



De
ontrafeling

Arie Verwoert

SPIRITUELE BIOGRAFIE

De ontrafeling

Arie Verwoert



Uitgeverij Bewust Zijn

Den Haag, 2019

Eerste druk, november 2019

Vormgeving en redactie: Mack van Gageldonk

Eindredactie: Frank Janse

Copyright © 2019 Arie Verwoert

ISBN 978-94-92066-54-1

Gedrukt op FSC-gecertificeerd papier

Trefwoorden: spiritualiteit, bewustwording, zelfreflectie

www.uitgeverijbewust-zijn.nl

Uit deze uitgave mag uitsluitend iets verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, opnamen, of op welke andere wijze ook, hetzij chemisch, elektronisch of mechanisch, na voorafgaande toestemming van de uitgever.

Any part of this book may only be reproduced, stored in a retrieval system and/or transmitted in any form, by print, photoprint, microfilm, recording, or other means, chemical, electronic or mechanical, with the written permission of the publisher.

Uitgeverij Bewust Zijn

Postbus 17390

2502 CJ Den Haag

Inhoud

9	Voorwoord
11	De naakte waarheid
13	Mijn eerste jaren
23	Alles werd anders
40	Een ander huis
55	Op de trein
64	Naar Den Haag
82	De ontdekking van mezelf
92	Dankbaarheid
95	Ego's
99	Mijn keuze
105	Gecreëerde emoties
109	Ik zie de zon
110	Onze afhankelijkheid
113	Mijn ik en mijn Zijn
123	Onvoorwaardelijkheid
126	De weg die je aflegt
133	De zon
137	Ik ben een stofje
138	Nawoord

Voorwoord

Met dit boek wil ik laten zien hoe ik mijn leven zie en beleef. Enkele passages kunnen pijnlijk overkomen. Ze zijn niet bedoeld om anderen in een kwaad daglicht te stellen. Het is mijn waarheid. Een waarheid, die ik koester. Ik hoop dat je mijn kwetsbaarheid kunt zien als kracht en dat ik je hiermee inspireer.



Mijn eerste jaren

Ik ben geboren op dankdag. In de gereformeerde gemeente waarin ik ben opgegroeid, toon je op die dag je dankbaarheid voor de gewassen die je van het land hebt verkregen. Mijn vader zat in de kerk en moest naar huis omdat de vliezen van mijn moeder waren gebroken. Het was rond een uur of acht toen het begon. Om kwart voor één die nacht werd ik geboren. Het gezin bestond uit twaalf kinderen; zes broers en zes zussen. Zo'n groot gezin lijkt misschien gezellig omdat je dan met elkaar bent. In het begin was dat ook zo. We woonden in een klein huisje. Elke keer als mijn moeder zwanger was, bouwde mijn vader er een stukje bij. Het hele dorp wist dan dat er weer eentje aankwam.

Ik ben geboren in een zwaar kerkelijk gezin. We zijn opgegroeid zonder radio en tv en gingen zondags twee keer naar de kerk. Dan deden we geen spelletjes en lazen we geen boeken, tenzij het een heilig boek was. Je moest die dag wel met bezinning bezig zijn. Ik groeide in die wereld

op en wist niet beter. Het was het leven van een dorp in de Betuwe. De vrijheid van onze boerderij en boomkwekerij was enorm. We leefden buiten en als groot gezin werkte iedereen op het land mee. Onze hond en poezen liepen tussen de varkens en koeien in. We hadden het gezellig met elkaar. Eén van mijn oudste zussen vertelde me later dat ik naar haar toe trok. Die band is altijd gebleven. We hadden geen woorden nodig om te weten hoe de ander zich voelde. Er zat slechts een week tussen haar oudste kind en mijn zusje, die anderhalf jaar na mij op de wereld kwam. Nichtje en tante werden vrijwel tegelijkertijd geboren. Mijn zus moest trouwen, want vanuit ons geloof behoorde je geen gemeenschap te hebben voor het huwelijk. Dus een lichte schande was het wel. Ze woonde achter ons huis in een caravan. Voor mij was het sprookjesachtig, plezierig, als een vakantie-huisje met een prettige energie. Naast ons huis stond de boerderij van mijn opa en oma, de ouders van mijn vader. Mijn opa werkte mee op het land. Mijn oma kreeg een beroerte en moest naar een verpleeghuis. Als we zondags naar de kerk gingen, moesten wij 's avonds met mijn vader naar haar toe. Ik was met mijn zusje die net kon lopen. Ze droeg een schattig jurkje - wit met rode stip-

