de beperkende structuren van een systeem dat vaak meer gericht lijkt op controle dan op empowerment. De richting van ons bedrijf, weg van de wurgende contracten en beperkende voorwaarden van de gevestigde orde, was een directe manifestatie van dit verlangen naar autonomie.

In mijn vroege jaren was mijn vader mijn onbewuste rolmodel, een figuur wiens goedkeuring ik onbewust zocht door zijn pad te imiteren. Maar naarmate mijn bewustzijn groeide, besepte ik dat zijn manier van ondernemen, gekenmerkt door constante