

ROMARIO RITFELD

LIEFDE

GEVOEL

VERGEVING

Liefde is geen gevoel, maar een staat van zijn. Zonder vergeving blijft het hart geblokkeerd; pas door volledig te vergeven opent de deur naar de stille, onvoorwaardelijke liefde van je wezen



Wat ik hier met jou deel, is, voor zover ik weet niet wetenschappelijk onderzocht. Dat vind ik ook niet relevant, want er zijn onderzoeken die kloppen en onderzoeken die niet kloppen. Hoe betrouwbaar zou het dan zijn om te zeggen dat dit wetenschappelijk is bewezen?

Wat ik wel graag met jou wil delen, is **mijn waarheid**.

Ik nodig je uit het gevoel dat zich in jou aandient te observeren, zodat je de wijsheid van je intuïtie kunt horen en volgen.

Al een hele tijd ben ik ervan overtuigd dat ik ben opgegroeid met een vertekend beeld van liefde. Sterker nog: ik geloof dat wij op mondiaal niveau zijn opgegroeid met een vertekend begrip van wat liefde werkelijk is.

Neem bijvoorbeeld de welbekende uitspraak:



***"Een moeder houdt
onvoorwaardelijk van
haar kind"***

Dat zou betekenen dat een moeder van haar kind houdt zonder ook maar **één** voorwaarde.

Als ik zeg dat ik onvoorwaardelijk van MIJN dochter hou, betekent dat dat zij nergens aan hoeft te voldoen om mijn liefde te ontvangen. Toch geldt er eigenlijk altijd één voorwaarde: zij is MIJN kind.

Als een moeder werkelijk onvoorwaardelijk van haar kind houdt, zou zij ook liefde kunnen voelen voor iets of iemand dat niet aan haar voorwaarden voldoet.

Hou je ook van die **politicus** op wie je niet hebt gestemd?



Hou je ook van die alcoholische **vader** die geen liefde had om te geven?



Hou je ook van je **partner**, zelfs als hij of zij liever voor een ander kiest?



Hou je ook van de **situatie** die niet voldoet aan de voorwaarden van jouw denken?



"You love it all or you love nothing"

Is liefde werkelijk het fundament van een relatie?

Laten we dat eens onder de loep nemen en bekijken hoe zo'n "liefdesrelatie" eigenlijk ontstaat.

Simpel gezegd: twee mensen worden verliefd en in die verliefdheid voel je de behoefte om de ander – degene die aan jouw voorwaarden voldoet – naar je toe te trekken, met als uiteindelijk doel een relatie.

Ook ik ben weleens verliefd geweest, en jij vast ook. Door omstandigheden, cultuur, opvoeding en leefomgeving zijn we vaak zo verschillend van elkaar dat we andere voorkeuren en voorwaarden hebben. Het is dan ook logisch dat jij de behoefte voelt om iets of iemand naar je toe te trekken, terwijl ik diezelfde behoefte misschien helemaal niet ervaar.

Je hebt het vast ook weleens meegemaakt: een beste vriend of vriendin ziet iets in iemand waar jij totaal niets in ziet. Je denkt dan: "Wat zie jij in diegene? Daar kan je toch niet verliefd op zijn?"

Onze **voorwaarden** onthullen altijd iets over onze **eigenwaarde**

Voor mij persoonlijk was er vroeger niet veel nodig om verliefd te worden. Had iemand volle billen en een “degelijke” uitstraling, dan had je mij al. Dat waren mijn **simplistische** voorwaarden om iemand naar mij toe te trekken. Kijk daar: een onthulling van mijn eigenwaarde.