pen - en straalde helemaal. Maar dat veranderde volledig op het moment dat we bij het verpleeghuis aankwamen. Er hing een levenloze energie. Je lichaam werd zwaar van de sfeer die daar hing. We liepen door de gangen, die muf en smerig roken, alsof de ramen altijd dichtzaten. Hoe dichter we bij de kamer van onze oma kwamen, hoe benauwder we het kregen. De kamerdeur ging op een kier. Ze keek dan naar ons met een verbitterd gezicht vol frustratie. We gaven haar heel snel een kus. Dat wilden we niet, maar dat moest. We keken elkaar aan en wisten dat we precies dezelfde afkeur voelden. Daarna renden we heel hard weg om op de gang te kunnen spelen. Dan waren we tenminste uit die benauwde ruimte waar het op onze keel sloeg. Mijn vader leek het niets te deren, alsof het voor hem normaal was. Ik begreep dat niet. Voelde hij dit niet of was hij haar frustratie gewend? Als het haar niet zinde, keek ze een andere kant op. Dat kon ze dan gemakkelijk een half uur volhouden, alsof hij er niet was. Ze gebruikte haar ziekte ook lichtelijk om haar drama te accentueren. We waren altijd blij als we weg konden. De energie binnen was zo vreemd en onbeschrijfelijk. Ik zag haar verbittering. Dat ze daar lag; achtergelaten en gefrustreerd. Volgens mij had ik haar een

Dankbaarheid

Ik ben dankbaar voor het leven. Ik ben dankbaar voor hetgeen mijn familie voor mij heeft gedaan. Diep in mij zal ik altijd dankbaar blijven. Of iemand nu gelijk heeft of niet, het maakt niet uit. Iedereen heeft zijn eigen waarheid en iedereen heeft ook recht op zijn eigen waarheid. Ik weet dat mijn zussen en broers een groot offer hebben gebracht en dat ze hebben gedaan wat voor hen het beste was. We waren allemaal kinderen die hun moeder hadden verloren. De één had onze moeder al wat langer meegemaakt dan de ander. Ik heb haar maar even meegemaakt en mijn kleine zusje heeft haar moeder nauwelijks gekend. Ik vraag mezelf af voor wie het erger is? Voor ons, die niet weten wat we hebben gemist? Of juist voor de ouderen, die dat wel weten? Zij hebben de verantwoordelijkheid moeten overnemen van hun moeder, die uiteindelijk niet over te nemen valt. Natuurlijk, je kan zorgen voor het eten, drinken en voor een veilig en schoon bed. Maar de geborgenheid en connectie van een moeder kun je nooit geven, hoe graag

je dat ook zou willen. Ik ben zo dankbaar voor wat ze voor mij hebben betekend. In de eerste jaren hadden we echt verbondenheid en konden we op elkaar terugvallen. Natuurlijk moesten de ouderen ook loskomen en hun verantwoordelijkheid naar de jongere broers en zussen loslaten. Zij moesten ook hun eigen gezinsleven oppakken. Ik hoop dat eenieder geen schuldgevoelens meedraagt of ze het al dan niet goed hebben gedaan. In mijn beleving is het oké. Omdat ik weet dat ons ego zolang we hier op aarde leven een rol zal spelen in overtuigingsvormen en in het toekennen van andere waardes. De één ziet iets op de ene manier en de ander ziet iets anders. Dat is niet erg, ik wil ze niet veranderen. Ik wil het contact niet herstellen. Als je ooit als ziel verbonden bent op deze aarde, of je nu bij elkaar bent of niet, dan zal je dat ook blijven. Dat is mijn overtuiging. Al staat er nog zoveel in ego in de weg. Mijn dankbaarheid voor het inleveren van hun leven is enorm. Ik zie ook de pijn, bijvoorbeeld bij mijn zus, die eerst nog zo hard nodig was en daarna gewoon de laan uit werd gestuurd. Ik begreep niet dat mijn vader toen niet ingreep. Hij zat onder de plak van mijn stiefmoeder en had niets in te brengen. Het was een zwakke man. Ik vind het moedig

