

START BEFORE YOU'RE READY

SIMONE LEVIE

Start

before you're **READY**

Nieuw Amsterdam

Eerste druk april 2019
Tweede druk april 2019

Sommige namen zijn om privacyredenen gewijzigd.

© 2019 Simone Levi
Alle rechten voorbehouden
Boekverzorging © Sky Amsterdam
Illustraties © Rachel Levi
Foto auteur © Jasper Faber
NUR 801
ISBN 978 90 468 2480 1
www.nieuwamsterdam.nl



Inhoud

Voorwoord	7
Introductie	11

Deel 1: Wie ben ik nou? 15

1	Dromen en verlangens	17
2	Belemmeringen: Waarom kom ik niet voorbij die angst?	33
3	Waar kom je vandaan?	51
4	Jouw gaven en talenten	69
5	Vind je missie	85

Deel 2: Fuck it, gewoon doen! 99

6	Angsten overwinnen	101
7	De overvloedsmindset	127
8	Geld	145
9	Omgeving	159
10	Step up your game	175
11	Start before you're ready	193

Dankwoord	205
-----------	-----



Voorwoord

Terwijl ik het voorwoord van dit boek schrijf zit ik op een prachtige hotelkamer in LA. Naast me staan een heerlijke salade en een fles water met bubbels, net gebracht door de roomservice. Een uur geleden lag ik nog te genieten in een hottub, uitkijkend over het strand en de Santa Monica pier.

Naar de andere kant van de wereld vliegen om een boek te schrijven. Die vrijheid heb ik nu. Mijn beste vriendin ging naar LA voor een tweedaagse training en ik besloot mee te gaan. Even weg van thuis, weg van de drukte. En even alleen maar tijd voor mezelf en mijn boek.

Geld is geen belemmering. Ik twijfelde niet, kocht een business-classticket en boekte een heerlijk hotel. Ook nu ik in LA zit draait mijn bedrijf lekker door en blijft het geld binnenstromen. Terwijl ik hier aan mijn boek schrijf, inspireer ik in Nederland tienduizenden mensen met mijn nieuwsbrieven, socialmediaposts en webinars.

Mijn geweldige man – mijn steun en toeverlaat – is thuis met mijn drie prachtige kleine mannen van zes, vier en een jaar. Hij zorgt deze week voor onze kinderen. Daarbij krijgt hij hulp van de beste en liefste nanny die er is.

Mijn ouders zijn gelukkig en gezond. Ze zijn niet meer bij elkaar, maar met allebei heb ik een fijn en warm contact. Ze zijn de beste opa en oma voor mijn kinderen.

Veel vrienden heb ik niet, maar om mij heen staat wel een intiem clubje aan prachtige mensen. Bij hen voel ik me thuis en kan ik volledig mezelf zijn.

Ik voel me intens dankbaar en gelukkig. Ik heb alles wat ik wil en ik doe wat ik het liefste doe. Mijn leven wordt iedere dag alleen maar mooier en mooier.

Vijf jaar geleden had ik dit nooit kunnen denken. Toen zat ik

diep in de schulden, leefde in angst en droeg een groot verdriet bij me. Maar juist die angst en pijn hebben me gemaakt tot wie ik nu ben. Ik ging niet bij de pakken neer zitten, maar kwam in actie. Het is me gelukt om die angst om te zetten in durf en lef.

En toen ik dat deed, ging er een wereld voor me open. Ik ben gewoon gaan dóén zonder me druk te maken om de wereld, om wat anderen van me zouden denken. Ik wilde gewoon gaan leven en dus deed ik dat.

Niet iedereen vindt me leuk of aardig. Niet iedereen is het met me eens. Maar ik ben kritiek gaan zien als compliment. Ik ging *struggles* zien als groei waardoor ik boven mezelf uit rees, boven de angst en de jaloezie.

Voor alles in mijn leven ben ik dankbaar, hoe pijnlijk sommige gebeurtenissen ook waren. Ik had nooit kunnen zijn wie ik ben zonder die momenten. Door alles wat me is gegeven ben ik nu *unstoppable*.

Door mijn kijk en visie op het leven heb ik al vele mensen kunnen inspireren en zo vele levens mogen veranderen. Want ja, ook jij kunt alles bereiken wat je wil. In dit boek wil ik graag mijn grootste levenslessen met je delen.

