



Maand van de Spiritualiteit



Tien veel gelezen boeken

Anselm Grün – Je eigen spiritualiteit ontdekken



De boeken van Grün zijn te kenmerken als een combinatie van psychologie en theologie, een combinatie die heel modern is, maar heden ten dage nog beperkt voorkomt; althans binnenkerkelijk. De wortels van de spiritualiteit van Grün kunnen worden omschreven als: (1) Benedictus van Nursia; (2) de psychoanalyse van Jung; (3) de Oosterse meditatie. In dit boek komt dit schema terug, dat uit drie van zijn beste boeken is verzameld, te weten: 'Je eigen levensvreugde vinden', 'Een veilige schuilplaats' en 'Kom naar de bron'. De combinatie van de drie boeken ligt in het gegeven, dat wérkelijke levensvreugde gevonden wordt in een diepe spiritualiteit, omdat spiritualiteit de diepe vorm van vertroosting bezit. Maar spiritualiteit uit zich ook in rituelen, in symbolen die verwijzen naar een diepere werkelijkheid. En daarmee brengt Grün zijn psychologische diepgang bij een kerkelijke taal, omdat die zich vooral uit in rituelen. *John van Wieringen*

Pim van Lommel – Eindeloos bewustzijn



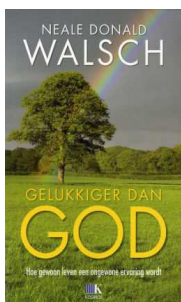
Dit in de media veelbesproken boek van de Nederlandse cardioloog over bijna-doodervaringen (BDE's) hinkt op twee gedachten. Enerzijds vat hij bestaande kennis over het verschijnsel heel leesbaar samen, anderzijds doet hij een aanzet tot het wetenschappelijk verklaren van BDE's waarbij hij aansluit bij elementen uit de kwantumfysica. Hij komt tot de voor de medische wereld schokkende conclusie dat het menselijk bewustzijn niet zetelt in de hersenen, maar non-lokaal en eindeloos is. Zijn eigen onderzoek naar BDE's dat werd gepubliceerd in The Lancet (2001) krijgt veel aandacht. Hij pleit voor meer onderzoek met een open mind naar het verband tussen hersenen en bewustzijn, het aanvaarden van wetenschappers van het concept van non-lokaal bewustzijn, roept artsen en verpleegkundigen om onbevooroordeeld te luisteren naar wat hun patiënten hen te vertellen hebben en geeft aan wat zijn bevindingen betekenen voor ieder die betrokken is bij stervensprocessen. *Marianne Zwaneveld*

Sylvia Lucia – Verlangen naar mijn tweelingziel



In haar tweede boek beschrijft de auteur haar ervaringen tijdens de uittredingen in de sferen en het innige contact met haar tweelingziel Ramon. Zij geeft uitleg over het bestaan van verschillende dimensies en sferen, belang van karma en reïncarnatie. Feitelijk kent het boek twee verhaallijnen, want naast het beschrijven van haar astrale reizen vertelt zij ook over haar dagelijks leven waar de karakters van haar vriendinnen een essentieel onderdeel van uitmaken. Dit doet zij op een ontspannen en humoristische wijze waardoor het boek vlot leest. Naast de luchtige en vermakelijke ervaringen met haar vriendinnen is de astrale begeleiding van een man tijdens zijn stervensproces en de hulp aan een overleden jongen indrukwekkend en vol emotie. Zichtbaar wordt de strijd van Sylvia bij het wisselend verblijven in de astrale wereld en op aarde waar zij kennelijk nog een taak heeft te verrichten. Zij zet zich af tegen de behoefte van de buitenwereld om haar paranormaal te noemen en hangt een meer wetenschappelijke benadering aan van haar uittredingen. Met voorwoord van Titus Rivas. Het eerste boek was 'Heimwee naar de Pinkstertuin'. *J.L. Meuleman*

