

# Over de Ziel, het hogere Zelf



door

Johan Sinnema

# **Over de Ziel, het hogere Zelf**

Juli 2022

Over het bewust leren samenwerken met jouw eigen hogere Zelf

## Voorwoord

Als je in de loop van de jaren steeds meer begint te beseffen dat je op de één of andere manier verbonden bent aan een hoger deel van jezelf, dan ontstaat er bij velen het verlangen om daar bewust mee in contact te komen en daarmee te leren samenwerken. Jouw Ziel, jouw hogere Zelf, heeft in de loop van honderden vorige levens, veel Wijsheid opgebouwd, zodat je hier heel veel van kunt leren als je bewuster leert samenwerken met jouw hogere deel.

Jouw Ziel is de beste coach die jij je maar zou kunnen wensen, kent jou veel beter dan jij jezelf kent en kan jou de juiste weg aangeven om Wijsheid en Genegenheid (Liefde) te ontwikkelen. Dit leerproces is de reden dat wij op Aarde zijn.

Er zijn in onze generatie steeds meer mensen die herkennen dat ze “hooggevoelig” zijn, mensen die gevoeliger zijn dan anderen, en meer en diepgaander gevoelens ervaren dan anderen. Deze extra gevoeligheid wordt veroorzaakt doordat de Ziel, het hogere Zelf, al is begonnen met het maken van contact, hoewel je hier in eerste instantie meestal niet van bewust bent.

HSP's zijn dus eigenlijk mensen in wie het hogere Zelf al actief aan het werk is om aansluiting te maken. De hooggevoeligheid die hierdoor ontstaat, is een soort van bevestiging van wat er al gaande is in de samenwerking met dit hogere deel van jezelf.

Er zijn in onze generatie hele mooie mogelijkheden om bewuster te leren samenwerken met jouw eigen hogere Zelf. Dit heeft direct te maken met de aanpassingen in ons evolutieproces. Daardoor is er veel meer ruimte gekomen om te leren samenwerken met jouw hogere deel, zodat je “een betere versie van jezelf kunt worden”.

De samenwerking met jouw hogere Zelf maakt je aanzienlijk sterker, je kunt dan dingen doen die je op eigen kracht niet zou kunnen. Je kunt dan veel meer doen om bij te dragen aan een betere wereld.

Als je op jouw beste momenten in de diepte van jouw hart intuïtief aanvoelt dat het leren samenwerken met jouw hogere Zelf voor jou de juiste weg is, dan heb je goede basiskennis nodig over jouw hogere deel en hoe die met jou probeert om te gaan. Je hebt dan juiste kennis nodig over wat je mag verwachten op de weg van het leren samenwerken met jouw hogere Zelf. In dit boek probeer ik in deze basiskennis te voorzien.

Je hebt ook kennis nodig over valkuilen op deze weg. Ook hierover probeer ik dingen aan te geven, zodat je beter voorbereid aan deze weg kunt beginnen.

Hoewel we eigenlijk nog maar heel weinig weten over het hogere Zelf, wil ik met dit boek proberen dit abstracte begrip toegankelijker te maken, zodat er een praktisch bruikbaar beeld ontstaat, waar je in praktijk mee verder kunt. Ik heb geprobeerd allerlei aspecten die met dit thema in verband staan, te verzamelen in één boek.

In de theosofie is de Ziel een bekend begrip en ook vanuit die invalshoek wil ik dit thema belichten, maar er is meer nodig dan dit om hier goed mee te leren omgaan. Er is kennis en ervaring nodig over hoe je hier in praktijk bewuster mee zou kunnen leren samenwerken.

Ik heb in de loop van de jaren veel studie gedaan op het gebied van esoterie en theosofie, en ik heb veel praktijkervaring. Ik heb veel geleerd van de ervaringen van anderen met het leren samenwerken met hun Ziel. Vanuit die achtergrond heb ik dit boek kunnen schrijven.

In de afgelopen jaren kwam ik als therapeut in aanraking met allerlei vragen van mensen die wilden proberen bewuster samen te werken met hun hogere Zelf. In reactie op die vragen schreef ik dan soms brieven, waarvan ik later het gevoel kreeg dat die ook voor anderen heel waardevol zouden kunnen zijn. Zo is er in de loop van de jaren een hele serie themabrieven ontstaan, die uiteindelijk zijn gebundeld in dit boek. Er is daardoor regelmatig enige overlap.

Er zijn in deze periode prachtige mogelijkheden om je te ontwikkelen op het spirituele pad maar het is dan wel van groot belang dat je weet hoe je deze mogelijkheden het beste kunt benutten. Er is in onze generatie veel verwarring op dit gebied. Met het schrijven van dit boek probeer ik bij te dragen aan meer duidelijkheid.

In praktijk gebruiken mensen het woord “Ziel” in verschillende betekenissen. Sommigen gebruiken dit woord om “bewustzijn” in het algemeen mee aan te geven. Anderen gebruiken dit woord om daar het hogere deel van zichzelf, het hogere Zelf, mee aan te geven. Dit is ook de lijn die ik in dit boek volg. Ik gebruik het woord “Ziel” in dezelfde betekenis als het woord “hogere Zelf”.

Ik gebruik liever het woord “Genegenheid” dan het woord “Liefde”, omdat het laatstgenoemde woord naar mijn mening nogal bezoedeld is, het wordt vaak gebruikt voor allerlei dingen die niets meer met Genegenheid te maken hebben.

In het verlengde van leren samenwerken met de Ziel, ligt het thema genezen van oude en diepe wonden, die in de afgelopen eeuwen zijn ontstaan. Het hogere Zelf heeft soms genezende vermogens, en als je hier in de loop van de jaren mee vertrouwd bent geraakt, kun je samen met jouw Ziel, meehelpen met de genezingsprocessen van anderen. Dit boek kan daarom ook heel waardevol zijn voor mensen die kennis willen verzamelen over spirituele genezingsprocessen.

Er is een sterk verband tussen het beter leren kennen van jezelf en het leren samenwerken met de Ziel. Mensen die de weg van Zelfkennis volgen, zullen daardoor ook te maken krijgen met de hulp die hierbij wordt gegeven van binnenuit en van bovenaf, door hun eigen hogere Zelf.

Dit boek is gebaseerd op veel ervaring en jarenlang onderzoek. In het item “Over de schrijver” achter in dit boek, kun je meer lezen over mijn persoonlijke ervaringen.

Dit boek kan het beste worden gelezen met een “open mind” en een geopend hart. Het lezen met het hoofd alleen, is niet genoeg om de dingen die hier worden beschreven goed te kunnen begrijpen.

De verschillende items kunnen los van elkaar worden gelezen. Er is geen noodzaak het boek van voor naar achter te lezen. Je kunt dus gerust items uitzoeken waarvan je aanvoelt dat die op dit moment voor jou interessant zouden kunnen zijn.

Het is niet mijn bedoeling jou te overtuigen van mijn visie. Ik bied slechts mijn visie aan zodat die onderzocht kan worden door wie dat wil. Ik nodig jou uit mijn visie te onderzoeken in de diepte van jouw hart, en alleen datgene aan te nemen wat jij op jouw beste momenten intuïtief herkent als Waarheid.

Ik wil iedereen bedanken die op de één of andere manier heeft bijgedragen aan het tot stand komen en verbeteren van dit boek.

\*\*\*

## Inhoudsopgave

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| • Inleiding                                             | 6  |
| • Hooggevoeligheid en het hogere Zelf horen bij elkaar! | 8  |
| • Het leven is een leerproces!                          | 11 |
| • De weg van Zelfkennis                                 | 13 |
| • Over de innerlijke Waarheid                           | 16 |
| • Waar komt de Ziel vandaan?                            | 18 |
| • Over je fundament                                     | 21 |
| • Je overtuigingen                                      | 26 |
| • Oordelen                                              | 28 |
| • Spiritualiteit als hobby                              | 31 |
| • Twee sporen                                           | 33 |
| • Mensen helpen                                         | 35 |
| • Het openen van het hart                               | 37 |
| • Samensmelten van bewustzijn                           | 39 |
| • Vrije wil                                             | 41 |
| • Over het hiernamaals                                  | 43 |
| • Over sterke Zielen en over het ritme van de Ziel      | 46 |
| • Verwerkingsprocessen                                  | 49 |
| • Veranderingsprocessen                                 | 51 |
| • Spreekt de Ziel alle talen?                           | 55 |
| • Hoe zie je er op de weide uit?                        | 57 |
| • Is de Ziel zich bewust van onze aardse tijd?          | 59 |
| • De waarde van discipline                              | 60 |
| • De houding van de waarnemer                           | 62 |
| • Over hoe de donkere kant jou kan benaderen            | 64 |
| • Uitstralen door de ogen                               | 74 |
| • Veel slapen!                                          | 75 |
| • Tegen beter weten in                                  | 76 |
| • Wat is gevoel?                                        | 79 |
| • Is de Ziel volmaakt?                                  | 82 |
| • Acceptatie van jezelf                                 | 84 |
| • Basisprincipes van esoterische genezing               | 88 |
| • Reiki                                                 | 93 |

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| • Zekerheid                                                  | 99  |
| • Over de cursus in wonderen                                 | 101 |
| • Geloven in Advaita, is ook een geloof                      | 103 |
| • Nog een paar praktische aspecten                           | 106 |
| • ECIW, non dualisme of toch maar de eenvoud van de Boeddha? | 110 |
| • Dromen leren duiden                                        | 118 |
| • Waarom mensen goeroes volgen en heiligen aanroepen         | 121 |
| • Over de hoofdstraat en de zijstraten                       | 123 |
| • Comfortzone of gevangenis?                                 | 126 |
| • Als het hogere Zelf zich aandient                          | 133 |
| • Over het vragen om bescherming tijdens meditatie           | 146 |
| • Meer ruimte voor Zelfkennis                                | 156 |
| • Meditatie, in samenwerking met jouw hogere Zelf            | 162 |
| • Vreugde van het ego of Vreugde van het hogere Zelf?        | 171 |
| • Seksualiteit beschouwd vanuit het hogere Zelf              | 175 |
| • Als de maskers vallen                                      | 183 |
| • Een vraag stellen aan jouw hogere Zelf                     | 185 |
| • Zelf doen!                                                 | 190 |
| • Samenvatting                                               | 195 |
| • Over mijn missie                                           | 197 |
| • Over de schrijver                                          | 202 |

## Inleiding

Spirituele ontwikkeling is in feite de belangrijkste reden waarom je op Aarde bent. Als je kiest voor bewuste ontwikkeling van jezelf op dit gebied, kan het enorm helpen als je hierbij een goede coach hebt. De Ziel, jouw hogere Zelf, is de beste coach die je je maar zou kunnen wensen. Het is daarom belangrijk bewuster te leren samenwerken met jouw Ziel, om gezamenlijk te werken aan jouw spirituele ontwikkeling.

Op die weg leer je in de loop van de jaren jezelf steeds beter kennen. Je merkt dat je sterker wordt als je leert samenwerken met jouw hogere Zelf en je herkent jouw eigen zwakke punten steeds beter. Daardoor krijg je steeds meer *begrip* voor jezelf. Naarmate je meer begrip krijgt voor jezelf, krijg je ook meer begrip voor anderen. Zolang je in de diepte van jouw hart niet echt begrip hebt voor jezelf, heb je meestal ook niet echt begrip voor een ander. De weg van Zelfkennis leidt daardoor naar veel meer diepgang in jouw contacten met anderen.

De Ziel is onzichtbaar en daardoor is het moeilijker hiermee in contact te komen. Je kunt de Ziel misschien het beste beschouwen als een soort van gids, een helper die jou begeleidt vanuit de fijnstoffelijke werelden.

Als jouw Ziel aansluiting met jou probeert te maken, kun je dat soms merken doordat je je dan net even iets sterker voelt dan anders. Meestal ervaar je dan meer rust in je hoofd en je energieveld. Het kan zijn dat jouw Ziel jou een belangrijk inzicht geeft op zo'n moment. Het kan ook zijn dat jouw hogere Zelf jou extra energie geeft, zodat jij voldoende kracht hebt om de dingen te doen die op dat moment nodig zijn.

### *De Ziel is herkenbaar aan Wijsheid en Genegenheid (Liefde).*

Als jouw Ziel dichterbij komt, kun je een energiestroom voelen met die kenmerken. Naarmate jouw hart verder is geopend, doordat je meer oud zeer hebt opgeruimd, kun je deze energie beter herkennen.

De Ziel heeft ook een soort van tegenhanger, dat is de donkere kant. Die probeert mensen tegen te werken bij het leren samenwerken met hun hogere Zelf.

De donkere kant wil *niet* dat mensen sterker worden en hun innerlijke kracht leren kennen. De donkere kant wil mensen afhankelijk maken van een sterke leider buiten zichzelf. Als jij jouw innerlijke kracht wil ontwikkelen en wil leren samenwerken met jouw eigen hogere Zelf, dan zul je de donkere kant daarom af en toe tegenkomen.

Het is belangrijk dat je weet dat dit nu eenmaal onderdeel is van onze leeromgeving, waarin zowel ons hogere Zelf als de donkere kant een plaats hebben gekregen, ook al is het niet leuk om te weten dat die donkere kant ook aanwezig is.

Het is belangrijk erop bedacht te zijn dat je misleid zou kunnen worden. Het is daarom belangrijk voorzichtig te zijn bij alles wat je doet op het gebied van spirituele ontwikkeling, en niet te experimenteren met dingen waarvan je in de diepte van jouw hart op jouw beste momenten aanvoelt dat je dit beter niet kunt doen.

Het is belangrijk waakzaam te zijn en intuïtief aan te voelen in hoeverre iets Waarheid is. Als je dit vermogen om de Waarheid te herkennen voortdurend oefent, kun je na verloop van tijd steeds beter beoordelen of iets Waarheid is of niet.

Als je goed bent afgestemd in jouw spirituele hartcentrum in het centrum van jouw borstkas, kun je tijdens meditatie leren aanvoelen in hoeverre iets Waarheid is. Naarmate je dit oefent, kun je steeds beter intuïtief aanvoelen wat in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Jouw hogere Zelf praat niet tegen jou maar communiceert met jou via het intuïtief aanvoelen. Jouw Ziel, jouw hogere deel, zal jou altijd vrijlaten en je geen opdrachten geven of vertellen wat jij beter wel en beter niet kunt doen. Jouw hogere Zelf laat jou volkomen vrij. Dit is een heel belangrijk uitgangspunt. Als er toch iemand in jouw hoofd tegen jou praat, dan is dit niet jouw Ziel. Je hebt dan te maken met de donkere kant. Je kunt zo'n stemmetje in je hoofd het beste maar gewoon negeren.

In dit boek wordt regelmatig geschreven over “goed en kwaad”. Met “goed” wordt datgene bedoeld dat in overeenstemming is met het Geweten, het innerlijke weten. Met “kwaad” wordt datgene bedoeld dat indruist tegen het innerlijke weten, het Geweten.

Af en toe komt het woord “Zieneressen” naar voren in dit boek. Dit is een groep vrouwen die als missie heeft gekregen om de mensheid te helpen bij diens spirituele ontwikkeling, en een kanaal te zijn voor Genegenheid (Liefde). Deze nobele groep is het onderwerp van één van mijn andere boeken.

Er is een direct verband tussen hooggevoeligheid en het hogere Zelf. Deze twee horen bij elkaar en kunnen niet zonder elkaar. Daarom wil ik aan het begin van dit boek, dit thema als eerste beschrijven.

\*\*\*

## Hooggevoeligheid en het hogere Zelf horen bij elkaar!

*Er zijn in onze generatie steeds meer mensen die herkennen dat ze hooggevoelig zijn, dat ze een hogere gevoeligheid hebben dan anderen. Deze hogere gevoeligheid is het gevolg van de inwerking van het hogere Zelf, dat aansluiting met jou probeert te maken, vaak al ver voordat je in de gaten begint te krijgen wat er eigenlijk gaande is in jouw leven. Als jouw hogere deel toenadering zoekt, dan is een toenemende gevoeligheid één van de dingen die je daarvan merkt. Een ander punt waar je de nadering van jouw hogere Zelf aan kunt herkennen is een toenemend inzicht in allerlei dingen die op jouw weg komen. Alleen dingen worden dan van binnenuit en van bovenaf belicht door een hoger deel van jezelf, jouw hogere Zelf.*

Deze toenadering vanuit jouw hogere Zelf veroorzaakt een golfbeweging in jouw leven, waarin je afwisselend sterk en dan weer kwetsbaar en somber kunt voelen. Hooggevoeligheid gaat daarom vaak vergezeld van sterke stemmingswisselingen, er is dan vaak een groot contrast tussen jouw stemming op de bovenkant van een golf en je stemming aan de onderkant van zo'n golf.

Als je weet dat dit het “normale patroon” is als het hogere Zelf toenadering zoekt, dan kan dit een bepaalde rust geven. Je weet dan dat na een periode van sombere gevoelens, dit vanzelf weer overgaat in gevoelens van je sterk voelen en de dingen weer veel beter kunnen overzien.

Gevoelens van somberheid worden meestal veroorzaakt door onbewuste verwerkingsprocessen, die vanuit jouw hogere deel in werking worden gezet. Daardoor kun je meer ruimte maken in de diepte van jouw hart.

Soms weet je waar die sombere gevoelens mee te maken hebben, en soms ben je je hier niet goed van bewust. Dit is een gebruikelijke situatie. Verwerkingsprocessen verlopen voor een deel onbewust en vinden soms ook “boven” plaats, in de uren dat het stoffelijke lichaam in slaap is.

Jouw hogere Zelf vindt het belangrijk dat er meer ruimte komt in jouw hart, omdat je dan de instroom vanuit jouw hogere deel beter kunt herkennen. Er komt dan steeds meer ruimte voor een steeds bewustere samenwerking met jouw hogere Zelf, in de loop van de jaren. Als jij het ervoor over hebt om verder te gaan met het verwerken van oud zeer, dan komt er daardoor meer ruimte voor verdere samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere deel. Als die samenwerking sterker wordt, kun je steeds beter meehelpen om van deze wereld een betere plaats te maken.

Je gaat dan steeds beter aanvoelen wat jij zou kunnen betekenen voor de mensen die op jouw weg komen, om hen te helpen bij hun ontwikkeling. Vanuit de samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, kun je hele waardevolle dingen aangeven aan anderen. Dit is de Rijkdom van de Ziel. Hooggevoelige mensen hebben door de samenwerking met hun Ziel, prachtige mogelijkheden om deze Rijkdom uit te delen waar dat zinvol is. Je wordt dan steeds meer een uitdeler van de Rijkdom van de Ziel, die van binnenuit en van bovenaf aan jou zichtbaar wordt gemaakt, zodat jij die door kunt geven aan mensen die daar iets mee zouden kunnen doen op hun weg.

***Hooggevoelige mensen zijn van nature uitdelers van de Rijkdom van de Ziel,  
zij kunnen toevoegen wat er nodig is in onze samenleving,  
omdat ze dit van binnenuit en van bovenaf kunnen ontvangen.***

Door de samenwerking met de Ziel word je sterker dan zonder deze samenwerking. Als je leert samenwerken met dit hogere deel van jezelf, word je steeds meer een team, dat bewust samenwerkt aan de missie die jouw hogere Zelf ooit heeft gekregen, en waar jij je bewust voor in kunt zetten als je er in de loop van de jaren geleidelijk achter bent gekomen welke missie dat is.

Als je leert samenwerken met jouw hogere deel, dan vraagt dit vaak hard werken voor jou, maar je zult dan ook regelmatig de diepe innerlijke Vreugde ervaren die hier het gevolg van is.

In het begin van de samenwerking met het hogere Zelf gaat het vaak om kleine maar toch belangrijke dingen, waardoor je iemands leven kunt verrijken op de één of andere manier. Misschien gaat het voor jouw gevoel om hele kleine dingen maar voor die ander kan dat toch net dat stukje zijn waar die persoon misschien al jaren naar op zoek was, zoals een ervaring van diepgemeende vriendelijkheid, een uitstraling van Genegenheid, of iets dergelijks.

In de loop van de jaren kunnen deze kleine bijdragen aan het spirituele welzijn van anderen steeds groter worden, naarmate de samenwerking met jouw Ziel zich verder ontwikkelt. Ondertussen leer je zelf steeds meer, juist door de coaching van jouw hogere Zelf, die jou in alles begeleidt wat je tegenkomt op jouw weg.

Hooggevoeligheid kan zich verder ontwikkelen in de loop van de jaren. Ook al is iemand misschien al van jongs af aan hoogsensitief, deze gevoeligheid kan zich in de loop van de jaren steeds verder uitbreiden zolang iemand het spoor blijft volgen van het innerlijke weten en het willen leren samenwerken met het hogere Zelf.

Er is geen maximum aan hooggevoeligheid, het kan steeds verder worden ontwikkeld, naarmate de samenwerking met de Ziel sterker wordt. Je wordt je dan steeds bewuster van allerlei gevoelens waar de meeste andere mensen geen idee van hebben. Jouw waarnemingsvermogen breidt zich dan uit in een richting die voor mensen die een andere weg kiezen, volkomen onbekend terrein is.

Naarmate je gevoeliger wordt, kun je de subtiele signalen steeds beter herkennen die jouw hogere Zelf in de loop van de dag geeft. Daardoor kun je ook de lessen die ieder van ons op het programma heeft staan, veel sneller leren dan zonder hulp van deze coach. Jouw hogere Zelf kent jou door en door, en kan jou daarom heel goed begeleiden.

### ***Jouw hogere Zelf is de beste coach die jij je maar zou kunnen wensen.***

Hooggevoeligheid heeft een oorzaak, het is geen toeval dat de ene persoon veel gevoeliger is dan een ander. Als er een hogere gevoeligheid is ontstaan, dan komt dit doordat een hoger deel van jezelf hier al langere tijd aan heeft gewerkt.

Als je in vorige levens al veel hebt opgebouwd in de samenwerking met jouw hogere Zelf, dan kun je meestal al op jonge leeftijd merken dat je hoogsensitief bent. Dit is dan eigenlijk een soort van verdienste die je hebt overgehouden aan hard werken in vorige levens, waarin je erin bent geslaagd vorderingen te maken met de samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere deel, ook al kun je je hier niets meer van herinneren. Dit betekent dat je toen goed hebt kunnen meehelpen met de missie die jouw hogere Zelf heeft gekregen.

Als iemand steeds fijngevoeliger wordt, betekent dit dat de Ziel steeds dichterbij komt, ook al ben je je hier in eerste instantie niet zo goed van bewust. Toch merk je dit vaak al wel aan bijvoorbeeld een grote mate van creativiteit en bijzondere dingen die iemand dan kan doen.

Een hoger Zelf kan niet soepel samenwerken met iemand die niet hooggevoelig is, omdat iemand dan de subtiele signalen die het hogere deel geeft, niet zal opmerken. Vóórdat er een bewuste samenwerking op gang kan komen met het hogere Zelf, zal iemand altijd eerst al in behoorlijke mate hooggevoelig zijn geworden.

***Hooggevoeligheid is een signaal  
dat het hogere Zelf actief met iemand aan het werk is.***

Het hogere deel is niet zomaar met iemand aan het werk, dit kan alleen als zo iemand bewust of onbewust wil meehelpen om van deze wereld een betere plaats te maken. Met andere woorden hooggevoeligheid is een signaal dat iemand in de diepte van het hart bereid is zich in te zetten voor het verbeteren van onze samenleving.

De Ziel ziet dit en reageert daarop door toenadering te zoeken en te proberen meer ruimte te maken in het hart, zodat de subtiele signalen vanuit het hogere deel steeds beter kunnen worden opgevangen. Daardoor komt er veel oud zeer langs in verwerkingsprocessen, waardoor je steeds gevoeliger wordt en jouw waarnemingsvermogen zich steeds verder uitbreidt.

Omdat er sinds kort een nieuw tijdperk is begonnen, is er veel meer ruimte gekomen voor het bewust leren samenwerken met het hogere Zelf. Je kunt daardoor “een betere versie van jezelf” worden, en steeds meer bijdragen om van deze wereld een betere plaats te maken.

Hooggevoelig zijn betekent in eerste instantie dat je hiermee moet leren omgaan maar er zijn gelukkig veel mensen (coaches) die je hiermee kunnen helpen, vanuit de ervaring die ze hier zelf al mee hebben opgedaan. Als je er in de loop van de jaren steeds beter in slaagt om die extra gevoeligheid goed te hanteren, kun je steeds bewuster de samenwerking met jouw eigen hogere Zelf opbouwen. Als je vanuit die bewuste samenwerking in het leven staat, heb je een rijk leven. Je kunt dan veel leren en je kunt dan veel betekenen voor anderen die dan op jouw weg komen.

***Als alle mensen zouden kiezen voor de samenwerking met hun hogere Zelf,  
om van deze wereld een betere plaats te maken,  
zou de hele mensheid uiteindelijk vanzelf hoogsensitief worden.***

\*\*\*

## Het leven is een leerproces!

Op de één of andere manier vergeten wij vaak het belangrijkste in het leven, namelijk dat ons leven in de kern een leerproces is. Aan het eind van de rit gaat het er niet meer zozeer om of je iets goed of minder goed hebt gedaan of misschien zelfs heel slecht, het gaat er dan vooral om wat je hiervan hebt geleerd.

Wij hebben vaak allerlei prioriteiten gekozen in ons leven maar leren van onze ervaringen is daar zelden bij. Het gaat in het dagelijkse leven schijnbaar om allerlei andere dingen dan leren. We zijn niet gewend het leven te zien als een leerproces, dat moet nog helemaal op gang komen...

Dat we dit meestal zo zien is niet zo vreemd, want duizenden jaren scheen ons leerproces tamelijk zinloos te zijn. Het onderzoeken van allerlei moeilijke thema's had in praktijk weinig kans van slagen en gewoonlijk kwamen er toch geen antwoorden op hele belangrijke vragen, zelfs niet als je er heel veel moeite voor had gedaan om hier verder mee te komen.

Als je steeds opnieuw ervaart dat het schijnbaar weinig zin heeft om dingen diepgaand te onderzoeken dan wordt dit na verloop van tijd een diepe overtuiging, die je meeneemt van het ene leven naar het volgende. Als je eenmaal zo'n diepe overtuiging hebt opgebouwd, als gevolg van veel teleurstellende ervaringen in veel levens, dan verandert zo'n overtuiging niet meer zo snel. Er is dan heel veel voor nodig voordat je bereid bent zo'n overtuiging opnieuw te onderzoeken.

Als je ervan uitgaat dat het leven verder toch weinig zin heeft, dan is de kans groot dat je probeert "er nog iets van te maken" door ervaringen die je als prettig ervaart dan maar wat vaker op te zoeken. Voor velen is dat de barbecue, de vakantie, seksualiteit, de tv, etc. Als je ervan overtuigd bent geraakt dat je toch geen zinvolle antwoorden krijgt op vragen die je misschien had, dan is de meest waarschijnlijke uitkomst dat je na verloop van tijd het zoeken opgeeft en "overgaat tot de orde van de dag".

Het is dan niet vanzelfsprekend dat je deze hele fundamentele overtuiging weer aanpast, nu de omstandigheden zijn veranderd en het evolutieproces in evenwicht is gebracht. Hoe het zo gekomen is dat ons evolutieproces nu is aangepast, is het thema van één van mijn andere boeken.

Als een vogel lange tijd is opgesloten in een kooitje en op een goede dag het deurtje wordt opengezet, dan is de kans groot dat de vogel stil blijft zitten in z'n gevangenis. Dit is een treffende typering van de situatie waarin wij ons nu bevinden. We moeten er nog helemaal aan wennen dat er nu opeens weer meer antwoorden kunnen komen van binnenuit en van bovenaf, vanuit de Ziel, ons hogere deel.

Mensen zijn eraan gewend geraakt allerlei signalen van binnenuit, vanuit het hogere Zelf, te negeren en net te doen of je die niet opmerkt, maar nu worden deze signalen weer sterker en komen er steeds duidelijkere inzichten van binnenuit, omdat er een nieuw tijdperk is begonnen.

Voor alle mensen is er tijd nodig om te wennen aan de nieuwe situatie die is ontstaan. De mensheid is een drempel overgegaan en moet hier nog helemaal aan wennen. Het leerproces *zelf*, is weer volop op gang gekomen, en *dat* is een enorme verandering.

Ons evolutieproces is duizenden jaren in de war gestuurd door de donkere kant, die onvoorstelbaar veel invloed heeft uitgeoefend en mensen stimuleerde elkaar en zichzelf te beschadigen. Er is heel veel voor nodig om langzaam weer een gevoel van veiligheid te krijgen en te beseffen dat er nu een hele nieuwe fase is aangebroken waarin het leerproces weer goed functioneert.

We hebben geduld nodig met onszelf om hieraan te wennen. Naarmate er betere ervaringen worden opgedaan met het leerproces, zullen mensen veel meer bereid zijn andere dingen los te laten en meer ruimte te maken voor bijvoorbeeld het verwerken van oud zeer.

Als er eenmaal duidelijker begint te worden dat de Zielen nu weer veel dichterbij kunnen komen en proberen ons te helpen met ons leerproces, dan is dit de bevestiging dat er nu blijkbaar veel hulp is voor iedereen die hiervoor open staat.

Als de wisselwerking met de Ziel steeds bewuster wordt opgemerkt, begint het leven waardevoller te worden en merk je dat je er niet alleen voor staat maar dat er krachtige hulp is van binnenuit en van boven af.

Als de samenwerking met de Ziel op gang begint te komen, kun je steeds meer doen om anderen te helpen bij *hun* leerproces. Naarmate je de kracht van jouw eigen Ziel steeds beter begint te herkennen, is de samenwerking sterker geworden en zal daardoor ook het vertrouwen toenemen in een zinvolle toekomst. Hierdoor krijg je ook meer zicht op het dieperliggende doel in jouw leven, waar je samen met jouw Ziel aan kunt werken.

Het leven wordt volkomen anders wanneer je innerlijk voelt dat het zin heeft. De kern van ons bestaan is ons leerproces en daar zijn sinds kort weer hele mooie mogelijkheden voor.

\*\*\*

## De weg van Zelfkennis

Het beter leren kennen van jezelf is volgens mij één van de belangrijkste dingen die je als mens op Aarde zou kunnen doen.

Zelfkennis heeft vooral te maken met het onderzoeken van je eigen *motieven*. Met andere woorden waarom doe je iets of waarom doe je iets niet? Als je aan het einde van iedere dag voldoende aandacht zou besteden aan de vragen “*Hoe* heb ik vandaag gereageerd?” en “*Waarom* heb ik zo gereageerd?”, dan zou je jezelf steeds beter kunnen leren kennen. Als je deze eenvoudige vragen stelt bij belangrijke beslissingen die je hebt genomen, dan krijg je meer zicht op jouw eigen motieven. Als je op die manier in de loop van de tijd jezelf beter leert kennen, leer je daardoor ook de motieven beter herkennen van waaruit anderen dingen doen of dingen niet doen.

Als jij jezelf beter wil leren kennen, is het belangrijk volkomen eerlijk tegenover jezelf te zijn. Zolang je moeilijke dingen liever niet wil onderzoeken terwijl je voelt dat dit eigenlijk wel nodig is, speel je verstoppetje met jezelf. Je leert jezelf dan niet beter kennen.

Vaak is er moed nodig om volkomen eerlijk tegenover jezelf te zijn en grondig naar een situatie te kijken zoals die in werkelijkheid is. Het onder ogen zien van de situatie zoals die is, is “slechts” een eerste fase. Pas *daarna* kun je bewust proberen de situatie te verbeteren. Zolang je niet bereid bent te kijken naar wat er in de diepte gaande is, zal er waarschijnlijk weinig veranderen en zul je waarschijnlijk weinig leren.

Als je eenmaal geboren bent, is het onvermijdelijk dat je veel ervaringen opdoet. Sommige ervaringen zullen aangenaam zijn, andere niet. Waar het uiteindelijk om gaat is de vraag op welke conclusies je uit bent gekomen aan het einde van dit leven. Dat is wat je meeneemt naar een volgende fase van bestaan.

Vaak zoeken mensen naar de snelste oplossing als ze in problemen terecht zijn gekomen, maar het kan ook heel waardevol zijn om eerst voldoende tijd te besteden aan het zorgvuldig onderzoeken van de *oorzaken*. Op die manier kun je veel leren. Wanneer er alleen wordt gezocht naar een snelle oplossing, wordt er een waardevolle kans gemist om meer te leren van de situatie. Het is dan heel goed denkbaar dat iemand na verloop van tijd in eenzelfde soort situatie terecht komt, omdat het achterliggende probleem niet goed is onderzocht en niet goed is begrepen.

Zelfkennis vraagt dat je tijd neemt voor jezelf. Tijd om na te denken en te reflecteren. Vrienden die eerlijk tegen je zijn, kunnen je hiermee helpen. Vrienden die vooral zeggen wat jij graag wil horen, zijn misschien prettig in de omgang maar zijn van weinig waarde als het gaat om het ontwikkelen van Zelfkennis.