Je hebt maar één ding nodig: een schop onder je kont. En die geef ik je met alle liefde. Stop met je druk te maken over wat anderen van je vinden. Ik wil dat je (weer) je eigen keuzes gaat maken, zonder het gevoel te hebben dat je je daarvoor moet verantwoorden. Ik wil dat je weer durft te dromen, dat je al je verlangens durft te volgen. Ik wil dat je gaat doen, dat je in actie komt. Wat je ouders je ook vertellen, wat je man ook van je vindt, hoe je burens ook over je praten en welke weerstand je ook krijgt van vriendinnen... ga het gewoon doen.

Ik wil dat je met liefde gaat kijken naar de pijn die je voelt. Ik wil dat je er niet mee in gevecht gaat, maar dat je de moed hebt om op de barricaden te gaan staan als dat nodig is. Ik wil dat je je hart gaat volgen. Dat jij de keuzes gaat maken die voor jou nodig zijn. Dat je niet meer alle ballen in de lucht probeert te houden, maar dat je een onafhankelijke vrouw wordt. Een vrouw vol liefde, vertrouwen en standvastigheid. Dat je het leven gaat leiden waar je vroeger als klein meisje al van droomde.

Ik wil een revolutie op gang brengen van vrouwen die al hun angst, pijn en verdriet achter zich laten. Een revolutie waarin we ons focussen op al het moois dat we samen kunnen creëren.

Een van mijn grootste inspiratiebronnen is Marie Forleo. Zij inspireerde mij om gewoon te doen, om niet te wachten tot je er klaar voor bent. Want je zal er nooit klaar voor zijn, totdat je het gewoon gaat doen. *Start before you're ready!*

Maar hoe doe je dat? Dat lukt toch niet zomaar? Nee, daar moet je heel dapper voor zijn: je hebt er veel moed voor nodig. Die vind je als je diep in jezelf gaat kijken. Dan zal die moed zorgen voor groei en jou tot actie aanzetten, waardoor je stapje voor stapje je mooie en grootse dromen gaat waarmaken.

In dit boek neem ik je in al die stappen bij de hand; ik ga je helpen om weer het contact met jezelf en al je dromen en verlangens te voelen. Je gaat leren om alle belemmeringen die op je pad zijn gekomen, om te zetten naar kracht. Je krijgt inzicht in waar je vandaan komt en leert hoe je generatielange pijnen en blokkades kunt transformeren in liefde. Je gaat al je gaven en talenten herontdekken en je gaat jouw eigen levensmissie vinden. Vervolgens ga je het, *fuck it*, gewoon doen. Je gaat angsten overwinnen, keuzes maken, een ijzersterke mindset ontwikkelen, kiezen voor jezelf... Kortom: je gaat in actie komen! Ook al heb je het gevoel dat je er nog niet klaar voor bent...

Start before you're ready <3

We hebben je nodig.

START



before YOU'RE

READY

Introductie

Ik weet het nog goed. Ik was zestien toen ik op tv het nieuws van de plotselinge dood van prinses Diana hoorde. Ineens voelde ik me enorm tot haar aangetrokken, terwijl ik me daarvoor nooit zo met haar bezig gehouden had. Miljoenen mensen waren in diepe rouw en brachten hun bloemen, bloemenkransen en briefjes naar het paleis om hun medeleven te tonen. Blijkbaar had zij op al die mensen een enorme impact gehad. Ik zoog alle verhalen over Diana in me op. Ik wilde weten wie ze was, waar ze vandaan kwam, hoe ze haar prins ontmoet had en waarom ze zo speciaal was.

Diana stond voor wat ze te brengen had. Ze bleef altijd bij haar eigen waarden. Het maakte haar niet uit wat anderen daarvan vonden, ze bleef liefde geven aan wie van haar hield, maar ook aan wie haar haatte. En daardoor had ze een enorme impact op miljoenen levens. Ze gaf haar liefde in de vorm van wijze woorden en speeches, af en toe door middel van geld, en soms zelfs door alleen maar liefdevol aanwezig te zijn. En dan opeens is zo iemand er niet meer. Terwijl ze nog zo veel had kunnen doen: voor de wereld, voor de rechten van de mens, voor de vrouw...

Diana was de eerste vrouw van wie ik leerde hoe je door jezelf te blijven een leider kunt zijn. Ze was een leider met passie en niet bang om haar eigen emoties en kwetsbaarheid te laten zien. Juist die kwetsbaarheid was haar kracht, en dat wist ze. Deze vrouwelijke leider verloochende haar vrouwelijkheid niet in een door mannen gedomineerde maatschappij, maar zette die juist ten volste in. De wereld heeft meer vrouwen als Diana nodig. En iedere vrouw kan een Diana zijn.

