

Zeg Ja tegen Jouw Licht

Gedichtenbundel
voor
Bewustwording en Innerlijke groei

“Op weg naar je Ware natuur”

Saskia Tiemens

Copyright © 2020 Saskia Tiemens
Uitgever: Brave New Books
Schrijfster: Saskia Tiemens
Cover tekening: Lydia van Oort
ISBN: 9789464057782
Inzicht tekeningen: Lydia van Oort
Aquarel afbeeldingen: Elisabeth Bieze-Veerbeek
www.welzijnvoordierenmens.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets mag uit deze uitgave, hoe dan ook, worden overgenomen zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze gedichtenbundel is voortgekomen uit eigen levenservaringen en innerlijke groei, om te inspireren en inzichten te geven, om bij je 'ware' zelf te komen, je ware essentie te ontdekken. Wat hoort bij je en wat dient je niet meer.
Vanuit je essentie leven maakt je blij, lichtvoetig, zorgeloos en vredig.

“We zijn een spiritueel wezen, dat leert door een menselijke ervaring”

“Alles is energie. Alles om ons heen en wie we zijn, vibreert op een bepaalde frequentie. Wanneer ons lichaam, onze geest en ziel in balans zijn, is onze vibratie/trilling hoog. Deze hoge trilling is onze ware essentie.

Je trekt de realiteit aan die vibreert op dezelfde trilling als jouw gevoelens, emoties, gedachtes en acties.

Dit is de wet van aantrekking.

Verander je vibratie en je verandert je leven.

Wanneer we in ons centrum zijn, non-duaal, in harmonie, ervaren we een realiteit van liefde, blijheid, zorgeloosheid, vertrouwen, vrede, eenheid, overvloed en geluk.

Verruimen we naar wie we werkelijk zijn.

Het verhogen van onze vibratie, heeft een groot positief effect op de ontwikkeling van de aarde, de mensheid én daarbuiten.

Omdat, dit is wetenschappelijk ook aangetoond, we onderling zijn verbonden, allen zijn we Eén”



Inhoud

Voorwoord	5
Wie je Werkelijk bent	9
Accepteer jezelf	11
Dankbaarheid	13
Ons Lichaam de Boodschapper	15
(Be)Leef voorbij je Comfortzone	17
Oude Wonden Helen	19
Wees in je Hart	21
Vergeving	23
Spelen met de Mogelijkheden	25
Nodig de Magie uit in Jezelf	27
Essence	29
Blijf bij jezelf, Kies Wijs	31
Show Your True Colours	33
Wedergeboorte	35
Meditatie In je Hartcentrum zijn	37
Ruimte voor Jezelf	39
Over de schrijfster	42
Contact en verbinding	44

Voorwoord

Op een ochtend, toen ik in de badkamer was, bezig met mijn tanden aan het poetsen, kwam er ineens een ingeving binnen. Het woord “Gedichtenbundel” kwam bij mij binnen. “Hé, wat een leuk idee!” dacht ik.

Waar zouden de gedichten dan over kunnen gaan? Dat werd gauw duidelijk voor mij, omdat ik al eens eerder een ingeving had ontvangen in de vorm van een droom over Houden van Jezelf. De gedichten gaan daarom over houden van jezelf, bewustwording en innerlijk groei. Om je Ware zelf te vinden, te ontplooien en te leven. Te leven vanuit je Essentie.

Vanuit mijn eigen levenservaringen; de onzekerheden, onveilig voelen, anderen pleasen, mijn macht weggeven door mezelf klein te maken, het proces van bewust worden van deze gewoontes en door innerlijk te groeien, emotioneel en mentaal rijper worden, zijn de inzicht gedichten ontstaan, die ik graag met jou wil delen.

Ontwaken

Vanaf mijn jeugd kreeg ik bijzondere ervaringen buiten de fysieke realiteit om, de ongeziene wereld. Ik kreeg een voorproefje van dit en een andere keer een voorproefje van dat. Samen met de aardse lessen, heeft dit mij gaandeweg spiritueel doen ontwaken en ben ik de reis gaan maken, op zoek naar heelwording in mijzelf: Wie ben ik?

Zo heb ik ontdekt dat door gebeurtenissen, situaties en personen, we aangeleerde gewoontes en overtuigingen in ons zelf hebben ontwikkeld, die ons klein houden.