Geen tijd hebben betekent meestal dat je het niet belangrijk genoeg vindt om hier tijd aan te besteden. Geen tijd hebben betekent gewoonlijk dat je andere dingen belangrijker vindt.

Zelfkennis vraagt dat je verantwoordelijkheid neemt voor jouw eigen keuzes. Het is gemakkelijk om met de vinger te wijzen naar anderen, maar zolang jij je verschuilt achter die anderen en jouw eigen stukje niet wil zien, leer je jezelf niet echt kennen. Dit blijft dan wachten tot een latere periode, wanneer je hier *wel* aandacht aan wil besteden.

Ook als mensen zich voortdurend blijven verschuilen achter de adviezen van anderen, zonder daarin zelf hun eigen verantwoordelijkheid op zich te nemen, stagneert hun eigen leerproces.

De meeste mensen zijn niet echt bezig met dit soort dingen. Zij willen vooral veel ervaringen opdoen, liefst met dingen die ze als aangenaam ervaren. Dit is de weg die velen volgen voor een kortere of een langere periode.

Soms proberen mensen het leren kennen van zichzelf zo lang mogelijk te vermijden omdat ze bang zijn voor wat ze tegen zouden kunnen komen in de diepte van hun hart. Vaak is dit een vlucht voor zichzelf, terwijl ze eigenlijk wel weten dat ze hier beter anders mee om zouden kunnen gaan.

De meeste mensen leven erg oppervlakkig en gaan uit van het motto “pluk de dag”. Toch komt er bij velen vroeg of laat een fase waarin men meer de diepte in wil gaan, op zoek naar “het waarom”.

Op de weg van Zelfkennis is de Waarheid heel belangrijk. Dit vraagt zorgvuldig onderzoek naar de dieperliggende motieven, die onder de oppervlakte verborgen liggen.

### ***Motieven zijn vaak gemengd.***

Wanneer een situatie onder het vergrootglas wordt gelegd, zal meestal blijken dat er meerdere motieven tegelijkertijd werkzaam zijn. Het is daarom te gemakkelijk om de nadruk te leggen op één motief dat goed klinkt en misschien meetelt maar dat in werkelijkheid slechts een kleine rol speelt, terwijl andere motieven buiten beschouwing worden gelaten. Dit zoeken naar de Waarheid vraagt daarom een diepgaand en eerlijk onderzoek.

### ***Er is een direct verband tussen de manier waarop je met anderen omgaat en de manier waarop je met jezelf omgaat.***

Mensen die niet geïnteresseerd zijn in het beter leren kennen van zichzelf, zijn vaak ook niet echt geïnteresseerd in het beter leren kennen van anderen. Contacten met anderen zijn dan vaak heel oppervlakkig en vooral gebaseerd op het voldoen aan elkaars verwachtingen.

Veel mensen staan niet open voor onderzoek naar de motieven van waaruit ze handelen. Soms worden mensen zelfs kwaad wanneer ze zichzelf in de spiegel tegenkomen. Het is gemakkelijker dit zoeken naar de Waarheid te vermijden en zich met andere dingen bezig te houden. Als je bijvoorbeeld voortdurend druk bent met anderen, is er vaak weinig tijd en ruimte meer om je bezig te houden met het beter leren kennen van jezelf. Voor veel mensen komt het daarom eigenlijk helemaal niet zo slecht uit wanneer ze het erg druk hebben. Ze hebben dan voor zichzelf een goede reden waarom ze niet toe komen aan zelfonderzoek. Deze *keuze* geeft misschien een schijnbare rust, maar in de diepte van het hart weet iemand dan meestal wel dat het eigenlijk vooral een kwestie is van weglopen voor een dieperliggende kennismaking met zichzelf.

### ***Door steeds maar weer te voldoen aan de verwachtingen van anderen, vervreemd je van jouw eigen innerlijke weten.***

Mensen die steeds maar weer proberen te voldoen aan de verwachtingen van anderen, zijn daardoor op een doodlopende weg beland. Naarmate je meer probeert te voldoen aan de verwachtingen van anderen, vervreemd je van jezelf. Je handelt dan tegen beter weten in.

Als je probeert te voldoen aan de verwachtingen van anderen om daarmee een ander tevreden te stellen, ga je voorbij aan wat je innerlijk aanvoelt dat je het beste zou kunnen doen. Een andere route is het volgen van het innerlijke kompas, waardoor je steeds meer in harmonie komt met jezelf. Misschien dat andere mensen het dan niet altijd helemaal eens zijn met jouw beslissingen maar je hebt dan wel innerlijke rust.

Als je probeert te voldoen aan de verwachtingen van anderen heb je misschien aan de buitenkant een schijnbare rust gecreëerd maar innerlijk ontstaat er dan een conflict met jouw eigen innerlijke weten, je Geweten.

Mensen die willen voldoen aan de verwachtingen van anderen, doen dit vaak om aardig gevonden te worden. Als jij doet wat die ander van jou verwacht, dan vindt die ander jou vast wel aardig, zo denken deze mensen dan. Op die manier vervreemden mensen van hun innerlijke weten.

Als die ander van jou verwacht dat jij doet wat hij graag wil, dan laat die ander jou niet echt vrij. Je zou je af kunnen vragen of je zo iemand als één van jouw vrienden wil beschouwen. Elkaar vrijlaten zou immers een uitgangspunt moeten zijn bij iedere vriendschap.

“Heb ik het goed gedaan?” is een vraag die mensen zichzelf vaak stellen. Meestal staat dit direct in verband met wat andere mensen vinden van iets wat is gebeurd. Door te focussen op deze vraag blijven belangrijker vragen achterwege. Het stempel goed of niet goed, wordt in zo’n situatie vaak beïnvloed door de mening van anderen. Belangrijker dan dat, is wat jij er zelf van vindt. Op de weg van Zelfkennis gaat het vooral over het opsporen van *motieven*, niet zo zeer over de vraag of je iets “goed” hebt gedaan. De weg van Zelfkennis is vooral een leerproces. Het helpt niet om jezelf voortdurend “rapportcijfers” te geven.

***Mensen die de weg van Zelfkennis volgen,  
kunnen daardoor steeds betere beslissingen nemen,  
dat wil zeggen beslissingen die beter aansluiten bij hun innerlijke weten.***

Het nemen van betere beslissingen wordt soms Wijsheid genoemd. Met andere woorden op de weg van Zelfkennis kom je ook Wijsheid tegen. Dit is een gevolg van het leerproces.

Op de weg van Zelfkennis kan zich ook meer begrip ontwikkelen voor jouw eigen handelen. Zo kan er ook meer begrip ontstaan voor wat anderen doen of nalaten. In het verlengde van begrip kan er ook Genegenheid (liefde) ontstaan. Anders gezegd op de weg van Zelfkennis vind je ook Genegenheid.

Mensen die op zoek zijn naar de Waarheid in hun eigen leven, krijgen als gevolg daarvan ook meer zicht op de Waarheid in het leven van anderen. Op de weg van Zelfkennis kom je dus ook meer in aanraking met de innerlijke Waarheid.

Het volgen van de weg van Zelfkennis is niet gemakkelijk maar voor degene die dit toch wil proberen, levert dit in de loop van de tijd veel goeds op. Het brengt je in hechter contact met jouw eigen innerlijke kern, jouw hogere Zelf, jouw Ziel of hoe je dit ook wil noemen. Door af te stemmen op dit innerlijke leven, kun je hier mee leren samenwerken. In dit hogere deel, is de Wijsheid verzameld die je in de loop van vele levens hebt opgebouwd. Als je daaruit kunt putten, kun je betere beslissingen nemen dan zonder deze hulp. Door te leren hierop af te stemmen, kun je hier meer verbinding mee krijgen. Je kunt dan meer gebruik maken van de Wijsheid die jouw hoger bewuste deel al heeft opgebouwd.

Afstemmen is het je concentreren in jouw spirituele hartcentrum. Dit ligt in het centrum van de borstkas, in de buurt van het stoffelijke hart. Dit spirituele hartcentrum is niet hetzelfde als het stoffelijke hart. Het ene is van vitaal belang voor het goed functioneren van jouw stoffelijke lichaam. Het andere is van vitaal belang voor het goed functioneren van jouw spirituele leerproces. Sommigen zouden dit afstemmen in het spirituele hartcentrum misschien liever meditatie noemen, want dat is wat het is.

\*\*\*

## Over de innerlijke Waarheid

Veel mensen gaan er van uit dat er niet zoiets bestaat als *de* Waarheid. Dat dit slechts een kwestie is van een persoonlijke mening, die voor iemand anders weer volkomen anders kan zijn. Veel psychologen gaan er van uit dat er geen absolute Waarheid *kan* bestaan en dat er slechts zoiets bestaat als “perceptie”. Toch heeft iedereen een Geweten, een innerlijk weten, dat fungeert als een moreel kompas. Dat kompas geeft in allerlei situaties de juiste richting aan. Daardoor bestaat er zoiets als een innerlijke Waarheid.

Als mensen de weg proberen te volgen van het beter leren kennen van zichzelf, kun je, door af te stemmen op het innerlijke weten, antwoorden krijgen op vragen als “Waarom reageerde ik zo?” in de één of andere specifieke situatie. Door op deze manier situaties te onderzoeken, kun je jouw eigen motieven opsporen. Anders gezegd je kunt op die manier de Waarheid leren kennen achter jouw eigen handelen. Omdat er zoiets bestaat als het innerlijke weten, het Geweten, bestaat er ook zoiets als de Waarheid.

### *Het Geweten is de vertolker van de Waarheid in ieders leven.*

Deze twee zijn hecht aan elkaar verbonden. Mensen die geleerd hebben om af te stemmen op hun innerlijke weten, kunnen daardoor vaak intuïtief aanvoelen of iets waar is of niet. Ze kunnen dan intuïtief aanvoelen in hoeverre iets overeenstemt met hun innerlijke weten. Als iets overeenstemt met dit innerlijke weten, dan beschouwen ze dit als de Waarheid. Als iets niet overeenstemt met dit innerlijke weten, dan beschouwen ze dat als iets wat niet waar is. Zo kan er onderscheid worden gemaakt tussen wat waar is en wat niet. Veel mensen negeren deze innerlijke Waarheid maar dat wil niet zeggen dat dit innerlijke weten niet bestaat.

In ieders leven bestaat er zoiets als de innerlijke Waarheid. Die is vaak heel eenvoudig. Onderstaand enkele voorbeelden van de Waarheid in een paar specifieke situaties.

De inbreker weet innerlijk dat hij niet moet inbreken. Als hij dit toch doet, dan handelt hij daarmee tegen beter weten in. De Waarheid in zijn situatie is, dat hij zeker weet dat hij dit niet moet doen. Hier is innerlijk geen twijfel over. Het Geweten, het morele kompas, geeft de juiste richting aan.

Als iemand veel te hard in een auto over de weg rijdt, dan weet iemand dat dit gevaarlijk is, zowel voor zichzelf als voor anderen. De Waarheid in die situatie is, dat iemand zeker weet dat hij dit zo niet moet doen.

Als een klein kind stiekem een snoepje uit de trommel heeft gepakt, en mama vraagt later of er iets uit de trommel is gepakt, dan weet het kind zeker wat de Waarheid is. In die situatie heeft het kind dus goed zicht op dit stukje van de Waarheid.

Zo kunnen er talloze voorbeelden worden beschreven van specifieke Waarheid in iemands eigen persoonlijke leven. Dit spoor van Waarheid kan een belangrijke richtlijn zijn. Het volgen van dit spoor is een *keuze*.

Ieder kan in het eigen leven zicht krijgen op stukjes van de Waarheid die voor hem of haar van belang zijn. Wie daar veel moeite voor doet, kan daar flinke vorderingen mee maken. Soms slagen mensen er zelfs in om stukjes van een soort van universele Waarheid te vinden. Deze stukjes visie kunnen van belang zijn voor heel veel mensen. Dit betekent dat je soms stukjes van de Waarheid tegen kunt komen in bijvoorbeeld spirituele boeken.

Er zijn in het lange verleden al vele generaties spirituele zoekers naar de Waarheid geweest. Zij probeerden antwoorden te vinden op ingewikkelde vraagstukken zoals “Wat is de zin van het leven?”, “Wat is de oorzaak van lijden?”, “Hoe kun je gelukkig worden?”, etc.

Deze zoekers probeerden op de één of andere manier door te dringen tot de kern van deze vraagstukken, om hierdoor dichterbij een antwoord te komen. Sommige zoekers vonden na lange omzwervingen antwoorden, die ook voor veel anderen de moeite waard zijn om over na te denken. Sommige conclusies van bekende zoekers zijn voor velen een bron van inspiratie geweest door de eeuwen heen.

Een bekend voorbeeld van zo'n zoeker naar de Waarheid is de Boeddha. Hij zocht lang naar antwoorden op vragen die voor velen belangrijk zijn. Uiteindelijk vond hij de antwoorden waar hij naar op zoek was. Hoewel niemand kan aantonen dat zijn visie juist of volledig is, krijgen velen toch het gevoel dat hij de mensheid iets heeft gegeven wat van grote waarde is en wat waar is. Met andere woorden veel mensen voelen intuïtief aan dat de Boeddha de Waarheid kon aangeven in reactie op de vragen die hij zichzelf had gesteld. Hij toonde aan dat het mogelijk is om antwoorden te vinden op werkelijk belangrijke vragen, en stukjes van die Waarheid helder te krijgen.

Veel mensen beschouwen de kern van de leer van de Boeddha (het gedeelte over de oorzaak van lijden) als Waarheid, dat wil zeggen als iets wat overeenstemt met het innerlijke weten, het Geweten. Met andere woorden er bestaat zoiets als een innerlijk weten, en deze bron weet wat waar is en wat niet. Sommigen zouden dit misschien een hoger bewustzijn noemen of het hogere Zelf. Mensen die zichzelf hebben geleerd om hierop af te stemmen, kunnen hierdoor vaak antwoorden krijgen op belangrijke vragen. Sommigen zouden dit misschien hun intuïtie noemen.

Het zo maar overnemen van wat anderen als waar beschouwen is niet zonder risico. Wanneer mensen de Waarheid bijvoorbeeld in allerlei spirituele boeken of artikeltjes proberen te vinden maar niet in hun hart kunnen aanvoelen of iets waar is of niet, dan zou het volgens mij beter zijn om dit dan voorlopig maar even niet als Waarheid aan te nemen.

***Pas wanneer iets overeenstemt met het innerlijke weten, het Geweten,  
kun je op een veilige manier iets voor waar aannemen.***

Soms fungeren andere mensen als een spiegel waardoor je de Waarheid beter kunt zien. De rechercheur bijvoorbeeld kan de inbreker opsporen en ondervragen over zijn doen en laten. Zo wordt de inbreker geconfronteerd met zijn eigen gedrag. De politieagent kan de hardrijder tot stoppen brengen en vragen waarom hij zo hard rijdt. Mama kan het kind vragen of het misschien toch stiekem een snoepje heeft gepakt, en het kind daarmee herinneren aan wat het heeft gedaan. Zo worden mensen geconfronteerd met hun Geweten, hun innerlijke Waarheid. Zonder al deze "spiegels" zou het veel moeilijker zijn om de Waarheid te leren zien.

Zo kunnen ook vrienden helpen om de innerlijke Waarheid in jouw eigen individuele leven beter te herkennen, door dingen onder jouw aandacht te brengen of belangrijke vragen te stellen. Wat die Waarheid precies is, kun je vaak zelf het beste aanvoelen in de diepte van jouw hart, maar het kan heel waardevol zijn wanneer je hier met vrienden over kunt praten. Vaak helpt dit om dingen beter te herkennen. Soms kunnen vrienden vanuit hun Genegenheid voor jou, intuïtief aanvoelen hoe iets ongeveer in elkaar zit. Zo kunnen zij stukjes van de Waarheid in jouw leven opvangen en dit met jou delen. Deze innerlijke Waarheid is nodig voor Zelfkennis. Zonder deze innerlijke Waarheid zouden mensen zichzelf niet beter kunnen leren kennen.

Het zicht dat wij als mensen op de Waarheid kunnen krijgen is bij lange na niet volledig, en toch wordt een stukje van die Waarheid in ieders leven zichtbaar gemaakt van binnenuit, door het Geweten.

\*\*\*

## Waar komt de Ziel vandaan?

Voor een beter begrip van de achtergronden van de Ziel, kan het waardevol zijn een uitstapje te maken naar de theosofie, en te kijken welke kennis vanuit die hoek beschikbaar is over dit thema. De theosofie is weliswaar heel theoretisch maar toch kan het zinvol zijn te kijken naar wat die over dit onderwerp te zeggen heeft, zodat er een soort van raamwerk ontstaat waar de Ziel een plaats in kan krijgen. Ook de Ziel komt ergens vandaan en het kan van belang zijn te onderzoeken wat de theosofie ons hierover kan leren. Daarom nu eerst een uitstapje naar de kennis die over dit onderwerp beschikbaar is vanuit die invalshoek, aangevuld met mijn eigen inzichten.

Alle mensen zijn ooit afgedaald vanuit een gezamenlijke bron. Deze bron wordt in mijn boeken “de Oorsprong” genoemd. Dit is een plaats waar harmonie is en waar heel veel Genegenheid (Liefde), Wijsheid en Kracht is. Daar is weinig ruimte voor de donkere kant. Deze plaats is buitengewoon heilzaam om te zijn. Je kunt daar uitrusten van de missie die je daarvóór op je had genomen, en je kunt daar weer genezen als je onderweg verwondingen hebt opgelopen, toen je probeerde je in te zetten voor een missie die je meegekregen had toen je vertrok.

In de loop van de tijd ben je af en toe in de Oorsprong en ga je daarna weer op missie. Je bent maar relatief kort in de Oorsprong, voor het overgrote deel van de tijd ben je “uitgezonden” met een missie.

Zowel onze hogere Zelfen als wij, dalen af vanuit de Oorsprong naar de leeromgeving die op Aarde is ingericht. Het doel van deze afdaling is de ontwikkeling van Liefde (Genegenheid) en Wijsheid. Als dit in voldoende mate is geslaagd, mag iemand weer terug naar de Oorsprong. Maar ook een hoger Zelf heeft een vrije keuze om dit spoor te volgen of een ander spoor te kiezen, waarin *geen* Genegenheid en Wijsheid wordt ontwikkeld. Als een Ziel ervoor kiest om *geen* Liefde en Wijsheid te ontwikkelen, dan blijft zij voor een hele lange tijd in de leeromgeving waarin zij is geplaatst.

De leeromgeving op Aarde bestaat naast het bekende stoffelijke gebied ook uit enkele hogere gebieden, zoals het etherische gebied, het astrale gebied, het mentale gebied en een aantal gebieden daarboven.

De Ziel, het hogere Zelf, is afgedaald uit de Oorsprong maar verblijft niet op het stoffelijke gebied zoals wij, maar op één van de gebieden daarboven. De Ziel leert en ervaart op haar eigen gebied. De Ziel maakt *daar* keuzes, leert *daar* haar lessen en probeert van *daaruit* aan haar missie te werken.

De afdaling van de Ziel vanuit de Oorsprong naar de meer stoffelijke gebieden, wordt in de theosofische literatuur “de eerste val in de stof” genoemd of kortweg “de eerste val”.

Wij zijn verbonden aan ons hogere Zelf maar wij zijn toch een volkomen zelfstandig bewustzijn, die na de eerste val in de stof ook nog eens een tweede val in de stof heeft meegemaakt. Daardoor zijn wij als het ware nog een etage verder naar beneden gevallen dan ons hogere Zelf. Daardoor is onze leeromgeving volkomen anders dan die van ons hogere Zelf.

Een mens in incarnatie is in principe altijd verbonden met een hoger deel, het hogere Zelf, waarmee hij een eenheid vormt. In de Oorsprong is dit hogere deel gewoonlijk één van onze vrienden. Toen wij nog in de Oorsprong waren, waren degene die later de Ziel zou worden en degene die wij uiteindelijk zijn geworden (nadat wij de tweede val hebben meegemaakt), gelijkwaardig aan elkaar. De Ziel en degene die later de persoonlijkheid in incarnatie wordt, hebben in de Oorsprong ongeveer dezelfde ontwikkeling.

Er is in het mensenrijk veel verschil in ontwikkeling, dit is de reden dat er soms wordt gesproken over sterke Zielen. Dit zijn Zielen die al heel veel hebben opgebouwd in meerdere missies.

Voordat je als team van Ziel en persoonlijkheid gezamenlijk naar de Aarde kwam, waren er andere incarnatiereeksen, waarin de rol van Ziel en persoonlijkheid in incarnatie, kan wisselen. Dat wil zeggen dat soms de ene de rol heeft van Ziel, hoger Zelf, en soms de andere bewustzijnseenheid.

Als je bent verbonden aan een sterke Ziel, dan zegt dat ook iets over jouzelf, want als de Ziel en jij weer terug zijn in de Oorsprong, dan hebben jullie ongeveer dezelfde ontwikkeling meegemaakt en ongeveer dezelfde kracht opgebouwd.

Als je bent verbonden aan een sterke Ziel, dan betekent dit dat je belangrijk werk kunt doen op Aarde, om van deze wereld een betere plaats te maken. Naarmate je meer kracht hebt, kun je een grotere bijdrage leveren.

De persoonlijkheid in incarnatie (jij dus), leeft in een andere leeromgeving dan de Ziel, en heeft een eigen bestaan. De Ziel is zich volkomen bewust van jou. Omgekeerd zijn wij ons nauwelijks bewust van ons hogere deel.

De bewustzijnseenheid die twee verdiepingen omlaag is gevallen uit de Oorsprong, is degene die in stoffelijke incarnatie kan komen. Dit is de basis voor het ikje, de persoonlijkheid, zoals wij onszelf kennen als wij in incarnatie zijn. Wij zijn ons dan meestal niet meer bewust van de Ziel, waar wij een team mee vormen.

Wij kennen onszelf dus slechts als een stukje bewustzijn dat al twee verdiepingen omlaag is “gevallen”. Het is daarom niet verwonderlijk dat de meesten van ons geen herinnering meer hebben aan wie wij op de hogere gebieden zijn. Sommigen van ons hebben een vaag gevoel hierbij op hun beste momenten. Dit “ikje” is degene die ervaringen opdoet op het stoffelijk gebied. Dit is de persoonlijkheid, die soms het “ego” wordt genoemd.

Als een mens 's nachts slaapt, gaat het bewustzijn naar hogere gebieden. Meestal wordt het ons niet toegestaan je daar iets van te herinneren maar soms loopt het anders en krijg je daar toch flarden van mee, in een soort van droomachtige setting. Zonder toestemming is het niet mogelijk je iets te herinneren van de gesprekken en de ervaringen die je iedere nacht opdoet op de hogere gebieden, terwijl jouw lichaam in slaapmodus is. Soms wordt het gebied waar het bewustzijn dan is “de groene weide” genoemd. Daar vinden vele ontmoetingen plaats met andere mensen.

Dit bewuste deel van onszelf op “de weide” wordt het “bovenbewuste” genoemd. Het is ons bewustzijn op de hogere gebieden. Het bewustzijn is zich daar volkomen bewust van de contacten met andere bovenbewuste eenheden. Ons bovenbewustzijn beschikt daardoor over veel meer informatie dan ons dagbewustzijn, het bewustzijn dat wij in ons gewone dagelijkse leven hebben. Soms kun je 's ochtends bij het wakker worden, flarden meekrijgen van dingen waar je kort daarvoor “boven” mee bezig bent geweest.

Als het “ikje” belangrijke lessen heeft geleerd, dan worden die nagenoeg altijd opgenomen in het hogere Zelf. Als in een leven bepaalde lessen goed zijn begrepen, dan hoeft dit thema in een volgend leven geen problemen meer op te leveren, omdat de Ziel dit dan heeft opgeslagen in een soort van reservoir van Wijsheid.

Zo kan het “ikje” door middel van het leren van lessen in de leeromgeving op Aarde, bijdragen aan het vullen van het reservoir aan Wijsheid van de Ziel. Zo wordt de Ziel wijzer en kan zij het ikje steeds beter coachen vanuit haar eigen positie op de hogere gebieden.

De Ziel is een Leraar voor de persoonlijkheid, het “ikje”. De Ziel kan aanwijzingen geven door middel van bijvoorbeeld dromen of door jou dingen intuïtief te laten aanvoelen.

Vanwege de overweldigende hoeveelheid indrukken waar wij als mensen iedere dag mee worden geconfronteerd, is het niet gemakkelijk de subtiele signalen van deze coach, de Ziel, goed te kunnen opvangen, maar wie daar moeite voor doet, kan daar vorderingen mee maken en kan deze signalen steeds beter leren herkennen.

Naarmate er een soepeler wisselwerking is ontstaan tussen de Ziel en de persoonlijkheid (jij dus), kun je je beter ontwikkelen op het spirituele pad. Naarmate die samenwerking verder is opgebouwd, zal het leerproces soepeler verlopen en kun jij jouw lessen sneller leren. Daardoor kan de Ziel verder komen met haar eigen missie. Eigenlijk kan de Ziel pas echt beginnen te werken aan haar missie als jij al voldoende lessen hebt geleerd en er een begin is gemaakt met een bewuste samenwerking. Pas dan kan de Ziel beginnen met haar eigenlijke werk. Naarmate jij hier meer je best voor doet, kun je de coaching van jouw Ziel beter herkennen.

De Ziel zelf heeft net als wij, een Geweten. Dit innerlijke weten is ingebouwd bij het verlaten van de Oorsprong. De Ziel werd op reis gezonden naar de leeromgeving op onze Aarde maar kreeg een kompas mee voor onderweg. Enerzijds moest de Ziel haar plaats in de Oorsprong tijdelijk verlaten, maar tegelijkertijd is er een soort van herinnering aan die Oorsprong in de vorm van een Geweten, dat bij belangrijke beslissingen de juiste weg zichtbaar maakt. Dit Geweten is niet alleen beschikbaar voor de Ziel op haar eigen hoge gebied, maar is ook beschikbaar voor ons als mensen in ons dagbewustzijn.

Ons innerlijke kompas bestaat zowel uit het Geweten als uit de coaching van de Ziel. Het is bovendien niet uitgesloten dat er daarnaast nog andere factoren een rol spelen bij ons innerlijke weten, ons innerlijke aanvoelen.

Als de Ziel er in voldoende mate in is geslaagd Genegenheid en Wijsheid te ontwikkelen of als de Ziel een andere belangrijke missie heeft voltooid, kan er een punt komen dat vanuit de Oorsprong wordt bepaald dat de Ziel weer terug mag naar waar zij vandaan kwam. De Ziel wordt dan in verschillende fasen weer opgenomen in de Oorsprong. Het zou zelfs kunnen zijn dat er in die Oorsprong wordt beslist dat het menszijn voldoende is begrepen en iemand verder kan gaan naar een volgende school.

De eerstvolgende school die aansluit op de mensenschool, is de school voor de goden. De Ziel begint dan weer vanaf het begin en komt in de eerste klas terecht van de school voor beginnende goden. Als dit na verloop van tijd een succes zou worden, dan mag iemand verder naar een school voor gevorderde goden, en zo verder.

Het zou zelfs kunnen zijn dat er na de school voor de goden, andere scholen zijn waar wij helemaal geen weet van hebben. Er bestaat niet zoiets als een eindpunt in de ontwikkeling van bewustzijn. Er is slechts groei, onderweg naar een volgend stadium. De Oorsprong waar de Zielen en wij vandaan komen, heeft niet de status van godheid maar heeft een hogere status, het is een andere categorie, die hoger staat dan de goden. Ook de goden komen net als wij voort uit de Oorsprong. Zowel mensen als goden hebben dezelfde Oorsprong, ze komen voort uit dezelfde bron. Ook goden hebben een innerlijk weten, een Geweten, die ze kunnen volgen of niet. Zoals de Zielen de coaches zijn voor ons, zo zijn de goden de coaches voor de Zielen.

\*\*\*

## Over je fundament

In crisissituaties is er vaak maar heel weinig wat *echt* van waarde is. In hele moeilijke situaties blijft er vaak maar weinig over wat werkelijk betrouwbaar is. Je valt dan terug op jouw fundament, maar wat is eigenlijk een goed fundament waarop je jouw leven zou kunnen bouwen?

Het is misschien zinvol eerst een paar dingen te bespreken die gewoonlijk als een goed fundament worden beschouwd maar die dat volgens mij niet echt zijn, en die in periodes van crisis vaak onvoldoende zijn om mee verder te kunnen.

Als kind ligt je fundament gewoonlijk bij het gezin waarin je opgroeit. In een ideaal gezin bieden papa en mama de veiligheid en de warmte die je als kind nodig hebt om je in alle rust te kunnen ontwikkelen tot een volwassen individu. Maar er komt een keer een tijd dat dit gezin niet meer je fundament kan zijn en je “uit zou moeten vliegen”, net zoals een vogeltje dat het ouderlijke nest verlaat. Dit fundament is dus in het beste geval maar tijdelijk. Als volwassene is dit niet meer genoeg. Je hebt dan een ander fundament nodig. Er zijn bovendien heel veel situaties waarin er ook in het gezin waarin je opgroeit, feitelijk niet de stabiele basis is die je als kind zo nodig hebt.

Sommigen zoeken dit fundament bij een partner. Ze verwachten dan dat die hen met alles gaat helpen. Het partnerschap dient dan als fundament voor het opbouwen van een leven in onze maatschappij. Maar als jouw fundament grotendeels is gebaseerd op dit partnerschap, dan valt jouw fundament weg als het in die relatie om wat voor reden dan ook niet goed gaat. Mocht je in een scheiding terecht komen of in een situatie dat je partner om een andere reden wegvalt, dan valt daarmee ook jouw fundament weg.

Anderen vereenzelvigen zich met een baan waarin ze zich prettig voelen en waaraan ze hun eigenwaarde hebben gekoppeld. Wie ben jij? Wel, ik ben manager van dit of dat. Dit geeft veel mensen houvast. Het geeft hun een beeld van wie ze zijn. Maar als die baan om wat voor reden dan ook wegvalt, blijft er vaak weinig meer over wat hen houvast geeft. Het is dan opeens niet meer zo duidelijk wie ze zijn en wat ze in onze maatschappij komen doen.

Velen koppelen hun eigenwaarde (en daarmee hun fundament), aan de materiële dingen die ze hebben opgebouwd in de loop van de jaren, zoals hun huis, hun auto, hun vakantiehuisje en dat soort van dingen. Als die dingen wegvallen, door verlies van werk of wat dan ook, dan verdwijnt daarmee ook de basis onder hun bestaan.

Er zijn ook mensen die hun fundament zoeken in een kerk. Sommige mensen gaan uit van een Christus die voor onze zonden zou zijn gestorven en een hiernamaals dat op ons wacht na de dood, waarin het beter zou zijn dan hier op Aarde. Maar als je na verloop van tijd op de conclusie uit zou komen dat Christus misschien toch niet degene is op wie je had gehoopt, dan kun je het gevoel krijgen dat je er uiteindelijk alleen voor staat. Je hebt dan niets meer om op terug te vallen.

Sommigen zoeken hun fundament bij hun familie of bij een andere groep. Maar als je niet meer voldoet aan de verwachtingen van die groep, dan kan het zijn dat je het gevoel krijgt dat je daar eigenlijk niet meer zo goed bij aansluit en dat je er uiteindelijk alleen voor staat. Je hebt dan iets anders nodig dat kan dienen als jouw fundament in deze wereld.

Er zijn ook mensen die hun bestaansrecht hebben gebaseerd op de verzorging van een kind of een kwetsbaar iemand die hun hulp nodig heeft. Ook hier geldt hetzelfde als bij de voorgaande situaties. Zodra het kind uit huis is of zodra de hulpbehoevende geen hulp meer nodig heeft, is daarmee het gevoelsmatige fundament weggevallen.

Zo zijn er allerlei invullingen van de menselijke behoefte om ergens bij te willen horen en ergens zekerheid aan te willen ontlelen. In tijden van crisis val je onvermijdelijk terug op deze uitgangspunten. In veel situaties blijkt dan opeens dat de dingen die je beschouwde als je fundament, niet sterk genoeg zijn om je op te vangen, als je door moeilijke omstandigheden onderuit bent gegaan.

In tijden van crisis blijkt vaak dat deze uitgangspunten achteraf gezien niet betrouwbaar waren. Velen komen er pas *dan* achter dat ze jarenlang hebben rondgelopen met een zorgvuldig gekoesterde illusie, dat ze hebben geleefd in een bubbel, die vroeg of laat onvermijdelijk uit elkaar zou spatten. Er is in zo'n situatie meer nodig dan de dingen die je tot dan toe had beschouwd als het fundament onder jouw bestaan. Er is dan een sterkere factor nodig die solide genoeg is om je verder te helpen als al het andere weg valt.

***Een sterk fundament is gebaseerd op de samenwerking met het hogere Zelf,  
en het bewust meehelpen met diens missie.***

Je bent op Aarde gekomen met een bepaalde reden. Anders gezegd voordat je werd geboren was er al een soort van dieperliggende bedoeling. Anderen zouden dit misschien een missie noemen of iets wat je in dit leven zou kunnen leren of ervaren. Het fundament van ieders leven zou daarom gebaseerd moeten zijn op de herkenning van je spirituele oorsprong en je spirituele doelstelling.