van mijn zus hoe ze de stappen heeft genomen. Ze moest door zoveel pijn heen en kon de eerste weken niet thuiskomen, omdat het haar teveel pijn en verdriet deed. Ik kan het alleen maar moedig vinden. Tenslotte zijn we allemaal slachtoffer van een ervaring. Ik wens ook dat de lessen en ervaringen, die we allemaal op onze eigen manier hebben meegemaakt, ook voor mijn broers en zussen als een voedingsbodem mogen zijn. Om liefdevoller naar zichzelf en hun kinderen te kunnen kijken en te kunnen begrijpen en meegeven wat ze zelf hebben gemist. Ik hoop dat de trots een beetje ruimte heeft gemaakt voor de nederigheid naar jezelf toe, waardoor je de oprechte dankbaarheid, die ik in mijn ziel voor jou voel, ook mag voelen.

Ego's

Het leven lijkt soms één groot spel. Ego's proberen anderen af te troeven. Ze blazen zich op als grote wezens, in een poging om boven gevoelige mensen uit te stijgen en ze precies op hun gevoel te kunnen manipuleren. Het ego is dominant en wil controle over het gevoel van een ander hebben. Deze duivel heb ik in de ogen gekeken en zo goed als onder controle. Niet voor de volle honderd procent, want als het voor mij honderd procent is, dan laat ik geen ruimte meer voor groei. Ik weet nooit wat er diep in de kelders van mijn geest of mijn ziel verborgen ligt, wat nog getransformeerd kan worden. Anders zou ik mezelf beperken en mezelf niet meer uitdagen. In het leven spelen we overal rollen in dominantie en in overtuigingen. Mensen die bang zijn voor hun gevoelens, zijn heel berekenend. Ze spelen altijd op zeker en proberen alles zo goed mogelijk af te meten om maar niet voor een verrassing te komen staan. Alles houden ze onder controle, dat is hun houvast. Die controle zorgt ervoor dat we niet leven. Ik zag mijn familie, mijn broers en

zussen, vooral niet leven. We waren aan het knokken om te leven. De impact van de gebeurtenissen was te groot. De breuk die mijn stiefmoeder meegaf in ons leven, was van onschatbare waarde. Ze zette ons allemaal op ons kop. Daarvoor hielden we onze gevoelens er nog onder. Maar zij was de tegenpool die het gezin nodig had om te ontwaken. De grip van de kerk om in het stramien te blijven van het onderdrukken van onze emoties verdween met haar komst en dat was een groot cadeau. Al was de verpakking niet zo mooi, het gaf ons een keuzemogelijkheid om wakker te worden. Soms is er grof geweld nodig om iets te doorbreken, anders lukt het niet. Mijn stiefmoeder had wel degelijk moed om te doen wat ze heeft gedaan. Maar haar acties gingen voorbij aan onze gevoelens. Ze zag ons niet. In het hele proces waren wij zoekende om gezien en erkend te worden. Ik denk dat zij hetzelfde zocht en ook graag geliefd wilde zijn, maar niet wist wat dit voor haar betekende. Als je haar gedrag nodig hebt dan kun je die liefde nog niet uitstralen naar de ander. Als kind heb je altijd de hoop en verwachting dat jouw ouders je altijd kunnen helpen. Je wil graag dat ze precies zien wat jij in je hebt en in je draagt. Ze kunnen je op veel vlakken steunen. Ze kunnen je eten

