





**Je bent je ego niet**

**door**

**Ywo Lakke**

---



## **Met dank aan**

Grote dank gaat uit naar al mijn coachklanten. Door hun vertrouwen in mij heb ik van mijn passie mijn werk kunnen maken.

Veel dank voor het waardevolle redactiewerk van Sandra, Cornelia en Ruud. Ik heb veel bewondering voor de liefdevolle aandacht die jullie aan dit boek hebben gegeven. Alice, zonder jouw aanhoudende aansporing was ik niet aan dit boek begonnen.

## **Copyright**

Titel: Je bent je ego niet

Auteur: Ywo Lakke

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

[lakke@academievoorcoaching.nl](mailto:lakke@academievoorcoaching.nl)

© 2018, Ywo Lakke / uitgeverij Brave New Books

ISBN 9789402173222

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



## Inhoudsopgave

---

Voorwoord.....	11
1 Mijn achtergrond.....	15
2 Spiritueel mensbeeld.....	22
Het lichaam.....	23
Het verstand.....	24
De ziel.....	24
Identiteit.....	25
3 Ontwikkelen van gedrag.....	27
Hoe werkt ons verstand?.....	28
Drie delen van het verstand.....	30
4 Wat is het ego?.....	34
Ego-strategieën.....	37
Focus op verleden en toekomst.....	39
Het toneelstuk van je ego:.....	39
Nut van het ego.....	41
5 De ziel.....	45
Gewoon jezelf zijn.....	46
De ziel versus het ego.....	47
Jezelf ervaren.....	48
6 Wat is liefde?.....	51
Aardse liefde.....	51
Kosmische liefde.....	53



7 Universele Wetten.....	57
Oorsprong.....	58
Twaalf Universele Wetten.....	59
Harmoniseren met de Universele Wetten.....	64
8 Ontwikkeltraject.....	67
Behoeftte aan echte verandering.....	67
Stap 1: Vaststellen echte coachvraag.....	68
Stap 2: Overdracht van kennis.....	69
Stap 3: Eigen ego-gedrag observeren.....	71
Stap 4: Vaststellen nieuwe leefregels.....	74
Persoonlijk statuut.....	75
Stap 5: oefenen met nieuw gedrag.....	84
9 Begeleiding.....	87
Bijlage 1: Voorbeelden ego-observaties.....	91
Bijlage 2: Persoonlijk Statuut.....	100
Bronvermelding.....	119



## Voorwoord

“...onze relatie met elkaar is beschadigd door de materialistische levensstijl waarvoor we hebben gekozen. Het heeft ons zo egoïstisch en egocentrisch gemaakt dat we alleen maar aan onszelf denken, en niet aan onze relatie met elkaar. We kunnen alleen vrede hebben als we aan de ander denken.”

Graag begin ik mijn boek met een fragment uit de toespraak van Mahatma Gandhi op het Festival of Faith in Louisville, Kentucky. (Overgenomen uit Ode, Mei/Juni 2017). Gandhi vertelt hierin op een mooie manier over het belang om alles van waarde met elkaar te delen.

Vervolg van de toespraak: “Mijn grootvader vertelde ons graag een verhaal over een oude Indiase koning die op zoek was naar de betekenis van vrede. Hij nodigde alle geleerden in zijn Koninkrijk uit om hem uit te komen leggen wat de betekenis van vrede was. Iedereen kwam en deed zijn best, maar niemand kon de koning overtuigen.

Tot er op een dag een geleerde uit een andere stad op bezoek was. De koning vroeg hem om de betekenis van vrede te verklaren. En hij zei: 'de enige persoon die u een overtuigend antwoord kan geven, is een oude man die buiten het koninkrijk woont, maar hij is zo oud dat hij niet naar u toe kan komen. U zult zelf naar hem toe moeten gaan en hem deze vraag stellen.'

De volgende dag ging de koning naar deze wijze en vroeg hem de betekenis van vrede. Zonder iets te zeggen ging de wijze naar de achterkant van zijn huis om een graankorrel te pakken. Hij legde deze in de hand van de koning en zei: 'Hier is uw antwoord'.

De koning had geen idee wat een graankorrel met vrede te maken had. Maar hij wilde zijn onwetendheid niet laten zien, dus nam hij stilletjes de graankorrel en ging terug naar zijn paleis, waar hij die korrel in een gouden doos legde. En elke ochtend opende hij de doos om het antwoord te zoeken, maar hij kon het niet vinden.

Toen de geleerde hem een volgende keer nog eens bezocht, vroeg de koning hem om het uit te leggen: 'Je stuurde me naar de wijze en hij gaf me deze graankorrel. Maar ik weet

niet wat de graankorrel met vrede te maken heeft, dus leg me dat alsjeblieft uit’.

De geleerde zei: ‘Het is heel eenvoudig. Zolang je deze graankorrel in de doos houdt, zal er niets gebeuren. Uiteindelijk zal hij gaan rotten en vergaan en dan is het verhaal afgelopen. Maar als je deze graankorrel in contact brengt met alle elementen, als je hem in de bodem plant, dan zal hij ontkiemen en gaan groeien. Al snel zal je een heel veld vol tarwe hebben. Dat is de betekenis van vrede.’

‘Als we vrede in ons hart vinden en haar voor ons eigen gewin opgesloten houden, zal ze met ons vergaan. Maar als we haar met alle elementen laten communiceren, zal ze ontkiemen en groeien en al zeer snel hebben we een wereld vol vredestichters en dat is de betekenis van vrede.’

Dit boek is mijn graankorrel.