Een ander deel van een goed fundament is het herkennen van jouw eigen innerlijke kompas. Dat is voor iedereen beschikbaar en staat los van alle omstandigheden. Het is altijd aanwezig en altijd beschikbaar. Het staat los van een partner, een baan of een mooi huis. Het staat los van familie of de groep waar je aan bent verbonden. Het *is* er eenvoudig en geeft meestal een richting aan. Als je geleerd hebt om daarop af te stemmen, kun je dat steeds beter aanvoelen in de diepte van het hart, los van alle rumoer en turbulentie van het dagelijkse leven.

Dit zijn bouwstenen voor een stevig fundament, dat ook in moeizame omstandigheden sterk genoeg is om de juiste beslissingen te kunnen nemen. Dat wil zeggen beslissingen die in overeenstemming zijn met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Mensen die hun eigen dieperliggende overtuigingen grondig hebben onderzocht, kunnen hun fundament geleidelijk uitbreiden en opbouwen. Door heel bewust voor jezelf na te gaan wat je nu eigenlijk *echt* belangrijk vindt, kun je jouw fundament onderzoeken en aanpassen als je dat nodig vindt. Dit vraagt tijd en zorgvuldige en eerlijke afweging van wat voor jou werkelijk belangrijk is.

Een goed fundament heeft ook te maken met normen en waarden die iemand toepast in het gewone leven van alle dag. Bij iemand met een sterk fundament zal dit tot uitdrukking komen in hoogstaande normen en waarden, waarbij anderen worden vrijgelaten en waarin geen schade of overlast wordt veroorzaakt bij anderen. Mensen die vooral gericht zijn op het dienen van hun eigen belangen, en hun zekerheid en eigenwaarde ontlelen aan allerlei materiële dingen, zullen vaak minder rekening houden met anderen. Deze mensen veroorzaken daardoor vaak overlast voor anderen, meestal zonder dat ze dit in de gaten hebben. Deze mensen leven vooral voor zichzelf. Ze zijn niet gericht op het gezamenlijk proberen te verbeteren van onze wereld.

Het opbouwen van een werkelijk solide fundament is pas mogelijk wanneer er een gerichtheid is ontstaan op het innerlijke spirituele leven. Pas dan is er een dieperliggende herkenning mogelijk van het spirituele doel van jouw leven.

Een goed fundament staat los van je omstandigheden. Het kan innerlijk worden opgebouwd door daar bewust en zorgvuldig aan te werken. Sommige mensen zouden dit misschien omschrijven als het opbouwen van verbondenheid met een hoger deel van jezelf, het hoger bewuste of de Ziel. Als je in de loop van de jaren deze verbondenheid opbouwt door gedegen spirituele arbeid, kan er een stevig fundament worden opgebouwd, dat in tijden van crisis voldoende houvast biedt om verder te kunnen gaan op de weg waarvan je aanvoelt dat die in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Als iemand zelf geen stevig fundament heeft opgebouwd, dan is iemand kwetsbaar en gemakkelijk te beïnvloeden door anderen. Meestal zijn mensen dan erg gevoelig voor wat anderen ergens van vinden. Paragnosten bijvoorbeeld kunnen heel veel invloed uitoefenen als mensen zelf geen sterk fundament hebben. Anders gezegd als mensen geen goed fundament hebben is men vaak sterk ontvankelijk voor wat een paragnost ergens over zegt.

Anderen die vaak de rol van een autoriteit krijgen zijn politici, therapeuten en spirituele leraren. Veel mensen hechten bovendien overdreven veel waarde aan buitengewone sportprestaties en beschouwen deze mensen als hun helden. Zo vereenzelvigen mensen zich met iets buiten zichzelf, wat hen tijdelijk een goed gevoel geeft. Dit heeft vaak het karakter van zich ergens aan vastklampen. Na verloop van tijd zal meestal blijken dat men hier uiteindelijk niet mee verder kan om *zelf* sterker te worden. Er zal dan gewoonlijk een keuze nodig zijn om hetzij te zoeken naar een ander idool, goeroe of adviseur, hetzij te werken aan de opbouw van een *eigen* fundament. Veel mensen ervaren het als heel prettig om te leunen op de kracht van een ander of een groep maar uiteindelijk is dit iets wat buiten jezelf ligt, het is niet echt van jou.

Als je in grote moeilijkheden terecht bent gekomen en ernstig bent beschadigd door de ervaringen die het leven je heeft gebracht, is het belangrijk hulp te zoeken. Toch is het dan tegelijkertijd ook belangrijk om zelf zo goed mogelijk in jouw eigen situatie te blijven staan, en er niet uit weg te vluchten. Als de situatie waarin je terecht bent gekomen heel bedreigend is, bestaat het gevaar dat je je aan iemand vast gaat klampen zoals een drenkeling dat soms doet bij een reddingszwemmer.

Dit maakt het bieden van hulp in moeilijke situaties waarin mensen geen eigen fundament hebben, vaak ingewikkeld. Enerzijds is er dan meestal direct hulp nodig maar tegelijkertijd is het van belang dat de reddingszwemmer niet meegetrokken wordt door de drenkeling. Dit vraagt daarom voorzichtigheid voor degene die hulp wil bieden. Je kunt gemakkelijk worden meegezogen, juist door de houding van de drenkeling, die slechts gericht is op “overleven” en weinig aandacht heeft voor de positie van de reddingszwemmer. Naarmate iemand gevoeliger wordt, is dit een groter probleem. Voor hooggevoelige mensen is dit dus iets om rekening mee te houden.

Veel mensen zoeken steun in de één of andere groep. Dit is volgens Maslow, de bekende gedragswetenschapper, een normale fase in onze ontwikkeling. Toch is het gevaar hiervan dat mensen dan sterk gericht zijn op de normen en waarden binnen de eigen groep, en weinig aandacht (meer) hebben voor mensen met een andere visie. Het gevaar bestaat ook dat iemand de eigen mening ondergeschikt gaat maken aan de mening van de groep, om erbij te mogen horen. Ontwikkeling binnen een groep draagt daardoor vaak bij aan blikvernaauwing.

Als mensen zich meer individueel zouden ontplooien, dan wordt iemand minder gehinderd door de opvattingen van een groep waar je eerder misschien graag bij wilde horen. Het gevaar van blikvernaauwing is dan veel minder aanwezig. Daarom is het naar mijn idee voor de meeste mensen veel beter om zich individueel te ontwikkelen op het spirituele pad en niet in groepsverband.

Zo staat iemand veel vrijer en wordt iemand niet beperkt door de gemeenschappelijke visie en de normen en waarden van de groep waar iemand onderdeel van is. Dit betekent dan wel dat je veel meer *zelf* moet doen, dat wil zeggen *zelf* een eigen mening vormen, *zelf* keuzes maken, etc. Mensen die zichzelf zwak voelen staan vinden het vaak prettig mee te gaan met een groep, omdat ze dan zelf niet meer echt beslissingen hoeven te nemen. Op die manier leer je uiteindelijk niet echt om sterker te worden. Je leert dan niet om jouw eigen innerlijke kracht te ontwikkelen.

Naarmate er een groter gevoel is van basisveiligheid in onze samenleving, is er meer ruimte om je individueel te ontwikkelen en jouw eigen pad te volgen, los van wat anderen doen. Als je innerlijk een grote angst hebt, bestaat er vaak de neiging om bewust of onbewust veiligheid te zoeken in een groep.

Omdat er sinds kort een nieuw tijdperk is begonnen, is er nu veel meer ruimte gekomen om jouw eigen weg te leren ontdekken door je hier bewust mee bezig te houden. Dit betekent dan in praktijk wel dat je allerlei groepsverbanden meer loslaat en je je meer gaat richten op wat jij *zelf* aanvoelt in de diepte van jouw hart, op jouw beste momenten.

Het ontwikkelen van een sterk eigen fundament is volgens mij pas echt goed mogelijk als iemand zich heeft losgemaakt van allerlei groepen waar iemand eerder aan verbonden is geweest. Pas *dan* is er een betere uitgangspositie ontstaan om te leren samenwerken met de Ziel, het hogere Zelf.

Veel mensen hechten overdreven veel waarde aan oude visioenen, oude dromen of uitspraken die ze ooit hebben gehoord van hun gids. Sommige mensen hebben belangrijke keuzes in hun leven enkel en alleen gebaseerd op deze informatie. Met andere woorden in plaats van op hun innerlijke weten te leren vertrouwen werden allerlei helderziende waarnemingen soms de basis voor hun beslissingen. Deze waarnemingen vormden soms hun fundament. Dit is een riskante strategie.

Er zijn globaal twee partijen werkzaam in de fijnstoffelijke wereld. Beide partijen konden zorgen voor visioenen, dromen, etc. De ene partij wilde mensen hiermee proberen te helpen om de lijn te blijven volgen van het innerlijke weten. De andere partij wilde mensen proberen over te halen om het spoor te volgen dat bekend staat als: “Gaat heen en vermenigvuldigt u” en “Pluk de dag”. Beide partijen hadden deze mogelijkheden. Het is daarom niet verstandig om belangrijke beslissingen zoals een nieuwe relatie, een andere baan of een andere woning, enkel en alleen te baseren op helderziende waarnemingen van jezelf of van iemand anders. Het is raadzaam om te onderzoeken of deze visie in overeenstemming is met jouw eigen innerlijke weten en de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Als jij jezelf afhankelijk maakt van allerlei adviseurs, die jou aangeven wat je beter wel en beter niet zou kunnen doen, dan blijf je daar afhankelijk van. Misschien dat deze adviseurs (af en toe) een heldere visie hebben maar dan nog is dit niet iets wat uit jezelf naar voren komt. Je wordt niet sterker als je deze weg blijft volgen, het is beter om op eigen benen te leren staan, ook al vind je dit misschien nog zo moeilijk in het begin.

Het is daarom beter tijd te besteden aan de opbouw van een eigen fundament, ook al zal iedereen daar veel moeite voor moeten doen. Toch maakt deze weg iemand uiteindelijk sterker. Door een eigen fundament op te bouwen, komt iemand veel meer vrij te staan van allerlei adviseurs, die het al dan niet goed met iemand voor hebben.

Dit betekent *zelf* de samenwerking met jouw eigen hogere Zelf bewust opzoeken en proberen daar verder mee te komen, hoe moeilijk je dit in het begin misschien ook zou vinden. Door dit toch te blijven proberen, kom je verder en word je innerlijk sterker, jaar na jaar.

Als je op zoek bent naar snelle oplossingen van problemen waar jij misschien tegenaan loopt, dan botst dat met het leren samenwerken met jouw hogere Zelf. Jouw hogere deel is *niet* gericht op het bieden van snelle oplossingen, zoals veel spirituele goeroes dat voorspiegelen. Jouw hogere deel helpt jou bij het beter leren kennen van jezelf, dat is iets heel anders. Jouw hogere Zelf helpt jou om werkelijk waardevolle lessen te leren, dat is iets anders dan het voor jou oplossen van de moeilijkheden die je om wat voor reden dan ook tegenkomt. Juist door de moeilijkheden die je tegenkomt zorgvuldig te onderzoeken, kun je veel leren. Daar heb je meestal veel meer aan dan een snelle oplossing die door een adviseur buiten jezelf wordt aangedragen, ook al vinden veel mensen zo'n aanbod erg verleidelijk.

In onze samenleving wordt het als gunstig beschouwd als iemand een groot netwerk heeft met heel veel contacten. De schaduwzijde hiervan is dat dit vaak veel sociale verplichtingen met zich meebrengt. Er is dan iedere week wel iemand jarig of zijn er allerlei andere minder belangrijke redenen waarom iemand moet komen opdagen. Daardoor heeft iemand aanzienlijk minder tijd dan wanneer er een veel kleiner netwerk zou zijn. Juist die factor tijd is van groot belang. Tijd is kostbaar. Als iemand een eigen fundament wil opbouwen dan vraagt dat veel tijd. Tijd om alleen te zijn, "niets" te doen en eenvoudig bij jezelf te zijn. Als iemand in een situatie terecht is gekomen waarin de sociale verplichtingen dit proces van het opbouwen van een eigen fundament in de weg staan, dan is dat een belemmering vanuit het standpunt van spirituele ontwikkeling beschouwd.

Veel mensen hebben nooit geleerd om *alleen* te zijn, te genieten van de stilte en zorgvuldig te werken aan hun spirituele ontwikkeling. Onze maatschappij is hier over het algemeen niet op ingesteld. Er zijn andere dingen die als veel belangrijker worden ervaren zoals het halen van een zoveelste deadline, prestaties op het gebied van werk, sport of hobby, het onderhouden van een groot sociaal netwerk, het krijgen van kinderen, etc. Er is in onze samenleving nog maar weinig begrip voor de noodzaak om een eigen fundament op te bouwen, dat los staat van wat andere mensen ergens van vinden. Mensen die in deze periode toch willen werken aan de opbouw van een eigen fundament, gaan daarmee tegen deze hoofdstroom in. Ze kunnen vaak moeilijk tegen anderen zeggen dat ze tijd nodig hebben om aan hun fundament te werken, omdat andere mensen hen dan vaak niet zullen begrijpen. Er is dus moed nodig om hier toch aan te beginnen.

Het opbouwen van een goed fundament vraagt dat je bewust afstand neemt van dingen die daar niet (meer) bij horen. Het opbouwen van een goed fundament vraagt dat je bewust keuzes maakt in wat voor jou werkelijk van waarde is en wat niet.

\*\*\*

## Je overtuigingen

Als mens in incarnatie doe je in eerste instantie heel veel ervaringen op. Uit al die ervaringen trek je conclusies. Soms gebeurt dat bewust, soms onbewust. Soms zijn deze conclusies in overeenstemming met jouw innerlijke weten, soms botsen deze conclusies met dit innerlijke kompas.

Uit de ervaringen van het leven van alledag trek je conclusies. Zo'n conclusie zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat je het belangrijk vindt om veel geld te hebben. Zo'n conclusie is een overtuiging, het is een uitgangspunt geworden bij de keuzes die je bewust of onbewust maakt. Zo'n overtuiging is bepalend voor jouw normen en waarden in het leven van alledag. Iemand met *deze* overtuiging zal proberen *dit* voor elkaar te krijgen.

Zo'n overtuiging kan in overeenstemming zijn met wat je innerlijk aanvoelt in de diepte van het hart op jouw beste momenten. Je krijgt dan de gevoelsmatige bevestiging dat jouw overtuiging juist is. Er zal dan weinig behoefte zijn om andere mensen van jouw gelijk te overtuigen. Je weet dan eenvoudig dat je op het goede spoor zit. Dit geeft innerlijk een grote rust en zekerheid, zelfs als het niet gemakkelijk is om dat spoor daadwerkelijk te volgen in het leven van alle dag.

Een overtuiging kan ook botsen met het innerlijke weten, het Geweten. Op je beste momenten ervaar je dan een bepaalde onrust diep vanbinnen. Ergens voel je dan dat er iets niet klopt aan jouw manier van denken. Je weet dan dat de manier waarop je dit thema nu ziet, niet het hele verhaal is. Er is dan een conflict tussen het hart en het hoofd. Het hoofd is de plaats waar de overtuiging zijn plaats heeft ingenomen. Het hart is de plaats waar je op jouw beste momenten aan kunt voelen dat het misschien toch iets anders in elkaar zit dan waar je nu van uit gaat. Er is dan innerlijk onzekerheid. Je weet dan ergens diep vanbinnen dat jouw uitgangspunten niet juist zijn. Je weet dan dat zo'n situatie verder onderzoek nodig heeft om het hoofd en het hart op één lijn te brengen.

Stel dat iemand ooit tot de conclusie is gekomen dat het leven op Aarde eigenlijk heel vervelend is en dat één van de weinige dingen die nog echt de moeite waard zijn seksualiteit is, omdat je daar een prettig gevoel van krijgt, al is het maar tijdelijk. Dit is dan een overtuiging die diep in jezelf verankerd zal zijn. Vanuit zo'n overtuiging zul je dan activiteiten op het gebied van seksualiteit bewust of onbewust opzoeken. Iemand met andere overtuigingen zou daarin andere keuzes maken.

Zo'n dieperliggende overtuiging neem je mee van het ene leven naar het andere. Als je ooit in een leven tot een belangrijke conclusie bent gekomen, dan verandert dit niet zomaar weer als je aan een volgend leven bent begonnen.

***Je begint niet blanco aan een nieuw leven,  
net zoals je ook niet blanco begint aan een nieuwe dag.***

Overtuigingen vormen een deel van jouw fundament. Het zijn jouw uitgangspunten. Het zijn de waarheden in jouw leven, die voor iemand anders weer heel anders kunnen zijn. Het zijn de conclusies die je uit je ervaringen hebt getrokken. Iemand anders die dezelfde ervaringen heeft opgedaan, zou misschien op hele andere conclusies uitkomen.

Een inbreker die gepakt wordt door de politie bijvoorbeeld, zou tot de conclusie kunnen komen dat hij de volgende keer beter zijn best moet doen. Misschien dat hij voortaan een handlanger gaat inschakelen of zijn manier van werken gaat veranderen. Een andere inbreker zou in dezelfde situatie tot de conclusie kunnen komen dat hij beter niet kan gaan inbreken. Hoewel beide inbrekers dus dezelfde ervaring hebben, kunnen hun conclusies heel verschillend zijn!

Deze conclusies, deze overtuigingen, neem je mee naar een volgend leven. In een volgend leven weet je meestal niet meer hoe je aan zo'n overtuiging bent gekomen maar het is dan wel een uitgangspunt geworden waarop je jouw leven bewust of onbewust gaat bouwen.

Veel mensen hebben in voorgaande levens ellendige ervaringen opgedaan, waaruit ze de conclusie hebben getrokken dat het goede in de mens niet echt bestaat. Velen zijn tot de conclusie gekomen dat het leven in feite zinloos is en dat je maar beter kunt proberen er het beste van te maken door zo veel mogelijk te genieten van de dingen die je nog een klein beetje een prettig gevoel geven, omdat er eenvoudig niet meer in zit dan dat.

Zo'n dieperliggende overtuiging is niet zo gemakkelijk te veranderen. Als dit een conclusie is die gesmeed is in tientallen incarnaties en steeds opnieuw is bevestigd, dan is er heel veel voor nodig voordat je op een punt uitkomt dat je innerlijk aanvoelt dat het misschien toch anders kan zijn.

Als je veel ervaringen hebt gekregen met situaties waarin je er uiteindelijk alleen voor stond en je vrienden je om wat voor reden dan ook in de steek lieten of je niet konden helpen op beslissende momenten, dan is het niet verwonderlijk dat je dan uiteindelijk weinig vertrouwen meer hebt in vriendschap of in het goede in de mensen in het algemeen. In zo'n situatie is het belangrijk dat er eerst betere ervaringen worden opgedaan. Als die goede ervaringen er eenmaal zijn, heb je een goede uitgangspositie gekregen om je overtuigingen opnieuw te onderzoeken. Zonder eerst betere ervaringen op te doen, is het veel moeilijker om jouw overtuigingen te veranderen.

Veel mensen zijn in de loop van het evolutieproces beschadigd geraakt. In veel situaties was het zwarte schijnbaar oppermachtig. Steeds opnieuw was het net alsof het leven van alledag uiteindelijk volkomen zinloos was. Het was net alsof je niet echt veel verder kwam in de loop van de tijd. Alsof het leerproces *zelf* zinloos was en er geen zicht was op verbetering. Het is daarom heel belangrijk dat er ruimte komt om betere ervaringen op te doen, waarin je merkt dat er verbetering mogelijk is in jouw eigen spirituele leerproces en waarin je merkt dat je kunt leren vertrouwen op jouw eigen innerlijke kompas. Mensen die zich willen inzetten om een betere wereld op te bouwen zouden elkaar kunnen helpen die betere ervaringen mogelijk te maken waar veel mensen zo naar verlangen.

Er is veel tijd nodig om te leren afstemmen op jouw eigen dieperliggende spirituele kompas en je overtuigingen zorgvuldig te onderzoeken. Waar zijn jouw overtuigingen in overeenstemming met wat je diep in jouw hart aanvoelt als Waarheid en waar is er een conflict? Daar waar er een conflict is tussen hart en hoofd is meer onderzoek nodig. Er is veel tijd nodig om hier mee bezig te zijn.

Soms helpt het om hier met iemand over te praten, ook al moet je dit uiteindelijk helemaal zelf doen. Het is immers jouw individuele leerproces. Er is daarom een eigen verantwoordelijkheid om je hier *zelf* mee bezig te houden en geen dingen over te nemen van anderen, zonder dat je dit grondig hebt onderzocht. Er is bovendien Vrijheid nodig om ergens een mening over te vormen.

Alle overtuigingen zijn een deel van jouw fundament. Het bepaalt de manier waarop je in het leven staat. Het is daarom belangrijk om hier voldoende aandacht aan te besteden. Door Zelfkennis kun je deze achterliggende overtuigingen opsporen en eventueel aanpassen als jij dat beter vindt. Als je op deze manier in het leven staat, werk je actief mee aan jouw eigen leerproces.

Door ervaring op te doen met het bewust werken aan jouw eigen ontwikkeling, krijg je steeds meer zicht op jouw eigen situatie en leer je jezelf steeds beter kennen. Daardoor kun je steeds betere beslissingen nemen, dat wil zeggen beslissingen die beter aansluiten bij jouw innerlijke weten. Zo kan de overtuiging sterker worden dat het zin heeft om aandacht te besteden aan jouw eigen leerproces. Zo kun je ervaren dat dit leerproces zelfs de belangrijkste reden is voor ons bestaan.

## Oordelen

Veel mensen gaan uit van het Bijbelse gezegde: “Oordeelt niet, opdat gij niet geoordeeld wordt”. Sommige mensen gaan er zelfs van uit dat er niet echt zoiets bestaat als goed en kwaad maar dat het idee van iets kwaads slechts een creatie is van het brein. De gedachte hierachter is dan vaak dat alles voortkomt uit één bron en dat er daardoor alleen maar eenheid zou kunnen zijn. Ik zie dit anders en omdat dit volgens mij een kernpunt is van ons leerproces, wil ik hier iets over schrijven.

***Wij zijn in incarnatie om ervaringen op te doen en daar iets van te vinden.  
Dat is de kern van ons leerproces.***

Juist door een mening te vormen over de dingen die we tegenkomen, kunnen we onszelf ontwikkelen. Een mening ergens over vormen wil zeggen *zelf* iets onderzoeken en daar conclusies uit trekken. Naarmate we bewust oefenen met het onderzoeken van iets en het vormen van een mening ergens over, kan ons oordeel steeds beter worden in de loop van de jaren.

Steeds beter leren oordelen betekent ook dat je voor jezelf nagaat in hoeverre jouw mening in overeenstemming is met jouw innerlijke weten. Als iets in overeenstemming is met dit innerlijke kompas, dan zou je dit als goed kunnen beschouwen. Als iets botst met het innerlijke weten, het Geweten, dan zou je dit als onjuist kunnen beschouwen.

Ook al komen alle mensen voort uit dezelfde bron, dan nog zijn wij vrij om keuzes te maken wanneer wij in incarnatie zijn. We kunnen handelen in overeenstemming met ons Geweten of dat niet doen, en handelen tegen beter weten in. Door te handelen tegen beter weten in, zal er vaak schade ontstaan voor onszelf of anderen. Ook al hebben alle mensen dezelfde oorsprong, dan nog kan de ene mens het de andere soms heel moeilijk maken. Soms wil de ene mens de andere pijn doen of op een andere manier beschadigen of zelfs dood maken, om welke reden dan ook. De talloze wreedheden in vele oorlogen maken duidelijk waartoe mensen in staat zijn. Het feit dat er een gezamenlijke oorsprong is, wil niet zeggen dat de ene mens de andere mens dan geen kwaad meer zou kunnen doen. De éénheid en de verbondenheid is er weliswaar ooit geweest, maar eenmaal in het incarnatieproces, is deze eenheid vaak ver weg, zowel letterlijk als figuurlijk.

Naarmate je bewust *oefent* met het vormen van een eigen mening (en daardoor met oordelen), kan dit zich ontwikkelen. Naarmate je leert om beter af te stemmen op jouw innerlijke weten, jouw Geweten, ontstaat er een betere mening over de dingen die je onderzoekt. Dit Geweten is de beste maatstaf om te oordelen over wat goed is en wat niet.

Oordelen over wat je *zelf* in werking hebt gezet, is ook een oordeel. Dit wordt vaak de weg van Zelfkennis genoemd. Zoals je jouw eigen motieven onderzoekt, zo zou je ook naar anderen kunnen kijken als je het gevoel hebt dat dit in een specifieke situatie zinvol zou kunnen zijn.

Door bewust onderscheid te maken tussen wat jij beschouwt als goed en niet goed, kun je jouw eigen onderscheidingsvermogen ontwikkelen. Daardoor kun je steeds betere keuzes maken, dat wil zeggen keuzes die steeds meer in overeenstemming zijn met jouw innerlijke weten, het Geweten. Als iemand die weg volgt, dan rijpt er in de loop van de tijd vanzelf zoiets als Wijsheid.

Als mensen niet willen oordelen en geen mening willen vormen, dan ontstaat er een passieve houding. Ontkenning, gedogen en negeren van het Geweten liggen dan op de loer. Je schakelt jezelf dan uit en deint mee op de stroom van ervaringen, zonder daarvan te leren.

***Als mensen geen onderscheid meer willen maken tussen wat goed is en wat niet,  
stagneert hun ontwikkelingsproces.  
Je bent dan een robot geworden, een automaat.***

Oordelen hoeft niet te betekenen dat iemand zich dan heel veel met anderen bezig zou moeten houden. Als iemand gewend is af te stemmen op het eigen innerlijke weten in het hartcentrum, dan kan er vaak vrij snel worden aanvoeld wat er zich afspeelt in een situatie.

Oordelen betekent ook niet dat er dan voortdurend kritiek zou moeten worden geuit. Oordelen in de betekenis van een situatie onderzoeken, kun je in stilte doen. De uitkomst van zo'n analyse kun je voor jezelf houden of delen met anderen als dat volgens jou beter is. Op basis van een zorgvuldig oordeel kun je voor jezelf bepalen hoe je verder wil gaan in zo'n situatie. Een weloverwogen mening, oordeel, kan dus helpen om de juiste weg te vinden en de dingen te doen die nodig zijn.

Oordelen kan ook betekenen dat iemand iets moois herkent, wat in overeenstemming is met het innerlijke weten. Zo kunnen waardevolle dingen in onze samenleving beter worden herkend.

***Er is een direct verband tussen juist oordelen en het herkennen van de Waarheid.***

Als er niet meer zou worden geoordeeld in onze samenleving en alles zou worden gedoogd, onder het motto dat we elkaar vrij moeten laten en allemaal afkomstig zijn uit één gezamenlijke bron, dan zou er een akelige wereld ontstaan. Als er geen rechtssysteem meer is waarin we gezamenlijk afspraken maken over wat we in onze samenleving acceptabel vinden en wat niet, dan ontstaat er een leeromgeving die ongeschikt is om onszelf te ontwikkelen in de richting van het innerlijke weten. Er is dan weinig bescherming meer van de zwakkeren en geen rem meer voor degenen die de macht hebben. We kunnen dus niet zonder een goed rechtssysteem, dat voortdurend oordeelt.

“Oordeelt niet, opdat gij niet geoordeeld wordt” is een uitvloeisel van de christelijke leer, waarin het oordeel moest worden overgelaten aan anderen. De directe vertegenwoordigers van Christus (de leiders van de kerken) mochten bepalen wat goed was en wat niet. De anderen werden geacht deze beslissingen te aanvaarden en zich hieraan te onderwerpen. Zo is het eeuwenlang gegaan. De kerk predikte dat gewone mensen niet moesten oordelen en gaf zelf aan wat anderen ergens van moesten vinden. Met andere woorden de kerk vond dat ze zelf wel in staat was om zuiver te oordelen maar de gewone man en vrouw niet. Dit is één van de manieren waarop mensen passief werden gemaakt en werden onderworpen aan het gezag van een autoriteit. Dit botst met het principe van de vrije individuele ontwikkeling. Iemand die de lijn volgt van het innerlijke kompas zal zelf een eigen mening willen vormen en zal aanvoelen wanneer iets in overeenstemming is met het Geweten en wanneer iets botst met dit innerlijke weten.

***Het zou mooi zijn wanneer de kerk mensen vrij zou laten om zelf ergens een mening over te vormen.***

Wanneer iemand de weg volgt van Zelfkennis en het innerlijke weten, dan zal er in de loop van de tijd ook steeds meer begrip ontstaan voor de keuzes die anderen maken. Zo kan iemand dan tegelijkertijd zien wat er gebeurt en toch begrip hebben wanneer iemand tegen beter weten in handelt en daardoor zichzelf of een ander schade berokkent. Met andere woorden er wordt geoordeeld terwijl er tegelijkertijd ook begrip is voor degene die handelt tegen beter weten in. Zo kan er mededogen ontstaan in schrijnende situaties.

“**Het zal wel zo moeten zijn**” is een uitspraak die soms wordt gedaan als mensen het idee hebben dat er van boven af wordt bijgestuurd in een situatie. Vaak gaan mensen er dan van uit dat dit bijsturen een positieve achtergrond heeft. Met andere woorden er wordt dan geoordeeld dat dit bijsturen goed is. Ik zie dit anders. Als de goden iets bijsturen in ons leven zodanig dat het ons opvalt omdat het wel heel toevallig is, dan kan dat zowel goed als niet goed zijn. De goden hebben zo hun eigen afwegingen om dingen in werking te zetten. Omdat lang niet alle goden het goed vóór hebben met de mensheid, kun je er niet zonder meer van uit gaan dat het goed is wat de goden bijsturen in onze levens. Waakzaamheid blijft dus raadzaam.

Sommige mensen ontkennen hardnekkig het bestaan van het kwade in de wereld. Zij beschouwen alles als onderdeel van één geheel en willen het kwade niet zien als iets wat niet goed zou zijn. Soms gaan mensen er zelfs van uit dat het niet willen oordelen een teken is van geestelijke groei. Men gaat er dan van uit dat als een mens werkelijk vorderingen heeft gemaakt op de weg van spirituele ontwikkeling, het oordelen vanzelf ophoudt. Dit is een grote vergissing!

Het is een illusie te geloven in een hoge plaats waar niet wordt geoordeeld over wat mensen doen. Overall in ons zonnestelsel wordt geoordeeld. De goden waken over de wetten en de regels in ons evolutieproces. Zij observeren de mensheid continu en passen de wetten van karma toe. Zo is onze leeromgeving ingericht. Met andere woorden de goden zelf oordelen voortdurend over de mensheid. Zij nemen beslissingen op basis van hun oordeel en bepalen hoe het verder zal gaan met iemand in volgende levens.

Ons zonnestelsel wordt gekenmerkt door het getal twee. Juist door de confrontatie met de tegenstellingen (yin en yang) kunnen wij veel leren. Het is daarom onvermijdelijk dat iedereen regelmatig wordt geconfronteerd met kwaad. Dit is onderdeel van de ervaringenreeks die je opdoet. Dit kwaad kan ontstaan door mensen die handelen vanuit onwetendheid maar het kwaad kan ook bewust in werking worden gezet door vanuit slechte motieven anderen of jezelf schade toe te brengen. Slechte motieven zijn motieven die botsen met het innerlijke weten, het Geweten. Het ontkennen van het kwaad, stuurt jouw leerproces in de war.

Sommige mensen geloven dat de dualiteit slechts verbonden is met het aardse, en dat daarboven slechts éénheid bestaat. Men gaat er dan van uit dat de goden in hechte harmonie leven. Dat is een grote illusie. De goden vechten al heel lang een intense onderlinge strijd uit waar de mensheid direct bij is betrokken. Veel mythologische verhalen over goden beschrijven deze zware strijd. De goden zijn het dus volstrekt niet met elkaar eens en leven *niet* met elkaar in harmonie. Zoals mensen een leerproces krijgen aangeboden binnen ons zonnestelsel, zo krijgen ook de goden een leerproces aangeboden. Zoals mensen het onderscheid moeten leren maken tussen goed en kwaad, zo moeten goden op hun eigen hoge plaatsen dat ook leren.

Dualiteit is een kenmerk van ons hele zonnestelsel. Er zijn binnen ons zonnestelsel geen plekje waar geen dualiteit is. Het is daarom voor ons als mensen niet mogelijk de dualiteit te ontstijgen. Zolang wij als mens onderdeel zijn van het incarnatieproces, hebben wij te maken met deze dualiteit. Degenen die geloven dat ze boven deze dualiteit uit zouden kunnen stijgen, geloven in een illusie. Een prettige illusie misschien maar uiteindelijk toch niets meer dan een luchtballon, waarin iemand tijdelijk heeft geprobeerd een veilig en aangenaam verblijf te vinden.

