

# Leven vanuit het hart



Eric Schneider

**Leven vanuit het hart**

**Eric Schneider**

LEZINGEN TER BEWUSTWORDING

**Leven vanuit het hart**



**Uitgeverij Bewust Zijn**

Den Haag, 2015

Eerste druk, september 2015  
Vormgeving: Ron Goos  
Omslagontwerp: Ron Goos  
Eindredactie: Frank Janse  
Copyright © 2015 Eric Schneider  
ISBN 978-94-92066-06-0  
Gedrukt op FSC-gecertificeerd papier  
Trefwoorden: hart, spiritualiteit, liefde

**[www.uitgeverijbewust-zijn.nl](http://www.uitgeverijbewust-zijn.nl)**

Uit deze uitgave mag uitsluitend iets verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, opnamen, of op welke andere wijze ook, hetzij chemisch, elektronisch of mechanisch, na voorafgaande toestemming van de uitgever.

Any part of this book may only be reproduced, stored in a retrieval system and/or transmitted in any form, by print, photoprint, microfilm, recording, or other means, chemical, electronic or mechanical, with the written permission of the publisher.

Uitgeverij Bewust Zijn  
Postbus 17390  
2502 CJ Den Haag

Hoe kunnen we leven vanuit het hart? Daarbij is het belangrijk een onderscheid te maken tussen denken en voelen. Dat onderscheid maken is belangrijk, omdat we in veel gevallen in metaforische termen over het hart praten. Daarbij zijn we geneigd te denken in termen van gevoelens. Dat is deels waar, terwijl tegelijkertijd denken of leven vanuit het hart ook een andere manier van denken impliceert. Het is niet alleen maar een bepaalde manier van met je gevoelens omgaan of op een bepaalde manier emotioneel tegenover de wereld staan. Daarnaast zouden we op het vlak van intelligentie twee grote categorieën kunnen onderscheiden. De eerste categorie is wat we het meest kennen wanneer we spreken over denken. Dat is alles wat met onze rationaliteit te maken heeft: rationaliteit, rationele analyse, alle logica enzovoort. Dan heb ik het dus over mentaal functioneren. Wanneer we over denken spreken, hebben we de neiging den-

ken automatisch te identificeren met redelijkheid, nuchterheid, objectiviteit, afstand nemen enzovoort. In zekere zin is dat ook juist wanneer we spreken over denken vanuit het hart. Denken vanuit het hart, of de intelligentie van het hart toelaten, betekent dat wanneer we dingen proberen te begrijpen of vanuit ons denken dingen doen of formuleren, we altijd proberen het te begrijpen vanuit het geheel waar het zich in beweegt. We halen dus nooit dingen uit de context.

In die zin zou je kunnen zeggen dat de klassieke geneeskundige benadering je bij een keelontsteking iets geeft voor een keelontsteking en het puur rationeel benadert. Een goede homeopathische benadering is meer een uitdrukking van het denken vanuit het hart, het denken vanuit de eenheid. Een homeopaat zal je keelontsteking niet zien als een gegeven op zich, maar als iets dat een uitdrukking

is van de toestand van heel je organisme, van heel je lichaam. Die begrijpt dat hij eigenlijk niet zozeer de keelontsteking geneest, maar jou geneest. Dat is een belangrijk verschil en een totaal andere benadering. Dus een goede homeopaat zal niet alleen vragen naar fysieke verschijnselen, maar ook naar jouw geestelijke toestand. Hij wil weten hoe je je voelt, emotioneel. Al deze dingen dragen uiteindelijk mogelijk bij tot het krijgen van een keelontsteking. Dus hij probeert het geheel vanuit het geheel te begrijpen, niet één stukje eruit te nemen en dat stukje afzonderlijk te behandelen.

