

Inspirerende verhalen



Verzameld door
Eric Verberne

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave.....	2
De lerares.....	3
Mooie gedachte	5
De kunst van het loslaten	6
Ik zal het proberen	7
De echo van het leven.....	8
De drie zeven.....	9
Wat is geluk?	10
Het gewicht van vertrouwen.....	11
Dit is goed!	12
Een schilderij van vrede.....	13
De vlinder.....	14

Dit is versie 1.0 van dit eboek. U kunt de meest recente versie downloaden op <http://www.bariatric.nl/boeken/inspirerende-verhalen/>

Disclaimer

Bij het samenstellen van dit rapport is de grootste zorg besteed aan de juistheid van de hierin opgenomen informatie. Eric Verberne noch Uitgeverij Enteron kan echter niet verantwoordelijk worden gehouden voor enige onjuist verstrekte informatie in dit eboek.

Belangrijk

Je mag dit eboek gratis weggeven aan wie je maar wilt. Het eboek mag uitsluitend in deze vorm worden verspreid, het is niet toegestaan de inhoud en/of opmaak te wijzigen, of informatie uit dit eboek op een andere wijze te gebruiken. Plaats dit eboek op je website of geef het aan de leden van je mailinglijst.

Over Uitgeverij Enteron

Uitgeverij Enteron is een gespecialiseerde uitgeverij opgezet voor mensen die de kwaliteit van hun leven willen verbeteren door drastisch gewichtsverlies met behulp van operatieve ingrepen. Hierdoor gezonder en fitter willen worden en natuurlijk gelukkig zijn.

Enkele websites van Uitgeverij Enteron zijn:

www.ericverberne.nl

www.enteron.nl

www.bariatric.nl

www.afvallenmetoperaties.nl

www.scopinaro.nl

www.duodenalswitch.nl

www.maagverkleinen.nl

www.snijdenineengezondlichaam.nl



De lerares

Op een dag vroeg een lerares aan haar leerlingen de namen van alle klasgenoten op een papier te schrijven en naast de naam enige ruimte te laten. Daarna zei ze tegen deze leerlingen dat ze het beste wat ze over deze klasgenoten zouden kunnen vertellen achter de naam moesten schrijven en dat ze achter iedere naam iets moesten schrijven. De opdracht duurde het gehele lesuur. En aan het einde van de les moest de opdracht ingeleverd worden bij de lerares.

In het weekeinde nam de lerares van iedere leerling een blad en schreef per leerling al deze positieve en opbouwende opmerkingen op zijn of haar blad. Op maandag gaf ze tijdens haar les aan deze klas aan alle leerlingen hun lijst. Na slechts korte tijd begon iedereen te lezen en te lachen. 'Is dat echt zo?', kon je horen fluisteren, 'Ik wist niet dat ik voor iemand anders waarde had!' en 'Ik wist niet dat anderen mij zo leuk vinden', waren de over het algemeen gehoorde commentaren.

Na enige tijd werd er over deze lijsten niet meer gesproken. Ook wist de leerkracht niet of de leerlingen onderling of met hun ouders hierover gesproken hadden, maar dat was ook niet het belangrijkste. Die oefening had zijn effect gehad. De leerlingen waren gelukkig met zichzelf en met de anderen.

Enkele jaren later was een van haar leerlingen omgekomen in een oorlogsgebied en de lerares werd uitgenodigd voor de begrafenis en ze ging. De kerk was overvol met vele vrienden. Een voor een gingen de mensen die van hem gehouden hadden of hem gekend hadden bij zijn graf voorbij en bewezen hem zijn laatste eer.

De lerares ging als een van de laatste naar zijn graf en bad voor hem. Nadat zij daarmee klaar was vroeg een collega soldaat van Mark aan haar: 'Bent u Marks wiskunde lerares?' Zij knikte bedroeft en zei zachtjes; 'ja'. Toen zei hij; 'Mark heeft zeer vaak over u gesproken'.

Na de begrafenis was er gelegenheid tot condoleren en de meeste van Marks vroegere klasgenoten, ook aanwezig, waren bij elkaar gaan zitten. Marks ouders waren blij haar te zien en spraken haar aan. 'We willen u iets laten zien', zei Marks vader en haalde een portefeuille uit zijn broek. 'Dit vonden we toen we door Marks spullen gingen kijken nadat hij gesneuveld was en we dachten dat u het zou herkennen'.