***Niet oordelen zou betekenen dat het er niet toe doet wat iemand in werking zet.***

Het zou betekenen dat alles goed is zoals het is. We zouden dan geen verantwoordelijkheid meer hoeven te dragen voor wat we zelf in werking zetten. Het principe van oorzaak en gevolg zou daarmee worden ontkend. Juist dit mechanisme van oorzaak en gevolg, is een fundament van ons leerproces. Het is daarom een illusie te denken dat het beter zou zijn om niet te oordelen. Juist dit oordelen is de reden waarom we in incarnatie zijn. Niet willen oordelen botst met het innerlijke kompas, het innerlijke weten, het Geweten.

Als iemand wil meehelpen met het verbeteren van onze wereld, is het noodzakelijk eerst een goede visie te ontwikkelen. Leren steeds beter te oordelen, kan helpen om die betere visie te ontwikkelen.

***Het steeds zuiverder leren oordelen,  
kan meehelpen om de wereld te verbeteren.***

## Spiritualiteit als hobby

Er zijn talloze mensen die een druk leven hebben en daarnaast spiritualiteit als hun hobby hebben gekozen. Soms wordt er dan na een drukke dag even tijd besteed aan bijvoorbeeld het lezen van een spiritueel blad. Zo kun je in aanraking komen met allerlei interessante thema's zoals aura's, gidsen en hooggevoeligheid maar zo'n eerste kennismaking is vaak heel iets anders dan diepgaande spirituele ontwikkeling. Voor iemand die serieus werk maakt van bewustzijnsontwikkeling is dit geen hobby (meer), maar is dit iets wat alle aspecten van het dagelijkse leven raakt.

***Bewustzijnsontwikkeling heeft te maken met keuzes die je in het gewone dagelijkse leven maakt.***

Als iemand jou vraagt of je nog koffie wil, dan zou je kunnen overwegen om maar “ja” te zeggen omdat de gastheer of gastvrouw het misschien erg onbeleefd zou kunnen vinden wanneer jij “nee” zou zeggen. Misschien had je eigenlijk helemaal geen trek in een (zoveelste) kop koffie maar vanwege de mogelijke reacties van jouw gastheer of gastvrouw, kies je er misschien voor om toch maar gewoon mee te gaan in wat er van jou wordt verwacht.

Stel dat jij net hebt gegeten en je gaat daarna snel naar een verjaardagsfeestje, dan is het misschien erg onbeleefd om een stuk gebak te weigeren, dat speciaal voor deze gelegenheid door de gastheer of gastvrouw is gemaakt in de eigen keuken.

Ondertussen is er het innerlijke kompas dat misschien aangeeft dat je de zoveelste kop koffie beter niet zou kunnen opdrinken en beter zou kunnen bedanken voor het gebak.

Als je dit soort situaties ziet als een *leermoment* waarin je bewust een keuze maakt, dan ben je op de weg van bewustzijnsontwikkeling gekomen. Zolang je in de loop van de dag min of meer automatisch doet wat er van jou verwacht wordt, en je misschien aan het eind van de week een paar uurtjes vrij maakt voor jouw spirituele hobby, dan is dit niet genoeg om je veel bewuster te worden van de manier waarop jij in het leven staat.

Bewustzijnsontwikkeling zou zich moeten manifesteren in *alles* wat je in het leven van alledag tegenkomt. Het is van toepassing op allerlei keuzes die je maakt op bijvoorbeeld het gebied van seksualiteit, eten en drinken, kleding en allerlei omgangsvormen. Zolang je bij het maken van keuzes op deze gebieden meegaat met de stroom van verwachtingen van anderen, en misschien af en toe leest in spirituele tijdschriften bij een brandend geurkaarsje, dan zal dit niet veel helpen om belangrijke vorderingen te maken op de weg van samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

In alle eenvoud komt het erop neer dat als iemand jou vraagt of je nog koffie wil, je het beste “ja” kunt zeggen als jij innerlijk voelt dat dit goed is om te doen, en je het beste “nee” kunt zeggen als je innerlijk voelt dat je dit beter niet kunt doen. Als je hier *bewust* mee omgaat, kun je dit beschouwen als onderdeel van jouw eigen spirituele ontwikkeling.

Ditzelfde principe speelt natuurlijk ook op het gebied van seksualiteit. Als iemand jou vraagt of je zin hebt in seks en je hebt hier eigenlijk helemaal geen zin in of je voelt dat het beter is om hier niet in mee te gaan, dan kun je het beste “nee” zeggen. Zo eenvoudig is het.

Massage kan bijdragen aan het opdoen van betere ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact. Hierdoor kun je je veiliger voelen, met als gevolg dat je een betere verbinding krijgt met jouw lichaam. Jouw Ziel, jouw hogere Zelf, kan jou daardoor beter bereiken. Massage kan daarom een belangrijk onderdeel zijn van spirituele ontwikkelingsprocessen.

Veel mensen die naar hun eigen idee op het spirituele pad zijn, kiezen feitelijk vooral voor een vlucht uit onze maatschappij, waar men om allerlei redenen veel kritiek op heeft. Onze samenleving is verre van volmaakt maar het gaat niet helpen als jij je in een soort van spirituele bubbel gaat terugtrekken. Als het leven van alle dag bedreigend is geworden en je daar eigenlijk liever niets meer mee te maken wil hebben, dan kan het zijn dat je wil vluchten in het spirituele. Maar zo'n vlucht vanuit angst en kritiek brengt de samenwerking met jouw hogere Zelf niet dichterbij. De samenwerking met het hogere Zelf komt pas goed op gang wanneer iemand vanuit Genegenheid iets wil doen voor een medemens. Dat is een heel andere weg dan een vlucht uit de realiteit.

Sommige mensen zien de Ziel als een soort van vaderfiguur, die er altijd wel voor hen zal zijn als het moeilijk wordt. Vaak gaan mensen uit van het principe van onvoorwaardelijke Liefde (Genegenheid) vanuit de Ziel voor hen als ikje in incarnatie. Dit heeft veel overeenkomst met een god die zorgt voor zijn volk. Het is een wensgedachte. Het is een soort van hoop in bange dagen.

***Er bestaat niet zoiets als onvoorwaardelijke Liefde (Genegenheid).  
Er is slechts oorzaak en gevolg.***

Onvoorwaardelijke Liefde (Genegenheid) is een illusie. Een prettige illusie misschien maar toch een illusie. Als jij mooie dingen in werking zet, dan zal er reactie komen vanuit jouw Ziel. Als jij voortdurend handelt tegen beter weten in, dan kan jouw Ziel minder doen om jou verder te helpen.

Als jij je gaat vastklampen aan jouw Ziel, en haar ziet als een soort van probleemoplosser voor jou, dan kan zij niet veel anders doen dan proberen duidelijk te maken dat het zo niet werkt. Als jij jouw hogere Zelf beschouwt als iemand die vooral *jouw* belangen moet behartigen, dan is er een groot onbegrip over de rol van de Ziel. Die zal dan meer afstand nemen omdat jij zelf verdere samenwerking belemmert, door een verkeerde houding. Het ikje, de persoonlijkheid, zal dan eerst een andere houding moeten aannemen voordat er verdere samenwerking mogelijk wordt.

Er zijn veel mensen die beweren samen te werken met hun Ziel, hun hogere Zelf, of met spirituele begeleiders. De vraag is of zij kunnen waarmaken wat zij beweren. Is er Wijsheid te herkennen in hun handelen en hun woorden? Is er Genegenheid te voelen wanneer je dicht bij zo iemand in de buurt bent? Als er niet echt sprake is van Wijsheid of Genegenheid, dan is er waarschijnlijk ook niet echt sprake van samenwerking met het hogere Zelf. Op die manier kun je dit herkennen.

Regelmatig wordt er door zoekers op het spirituele pad geprobeerd bewuste contacten te leggen met spirituele begeleiders uit de fijnstoffelijke werelden. Soms gebeurt dit vanuit onwetendheid en onervarenheid. Soms willen mensen op die manier adviezen proberen te krijgen bij belangrijke keuzes. Het gevaar hiervan is dat je dan niet meer *zelf* jouw keuzes maakt, maar dat feitelijk over laat aan jouw adviseur. Het is *niet* de rol van jouw spirituele begeleider om keuzes voor jou te maken. Iemand die het goed met jou vóór heeft, zal jou daarom vrijlaten en jou niet voorschrijven wat jij zou moeten doen. Als je hier niet tevreden mee bent en toch per sé een advies wil hebben vanuit de fijnstoffelijke wereld, dan is het gevaar groot dat je in aanraking komt met de verkeerde krachten, juist vanwege jouw eigen motivatie. Je trekt dan de verkeerde krachten aan, die precies datgene invullen wat jij graag wil horen. Het zou daarom beter zijn dit soort contacten niet op te zoeken en jouw eigen spirituele begeleiding gewoon hun bijdrage te laten geven, zonder hen voor jouw karretje te willen spannen. Hetzelfde kan worden gezegd over een bezoek aan een paragnost.

Het zou beter zijn om je eigen verantwoordelijkheid zo veel mogelijk op je te nemen en jouw eigen innerlijke kracht zo veel mogelijk te ontwikkelen door steeds bewuster *keuzes* te maken. Dat is waar je verder mee komt. *Dat* is spirituele ontwikkeling, *dat* is bewustzijnsontwikkeling.

## Twée sporen

Een belangrijk uitgangspunt in het spirituele leerproces is het maken van een *bewuste* keuze uit verschillende mogelijkheden.

Zolang mensen automatisch iets doen, zonder te beseffen *wat* zij doen en *waarom* zij juist *dat* doen, wordt er weinig geleerd. Wanneer het steeds beter tot je doordringt dat je voortdurend voor *keuzes* staat, kan er een begin worden gemaakt met het *bewust* keuzes maken en het op je nemen van jouw eigen verantwoordelijkheid hierin. Dan komt het leerproces in een versnelling.

Het ikje, het ego, heeft vaak zo z'n eigen redenen om iets wel of niet te doen. Vaak zijn je motieven gemengd wanneer dit onder een vergrootglas zou worden gelegd. In het beste geval ben je je bewust van een ander spoor dan dat van het ikje, een spoor dat tegelijkertijd ook aanwezig is, al is het misschien heel subtiel ergens op de achtergrond. Je moet er misschien veel moeite voor doen om je daarop af te stemmen en daarnaar te luisteren, maar het is er wel, altijd en overal.

### *Het innerlijke weten, het Geweten, is het subtiële spoor op de achtergrond.*

Het spoor van het innerlijke weten is niet luidruchtig maar kalm, het is heel verfijnd. Er is oefening nodig om dit spoor goed te leren aanvoelen. Toch is dit spoor er in alle belangrijke situaties. Je hebt steeds de keuze om dit spoor te volgen of dit innerlijke weten te negeren en het spoor van jouw ego te volgen. De meeste mensen zijn hier niet zo bewust mee bezig en negeren dit innerlijke kompas. Daardoor handelen ze vaak tegen beter weten in, waardoor meestal schade ontstaat op de één of andere manier.

Naarmate je meer ruimte maakt in jouw eigen gedachtewereld, kun je beter opvangen wat er wordt aangegeven op het spoor van het innerlijke weten. Ruimte maken kun je leren, meditatie bijvoorbeeld kan helpen om meer ruimte te maken in jouw gedachtewereld.

Als je gaat afstemmen in het spirituele hartcentrum, kun je verschillende stromingen tegenkomen. Niet alles wat je in het hart kunt waarnemen is afkomstig uit hogere bronnen. In het hart kunnen ook allerlei energieën aanwezig zijn die te maken hebben met persoonlijkheidsreacties. Zo kan er bijvoorbeeld onvrede, hebzucht, boosheid of zelfs haat aanwezig zijn in het hart. Dit zijn geen energieën uit hogere bronnen maar meestal slechts aspecten van jouw eigen persoonlijkheid.

### *Als iets uit het hart komt, wil dit niet automatisch zeggen dat het “goed” is, dat wil zeggen in overeenstemming met jouw innerlijke weten.*

Toch is het spirituele hartcentrum de meest geschikte plaats om de instroom vanuit het hogere deel van jezelf te ontvangen. De Ziel, het hogere Zelf, of hoe je het ook wil noemen, kun je het beste waarnemen in de diepte van het hartcentrum.

Naarmate je meer ruimte hebt gemaakt in jouw hartcentrum, kun je die instroom vanuit de Ziel beter opvangen. Om meer ruimte te maken in het hart is het nodig onverwerkte ervaringen alsnog zo goed mogelijk te verwerken. Als je rond blijft lopen met allerlei onverwerkte traumatische ervaringen uit het verleden, is het heel moeilijk om goed aan te voelen wat er in het hart leeft. Het hart zit dan vol. Daardoor kun je de signalen vanuit jouw eigen hogere deel, jouw hogere Zelf, minder goed ontvangen. In zo'n situatie is het belangrijk eerst meer ruimte te maken in het hart.

### *Verwerken van traumatische ervaringen doe je door hier mee bezig te zijn, zolang dat nodig is.*

Door hier mee bezig te zijn, kunnen oude traumatische ervaringen “uitdoven” en kan er meer ruimte worden gemaakt. Dit is vaak akelig en pijnlijk maar je krijgt er veel voor terug. Als je de moed hebt om hieraan te werken, krijg je meer ruimte voor bewustere samenwerking met de Ziel, jouw hogere Zelf. Na verloop van tijd kun je het gevoel krijgen dat iets voldoende is verwerkt en je dit los kunt laten. Als je voldoende tijd hebt besteed aan verwerkingsprocessen, krijg je meer ruimte in jouw hartcentrum om de subtiële signalen vanuit het innerlijke weten op te vangen.

Door iets weg te stoppen en er niet meer mee bezig te willen zijn, terwijl het je in de diepte wel blokkeert, stagneert je spirituele leerproces. Je kunt dan de signalen vanuit jouw eigen hogere deel minder goed waarnemen. Hierdoor kun je minder goed de juiste beslissingen nemen, dat wil zeggen hierdoor is het moeilijker om beslissingen te nemen die aansluiten bij jouw innerlijke weten.

Soms voelen mensen een impuls waarvan ze niet precies weten waar die vandaan komt, en volgen zo’n impuls dan toch maar, te goeder trouw. Ze nemen aan dat zo’n impuls altijd bij de Ziel of bij de spirituele begeleiding vandaan komt. Met andere woorden zo’n impuls krijgt het label “goed” maar dat is te gemakkelijk gedacht. Naast jouw spirituele begeleiding en jouw hogere Zelf, bestaat er ook een tegenwerkende kracht (de donkere kant) die evengoed in staat is om impulsen te geven. Het is daarom belangrijk om voortdurend waakzaam te zijn en bij iedere impuls eerst zorgvuldig te onderzoeken of dit in overeenstemming is met jouw eigen innerlijke weten.

***Impulsen zijn niet altijd in overeenstemming met het innerlijke weten.***

Dit principe heeft veel overeenkomsten met het ontvangen van informatie vanuit fijnstoffelijke spirituele bronnen. Dit kan waardevolle informatie zijn, afkomstig van jouw eigen begeleiding, maar het kan ook misleidende informatie zijn, afkomstig van allerlei andere krachten die aanwezig zijn in de fijnstoffelijke werelden, de donkere kant. Dit vraagt dus grote voorzichtigheid en een voortdurende waakzaamheid, met name wanneer je sterk ontvankelijk bent voor het ontvangen van informatie en impulsen.

Als je ruimte wil maken in jouw hartcentrum, is er vaak veel tijd nodig om hier diepgaand mee bezig te zijn. Tijd om *alleen* te zijn, zorgvuldig te onderzoeken wat er leeft in jouw hart, en bewust te reageren op de dingen die je daar tegen komt, zonder dit weg te stoppen of daarvoor weg te lopen en net te doen alsof je dit niet in de gaten hebt.

Meestal is dit iets wat je het beste helemaal alleen kunt doen maar soms helpt het om daar met iemand over te praten die je hierin vertrouwt. Toch blijft bewustzijnsontwikkeling iets wat je in principe het best *alleen* kunt doen. Andere mensen kunnen jou hierin misschien voor een kortere of een langere periode helpen, maar in de kern is het een individueel ontwikkelingsproces, in hechte samenwerking met jouw eigen hogere deel, jouw Ziel.

Het bewust waarnemen van de twee verschillende sporen brengt je in een leersituatie. Juist in zo’n situatie merk je dat je een *keuze* hebt. Je kunt *kiezen* voor het spoor van de persoonlijkheid, het ego, het ikje, en je kunt ook *kiezen* voor het spoor van het innerlijke weten. In zo’n situatie kun je veel leren.

***Het ontwikkelen van Genegenheid en Wijsheid is niet gemakkelijk,  
het herkennen van de twee sporen is slechts het begin van de weg daar naartoe.***

\*\*\*

## Mensen helpen

Het helpen van anderen schijnt voor veel mensen een soort van ingebouwde neiging te zijn. Toch kunnen de motieven en de uitgangspunten van de “helpers” sterk verschillen. Het helpen van mensen kan in overeenstemming zijn met het innerlijke weten, het Geweten. Het helpen van anderen kan ook een soort van vlucht zijn waar je misschien vooral zelf een prettig gevoel aan overhoudt. Er zijn bovendien mensen die door hun eigen houding niet echt open staan voor hulp die wordt aangeboden bij hun spirituele leerproces.

Veel mensen proberen af en toe iets aardigs te doen voor anderen. Ze doen vrijwilligerswerk, ze helpen een familielid met verhuizen, etc. Meestal geeft hun dat een goed gevoel. Het helpt hen bovendien om aardig gevonden te worden door hun medemensen. Het geeft hun een bepaalde positie en reputatie binnen een groep. Door zo te handelen krijgen ze waardering uit hun omgeving. Sommige mensen hebben er veel voor over om op die manier aardig gevonden te worden.

Toch is er een groot verschil tussen aardig *doen* en aardig *zijn*. Is iemand aardig voor andere mensen omdat hij daar een bepaald imago mee in stand wil houden? Is iemand voortdurend druk in de weer met het organiseren van het zoveelste feest terwijl hij innerlijk weet dat er eigenlijk tijd nodig is om eens diepgaand bezig te zijn met bepaalde keuzes waar hij zelf voor is komen te staan, als onderdeel van het lessenpakket waarmee ieder van ons wordt geconfronteerd?

Sommige mensen zijn altijd druk met van alles om op die manier niet bezig te hoeven zijn met ervaringen die ze diep hebben weggestopt en die ze niet hebben kunnen verwerken. Sommige mensen zijn bang om alleen te zijn en bang voor de stilte. Ze willen het liefst altijd ergens mee bezig zijn, ook als ze weten dat hun spirituele leerprocessen eigenlijk meer aandacht zouden moeten krijgen. Sommigen willen altijd tussen de mensen zijn om zo te vermijden dat ze alleen zijn.

Als mensen vanuit deze motieven anderen schijnbaar aan het helpen zijn, is er tegelijkertijd ook iets anders aan de hand. Als het bezig zijn met anderen een vlucht is voor het eigen spirituele leven, dan zal al dat “helpen” van anderen waarschijnlijk niet echt bijdragen aan het ontwikkelingsproces van de “helper”. Misschien dat iemand dan na verloop van tijd op het punt uitkomt dat wordt beseft dat dit gedrag eigenlijk vooral een soort van vluchtgedrag is.

De vraag komt bovendien naar voren wanneer je iemand helpt. Is dat door allerlei dingen voor iemand te doen die iemand misschien ook best zelf had kunnen doen of op z’n minst had kunnen leren? Wil de helper vooral aantonen dat hij zelf zo bekwaam is dat hij dit snel kan oplossen terwijl degene die geholpen wordt dat op dit moment misschien nog niet helemaal zo goed kan?

Wat is belangrijker in de visie van de helper, het voor iemand doen wat die ander graag wil, of die ander *leren* hoe hij dat zelf zou kunnen aanpakken, zodat iemand dit de volgende keer *zelf* zou kunnen doen? In de ene situatie blijft iemand afhankelijk, terwijl iemand in de andere situatie zelfstandiger wordt. Wat heeft de voorkeur van de helper?

Als de helper goed luistert naar het eigen innerlijke kompas, zouden er misschien hele andere keuzes worden gemaakt dan wanneer het vooral gaat om het vertonen van sociaal gewenst gedrag.

Zoals ik het zie zijn er veel situaties waarin het beter is om mensen maar gewoon even hun gang te laten gaan, zonder hen onmiddellijk dingen uit handen te nemen en dingen voor hen op te lossen. In de meeste gevallen is het beter om mensen te helpen hun eigen vaardigheden te ontwikkelen dan dingen voor hen op te lossen. Dit duurt veel langer maar hier heeft iemand op de langere termijn meestal veel meer aan.

Ook in deze situatie zou het goed zijn om jouw eigen innerlijke kompas zorgvuldig te raadplegen, voordat je besluit welke actie je gaat nemen. Op de automatisch piloot altijd maar dingen voor andere mensen doen die ze graag ingevuld willen krijgen, zal vaak niet in overeenstemming zijn met het innerlijke kompas.

Wat te doen als het niet gaat om praktische klusjes maar om psychische moeilijkheden?

Hier gelden globaal dezelfde uitgangspunten als eerder beschreven. Het is beter eerst af te stemmen op jouw eigen innerlijke kompas, voordat je besluit hoe je wil reageren op zo'n situatie.

Belangrijk is ook de inschatting hoe degene in psychische moeilijkheden in het leven staat. Is het iemand die moeite doet om zichzelf beter te leren kennen of is hij eigenlijk alleen maar op zoek naar de snelste oplossing van de moeilijkheden? Is iemand op zoek naar wat er te leren valt van de situatie of wil iemand het liefst zo snel mogelijk “door” op de gekozen weg? Is iemand bereid het innerlijke kompas als leidraad te volgen, of wil iemand zo snel mogelijk de situatie onder controle proberen te krijgen? Is het misschien zo dat degene over wie het gaat voortdurend handelt tegen beter weten in en allerlei signalen die “op rood staan” consequent negeert?

Als je merkt dat iemand die in psychische moeilijkheden terecht is gekomen eigenlijk niet bereid is het innerlijke kompas te volgen, dan is er meestal weinig wat je zou kunnen doen om zo iemand werkelijk ergens mee te helpen. Als iemand in de diepte niet echt wil *leren* maar alleen de zichtbare problemen snel wil oplossen, dan heeft het meestal weinig nut om veel moeite te doen om zo iemand te helpen.

De grote meerderheid in onze samenleving is niet werkelijk op zoek naar Zelfkennis, maar vooral naar de snelste en gemakkelijkste oplossing, om daarna weer snel verder te kunnen gaan op de weg van “Gaaf heen en vermenigvuldigt u” en “Pluk de dag”. In die situaties heeft het meestal weinig nut om te proberen mensen verder te helpen met hun spirituele ontwikkeling.

Misschien klinkt dit in eerste instantie hard, en het is aan de lezer om hier een eigen mening over te vormen en bewust keuzes in te maken. Door hier iets over te schrijven hoop ik bij te dragen aan het ontwikkelen van visie op dit gebied. Jouw eigen visie kun je ontwikkelen door met een thema bezig te zijn.

***Het heeft pas zin iemand te helpen met diens spirituele leerproces,  
wanneer je merkt dat iemand daarvoor open staat.***

Pas dan is er een situatie ontstaan waarin het zinvol is om hier jouw eigen kostbare tijd aan te besteden.

Veel mensen zijn niet werkelijk op zoek naar bewustzijnsontwikkeling en allerlei therapeuten die misschien zouden kunnen helpen, zijn zelf zodanig beschadigd dat er eerst vooral tijd nodig is voor hun eigen herstel. Dit betekent meestal dat er in zo'n herstelperiode maar weinig ruimte is om anderen ergens mee te kunnen helpen. Naarmate het eigen genezingsproces verder op gang is gekomen, ontstaat er meer ruimte om andere mensen beter te kunnen helpen met hun leerproces.

\*\*\*

## Het openen van het hart

Als de Ziel haar intrede doet in het leven van alle dag, kunnen er in een korte periode veel dingen veranderen. Deze brief gaat over het proces van het openstellen voor de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf. Het gaat over de wisselwerking tussen de Ziel en de persoonlijkheid, het ikje.

De mogelijkheden zijn nu groot om te leren afstemmen op het innerlijke kompas. Als iemand daar serieus werk van maakt dan heeft dat meestal als gevolg dat er een reactie komt vanuit het hogere Zelf. De Ziel doet dan haar intrede in het leven van alle dag.

Dit vertaalt zich in het beter leren begrijpen van allerlei dingen. Er ontstaat dan meer duidelijkheid over allerlei situaties. Deze helderheid kan komen door dromen maar ook door een soort van aanvoelen, een innerlijk weten, zonder dat iemand jou iets heeft verteld.

Dit beter leren begrijpen kan te maken hebben met wat er zich in jouw eigen leven afspeelt of wat er in jouw verleden is gebeurd. Dit beter begrijpen kan ook te maken hebben met keuzes en reacties van anderen, waar jij op de een of andere manier mee in contact bent gekomen.

Het herkennen van motieven achter keuzes van jezelf of van anderen, is soms heel vervelend om onder ogen te zien. Toch is dit wel een geschikte weg om meer begrip te krijgen. Hierdoor kun je ook beter overzien waar je staat en hoe je het beste verder kunt gaan, in overeenstemming met jouw eigen innerlijke weten. Het beter leren begrijpen is daarom heilzaam, ook al is het niet altijd fijn om dingen te zien zoals ze zijn.

Veel mensen kiezen voor de weg van “Gaaf heen en vermenigvuldigt u”. Veel mensen kiezen voor hebzucht en eigenbelang. Veel mensen zijn niet echt geïnteresseerd in anderen en denken vooral aan hun eigen genot. Juist door het openen van het hart, ga je al deze dingen beter zien. Er is in zo’n situatie tijd nodig om dit te verwerken en hier op jouw eigen manier mee bezig te zijn.

De intrede van de Ziel in het gewone leven van alle dag heeft dus twee kanten. Aan de ene kant is het een enorme steun en geeft dit kracht om verder te gaan in moeilijke situaties. Aan de andere kant geeft het meer zicht op verkeerde motieven van jezelf en van anderen. Met verkeerd bedoel ik motieven die niet in overeenstemming zijn met het innerlijke weten.

***Naarmate het hart zich verder opent, wordt de instroom vanuit de Ziel groter.  
Het openen van het hart maakt je daardoor aanzienlijk sterker.***

Het openen van het hart is verbonden met het indalen van de Ziel in de persoonlijkheid. Om hier verder mee te komen, is er een goede verbinding nodig met het stoffelijke lichaam. Het openen van het hart kan daarom meestal alleen plaatsvinden als er een goede verbinding is opgebouwd met het stoffelijke lichaam. Dat is een soort van randvoorwaarde. Als iemand niet goed verbonden is aan het stoffelijke lichaam, dan kan het openen van het hart meestal niet goed op gang komen. De situatie is dan van boven af gezien onvoldoende voorbereid.

Het openen van het hart gaat beter als je bereid bent anderen te helpen waar dat nodig is. Als je alleen leeft voor jezelf dan kan het hart zich niet verder openen. De Ziel, het hogere Zelf, zal dan wachten op een andere keuze van het ikje, van jou dus.

Er zijn dus enkele voorwaarden waaraan eerst moet worden voldaan, voordat het openen van het hart verder op gang kan komen. Het opbouwen van verbinding met jouw lichaam en het willen helpen van andere mensen bij hun spirituele groeiproces, moeten al gaande zijn.

Als het hart van binnenuit en van bovenaf door het hogere Zelf wordt geopend, komt er ook meer informatie van binnenuit. Dit kan in principe over van alles gaan wat op de één of andere manier voor jou belangrijk kan zijn. Wat voor jou belangrijk is om te weten, wordt door jouw hogere deel, jouw Ziel, bepaald.

Als het hart zich opent, kun je ook beter herkennen wie jou met dingen kan helpen. Omgekeerd kun je ook beter herkennen wie jij ergens mee zou kunnen helpen.

**Het openen van het hart gaat vergezeld van het toenemen van Genegenheid en Wijsheid.  
Met andere woorden het openen van het hart is de weg van de Boeddha.**

Als het hart zich opent en je meer onderscheid gaat maken tussen verschillen in motieven van waaruit mensen handelen, ga je daardoor ook beter zien welke mensen het spoor volgen van het innerlijke weten en welke mensen bewust handelen tegen beter weten in. Het gevolg hiervan zal vaak zijn dat je uiteindelijk steeds minder tijd gaat besteden aan contacten met mensen die voortdurend handelen tegen beter weten in. Je kunt dan vaak het gevoel krijgen dat het niet zinvol is om hier veel tijd aan te besteden of voor deze mensen heel veel moeite te doen.

Het openen van het hart brengt je ook min of meer automatisch in contact met gelijkgestemde Zielen. Die zullen in zo'n situatie vanzelf op jouw weg komen. Wie dat zijn, wordt van binnenuit zichtbaar gemaakt. Toevallige ontmoetingen in het gewone leven van alle dag om deze contacten te bevorderen, kunnen van boven af in werking worden gezet. De Ziel en jouw gids mogen dit soort ontmoetingen verzorgen.

Het openen van het hart gaat vooraf aan het bewuster leren samenwerken met de hogere vermogens die de Ziel heeft gekregen. Voordat deze hogere vermogens bewust kunnen worden ingezet door de persoonlijkheid, door jou dus, is het nodig dat het hart flink is geopend. Naarmate dit proces verder is gevorderd, kan er bewuster worden gewerkt met deze hogere vermogens. Zo leert iemand zichzelf beter kennen als Ziel. Hierdoor wordt het terrein beter zichtbaar waarop iemand het best inzetbaar is om anderen te helpen.

***Door het openen van het hart,  
krijg je meer zicht op het terrein waarop jij het best inzetbaar bent.  
Je krijgt dan meer zicht op de missie van jouw Ziel.***

Naarmate het openen van het hart verder gaat, kan de Ziel zich steeds beter manifesteren via het ikje. Als de persoonlijkheid, het ikje, voldoende ruimte heeft gemaakt, door onder andere het verwerken van veel oud zeer, ontstaat er de "lege cup". Er is dan een persoonlijkheid ontstaan waarin geen grote belemmeringen meer zijn voor de Ziel om mee samen te werken, zodat zij zich steeds beter kan manifesteren in al haar Wijsheid, Genegenheid en Kracht. Zo iemand heeft dan allerhande onjuiste kennis zorgvuldig onderzocht en vervangen door juiste kennis, dat wil zeggen kennis die in overeenstemming is met het innerlijke weten. Zo iemand heeft geen overtuigingen meer in zich die storend zijn voor de samenwerking met de Ziel.

Het verder openen van het hart is een proces dat voorafgaat aan een verdere samenwerking tussen de Ziel en diens persoonlijkheid. In het verlengde daarvan kan er uiteindelijk een soort van samensmelting plaatsvinden tussen Ziel en persoonlijkheid. Wanneer dat gebeurt is er een mens ontstaan in volle bloei. Zo iemand kan heel veel betekenen voor de mensen die hier direct aan zijn verbonden. Zo iemand maakt zichtbaar wat ook voor anderen mogelijk is.

## Samensmelten van bewustzijn

Er zijn allerlei onderwerpen waar wij als mensen maar heel weinig over weten. Samensmelten van bewustzijn met ander bewustzijn is zo'n onderwerp. We weten hier eigenlijk nauwelijks iets van. In deze brief wil ik proberen waardevolle informatie over dit onderwerp te verzamelen.

Ons bewustzijn is overdag gewoonlijk gekoppeld aan onze stoffelijke hersenen. Als we 's nachts slapen, is ons bewustzijn "elders". We hebben daar gewoonlijk geen bewuste herinnering aan hoewel het sommigen is toegestaan om daar af en toe toch iets van mee te krijgen.

Na de dood van onze hersenen is ons bewustzijn in "de hemelen", wat dat dan ook moge zijn. Dat wil zeggen dat ons bewustzijn gewoon doorgaat met ervaren en keuzes maken maar dan in een andere omgeving.

Na verloop van tijd kan iemand weer worden voorbereid om opnieuw te gaan incarneren. Het bewustzijn verschuift na de geboorte weer naar de andere kant van de sluiers. Zo kan het bewustzijn in verschillende omgevingen terecht komen.

Ook dieren hebben een bewustzijn en ook goden hebben een bewustzijn. De ene groep heeft een bewustzijn dat nog niet zo ver ontwikkeld is als dat van ons. De andere groep heeft een bewustzijn dat veel verder ontwikkeld is dan dat van ons.

Een mens is samengesteld uit verschillende delen. Ieder mens heeft een hoger deel, dat meestal de Ziel of het hogere Zelf wordt genoemd. Onder speciale omstandigheden kan dit hogere deel samensmelten met de persoonlijkheid, met het ikje, met jou dus.

### ***Bewustzijn kan samensmelten met ander bewustzijn, zonder dat je dit in de gaten hebt.***

Als de Ziel samensmelt met de persoonlijkheid, dan wil dit niet zeggen dat jij je daar altijd zo goed van bewust bent. Als je daarop zou gaan letten, zou je dit beter kunnen herkennen. Dit is één van de redenen dat ik over dit onderwerp iets wil schrijven.

