

# **Aarde aan jezelf**

Elf vragen voor kosmische mensen met een  
aards leven

11.11 De Kosmische Bibliotheek

**DragonBean**

11.11

De Kosmische Bibliotheek

# Aarde aan jezelf

Elf vragen voor  
kosmische mensen met  
een aards leven

DragonBean



## Colofon

### Aarde aan jezelf

*Elf vragen voor kosmische mensen met een aards leven*

Auteur: **DragonBean**

Uitgever: **11.11 De Kosmische Bibliotheek**

ISBN: **978-94-039-1058-1**

Eerste druk: **2026**

© 2026 DragonBean / 11.11 De Kosmische Bibliotheek

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en/of uitgever.

Tekst, concept en samenstelling: DragonBean

Vormgeving en boekopmaak: 11.11 De Kosmische Bibliotheek

Cover en beeldsfeer: 11.11 De Kosmische Bibliotheek

Druk en distributie: in eigen beheer / via de gekozen print-on-demandpartner.

Dit boek maakt deel uit van het veld van **11.11 De Kosmische Bibliotheek**: een verzameling boeken, stemmen en werelden rond bewustzijn, verbeelding, aarde, kosmos en innerlijke herinnering.

# INHOUD

A hand holding a glowing Earth with a figure in space above it. The hand is adorned with ornate golden bracelets. The Earth is surrounded by a complex golden mandala pattern. A figure in space is positioned at the top right, reaching towards the Earth. The background is a dark, starry space.

- 1 Voorwoord
- 2 Inleiding -  
De kunst van het landen
- 3 Hoofdstuk 1 -  
Waar ben je eigenlijk al een tijd niet meer echt aanwezig?
- 4 Hoofdstuk 2 -  
Wat probeert jouw lichaam je al veel langer te vertellen dan je hoofd wil toegeven?
- 5 Hoofdstuk 3 -  
Wat noem jij groei, terwijl het misschien gewoon overbelasting is?
- 6 Hoofdstuk 4 -  
Waar ren jij aan voorbij terwijl het juist op jou wacht?
- 7 Hoofdstuk 5 -  
Wanneer voelde jij je voor het laatst echt geland?
- 8 Hoofdstuk 6 -  
Wat in jouw leven vraagt niet om meer denken, maar om meer voelen?
- 9 Hoofdstuk 7 -  
Welke waarheid leef jij nog niet, terwijl je haar al lang kent?
- 10 Hoofdstuk 8 -  
Wat mag eenvoudiger?
- 11 Hoofdstuk 9 -  
Waar ben jij jezelf gaandeweg kwijtgeraakt?
- 12 Hoofdstuk 10 -  
Wat wil in jou niet hoger, maar eerlijker?
- 13 Hoofdstuk 11 -  
Wat betekent leven voor jou, nu je weet dat tijd niet eindeloos is?
- 14 Hoofdstuk 11.11 -  
De sleutel:  
Liefde als landing
- 15 Slotpassage -  
Wanneer de lucht weer helder wordt
- 16 Nawoord
- 17 Verder in  
11.11 De Kosmische Bibliotheek
- 18 Bijlage -  
De 0-ademhaling
- 19 11.11 De Kosmische Partij - Toekomstvisie
- 20 Lezerscertificaat



# Voorwoord

Er zijn mensen die van nature omhoog kijken.

Niet alleen met hun ogen, maar met hun hele wezen. Mensen die iets voelen trillen achter de zichtbare werkelijkheid.

Mensen die in stilte meer horen dan woorden. Mensen die weten dat het leven groter is dan de agenda, de boodschappen, de klok, de kalender, de belastingdienst, de afwas en de vraag wat we vanavond eten.

Mensen die voelen dat alles met alles verbonden is. Mensen die tekens opmerken. Mensen die een diepe onderstroom ervaren. Mensen die het gevoel hebben dat er achter het gewone nog een andere laag bestaat. Mensen zoals jij misschien.

Dat soort mensen zijn vaak mooie mensen. Open mensen. Zoekende mensen. Gevoelige mensen. Scheppende mensen. Mensen met verbeeldingskracht. Mensen die heimwee voelen naar iets dat ze niet helemaal kunnen benoemen. Mensen die in een sterrenhemel meer zien dan alleen lichtpuntjes. Mensen die aan een tafel kunnen zitten en toch het gevoel hebben dat hun ziel nog ergens onderweg is.

Maar precies daar zit ook een risico. Want wie veel omhoog kijkt, vergeet soms naar beneden te kijken. Wie veel voelt, vergeet soms te handelen. Wie veel zoekt, vergeet soms te beleven. Wie veel weet van energie, verliest soms het contact met het eigen lichaam. Wie veel praat over liefde, vergeet soms een boterham te eten, te wandelen, te rusten of gewoon echt in het leven aanwezig te zijn.

En dan gebeurt er iets gek. Dan wordt spiritualiteit geen verdieping meer, maar een ontsnapping. Dan wordt bewustzijn geen belichaming meer, maar een vlucht. Dan zweef je niet omdat je verlicht bent, maar omdat je vergeten bent dat je ook voeten hebt.