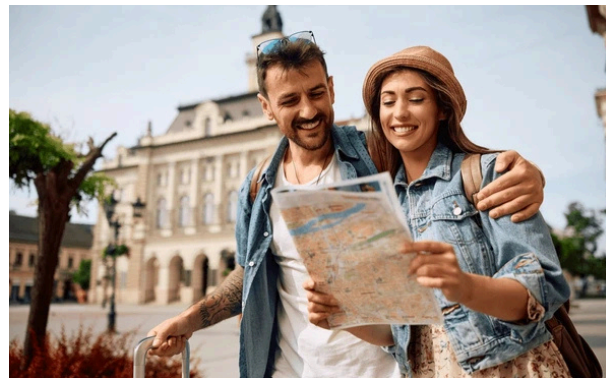
Sta eens stil bij waarom jij verliefd werd op iemand. Zie in dat het geen onvoorwaardelijke liefde was, maar puur omdat de ander aan jouw voorwaarden voldeed.



Hoe langer ik hierover nadacht, hoe meer ik tot de conclusie kwam: de liefde die wij kennen, is voorwaardelijk..

Voorwaardelijke liefde **Bestaat dat?**

Liefde kent geen vorm. Alles wat een voorwaarde heeft, heeft een vorm. Wat vaak voor liefde wordt aangezien, is eigenlijk geen liefde, maar een aantrekkingskracht op basis van de voorwaarden van ons denken die zijn ontstaan vanwege een gebrek aan **liefde**. Je voelt je aangetrokken tot iemand omdat die persoon aan jouw voorwaarden voldoet en jij daardoor fijne sensaties ervaart.



Die behoefte om iets of iemand naar je toe te trekken draait volledig om dat gevoel. Wij willen het vasthouden - of beter gezegd, het ego doet dat voor ons, maar zodra wij als mens groeien en delen van ons **ego** loslaten, veranderen ook de voorwaarden. Zo verschuift wat wij voorheen “liefde” noemden.

Misschien werd je jaren geleden verliefd op iemand die aan jouw voorwaarden voldeed. Misschien voldoet die persoon nog steeds aan jouw los gelaten voorwaarden, maar jij voelt er niets meer voor, omdat het deel van je ego dat die sensatie gaf er niet meer is.

Door de **voorwaardelijke** opvoeding die wij hebben gehad, dragen we allemaal bagage met ons mee. In een relatie zeggen we vaak in feite:



*"Hier is **mijn** bagage, met al mijn donkere kanten waar ik niet mee wil dealen, en geef jij mij **jouw** bagage, zodat we samen de realiteit kunnen ontlopen."*



In elke relatie gaat ieder op zijn eigen manier om met andermans bagage. In de ene relatie vliegen er dreigementen rond zodra iemand weigert die bagage te dragen. In een andere relatie neem je de tassen mee naar een feestje, maar voelen ze toch zwaar - zeker als er alcohol in het spel is.

Iemand die een affaire heeft, laat de bagage vaak onbeheerd achter. Dan denk je misschien dat de enige manier om van je bagage af te komen stiekem moet zijn, omdat je anders niet meer aan de voorwaarden voldoet.



Je ontloopt een gevoel en de gevolgen die het ego liever niet ervaart. Misschien zou je eerlijk moeten zijn over je behoeften, wat kan betekenen dat je afscheid moet nemen van de relatie. Dan krijg je je bagage gewoon terug – en daar zit je natuurlijk niet op te wachten.

Stel je nou eens voor..

Je hebt een 40-urige werkweek en ziet daardoor misschien een collega vaker dan je eigen partner. Door alle gesprekken en uitwisselingen merk je dat jullie op dezelfde golflengte zitten en voel je ook nog eens een seksuele aantrekkingskracht.



De keuze die je op dat moment maakt, heeft niet alleen te maken met de bagage van je partner die jij draagt, maar ook met jouw eigen bagage die je aan je partner hebt overhandigd. In de ene relatie zijn zulke gevoelens bespreekbaar, in de andere niet. Zit je in een relatie waar dit absoluut niet bespreekbaar is, dan heb je waarschijnlijk je partner volledig verantwoordelijk gesteld voor jouw bagage, of jezelf volledig verantwoordelijk gemaakt voor die van je partner. In een relatie waar dit wél bespreekbaar is, durf je verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen donkere kanten en negatieve emoties.