Normaal gesproken leeft het ikje, de persoonlijkheid, z'n eigen leven. Vaak gebeuren er van boven af gezien, niet zo veel bijzondere dingen in het leven van het ikje, van jou dus. Het hogere deel, de Ziel, zal er daarom meestal voor kiezen niet al te veel aandacht te besteden aan het leven van het ikje, het lagere deel. Als er voldoende redenen zijn voor het hogere deel, dan kan die zich toch af en toe gaan mengen in de ervaringen van de persoonlijkheid.

Dit zou bijvoorbeeld kunnen zijn tijdens diepe meditatie. Het zou dan zomaar kunnen zijn dat je opeens veel meer inzicht krijgt in situaties waar je al een tijdje mee rondloopt. Dit soort heldere inzichten komen vaak bij de Ziel, het hogere Zelf, vandaan.

Een ander voorbeeld is een situatie waarin er een belangrijke genezing gaande is. Ook dat is een situatie waarin de Ziel vaak aanwezig is. Zowel bij degene die genezing ontvangt als bij degene die meehelpt aan de genezing, zal het hogere deel dan vaak aanwezig zijn. Van boven af beschouwd, zijn dat bijzondere gebeurtenissen.

Je kunt deze samensmelting misschien beter herkennen doordat je je dan sterker voelt. Je voelt je dan stabiel. Je bent dan veel rustiger in je hoofd. Vaak zal er meer vertrouwen zijn in de overwinning van het goede. Je voelt dan een veel sterkere energie dan in het gewone leven van alle dag. Je wordt dan als het ware even opgetild, even opgenomen in een ander energieveld.

Deze instroom duurt meestal maar kort. Misschien zelfs maar enkele minuten. Toch is deze aanwezigheid heel belangrijk. Het markeert een bijzonder punt in de tijd waarop er iets belangrijks gebeurt. Naarmate je beter weet dat zoiets mogelijk is, kun je dit beter leren herkennen.

Het hogere Zelf komt niet zomaar zonder reden langs. Er is altijd een grondige reden voor deze aanwezigheid. Zoals alles in ons evolutieproces, is ook de aanwezigheid van ons hogere deel gebonden aan regels. Er moet daarom een goede reden zijn waarom het hogere Zelf aanwezig kan zijn. Soms is dat het helpen van andere mensen bij belangrijke dingen. Dit kan voor het hogere Zelf voldoende reden zijn om aanwezig te zijn en voor een korte tijd samen te smelten met het bewustzijn van de persoonlijkheid, het ikje, met jou, hoewel zelden wordt herkend wat er gebeurt.

Mede door de veranderingen in de wetten en de regels van ons evolutieproces, is er nu veel meer ruimte gekomen voor het hogere Zelf, om zich regelmatig te verbinden met het lagere deel, de persoonlijkheid. Deze veranderingen geven de hogere delen, de Zielen, veel meer ruimte om op eigen initiatief contact te zoeken met de persoonlijkheid voor het geven van onderwijs bijvoorbeeld. Jouw eigen hogere Zelf is de beste leraar, dat is degene die jou het beste kent.

Naarmate iemand als Ziel meer vorderingen heeft gemaakt op de weg van ontwikkeling van Genegenheid en Wijsheid, kunnen er ook meer faciliteiten worden gegeven om contact op te nemen met de persoonlijkheid in incarnatie.

Dit betekent voor de mensen die proberen hun innerlijke weten te blijven volgen, dat er nu veel meer instroom mogelijk is dan enkele jaren geleden. Dit is voor deze hele groep een flinke stimulans bij haar spirituele ontwikkeling.

***Een hoger bewustzijn ontstaat wanneer het hogere deel  
voor een kortere of een langere periode samensmelt  
met het lagere deel in incarnatie, met de persoonlijkheid, met jou.***

Wanneer dit samensmelten gaande is, zullen de gebruikelijke emotionele persoonlijkheidsreacties uitdoven, zo lang als het samensmelten duurt. Als het samensmelten weer voorbij is, krijgt de persoonlijkheid zijn gebruikelijke manier van reageren weer terug. Als er steeds vaker periodes zijn van samensmelten en als die periodes steeds langer gaan duren, zullen de persoonlijkheidsreacties steeds verder uitdoven, ook in het gewone leven van alle dag.

In de theosofische literatuur wordt beschreven dat de mens ooit “in de stof is gevallen”. Dit betekent dat wij een bestaan hebben gekregen in een andere leeromgeving dan waar wij vandaan komen. Omdat onze huidige omgeving van boven af gezien lager is, wordt symbolisch gesproken over een “val”. Ons bewustzijn is in onze leeromgeving gekoppeld aan stoffelijke bestanddelen, ons stoffelijke lichaam. Dit is wie wij zijn als mens. Zo ontstaat de uitdrukking “val in de stof”.

Als iemand aan het einde van een incarnatiereeks is gekomen, wordt het bewustzijn van de persoonlijkheid weer opgetild naar een hogere verdieping. De “val in de stof” wordt daarmee in verschillende fasen weer ongedaan gemaakt.

De mogelijkheden voor mensen die hun innerlijke weten volgen om zich te ontwikkelen op het spirituele gebied, zijn heel groot in deze periode, door de veranderingen in ons evolutieproces. Het samensmelten van bewustzijn is hier een belangrijk onderdeel van, daardoor komt een mens in zijn maximale kracht. Door hier iets over te schrijven, probeer ik herkenning hiervan te bevorderen, zodat je hier bewuster mee om kunt gaan.

## Vrije wil

Wij willen zo graag geloven in een volledig vrije wil maar in praktijk werkt ons evolutieproces niet op die manier en is er slechts een *gedeeltelijke* Vrijheid van keuze. Omdat er over dit uitermate belangrijke thema veel misverstanden zijn, wil ik *mijn* visie over dit onderwerp te geven. Ik ben mij ervan bewust dat veel mensen het hier *niet* mee eens zijn.

Wij zijn geneigd onszelf te beschouwen als de top van de piramide. Wij beschouwen de mensheid als superieure wezens, die ver verheven zijn boven onze medebewoners van het dierenrijk. Vragen die niet goed te beantwoorden zijn, stoppen we meestal maar gewoon weg. Op die manier houden we de illusie in stand dat wij superieur zijn. Lastige vragen die deze illusie zou kunnen doorbreken, vermijden we mede daarom liever zo veel mogelijk.

Wij hebben heel veel kennis opgebouwd over technische aangelegenheden. We kunnen inmiddels naar de Maan vliegen en daar veilig landen. We kunnen robots maken, gewassen veredelen en tal van dit soort dingen doen. Toch zijn er grenzen aan ons denkvermogen. Het is alsof er een soort van uiterste grens is waar iemand gewoonlijk niet voorbij kan komen. Het is alsof wij kunnen denken binnen zekere kaders maar daar niet buiten kunnen komen.

Wij kunnen bijvoorbeeld niet goed bevatten hoe ons heelal is ontstaan en wat er daarvoor gebeurd zou kunnen zijn. Wij kunnen ons weinig voorstellen bij het begin van de tijd. Wij worstelen met vragen als “Is het heelal oneindig groot?”

Wij zijn blijkbaar niet goed in staat om dit soort vragen afdoende te beantwoorden. Met andere woorden onze schepper heeft ons zodanig gemaakt dat wij een heel eind kunnen komen met het ontwikkelen van onze verstandelijke vermogens maar in praktijk zijn er grenzen. Blijkbaar kunnen we niet voorbij die grenzen komen.

Wij gaan er gewoonlijk van uit dat wij de enige menselijke bewoners zijn in het onmetelijke heelal, en we accepteren het idee dat wij hier min of meer toevallig terecht zijn gekomen omdat de omstandigheden hier blijkbaar gunstig waren om menselijke bewoning mogelijk te maken.

Hoewel iemand intuïtief zou kunnen aanvoelen dat dit niet het *bele* verhaal is, kunnen wij als mensen eenvoudig niet over deze grenzen heenkomen in ons denkvermogen. Het is alsof ons denkvermogen binnen zekere muren zich vrij kan bewegen maar daarbuiten niet.

Als we kijken naar onze medebewoners van het dierenrijk dan zien we hetzelfde principe. De leeuw, de koning der dieren bijvoorbeeld, zal zich superieur wanen in het dierenrijk, en vinden dat hij bovenaan in de piramide staat. Toch kan een leeuw niet lezen en schrijven, en zal dat ook niet kunnen leren. De leeuw mag dan superieur zijn binnen zijn groep maar daarboven zijn andere bewoners die andere mogelijkheden hebben, die ver uitgaan boven de mogelijkheden van de leeuw. Deze koning der dieren is zich niet bewust van de vermogens van de mens om te kunnen denken, te kunnen lezen en schrijven, etc. Hij beschouwt zichzelf eenvoudig als ver verheven boven de mens, die hij in zijn ogen gemakkelijk de baas kan. De mens is feitelijk geen enkele partij voor de leeuw, beschouwd vanuit het standpunt van de leeuw.

Het dier beoordeelt ons als mensen vooral op onze stoffelijke vorm en kan niet goed inschatten tot welke dingen wij in staat zijn. De leeuw heeft geen idee dat wij als mensen in staat zijn om gewassen te veredelen, robots te maken en naar de Maan te vliegen.

Een mens is geneigd op dezelfde manier te reageren als de leeuw uit ons voorbeeld. Als een mens ergens *geen* stoffelijke vorm tegenkomt die hij kan waarnemen, dan gaat hij er van uit dat er op zo'n plaats *geen* leven zal zijn. Met andere woorden “wat je niet kunt zien, dat is er niet”, zo is vaak de gedachte.

Tegelijkertijd zijn er steeds meer mensen die uitgaan van het begrip karma. Voorbeelden zijn legio. De ene persoon krijgt die felbegeerde baan net wel, de andere net niet. Dat zou best eens karma kunnen zijn, zeggen mensen dan soms. De ene persoon heeft altijd geluk, de andere persoon heeft altijd pech. Dat zou best eens karma kunnen zijn, zeggen mensen dan soms. De ene persoon gaat nog net mee op de veerboot die later zal gaan zinken in een woeste zee waarbij velen verdrinken, terwijl een andere persoon op het laatste moment de boot mist, door een merkwaardige samenloop van omstandigheden. Dat zou best eens karma kunnen zijn, zeggen mensen dan soms.

Veel mensen vinden het niet echt heel vreemd dat er blijkbaar af en toe wordt bijgestuurd in de levens van mensen, waardoor de ene gunstige omstandigheden krijgt en de andere ongunstige omstandigheden. Dit principe geeft ons zicht op een stukje van de wetten van ons evolutieproces.

Als er zoiets bestaat als karma, dan kan het niet anders dan dat er een “organisatie” is die zich hier mee bezig houdt. Dit betekent dat mensen continu worden geobserveerd in hun doen en laten. Dit betekent ook dat er wordt geoordeeld over ons doen en laten. Dit betekent ook dat er gevolgen verbonden zijn aan eerdere keuzes, die misschien al een hele tijd geleden zijn gemaakt. Keuzes die misschien zelfs in voorgaande levens ooit zijn gemaakt.

Als je ervan uitgaat dat er zoiets bestaat als karma, dan is dat onderdeel van een manier van denken waarin er dan logischerwijze ook een registratiesysteem nodig is om alles te kunnen vastleggen wat er ooit door iemand in werking is gezet, inclusief de motieven van waaruit iemand heeft gehandeld of heeft nagelaten te handelen. Als we ervan uitgaan dat alle mensen gelijk worden behandeld en onder dezelfde karmische wetten vallen, dan is er een registratiesysteem nodig waarin ongeveer 7,5 miljard mensen permanent worden gevolgd, inclusief hun motieven. Dit registratiesysteem is voor mensen niet zichtbaar en in principe niet toegankelijk. Toch moet dit er wel zijn, anders zouden er geen gevolgen aan oorzaken kunnen worden gekoppeld. Keuzes die je maakt zijn oorzaken.

De mensen die ervaring hebben met regressie-sessies, weten dat je terug kunt kijken naar vorige levens. Dit is in feite een inkijkje in jouw eigen persoonlijke archief.

Wij kunnen als mensen nauwelijks bevatten hoe een dergelijk registratiesysteem werkt. Dit heeft enige overeenkomst met de leeuw, die niet kan bevatten dat wij naar de Maan kunnen reizen, gewassen kunnen veredelen en robots kunnen maken.

***Door de factor karma worden levens bijgestuurd,  
er is dan geen vrije wil meer.***

Als iemand door een merkwaardig toeval voortdurend hele ongunstige omstandigheden krijgt, dan zou je dit theoretisch kunnen beschouwen als volstrekt willekeurig. Maar als je uitgaat van het principe van karma, dan zeg je eigenlijk dat dit zo wordt gepland. Met andere woorden als iemand moeizame omstandigheden heeft, en je gaat er van uit dat dit te maken heeft met karma, dan betekent dit dat er in het leven van zo iemand wordt bijgestuurd door een “organisatie” die blijkbaar bevoegd is om dit te doen. Deze organisatie heeft blijkbaar bijzondere volmachten om er voor te zorgen dat de ene persoon die mooie woning net wel krijgt en de andere net niet. Deze organisatie is niet zichtbaar maar heeft blijkbaar wel heel veel macht.

Als het toewijzen van bijvoorbeeld een baan, vaak beïnvloed wordt door karmische factoren, dan is het heel goed denkbaar dat de mens die deze keuzes maakt vanuit zijn positie als bijvoorbeeld personeelsfunctionaris, lang niet altijd vanuit een volkomen vrije wil kan kiezen. Soms zal zo'n tussenpersoon misschien een gevoel krijgen dat de ene persoon beter aansluit dan de andere, zonder te beseffen dat dit soort keuzes bijgestuurd kan worden door de machtige organisatie die het uitvoeren van karma regelt.

Wat te denken van schijnbaar toevallige ontmoetingen met mensen die op dat moment heel belangrijk zijn? Dit is een situatie die je vast wel eens hebt meegemaakt. Als zoiets mogelijk is, dan kan het niet anders dan dat zoiets “georganiseerd” wordt. Dit betekent dat degene die het organiseert, mogelijkheden heeft om de vrije wil van mensen te beïnvloeden, zodat twee mensen naar hetzelfde punt worden geleid op hetzelfde moment. Als je ervan uitgaat dat ons hogere Zelf dit soort toevallige ontmoetingen mag en kan verzorgen, dan betekent dit ook dat het hogere Zelf binnen zekere grenzen de vrije wil van mensen mag beïnvloeden.

Als je uitgaat van een mogelijke samenwerking met jouw eigen Ziel, waarbij jij opeens veel betere dingen in werking kunt zetten dan zonder deze grote hulp, dan is jouw hogere Zelf blijkbaar bevoegd om bij te sturen in jouw leven, misschien zelfs zonder dat jij je daarvan bewust bent. Met hulp van de Ziel ben je opeens veel sterker, kun je opeens veel meer begrijpen en kun je opeens veel meer voor andere mensen betekenen. Als er zo'n tijdelijke samensmelting is met jouw Ziel, dan beïnvloedt die daardoor jouw leven. Als je met hulp van jouw hogere Zelf eenmaal hebt gezien hoe dingen in elkaar zitten, dan kun jij je dit later misschien op eigen kracht herinneren.

Als je ervan uitgaat dat de organisatie die het uitwerken van karma regelt in principe neutraal is, en jouw Ziel altijd zal proberen om jou als persoonlijkheid, als ikje, verder te helpen, dan is het goed denkbaar dat er ook een derde partij aanwezig zou kunnen zijn, die jouw leven in de war zou kunnen sturen, en jouw omstandigheden doelbewust wil proberen te benadelen. We leven in een leeromgeving waarin zowel het lichte als het donkere een plaats hebben gekregen. Als je er rekening mee houdt dat er machten bestaan die het *niet* goed met jou voor hebben, dan zou je je af kunnen vragen wat *hun* mogelijkheden zijn om iemands leven te beïnvloeden.

Als je ooit in een vorig leven hebt samengewerkt met krachten die het niet goed vóór hebben met de mensheid, in ruil voor macht en vermogens die je van hen zou kunnen krijgen, dan krijgen deze krachten daarmee allerlei “troefkaarten” in handen. Deze kaarten kunnen zij uitspelen op het moment dat het hen goed uitkomt. Als zo'n kaart wordt uitgespeeld, dan kan de vrije wil van een mens in grote mate worden “overruled”. Met andere woorden hoe meer iemand zich ooit in vorige levens op het pad heeft begeven van zwarte magie, des te meer de krachten waarmee toen werd samengewerkt diens vrije wil nu, in dit leven, kunnen beïnvloeden. Het krijgen van vermogens vanuit de krachten die het niet goed met de mensheid vóór hebben, gaat altijd vergezeld van het inleveren van een deel van je vrije wil. Degenen die oordelen over de mensheid en het karma vaststellen, kunnen dit goed overzien en nemen dit mee in hun beslissingen.

***In praktijk zijn er talloze situaties waarin mensen feitelijk geen vrije wil hebben maar zich daar niet van bewust zijn.***

Voor veel lezers zal het heel confronterend zijn om dit te lezen en sommigen zullen er misschien de voorkeur aan geven om te blijven geloven in een volkomen vrije wil, maar dat verandert niets aan de feitelijke situatie. Door dit thema te belichten probeer ik dingen onder de aandacht te brengen die zouden kunnen bijdragen aan het onderzoeken van jouw eigen visie op dit gebied.

## Over het hiernamaals

Wie in de esoterische en theosofische literatuur op zoek gaat naar praktisch bruikbare informatie over dit onderwerp, krijgt vaak een heel beperkt beeld. Omdat dit volgens mij een belangrijk thema is, wil ik proberen hier meer duidelijkheid over te geven. Ik kan hier iets over vertellen omdat ik af en toe bewust in deze contreien aanwezig mag zijn.

Uit literatuurstudie over het leven na de dood komen enkele veel beschreven aspecten naar voren waar in grote lijnen overeenstemming over bestaat. Zo is er na het overlijden meestal vrij snel een soort van evaluatie van het net afgeronde leven op Aarde. Het is alsof de belangrijkste gebeurtenissen nog even kort langskomen zodat er een soort van samenvatting ontstaat van het hele leven.

Een ander aspect waarover overeenstemming is, is de ontmoeting met dierbaren. Na verloop van tijd is er de voorbereiding op een nieuwe geboorte. Wat er in de soms lange tussenliggende periode gebeurt, is grotendeels onbekend terrein. Soms wordt er gesproken over een opgaan in het Licht, wat dat dan ook moge zijn. Vaak slaagt dit niet en doolt men ergens rond. Dit zijn de belangrijkste aspecten die uit de literatuur op dit gebied naar voren komen.

Naar mijn idee is dit beeld heel summier en zou het mooi zijn wanneer hier meer helderheid over zou komen, met name voor mensen die direct te maken hebben met situaties van overgaan naar een leven na de dood. Vanuit dit vertrekpunt wil ik proberen aanvullingen te geven die kunnen helpen een vollediger beeld te krijgen van wat er zich na de dood van het lichaam afspeelt.

Wanneer iemand is overleden, is het van belang zich te richten op het Licht. Dit symbolische Licht is feitelijk het hogere deel van iemand, dat vaak de Ziel of het hogere Zelf wordt genoemd. De zoektocht naar het Licht is dus eigenlijk de zoektocht naar het hogere Zelf. Deze zoektocht naar het Licht na de dood, is daarom feitelijk niet anders dan de zoektocht naar samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf, in het leven op Aarde, maar dan onder andere omstandigheden.

***Na de dood is er niet opeens veel meer Wijsheid of Genegenheid.  
Het bewustzijn is grotendeels hetzelfde gebleven.  
Alleen de leeromgeving is veranderd.***

Het is een illusie te verwachten dat na de dood alle moeilijkheden onmiddellijk zijn opgehouden te bestaan. Zoals de zoektocht naar het Licht dan gewoon doorgaat of door zou moeten gaan, zo gaan ook de hindernissen op die weg gewoon door.

Zoals er in de loop van vele levens vele leersituaties zijn, zo zijn er ook in het leven in het hiernamaals verschillende “leeromgevingen”. Het is dus niet één wereld maar er zijn diverse werelden waarin men van de ene afdeling over kan gaan naar een andere.

Sommige dingen die op Aarde vóórkomen, spelen niet in het hiernamaals. Omgekeerd zijn er in het hiernamaals ervaringen die op Aarde niet vóórkomen. Het is niet altijd beter in het hiernamaals, het is eenvoudig anders.

Ook in het hiernamaals kan men lessen leren maar in praktijk blijkt het leren in *die* situatie, vaak nog moeilijker te zijn dan het leren van lessen tijdens het leven op Aarde. Voor de meeste mensen gaat ontwikkeling tijdens het leven op Aarde, sneller dan ontwikkeling in het hiernamaals, ook al heb je ook dan mogelijkheden om te groeien in bewustzijn.

Als men zichzelf heeft aangeleerd om zich te richten op het innerlijke kompas in het leven op Aarde, dan kan men deze vaardigheid ook beter toepassen zodra men de dood is gepasseerd. Zo kan men de weg vinden naar afdelingen die dichterbij de buurt liggen van het hogere Zelf.

Als men op Aarde niet gericht is geweest op het innerlijke kompas, dan zal men in de omgeving waar men na de dood terecht komt, dat waarschijnlijk ook niet doen. Men komt dan terecht in een omgeving die qua motieven veel overeenkomst vertoont met het leven dat men kort daarvoor op Aarde had. Het kan in zo'n situatie heel lang duren voordat men verder gaat naar een afdeling die dichterbij de buurt is van het hogere Zelf. Het kan zelfs zijn dat iemand vanuit deze lagere contreien weer indaalt en begint aan een volgende incarnatie. Er is dan feitelijk weinig toegevoegd aan de spirituele ontwikkeling, in de soms lange periode dat iemand uit incarnatie is.

Degenen die in het leven op Aarde proberen te leven in overeenstemming met hun innerlijke kompas (hun innerlijke weten), kunnen in het hiernamaals vorderingen maken door ditzelfde principe te blijven toepassen na de dood van hun lichaam. Zo kunnen ze Wijsheid en Genegenheid ontwikkelen in de periode tussen twee levens in. Bij een nieuwe geboorte kunnen ze daardoor ondertussen verder zijn ontwikkeld dan op het einde van hun voorgaande leven op Aarde.

In praktijk duurt het vaak lang voordat men kan beginnen aan een volgend leven. Soms is dit al na enkele jaren maar gewoonlijk duurt dit tientallen jaren. Als het gaat om hele belangrijke levens dan vraagt dit meestal een lange voorbereidingsfase.

### ***Ook in het hiernamaals (op “de weide”) wordt karma uitgewerkt.***

Dit betekent dat er allerlei ervaringen mogelijk zijn die als doel hebben iets met anderen uit te werken, hetzij aangenaam, hetzij onaangenaam. Dit is vergelijkbaar met de manier waarop dat op Aarde gebeurt. In het hiernamaals ben je *niet* gevrijwaard van karma. Het hiernamaals is eenvoudig een andere naam voor “de groene weide”.

In het leven op Aarde wordt de dood soms gezien als een soort van uitweg uit de moeilijkheden maar in het hiernamaals is deze uitweg er *niet*. Als iemand daar in moeilijkheden komt, zijn er andere oplossingen nodig.

Mensen die nog in incarnatie zijn, kunnen soms in contact komen met mensen uit het hiernamaals tijdens de uren van slaap. Gewoonlijk is men zich hier niet van bewust. Met andere woorden zodra men weer wakker wordt, zijn alle herinneringen weer verdwenen. Sommige mensen is het gegund hier toch bewust iets van mee te krijgen, wanneer ze weer verbonden zijn met hun lichaam.

Vaak zijn mensen zich helemaal niet bewust van hun dood. Hun bewustzijn verschuift eenvoudig naar het hiernamaals, zonder dat men in de gaten heeft dat het stoffelijke lichaam niet meer beschikbaar is. Dit heeft veel overeenkomsten met de situatie waarin mensen verkeren als ze “dromen”, terwijl hun lichaam in slaapmodus is. Tijdens een droom is men zich er vaak ook niet van bewust dat er sprake is van een droom. Men beleeft de ervaringen van dat moment eenvoudig als de werkelijkheid, zonder te beseffen dat het gaat om een droom.

Sommigen denken dat mensen in het hiernamaals de achtergebleven mensen observeren vanuit een plekje in “de hemel”. In praktijk komt dat maar weinig voor. Degene die is overleden heeft over het algemeen een gevuld programma en heeft daarom maar weinig ruimte om zich bezig te houden met degenen die op Aarde achterblijven. In situaties van shock in verband met het overlijden, kan deze situatie zich echter wel af en toe voordoen. De hoofdlijn is dat mensen na hun dood worden opgevangen en worden meegenomen naar hun eerstvolgende fase van ontwikkeling.

## Over sterke Zielen en over het ritme van de Ziel

De Ziel, het hogere Zelf, is een hoger deel van jouzelf waar je mee verbonden bent maar wat jij niet zelf bent. Jij bent een ikje, een persoonlijkheid, die het ene leven na het andere leeft. De Ziel blijft in principe meestal op de hogere gebieden en heeft daar een eigen leven. Jij weet eigenlijk nauwelijks iets van jouw Ziel. Omgekeerd weet jouw Ziel, jouw hogere Zelf, alles over jou.

Jouw Ziel volgt jou, en probeert toenadering te zoeken. In de afgelopen eeuwen waren hier maar weinig mogelijkheden voor maar nu de wetten van ons evolutieproces zijn aangepast, heeft de Ziel, veel meer ruimte om zich met haar lagere deel (met jou dus) in verbinding te stellen.

Als jij je iets wil voorstellen bij een Ziel, dan zou je haar kunnen beschouwen als een soort van gids, iemand die subtiële signalen geeft om jou te helpen jouw lessen zo goed mogelijk te leren. De Ziel is veel sterker dan een gemiddelde gids, en kent jou veel langer en beter. In het verleden was de begeleiding van mensen vaak in handen van gidsen, zonder dat de Zielen zich hier intensief mee bezig hielden, maar sinds de aanpassingen in ons evolutieproces, is dit anders geworden, en nemen de Zielen veel meer initiatief. Voor hen vraagt dit een grote extra inspanning.

Zielen zijn er in vele soorten en maten. Er zijn beginnende Zielen, gevorderde Zielen en vergevorderde Zielen. Een vergevorderde Ziel wordt soms een sterke Ziel of een oude Ziel genoemd. Zo'n vergevorderde Ziel, is al miljoenen jaren onderweg in het proces van evolutie, ook al is het misschien moeilijk om dit in je gevoel te krijgen.

***Als je verbonden bent aan een sterke Ziel,  
dan heb je dit zelf niet altijd zo duidelijk in de gaten.***

Het kan soms heel lang duren voordat je daar langzaam meer zicht op krijgt. Als je een sterke Ziel hebt, dan heb je veel mogelijkheden om sterker te worden in de vóór ons liggende jaren. Als je een minder sterke Ziel hebt, dan heb je ook minder mogelijkheden om te groeien.

***Als er een sterke verbinding is met een sterke Ziel,  
dan kan iemand bijzondere dingen doen.***

Op eigen kracht kan iemand meestal weinig bijzonders doen. Wanneer je in de loop van de jaren leert om bewuster samen te werken met jouw Ziel, dan kun je steeds meer doen om anderen te helpen met hun ontwikkelingsproces.

Er zijn in ons land veel sterke Zielen in incarnatie. Deze groep heeft nu prachtige mogelijkheden om het contact met het hogere deel weer op te bouwen. Dit heeft tijd nodig, veel tijd. Als jij in de diepte van jouw hart voelt dat dit voor jou de juiste weg is, dan is het van belang hier voldoende tijd aan te besteden. Als je die weg blijft volgen, dan word je langzaam sterker en kun je allerlei dingen steeds beter aanvoelen. Je kunt dan ook beter aanvoelen wat er in andere mensen leeft en hoe je andere mensen misschien zou kunnen helpen met *hun* leerproces.

Je kunt werken aan de opbouw van verbinding met jouw Ziel, door regelmatig af te stemmen op jouw spirituele hartcentrum, in het centrum van jouw borstkas, en te voelen wat daar leeft. Sommigen zouden dit misschien meditatie noemen.

Je kunt hier ook aan werken door in de loop van de dag zo goed mogelijk het innerlijke weten te blijven volgen, en je af te vragen wat je voor mensen kunt betekenen die op jouw weg komen.

Je kunt hier ook aan werken door bij belangrijke beslissingen af te stemmen op dit spirituele hartcentrum en te proberen aan te voelen hoe een situatie in elkaar zit.

De verbinding met de Ziel is voor veel mensen al langere tijd moeilijk geweest. De samenwerking tussen Ziel en persoonlijkheid is veelvuldig in de war gestuurd door de donkere kant, meestal zonder dat mensen dit in de gaten hadden. Dit gold niet alleen voor de zwakkere Zielen maar ook voor de sterkere. Deze bewuste samenwerking moet bij de meesten van ons eigenlijk nog helemaal op gang komen. Het is niet vanzelfsprekend om te vertrouwen op wat je innerlijk kunt aanvoelen in de diepte van jouw hart op jouw beste momenten.

Als je toch geduldig blijft werken aan het opbouwen van verbinding met jouw Ziel, dan ga je dit vanzelf meer merken. Je gaat dan af en toe voelen dat je sterker bent dan gewoonlijk, alsof je wordt gedragen door een onzichtbare kracht. Dát is de instroom vanuit de Ziel. Vaak krijg je dan nieuwe inzichten.

Het contact met de Ziel gaat in golven. Nadat je op de bovenkant van de golf bent geweest en je je sterk voelt, wordt het daarna weer anders. Je komt dan weer terug in jouw eigen energie, zonder de extra instroom van de Ziel. Als je aan de onderkant van zo'n golfbeweging bent gekomen, kan het zijn dat je je misschien zelfs depressief voelt. Vaak is er dan de verwerking van een stuk oud zeer. Na een tijdje gaat ook *dat* weer voorbij, en ga je weer naar de bovenkant van de golfbeweging waar je je veel beter voelt.

Het contact met de Ziel gaat dus in golven, waarin je je afwisselend heel goed en soms heel somber kunt voelen. Dit is iets wat alle mensen ervaren die deze weg volgen. Het opruimen en schoonmaken van oud zeer dat op deze manier langs komt, zorgt ervoor dat je je af en toe teleurgesteld kunt voelen. Dit is onderdeel van de verwerkingsprocessen. Na een tijdje gaat dat vanzelf wel weer over en heb je ondertussen meer ruimte gemaakt voor meer contact met de Ziel.

Op de bovenkant van de golf word je in de loop van de tijd steeds sterker en kun je steeds meer doen om anderen te helpen met hun groeiprocessen.

Na verloop van tijd weet je uit ervaring dat de verwerkingsprocessen op de onderkant van de golf best zwaar kunnen zijn maar dat dit tijdelijk is en dat het daarna weer beter wordt. Als je hebt ervaren dat deze verwerkingsprocessen in golven verlopen dan weet je beter wat je kunt verwachten en vind je het misschien ook niet meer zo erg, wanneer je op de bodem van een golf bent aangekomen. Je weet dan dat de sombere gevoelens vanzelf weer overgaan en dat je daarna sterker bent geworden dan daarvoor. Door ervaring krijg je vertrouwen in dit proces van schoonmaken.

Dit is in grote lijnen het ritme van de Ziel. Dit is wat je ervan kunt merken in het gewone dagelijkse leven. De Ziel heeft dus de leiding in deze toenadering, en bestuurt het proces. De Ziel houdt daarbij zorgvuldig rekening met jouw omstandigheden. Als er dingen zijn die per sé moeten gebeuren in jouw dagelijkse leven, dan zal zij daar rekening mee houden, en zorgen dat jij voldoende ruimte hebt om aan de minimale verantwoordelijkheden een invulling te kunnen geven.

Als je verbonden bent aan een sterke Ziel, dan zal die in deze periode de leiding op zich nemen over jouw ontwikkeling. Dit betekent dat je dan mogelijkheden krijgt om flink te groeien. Als je daarvoor openstaat, kun je in de komende jaren flinke vorderingen maken.

Jouw visie zal als gevolg van deze sterke ontwikkeling aanzienlijk veranderen en steeds meer overeenkomen met de Wijsheid van jouw Ziel. Je zou er goed aan doen om je ondertussen aan te passen aan het ritme van de Ziel, zo veel als maar mogelijk is.

Als je die weg volgt, kun je steeds meer voor andere mensen betekenen en hen steeds beter helpen met hun leerproces. Ondertussen is er dan voor jouzelf ruimte nodig om oude wonden te herkennen en daarmee bezig te zijn, zodat die schoon kunnen bloeden en kunnen helen.

Als je wel verbonden bent aan een sterke Ziel en je voelt dat zij zich aandient om met jou samen te werken maar je wijst dit af, dan zal jouw Ziel dit na verloop van tijd accepteren en haar pogingen minderen om jou te naderen. Je houdt dus een vrije keuze of je deze weg wil volgen of niet.