Dit boek is geen afwijzing van de kosmos. Integendeel. Dit boek is een liefdevolle herinnering dat de kosmos zich niet alleen boven je bevindt, maar ook in jou wil landen. Dat het niet genoeg is om te voelen dat er meer bestaat. Dat het ook de bedoeling is dat je hier bent. Hier, op aarde. In een lichaam. In een leven. In een dag met een ochtend, een middag en een avond. In keuzes. In relaties. In pijn. In vreugde. In verwarring. In wasmanden, koffiekopjes, deadlines, afscheid, aanraking, adem en zonlicht op je huid.

Je bent hier niet gekomen om alleen maar te kijken naar wat er nog meer is. Je bent hier om te leven. Om te ervaren. Om te vallen en op te staan. Om te leren. Om lief te hebben. Om aanwezig te zijn. Om iets van jouw unieke toon toe te voegen aan het grote lied van het bestaan.

Daarom heet dit boek Aarde aan jezelf. Zoals iemand vroeger misschien riep: "Aarde aan Mars," wanneer iemand er met zijn hoofd niet helemaal bij was, zo roept dit boek je niet spottend terug, maar liefdevol. Alsof het leven zelf even op je schouder tikt en zegt: hallo lieverd, kom eens terug. Je bent hier. Land eens even in je eigen leven.

De elf hoofdstukken van dit boek zijn elf vragen. Geen vragen om je kleiner te maken, maar om je terug te brengen. Ze zijn bedoeld voor mensen die veel voelen, veel denken, veel hopen, veel zoeken, veel begrijpen en soms de eenvoudigste

beweging vergeten: ademen, voelen, kiezen, aanwezig zijn, leven.

Na die elf vragen volgt een twaalfde hoofdstuk. Geen gewone vraag, maar een sleutel. Want soms kom je met vragen ver, maar niet helemaal thuis. Soms is er iets anders nodig. Iets zachts. Iets echts. Iets wat niet alleen kijkt, maar verbindt.

Die twaalfde sleutel is liefde. Zelfliefde. Liefde voor het leven. Liefde voor de aarde. Liefde die niet zweeft, maar blijft. Liefde die niet alleen mooi klinkt, maar handen en voeten krijgt. Liefde die de kosmos niet loslaat, maar haar naar beneden brengt, tot in je stem, je keuzes en je dagelijkse bestaan.

Dus kom. We gaan niet uit de lucht vallen. We gaan landen. Rustig. Bewust. Met open ogen. Met eerbied voor het hogere én voor het hier. Met ontzag voor het mysterie én met aandacht voor het mens-zijn.

Welkom terug.

## Inleiding - De kunst van het landen



Er zijn boeken die je optillen, en er zijn boeken die je terugbrengen. Dit boek wil dat tweede voor je zijn. Niet kleiner, niet zwaarder, niet minder kosmisch, maar juist afgestemd. Alsof iemand een raam opent in een kamer die

te lang vol gedachten heeft gestaan. Alsof de lucht weer beweegt. Alsof je schouders eindelijk merken dat ze niet alles hoeven te dragen wat je hoofd heeft verzameld.

Landen is in dit boek geen modewoord en ook geen trucje. Het is niet een hippe variant op even ademen, even voelen en daarna weer precies zo verder razen als daarvoor. Landen betekent hier: terugkeren in de werkelijkheid van je eigen bestaan. Niet alleen weten dat je leeft, maar merken dat je leeft. Niet alleen nadenken over verbinding, maar weer voelen waar je lichaam ophoudt, waar je adem begint en waar jouw waarheid zacht maar duidelijk om aandacht vraagt.

De Kosmische Bibliotheek heeft altijd een brug geslagen tussen hemel en aarde, tussen herinnering en verbeelding, tussen innerlijke werelden en het gewone leven. Aarde aan jezelf loopt niet weg van die lijn. Integendeel. Het legt er de nadruk op. Want wie de kosmos alleen maar gebruikt om aan het leven te ontsnappen, heeft de boodschap van de kosmos nog niet helemaal verstaan. De sterren wijzen niet alleen omhoog. Ze spiegelen ook omlaag. Naar het hier. Naar het nu. Naar hoe jij vandaag leeft.

Misschien is dat ook waarom ieder boek in 11.11 De Kosmische Bibliotheek een eigen beweging draagt. De Kosmische Spiegel nodigt uit om te kijken. Zonnestrallen uit de Kosmos herinnert aan licht. Astra Kruiden brengt wijsheid terug naar lichaam, ritme en aarde. Echo van de Nieuwe Aarde en Joy van de Nieuwe Aarde herinneren aan de tedere lijn tussen toekomst, vriendschap en hart. En Aarde aan jezelf? Dit boek vraagt iets eenvoudigers en misschien juist daarom iets moeilijkers: kom terug. Niet later, niet ooit, maar hier. In je