Dus in principe kan je altijd alles uitspreken, maar de consequenties verschillen per relatie.

Bizar, als je erover nadenkt. Je zit in een "**liefdesrelatie**", maar toch kunnen bepaalde dingen niet uitgesproken worden vanwege gevoelens die omhoog kunnen komen. Hoe kunnen we dit liefde noemen als je bepaalde dingen niet kunt bespreken? En hoe verwacht je ooit jezelf echt te leren kennen als je een ander verantwoordelijk stelt voor jouw bagage, jouw donkere stukken, jouw negatieve emoties? En dat is precies het punt. Mensen willen zichzelf vaak niet echt leren kennen. Want als liefde **echt** het fundament van een verbinding was, dan is er vrijheid en ruimte om te gaan en staan waar jij zelf wilt.

Ik zeg absoluut niet dat je moet handelen naar elk gevoel, want een gevoel is maar een gevoel (dat ben jij niet) en kan het beste geobserveerd worden. Het gaat erom dat je bepaalde dingen in je dag niet bespreekbaar kunt maken omdat het een bepaald gevoel bij de ander omhoog haalt.

Als je partner vraagt hoe je dag was, dan buig je maar al te graag de werkelijkheid om de harmonie te bewaren.

Klinkt dat als liefde?



Nu is het aan jou. Neem even de tijd om te **voelen** wat er in je lichaam gebeurt bij het volgende, en sta er echt bij stil:

Wat voel je
als jouw **voorwaardelijke** relatie nu stopt?

Wat voel je
als je **partner** er NU vandoor gaat met een ander?

Wat voel je
als jij alles verliest waarmee jij je hebt **geïdentificeerd**? (je werk, je financiën, je huis, je vrienden, je vriendinnen, je gezin etc.)

Wat voel je
als vrijgezel, terwijl je zo ontzettend verlangt naar die **relatie**?

Wat voel je
als **kind** van een ouder die jou niet kon zien, omdat ze volledig versmolten waren met hun eigen denken?

Het gevoel dat zich aandient is van jou, **jouw** bagage. Hoe dieper de pijn, hoe rijker het verhaal dat erin verborgen ligt.

Een gevoel (**E-Motie = Energy in Motion**) is in eerste instantie bedoelt om te voelen en dat doe je door er naar te kijken en dan kan je niet anders dan doorleven wat je voelt. Als je er naar kijkt geef je het gevoel geen leven. Als je er niet naar kijkt dan pleeg je een handeling, bijvoorbeeld door het te uiten (praten over je gevoelens, slaan op een bokszak) of te onderdrukken (drinken, roken, seks etc.).

Wijzelf geven het leven en wijzelf laten het bestaan en wijzelf creëren een opeenhoping van emoties die nog steeds doorleeft willen worden.



De opgeslagen emoties beïnvloeden jouw **lichaamsfrequentie**. Met die frequentie trek je telkens, zonder uitzondering, situaties aan die je uitnodigen te voelen wat er in je lichaam leeft

Je hebt het vast weleens meegemaakt in het verkeer... dat de reactie van de ander totaal niet overeenkwam met de realiteit. Misschien was het zelfs jouw eigen reactie die uit de pas liep. Vaak gebruiken we dan het excuus dat het soms goed is om je emotie te uiten. Maar zoals we nu weten, is voor echte bevrijding alleen nodig dat je de gevoelens in jezelf onder ogen ziet.



Ik heb nog nooit bij een kickbokser gezien - of de indruk gehad - dat het slaan en stoten op een zak, of op anderen, de emoties daadwerkelijk bevrijdde. Natuurlijk kan sporten dienen als een uitlaatklep om de stress van de dag van je af te schudden, maar om jezelf te verlossen van gevoelens die je sinds je kindertijd hebt onderdrukt, is het essentieel ze te doorleven. Een emotie onderdrukken betekent dat je haar niet accepteert.