en drinken, de scholing en de veiligheid geven. Maar kunnen ze ook de diepte van hun en jouw ziel erkennen en omarmen? Meestal niet. Daarin ben je voor jouw ouders misschien wel een spiegel voor hun eigen tekorten. Je kunt blijven wachten op wat ouders jou geven. Ik heb de verwachting moeten opgeven. Ik heb ook fijne momenten meegemaakt, maar uiteindelijk moest ik steeds alles loslaten, omdat het voor mijn ziel de belangrijkste stap was naar zelfbevrijding. Met de stap om uit het harnas te stappen van de ziekelijkheid gaf ik mezelf de ruimte en de vrijheid terug. Anderen zien vaak alleen maar de vervorming of wat ze je in de vorming willen meegeven. De pijn komt omdat anderen niet zien wie je bent in jouw puurheid. Jij moet eerst jouw puurheid omarmen en accepteren dat dit de kern is die jij mag bewaken en beschermen. Wanneer je vanuit dit punt gaat leven, verbind je jezelf niet meer met de rugzakken van een ander.

Van andere culturen valt veel te leren. Ik heb dat zelf mogen ervaren toen mijn man me meenam naar zijn familie in de Dominicaanse Republiek, zijn geboorteland. Ik heb me nog nooit zo welkom gevoeld. Ik voel connec-

tie. Als ik hun armen om me heen krijg, voel ik oprechtheid. Ze zijn dankbaar dat ik er ben. Ze vragen niet naar dingen die er niet toe doen. Het gaat erom dat je er bent. Je mag gaan zitten, je krijgt wat te eten en je mag genieten. Ze oordelen niet. We wonen in een vrij land, maar beperkt onze enorme welvaart ons niet in onze gevoelsvrijheid? De overheid regelt veel voor ons, maar kunnen we er ook nog onze diepe emoties bij voelen? In de Dominicaanse Republiek wordt homoseksualiteit door de overheid misschien niet zo geaccepteerd en gesteund als bij ons, maar het wordt door de mensen wel gedragen. Ik voel me daar veel meer verwelkomd door mijn familie en door de mensen uit de omgeving. We worden geaccepteerd in ons Zijn. Ze komen veel meer met hun gevoelens en hun beleving dat het oké is. Dan voel je ook de oprechtheid. Het gaat erom dat je je leert over te geven aan een dieper gevoel en jezelf meer ruimte en lucht geeft om voorbij de regels te kijken.

Nawoord

We zijn allemaal het stofje. Het stofje om de vrijheid in ons leven te behouden. Ik voel me vereerd om mijn leven met je te delen. Nu je het leest, zal mijn leven weer veranderd zijn. Gelukkig maar, want ik wil een dansend stofje blijven. Ik zal neerdalen in het donker om andere stofjes te ervaren en de verbindingen te voelen. Maar telkens zal het licht me optillen uit de zwaarte van het leven. Het zal me vleugels en vrijheid geven. Ik ben dankbaar dat ik dit stofje heb kunnen en mogen zijn in mijn eigen leven en dat ik even mag neerdwarrelen bij jou, bij waar je nu bent. Bij het ontstaan van het boek ben ik met tien mensen neergestreken in een huisje in Nederland. Ik was een stofje van licht, van schaduwen, van donker. Ik ben de stofjes om me heen dankbaar, die bij dit proces aanwezig waren. Ik hoop en wens dat zij ook een stofje van licht kunnen worden. Om los te schudden, om een spiegel van dansend licht te worden in hun leven van vrijheid en openheid. Het is belangrijk om te weten dat we door de schaduwen van onszelf heen

moeten kijken. Dat we onze eigen rug moeten rechte(n). Hoe zwaar de last ook is, soms zijn dingen gewoon zoals ze zijn. Je kunt dingen vaak niet veranderen. Als je je hiervan bewust bent, probeer dan de feiten niet te veranderen. Je kunt wel jouw beleving veranderen.

