

Groei in bewustzijn

Wie ben ik en wie ben jij?



Groei in bewustzijn

“Alles is veranderlijk in geest en tijd en niets daarin heeft eeuwig leven. Het verleden was, het heden is en de toekomst zal zijn. Al is een herinnering of gedachte aan toen in het nu anders dan hoe het was of vervaagd, het sterft maar verliest zijn levensvatbare kern niet. De kern was, is en zal zijn. Het is de enige waarheid die tot je spreekt in wie jij werkelijk bent. In wie je werkelijk bent is liefde. De liefde is onsterfelijk, kent geen tijd en leeft enkel en alleen in het “nu” van de eeuwigheid.”



Irene Terpstra

Eerste druk 2025

Omslagontwerp: Irene Terpstra

Typografie binnenwerk: Irene Terpstra

Druk- en bindwerk: Jouwboekdrukkerij.nl

Vormgeving en opmaak: Irene Terpstra

Illustraties: Nette van der Pijl, Teuna Busscher, Irene Terpstra

ISBN: 978 90 90 398907

NUR: 728, 306

© 2025 Irene Terpstra

© 2025 Uitgever Irene Terpstra, Wassenaar

iterpstra@hotmail.com

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

A vertical rectangular image with rounded corners, showing a dramatic sky. The upper portion is dominated by a large, dark, almost black cloud mass. Below this, there are lighter, wispy white clouds. The overall color palette is a range of blues, from deep navy to bright white, set against a pale yellowish-white background.

Voor de ontvanger



Groei in bewustzijn

Wie ben ik en wie ben jij?

Ik ga op reis en neem mee. Je neemt vaak van alles en vooral bagger mee, maar niet jezelf. Hoe kun jij jezelf meenemen als je een acteur van jezelf bent? Hoe kun jij weten wie je bent als jij steeds meer bent gaan geloven in wie je niet bent? Waarom vergeet jij jezelf? Is het de pijn van iets wat je niet wilt voelen? Verlang je te veel naar roem, macht, geld, aandacht, et cetera? Ben je te veel naar buiten gericht? Ben jij je bewust van alle maskers en brillen die je telkens opzet? Hoe zit het met je verslavingen? Wat gebeurt er als je daarvan afkickt? Smaakt een biertje dan niet lekkerder? Waarom zet jij een bril op terwijl jij vanuit wie jij echt bent het allemaal prima ziet? Waarom zijn we soms zover van onszelf afgedwaald en vergeten wie we werkelijk zijn? Want wie ben ik en wie ben jij? Ga je mee in groei in bewustzijn en ontdek wie jezelf bent dan ontdek je ook dat je niet op reis hoeft. Je bent er al.

Het is zijn in het nu

Inhoudsopgave

Enkele woorden vooraf

Inleiding	16
Groei in bewustzijn	18
Het leven in Sterven	22
• Vaarwel	23
• Sterven	24
• Vergankelijkheid	25
• De illusie van de dood	26
• De cirkel van het leven	27
• Als gisteren niet meer bestaat	28
• Je bent niet weg	29
• Levensadem	30
• Sterven is leven	31
Pijn en verlies	32
• Het weesmeisje	34
• Misbruik	35
• Verslaving	36
• 2 uur in de middag	37
• 6 jaar	38
• Dank jullie wel	40
• In een diepe slaap	41
• Help haar	42
• Verscheurd	43
• Zelfbeschadiging	44
• Verkracht	46
• Gestolen hart	47
• Lieve mama	48
• Tranen van heling	50

• Gewond	51
Licht en kracht	52
• Werkelijkheid	53
• Ontwaakt	54
• Verlicht	55
• Het licht schijnt overal	55
• Spreken zonder woorden	56
• Lente	57
• Ik zit op een bankje	58
• Lente	59
• “Lief licht”	60
• Liefdeswaan	61
• God in jou	62
• Lentezoet	64
• Ik staar naar de hemel	66
• Authentiek echt	67
• Beminnelijk licht	68
Angst en duister	70
• Alleen	72
• In de afgrond	73
• Ik wandel in het duister	74
• Bijkomen	75
• Doodsverlangen	76
• Doodvonnis	76
• Ik ben weggegaan	77
• Ik zag de zon niet meer	78
• Voorbij het licht	79
• Mooi leven	80
• In een flits	82
Erotiek en bevrijding	83
• Je trekt me mee	84

• Vrij zijn	85
• Aan de bar	86
• Erotisch plezier	87
• Het meisje van plezier	88
• Sterk is onze intimiteit	89
• Elkaar gewaarworden	91
• Wandelend hand en hand	92
Erfenissen	93
• Lief blad	98
• Verleden, heden en toekomst	99
• Omkijken	100
• Mijn afkomst	101
• Het onsterfelijke nu	102
Het nu van het verleden, heden en de toekomst	103
• Het nu van het verleden, heden en de toekomst	104
• Voltooid	105
• Het continue nu	106
• Geen zorgen	107
Bewustzijn en heling	108
• Eenheid	109
• Beweging	110
• Het wonder in jou	111
• Bewustwording en acceptatie	112
• Samensmelting	113
• Onderweg	114
• Onschuld	116
• Aanvaard	117
• Hecht je niet	118
• Godshuizen en bordelen	119

- Keer om 120
- Licht en duister 121
- Je eigen pad 122

Nabeschouwing 123

Het ego 128

Dankwoord 133

En nog iets... 136