Door haar krachtige boodschap en persoonlijkheid liet Diana mij als zestienjarig meisje al zien dat je voor je dromen moest gaan en dat je je door niets of niemand moest laten tegenhouden. Toen kon ik nog niet goed onder woorden brengen wat ik voelde, maar

ik schreef in die tijd wel in mijn dagboek: ‘Ik wil net zo zijn als Diana.’ Ik wilde betekenis geven aan het leven van anderen. Ik wilde impact hebben en liefde geven.

Diana is een van mijn rolmodellen. Van haar leerde ik hoe ik dicht bij mezelf kon blijven zonder mezelf steeds te vergelijken met anderen. Dat kan échte vrouwelijke kracht je brengen: het is een kracht die alles overstijgt. In de loop der jaren ontmoette ik nog veel meer rolmodellen. Samen met mijn eigen ervaringen leerden zij mij wijze levenslessen. Lessen die niet altijd makkelijk waren, maar die me wel hebben gebracht waar ik nu ben. Ze vormden mijn visie op de wereld en maakten mij tot een krachtig persoon.

Want ik durf te zeggen dat ik dat ben. Ik spreek mijn eigen visie uit. Ik geef onvoorwaardelijk liefde. Alles wat ik doe is uit liefde en respect. Ik ben niet bang om mijn wildste dromen na te jagen. En het maakt me niet uit hoe ‘ze’ over me praten. Of ze me mooi, leuk of aardig vinden. Ik blijf geven uit liefde en ik blijf geloven in mijn eigen kracht. Uiteindelijk zal het goede altijd overwinnen. Het leven is te kort om je te laten tegenhouden door angst. En al helemaal om je aan te passen aan de mening van anderen.

Maar dit is lang niet altijd zo geweest. De eerste dertig jaar van mijn leven zagen er heel anders uit. Ik stond toen nog niet zo sterk in mijn schoenen en had weinig geloof in mezelf en in de wereld. In die jaren maakte ik alleen maar keuzes die gebaseerd waren op angst. Ik koos jarenlang voor veiligheid en had nooit de moed om het avontuur aan te gaan. En al helemaal niet om het alleen aan te gaan. Pas toen ik dat wel ging doen, ging er een wereld voor me open.

Misschien zit je op dit moment helemaal vast: ben je niet gelukkig met waar je nu staat en weet je niet hoe je je leven een nieuwe richting op kunt sturen. Misschien zit je gevangen in een relatie waarin je je eigenlijk heel ongelukkig voelt. Misschien zit je vast in een baan waarin jouw talenten helemaal niet tot bloei komen. Misschien zit je vast in een belabberde financiële situatie. Misschien voel je je beperkt door je angsten. Misschien zit je vast in gewoontes en maak je keuzes omdat je denkt dat ze zo horen of

omdat je omgeving dat van je verwacht. Misschien weet je totaal niet meer wie je zelf bent en wat jouw visie en missie zijn in het leven.

Waar je nu ook staat, weet – en dit kan ik beter in het Engels overbrengen dan in het Nederlands – *There is always a way out!* Juist in de diepste dalen van je leven – op het moment dat je het gevoel hebt dat je toch niks meer te verliezen hebt – ben je sterker, krachtiger en intuïtiever dan ooit.

Het is goed om na het lezen van mijn verhalen steeds je grootste inzichten op te schrijven. Om je daarbij te helpen vind je aan het eind van ieder hoofdstuk een aantal vragen en opdrachten.

Met mijn verhalen wil ik jou inspireren. Ik wil je laten zien dat je altijd een keus hebt. Maar die moet je wel zelf maken. Ook als je je er nog niet klaar voor voelt. Ook als je niet precies weet wat die keus in de toekomst zal brengen. Het is tijd om naar die uitgang te gaan, knopen door te hakken en het anders te gaan doen.

Start before you're ready!

WIE ben
IK nou?



Deel 1



VANDAAG ZEG ik

JA TEGEN AL MIJN DROMEN

VANDAAG ZEG ik

JA TEGEN AL MIJN DROMEN



VANDAAG ZEG ik

JA

TEGEN AL MIJN DROMEN



VANDAAG ZEG ik

JA TEGEN AL MIJN DROMEN

VANDAAG ZEG ik

JA TEGEN AL MIJN DROMEN

VANDAAG ZEG ik

JA TEGEN AL MIJN DROMEN



1 Dromen en verlangens

Affirmatie: Vandaag zeg ik JA tegen al mijn dromen.

Door middel van affirmaties kun je jouw gedachten, zelfbeeld, gezondheid en zelfvertrouwen positief beïnvloeden. Affirmaties zijn korte, positieve zinnen die je tegen jezelf zegt als een soort mantra. Je kunt ze een paar keer per dag herhalen. Het voordeel van affirmaties is dat je je negatieve gedachten omzet naar mooie, positieve, krachtige gedachten.

