

Voorwoord

‘Ik leef wie ik ben’, zie ik als mijn bijdrage om deze wereld een stukje mooier te maken. Het is een mix van mijn kennis, onderbouwd met uiteenlopende onderdelen die hun effectiviteit bewezen hebben tijdens mijn levensjaren hier op Aarde. Mijn eigen interpretatie, persoonlijke ervaringen, en stukken uit het parcours dat ik heb afgelegd, zijn erin verwerkt. In eenvoud, waarbij het voor ieder toegankelijk is. Het zijn geen absolute waarheden die ik verkondig, mijn gewoontes en problemen zijn persoonsgebonden. Wat voor mij een probleem was, hoeft voor jou niet zo te zijn en omgekeerd. Mijn visie hoeft ook jouw waarheid niet te zijn. Ieder herkent zijn/haar waarheid uit een groot aantal waarheden. Het komt er enkel op aan dat jouw pad mag geëffend worden. Zo wordt je leven een levenskunst, iedere ervaring een leerervaring waarbij je de weg van je ziel mag terugvinden.

Ik ben beginnen schrijven na mijn turbulente, moeilijke verleden met zware rouwprocessen en intens verdriet. Jarenlang heb ik mezelf voorbijgelopen, gefixeerd op mijn medemensen en hun welzijn. Dit om geen gezichtsverlies te lijden en mijn omgeving niet te ontgoochelen. Na vele jaren was ik er zo mee vergroeid, dat mijn blik troebel was en ik de roeping van mijn ziel verwaarloosd had. In plaats van dat ik mijn investering terugverdiende, trok mijn lichaam aan de alarmbel. Wanneer ik met een open blik keek naar wat zich afspeelde, ben ik los kunnen komen van mijn voorgeschiedenis. Een goede begeleiding was hierbij nodig. Het was veel belangrijker dan ik eerst had gedacht. Het schrijven mocht ik ervaren als één groot avontuur waar ik mijn verleden opnieuw mocht beleven, maar het verschil met vroeger was dat de moeilijke periodes me niet meer raakten. De pijn en trauma's uit mijn verleden zijn nu geheeld.

Ondanks de deadline in mijn hoofd, heeft het afwerken ervan veel langer geduurd dan verwacht. Ik had totaal geen rekening gehouden met de tijd en de energie die het van me zou vragen. Mijn fulltime job, samen met mijn verantwoordelijkheid binnen ons gezin, ‘me-time-momentjes’ en af en toe een feestje zorgden voor de rustpauzes. Eveneens liet ‘Filou’, onze viervoeter, me af en toe halt houden om me over haar te ontfermen. Daar de eindmeet pas op latere datum gehaald werd, voelde dit soms ontzettend vervelend aan. Maar net die rustpauzes maakten me er nog bewuster van dat het leven altijd in verandering is, hoe je als persoon continu in verandering bent. Daarnaast heb ik zelf mogen ervaren, wanneer ik aan het schrijven was, dat er vanuit mijn veld van wijsheden en kennis nog meer informatie bleef binnenstromen, en dat dit altijd zo zal zijn, mijn hele leven lang. Het zijn stappen die me eveneens dichterbij mijn doel hebben gebracht, elke rustpauze had zijn betekenis.