"Zonder acceptatie geen verlossing"

Ik ga even aannemen dat jij weleens iemand hebt teleurgesteld - althans, dat denk je. En ik ga er ook van uit dat een ander jou weleens heeft teleurgesteld - althans, dat idee had je.

Het gevoel dat bij die teleurstelling omhoogkomt, is van **jou**. Je ervaart een teleurstelling alleen door de verwachting die jij zelf hebt gecreëerd. Een verwachting die voortkomt uit het verlangen dat een ander voldoet aan jouw voorwaarden. Natuurlijk kan je nog steeds een gevoel van teleurstelling ervaren als iets niet verloopt zoals jij het had verwacht, maar dat gevoel blijft van jou.

Elk gevoel dat bij jou opkomt is van jou, ongeacht welk gevoel het is: opluchting, blijdschap, enthousiasme... maar ook emoties die we liever vermijden, zoals boosheid, verdriet, eenzaamheid, ongerustheid of bezorgdheid. Alle gevoelens die je ervaart horen bij het leven; anders zouden ze niet omhoogkomen. Begrijpelijkerwijs accepteren we het liefst alleen de gevoelens die comfortabel zijn, en op basis daarvan creëren wij vaak een buitenwereld die voldoet aan onze voorwaarden.

Word jij weleens wakker en denk je: “Vandaag heb ik zin om me te ergeren” of “Vandaag wil ik wat bezorgdheid ervaren”? Natuurlijk niet. We starten het liefst de dag met gevoelens die prettig zijn. En wie een nauwe relatie heeft met iemand, kan zich herinneren dat die persoon ook oncomfortabele emoties bij je omhoog liet komen – helemaal in de relatie met je kind..

Een kind is een **spirituele leerkracht**, want een kind zal letterlijk alle gevoelens bij jou omhoog laten komen. Maar het EGO ziet het kind altijd als een verlengstuk van de identiteit. Zodra de ouder één is met het EGO, oftewel het denken, dan zal het kind ook moeten voldoen aan de voorwaarden van dat denken. Het kan - en het gebeurt ook - dat kinderen voldoen aan de voorwaarden van het denken van hun ouders, maar zo'n kind is dan compleet vervreemd van zijn kern. Zo'n kind groeit scheef, zoals wij allemaal op onze eigen manier niet helemaal recht konden groeien.



Besef daarbij ook dat je als ouder een kind laat opgroeien met voorwaarden. Ik wil hiermee niet zeggen dat er iets mis is met voorwaarden, maar bedenk goed waar die voorwaarden voor zijn, want er zijn genoeg gevallen waarbij de ouders de voorwaarden bepalen om hun eigen denken veilig te stellen.

Je kunt je kind niet de juiste richting op faciliteren als je gehoor geeft aan het denken.



Ik ben vader van Lia (1) en Faye (6).

Zodra ik **mijn gevoelens** niet doorleef, worden zij daar verantwoordelijk voor.

Ik kan boos worden op Faye als ze niet op tijd naar bed wil, maar die boosheid is iets van mij. Ik kan me ergeren aan Lia omdat ze niet weggelegd wil worden, maar die ergernis is iets van mij.

Een oud maar goud voorbeeld

Een hele lange tijd geleden, na de dansles van mijn dochter, was er nog even tijd om te oefenen met fietsen. Haar moeder vroeg of we voor 12 uur terug konden zijn, want ze hadden een planning. Dus Faye en ik, super gezellig, zijn aan het oefenen met fietsen en dat gaat hartstikke goed. We komen bij een kruispunt en ze vraagt of we hier links kunnen gaan, want daar is haar favoriete speeltuin. Ik kijk op mijn horloge en zeg dat dat niet gaat lukken. Ze vraagt waarom niet, en ik leg uit dat mama vroeg of we voor 12 uur weer thuis konden zijn, en dat we dat niet redden als we hier links afgaan.