Mijn dankbaarheid gaat uit naar Frank, die dit boek uitgeeft. Dat ik de kans krijg om deze energie de wereld in te brengen. Ik wil met name Mack bedanken voor het ontstaan en het helpen. Door het versterken van stofjes die dwarrelen. De woorden die ik er eerst niet aan kon geven, kan ik nu goed uitspreken. En met zijn hulp is dit mooie boek ontstaan. Ik ben daar eeuwig dankbaar voor. In het bijzonder wil ik mijn dankbaarheid uiten voor het geluk dat ik nu heb gekregen in mijn leven. Geluk en vrijheid met een partner die mij begrijpt. Ik wil daarom ook Ken laten voelen en laten zien we dit proces kunnen gaan doordat hij mij de ruimte en de vrijheid geeft. Het mooie is dat hij niet veel vraagt, maar hij kan meevoelen. Hij kan precies zijn vinger op de juiste punten richten. Ken en ik zijn als twee spiegels, die elkaar tegenkwamen en elkaar erkenden in de lessen van het leven. Mijn dankbaarheid gaat naar hem uit.

Ik neem op dit moment in dit boek respectvol afscheid van je. Ga als een stofje verder. Als hij daalt, laat hem niet te lang liggen. Treur niet in het donker. Maar, als de schaduw vertrokken is en de zon opkomt, dans dan weer. Dans door de lucht. Zweef de vrijheid tegemoet.

Arie Verwoert (1974) is spiritueel coach en grondlegger van Master Your Life in Den Haag. Hij geeft cursussen in binnen- en buitenland en is gespecialiseerd in persoonlijke ontwikkeling en groepsdynamiek. In zijn praktijk helpt Arie mensen en bedrijven om tot een grotere stroming van energie, beleving, kracht en groei te komen. 'Wij beperken onszelf in onze waarde. Als we echt durven kijken en beleven wat we in huis hebben, dan kunnen we veel meer de waarde erkennen die nog versluierd ligt in onszelf.'

www.masteryourlife.nl



Arie Verwoert

Weerspiegelingen van je ziel

80 bladzijden

ISBN 9789492066251 (paperback)

ISBN 9789492066336 (e-book)

Waar is ons leven voor bedoeld? Zijn alle gebeurtenissen, al onze ervaringen, zonder betekenis? Of zijn het aanwijzingen die erom vragen om ontrafeld te worden, cadeautjes van de ziel? Waarom 'overkomen' ze je? Wat vertellen ze je? Wat leren ze je over jezelf op een diep niveau?

In het boek 'Weerspiegelingen van je ziel' laat Arie Verwoert je anders naar het leven kijken. Je leert te doorgronden dat er achter veel ervaringen een diepere betekenis schuilgaat. Ze prikkelen je en activeren jouw onderbewustzijn. Stapje voor stapje kom je daardoor steeds verder bij jezelf naar binnen en ontsluit je jouw diepste ik. Dit boek is een waardevolle leidraad voor een verdiept, vrij en betekenisvol leven.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via de website
www.uitgeverijbewust-zijn.nl



Arie Verwoert
Weerspiegelingen van je ziel
Kaarten voor verdieping
165 inspiratiekaarten

Deze 165 inspiratiekaarten zijn bedoeld als verdieping op het boek 'Weerspiegelingen van je ziel' van Arie Verwoert. Ze geven je geen antwoorden, maar stellen vragen, die je diep over jezelf laten nadenken.

Je kunt de kaarten individueel gebruiken, maar ook met anderen. Samen leer je elkaar beter kennen en creëer je meer begrip voor jezelf en voor elkaar.

De vragen op de kaarten prikkelen jouw innerlijke stem. De antwoorden liggen in jezelf. Niemand anders weet jouw antwoord. Wanneer je de antwoorden in jezelf gaat herkennen en erkennen, zet je een belangrijke stap op het pad naar jezelf toe.

