

EERHERSTEL

Tien inzichten uit *Eerherstel, een nieuw begin*

PETRA MAARTENSE

In haar boek *Eerherstel, een nieuw begin* nodigt Petra Maartense je uit tot innerlijke groei, bewustwording en verbinding. Ze beschrijft hoe we – als mens en samenleving – kunnen helen, herstellen en bijdragen aan een wereld in balans. Hieronder 10 krachtige inzichten uit het boek:

- 1 Alles weerspiegelt jezelf**
Wat je buiten jezelf waarneemt, weerspiegelt je innerlijke staat. Vrede in jezelf zorgt voor vrede om je heen. Alles begint bij zelfinzicht.
- 2 Van oude naar nieuwe wereld**
We leven in een tijd van transitie. Het oude – gebaseerd op ongelijkheid, oordeel en macht – brokkelt af. Een nieuwe wereld dient zich aan, gebouwd op liefde, samenwerking en bewustzijn.
- 3 Richt je op wat wél werkt**
Aandacht is energie. Wat je voedt, groeit. In plaats van te klagen, kun je beter aandacht geven aan wat wél goed gaat – dat versterkt positieve verandering.
- 4 Neem zelf verantwoordelijkheid**
Verandering begint bij jou. In plaats van wijzen naar anderen of systemen, mag je eigenaarschap nemen over je keuzes, gedachten en daden. Dat is echte kracht.
- 5 Eerherstel op alle lagen**
Eerherstel betekent erkenning – voor jezelf, voor de aarde, voor dieren, voor de intuïtieve en vrouwelijke kwaliteiten in jezelf en in de samenleving. Het is het terugbrengen van zachtheid, liefde en rechtvaardigheid.
- 6 Herstel van balans tussen mannelijk en vrouwelijk**
Onze wereld is uit balans geraakt door een overmaat aan rationeel, prestatiegericht denken. Herstel betekent het omarmen van zowel het mannelijke (structuur, richting) als het vrouwelijke (gevoel, intuïtie) – in ieder mens.
- 7 Gezamenlijk sturen van intenties**
Wanneer we samen onze aandacht richten op wat wél werkt, bundelen we energie. Door liefdevolle intenties te sturen – individueel én collectief – beïnvloeden we het veld van bewustzijn. Gezamenlijke focus heeft scheppende kracht.
- 8 Spirituele wijsheid praktisch toepassen**
Petra vertaalt diepe spirituele inzichten – van onder meer Rumi, Eckhart Tolle en White Bull – naar het dagelijks leven. Geen vage kreten, maar heldere handvatten om in de praktijk te leven vanuit liefde.
- 9 Persoonlijke verhalen als spiegel**
Met openheid deelt de auteur herkenbare en authentieke verhalen – over haar jeugd, relaties en werk als journalist – om te laten zien hoe bewustwording in elke situatie mogelijk is. Herkenbaar en helend.
- 10 Praktische toepassing in het dagelijks leven**
Het boek nodigt uit om dagelijks te oefenen in bewustzijn, intentie, zelfzorg en liefdevol gedrag. Je eigen dagelijkse keuzes – denken, voelen, spreken en handelen – vormen de basis voor veranderingen in de wereld...

Deze tien punten bevatten de rode draad van het boek: de verschuiving van oordeel naar bewustzijn, van slachtofferrol naar zelf verantwoordelijkheid nemen, en van afgescheidenheid naar verbinding – met jezelf, met anderen en met de aarde.