Nou, dat vond ze helemaal niet leuk en ze begon flink te huilen. Ik kijk weer op mijn horloge en denk: "Shit, het zou zoveel comfortabeler zijn als we gewoon door konden fietsen."

Het gevoel dat op dat moment bij haar omhoog komt, is van haar, en zij was teleurgesteld en verdrietig. Het gevoel dat op dat moment bij mij omhoog komt, is van mij en ik ervaarde frustratie, omdat de manier van fietsen niet voldeed aan de voorwaarden van mijn denken. Als ik mijn frustratie uit door bijvoorbeeld te zeggen: "Veeg je tranen en stop met huilen, anders zwaait er wat", dan zal zij de indruk krijgen dat mijn frustratie door haar kwam. Maar mijn frustratie kwam alleen maar doordat de manier van fietsen niet voldeed aan de voorwaarden van mijn denken. Als ik haar structureel begrensd door mijn frustratie op haar te uiten, zal zij een verantwoordelijkheid dragen die niet van haar is. Dat betekent dat zij probeert om mij niet meer gefrustreerd te krijgen, niet alleen voor goedkeuring, maar ook voor haar overleving. En zie daar: een kind dat vervreemd is van zijn kern. Een kind dat scheef groeit.

Als ik in staat ben om te voelen wat er in mij gebeurt, kom ik erachter waarom de emotie omhoog komt. Maar als ik niet kan voelen, dan uit ik mijn emotie en is Faye daar de dupe van. Als ik mijn gevoelens (positief of negatief) structureel op mijn dochter afreageer, creëert zij voor haar eigen veiligheid een mechanisme dat zegt dat zij verantwoordelijk is voor mijn gemoedstoestand. Ook hier zie je dat ik mijn bagage bij haar neerleg. Hoe kan ik dan als ouder ooit verwachten dat zij vanuit haar volle potentie kan leven, als ik haar verantwoordelijk maak voor mijn bagage, mijn donkere stukken, mijn negatieve emoties...

*De waarlijk goede mens is evenwichtig en gerust van **ziel**. Niets kan hem in verwarring brengen. De waarlijk moedige mens kent geen vrees.*

In essentie ben jij een ziel, de waarnemer, en het lichaam is het voertuig daarvan. Als jij spreekt, is er iemand die luistert. Diegene die luistert, dat ben jij als ziel. De ziel is vrij van trauma, vrij van pijn en staat los van alle gedachten en gevoelens. Als ziel ken je daardoor alleen onvoorwaardelijke liefde, en dat is ook het enige dat jij als waarnemer kunt uitstralen. Wordt er iets anders uitgezonden dan onvoorwaardelijke liefde, dan komt dat omdat de waarnemer zich heeft geïdentificeerd met het denken, het EGO.

Jij als ziel bent hier om te observeren wat er gebeurt met de emoties. Het EGO - het hoofd, het denken - kent alleen voorwaarden. Het EGO is druk bezig om het eigen wereldbeeld in stand te houden. Het heeft altijd een agenda om zich ergens op te richten, en wat het EGO doet, is doelen creëren op basis van programmering.

Iedereen is anders geprogrammeerd; we hebben ons allemaal weleens geïdentificeerd met onze gedachten. Vele onder ons zijn constant één met de gedachte en de ander wat minder, heeft alles te maken met je eigen frequentie, maar we hebben sowieso **allemaal** keuzes gemaakt vanuit het EGO. Die ene keuze heeft je een richting opgestuurd, en reken zelf maar uit hoe die ene keuze jou zo kan laten verschillen van een ander.

Terwijl jij dit leest, ben je informatie aan het downloaden. Jouw programmering bepaalt dus ook in hoeverre mijn waarheid met je resoneert. Ook nu heb jij de keuze om deze informatie niet als waarheid aan te nemen, en de keuze die je daarbij maakt, zal jou een bepaalde richting op sturen. Wat jij tot je neemt, beïnvloedt je binnenwereld en daarmee automatisch ook de buitenwereld. Jouw binnenwereld kan dus compleet anders zijn dan die van je partner, maar ook zeker anders dan die van je broers of zussen.