Rationeel denken kunnen we meestal erg goed. We zijn daardoor geneigd totaal onecologisch op te treden. We doen dingen die we voor onszelf prima vinden, maar we gaan niet meer na of ze passen in het geheel. Het geheel van de omgeving waarin we leven bijvoorbeeld. Het kan bijvoorbeeld veel

gemakkelijker zijn om frisdrank in plastic flessen te kopen dan in glazen flessen. Desondanks blijft de productie van dat soort plastic uiteindelijk ecologische problemen creëren. Strikt genomen zijn wij rationeel wanneer we dat op die manier proberen op te lossen, maar we denken nog altijd niet vanuit het geheel. Als we dat zouden doen, zouden we een fles van glas kopen en proberen het systeem van recycling te ondersteunen. Hoewel praktisch gezien de glazen fles misschien minder praktisch, minder rationeel lijkt. Een plastic fles is dus meer rationeel op korte termijn, maar uiteindelijk veel minder rationeel gedacht vanuit het geheel en de kwaliteit van het leven. Omdat we dan de omgeving, onze directe omgeving of de verre omgeving ook op lange termijn bezoedelen met een ongelofelijke hoop afvalmateriaal.



Leven vanuit een intelligentie van het hart betekent heel bewust leren omgaan met het geheel waarin we leven. Dat betekent op het vlak van ons denken dat we, nog voordat we die intelligentie van het hart kunnen ontwikkelen, eerst moeten afrekenen met alle mogelijk denkbare vormen van vooroordelen. Vooroordelen over hoe de realiteit in elkaar zou moeten zitten. In plaats van open te staan voor hoe iets op een bepaald moment in de tijd op een bepaalde plaats in elkaar zit. Vooroordelen moeten systematisch afgebroken worden. Dat betekent ook het loslaten van al onze ingelepelde conditioneringen over wat waar is, waar zou zijn, of wat onwaar is of onwaar zou zijn. Vergeet niet dat welke filosofie of ideeënstelsel we ook hanteren, dat altijd maar een soort aftreksel is van de realiteit waarin we leven. Elke filosofie, elk idee dat we hebben, kun je vergelijken met een landkaart. Stel je even een landkaart van de Ardennen voor. Het

Wil je per e-mail op de hoogte blijven van  
nieuwe boekjes die in deze reeks uitkomen?

Meld je dan aan via

**[www.uitgeverijbewust-zijn.nl/lezingenreeks](http://www.uitgeverijbewust-zijn.nl/lezingenreeks)**



**Eric Schneider**  
**Naar het hart van  
communicatie**

NLP en spiritualiteit

232 bladzijden, paperback

ISBN 978-90-817479-2-9

Wat is het geheim van het 'spirituele succes' van de mystici en grote leraren? Wat kunnen we door middel van NLP (neuro-linguïstisch programmeren) van deze mystici en leraren met hun hoge spirituele en emotionele ontwikkeling leren om onze eigen spirituele intelligentie drastisch te verhogen? Dit boek beschrijft NLP niet, zoals de meeste boeken, uitsluitend als een psychologische technologie, maar als een levenshouding. Niet als een doel, maar als een middel. Een effectief, elegant en efficiënt middel tot bewustzijnstransformatie. Het

## Andere uitgaven van uitgeverij Bewust Zijn

is een manier van denken en communiceren die ons leert te leren van anderen, het andere en van onszelf. Dat versnelt onze spirituele ontplooiing en zelfrealisatie. Los van alle ideologische, theologische en religieuze beschouwingen en formuleringen. Door toepassing van NLP wordt spirituele ontwikkeling toegankelijker en krijgen we duidelijk een praktisch antwoord op vragen zoals:

- wat is loslaten?
- hoe komen we los van onze neiging tot oordelen?
- wat is liefde precies?
- hoe kunnen we liefde ontwikkelen en vrij worden van angst?