***De Ziel, het hogere Zelf, dient zich aan, maar jij beslist in laatste instantie of je wil gaan samenwerken met jouw hogere Zelf of dat je liever een andere weg volgt.***

Als jij wil leren samenwerken met de Ziel en op die manier anderen meer wil gaan helpen bij *hun* groeiproces, is er meestal eerst een traject nodig waarin je *zelf* sterker wordt, en waarin je oude en diepe wonden eerst zo goed mogelijk kunt genezen, voordat je zo ver bent dat je meer tijd beschikbaar hebt voor anderen. Met name de mensen die in de afgelopen eeuwen zware klappen hebben gekregen, zullen nu eerst ruimte nodig hebben om weer zo goed mogelijk te herstellen. Het helpen van andere mensen is daardoor misschien iets wat pas na een tijdje goed op gang kan komen.

Het is daarom van belang aan te voelen wat je het beste kunt doen in jouw eigen situatie. Vaak is dat in alle eenvoud proberen sterker te worden, door steeds bewuster te leren samenwerken met jouw hogere Zelf, en meer begrip te krijgen voor wat er gaande is in jouw eigen leven.

Er zijn in onze periode bijzondere dingen gaande die maar heel weinig vóórkomen, de aanpassingen van ons evolutieproces. Er is daarom veel tijd nodig om allerlei dingen rustig te laten bezinken voordat je belangrijke keuzes maakt om een bepaalde weg op te gaan.

***De leiding van de Ziel kan al langere tijd gaande zijn, zonder dat jij je hiervan bewust bent.***

De Ziel kan allang gezorgd hebben voor de juiste omstandigheden om je zo goed mogelijk te kunnen ontwikkelen. De Ziel heeft hier in deze bijzondere periode haar eigen mogelijkheden voor. De Ziel kan zorgen dat de juiste mensen op jouw weg komen als er hulp nodig is. De Ziel kan er soms ook voor zorgen dat jij meer tijd en ruimte krijgt. Toch kunnen al deze dingen op jouw weg komen zonder dat je beseft dat dit geleid is door jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

In de levens van hooggevoelige mensen, is de Ziel al actief. Met andere woorden hooggevoeligheid en hoogbegaafdheid, is een signaal dat de Ziel al actief aan het werk is.

In een tijd waarin er veel verwarring is, kan de Ziel rust en innerlijke zekerheid geven. Naarmate je beter je plaats in jouw hartcentrum kunt innemen, kun je ook beter de zekerheid voelen die je daar kunt krijgen als gevolg van de instroom vanuit jouw hogere Zelf.

***Zekerheid komt voort uit het diepe gevoel in het hart.***

De vaak ingewikkelde redeneringen van het hoofd, kunnen deze zekerheid niet geven. Innerlijke zekerheid krijg je door te leren leven vanuit het hartcentrum.

## Verwerkingsprocessen

Als je voor jezelf hebt vastgesteld dat je een probleem hebt en daar met iemand over wil praten, dan kan dat misschien helpen om meer inzicht te krijgen in de situatie. Misschien helpt het om je hart te luchten door uit te spreken wat er in jou leeft. Het kan zijn dat dit jou een opgelucht gevoel geeft en je daarna weer “verder” kunt.

Het kan een hele fijne ervaring zijn te merken dat er iemand is die *echt* naar jou wil luisteren. Je kunt dan even een gevoel van verbondenheid ervaren, dat misschien voldoende is om weer “door” te gaan op jouw weg. Toch zal het zoeken naar (emotionele) aandacht van anderen, wanneer jij in een probleemsituatie terecht bent gekomen, meestal *niet* helpen om tot inzicht te komen. Je belast daar bovendien anderen mee en je zou je af kunnen vragen of je dat wil.

Het kan ook zijn dat je in gesprek raakt met iemand over de *oorzaken* van de dingen waar je nu tegenaan loopt, waardoor je misschien opeens veel meer zicht krijgt op wat er in de diepte gaande is in jouw leven. Dit is bijzonder waardevol, maar meestal is ook *dit* niet genoeg, ook al klinkt dit in eerst instantie misschien zuur.

Als je gaat filosoferen over wat precies de oorzaak van jouw probleem zou kunnen zijn, dan loop je het risico dat je vooral met je hoofd bezig bent en niet in de diepte van het hart komt. Het kan dan zijn dat je dingen gaat *verklaren*, zodat je met je hoofd weer rust hebt in de situatie, terwijl je misschien tegelijkertijd voelt dat er meer nodig is dan dit, om structureel verder te komen. Zelfs als je iemand hebt gevonden waar je werkelijk goed mee kunt praten waardoor er meer zicht ontstaat op de dieperliggende oorzaak van jouw probleem, zal er na verloop van tijd zoiets nodig zijn als *verwerking* van het oude zeer dat dan langs kan komen.

Als je op het punt bent gekomen dat het inzicht niet alleen het hoofd bereikt maar ook in de diepte van het hart aankomt, dan is er gewoonlijk een *verwerking* nodig van de dingen die je dan onder ogen ziet. Dit verwerken van oud zeer heeft meestal het karakter van schoonbloeden. Dit is niet iets wat het hoofd kan doen, dit is een zaak van het hart. *Daar* liggen de onbewuste herinneringen opgeslagen aan duizenden jaren geschiedenis, waarin iedereen van ons onvoorstelbaar veel ellende heeft meegemaakt. Deze ervaringen veroorzaken belemmeringen tussen jou en jouw hogere Zelf. Naarmate je meer van deze onbewuste herinneringen hebt schoongemaakt, des te meer ruimte krijg je voor een verdergaande samenwerking met de Ziel.

***Verwerken doe je vooral met het hart,  
en niet met het hoofd.***

De confrontatie met traumatische ervaringen uit vorige levens is meestal akelig. Toch kun je hierdoor vaak meer begrip krijgen voor jouw eigen reacties in de periode waarin je *nu* leeft. Je leert jezelf beter kennen door meer zicht te krijgen op relevante stukken verleden. Als je hier bewust ruimte voor maakt, kan de Ziel deze ruimte benutten om zo veel mogelijk schoon te maken, als voorbereiding op steeds bewustere en verdergaande samenwerking.

***De meest gebruikelijke reactie op het hogere Zelf  
dat zich aandient met het verwerken van een stuk oud zeer,  
is hier zo veel mogelijk voor weg te lopen.***

Vaak voelen mensen wel aan dat er eigenlijk veel meer tijd nodig is om met dit soort dingen bezig te zijn, maar zijn er in praktijk allerlei redenen waarom je hier liever niet mee verder gaat.

Verwerkingsprocessen zijn niet leuk. Toch krijg je er veel voor terug. Als je eenmaal hebt ervaren dat je door hier toch de nodige ruimte voor te maken, uiteindelijk veel beter kunt samenwerken met jouw Ziel, dan kan dit een motivatie zijn om toch maar dóór te gaan op deze weg.

Verwerken kun je vaak het beste *alleen* doen, zonder andere mensen direct in de buurt. Je hebt dan vaak behoefte aan privacy en vooral aan rust. Voor degenen die hun dagelijkse leven nog niet zo ver hebben gereorganiseerd dat hier voldoende ruimte voor is gekomen, is het daarom van groot belang hier opnieuw naar te kijken. De mogelijkheden om te leren samenwerken met jouw hogere Zelf zijn in deze periode bijzonder groot, maar dat vraagt wel de nodige aanpassingen in je dagelijkse leven. Als je die weg wil volgen, dan is het noodzakelijk dat je hier tijd voor vrijmaakt.

Het kan heel waardevol zijn te beseffen dat jouw Ziel de leiding heeft bij deze processen. De Ziel weet welke stukken er het beste aangepakt kunnen worden. Jouw Ziel, jouw hogere Zelf, maakt inschattingen wat er haalbaar is in jouw situatie. Jouw Ziel is dus een soort van therapeut, ook al zie je die niet fysiek. Toch heeft zij de leiding over dit proces.

De Ziel weet wat jij ongeveer aan kunt. Zij houdt daarbij rekening met jouw motivatie. Als jij sterker gemotiveerd bent, zal zij daar rekening mee houden en meer oud zeer verwerken dan wanneer jij hier niet al te veel aandacht aan wil besteden. Je hebt *zelf* wel degelijk invloed op deze processen van verwerken. Je kunt dit sturen door hier meer of minder aandacht aan te besteden. Jouw Ziel merkt dat op, en zal aan de hand daarvan bijsturen. Als jij hier aandacht aan wil besteden dan kan jouw Ziel ook andere stukken verleden uitzoeken om te verwerken. Wil je hier liever geen tijd aan besteden en druk je dit weg, ook al voel je wel de mogelijkheid om hier mee bezig te zijn, dan kan de Ziel niet anders dan dit loslaten, ook al is dit “een gemiste kans”.

***Verwerken betekent gevoelens langs laten komen. Dit kan zich uiten in huilen, verdrietig zijn, depressief zijn of wat dan ook. Het zijn gevoelens, geen gedachten.***

Verwerken heeft niet te maken met begrip of met verklaringen. Verwerken heeft te maken met dieperliggende gevoelens, die ergens in de diepte van jouw hart verborgen liggen en de samenwerking met jouw Ziel belemmeren. Begrip maakt de samenwerking met jouw Ziel beter, maar dat is vaak niet genoeg. Het oud zeer dat op de bodem van jouw hart verborgen ligt, zal eerst opgeruimd moeten worden, voordat de samenwerking met de Ziel naar een volgende fase toe kan.

***Door oud zeer te verwerken in jouw hart, maak je meer ruimte voor de Ziel. Verwerken is daarom een belangrijk onderdeel van bewustzijnsontwikkeling.***

Verwerken kun je meestal het beste alleen doen, in stilte en enigszins verborgen voor andere mensen, waarbij je er van uit mag gaan dat jouw Ziel ook *dit* zo goed mogelijk zal proberen te begeleiden. Als het gaat om mensen die het zwaar te verduren hebben gehad in de afgelopen duizenden jaren, dan is er veel oud zeer dat verwerkt moet worden, voordat de bewuste samenwerking met de Ziel weer kan worden opgebouwd. Als je hier echt mee aan de slag wil gaan, dan is het van belang jouw dagelijkse leven zó in te richten dat je hier voldoende ruimte voor hebt. Jouw Ziel kan dan de ruimte die jij hebt gemaakt, zo goed mogelijk benutten.

Als je deze weg volgt, zal dat in het begin vaak zwaar zijn, maar na verloop van tijd ga je steeds beter zien wat er al is opgebouwd aan samenwerking met jouw Ziel. Juist door de intensievere samenwerking met jouw hogere Zelf, kun je dan meer betekenen voor anderen. Je wordt daardoor een sterker kanaal voor Wijsheid en Genegenheid.

## Veranderingsprocessen

Mensen houden over het algemeen niet zo van veranderingen. Zeker in een periode dat er veel deadlines zijn, veel druk om te presteren op allerlei gebieden en veel te weinig tijd om eens in alle rust met iets bezig te zijn, hebben mensen vaak het liefst dat veel aspecten in hun dagelijkse leven bij voorkeur zo veel mogelijk blijven zoals ze zijn, zeker als dat aspecten zijn die ze niet zien als iets wat niet goed zou zijn.

***Veranderen kost vaak veel tijd en vraagt meestal een grote inspanning.***

Als die veranderingen dan ook nog eens gevolgen hebben voor anderen, kiezen veel mensen er voor om maar zo weinig mogelijk te veranderen, in een poging de rust die er nog is, zo veel mogelijk te bewaren. Zelf niet veranderen geeft een soort van rust, een schijnbare stabiliteit in een toch al sterk veranderlijke wereld, waar je nu eenmaal niet zo veel tegen kunt doen. Voor zover je de keuze hebt om al dan niet te veranderen, kiezen mensen vaak voor het handhaven van de eigen gewoontes en voor het in stand houden van de eigen visie, zelfs als ze diep in hun hart aanvoelen dat ze eigenlijk eens opnieuw naar het één of ander onderwerp zouden moeten kijken.

Veranderen vraagt veel energie. Je moet er moeite voor doen en er is toch al zo veel energie nodig voor allerlei verplichtingen waar je nu eenmaal niet onderuit kunt. Waarom dan veranderen als het misschien niet per sé nodig is? Die keuze is voor veel mensen snel gemaakt. In je vrije tijd kun je volgens de meeste mensen beter even ontspannen op een sportveld of een avondje doorbrengen op een feestje of iets dergelijks, dan je druk te maken over jouw spirituele ontwikkeling.

Het is begrijpelijk dat mensen op deze manier zijn gaan denken, in een wereld waarin het de vraag is wat je hier precies komt doen en waar je vandaan bent gekomen.

***Veranderen is niet vanzelfsprekend, het is iets wat extra inspanning vraagt, in een wereld waarin de meeste mensen toch al weinig energie hebben.***

Nu onze leeromgeving beter is ingericht dan in vele duizenden jaren hiervóór, zijn er prachtige mogelijkheden om jezelf te ontwikkelen op het spirituele gebied. Als je aanvoelt dat dit zo is, en als je hier ruimte voor wil maken, dan kun je in de komende jaren flink groeien en veel sterker worden. Een gevolg daarvan is dat je dan voortdurend veranderingen zult merken in jezelf, en dat je jouw omgeving anders zult gaan zien, in de loop van de tijd.

***Als je bezig gaat met intensieve spirituele ontwikkeling, in hechte samenwerking met jouw hogere Zelf, dan betekent dit in praktijk een eindeloze stroom aan veranderingen.***

Dit is het gevolg van de dingen die jou dan stap voor stap duidelijk worden gemaakt, van binnenuit en van bovenaf, door jouw eigen Ziel, jouw hogere Zelf. Die maakt jou dingen duidelijk en wacht dan op jouw reactie.

Als je dingen anders gaat zien, dan betekent dit vaak dat je voelt dat er aanpassingen nodig zijn in de manier waarop je met dingen omgaat. Als er door jouw Ziel duidelijk wordt gemaakt hoe je in de afgelopen periode met dingen bent omgegaan die botsten met jouw innerlijke weten (misschien zonder dat jij je hier zo bewust van was), dan voel je innerlijk dat je hier opnieuw naar zou moeten kijken. Dit heeft dan aanpassing nodig.

De Ziel maakt dingen duidelijk, waardoor jij ziet welke aspecten van jouw handelen botsten met jouw innerlijke weten. Als je dit (h)erkent en de verantwoordelijkheid op je wil nemen om dit aan te passen en in overeenstemming te brengen met jouw betere weten, dan is er een mooie uitgangspositie om zo'n veranderingsproces in te gaan.

***Zolang je iets niet als een probleem ziet,  
zul je meestal ook niet bereid zijn dit aan te passen.***

Van belang is dat je (h)erkent dat de situatie zoals die is, tot problemen leidt. Als je een aspect van jouw gedrag aanpast omdat iemand anders dat beter vindt, dan zal dat op de lange termijn meestal niet werken. Veranderingen in jouw eigen handelen zijn vaak alleen duurzaam als jij zelf goed gemotiveerd bent om hieraan te werken. Deze motivatie om te willen veranderen in jouw gedrag, ontstaat meestal pas als je ziet dat de manier waarop het *nu* gaat, problemen oplevert.

Jouw Ziel is jouw coach. Zij kan het beste overzien welk aspect van jouw dagelijkse leven het eerst aangepakt zou moeten worden. Jouw hogere Zelf zal dit van bovenaf en van binnenuit aan jou duidelijk maken, op zo'n manier dat dit voor jou volkomen helder is. Jouw Ziel kent jou door en door, en weet precies hoe zij dit het beste aan kan pakken, zodat de situatie voor jou volkomen duidelijk is. Deze duidelijkheid is cruciaal, want *dat* is van grote invloed op jouw motivatie om moeite te doen voor een veranderingsproces, terwijl alle andere aspecten van jouw dagelijkse leven ondertussen gewoon doorgaan.

Als jij eenmaal zo ver bent dat je bereid bent te veranderen, dan kan dit betekenen dat je oude gewoontes los gaat laten. Soms kan dit heel verwarrend zijn, omdat je misschien heel lang gewend bent iets op een bepaalde manier te doen, terwijl je *nu* ziet dat dit uiteindelijk niet goed werkt, maar heb je misschien nog geen nieuwe manier gevonden die beter werkt. Je kunt dan het gevoel krijgen dat het oude niet meer voldoet maar dat je eigenlijk ook nog niet echt iets nieuws hebt gevonden dat beter werkt. Je hebt dan tijd nodig om een nieuwe manier te vinden om met dingen om te gaan.

Dit gevoel van onwennigheid met de nieuwe situatie, is gebruikelijk bij veranderingsprocessen. Er is daarom moed nodig om hiermee verder te gaan, met name in een situatie waarin je veel verantwoordelijkheden hebt waar je niet direct van af kunt komen. Veranderingen zijn veel gemakkelijker in een situatie waarin er veel ruimte is om te oefenen met nieuwe manieren om met dingen om te gaan en waarin er ruimte is om vaardigheden te ontwikkelen. Als er veel druk is en weinig ruimte, dan is dit meestal een ongeschikte uitgangspositie voor veranderingsprocessen.

Jouw Ziel kan dit soort dingen goed overzien en maakt op basis van jouw totale pakket een keuze welke dingen er van binnenuit en van bovenaf worden belicht. Jouw hogere Zelf maakt bij deze keuze ook een inschatting van jouw motivatie om hieraan te werken.

Als er door de Ziel innerlijk duidelijk wordt gemaakt welk deel van jouw handelen meer aandacht nodig heeft, dan kun je veel weerstand tegen komen. Deze weerstand kan zowel komen uit jezelf als uit jouw omgeving.

Als je merkt dat aanpassing van jouw gedrag niet gewaardeerd wordt door mensen uit jouw omgeving, dan wordt het moeilijker om verder te gaan met die verandering. Je komt dan voor de keuze te staan of je eigenlijk wel verder wil op de weg van aanpassingen of dat je hiermee wil stoppen als mensen in jouw omgeving het hier helemaal niet mee eens zijn.

Steeds opnieuw kom je bij veranderingsprocessen uit op de keuze of je hier mee *dóór* wil gaan of toch maar liever niet, en je eigenlijk liever wil dat alles blijft zoals het is.

***Bij grote veranderingsprocessen zul je vaak moeten leren  
alleen te staan, wanneer dat nodig is.***

Als jij je steeds opnieuw aanpast aan wat anderen van jou verwachten, dan remt dit jouw eigen spirituele ontwikkeling enorm. Het is daarom belangrijk je meer los te maken van wat anderen van jou vinden, vóórdát grotere veranderingsprocessen meer kans van slagen hebben. Mensen die gewend zijn *alleen* te staan, kunnen vaak gemakkelijker hun gedrag veranderen dan mensen die gewend zijn zich voortdurend aan te passen aan wat anderen van hen verwachten.

Als jij verandert, dan heeft dat meestal ook effect op andere mensen. Als jij anders met dingen omgaat, dan zullen andere mensen dat ook merken. De mensen die te maken krijgen met jouw veranderingen, zullen misschien tijd nodig hebben om hieraan te wennen.

Het is heel goed denkbaar dat je in het begin niet echt soepel omgaat met jouw nieuwe manier van reageren. Er ontstaat dan een periode dat mensen die jou kennen, merken dat jij aan het veranderen bent, terwijl je zelf misschien nog naarstig op zoek bent naar een soepele manier om jouw nieuwe visie in praktijk te brengen.

Dit vraagt geduld en begrip, zowel van jouzelf als van degenen die hiermee te maken krijgen. Er is voor alle betrokkenen tijd nodig om te wennen aan de nieuwe situatie. Als het gaat om echt grote veranderingen, dan zal er veel tijd nodig zijn voordat alle betrokkenen gewend zijn aan jouw nieuwe manier om met dingen om te gaan.

***Als het gaat om hele grote veranderingen in visie,  
dan kan dit tot gevolg hebben  
dat mensen in jouw omgeving jou niet meer geloofwaardig vinden.***

Als jij dan toch verder wil op de weg die jij innerlijk aanvoelt als juist, dan zul je er rekening mee moeten houden dat er dan mensen uit jouw omgeving af zullen haken en het contact met jou zullen laten uitdoven, misschien zelfs tot er helemaal geen contact meer is. Als dit jouw weg is, dan kom je steeds opnieuw voor de keuze te staan of je in die situatie toch verder wil op de weg die jij innerlijk aanvoelt als juist en in overeenstemming met jouw innerlijke weten.

Jouw eigen visie botst vaak met de Wijsheid van jouw betere deel, jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Dit betekent dat als jij in de loop van de jaren jouw eigen visie geleidelijk aanpast aan de Wijsheid van jouw Ziel, er enorme veranderingen in *jouw* visie komen. De kans is dan vrij groot dat er allerlei mensen in jouw omgeving zullen afhaken en jou aan jouw Lot over zullen laten, misschien hoofdschuddend of zich zorgen makend. Dit is onvermijdelijk de uitkomst bij grote veranderingen.

Nu allerlei sterke Zielen de leiding op zich nemen van de ontwikkeling van hun persoonlijkheden in incarnatie, zullen er verscheidene mensen zijn die flink van visie zullen veranderen in de komende jaren. Wat als het gaat om bekende mensen in het spirituele wereldje, die onderwijs geven en er na verloop van tijd achter komen dat de visie die zij jaren hebben verkondigd, in strijd blijkt te zijn met hun innerlijke weten, met de Wijsheid van hun Ziel?

Wat als dit bekende Nederlanders zijn die vele “volgers” hebben? Hun bekendheid kan dan tegen hen werken. Hoe meer “volgers” zij hebben, hoe moeilijker het zal zijn om hun draai in visie uit te leggen aan hun achterban.

Voor een huisvrouw met weinig contacten is het veel gemakkelijker een andere visie aan te nemen dan wanneer je een gerespecteerde professor bent met veel studenten die opeens zou moeten toegeven dat de visie die hij in het verleden heeft uitgedragen, in feite botst met de Wijsheid van zijn Ziel. Het komt er dan op aan in hoeverre je gemotiveerd bent jouw eigen innerlijke kompas te blijven volgen, ongeacht wat andere mensen daar misschien van zouden kunnen vinden.

Je wordt dan teruggeworpen op jezelf, en je zult dan in de diepte van jouw hart een keuze moeten maken hoe je verder wil gaan. Aan de hand van jouw keuze, zal de Ziel bepalen hoe de samenwerking het beste verder zou kunnen gaan. Soms betekent dit dat het dan voorlopig even wat rustiger zal worden met de toenadering vanuit haar kant, en soms zal de keuze van de leerling, van de persoonlijkheid, zodanig zijn dat de Ziel veel meer ruimte krijgt om samen te werken. Naarmate iemand beter in staat is de eigen hindernissen in het volgen van het innerlijke weten te overwinnen, kan de Ziel meer mooie dingen doen om de samenwerking verder op te bouwen.

Er is dus voortdurend “oorzaak en gevolg” bij de wisselwerking met de Ziel. Als zij merkt dat jij aarzelt of niet verder wil, dan zal jouw hogere Zelf zich meestal aanpassen en rustiger aan doen met de opbouw van de samenwerking. Als jij er veel voor over hebt en niet terugschrikt om *alleen* te staan, dan kan de Ziel dichterbij jou komen.

Als jij je sterk voelt, dan is het gemakkelijker jouw nieuwe visie en jouw nieuwe manier van met dingen omgaan, in praktijk toe te passen. Maar als je moe bent en er is weinig tijd of veel druk, dan val je gemakkelijk terug op jouw oude patronen. Er is ruimte nodig om met deze veranderingen bezig te zijn. Het vraagt tijd voordat je iets in jouw eigen systeem hebt verwerkt.

Het bewust kiezen voor het meegaan met deze veranderingsprocessen die door jouw coach, jouw Ziel, worden begeleid, is niet gemakkelijk. Niet voor jouzelf maar ook niet voor degenen die hier direct bij zijn betrokken. Het betekent vaak hard werken en heel bewust omgaan met jouw eigen spirituele ontwikkelingsproces.

Omgekeerd zou het heel vreemd zijn wanneer je in een periode van ongekende mogelijkheden om samen te werken met jouw Ziel, nauwelijks of geen veranderingen zou merken in jouw eigen dagelijkse leven. De veranderingen die er zijn gekomen in ons evolutieproces en de samenwerking met jouw Ziel, zouden dan grotendeels aan jou voorbij zijn gegaan. Er is dan weliswaar een schijnbare rust maar je zou je af kunnen vragen of dit de rust is waar jij naar op zoek bent.

***Als je in deze periode geen grote veranderingen opmerkt in iemands visie, dan betekent dit dat er geen sprake is van samenwerking met diens Ziel.***

Juist de mensen die verbonden zijn aan sterke Zielen, kunnen zich in deze periode sterk ontplooiën en zullen als gevolg daarvan grote veranderingen in hun visie meemaken in de komende jaren. De Ziel kan ook zorgen voor allerlei grote veranderingen in jouw omstandigheden, als dat beter is voor jouw ontwikkeling en als dat past binnen de nieuwe wetten.

Jouw Ziel is bijvoorbeeld bevoegd om een relatie te beëindigen als je daarin verzeild bent geraakt door inwerking van de donkere kant, terwijl jij dit zelf nooit hebt gewild en dit botst met jouw innerlijke weten. Hetzelfde geldt voor verandering van baan, woning, contacten, etc. Het komt vaak voor dat je in eerste instantie niet gelukkig bent met zo'n grote verandering, maar dat het toch zo loopt. Soms herken je pas *jaren* later dat deze grote verandering is geleid door jouw hogere Zelf, zodat jij je beter kunt ontwikkelen.

## Spreekt de Ziel alle talen?

Je zou je af kunnen vragen of je op “de weide” zo maar kunt communiceren met alle andere mensen die daar aanwezig zijn. Als jij in jouw gewone dagelijkse leven een bepaalde taal niet spreekt, kun je dan toch in de uren dat jouw lichaam in slaapmodus is, met andere mensen communiceren, die alleen *deze* taal spreken, als je die op de weide tegen komt?

Het zal gevoelsmatig duidelijk zijn dat als jij een bepaalde taal spreekt in jouw dagelijkse leven, dat je dan op de weide diezelfde taal ook kunt spreken. Je kunt dan “boven” in principe communiceren met alle mensen die deze taal spreken.

Anders wordt het wanneer jij een bepaalde taal in jouw gewone dagelijkse leven *niet* spreekt, terwijl degene waar jij graag mee in contact wil komen, deze taal als moedertaal heeft en jouw taal misschien niet beheerst.

Stel dat jij alleen Nederlands en Engels spreekt in jouw dagelijkse leven, en je wil graag in contact komen met iemand op de weide die in het gewone dagelijkse leven alleen Fins en Russisch spreekt. De vraag is dan of je zonder problemen met zo iemand kunt communiceren op de weide, terwijl dit in het dagelijkse leven niet zo gemakkelijk zou lukken.

Als jij in de uren van slaap van jouw lichaam, op de weide bent, dan functioneer je daar als jouw eigen bovenbewustzijn. Je hebt dan de beschikking over alle kennis die jij hebt in jouw gewone dagelijkse leven. Als jij een specialist bent in het één of ander terrein in het dagelijkse leven, dan heb je die kennis ook als je ’s nachts op de weide met iemand in gesprek bent.

In het verlengde daarvan heb je ook allerlei vaardigheden zoals de beheersing van verschillende talen. Dit betekent dat als jij in de nachtelijke uren op de weide bent, je dezelfde talen kunt spreken die je ook in jouw dagelijkse leven spreekt.

Stel dat jij aan het einde van jouw leven een tijdje op de weide doorbrengt en dan vervolgens in een ander land wordt geboren.

Je gaat dan een andere taal aanleren in de loop van jouw jeugd. De talen die je gewend was te spreken in jouw vorige leven, zullen misschien niet meer gesproken worden in het nieuwe leven dat je dan krijgt. Als dit zo is, dan zal de kennis van die talen langzaam verloren gaan in de loop van de tijd. Met andere woorden als je in een volgende incarnatie wordt geboren in een land waarin een andere taal wordt gesproken, dan zul je op de weide langzamerhand jouw vaardigheid verliezen om in *die* taal te kunnen communiceren, op precies dezelfde manier als je in het gewone dagelijkse leven jouw vaardigheid om te communiceren in een bepaalde taal gaat verliezen als je hier lange tijd niet meer mee werkt.

Omgekeerd kun je op de weide al een taal beheersen, terwijl je die in het gewone dagelijkse leven als baby nog helemaal aan moet leren. In zo’n situatie kan iemand een taal heel gemakkelijk leren.

Als je voor de eerste keer een taal gaat leren terwijl jouw bovenbewuste deel daar geen ervaring mee heeft, dan is het moeilijk om zo’n taal te leren beheersen.

Als je op de weide iemand tegenkomt die niet dezelfde taal spreekt als jij, dan heb je ongeveer dezelfde moeilijkheden om met zo iemand te communiceren als wanneer je dit in het gewone dagelijkse leven mee zou maken.

***Je kunt op de weide niet zomaar met iedereen communiceren.***

Als iemand de afgelopen eeuwen voortdurend in Europa in incarnatie is geweest in verschillende landen bijvoorbeeld Frankrijk, Duitsland en Engeland, dan zal zo iemand op de weide deze talen nog vers in het geheugen hebben. Als zo iemand wordt geboren in Nederland, dan zal zo iemand vrij gemakkelijk die andere talen aanleren, omdat het bovenbewuste deel dit nog goed beheerst. Pas als iemand een hele lange tijd zo'n taal op de weide niet meer heeft gebruikt, dooft de vaardigheid om deze taal te hanteren, langzaam uit. In praktijk betekent dit dat je op de weide over meer vaardigheden kunt beschikken om met anderen te communiceren dan in het gewone dagelijkse leven.

***Op de weide spreek je meer talen dan in jouw dagelijkse leven.***

De Ziel kan beschikken over veel meer kennis dan jij, maar ook zij spreekt niet alle talen. Als jij in een bepaald land in incarnatie bent geweest, dan spreek jij na verloop van tijd meestal de taal van dat land. Jouw Ziel zal zich dit gedurende dat leven ook eigen maken en spreekt diezelfde taal dan dus ook. Maar als de Ziel bijvoorbeeld nooit in Lapland in incarnatie is geweest, dan zal zij de taal die daar gesproken wordt, *niet* beheersen.

Als je ooit in het hele verre verleden bent geïncarneerd in het Maya volk, dan zul je ooit de taal die daar destijds werd gesproken, hebben beheerst. Als jij deze taal ooit hebt geleerd, dan wordt dit toegevoegd aan de vaardigheden van de Ziel. Maar als zij deze taal duizenden jaren niet meer heeft gehanteerd, omdat jij daarna in andere landen bent geïncarneerd, evenals de anderen waar jij aan bent verbonden, dan slijt langzaam de vaardigheid om in deze taal te communiceren.

***Ook ons hogere Zelf,  
spreekt niet alle talen.***

Dit betekent dat er natuurlijke grenzen zijn in de communicatie tussen mensen onderling op het gebied van de weide maar ook op het hogere gebied waarop de Ziel werkzaam is. Niet alles kan zomaar.

In praktijk levert dit gelukkig weinig problemen op, omdat Zielen nagenoeg altijd in groepen incarneren. Dit betekent dat mensen niet individueel in incarnatie komen maar als onderdeel van een groter plan, waar veel meer mensen van dezelfde Zielsgroep bij betrokken zijn. Daardoor kun je op de weide altijd communiceren met de mensen waar je direct bij bent betrokken.

De Ziel kan jou inzicht geven via een manier van communiceren waar niet echt geschikte woorden voor zijn in ons taalgebruik. Het beste woord dat ik kan vinden om duidelijk te maken wat ik bedoel, is telepathische overdracht. Ik bedoel hiermee dat het hogere Zelf een complex denkbeeld heel snel kan overdragen, door een soort van gevoelsmatige indruk daarvan te geven, waardoor je in één keer duidelijk hebt wat er wordt bedoeld. Als jij dit vervolgens zou willen overbrengen aan iemand anders, dan zou je misschien een paar bladzijden tekst plus enkele afbeeldingen nodig hebben, om dit enigszins duidelijk te maken. Dit is de manier waarop de Ziel communiceert.

***Ons hogere Zelf heeft een manier van communiceren met ons,  
die wij niet kunnen toepassen maar waarin wij wel de ontvanger kunnen zijn.  
Deze manier van telepathische overdracht van inzichten, staat los van onze taal.  
Het gaat via een andere golflengte.***

## Hoe zie je er op de weide uit?

Misschien heb jij je wel eens afgevraagd hoe je er op de weide uit ziet, met in het achterhoofd dat je vaak bent geïncarneerd en allerlei mensen jou ooit hebben gekend met een heel ander uiterlijk dan je nu hebt.

Je zou je bovendien af kunnen vragen hoe iemand die in het dagelijkse leven de leeftijd heeft van een kind, er op de weide uit ziet, als je bedenkt dat die persoon *daar* misschien veel wijzer is dan jij?

Aan het einde van een incarnatie neem je alles wat je aan Wijsheid hebt verzameld in dat leven, mee naar het hiernamaals, naar de groene weide. Als je overgaat naar de weide op oudere leeftijd, dan heb je op de weide het uiterlijk van een volwassen iemand. Het uiterlijk dat je op de weide hebt, zal in de loop van de jaren iets kunnen veranderen maar niet in die mate als dat op Aarde gebruikelijk is. Het proces van verouderen is typisch een proces dat hoort bij het aardse leven. Op de weide speelt dit geen rol.