Uit de portefeuille trok hij een sterk verouderd, veelgebruikt, bij elkaar geplakt blad, welke duidelijk zichtbaar vaak opgevouwen en weer dichtgevouwen was. De lerares wist zonder verder te kijken dat dit het blad was waarop alle goede, opbeurende en positieve dingen stonden die zijn medeklasgenoten opgeschreven hadden en zij bijeen geschreven

had.'Wij willen u hiervoor zeer bedanken, dat u dit gedaan heeft', zei Marks moeder. 'Zoals u kunt zien heeft Mark dit enorm gewaardeerd.'

Hierna verzamelden alle voormalige leerlingen rondom de lerares. Charlie lachte een beetje en bekende: 'Ik heb mijn lijst ook nog. Deze ligt in de bovenste lade van mijn bureau'.

Heleen, de vrouw van Joost, zei: ' Joost heeft me gevraagd of ik uw lijst in ons trouwalbum wilde plakken'. Ik heb mijn lijst ook nog zei Marylin. 'Ik heb hem in mijn dagboek

geplakt'. Toen deed Vicky, een van de andere leerlingen, haar handtas open en haalde haar agenda hieruit en toonde haar lijst aan de anderen. Helemaal bijeen geplakt en duidelijk veel gebruikt. 'Ik neem hem overal mee naar toe' zei Vicky en voegde er aan toe 'Volgens mij heeft iedereen die lijst nog, en onder handbereik'.

De lerares was totaal ontroerd, zo dat ze begon te huilen en moest gaan zitten. Ze hilde om Mark en al deze vrienden die hij nooit meer zou zien.

In het samenzijn met onze medemensen vergeten wij vaak, dat ieder leven eens eindigt en dat we niet weten wanneer dit zal zijn. Daarom is het zo belangrijk dat we de mensen die we liefhebben, die ons dierbaar zijn, zeggen dat ze speciaal, bijzonder en belangrijk zijn. Zeg het ze voordat het te laat is. Je kunt het op verschillende manieren doen, bijvoorbeeld door deze boodschap naar hen te sturen. Doe je dit niet dan heb je weer een geweldige mogelijkheid laten gaan om iets moois en goeds te doen voor deze mensen.

Als je deze brief ontvangt dan is het daarom, omdat de afzender om je geeft en aan je gedacht heeft. Het betekent dus dat er tenminste één persoon is voor wie je iets betekent.

Wanneer je te druk bent of het te druk hebt om een paar minuten op te offeren om iemand dit bericht te sturen dan is dit mogelijk en hopelijk de eerste keer, dat je niets gedaan hebt om een ander te bemoedigen.

Denk hierom: Wat je oogst is wat je zaait.

De invloed die je in het leven van een ander hebt komt terug in je eigen leven. Deze dag zou een gezegende dag moeten zijn en ten minste even bijzonder als dat jij dat bent.

Mooie gedachte

Mensen komen in je leven om een bepaalde reden, een seizoen of een heel leven.

Als je weet welke reden het is, dan weet je wat je voor die persoon kunt doen.

Als iemand in je leven is om een reden, is het gewoonlijk omdat je een behoefte hebt geuit.

Ze komen in je leven met een reden; om je te helpen door een moeilijkheid heen, je te begeleiden met ondersteuning en je fysiek, emotioneel of spiritueel te helpen.

Het kan ook zijn dat zij jou nodig hebben. Ze lijken door een hogere macht gestuurd en dat zijn ze ook. Ze zijn er om een reden waarvan het nodig is dat ze er zijn.

En dan, zonder aanleiding, zonder dat jij iets verkeerd doet, of op zomaar een moment, zegt of doet deze persoon iets om de relatie te beëindigen.

Soms gaan ze dood, soms lopen ze weg. Soms keren ze zich tegen jou en dwingen je tot een standpunt. Dan is het belangrijk te realiseren, dat aan de behoefte is voldaan, de wens is vervuld, het werk is gedaan. Het gebed is gehoord en is beantwoord en nu is het tijd om verder te gaan.