Misschien ben jij het **eerste** kind en hebben je ouders je verwekt in een verliefde fase.

Maar misschien ben jij het **tweede** kind, dat zich moest spiegelen aan een moeder die veel meer gestrest is door een vader die gefrustreerd thuiskomt van een baan die hem niet meer motiveert of inspireert - en daardoor meer drinkt om zijn negatieve emoties te verdringen, wat nog meer druk op de relatie kan leggen. Dan ben jij dus op een andere manier beïnvloed dan het eerste kind. Elk kind creëert zo zijn eigen wereldbeeld, gevormd door het collectief waarin hij of zij zich heeft gespiegeld.

Dus laat er zo meer begrip ontstaan voor de voorwaarden van je broers of zussen, ook al passen die voorwaarden niet in jouw straatje. Laat er zo meer begrip ontstaan voor elkaar, en vooral ook voor de voorwaarden van jouw ouders, die zijn ontstaan onder bepaalde omstandigheden en in een bepaald klimaat, ook al passen die voorwaarden niet in jouw straatje. Heb je geen contact met je ouders - om wat voor reden dan ook - kijk dan met liefde naar ze, want als zij jou niet die onvoorwaardelijke liefde (wie zij in essentie zijn) hebben laten zien, dan is dat omdat zij zich hebben geïdentificeerd met het EGO.

Geen contact hebben met je ouders zonder ze te hebben vergeven betekent dat zij alleen recht hebben op jouw liefde als ze voldoen aan jouw voorwaarden. Dat is dus geen onvoorwaardelijke liefde. Geen contact hebben met anderen zonder ze te hebben vergeven betekent dat mensen alleen recht hebben op jouw liefde als ze voldoen aan jouw voorwaarden. Ook dat is geen onvoorwaardelijke liefde. Het zijn misschien juist die mensen die niet voldoen aan jouw voorwaarden die jouw onvoorwaardelijke liefde het hardst nodig hebben, en die liefde kun jij niet afgeven zonder vergeving; die liefde gaat ook niet aan in jezelf zonder vergeving.

Met het niet vergeven van een ander vergiftig je eigenlijk alleen je eigen systeem. Niet vergeven betekent dus ook dat jij iets dat heeft plaatsgevonden in het verleden niet accepteert. Niet vergeven betekent dus ook dat jij nog steeds hoopt op een beter verleden.

Stel je voor..

Je staat tegenover mij en ik geef jou een stomp in je gezicht. Ga je dan hopen op een beter verleden? Kun je het ongedaan maken? Een liefdevolle optie is om te vergeven, want een beter verleden ga je niet krijgen. Wat gebeurt is, is gebeurd; ik heb die stomp al gegeven. Maar... vergeven betekent niet dat je iemands gedrag maar moet blijven tolereren. Vergeven betekent ook niet dat er geen ruimte mag zijn voor het gevoel dat omhoog komt.

Vergeven betekent dat je begrip hebt voor de stomp, maar het niet meer tolereert. Dus als ik niet bereid ben om te stoppen met stompen, laat je mij los vanuit liefde (zonder emotie).

Vertel jij aan je beste vriend dat je partner je heeft bedrogen, en hij reageert met: "Het is gebeurd, zet je eroverheen," dan betekent dat dat je geen ruimte krijgt om het gevoel te doorleven - hoogstwaarschijnlijk ook omdat hij het eigen gevoel dat bij hem omhoog komt niet kan doorleven of observeren.

Laat dus duidelijk zijn dat je na elke nare situatie die heeft plaatsgevonden niet moet proberen om simpelweg te vergeven dat het is gebeurd. Dan ga je rationaliseren, verklaren, bagatelliseren of goedpraten. Dat is niet hoe je vergeeft; dat is hoe je je gevoelens onderdrukt. Vergeving ontstaat op het moment dat jij de gevoelens ruimte geeft en accepteert.