Verkrijgbaar via de website
www.uitgeverijbewust-zijn.nl



Arie Verwoert

Levenskracht

88 bladzijden

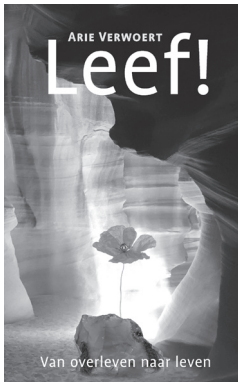
ISBN 9789492066350 (paperback)

ISBN 9789492066435 (e-book)

Wat is kracht? Velen denken bij kracht aan het vermogen om 'je mannetje te staan.' Maar je kunt kracht ook op een innerlijke, spirituele, manier zien. Elk mens ondervindt invloed van vier grote krachten: de kracht van je lichaam, je geest, je emoties en je ziel.

In Levenskracht legt Arie Verwoert uit hoe sterk deze krachten op elkaar inwerken en wat je zelf kunt doen om jouw kracht te laten stromen. Als je niet oppast, kan een kracht je helemaal lam leggen, maar wanneer je inziet hoe de krachten werken en je bij alle aspecten ervan betrokken bent, dan ontstaat er een flow, die je verder helpt op je levenspad. Dit boek geeft je diepgaand inzicht in de werking en stroming van jouw kracht.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via de website
www.uitgeverijbewust-zijn.nl



Arie Verwoert

Leef!

Van overleven naar leven

88 bladzijden

ISBN 9789492066480 (paperback)

ISBN 9789492066510 (e-book)

Wie ben je? Zijn al jouw gedachten en emoties echt van jezelf? Of zijn ze zoals ze behoren te zijn, of zoals je ze hebt meegekregen? In 'Leef!' prikkelt Arie Verwoert je tot zelfreflectie, waardoor je het onbewuste in jezelf bewust kunt maken.

In je eerste levensjaren ben je volledig afhankelijk. Afhankelijk van je opvoeders, jouw scholing en de cultuur waarin je opgroeit. Ze vormen jouw levenstuin. Tot het moment dat jij een zaadje in jouw eigen tuin gaat planten, of een boom gaat rooien. Op het moment dat jij ingrijpt in de tuin van jouw leven, begint de weg van overleven naar leven. Een ontwikkeling die je leven kan veranderen.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via de website
www.uitgeverijbewust-zijn.nl



Frank Janse

De zin van jouw bestaan

NLP en non-dualiteit

176 bladzijden

ISBN 9789081747905 (paperback)

ISBN 9789081747974 (e-book)

Wat is de zin van ons bestaan? Een vraag die een ieder van ons zich wel eens stelt. Zingeving houdt alle mensen bezig. Soms is het lastig het leven meer betekenis te geven. Vooral in een leven vol met problemen en teleurstellingen. Het valt niet mee om de abstracte vragen op het gebied van zingeving concreet en tastbaar te maken. Frank slaagt erin beide op een zeer toegankelijke wijze bij elkaar te brengen.

Dit boek verrast je met een ander perspectief op de wereld waarin jij denkt te leven. Het geeft duidelijke antwoorden op essentiële vragen. Wie ben ik? Wat is mijn rol en doel in dit leven? De inzichten die je via dit boek krijgt, bieden je een kans op meer vrijheid, geluk, een hogere kwaliteit van leven en innerlijke rust. Uiteindelijk ontdek je wat je in essentie bent, altijd al was en altijd zal zijn. Het is de sleutel tot waar geluk.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via de website
www.uitgeverijbewust-zijn.nl



Arie Verwoert staat al heel jong voor de keuze: of je doet wat je familie van je verwacht of je gaat het huis uit. Een dag later reist hij zijn vrijheid tegemoet. Het afscheid van zijn verleden vormt het begin van een spirituele zoektocht.

In zijn biografie beschrijft Arie Verwoert zijn levenweg. Als gevoelig, klein kind in een groot gezin is hij anders. Aanvankelijk drukken de gebeurtenissen uit zijn jeugd zwaar op hem, maar uiteindelijk vormen ze de bron van diepe inzichten. In 'De ontrafeling' lees je hoe Arie tot die inzichten is gekomen. Het boek zuigt je mee. Het zet je aan tot zelfanalyse en brengt je in contact met de puurheid in jezelf.

Een biografische ontrafeling van het leven.

ISBN 978-94-92066-54-1



9 789492 066541 >



Uitgeverij Bewust Zijn