Sommige mensen komen in je leven voor een seizoen, omdat het jouw beurt is om te delen, te groeien of te leren. Zij brengen je een ervaring van vrede of ze brengen je aan het lachen. Ze kunnen je iets leren dat je nog nooit gedaan hebt. Ze geven je gewoonlijk een ongelooflijke hoeveelheid vreugde. Geloof het , het is echt , maar slechts voor een seizoen.

Relaties voor de duur van je leven, leren je levenslessen, dingen waar je op kunt bouwen om zo een solide emotionele fundering te hebben. Het is jouw taak de lessen te accepteren. Hou van die persoon en stop wat je hebt geleerd in alle relaties en situaties van je leven.

Men zegt: "**Liefde is blind maar vriendschap is helderziend**"

De kunst van het loslaten

Er liepen eens een oude en een jonge Zen-monnik langs een weg. Op een gegeven moment kwamen ze bij een rivier, die ze moesten oversteken. Op de plek waar de weg en de rivier elkaar kruisten, stond een mooie jonge vrouw in een zijden kimono.

De vrouw vroeg of de monniken haar konden helpen bij het oversteken. De zoude Zen-monnik aarzelde geen moment, nam haar in zijn armen, droeg haar naar de overkant en zette haar daar neer.

Zwijgend vervolgden de monniken hun weg.

's Avonds laat toen ze onderdak hadden gevonden in een tempel kon de jonge monnik zich niet langer bedwingen en vroeg:

"Wij Zen-monniken mogen ons tijdens onze training niet met vrouwen bemoeien, laat staan aanraken. Waarom heb jij dat dan toch gedaan?"

De oudere monnik antwoordde: "Ik heb de vrouw opgepakt, naar de overkant gedragen, haar daar neergezet en losgelaten. Jij draagt haar kennelijk nog steeds met je mee en hebt haar nog niet losgelaten."



Ik zal het proberen

Een goeroe raadde zijn studenten aan om drie keer per dag te mediteren. De meeste van zijn volgelingen keken hem ernstig aan. Hun commentaar was bijna gelijkloidend: "Ik zal het proberen."

De goeroe knikte ernstig en terwijl hij terug liep naar zijn zitplaats, viel het boek dat hij onder zijn arm had op de grond. Verstoord draaide hij zich om, bukte voorover, reikte naar het boek, maar greep er tien centimeter naast. Keer op keer greep hij vergeefs naar het boek.

Zijn studenten keken hem verbijsterd aan.

"Probeer jij het ook eens", daagde de goeroe een van hen uit. De student liep naar het boek, boog voorover, pakte het boek en gaf het aan zijn goeroe. Die sloeg boos het boek uit de handen van de student en zei:

"Ik vroeg je niet om het boek op te pakken, ik vroeg je alleen om het te proberen!"



De echo van het leven

Een man en zijn zoon lopen door het bos. Plotseling struikelt de jongen en omdat hij een scherpe pijn voelt, roept hij "aaahhh". Verrast hoort hij een stem vanuit de bergen roepen: "aaahhh".

Nieuwsgierig roept de jongen: "Wie ben jij?"

Het enige antwoord dat hij terugkrijgt is: "Wie ben jij?"

Hij wordt kwaad en roept: "lafaard!", waarop de stem roept: "lafaard!"

De jongen kijkt zijn vader aan en vraagt wat er gebeurt. De man antwoordt: "Let maar eens op" en roept vervolgens: "Ik bewonder jou."

De stem antwoordt: "Ik bewonder jou!"

De man roept: "Jij bent prachtig!"

De stem antwoordt: "Jij bent prachtig!"

De vader legt daarop uit: "De mensen noemen dit een echo, maar eigenlijk is het 'het leven'. Het leven geeft je altijd terug wat jij geeft. Het leven is een spiegel van jouw handelingen. Als je meer liefde wil, geef dan meer liefde. Wil je dat mensen begripvol en respectvol met je omgaan? Geef ze dan begrip en respect. Dit gaat op voor alle aspecten van het leven. Wat je geeft wordt weerspiegeld in wat je terugkrijgt van het leven."