Tegenwoordig lijkt het wel alsof iedereen een burn-out krijgt: de een na de ander belandt erin. Best logisch dat we ons daar als maatschappij behoorlijk zorgen om beginnen te maken. Maar eigenlijk vind ik het heel mooi dat dit gebeurt. Want ik geloof dat burn-outs ontstaan omdat we afgesneden zijn van onszelf. We zijn verleerd te luisteren naar ons lichaam en naar onze dromen en verlangens. In plaats daarvan zijn we voortdurend bezig om de verwachtingen van anderen waar te maken. We volgen carrièrepaden omdat dat zo hoort. We blijven in relaties omdat dat nu eenmaal van ons verwacht wordt. En dan krijg je een burn-out. Je lichaam sputtert plotseling zo tegen, dat je er wel naar móét luisteren. Je hebt geen keus meer, je wordt wakker geschud. Die burn-out is dan het begin van een transformatieproces waarin je steeds dichterbij je authentieke zelf komt. In dat proces leer je weer naar je dromen en verlangens te luisteren en je leven te leiden zoals jij dat wil.

We onderschatten de waarde van onze eigen dromen en verlangens enorm. We zien niet hoe essentieel ze zijn voor ons algehele welzijn. Terwijl jouw verlangens je levenskracht vormen. Jouw dromen zijn je energiebron. Het is wie jij bent en wat jij te doen hebt. We zijn allemaal geboren met dromen en verlangens om iets voor elkaar te krijgen in deze wereld. Vaak zijn we dat contact met onszelf alleen zo erg kwijtgeraakt dat we die dromen en verlangens compleet uit het oog verloren zijn. We zijn gaan leven vanuit angst in plaats van vanuit liefde en verlangen.

In het eerste deel van dit boek neem ik je mee op een reis, een trans-

formatieproces, waarin je jouw kracht, dromen, verlangens en talenten weer terug gaat vinden. En dat begint bij de basis: je leert weer contact te maken met je intuïtie, die gebaseerd is op je verlangen. In dit hoofdstuk laat ik je stap voor stap weer thuis komen bij jezelf. Je leest hier ook over mijn ervaringen tijdens dit proces. Je mag al je dromen en verlangens weer toelaten. Want ze mogen er zijn. Allemaal!

Een klein meisje met grote dromen

Als kind zag ik het leven als één groot avontuur. Ik leefde veel meer vanuit mijn gevoel en deed wat op mijn pad kwam. Voelde het niet goed? Dan stopte ik er weer mee. Ik dacht veel minder na over wat ik deed. Als ik viel, dan huilde ik en stond daarna weer op alsof er niks gebeurd was. Ik was niet bang voor kritiek. Wat anderen van me vonden maakte me niks uit. Ik was niet bezig met het hoe en waarom. Ik zag niet direct allemaal beren op de weg als ik weer een mooi idee had. Ik droomde, ik speelde, ik genoot en ik leerde.

Ik had een enorme fantasie waar ik helemaal in op kon gaan. Ik leefde in een wereld die ik zelf verzonnen had. Mijn knuffels deden erin mee als levende wezens, mijn zusje, broertje en vriendinnetjes speelden ook hun rol. Het was een droomwereld waarin alles mogelijk was.

Misschien herken je dat wel. Misschien kun je je nog herinneren dat je ook grootse dromen had. Je droomde van later. De droom om met al je vriendinnetjes in één groot huis te wonen. De droom om mama te worden. De droom om te doen wat je wilde. De droom om de wereld te ontdekken. De droom om superrijk te worden. Of misschien zelfs wel de droom om beroemd te worden. Je voelde dat alles mogelijk was. De hele wereld lag voor je open. Je geloofde dat je alles kon worden wat je maar wou. Dat iets niet kon of dat je niet goed genoeg zou zijn kwam niet in je brein op. Het leven was één grote ontdekkingstocht. Een mooie roze wolk waar je alles kon doen en waar alles veilig was. Een plek waarin je jouw onbezorgde kindertijd kon beleven.

De omgeving vindt dat eerst nog lief: wat geweldig dat je zo veel droomt. Ze lachen en knikken je bemoedigend toe. Mijn

moeder maakte met liefde de allermooiste prinsessenjurk voor me. Andere vriendinnetjes werden overstelpt met barbies. En de meisjes uit de buurt speelden met een fantastisch poppenhuis. Allemaal werden we volop aangemoedigd onze dromen na te jagen en te leven en spelen in een fantasiewereld waarin alles mogelijk was.