Als iemand eenmaal weer “boven” is, dan zijn er op de weide allerlei contacten met mensen die je kent uit het dagelijkse leven dat je daarvoor gewend was. Er zijn op de weide ook allerlei contacten met mensen die je *niet* kent vanuit jouw dagelijkse leven. Dat kunnen mensen zijn die niet in incarnatie zijn maar dat kunnen ook mensen zijn die wel in incarnatie zijn maar die je in dit leven niet hebt ontmoet.

Als je op de weide bent, na afloop van jouw aardse leven, dan gaan deze contacten met allerlei mensen die je kent, gewoon door. Je herkent mensen aan hun uiterlijk, aan hun gedrag en aan hun uitstraling, hun energie.

Je zou je af kunnen vragen hoe het verder gaat als iemand opnieuw in incarnatie komt. Er zal dan immers een moment moeten komen dat iemand een ander uiterlijk krijgt. Het uiterlijk dat jij in de middeleeuwen had op de weide, heb je nu niet meer.

***Je krijgt blijkbaar op de weide ook af en toe een nieuw uiterlijk,  
net zoals in het dagelijkse leven op Aarde.***

Als je op de weide wordt aangewezen om opnieuw geboren te worden, word je tijdelijk afgezonderd van de anderen waar je gewoonlijk mee in contact bent. Dat wil zeggen dat je dan tijdelijk even geen contact meer kunt onderhouden met de mensen waar jij mee verbonden bent. Je wordt dan voorbereid op jouw volgende incarnatie.

Je gaat dan door een proces heen waarin je alvast het uiterlijk krijgt dat je straks in incarnatie zult krijgen, tegen de tijd dat je volwassen bent.

***Op de weide krijg je niet het uiterlijk van een kind bij een nieuwe incarnatie,  
maar het uiterlijk van dat kind tegen de tijd dat het volwassen is.***

Als dat uiterlijk is vastgesteld, ga je weer terug naar de groep waar je op de weide aan bent verbonden. Iedereen kan dan wennen aan jouw nieuwe uiterlijk.

Dit speelt zich af vóórdat je wordt geboren. Dit betekent dat de mensen waar jij bij wordt geboren, jou op de weide al kennen in jouw nieuwe uiterlijk, vóórdat je opnieuw in incarnatie komt. Als jij dan uiteindelijk wordt geboren, dan is iedereen op de weide inmiddels al gewend aan jouw nieuwe uiterlijk, dat je in jouw dagelijkse leven pas zult bereiken tegen de tijd dat je volwassen bent.

Vanwege de grote aanpassingen in ons evolutieproces zijn er mensen die voorlopig niet meer in incarnatie hoeven te komen. Deze mensen houden op de weide het uiterlijk dat ze nu hebben.

Als ze nog in incarnatie zijn, dan houden ze dat uiterlijk op de weide in de komende jaren, als ze na verloop van tijd overgaan naar het hiernamaals, naar de weide. Deze groep krijgt geen nieuw uiterlijk meer op de weide. Dit geldt voor de groep die de komende tientallen jaren teruggaat naar de Oorsprong, onze thuishaven.

***Op de weide zijn geen kinderen  
maar alleen volwassenen.***

Op de weide is het bewustzijn gewoonlijk ingebed in een volwassen uiterlijk. Slechts op Aarde bestaat er zoiets als een kinderlichaam. Op de weide komt dit maar heel weinig voor.

Als een mens die in incarnatie is, een lichaam heeft met allerlei beperkingen zoals een arm of een been dat ontbreekt, dan is dat op de weide niet zo.

***De lichamen op de weide  
hebben gewoonlijk geen beperkingen.***

Als iemand op Aarde bijvoorbeeld een gehoorapparaat nodig heeft, dan speelt dit op de weide geen rol. Dat wil zeggen dat iemand dan op de weide geen gehoorapparaat heeft. Zo werkt het met allerlei protheses die een mens in het aardse leven kan hebben. Op de weide speelt dit in principe geen rol.

De uiterlijken op de weide veranderen nagenoeg niet. Als je iemand op de weide gedurende honderd jaar meemaakt, terwijl zo iemand niet opnieuw in incarnatie gaat, dan is het uiterlijk in principe niet veranderd.

***Als iemand in het dagelijkse leven zwaarder wordt of juist slanker,  
dan heeft dit in principe geen invloed op het uiterlijk op de weide.***

Als iemand in een droom toch een kind tegenkomt, dan is dit meestal symbolisch bedoeld. De droom beeldt iets uit en daarom wordt er een bepaalde symboliek gehanteerd. In werkelijkheid zijn er op de weide geen kinderen.

Als je in een droom een kind tegenkomt die in het dagelijkse leven ook een kind is, dan sluit dit aan bij jouw beeld van de werkelijkheid. Dat is een reden dat je zo iemand dan als een kind ziet. De “maker van de droom” past zich vaak aan bij jouw beleving van de werkelijkheid.

Als je op de weide de ruimte krijgt om te praten met iemand die in het dagelijkse leven het uiterlijk van een kind heeft, dan ervaar je dat zo iemand op de weide een volwassen uiterlijk heeft en wijzer kan zijn dan jij.

\*\*\*

## Is de Ziel zich bewust van onze aardse tijd?

Veel mensen hebben het idee dat de Zielen ver weg zijn en helemaal in hun eigen wereldje leven, waardoor ze geen idee hebben van onze aardse tijd. Velen hebben het idee dat de tijdlijn die wij hier op Aarde volgen, voor het hogere Zelf niet belangrijk is, maar dit is niet het geval.

De Zielen leven inderdaad in hun eigen wereldje op de hogere gebieden, dat is een praktisch bruikbaar uitgangspunt. Zij proberen ons af en toe aanwijzingen te geven waardoor wij dingen beter kunnen herkennen in ons gewone dagelijkse leven.

Aan het einde van een leven ga je over naar de weide en op dat gebied kun je dan verder gaan met jouw zoektocht naar de Ziel. Als dat goed gaat, krijg je af en toe even te maken met jouw eigen hogere Zelf. Symbolisch is dat het licht. Opgaan in het licht betekent dat er even contact is met jouw Ziel. In het verlengde daarvan is verlichting eenvoudig de steeds sterker wordende instroom vanuit de Ziel, die mogelijk wordt wanneer jij voortdurend jouw innerlijke weten blijft volgen.

De meeste mensen gaan er van uit dat de Ziel zó ver weg is, dat die zich niet bezighoudt met zoiets als onze aardse tijdlijnen. Men gaat er van uit dat het voor het hogere Zelf niet interessant is om bijvoorbeeld te weten dat jij als mens de één of andere deadline moet halen of andere belangrijke prestaties moet leveren op een bepaald moment. Men gaat er dan van uit dat dit soort dingen voor de Ziel volstrekt niet relevant zijn, maar dit is slechts gedeeltelijk het geval.

De Ziel wordt vaak beschouwd als hoog verheven en ver weg. Toch is zij tegelijkertijd ook erg praktisch en soms heel dichtbij, afhankelijk van wat iemand aan samenwerking heeft opgebouwd.

Als de Ziel wil proberen met jou samen te werken, dan is het belangrijk alle aspecten van jouw dagelijkse leven te kennen, inclusief al jouw verplichtingen. Als het hogere Zelf gedetailleerd inzage heeft in jouw dagelijkse leven, dan kan er een veel betere planning worden gemaakt dan wanneer deze informatie niet bekend is bij jouw Ziel.

Als de Ziel een zwaar stuk verleden wil doorwerken, zodat dit opgeruimd en schoongemaakt kan worden, dan is het noodzakelijk een goed beeld te hebben van alles wat in jouw dagelijkse leven per sé nodig is. Het hogere Zelf kan dan een planning maken waarin met al jouw verplichtingen rekening wordt gehouden.

Dit betekent dat de Ziel gedetailleerd op de hoogte kan zijn van alles wat in jouw leven relevant is. Het zou zo maar kunnen zijn dat zij veel beter op de hoogte is van jouw programma dan jij. Zij is degene die de lijnen uitzet als er sprake is van samenwerking. Jouw hogere deel zal binnen de ruimte die er nu is, zo veel mogelijk willen proberen te bereiken, mede vanwege de grote noodzaak die er nu is om anderen te helpen met hun processen van herstel.

***De Ziel is soms gedetailleerd op de hoogte  
van de planning in jouw dagelijkse leven,  
ook al klinkt dit voor veel mensen in eerste instantie misschien vreemd.***

Als er sprake is van een sterke samenwerking met jouw Ziel, dan mag je ervan uitgaan dat zij zeer nauwkeurig op de hoogte is van alles wat er op jouw agenda staat. Dat is noodzakelijk om leiding te kunnen geven aan de samenwerking die jij opbouwt met jouw hogere deel.

## De waarde van discipline

Veel mensen hebben “Vrijheid” hoog in hun vaandel staan, kunnen doen wat je zelf wil, vrij zijn. Vaak botst dat met zo iets onromantisch als discipline. Dit begrip heeft voor veel mensen een beetje een vieze smaak. Het is alsof dit komt uit hele oude leerboeken, die volgens velen misschien maar beter vervangen hadden kunnen worden. Toch is zelfdiscipline nog steeds van grote waarde.

Natuurlijk wil je graag een leeromgeving waarin alles “pais en vree” is, waarin je je nergens zorgen over hoeft te maken en waarin er geen duistere elementen aanwezig zijn. Als je in zo’n setting je lessen zou kunnen leren, zou je het leren misschien als heel aangenaam gaan ervaren. Maar de realiteit is volkomen anders, in praktijk is er de donkere kant, die alles in de war probeert te sturen.

Veel mensen gaan er van uit dat de donkere kant niet bestaat en er zijn zelfs veel mensen die er van uit gaan dat je geen verkeerde keuzes kunt maken omdat alles goed zou zijn zoals het is.

Deels is dit een wensgedachte, een soort van hoop tegen beter weten in. Deels is dit meestal het gevolg van een diepe innerlijke angst voor de overweldigende macht van de donkere kant, waar wij heel lang maar weinig tegen konden beginnen. Als de confrontatie met de donkere kant te bedreigend is geworden, dan gaan mensen vaak over naar een fase van ontkenning. Er wordt dan een deur dichtgedaan, op slot gedraaid, en de sleutel wordt ver weg gestopt of zelfs weggegooid.

Dit zijn hele natuurlijke reacties in een lange periode waarin de donkere kant heel veel invloed had op onze Aarde. In zo’n periode maakt het schijnbaar niet meer zo veel uit wat je doet. Het heeft dan schijnbaar geen enkele zin om het jezelf moeilijk te maken met een zelfgekozen discipline waarin je probeert de hele dag waakzaam en alert te zijn.

Nu de situatie fundamenteel is verbeterd, door de heilzame aanpassingen in ons evolutieproces, kan het zinvol zijn opnieuw te kijken naar de waarde van zelfdiscipline. Als je weet hoe je door onoplettendheid meegesleept kunt worden in jaloezie en onvrede bijvoorbeeld, waardoor boosheid kan ontstaan als je niet goed herkent wat er gebeurt, die uiteindelijk over kan slaan in blinde haat als je niet goed in de gaten hebt dat dit de donkere kant is die jou dit pad in probeert te krijgen, dan zou dit jou kunnen motiveren om voortdurend waakzaam te zijn en je niet mee te laten slepen naar contreien waar je eigenlijk helemaal niet wil zijn (zoals haat) maar waar je wel in terecht kunt komen als je niet waakzaam blijft.

Als je weet dat je vatbaar bent voor haat en wraak, dan is het nodig dat je waakt over jouw eigen gedachteleven. Als je van jezelf weet dat je hier in vorige levens in mee bent gezogen, dan is het belangrijk om waakzaam te blijven in de loop van de dag.

Als je jezelf traint om regelmatig rustpunten in te bouwen in jouw dagelijkse leven waarin je even probeert af te stemmen op jouw spirituele hartcentrum, dan kun je beter volgen wat zich daar afspeelt. Als je jezelf aanleert regelmatig de houding aan te nemen van de waarnemer, dan voorkom je dat je meegezogen kunt worden door de gebeurtenissen in jouw directe omgeving.

Discipline heeft misschien voor velen in eerste instantie een beetje een vervelende klank, maar het kan helpen om veel vrijer te staan van het drijfzand van het emotionele gebied, waar je gemakkelijk in vast kunt komen te zitten als je niet waakzaam bent. Jaloezie, boosheid, onvrede, haat en wraak trekt je bij jezelf vandaan en sleept je mee naar contreien waar je jezelf steeds meer kwijtraakt.

***Zelfdiscipline kan helpen om beter bij jezelf te blijven  
en de samenwerking met jouw hogere Zelf te verbeteren.***

Voor de meesten van ons vraagt het nog heel veel oefenen met deze vaardigheid, voordat die goed ingezet kan worden om beter bij jezelf te blijven in de loop van de dag.

Als je merkt dat je vaak uren loopt “te malen” over iets wat blijkbaar veel aandacht vraagt, dan zou je met jezelf kunnen afspreken om niet langer dan nodig is, over een thema na te willen denken. Na verloop van tijd kun je merken dat je eigenlijk alles wel zo’n beetje hebt overdacht wat met zo’n thema te maken heeft. Je zou dan met jezelf kunnen afspreken dat je dan gaat stoppen met nadenken over dit thema en dat je niet gaat toestaan dat je “loopt te malen” terwijl er eigenlijk niets nieuws meer langskomt.

Als je dit herkent, kun je ook hier de vaardigheid van zelfdiscipline inzetten om hieruit te komen en niet toe te staan dat je veel kostbare tijd verloren laat gaan door eindeloos “te malen” over een thema waarbij je merkt dat er niets nieuws meer komt maar het “meer van hetzelfde” is. Je zou dan beter kunnen stoppen met denken hierover en je tijd beter kunnen besteden om te ontspannen bijvoorbeeld. Je zou juist dan kunnen proberen dieper bij jouw gevoel in het spirituele hartcentrum te komen en het denken eenvoudig los te laten, door het niet meer actief in werking te zetten. Als je niet meer actief denkt over een thema, dan kan het zijn dat jouw gedachten nog een tijdje “nagalmen” maar de kracht zal er dan vanzelf vanaf gaan en het zal dan vanzelf rustiger worden in jouw hoofd.

Als je je bewust bent van hoe deze processen verlopen, dan kun je hieruit stappen als jij dat zou willen. Je kunt dan eenvoudig een andere kant op sturen, zodat je niet meer meegesleept wordt door de gedachten die door jouw hoofd kunnen denderen als een trein door een station. Als je de houding aanneemt van de waarnemer, dan kun je beter blijven overzien wat er gebeurt en kun je er bewust voor kiezen om met sommige gedachten niet mee te gaan, net zoals een reiziger op het station er voor kan *kieszen* met welke trein hij mee wil gaan en met welke niet. Als je niet instapt maar gewoon op het perron blijft staan, dan gaat de trein vanzelf weer weg. Zo zullen ook gedachten waar jij niet in meegaat, vanzelf weer weggaan.

Als je op deze manier kijkt naar het gewone dagelijkse leven, dan kun je de waarde beter herkennen van zelfdiscipline. Ook hier gelden weer dezelfde principes die eerder zijn beschreven. Zolang je het niet als een probleem ervaart dat je urenlang loopt “te malen”, zul je ook niet bereid zijn hier iets aan te veranderen. Als je merkt dat je op deze manier heel veel kostbare tijd kwijtraakt die je ook aan andere dingen had kunnen besteden zoals ontspannen, bewegen of iemand proberen te helpen met diens ontwikkelingsproces, dan wordt het “malen” een probleem.

Als je “malen” als een probleem gaat ervaren, pas dan zul je bereid zijn te gaan zoeken naar een oplossing voor dit probleem. Op dat punt kan het nuttig zijn opnieuw te kijken naar de waarde van zelfdiscipline.

***Als je jezelf aanleert om zelfdiscipline te handhaven in de loop van de dag,  
kun je veel beter met je tijd omgaan. Je houdt dan meer tijd over  
voor nuttige en aangename dingen.***

Deze zelfgekozen discipline over jouw eigen gedachteleven, ontstaat vaak als gevolg van veel ervaringen van zinloos “malen” en meegezogen worden in het moeras van allerlei emotionele ladingen. Als je dit herkent als een probleem, omdat je dan jezelf kwijtraakt bijvoorbeeld of veel kostbare tijd verliest, dan zul je ongetwijfeld bereid zijn te zoeken naar oplossingen hiervoor. In die situatie kan het zinvol zijn opnieuw naar deze vaardigheid te kijken en die te onderzoeken op bruikbaarheid. Ook hier kan het innerlijke weten de juiste weg aangeven.

## De houding van de waarnemer

Spirituele groei heeft te maken met bewustzijnsontwikkeling. Dat heeft iets te maken met het bewust waarnemen van wat er gebeurt, en proberen daar steeds beter mee om te gaan. Spirituele ontwikkeling heeft daarom ook veel te maken met het aannemen van de houding van een waarnemer.

Degene die waarneemt ben jij, de persoonlijkheid, het ikje. De plaats van waaruit je het beste kunt waarnemen, is jouw spirituele hartcentrum, in het centrum van de borstkas.

Als je daar met je geconcentreerde aandacht aanwezig probeert te zijn, dan kan dat voor velen in eerste instantie heel onwennig aanvoelen, zeker als je helemaal niet gewend bent om te mediteren. Misschien is het in eerste instantie zelfs erg moeilijk om je te concentreren in jouw spirituele hartcentrum en kost dit veel kracht.

Als het je is gelukt je te concentreren in jouw spirituele hartcentrum, dan kan dat voor sommigen in eerste instantie zó onwerkelijk aanvoelen, dat je dit misschien niet eens zo prettig vindt om daar met je geconcentreerde aandacht aanwezig te *zijn*. Het kan zelfs zo zijn dat je dingen die je daar tegen komt als onaangenaam beschouwt, en liever niet al te veel op die plaats aanwezig bent.

Sommigen hebben moeite met het omgaan met stilte, dat zijn de mensen die gewend zijn mee te deinen op de golven van het dagelijkse leven met zijn vele emotionele ladingen. Als mensen dit als normaal zijn gaan ervaren in de loop van de tijd, dan is het even wennen aan de stilte die je tegen kunt komen in de diepte van jouw hart.

Misschien is dat te vergelijken met een situatie dat iemand gewend is om de hele dag de radio aan te hebben staan. Als de radio dan even uit staat en er stilte is, dan is dat voor sommige mensen een onwerkelijk gevoel. Veel mensen hebben moeite met stilte en sommigen ervaren stilte in eerste instantie als ongemakkelijk.

Iets dergelijks kun je meemaken als je begint met het innemen van de plaats in jouw eigen spirituele hartcentrum. Het kan dan zijn dat je dit in eerste instantie ervaart als iets waar je helemaal aan moet wennen en wat je misschien eigenlijk helemaal niet zo fijn vindt in het begin.

Als je merkt dat dit een rustig plekje is waar je beter kunt waarnemen wat er gebeurt in jezelf en om jou heen, dan begin je langzamerhand de voordelen van dit plekje te herkennen. Als je hier vaker aanwezig bent, dan wordt het bekender terrein. Als je hier in de loop van de tijd aangename ervaringen opdoet, zoals de herkenning van de instroom vanuit jouw hogere Zelf, dan wordt dit een steeds fijner plekje om te zijn. Als je langzamerhand merkt hoe heilzaam het is hier aanwezig te zijn, dan wordt het steeds fijner om hieraan te werken.

Het afstemmen in jouw spirituele hartcentrum zou je meditatie kunnen noemen. Na verloop van tijd kun je dit combineren met andere activiteiten die je dan ondertussen ook doet, terwijl je toch geconcentreerd blijft in jouw spirituele hartcentrum.

Zo kan er een situatie ontstaan dat het steeds vertrouwder begint te voelen om af te stemmen op dit spirituele hartcentrum *in de loop van de dag*. Er zijn talloze activiteiten waarbij je dit heel goed kunt leren combineren. Je kunt dan tegelijkertijd jouw activiteit doen en toch afgestemd zijn in jouw eigen spirituele hartcentrum. Dit vraagt veel oefenen, maar het is heel goed mogelijk om deze houding van de waarnemer aan te leren, terwijl je ondertussen allerlei andere dingen doet zoals bijvoorbeeld lopen in een bos.

Als de confrontatie met de dieperliggende gevoelens die je tegen kunt komen in jouw hartcentrum te heftig worden, dan kan het zijn dat je daar weer uit stapt. Het kan zijn dat je dan weer in de woeste wateren van het emotionele leven springt, zoals de meeste mensen dat iedere dag beleven.

Als je omgekeerd de stilte die je in jouw hartcentrum tegen kunt komen als te ongemakkelijk gaat ervaren, dan kan het zijn dat je ook in *die* situatie de plaats van de waarnemer weer wil verlaten en weer mee wil gaan met de woelige emotionele stromen van het dagelijkse leven zoals je die gewend was.

Als je allerlei verplichtingen hebt waarbij je even niet in staat bent dit te combineren met het innemen van de plaats in jouw hartcentrum, dan glijd je ongemerkt gemakkelijk weer terug in de maalstroom van het dagelijkse leven.

Er zijn allerlei redenen waardoor het er niet van komt afgestemd te zijn in jouw hartcentrum en je meestal niet goed afgestemd bent maar soms wel. Toch kan dit evenwicht in de loop van de jaren verschuiven als je hier geduldig aan wil werken, zodat je steeds meer tijd aanwezig bent in jouw spirituele hartcentrum. In de loop van de jaren kan dit een gewoonte worden, die je jezelf hebt aangeleerd. Dit begint vaak pas op gang te komen als je hier het nut van in begint te zien.

Als je eigenlijk niet weet wat het is om stilte te ervaren in jezelf, dan zou het een eerste stap kunnen zijn om te proberen je af en toe te concentreren in jouw spirituele hartcentrum. Je hebt dan ook een geschikte methode om dichterbij jezelf te komen, want in het hartcentrum kun je ook de instroom ervaren vanuit jouw hogere Zelf, jouw Ziel.

Als je dit na verloop van tijd als prettig gaat ervaren, dan kun je de tijd die je *daar* bent afgestemd, gaan uitbreiden. Je zult dan automatisch minder meedeinen met de emotionele golven van het dagelijkse leven, waar de meeste mensen in meegaan. Je bent dan dichterbij jezelf dan daarvoor.

Door meer afstand te nemen van allerlei emotionele invloeden en door meer te leren luisteren naar jouw diepe gevoel in het hart, kun je steeds beter waarnemen wat er gebeurt in jezelf en om je heen. Je kunt dingen dan veel beter zien zoals ze zijn. Je kunt daardoor ook betere beslissingen nemen, dat wil zeggen beslissingen die beter aansluiten bij jouw innerlijke weten.

Door veel oefenen kun je in de loop van de jaren, deze meditatieve houding steeds meer toepassen in de loop van de dag, bij allerlei activiteiten die je ondertussen onderneemt. Dit is eenvoudig een kwestie van heel veel oefenen.

Daardoor word je steeds meer “onthecht”. Je hebt dan steeds minder raakvlakken met dingen die jou bij jezelf vandaan slepen. Je krijgt dan steeds meer innerlijke Vrijheid. Je bent dan steeds meer bij jezelf, dat wil zeggen in bewuste wisselwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

***Door in het gewone dagelijkse leven  
zo veel mogelijk afgestemd te blijven in jouw spirituele hartcentrum,  
en de houding van de waarnemer aan te nemen,  
leer je om zo veel mogelijk bij jezelf te zijn.***

Als je dit veel oefent en probeert je dit eigen te maken, zul je na verloop van tijd steeds meer merken dat dit jou sterker maakt, want op die plaats is de instroom van jouw hogere Zelf, jouw Ziel, het beste op te vangen. Dit is daarom de beste plaats om jouw aandacht op te richten. Door de houding van de waarnemer aan te nemen, word je aanzienlijk sterker.

## Over hoe de donkere kant jou kan benaderen

Zelfkennis heeft onder andere te maken met het beter leren kennen van jouw eigen sterke en zwakke punten. De zwakheden in jouw eigen karakter zijn de poorten waar de donkere kant jou het gemakkelijkste kan benaderen. Het is daarom van groot belang dat je jouw eigen zwakheden opspoot en zorgvuldig onderzoekt.

Zwakke punten zijn ingeweven in jouw karakter en worden meestal niet goed herkend. Het zijn vaak “blinde vlekken”, dingen die je niet goed ziet. Werkelijk goede vrienden kunnen je helpen om die zwakheden beter te herkennen. Als je weet dat een vriend het goed met jou voor heeft, dan is het vaak acceptabel wanneer zo’n goede vriend jou helpt om jouw eigen zwakheden beter te herkennen. Als de basis van de vriendschap goed is, dan kunnen ook moeilijke onderwerpen zoals jouw zwakheden, in een goed gesprek naar voren komen. Uitgangspunt is dan dat jij die vriend vertrouwt en je er zeker van bent dat wat hij zegt, wordt aangereikt om jou te helpen bij het opsporen en herkennen van zo’n zwakheid. Zonder de hulp van zulke uitermate waardevolle vrienden, is het veel moeilijker om jouw eigen zwakheden op te sporen.

***De donkere kant maakt vaak gebruik van jouw zwakheden om jou te beïnvloeden.  
Het is daarom van belang deze zwakke punten op te sporen en te versterken.***

In principe kun je spirituele ontwikkeling het beste *alleen* doen, zonder je al te druk te maken over wat andere mensen ergens van vinden. Maar als het gaat om het opsporen en onderzoeken van jouw eigen zwakke punten, werkt het in praktijk vaak heel goed wanneer je iemand kunt vinden die jij toestaat om jou hiermee te helpen. Dit vraagt vertrouwen in de motivatie van de ander om deze dingen naar voren te brengen. Als je er zeker van bent dat die ander goede bedoelingen heeft, is het gemakkelijker om je open te stellen voor de dingen die je dan te horen krijgt.

Er is moed nodig om deze dingen onder ogen te zien. Vaak zijn het dingen waar je liever niet al te veel bij stilstaat. Gewoonlijk zijn dit dingen die vanuit vorige levens niet goed zijn begrepen, en opnieuw naar voren komen als een soort van les die geleerd zou moeten worden.

Als je iemand vraagt om jou hiermee te helpen, dan stel jij je heel kwetsbaar op. Dit vraagt dus een zorgvuldige keuze van de persoon die jou hiermee zou kunnen helpen. In de loop van de tijd zullen er steeds meer mensen komen die geschikt zijn om anderen hiermee te kunnen helpen, omdat ze zelf al heel intensief bezig zijn geweest met het opsporen van hun eigen zwakke punten. Als je eenmaal *zelf* hebt ervaren hoe dit werkt en wat dit jou heeft opgeleverd, zul je ook meer bereid zijn anderen hiermee te helpen wanneer je merkt dat iemand hiervoor open staat.

Naarmate iemand meer zwakheden in zichzelf heeft herkend en heeft aangepast, kan de donkere kant iemand minder goed bereiken. Je staat dan steeds sterker. Zolang je jouw eigen zwakheden niet goed herkent, kan de donkere kant jou langs die weg gemakkelijk bereiken.

Als je zowel jouw eigen zwakheden als de donkere kant ontkent, zul je gevangen blijven in allerlei dingen die vanuit vorige levens dóórlopen, waar je destijds geen goed antwoord op hebt kunnen vinden. Met andere woorden het huiswerk dat is doorgeschoven vanuit voorgaande levens, blijft dan (opnieuw) liggen en wordt niet opgelost. In praktijk betekent dit dat de donkere kant dan een gemakkelijk prooi kan vinden in zijn eindeloze zoektocht naar nieuwe slachtoffers.

Misschien vind je het overdreven zoals ik dit hier verwoord maar dit is wel de realiteit. Zolang je gelooft in een wereld waar de donkere kant geen rol in heeft, leef je in feite in een soort van bubbel. Misschien vind je dit een prettige gedachte maar het helpt je niet om jouw huiswerk aan te pakken en de samenwerking met de Ziel, jouw hogere Zelf, verder op te bouwen.

Mensen die in hele grote moeilijkheden zijn gekomen, willen uiteindelijk meestal helemaal niets meer. Ze willen gewoonlijk geen keuzes meer maken. Ze leven in een soort van overlevingsmodus en vertrouwen niemand meer. Wanneer er ernstig traumatische ervaringen uit een verleden zijn aangeraakt of opnieuw zijn beleefd in het dagelijkse leven, dan kan het zelfs zijn dat iemand weinig vertrouwen meer heeft in het eigen vermogen om goede beslissingen te nemen.

In zo'n situatie is spirituele ontwikkeling een luxe geworden. Er is dan eerst behoefte aan betere ervaringen. Er is dan eerst de noodzaak om de grootste moeilijkheden in de dagelijkse omstandigheden op een aanvaardbaar peil te brengen. Als mensen geen dak boven hun hoofd hebben, dan is *dat* meestal wat er eerst nodig is, voordat spirituele ontwikkeling meer kans van slagen heeft. Als er geen basisveiligheid is, dan is *dat* eerst nodig, voordat ontwikkeling van Zelfkennis zinvol is.

Als er onvoldoende geld is voor fatsoenlijk eten en drinken, dan is *dat* iets wat dan meestal als eerste om een oplossing vraagt. Als er de dreiging is van een ernstige ziekte of van veel pijn, dan is *dat* wat meestal eerst opgelost moet worden, voordat spirituele ontwikkeling meer kans van slagen heeft. Zolang je vooral gericht bent op overleven, dan belemmert dat vaak verdere Zelfkennis.

Als er een basis is van veiligheid en er is voldaan aan een soort van minimumbestaan, dan is er gewoonlijk meer kans van slagen om te werken aan het opbouwen van Zelfkennis en het leren samenwerken met de Ziel, het hogere Zelf.

Onderdeel van het beter leren kennen van jezelf, is ook het onderscheid leren maken tussen gedachten die van jezelf zijn en gedachten die *niet* van jezelf zijn, maar die wel aanwezig zijn in jouw energieveld.

Stel dat je ooit in een vorig leven iets hebt gedaan wat volkomen heeft gebotst met het innerlijke weten, bijvoorbeeld iemand hebt vermoord, dan kan de donkere kant jou daar voortdurend aan herinneren met akelige gedachten. De donkere kant zou jou dan kunnen inwrijven dat je hebt gefaald om samen te werken met jouw Ziel, en dat je het nu zo hebt verknoeid dat je *daar* niet meer aan hoeft te komen. De donkere kant kan jou inprenten dat je straf hebt verdiend en dat het vanzelfsprekend is dat mensen een hekel aan jou hebben, als je in vorige levens traumatische ervaringen hebt meegemaakt waar je misschien deels zelf verantwoordelijk voor bent geweest.

In dergelijke gevallen zullen deze venijnige gedachten jou diep raken en heb je vaak geen goed antwoord als dit soort vernietigende gedachten op jou af worden gevuurd door de donkere kant, en je niet herkent wat er in feite gebeurt.

Meestal denken mensen dat ze dit *zelf* bedenken, maar het komt veel voor dat mensen dit NIET zelf denken maar dat deze afbrekende gedachten worden ingeprent door de donkere kant, met als bedoeling mensen te kwelen en hen mentaal te breken.

Als er in zo'n situatie raakvlakken zijn met jouw eigen verantwoordelijkheden voor wat er in een vorig leven is gebeurd, dan is het vaak heel moeilijk te herkennen welke gedachten van jezelf zijn en welke gedachten worden afgevuurd door de donkere kant. Het is dan alsof die kwellende gedachten zich hechten aan jouw zwakke plekken, namelijk schuldgevoel en het gevoel dat je hebt gefaald.

Als je ooit ernstig hebt gefaald in een vorig leven om het spoor van het innerlijke weten te volgen, in een extreme situatie waarin er akelige dingen in werking zijn gezet, dan zul je vaak de neiging hebben om belangrijke beslissingen te vermijden en over te laten aan anderen. Je zult in zo'n situatie ook vaak de neiging hebben om voortdurend een bevestiging te willen ontvangen van anderen, dat je iets goed hebt gedaan. Ook dit is dan te beschouwen als een zwakheid in je karakter.

Als je in een vorig leven hebt gefaald om te handelen in overeenstemming met het Geweten, in een belangrijke situatie waarbij er heel veel schade is ontstaan, dan zul je geneigd zijn om jezelf daarvoor te straffen. Dat wordt dan vaak een zwakheid in je karakter in een volgend leven.

Als je merkt dat je in het leven dat je nu hebt, met deze zwakheden in jouw karakter te maken hebt, is het vaak moeilijk te achterhalen waardoor dit is ontstaan. Je hebt dan meer inzage nodig in voorgaande levens. Vaak is het moeilijk om hier meer duidelijkheid over te krijgen. Je hebt dan meestal een beetje hulp nodig om hier verder mee te komen en de dieperliggende oorzaak op te sporen.