De drie zeven

Socrates, de Griekse wijsgeer, liep eens door de straten van Athene. Plotseling komt een man opgewonden naar hem toe. "Socrates! Ik moet je iets vertellen over je vriend die..."

"Ho eens even", onderbreekt Socrates hem. "Voordat je verder gaat. Heb je het verhaal dat je mij wilt vertellen gezeefd door de drie zeven?"

"De drie zeven? Welke drie zeven", vraagt de man verbaasd.

"Laten we het proberen", stelt Socrates voor.

"De eerste zeef is de zeef van de waarheid. Heb je onderzocht of het waar is wat je mij vertellen wilt?"

"Nee, ik hoorde het vertellen en..."

"Ah juist! Dan is het toch zeker wel door de tweede zeef gegaan? De zeef van het goede? Is het iets goeds wat je over mijn vriend wilt vertellen?" Aarzelend antwoordt de man: "Eeh nee, dat niet. Integendeel..."

"Hm", zegt de wijsgeer. "Laten we dan de derde zeef gebruiken. Is het noodzakelijk om mij te vertellen wat jou zo opwindt?"

"Nee, niet direct noodzakelijk", antwoordde de man.

"Welnu", zegt Socrates glimlachend. "Als het verhaal dat je vertellen wilt, niet waar is, niet goed is en niet noodzakelijk is, vergeet het dan en belast mij er niet mee."



Wat is geluk?

Een boer woont in een arm dorpje. Hij wordt door iedereen beschouwd als rijk, want hij heeft een paard dat hij gebruikt om mee te ploegen. Op een dag gaat het paard ervandoor. Zijn buurman vindt het vreselijk, maar de boer zegt alleen maar: "Wat is pech, en wat is geluk."

Een paar dagen later komt het paard terug. Het brengt ook nog een wild paard mee. Zijn buurman vindt dat de boer veel geluk heeft gehad, maar de boer zegt alleen: "Wat is geluk, en wat is pech."

De volgende dag probeert de zoon van de boer op het wilde paard te rijden. Het paard werpt hem af en de zoon breekt een been. De buurman toont zijn medeleven, maar de boer zegt opnieuw: "Wat is pech, en wat is geluk."

Een week later komen militairen naar het dorp om jonge mannen te recruteren voor de verplichte dienst. De zoon van de boer willen ze niet hebben vanwege zijn gebroken been. De buurman laat weten dat hij toch wel geluk heeft gehad, maar de boer zegt weer: "Wat is geluk, en wat is pech."

De moraal van het verhaal:

Geluk is niet afhankelijk van externe omstandigheden maar hoe je er zelf mee omgaat.



Het gewicht van vertrouwen

Een bakker kreeg boter van een boer. In ruil daarvoor kreeg de boer brood van de bakker. Na een tijdje viel het de bakker op dat de stukken boter van de boer steeds lichter werden. De boter zou steeds drie pond moeten wegen, maar het leek iedere keer minder te zijn.

De boer woog de boter op zijn weegschaal. Die gaf hem gelijk en hij klaagde zijn boterleverancier aan bij de rechter.

"Uw stukken boter zouden niet het vereiste gewicht hebben", zei de rechter tegen de boer. "Dit stuk zou drie pond moeten wegen, maar het weegt veel minder."

"Dat is uitgesloten, meneer de rechter", zei de boer. "Ik heb het elke keer nagewogen."

"Misschien kloppen uw gewichten niet", opperde de rechter.

"Hoezo gewichten?" vroeg de boer stomverbaasd. "Ik heb helemaal geen gewichten. Die gebruik ik nooit."

"Maar waar weegt u dan mee als u geen gewichten heeft?", vroeg de rechter.

"Heel eenvoudig", zei de boer. "Ik krijg mijn brood van de bakker en hij krijgt boter van mij. Een brood weegt drie pond dus leg mijn boter links op de weegschaal en een brood rechts en zo weeg ik dat af."



Dit is goed!

In Afrika leefde eens een koning. Al vanaf zijn kindertijd had hij een goede vriend. Die had de eigenschap om alle goede en slechte dingen die hij in zijn leven meemaakte te voorzien van het commentaar: "Dit is goed!"