Neal D. Walsch – Gelukkiger dan God



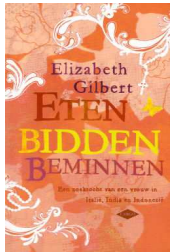
Deze wereldwijd zeer succesvolle Amerikaanse schrijver (1943) van spirituele boeken werd vooral bekend door zijn boekenreeks 'gesprekken met God', waarin hij het beeld van een onvoorwaardelijk liefhebbende God schetst. In zijn nieuwe boek beschrijft hij hetgeen hij een 'buitengewoon mechanisme van het universum' en een omwenteling in het bewustzijn noemt, namelijk de 'manifestatie' of 'God in actie'. In 28 korte hoofdstukken doet de auteur uit de doeken hoe je gelukkiger dan God kunt zijn, een revolutionair en veelal ontkend concept, dat 'zoals alle grote waarheden als godslastering begint.' Kernpunt is de volgens vijf levensprincipes werkende 'persoonlijke creatie', dat wil zeggen de menselijke (dat is goddelijke kracht, want de mens is een geïndividualiseerd aspect van de goddelijkheid zelf) die effectief in staat is wereldwijd het lijden te verzachten. God en wij zijn Een! Dit gemakkelijk leesbare en aantrekkelijk vormgegeven stappenplan naar de ultieme gelukservaringen past in zijn absoluut positivisme bij de onder meer in de film 'The Secret' vormgegeven idee van de goddelijke universaliteit. *G. Brandorff*

Eckhart Tolle – De kracht van het nu



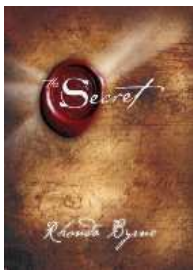
De auteur verhaalt in dit boek over de wijze waarop het richten op het 'nu' kan leiden tot het hervinden van innerlijke vreugde en vrede. De kern ervan bestaat uit het aankweken van grote opmerkzaamheid voor de rijkdom van het leven zonder het waargenomeene meteen te vertalen in mentaal-emotionele patronen. Deze laatste zijn volgens Tolle vooral verantwoordelijk voor het individuele en collectieve lijden in de wereld. In het boek zijn de oefeningen in de tekst geïntegreerd en daarom lastig terug te vinden als men ze niet noteert. Tolle's betoog kent dezelfde strenge, maar tevens liefdevolle toon als veel van zijn geciteerde leermeesters. Hierdoor is het als lezer makkelijk om positief op zijn boodschappen te reageren. Het boek bevat nogal wat herhaling van dezelfde boodschap, maar als tegenwicht zijn er vele one-liners die het onthouden waard zijn, zoals 'verzet is zwakte'. *Redactie*

Elizabeth Gilbert – Eten bidden beminnen



De Amerikaanse Elizabeth Gilbert (geb. 1969) staat als dertiger op een kruispunt in haar leven. Ze had alles wat ze wensen kon, maar na haar scheiding besluit ze drie maal vier maanden te reizen. Ze vertrekt naar Italië, waar ze de kunst van het genieten (van de taal en het eten) leert. Vervolgens bestudeert ze in een bijna onvindbaar dorpje in India bij een ashram (soort school) de kunst van de spiritualiteit door meditatie en gebed. De laatste vier maanden van haar reis probeert ze in Indonesië bij een oude medicijnman het evenwicht te zoeken tussen wereldse geneugten en spirituele diepgang. Een autobiografisch verhaal over een sterke vrouw die zichzelf wil genezen van een emotionele crisis. Ze durft haar gevoelens te delen met de lezer, maar weet er ook de nodige humor bij te betrekken. Door het verhaal heen staan veel sociale en religieuze wetenswaardigheden uit de drie bezochte landen. Een bestseller. *Redactie*

