

hou alles van jou



hou alles van jou

~Olga Eisinger~

Auteur: Olga Eisinger

Coverontwerp: Olga Eisinger

ISBN:9789403622590

2de herziene een aangepaste druk

© 2021 Olga Eisinger

[www.olgaeisinger.nl](http://www.olgaeisinger.nl)

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze opgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopie, opname of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.





Het gaat niet om de zoete stroop waarmee  
ik deze woorden aan je wil binden  
Nog om de zachte fluistering waarmee ik de  
boodschap breng  
Maar om het gewicht waarmee deze in jouw diepte  
afdaalt



## Inleiding

*Hou alles van jou*, is het resultaat van 'Ik hou alles van jou – private', het eerste boek dat ik schreef. Ik besloot het niet uit te geven, het te privé is. Het is echter wel de reden dat ik dit boek, dat je nu in je handen houdt, geschreven heb.

In de private versie schrijf ik over verlies, dat begon met het overlijden van mijn geliefde moeder, gevolgd door het verliezen van mijn baan, gezondheid, mijn ongeboren vrucht en mijn partner die zijn eigen weg besloot te gaan. Dit laatste was voor mij de druppel.

Hierbij een stukje dat ik schreef in die tijd:

*Hij is het die mij over de rand duwde. Het verlies van mijn geliefde vormt de inspiratie voor dit verhaal.*

*Een verhaal over ups en downs, het leven, liefde, goddelijke liefde, levenslessen, hoe het niet moest en het anders had kunnen zijn.*

*In werkelijkheid kun je niets verliezen enkel jezelf, om je vervolgens in een betere vernieuwde versie terug te vinden, als een prachtige vlinder die uit de rups ontstaat.*

*Nu begrijp ik dat elke gebeurtenis nodig was voor mij om naar binnen te keren en daar het hoognodige werk te verrichten. Ik ben dankbaar voor elke gebeurtenissen die in mijn leven plaats heeft gevonden welke ervoor gezorgd hebben dat ik naar binnen ging en aan mezelf ging werken.*

‘De liefde voor mijn kinderen.’ Heeft mij in tijden van duisternis op de been gehouden.

Op het moment dat ik dacht dat mijn gelukkige dagen wel waren geteld, vond God mij-of ik hem-en wel door een film op Netflix, AD Kingdom and Empire, deze film maakt iets los in mij waardoor ik mij bewust werd van God.

Vervolgens ben ik onderzoek gaan doen, boeken gaan lezen, waaronder, ‘We moeten even serieus praten, Echt God’, van Neal Donald Walsh. Dit boek is een echt turning point in mijn leven geweest en kan ik iedereen aanbevelen . Mede dit boek bepaalt mijn nieuwe gedachten en inzichten die ik er op na

hou. Meerdere films gekeken, zoals 'Miracles from Heaven'. Zo heb ik mij een beeld van God gevormd, een liberale. Ik zie God anders dan de manier waarop ze in de meeste kerken over Hem praten. Ik bouwde een band op met God en bezocht langere tijd een kerk.

Vanaf het moment dat God in mijn leven kwam, ging alles in de lift en dit is op tot op de dag van vandaag aan de gang. Ik vraag en krijg antwoord.

Denk jij niet dat wij allen dezelfde levensvragen hebben? En dat de antwoorden op dezelfde manier tot jou kunnen komen, zoals ze tot mij komen?

Mijn antwoorden zet ik uiteen in '*hou alles van jou*'. De vragen die ik stel en de antwoorden die ik ontvang komen op velerlei wijze tot mij. Na het lezen van dit boek zal je begrijpen wat ik bedoel.

Het is mijn verhaal, mijn waarheid. Dat wil niet perse wil zeggen dat dit ook jouw waarheid is. Mocht je iets lezen waar je het niet mee eens bent, dat mag. Doe er dan niets mee. De kans is groot dat er genoeg overblijft dat je wel zal inspireren!

Ik geloof in God, mocht jij dit niet doen dan is dat geen reden om niet verder te lezen. Wat ik graag aan jou wil doorgeven, is een verhaal dat al vaak verteld is in velerlei vormen, onder andere in de Bijbel. Toch is het toe te passen zonder geloof in God en zal het je leven doen veranderen in elk opzicht dat je wenst.

Laten we snel beginnen, nadat ik je heb verteld dat het mogelijk is om uit de slechtst ogende situatie het allerbeste te halen. Geniet van de reis die wij samen gaan maken.

## **Zelfliefde**

Ik kan een boek vol schrijven, je kan het lezen, maar als je niet van jezelf houdt of niet gaat leren heel veel van jezelf te houden, dan kan je dit boek beter in de hoek gooien.

Alles valt en staat met de liefde die je voor jezelf hebt. De mate van zelfliefde bepaalt namelijk welke keuzes jij maakt.

Als voorbeeld wil ik noemen: Iemand die van zichzelf houdt zorgt goed voor zijn of haar lichaam. Die kiest voor gezond voedsel. En daar bedoel ik niet mee dat iemand die van zichzelf houdt nooit een frietje eet of nooit iets ongezonds eet. Nee ik bedoel dat iemand die van zichzelf houdt de moeite neemt om regelmatig te eten en te drinken, uit liefde voor zijn of haar lichaam.

Een persoon die van zichzelf houdt zal zijn lichaam goed verzorgen in de zin van persoonlijke hygiëne en verzorging. Iemand die zichzelf liefheeft zal mensen aantrekken die hem of haar ook lief hebben. En mocht een zelflievend persoon iemand in de omgeving hebben die deze zelflievende persoon niet

liefheeft dan zal een persoon die van zichzelf houdt, uit liefde voor zichzelf de keus maken om zich niet meer met deze persoon op te houden. Iemand die niet van zichzelf houdt zal toestaan dat iemand hem of haar niet goed behandelt. De reden kan zijn dat de persoon die niet van zichzelf houdt, zichzelf het niet waard vindt om goed behandeld te worden. Of de persoon die geen zelfliefde heeft cijfert zichzelf weg voor een ander.

Maak een persoon je grote liefde jezelf!  
Hou alles van jou.

Hoe doe je dat dan, van jezelf houden?  
Je zou kunnen beginnen het zo vaak als mogelijk tegen jezelf te zeggen.

Kijk je s morgens in de spiegel, zeg: 'Ik hou van jou, ik hou zo ontzettend veel van jou.'

Doe dit elke keer als je in de spiegel kijkt of als je jouw weerspiegeling ergens ziet, in een raam of als je in de weerspiegeling van water.

Zelfliefde betekent ook zelfacceptatie. Hou van jezelf zoals je bent, je bent uniek en authentiek. Je kan er voor kiezen om de focus te leggen op een vetrolletje

of een rimpel, of iets anders waar je niet tevreden over bent. Ik zeg je: focus op dat wat je wel mooi vindt aan jezelf. Heb je mooi haar, of hele mooie ogen, richt je daar op. Zeg bijvoorbeeld: 'Ik ben zo dankbaar voor mijn mooie haar, of ik ben zo dankbaar voor mijn mooie ogen.'

Maak jezelf vrij van veroordelingen over jezelf, door je te focussen op het positieve.

De meest liefdevolle persoon is een persoon die op zichzelf gericht is. Een persoon die zich afvraagt, wat heb ik nodig, wat vindt ik fijn, waar wordt ik gelukkig van.

Dit geschreven hebbende, hou dit steeds in gedachten als je verder leest in dit boek. Heb je nog niet genoeg zelfliefde werk er dan aan. De boodschap van dit boek zal versterkt en bekrachtigd worden met de mate waarin jij van jezelf houdt.