En dan komt het moment dat je te horen krijgt dat wat je droomt of denkt niet waar is. Het moment waarop je ouders je willen beschermen. Want jouw droom is eigenlijk helemaal niet mogelijk. Dat is het moment waarop je ouders je hun ‘wijze’ lessen vertellen. Jouw droom is te groot en te pretentius. Die komt alleen uit als je heel veel geluk hebt. Of als je er heel hard voor gaat werken, te hard eigenlijk. Of ze zeggen dat je eigenlijk helemaal niet moet willen dat je droom uitkomt, want zo leuk is-ie niet.

Droom jij van veel geld verdienen? Nee, dat moet je niet willen. Je moet niet naast je schoenen gaan lopen. Rijke mensen zijn slecht. Ze denken alleen maar aan geld en weten niet waar het leven werkelijk om draait. Droom je van een grote boerderij met allemaal paarden? Ja, dat is wel leuk, maar niet weggelegd voor iemand zoals wij. Wil je graag beroemd worden of veel impact hebben? Doe maar gewoon normaal, dan doe je al gek genoeg.

Eigenlijk vertellen ze ons dat we maar beter zo min mogelijk kunnen opvallen en zo veel mogelijk binnen de norm moeten leven. Dat geeft de meeste zekerheid, de beste kans op een goede baan en de minste kans op pijn en falen. De grote buitenwereld is bar en boos. Je moet vooral voorzichtig zijn en goed op je hoede zijn. Je kunt mensen maar beter niet vertrouwen.

Durf weer te dromen

Lange tijd had ik helemaal geen dromen meer. Eigenlijk ging ik nergens echt voor. Ik vond dat ik moest studeren en carrière moest maken, maar ik dacht niet na over waar ik echt passie voor voelde. Ik leefde mijn leven zoals ik dacht dat het moest. Ik dacht er niet echt over na. Keuzes maken waardoor ik een andere weg in moest slaan? Nee hoor, ik volgde gewoon het pad dat al voor me uitgestippeld was, zonder te beseffen hoeveel invloed ik

daar zelf op zou kunnen hebben. De dromen die ik als kind had (bijvoorbeeld veel geld verdienen) was ik door allerlei gebeurtenissen kwijtgeraakt. Ik zat in de overlevingsstand en stopte met echt leven. Ik geloofde niet meer in mezelf, niet in mijn talenten en niet in de wereld.

Ik zie veel mensen die niet meer dromen en dat ook niet meer durven. Daar leggen ze zich dan maar bij neer. Ze hebben een prima leven, alles loopt lekker, ze hebben een baan en er zijn geen grote problemen. Maar toch voelen ze ook een soort leegte vanbinnen. Ze zijn niet écht gelukkig. En die leegte lijkt alleen maar groter te worden.

Toch durven veel mensen het niet aan om weer te dromen. Want wat als het een teleurstelling wordt? Wat als het weer mislukt? Je gelooft niet meer dat alles mogelijk is. Je gelooft niet meer dat je alles kunt worden wat je wilt. Er zijn nu nieuwe overtuigingen. De overtuiging dat het toch nooit gaat lukken. Of dat je niet goed, slim of mooi genoeg bent. Je gelooft dat jouw ideale leven niet mogelijk is. Het is niet voor jou weggelegd. En omdat je dat gelooft is dat ook wat je krijgt. Als je niet meer durft te dromen, zal je je dromen ook nooit waarmaken. Als je gelooft dat je het niet verdient om alles te krijgen wat je verlangt, zal je het ook nooit krijgen.

Heb je wel verlangens maar veroordeel je die omdat je eigenlijk vindt dat je het niet nodig hebt? Dan komen ze ook niet uit. Want alles draait om de energie die jij uitstraalt en de actie die je zelf onderneemt. Als jij er al niet in gelooft, dan zal je ook nooit de stappen zetten die nodig zijn om je droom te realiseren. Dat wat je uitstraalt en geeft krijg je ook terug. Je leven is één grote spiegel van je innerlijke gedachten, gevoelens en overtuigingen.

Veel mensen veroordelen hun eigen verlangens. Dat is zo jammer, want verlangen naar een compleet leven is juist een van onze mooiste eigenschappen. We doen alsof het er niet toe doet, alsof het een luxeprobleem is. Maar juist die verlangens maken de wereld mooier: we hebben ze nodig.

Je kunt dromen en verlangen én je kunt tevreden zijn in het hier en nu. Het zijn twee verschillende dingen. Tevreden ben je