Rhonda Byrne – The secret



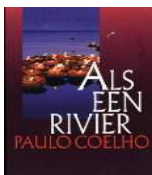
Positief denken vormt het geheim van een gelukkig leven. Door je gedachten te fixeren op positieve doelen en elke negatieve gedachte zoveel mogelijk achterwege te laten, genereer je synergie met je omgeving en komt ieder gesteld doel binnen handbereik. Dat gaat niet alleen op voor tastbare zaken als carrière en geld, maar ook voor gezondheid, relaties en levensgeluk in het algemeen. Het gekozen uitgangspunt impliceert echter dat je het aan jezelf te wijten hebt als je ongelukkig bent – een gegeven dat de schrijfster overigens onbekommerd de lezer voorhoudt. De schrijfster gaat mede uit van haar eigen ervaringen, beroept zich op talrijke beroemde denkers uit het verleden en ondersteunt haar betoog met vele citaten van succesvolle Amerikanen (onder wie bijvoorbeeld John Gray en Neal Donald Walsch). Van deze laatsten zijn achterin het boek portretjes en korte biografietjes opgenomen. Een zeer Amerikaanse zelfhulp-gids voor een breed publiek in een aansprekende vormgeving. *Redactie*

Deepak Chopra – Leven in liefde



De auteur is arts in de traditionele Indiase geneeswijze (Ayurveda), die stoelt op de Veda's, spirituele teksten uit ca. 1000 v.Chr., de 'eenheid van allen en alles' benadrukkend. Op grond hiervan maakt de schrijver onderscheid tussen 'liefde' vanuit het ego, het (tijdelijke) 'ik', en de liefde vanuit het (eeuwige) Zelf van de mens. De verschillen worden uitgewerkt aan de hand van kennisoverdracht t.a.v. psyche, emoties, lichaam, geest en ziel, van verhelderende beschrijvingen van praktijkgevallen (relatieproblematiek), van testen en oefeningen. Deze uitgave biedt veel inzicht, maar is ook een praktisch werkboek, en zal degenen aanspreken die zich willen verdiepen in de vraag: Wat is liefde? Het antwoord luidt: liefde is geen bezit, geen gehechtheid, kent geen grenzen, en voltrekt zich in alle vrijheid. *Redactie*

Paulo Coelho – Als een rivier



Paulo Coelho (1947) is bekend geworden door zijn boeken 'De alchemist' en 'Elf minuten'. Hoewel Braziliaan van origine, woont hij elders en reist hij de hele wereld af. Wat hij zoal meemaakt en wat hij overweegt, vinden wij terug in columns die in verschillende landen verschenen. In dit boek treffen wij een selectie daaruit aan. Dat gaat over allerlei onderwerpen zoals het schrijverschap, muziek, filosofie, religieuze ervaringen etc. Het zijn allemaal stukjes van een tot drie bladzijden die heel gemakkelijk weggelezen, maar tegelijk blikverruimend zijn. Vanwege het universele karakter van de columns en de betrekkelijke eenvoud waarin ze geschreven zijn, is dit boek geschikt voor een redelijk grote groep lezers. *Redactie*

Tenzin Gyatso – De kunst van het geluk



"Ieder mens wil gelukkig zijn en niemand wil lijden", dat is het uitgangspunt van de Dalai Lama voor dit boek. In samenspraak met Howard Cutler, een psychiater, wordt verder uitgewerkt wat geluk is en welke methoden er zijn om het te verkrijgen. De belangrijkste constatering is dat het vooral onze staat van geest is die bepaalt of we ons gelukkig voelen of niet. We moeten de geest dus leren kennen om vervolgens de heilzame factoren erin, zoals vriendelijkheid en mededogen, te vergroten en de negatieve factoren, zoals haat en hebzucht, te stoppen. Onderwerpen als eenzaamheid, relaties en intimiteit, lijden en de zin ervan, omgaan met woede, haat en angst komen uitgebreid aan de orde. Cutler stelt zich op als een enigszins kritische westerling die o.a. in interviews met de Dalai Lama deze gespreksonderwerpen aan de orde stelt. De Dalai Lama wordt vervolgens uitgebreid aan het woord gelaten waarna Cutler bespreekt welke Westerse onderzoeken deze beweringen staven. De informatie is waardevol en voor iedereen te begrijpen en direct toe te passen. *Redactie*