



Geluk  
staat je  
goed

# TINA TURNER

Spiritueel handboek voor een beter leven

**KOSM • S**

Dit boek draag ik op aan jou...  
ter ere van de pogingen  
die jij ongezien doet  
om alle problemen  
te overwinnen waar het leven je voor stelt.



# Inhoud

Inleiding	
Hoofdstuk 1	
Omarm de natuur	
Hoofdstuk 2	
De werelden in onszelf	
Hoofdstuk 3	
Het lied van de engelen	
Hoofdstuk 4	
Kom op voor je leven	
Hoofdstuk 5	
Vergif omzetten in medicijn	
Hoofdstuk 6	
Een revolutie van het hart	
Hoofdstuk 7	
Vorbij het zingen	
Hoofdstuk 8	
Thuiskomen	

# Inleiding



Waar ik ook kom, ik ben altijd geroerd wanneer mensen me vertellen hoe ze zijn geïnspireerd door mijn levensverhaal en door de uitdagingen die ik heb overwonnen in de acht decennia dat ik op deze planeet ben.

Ik ben van nature een overlever maar ik heb ook hulp gehad. Daarmee doel ik niet op succes of geld, hoewel ik gezegend was met beide. Voor mijn welzijn, vreugde en veerkracht is mijn spirituele leven essentieel.

Dat is nogal een statement. Gemakkelijk gezegd maar lastiger uit te leggen. Toch ben ik heel blij dat ik het verhaal van mijn spirituele reis met je mag delen, in dit boek, *Geluk staat je goed, Spiritueel handboek voor een beter leven*.

Ik wilde altijd leraar worden, maar ik vond dat ik daarmee moest wachten totdat ik iets belangrijks te zeggen had, tot het moment dat ik zeker wist hoe ik echte wijsheid kon bieden.

Die tijd is nu gekomen.

Nu ik dit schrijf zitten we middenin de ergste pandemie van de afgelopen honderd jaar. Als gevolg van deze tragedie

betreuren veel mensen het verlies van dierbaren, terwijl nog veel meer mensen hun broodwinning zijn kwijtgeraakt. Mijn hart doet pijn nu ik met jou in dit nieuwe, ongewisse landschap sta.

Zelfs als je een van die zeldzame mensen bent die de rechtstreekse impact van deze ramp heeft kunnen vermijden, dan weet je toch dat niemand in het leven gespaard blijft voor tegenslag. Ik ben er steeds meer van overtuigd dat we voor hoop moeten kiezen en onze problemen moeten gebruiken om verder te komen, om op te rijzen.

Toen ik in het afgelopen decennium het gevecht aanging met een reeks ernstige gezondheids crises die me bijna het leven hebben gekost, heb ik veel nagedacht over tegenslag. Ik heb in die periode veel gelegenheid gehad om terug te kijken op mijn leven en mezelf een aantal moeilijke vragen te stellen.

Hoe heb ik zoveel ernstige problemen overwonnen? Je weet vast wat het allemaal was, de lijst was lang: een ongelukkige jeugd, verlating, een huwelijk waarin ik werd mishandeld, een vastgelopen carrière, financiële ramspoed, de voortijdige dood van gezinsleden en vele ziektes.

Heel veel omstandigheden en krachten buiten mezelf kon ik niet veranderen of beheersen, maar toen ik besepte dat ik wél zelf kon bepalen hoe ik op die uitdagingen reageerde, heeft dat mijn leven veranderd. De kostbaarste hulp komt van binnenuit, en vrede volgt wanneer mensen hun best doen om een betere versie van zichzelf te worden. Ik ben daar na mijn dertigste aan begonnen, toen ik de transformerende kracht van spiritualiteit ontdekte.

Spiritualiteit is niet gebonden aan welke religie of filosofie ook. Het is niet het eigendom van een priesterschap of kerk. Spiritualiteit is een persoonlijk ontwaken en een relatie met

onze Moeder Aarde en het universum die openheid en positiviteit vergroot.

Dat ontwaken begon bij mij vijf decennia geleden, door het beoefenen en bestuderen van boeddhistische lessen. Dat ik dit kostbaarste deel van mijn leven met jou kan delen is een lang gekoesterde droom. Dit boek bevat mijn persoonlijke adviezen over het scheppen van blijvend geluk. Het geeft uitleg over spirituele waarheden die ik heb geleerd op mijn onwaarschijnlijke pad naar vreugde, van mijn jeugd tot aan dit moment.

Op deze plek openbaar ik mijn beste, nooit eerder vertelde levenslessen, mijn diepste openbaringen en dierbare oude principes die jou helpen je ziel weer op te laden.

Ik bied je deze inzichten zodat je de gereedschappen hebt om je eigen obstakels te overwinnen (zelfs als jouw uitdagingen net zo onmogelijk lijken als die welke ik onder ogen heb gezien) en om je eigen dromen te bereiken, zodat je misschien waarachtig gelukkig wordt. Stel je hart en geest open, verkwik je geest met nieuwe hoop, moed en compassie, en verander de wereld door jouw leven te veranderen.

Ik laat je allerlei prachtige manieren zien om dit te ervaren: Geluk staat je goed.

Tina Turner,  
3 mei 2020



Niemand kan je waarde bepalen, alleen jijzelf.

- PEARL BAILEY



De uitdaging is niet om perfect te zijn, maar  
heel.

- JANE FONDA



We zien de dingen niet zoals zij zijn, we zien  
ze zoals wij zijn.

- ANAÏS NIN



# Leer de échte Tina Turner kennen

In *Geluk staat je goed* vertelt Tina Turner openhartig over haar eigen spirituele ontdekkingsreis. Die bracht haar persoonlijke groei, een enorm succes en vooral intens geluk. In deze intieme vertelling deelt Tina de inzichten die haar leven veranderden. Tegelijkertijd inspireert ze ons aan de hand van tijdloze boeddhistische principes om zelf ook het geluk te omarmen – iets wat voor iedereen mogelijk is, ongeacht de omstandigheden. Tina Turner worden we misschien nooit – maar met deze krachtige inzichten kunnen we wel net zo stralend in het leven staan als zij.

Tina Turner bewijst in dit boek dat ze veel meer is dan een rockster. Ze is een inspiratiebron en ze laat zien dat geluk van iedereen is.

Muziekicoon Tina Turner verkocht al meer dan 200 miljoen platen en won 12 Grammy Awards. Geen enkele artiest verkocht ooit zoveel concertkaarten als zij. Ze gaf tot haar pensioen moeiteloos uitverkochte concerten.

**KOS  
M•S**

