

Margaretha Bruggeman: 'Wedergeboorte in Kracht' Uitgeverij Boekscout, 2015. ISBN 9789402222166. Zie ook: www.boekscout.nl (Geestelijke gezondheidszorg/Spiritualiteit/Alternatief/ED)

Soort boek/ziekte stijl:

'Om een ander op een juiste manier te kunnen helpen, moet je eerst jezelf genezen en van jezelf leren houden'

Boek van 152 pagina's, met een beschrijving van pijn en klachten, waarna Margaretha Bruggeman in dagboekvorm schrijft over haar ziek zijn, pijn, spirituele zoektocht naar genezing en van jezelf houden.

Boekscout.nl: 'Om een ander op een juiste manier te kunnen helpen, moet je eerst jezelf genezen en van jezelf leren houden', stelt Margaretha. Haar boek vertelt over de zoektocht die ze heeft gemaakt naar dat 'houden van'. In heldere taal schrijft ze haar pijn en klachten op, om daarna in dagboekvorm verder te gaan. Per jaar bespreekt ze de zaken die haar bezig hielden; haar gedachten, vragen en de daarbij verkregen antwoorden. Ook de spirituele kant belicht ze op een duidelijke en toegankelijke wijze. Na haar ziekteproces, op weg naar genezing, verlangt zij naar andere waarden en wil oude overtuigingen loslaten.

Over de schrijfster:

Zie ook: <https://www.linkedin.com/in/margarethabruggeman>

Boekscout.nl: "Als jong meisje vond ik het al leuk om verhaaltjes in zelfgemaakte boekjes te schrijven voor mijn barbies. Gedachten en gevoelens uiten via schrift is altijd nodig geweest omdat ik een 'binnenvetter' ben. Als ik niet schrijf, pot ik alles op en 'zit' dan te veel in mijn hoofd. Dan ga ik piekeren en me zorgen maken, wat vaak onnodig blijkt. De door mij geschreven verhalen van de laatste jaren heb ik verweven in mijn boek."

Wat viel op:

De alternatieve weg die de schrijfster hielp een nieuw evenwicht te vinden en wat ze daarbij schrijft over engelen.

Citaten:

Pag.9: 'Ik dacht wel gewoon mijn leven op dezelfde manier als voor de black-out op te kunnen pakken; ik had dit mis. Steeds meer lichamelijke signalen klopten aan mijn deur waar ik uiteindelijk aan toe moest geven. Ik zakte af en toe letterlijk door mijn benen. Ook merkte ik, dat als ik boodschappen deed, er tijd verloren ging uit mijn bewustzijn. Plotseling stond ik buiten de winkel met een veel te zware tas met spullen terwijl ik geen flauw idee had wie er artikelen van de schappen had gepakt, wie afgerekend had en hoeveel en nog meer van die handelingen. Op mijn horloge kijkend schrok ik van de uren die voorbij waren gegaan zonder dat ik er 'bij' was. Op mijn werk heb ik me ziek gemeld, ik wist niet wat er met me aan de hand was maar lichamelijk en

mentaal voelde ik me leeg. Opgebrand als het ware. Even eerst bijtanken voordat ik alles weer op kan pakken, dacht ik. Maar dit ging veel langzamer dan dat ik wilde en ik baalde daar stevig van kan ik je vertellen.'

Pag. 67: 'Wat veroorzaakt dit gevoel, de pijn kloppend aan de rechterkant van mijn hoofd? Rechts is de creatieve en je gevoelskant. Gevoel, creativiteit, ten opzichte van de linkerkant van de hersenen; de rationele kant. Het lijkt soms wel een competitie, wie wint er van wie? Of is het juist de bedoeling om het in evenwicht, in balans te brengen. Dualiteit hoort bij de vaste vorm - de materie, het fysieke. De stem binnen in je volgen ligt bij je gevoel. Lichaam, ziel en geest is een éénheid, daar hoort een balans te zijn, een harmonische verdeling. Hoe creëer ik dit?'

Pag. 93-94: *'Angelcodes schrijven, een petitie naar de engelen, helpt je om dichter bij de engelen te komen en met ze te communiceren. Via de engelen kom je in contact met hogere machten. Ik zal je op de juiste goddelijke tijd roepen om je taak naar buiten te brengen en dit opbouwend onder begeleiding van je leermeester een nieuwe plek in je leven te geven.'*

Boekscout.nl: 'Het verhuizen naar een plaats die mij weer naar dat gevoel laat gaan van toen, is het geluk wat ik zoek in mijn leven. Het bij wijze van spreken midden in de natuur wonen met mijn lievelingsdiertjes, de eekhoorntjes, om me heen. Elke dag wakker worden met het verhaal van verschillende vogels en dat je deze ook de hele dag kunt volgen tijdens hun rituelen. Ik probeer me voor te stellen hoe dat zal zijn en voelen. Het hoeft niet groot te zijn maar gewoon een gezellig interieur met een stukje terras erbij waar we kunnen vertoeven. Heerlijk genieten van alle natuurlijke geluiden zonder lawaai, overlast van stadsgeluiden. Nippend van een volle zoete wijn. Ach, ik ben altijd al een dromer geweest, maar de visuele voorstelling van een eventuele toekomstige ervaring is denk ik echt niet irreëel, wat mij betreft. Een aantal dieren om ons heen is ook erg gezellig en kan zeer inspirerend werken. De eenvoud van het leven, dat is voor mij het gevoel van geluk! Daar ben ik nu wel achter na vele levenslessen die ik meegemaakt heb. Eerst rust vinden in mezelf, dat is prioriteit nummer één, om volledig weer te kunnen genieten van alle eenvoud van het leven. Het doen van de dingen die plezier brengen en daardoor energie geven. Energie die ik hard nodig heb om weer sterker te worden, om ballast te kunnen dragen die ik misschien nog jaren moet dragen.'