Als spiritualiteit de ontwikkeling van liefde is, dan is NLP een weg van liefde. Dat is de essentiële boodschap van dit boek.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via

**[www.uitgeverijbewust-zijn.nl](http://www.uitgeverijbewust-zijn.nl)**



**Frank Janse**

**De zin van jouw bestaan**

NLP en non-dualiteit

176 bladzijden, paperback

ISBN 978-90-817479-0-5

Wat is de zin van ons bestaan? Een vraag die een ieder van ons zich wel eens stelt. Zingeving houdt alle mensen bezig. Soms is het lastig het leven meer betekenis te geven. Vooral in een leven vol met problemen en teleurstellingen. Het valt niet mee om de abstracte vragen op het gebied van zingeving concreet en tastbaar te maken. Frank slaagt erin beide op een zeer toegankelijke wijze bij elkaar te brengen. Een bijzonder goed gelukte samensmelting van Oosterse filosofie en Westerse psychologie.

## Andere uitgaven van uitgeverij Bewust Zijn

Dit boek verrast je met een ander perspectief op de wereld waarin jij denkt te leven. Het geeft duidelijke antwoorden op essentiële vragen. Wie ben ik? Wat is mijn rol en doel in dit leven? De inzichten die je via dit boek krijgt, bieden je een kans op meer vrijheid, geluk, een hogere kwaliteit van leven en innerlijke rust. Het brengt je dichterbij jezelf. Dit boek is de volgende stap op het pad van jouw persoonlijke ontwikkeling. Uiteindelijk ontdek je wat je in essentie bent, altijd al was en altijd zal zijn. Het is de sleutel tot waar geluk.

Eric Schneider in het voorwoord: 'Een aanrader voor een ieder die zoekt naar meer modern geformuleerde spirituele inspiratie!'

Verkrijgbaar in de boekhandel en via

**[www.uitgeverijbewust-zijn.nl](http://www.uitgeverijbewust-zijn.nl)**



**Aart van Wijk**

**Dáár is liefde**

280 bladzijden, paperback

ISBN 78-94-92066-00-8

DÁÁR IS LIEFDE verdiept in gedichten en korte verhalen het liefdevolle landschap van het hart en de liefde. Aart van Wijk toont de lezer hoe het hartsbewustzijn, met de liefde als grondtoon, ons leven verrijkt en vervult.

Liefde geven en liefde ontvangen vormen samen het diepste verlangen van de mens. Toch is de mens lang niet altijd even gelukkig in de liefde. De helft van de relaties sneuvelt en veel mensen zijn onvrijwillig single. Zowel in relaties als in de maat-

## Andere uitgaven van uitgeverij Bewust Zijn

schappij zijn strijd en conflicten aan de orde van de dag.

Goed beschouwd kennen we de liefde amper. De liefde is nog steeds een groot mysterie. We zijn bang voor de liefde en onmachtig in de liefde. Dat komt omdat ons ego niet liefdevol is en niet op waarheid is gericht.

Liefde raakt de kern van ons bestaan. Daarom deinzen wij met regelmaat voor haar terug. Aart van Wijk deinst niet terug; hij ont-dekt de liefde voor ons in al haar lagen en facetten.

Verkrijgbaar in de boekhandel en via

**[www.uitgeverijbewust-zijn.nl](http://www.uitgeverijbewust-zijn.nl)**



## LEZINGEN TER BEWUSTWORDING

Via deze lezingenreeks wordt het gedachtegoed van Eric Schneider voor een breed publiek toegankelijk gemaakt. De lezingen bieden inspirerende teksten over uiteenlopende onderwerpen die altijd in het teken staan van bewustwording, liefde en spiritualiteit.

### **Eric Schneider – Leven vanuit het hart**

Leven vanuit het hart is niet alleen maar een bepaalde manier hoe je met je gevoelens omgaat. Eric laat zien dat het ook een andere manier van denken impliceert.



Uitgeverij Bewust Zijn

ISBN 978-94-92066-06-0



9 789492 066060 >