"Zonder acceptatie geen verlossing"

Nog even ter verduidelijking nog even meegeven wat **liefde** precies is?

Liefde is een staat van zijn. Liefde is de allerhoogste frequentie in het universum. Liefde is wie wij in essentie zijn.

Doordat wij in deze maatschappij zijn opgegroeid met voorwaarden en kaders, zijn wij niet meer die onvoorwaardelijke liefde en zijn wij verslaafd geraakt aan liefde - of beter gezegd, we zijn verslaafd geraakt aan afhankelijkheid. We zoeken hetgeen wat we in essentie zijn in de buitenwereld. En als het goed voelt, noemen we het LIEFDE. Maar jij bent het zelf. Zodra jij vanuit die staat van liefde manoeuvreert, kan letterlijk elk mens zich daardoor laten inspireren. Maar om je te kunnen laten inspireren, moet je eerst naar je eigen gevoelens kunnen kijken. Liefde is dus ook niet iets dat je kunt geven, en liefde kun je ook niet krijgen. Als ik ruimte bied voor je gevoelens en een arm om je heen sla, gebeurt dat omdat ik liefde ben en vanuit die liefdevolle staat capabel ben om mijn eigen gevoelens te doorleven. Ik heb je geen liefde gegeven, maar ruimte geboden om je gevoelens er te laten zijn. Mijn dochters heb ik nog nooit liefde gegeven en ik heb het nog nooit van ze gehad, want zij zijn liefde, en daar kan ik niets aan toevoegen. Ja, ik kan wel met mijn fysieke kracht zulke kwetsbare wezens zo zwaar onderdrukken dat zij zich vervreemden van hun essentie, omdat zij in mijn bijzijn niet meer kunnen leven vanuit hun volle potentie.

Wat zij dus nodig hebben om in die liefdevolle staat te blijven, is een collectief dat vibreert in die liefdevolle staat, of een collectief dat bereid is om daar naartoe te werken; een collectief dat zich laat inspireren en inziet dat de kinderen er zijn om hen terug te brengen naar hun essentie.

Liefde betekent dus ook dat wij verantwoordelijkheid nemen voor onze eigen gevoelens en een ander daar niet verantwoordelijk voor stellen.

Nu mag je jezelf afvragen: ben ik verantwoordelijk voor de gevoelens van een ander? Luister naar het antwoord dat **NU** met jou resoneert.



Laten we met z'n allen de verantwoordelijkheid voor de gemoedstoestand van een ander loslaten en de bagage teruggeven. Laten wij onze eigen bagage weer dragen, zodat we vanuit daar kunnen vibreren op een hogere frequentie. Zo veranderen we letterlijk de wereld met het licht dat wij zijn.

NAWOORD

Dank je wel voor het lezen van mijn e-book.

Alle wijsheid die je hier hebt ontdekt, zit al in jou. Door je eigen gedachten te onderzoeken en ze niet zomaar voor waar aan te nemen, geef je jezelf de ruimte om deze inzichten te ontgrendelen. Zo kan een nieuwe visie in jouw leven ontwaken en zich verweven met wie jij bent.

Breng inspiratie tot leven – maak het mogelijk

DONEER

Jouw donatie maakt het mogelijk om workshops te geven, lezingen te organiseren en boeken te schrijven die het bewustzijn verruimen.



ROMARIO RITFELD BEWUSTZIJNSCOACH



AANBOD

[Individueel consult](#)

[Relaties & verbindingen](#)

[Groepssessies](#)

QUICK LINKS

[Website](#)

[E-books](#)

[Stilte meditatie](#)

[Meer over mij](#)

SOCIALS

[Instagram](#)

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Youtube](#)

CONTACT

Jean Desmetstraat 44

1087DR Amsterdam

Info@verbindenmetroms.nl

06 24 95 72 14