Op een dag waren de koning en zijn vriend op jacht. De vriend laadde de geweren voor de koning, en de koning schoot op het wild. Bij het laden van de geweren ging wat mis, want toen de koning het geweer aanpakte, schoot hij zijn eigen duim eraf.



De vriend bekeek de duim van de koning eens goed en gaf zijn oordeel: "Dit is goed!" "Nee! Dit is helemaal niet goed", antwoordde de koning en voor straf stuurde hij zijn vriend naar de gevangenis.

Ongeveer een jaar later was de koning weer op jacht. Tot zijn ontzetting werd hij op een gegeven moment omsingeld door een stam kannibalen. Zij namen de koning mee naar hun dorp. Daar bonden ze hem vast op een vuurstapel. Toen viel het een van de kannibalen op dat de koning een duim miste. Bijgelovig als ze waren, aten de kannibalen geen mensen die een ledemaat misten. De koning werd vrijgelaten en weggestuurd.

Thuisgekomen spoedde de koning zich meteen naar de cel van zijn vriend in de koninklijke kerkers. "Je had gelijk. Het was goed dat mijn duim eraf werd geknald."

De koning vertelde de vriend wat hij zojuist had meegemaakt. "Dus nu wil ik jou nederig mijn verontschuldigen aanbieden omdat ik je zo lang heb laten opsluiten. Het was fout om dat te doen."

"Nee nee, integendeel", antwoordde de vriend. "Het is goed!"

"Man, hoe kun je dat nou zeggen?", brieste de koning. "Hoe kan het nou goed zijn dat je een jaar in de gevangenis hebt gezeten?"

"Nou", antwoordde de vriend. "Als ik niet in de gevangenis had gezeten, dan was ik bij jou geweest."

Een schilderij van vrede

Er was eens een koning die een grote beloning uitloofde voor die kunstenaar die het best in staat was om op een schilderij vrede uit te beelden. Veel kunstenaars sturen prachtige schilderijen.

Uiteindelijk kiest de koning twee schilderijen uit, waartussen hij een keus wilde maken.

Op het ene schilderij is een rustig meertje te zien. De hoge bergen op de achtergrond worden in het water weerspiegeld en boven de bergen drijft een wolkje.

Op het andere schilderij is een storm afgebeeld. Regen valt omlaag in een kolkende rivier terwijl boosaardige bliksemschichten de hemel verlichten. Maar de koning ziet alleen de vogel die in een struik onder een overhangende rots aan het broeden is.

"Dit", zo spreekt de koning. "Dit is het schilderij dat ik zocht. Vrede vind je lang niet altijd in prettige omstandigheden. Vrede is een kalm hart, midden in de storm van het leven."

De vlinder

Een man vindt een cocon van een vlinder en neemt deze mee naar zijn huis. Op een dag verschijnt er een kleine opening in de cocon. De man kijkt een paar uur toe hoe de vlinder worstelt om zich door de kleine opening naar buiten te werken.

Het lijkt erop dat het proces niet langer meer vooruit gaat. Het ziet er naar uit dat de vlinder zover gekomen is als hij kan en niet meer verder komt. Dus besluit de man de vlinder te helpen. Hij neemt een schaar en knipt de rest van de cocon open. De vlinder kan zich nu vrij eenvoudig losmaken.

Maar de vlinder heeft een gezwollen lichaam en verfrommelde vleugels. De man verwacht dat de vlinder elk moment zijn vleugels zal uitslaan en het lichaam daarmee ondersteunt. Maar dat gebeurt niet. De vlinder besteedt de rest van zijn leven aan rondkruipen met een gezwollen lichaam en verfrommelde vleugels. De vlinder is nooit in staat te vliegen.

Wat de man in al zijn goedheid niet begreep was dat de krappe cocon en de worsteling die nodig was om door de opening te kruipen, de manier was om de lichaamsvloeistof van de vlinder in de vleugels te pompen zodat de vlinder klaar zou zijn te vliegen als het de vrijheid had bereikt uit de cocon.

Soms zijn worstelingen exact wat we nodig hebben in het leven. Als we onszelf toe zouden staan zonder obstakels door het leven te gaan, zouden we invalide zijn. We zouden nooit zo sterk worden als wat we kunnen zijn.

We zouden nooit kunnen vliegen.

