

Recensie in InZicht
van het boek Gezonde Zelfliefde van Hans Knibbe

GEZONDE ZELFLIEFDE

Waarom het nodig is en
hoe je dit kunt beoefenen

ASOKA

Isbn: 9789056703844

Vanuit veertig jaar ervaring met het aanbieden van Zijnsoriëntatie als spiritueel pad, heeft Hans Knibbe gezien hoe onmisbaar het is om spirituele beoefening te funderen in 'gezonde zelfliefde'. Zonder deze basis kan Verlichting zich niet uitdrukken in ons leven. En lopen we de kans om onszelf voor de gek te houden door te geloven dat als ons 'zelf' niet bestaat we ons ook niet bezig hoeven te houden met onze neurose. We continueren dan de zelfhaat die de basis is van onze neurose en die epidemisch is in het westen.

Dit is niet het zoveelste zelfhulp boek, het unieke van de benadering van Hans Knibbe is, dat hij diepgaande kennis heeft over de psyche, en een rijk palet aan methodes heeft ontwikkeld om contact te maken met de Zijnsgrond en de pure Spiritdimensie.

Zijnsoriëntatie is daarmee een samenhangend en gefundeerde visie en methode geworden, waarin het onderscheid tussen spiritualiteit en psychotherapie is overstegen.

In zijn benadering is Gezonde zelfliefde direct verbonden met je verlichte aard, die Liefde is, en zal deze beoefening daarvan je niet fixeren in een rigide zelfbeeld, maar juist openen naar de realiteit van verbinding.

Zowel de inzichten als de methodieken zijn vernieuwend én uniek en blijken zeer waardevol te zijn in de praktijk. Praktijkvoorbeelden van de begeleiding met drie methodiek vindt je op de website van de School zelf.

Het boek gaat uitvoerig in op verschillende werkvormen hoe je gezonde zelfliefde kunt beoefenen zowel in het begin als in alle tussenstadia op het pad.

Dit boek is de onderbouw voor een nieuw kort basisprogramma dat landelijk wordt uitgerold. Alle details over deze cursus in achtdagdelen vindt je op de eigen website rond dit thema.