Vanzelfsprekend zal de Ziel proberen jou hiermee te helpen maar vaak is er vanuit haar standpunt onvoldoende ruimte om hier op eigen kracht mee aan de slag te kunnen. Als het gaat om hele diepe traumatische ervaringen dan zijn er vaak weinig mogelijkheden om hier zonder hulp aan te werken.

Het hogere Zelf zal dan gewoonlijk zoeken naar iemand die jou hiermee zou kunnen helpen. Dit is vaak niet gemakkelijk. Er zijn maar weinig mensen te vinden die voldoende begrip hebben voor hoe deze processen werken en die zelf al voldoende hebben opgeruimd en hebben schoongemaakt om anderen hiermee te kunnen helpen. Er is bovendien een sterke samenwerking nodig met de Ziel, voordat het voldoende kans van slagen heeft om hieraan te kunnen beginnen.

Er is dan een beetje vertrouwen nodig bij degene die met zo'n zwak punt rondloopt. Als de situatie heel moeilijk is geworden, dan is dit vaak niet één van de eerste dingen waar je je voor in wil zetten. Het eerste dat dan meestal nodig is, is een soort van minimum bestaan opbouwen. Zolang dat er niet is, heeft het weinig zin te beginnen aan het oplossen van diepe traumatische ervaringen uit een vorig leven. De omstandigheden moeten dus wel geschikt zijn om met voldoende kans van slagen te beginnen aan het opruimen van diepliggend oud zeer. Met andere woorden er is veel voorbereiding nodig voordat iemand kan *beginnen* met het aanpakken van diepliggende traumatische ervaringen uit een vorig leven.

Dit is er de oorzaak van dat diepe traumatische ervaringen vaak heel lang blijven liggen, zonder dat er geschikte mogelijkheden zijn om hieraan te werken. Soms is er in duizenden jaren niet één leven waarin er geschikte mogelijkheden zijn om hieraan te werken. Gelukkig zijn er nu hele grote aanpassingen in ons evolutieproces waardoor er veel meer geschikte omstandigheden zijn om aan deze dingen te werken, en zullen er in de komende jaren steeds meer mensen komen die anderen hiermee kunnen helpen, omdat ze hier zelf al voldoende ervaring mee hebben opgedaan.

Op de weg van Zelfkennis is het van belang jouw eigen zwakheden op te sporen en te herkennen wanneer de donkere kant jou bestookt met venijnige gedachten die raakvlakken hebben met jouw eigen gedachten en jouw eigen zwakheden, die zijn ontstaan in vorige levens. Als die zwakheden uiteindelijk voldoende zijn herkend en voldoende zijn versterkt, zullen de afbrekende gedachten vanuit de donkere kant zich niet meer zo gemakkelijk aan jou kunnen hechten. Ze glijden dan als het ware af op een soort van gepolijst oppervlak, waardoor je hierdoor niet meer zo gemakkelijk kunt worden geraakt door de donkere kant.

Misschien is wat de donkere kant doet, te vergelijkbaar met het impregneren van materiaal. De donkere kant injecteert mensen als het ware met afbrekende gedachten. Zolang je daar raakvlakken mee hebt, hechten deze vernietigende gedachten zich aan jou vast. Ze blijven als het ware kleven en veroorzaken veel pijn en andere schade.

Als je zo'n zwak punt hebt opgespoord en hebt kunnen genezen met hulp van jouw Ziel, dan raken deze gedachten je steeds minder en kun je doorgroeien naar een situatie dat je steeds beter herkent dat de donkere kant jou op die manier probeert te naderen en probeert te kwellen.

Als je herkent hoe dit werkt, kun je hier iets tegenoverstellen. Je kunt jezelf dan weerbaarder maken. Als je in zo'n wolk van vernietigende gedachten verzeild raakt en je herkent dit, dan weet je dat je hierbuiten kunt blijven en hier niet in mee hoeft te gaan. Net zoals je verzeild kunt raken in een mistwolk, zo kun je ook verzeild raken in een wolk met vernietigende gedachten. Net zo goed als jij niet die mistwolk *bent* maar hierin terecht gekomen bent en hier gewoon doorheen kunt lopen, zo kun je op precies dezelfde manier reageren op wolken met vernietigende gedachten. Zolang je herkent wat er gebeurt, kun je deze gedachten negeren. Je kunt je ondertussen het beste zo goed mogelijk concentreren in jouw hartcentrum. Daar kun je het best herkennen wat er gaande is.

***Net zoals je kunt worden bestookt met akelige gedachten,  
kun je door de donkere kant ook worden bestookt met akelige gevoelens.***

In feite is het principe hier exact hetzelfde. Het verschil is dat de golflengte van gedachten anders is dan die van gevoelens. Als je merkt dat je bijvoorbeeld plotseling heel somber en depressief aan het worden bent, dan zou je je af kunnen vragen of deze gevoelens van *jou* zijn of dat het een wolk is die overdrijft. Als je niet goed herkent dat deze gevoelens misschien helemaal niet van jou zijn maar van iemand anders, die in zo'n stemming is en veel aan jou denkt, dan is het moeilijk je hiervan los te maken.

Als zo iemand heel depressief is of vindt dat jij helemaal verkeerd bezig bent, dan veroorzaakt dit een vervelende energiestroom in jouw energieveld. Als jij je daardoor heel zwaar voelt en niet goed herkent wat er gebeurt, dan wordt het veel moeilijker om goed af te stemmen op jouw innerlijke weten en verder te komen met de samenwerking met jouw Ziel. Mensen uit jouw omgeving die zich al dan niet terecht zorgen over jou maken en op die manier veel aan jou denken, veroorzaken zonder dat ze dat zelf in de gaten hebben, extra moeilijkheden. Hoe gevoeliger je bent, des te groter is het probleem. Als iemand "high sensitive" is, dan kan dit grote moeilijkheden veroorzaken. Naarmate je beter herkent wat er gaande is, kun je hier beter mee leren omgaan.

***Dit vraagt een voortdurende waakzaamheid in het dagelijkse leven,  
waarin je regelmatig rustpunten inbouwt  
en je weer even goed concentreert in jouw hartcentrum.***

Als je deze gewoonte inbouwt in jouw manier van leven, dan kun je daardoor veel eerder herkennen wat er gaande is in jouw energieveld. Naarmate je dit eerder herkent, kun je dit eerder aanpakken en kun je beter leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Als je in een depressieve wolk terecht bent gekomen, kan jouw Ziel jou niet zo goed meer bereiken. Herkenning is dus van groot belang.

Zoals depressieve gevoelens bij anderen vandaan kunnen komen, zo kunnen deze gevoelens ook worden veroorzaakt door de donkere kant. Die kan jou *gevoelens* geven op dezelfde manier als die jou ook *gedachten* kan geven. Zo kun je bij het lezen van een mail bijvoorbeeld vervelende gevoelens krijgen, die op zo'n moment door de donkere kant worden ingeprent. Daardoor wordt een mail ingekleurd door de lading die de donkere kant daaraan toevoegt.

Het kan in zo'n situatie heel goed zijn dat je dezelfde mail heel anders beoordeelt als je deze een paar dagen later opnieuw leest, terwijl er geen inkleuring vanuit de donkere kant meer gaande is.

De mail uit ons voorbeeld kan zowel lichter als donkerder worden ingekleurd door de donkere kant. Een fijne mail van een goede vriend kan door de donkere kant bijvoorbeeld worden ingekleurd met twijfels over de bedoelingen van de schrijver. Daardoor kan de ene mens tegen de andere worden opgezet.

Omgekeerd kan een hele venijnige mail van een vage kennis bijvoorbeeld, misschien niet goed worden herkend in diens motieven, juist door de positieve inkleuring van de donkere kant. De inkleuring vanuit de donkere kant kan dus beide kanten op zijn. Venijn kan hierdoor worden gecamoufleerd en goede bedoelingen kunnen ernstig in twijfel worden getrokken. Het is belangrijk te weten dat deze dingen mogelijk zijn.

Ook de Ziel kan het lezen van een mail inkleuren. De Ziel kan jou bijvoorbeeld tijdens het lezen van een mail duidelijk maken dat die heel belangrijk is voor jou. De Ziel en de donkere kant hebben gelijkwaardige mogelijkheden als het gaat om dit soort beïnvloeding. Als je niet weet hoe dit werkt, kun je hier gemakkelijk verkeerde inschattingen door maken en op verkeerde conclusies uitkomen.

Al deze dingen horen bij het beter leren kennen van wat er zich in jouw energieveld afspeelt. Dit is een eindeloos uitgestrekt gebied, waar je nooit uitgeleerd raakt. Er komt geen moment dat je alles begrijpt wat zich in jouw eigen energieveld afspeelt, maar je kunt wel proberen steeds verder te komen met het leren begrijpen van de dingen die gaande zijn en proberen daar zo goed mogelijk mee om te gaan. Dit vraagt heel veel onderzoek en oefening.

In jouw energieveld dwarrelen allerlei gedachten rond die ooit door jouzelf zijn gemaakt, maar er dwarrelen ook allerlei gedachten rond die *niet* door jou zijn gemaakt maar die door anderen in jouw energieveld worden ingebracht. Dit kunnen gedachten zijn van jouw gids, van jouw Ziel, van andere mensen of vanuit de donkere kant.

Tegelijkertijd zijn er in jouw energieveld allerlei verschillende gevoelens en emoties gaande. Ik maak daarbij onderscheid tussen de oppervlakkige en snel wisselende *emoties* en de dieperliggende *gevoelens* in de diepte van het hart. Boos zijn bijvoorbeeld, beschouw ik als een emotie die al heel snel weer over kan zijn, zoals een wolk die voorbijdrijft. Meer in de diepte liggen gevoelens waarin je bijvoorbeeld kunt merken of je in overeenstemming handelt met het innerlijke weten of juist helemaal niet. Je kunt een gevoel krijgen of het goed met iemand gaat. Dit is niet een emotie maar een dieperliggend gevoel. Het is een andere golflengte.

Door verwerkingsprocessen kunnen er hele oude gevoelens langskomen die in verband staan met wat jij zelf ooit hebt meegemaakt. Die gevoelens horen bij jou, ook al hebben ze misschien te maken met een heel ver verleden.

***Als anderen veel aan jou denken, dan kun je daar last van krijgen.  
Hoe meer iemand "high sensitive" is, des te groter het probleem.***

Het is raadzaam niet al te veel aan anderen te denken, omdat je anderen hiermee onnodig lastigvalt, zelfs als je het goed met iemand vóór hebt. Als je iets wil onderzoeken waar een ander bij is betrokken, dan kun je dit het beste doen vanuit een geconcentreerd zijn in jouw eigen hart. Dan heeft iemand daar de minste hinder van. Het is dan bovendien van belang om jouw onderzoek zo kort mogelijk te houden. Daardoor voorkom je dat iemand daar last van heeft.

Stel dat er veel mensen zijn die aan dezelfde persoon denken, dan kan zo iemand daar behoorlijk door worden beïnvloed. Als je nagaat hoeveel mensen er aan bijvoorbeeld regeringsleiders denken, dan kun je misschien aanvoelen hoezeer deze mensen worden bestookt met allerlei gedachten van andere mensen. Dit maakt het voor deze bestuurders heel moeilijk om zichzelf te zijn.

Je kunt aan iemand denken omdat je je zorgen maakt over die persoon. Je kunt ook aan iemand denken omdat je bijvoorbeeld boos bent of het helemaal niet eens bent met diegene. Je kunt ook aan iemand denken omdat jij je afvraagt waarom iemand zo reageert. Dit zijn allemaal verschillende redenen om aan iemand te denken. De overeenkomst is dat de ander daar meestal last van zal hebben en vaak niet in de gaten zal hebben waar die invloed vandaan komt.

Er is nog een andere reden waarom mensen zich soms met anderen bezighouden en dat is door middel van hun fantasieleven. Stel dat er heel veel mensen zijn die een bekende filmster laten opdraven in hun seksuele fantasie en deze persoon in hun fantasie alles laten doen wat zij graag willen, dan zal dat zo iemand beïnvloeden, ook als deze persoon zijn “volgers” nog nooit heeft ontmoet en er misschien een hele grote afstand in kilometers is. Als veel mensen dezelfde filmster kiezen voor hun fantasie, dan is het voor zo’n filmster heel moeilijk om nog goed bij zichzelf te blijven. Hoe gevoeliger zo’n filmster is, des te groter het probleem. Het is daarom belangrijk mensen vrij te laten door niet te veel aan anderen te denken en *zeker* geen seksuele fantasieën te koesteren waarin anderen een rol spelen. Het is belangrijk mensen ook hierin vrij te laten.

Het fantaseren in jouw gedachten, brengt ons op een ander thema en dat is het visualiseren. Jij kunt in jouw gedachten iets visualiseren, bijvoorbeeld een blauwe bal op een wit vlak. Jij bent dan degene die de beelden maakt. Net zoals je gedachten kunt bedenken, kun je ook beelden produceren. Als jij dergelijke beelden ziet, dan kan het zijn dat je die zelf hebt gemaakt. Het kan ook zijn dat je beelden ziet die door anderen zijn gemaakt. Ook de Ziel kan beelden aangeven, evenals jouw gids, maar ook de donkere kant kan beelden inbrengen in jouw energieveld, zodat jij die gaat waarnemen.

Als jij beelden waarneemt, dan is het van belang je ervan bewust te zijn dat die niet allemaal door jou hoeven te zijn gemaakt. Stel dat je in jouw fantasieleven extreme ervaringen meemaakt, dan kan het heel goed zijn dat deze beelden *niet* door jouzelf zijn gemaakt maar door de donkere kant zijn ingegeven, om jou die richting in te krijgen.

In extreme situaties kan de donkere kant jou beelden tonen waarin jij bijvoorbeeld zelfmoord gaat plegen zonder dat je dat van plan was. Op die manier kun je ernstig worden gekweld en worden aanzet dingen te doen die je *niet* van plan was maar door enorme psychische druk misschien toch gaat doen. Net zoals mensen soms door stemmen in hun hoofd dingen gaan doen die ze *niet* van plan waren en die volkomen botsen met hun innerlijke weten, zo kunnen mensen ook door beelden, dingen gaan doen die ze *niet* willen maar uiteindelijk toch doen. Het is in zo’n situatie van groot belang te herkennen waar deze beelden vandaan komen en te beseffen dat jij niet de maker bent van deze beelden.

***Beelden die jij ziet,  
kunnen vanuit verschillende bronnen afkomstig zijn,  
ook vanuit de donkere kant.***

In praktijk zie je dit terug in “onzindromen” die door de donkere kant worden ingegeven en in allerlei fantasieën bijvoorbeeld seksuele fantasie, waarbij je misschien niet goed in de gaten hebt dat dit niet door jezelf is gemaakt. Dit vraagt dus zorgvuldig onderzoek en grote voorzichtigheid.

De donkere kant kan zowel door gedachten als door gevoelens als door beelden, mensen proberen te beïnvloeden, en bijvoorbeeld proberen ze zo ver te krijgen dat ze zichzelf of iemand anders gaan beschadigen of zelfs gaan vermoorden. Een goede therapeut die weet hoe deze dingen werken, zou op dit gebied veel goeds kunnen brengen en mensen kunnen helpen onderscheid te maken tussen wat van henzelf is en wat niet.

***De donkere kant kan zowel door gedachten  
als door gevoelens als door beelden,  
mensen proberen te beïnvloeden.***

In jouw energieveld spelen zich allerlei dingen af die afkomstig kunnen zijn vanuit allerlei verschillende bronnen. Je hebt te maken met gedachten, beelden en gevoelens die bij de donkere kant vandaan kunnen komen. Je hebt ook te maken met gedachten, beelden en gevoelens die bij jouw gids of jouw Ziel vandaan kunnen komen.

Het is belangrijk hier onderscheid in te maken en zo goed mogelijk te herkennen wat er gaande is. Als je wordt aangevallen vanuit de donkere kant, is het van groot belang dat je dit goed herkent. Dit is in feite de sleutel om hier goed mee om te kunnen gaan. Het is dan van groot belang dat je weet wat de donkere kant *kan* doen en hoe jij hier het beste op kunt reageren. Als je goede kennis van zaken hebt en je herkent goed wat er gebeurt, kun je je hier veel beter in staande houden.

Naarmate het contrast groter is tussen jouw eigen gedachten en gevoelens, en dat wat de donkere kant op jou afstuurt, is dit gemakkelijker te herkennen.

**Een voorbeeld van de manier waarop de donkere kant lichtwerkers in de afgelopen eeuwen vaak heeft benaderd,** soms met dodelijke afloop.

De donkere kant is in staat om je onder te dompelen in een wolk van depressie. Dit kan zó intens zijn, dat je hierdoor volkomen wordt overweldigd. Tegelijkertijd kan diezelfde donkere kant je een gedachte opdringen dat dit nooit meer anders zal worden, bijvoorbeeld de gedachte “Ik kan mij niet voorstellen dat dit ooit weer anders zal zijn”.

De donkere kant bestookt je dan met gevoelens (depressie) én met gedachten (“Ik kan mij niet voorstellen dat dit ooit weer anders zal zijn.”) De donkere kant bestookt je dan tegelijkertijd via twee verschillende kanalen.

Daarnaast kan de donkere kant je ook beelden voorhouden van bijvoorbeeld een stuk touw, waar je je aan op zou kunnen hangen, misschien zelfs met beelden waarin je jezelf ziet hangen in zo’n touw.

In zo’n akelige situatie bestookt de donkere kant je via drie verschillende kanten tegelijkertijd, zowel met gevoelens als met gedachten als met beelden.

In praktijk kan de druk dan zó overweldigend groot zijn, dat iemand hier uiteindelijk onder bezwijkt en meegaat met de intense inwerking vanuit de donkere kant, door zelfmoord te plegen.

De omgeving zal dan na afloop tot de conclusie komen dat iemand depressief is geworden en zelfmoord heeft gepleegd. In werkelijkheid is het de donkere kant, die op die manier, iemand onder enorme druk, over de streep heeft getrokken.

In zo'n situatie van intense aanvallen vanuit de donkere kant, is het van belang dit te herkennen en je zo goed mogelijk te concentreren in jouw hartcentrum, in het midden van de borstkas. Het is dan van belang te herkennen wat er gaande is, namelijk dat je wordt aangevallen door de donkere kant. Als je dit goed herkent, helpt dat om zo goed mogelijk staande te blijven en niet mee te gaan in de venijnige gedachten en vernietigende suggesties die de donkere kant kan inprenten.

***Als je herkent dat je wordt lastiggevalen door de donkere kant,  
kan het van belang zijn dit eenvoudig te accepteren zoals het is.***

Als je herkent dat je wordt lastiggevalen door de donkere kant, dan kan het van belang zijn dit eenvoudig te accepteren zoals het is, zonder dat je probeert hier de strijd mee aan te gaan en de donkere kant probeert weg te drukken uit jouw energieveld. Het is van belang *niet* in een machtsstrijd terecht te komen met de donkere kant. Zolang je blijft herkennen wat er gebeurt, zal dit gewoonlijk voldoende zijn om je staande te kunnen houden, ook al is dit een akelige ervaring. Na verloop van tijd zal dit dan gewoonlijk vanzelf weer ophouden.

Wat je beter *niet* kunt doen in zo'n situatie is het aanroepen van allerlei heiligen, goeroes, aartsengelen, etc. want daardoor richt je je in feite tot de donkere kant met het verzoek om macht in te schakelen. Daardoor kom je zelf in moeilijkheden en maak je de situatie erger.

***In een situatie waarin je wordt aangevallen vanuit de donkere kant,  
is herkenning de sleutel.***

Mocht je iemand tegenkomen waarvan je vermoed dat die in zo'n situatie terecht is gekomen, dan kan het vaak helpen als je vlak bij iemand probeert te komen en flink gaat uitstralen vanuit jouw hartcentrum. Dit kun je doen door je goed te concentreren in jouw hartcentrum in het midden van jouw borstkas en vanuit die positie uit te *willen* stralen naar degene die wordt aangevallen door de donkere kant. Het uitstralen komt op gang, door dit te *willen*, in een situatie waarin dit hard nodig is, omdat iemand wordt aangevallen vanuit de donkere kant, en jij op die manier kunt helpen.

Er is over deze dingen heel weinig praktisch bruikbare kennis beschikbaar maar het is van belang dat alle lichtwerkers weten hoe dit werkt, zodat je elkaar hiermee kunt helpen wanneer dat nodig is.

Je kunt in zo'n situatie het beste proberen *zelf, op eigen kracht*, de situatie te verbeteren. Soms helpt het om met de ander te gaan praten en uit te leggen dat de donkere kant mogelijkheden heeft om iemand depressief te maken en akelige gedachten in te prenten. Het kan zijn dat dit voldoende is om degene die in een depressieve toestand terecht is gekomen, te helpen hier weer uit te komen.

***Wanneer iemand wordt aangevallen vanuit de donkere kant,  
is er juiste kennis van zaken nodig om de situatie te verbeteren.***

Als jij vanuit zuivere motieven iemand probeert te helpen die wordt aangevallen vanuit de donkere kant, dan zal jouw Ziel, jouw hogere Zelf, dit onmiddellijk registreren en zo veel mogelijk helpen, maar het is van belang jouw hogere Zelf hier volkomen vrij in te laten en niemand op te roepen of in te schakelen.

Je hebt meestal te maken met de gedachten die jij zelf hebt gemaakt. Als je een gedachte vaak denkt, dan geef je die kracht en geef je die daarmee bestaansrecht in jouw energieveld. Je kunt te maken hebben met verwerkingsprocessen van dingen uit een soms ver verleden, die hun eigen ladingen met zich meebrengen. Het kan ook zijn dat je dingen aanvoelt die binnenkort gaan komen. Je kunt ook te maken krijgen met gedachten van anderen die aan jou denken of met gevoelens die door anderen worden veroorzaakt zoals depressie of opgewondenheid.

Al deze dingen spelen zich tegelijkertijd af in jouw energieveld. Het is niet mogelijk om *alles* goed te herkennen wat er langskomt, daarvoor is dit veel te complex. Je kunt hoogstens proberen hier zo goed mogelijk mee om te gaan en ondertussen de dingen te doen waarvan je aanvoelt dat die nodig zijn. Het kan helpen jezelf aan te leren jouw energieveld te stabiliseren maar het helemaal goed in balans proberen te krijgen en te houden van jouw energieveld, is een dagtaak. Je zou dan nergens anders meer aan toe komen.

In praktijk zit er dus niets anders op dan proberen te midden van al deze invloeden zo stabiel mogelijk te zijn door je regelmatig goed af te stemmen op jouw spirituele hartcentrum en ondertussen de dingen te doen die het meest nodig zijn.

Het belangrijkste onderdeel van Zelfkennis is naar mijn idee het leren herkennen van motieven van waaruit jijzelf of iemand anders handelen. Dit vraagt veel ervaring en een geopend hart. Naarmate het hart verder is geopend, kun je deze motieven beter aanvoelen, zowel bij jezelf als bij anderen.

In dit verband is het waardevol nog iets te zeggen over het verschil tussen eigenbelang en het streven naar macht. Beide motieven zijn niet in overeenstemming met het innerlijke weten maar de uitwerking van deze motieven is heel verschillend.

Eigenbelang is vanzelfsprekend niet in overeenstemming met het innerlijke kompas maar in praktijk zijn er vaak een soort van natuurlijke grenzen als het gaat om eigenbelang. Als iemand de eigen belangen voldoende heeft ingevuld, ontstaat er vaak een soort van verzadiging waardoor er een grens wordt bereikt. Met andere woorden er wordt tegen beter weten in gehandeld maar de schade is meestal beperkt.

Als het gaat om macht is de situatie vaak volkomen anders. Het streven naar macht is iets wat diepgeworteld is in het menszijn. Een gevaar hiervan is dat deze honger in praktijk vaak onverzadigbaar is. Mensen die hier vatbaar voor zijn, kunnen daardoor diep vallen en steeds meer in contact komen met de donkere kant. In praktijk zijn hier nagenoeg geen grenzen. De verloren Zielen bijvoorbeeld worden gekenmerkt door een onverzadigbare honger naar macht. Dit is hun zwakte punt.

Ik hoop dat het inmiddels duidelijker is geworden dat er niet zoiets als privacy bestaat. Dit is iets wat wij als mensen graag zouden willen maar in praktijk is dit niet het geval. Er zijn geen plaatsen op Aarde waar privacy is. Er zijn wel situaties waarin je beter bij jezelf kunt komen, bijvoorbeeld wanneer je tijdelijk wordt opgenomen in een sterker energieveld zoals dat van jouw Ziel.

Door zorgvuldig te onderzoeken wat er zich in jouw energieveld afspeelt, kun je veel leren en kun je veel moeilijkheden opsporen en hier beter mee leren omgaan.

Zelfkennis is een uitgestrekt terrein waarop je nooit bent uitgeleerd. Als je al deze dingen niet herkent, ga je waarschijnlijk gewoon mee in de maalstroom van het gewone dagelijkse leven.

Als je geen goed onderscheid kunt maken, kun je ook niet leren van de dingen die zich in jouw eigen energieveld afspelen. Juist door de weg van Zelfkennis te volgen, en zorgvuldig te observeren wat er gebeurt in jouw energieveld, kun je leren om onderscheid te maken. Daardoor word je weerbaarder tegen de aanvallen vanuit de donkere kant. Daardoor kun je ook beter leren samenwerken met jouw hogere Zelf om anderen te helpen met hun ontwikkelingsprocessen.

Het leerproces is de kern van ons menszijn. In oude teksten wordt dit soms weergegeven met de woorden “het eten van de boom van kennis van goed en kwaad”. Als men van deze boom “eet”, dan krijg je onderscheidingsvermogen.

Door onderscheidingsvermogen te ontwikkelen, kun je betere keuzes maken dan voorheen. Daardoor kun je een betere toekomst opbouwen en sommige moeilijkheden in de toekomst voorkomen. Als je die weg ingaat, dan ontwikkel je Wijsheid en Genegenheid.

Eten heeft iets te maken met voeding. De ervaringen van het dagelijkse leven worden dan voeding voor het ontwikkelen van Wijsheid. Het volgen van de weg van Zelfkennis is het “eten” van die boom. Daardoor kan iemand spiritueel gezien groeien, groeien in herkenning.

***Eten van de boom van kennis van goed en kwaad  
is het ontwikkelen van Zelfkennis.***

De donkere krachten wilden dat koste wat kost voorkomen, want op die manier zouden zij hun macht kwijtraken over de mensheid. Dit is de reden dat de donkere kant ervoor gezorgd heeft dat er heel veel verkeerde kennis in omloop is gebracht.

De Ziel helpt jou met het beter leren kennen van jezelf. Als je echt waardevolle vrienden hebt, dan zullen die jou ook helpen met het beter leren kennen van jezelf. Zowel de mooie dingen als de zwakke punten, zullen dan naar voren komen. Van beide kun je leren.

Soms zie je in anderen wat er diep in jezelf leeft, zonder dat je dit goed in de gaten hebt. Als je zelf een diepliggend trauma niet goed hebt verwerkt, is de kans groot dat je dat voortdurend meent te zien bij anderen. Psychologen noemen dat projectie. Naarmate iemand meer heeft opgeruimd aan oud zeer, kun je anderen beter zien zoals ze zijn.

Als er haat is in jouw hart, zul je in anderen vaak iets menen te zien wat eigenlijk in jezelf leeft. De donkere kant kon in het verleden spiegels plaatsen in iemands hart, waardoor je niet goed kon herkennen wat er in jouw eigen hart leefde. Ook in die situatie kon je dan dingen zien bij anderen die eigenlijk bij jezelf leefden en niet bij de ander. Zo kon de donkere kant het beter leren kennen van jezelf belemmeren.

Deze techniek van het plaatsen van spiegels is het terrein van magie. Het is raadzaam je hier niet te veel mee bezig te houden maar het is wel van belang te weten dat dit lange tijd zo heeft gewerkt. Op die manier werd het iemand onmogelijk gemaakt zichzelf beter te leren kennen.

Het gevolg hiervan was dat iemand niet veel kon leren en niet de uitweg kon vinden uit de eigen moeilijkheden. In de komende periode zal dit fenomeen veel minder voorkomen maar het is nuttig te weten hoe dit in het verleden is gegaan. De weg van Zelfkennis is nodig om jezelf te kunnen ontwikkelen en daardoor bij te kunnen dragen aan het ontwikkelingsproces van anderen.

## Uitstralen door de ogen

De ware mens is de etherische mens. De etherische mens gaat in de uren dat het stoffelijke lichaam in slaapmodus is, met zijn etherische lichaam naar “de groene weide”. Wanneer de etherische mens weer teruggaat naar het stoffelijke lichaam, wordt het weer gekoppeld aan dit stoffelijke deel.

Doordat het etherische lichaam dan is gekoppeld aan de hersenen, zijn wij weer beperkt in onze waarnemingen. Als ons bewustzijn *niet* zou zijn gekoppeld aan de hersenen, maar los daarvan zou kunnen bestaan in onze stoffelijke werelden, dan zouden we opeens veel meer leven kunnen waarnemen. We zouden allerlei natuurwezentjes kunnen waarnemen zoals elfen en feeën, kabouters en kobolden maar ook gidsen en af en toe een Ziel, een hoger Zelf, dat aansluiting probeert te maken met een persoonlijkheid in incarnatie. Met andere woorden juist doordat ons bewustzijn is gekoppeld aan de hersenen, worden wij sterk begrensd in onze waarnemingen.

Het etherische lichaam wordt bij terugkeer naar het stoffelijke lichaam, verbonden via verschillende poorten. In het hart is zo’n grote poort maar ook in het hoofd is zo’n grote poort. Daarnaast zijn er allerlei kleinere poorten zoals bij de handen.

Ook bij de ogen is er een poort. Dat is de reden dat er vaak wordt gezegd dat de ogen de spiegels zijn van de Ziel. In feite betekent dit dat het etherische lichaam bij de ogen een soort van uitgaande poort heeft, waardoor het inwonende bewustzijn, jij dus, uit kan stralen, op dezelfde manier als een magnetiseur dat kan via zijn handen.

Naarmate het inwonende bewustzijn sterker is, kan die sterker uitstralen door de ogen. Dit gaat beter naarmate iemand sterker is verbonden met het eigen lichaam.

Als een sterke Ziel, een hechte wisselwerking heeft opgebouwd met de persoonlijkheid in incarnatie en er is een goede verbinding met het stoffelijke lichaam, dan kan de uitstraling door de ogen heel krachtig zijn. Dit heeft soms een kracht die groter is dan een gemiddelde magnetiseur via zijn handen kan laten stromen. Deze energie kan heel voedend zijn.

***Als er sprake is van een sterke wisselwerking met de Ziel,  
dan kun je dit herkennen aan de uitstraling door de ogen.***

Het kan misschien jaren duren voordat dit langzaam wordt opgebouwd, maar als de samenwerking met het hogere Zelf eenmaal weer goed op gang is gekomen, dan kun je dat zien aan de kracht die iemand uitstraalt, puur door naar iets of iemand te kijken.

Als er een Ziel werkzaam is die veel Genegenheid en Wijsheid heeft opgebouwd, dan zal iemand dit uitstralen door de ogen.

Dit zijn dingen die je niet zo gemakkelijk na kunt bootsen. Als het gaat om allerlei andere aspecten, dan is het voor veel mensen soms moeilijk een goed onderscheid te maken tussen juiste kennis en onjuiste kennis. Maar als het gaat om het herkennen van de uitstraling door de ogen, dan is dit veel eenvoudiger. Op die manier kunnen de mensen die proberen te leren samenwerken met hun Zielen, elkaar heel goed herkennen.

Mocht je ooit op het stoffelijke gebied in aanraking komen met sterke Zielen, dan kun je hen hieraan herkennen. De uitstraling door de ogen zal duidelijk maken dat je dan in contact bent met een sterke Ziel. De energie die dan uitstraalt door de ogen, is heel heilzaam.

## Veel slapen!

Als je in een periode terecht bent gekomen van intensieve verwerking van oud zeer, dan kan het heel goed zijn dat je niet genoeg hebt aan de gebruikelijke acht uur slaap per dag. Het kan dan zijn dat je veel meer slaap nodig hebt. Misschien zijn er dan dagen bij dat je het liefst de hele dag zo veel mogelijk in je bed wil blijven liggen. Als je dat zo voelt, dan kan het soms helpen dit spoor dan maar gewoon zo veel mogelijk te volgen, voor zover je daar de ruimte voor hebt.

*Het kan helpen om veel te slapen, als je voelt dat dit nodig is.  
Wanneer je slaapt, ga je naar “de groene weide”.*

Op de weide kun je praten met de leraren die daar zijn. Daar kun je contact maken met de mensen van jouw Zielsgroep. Daar kun je bijtanken en uitleg krijgen over de dingen waar je in jouw dagelijkse leven mee wordt geconfronteerd. Het kan daarom heel heilzaam zijn veel te slapen, als je in een periode bent aangekomen van hele intensieve ontwikkeling op het spirituele pad.

Als je lange tijd in de overlevingsmodus hebt geleefd en er komen structurele verbeteringen in jouw situatie, dan kan het heel goed zijn dat je onbewust uit die overlevingsmodus komt. Eén van de dingen die er dan gebeuren, is het loskomen van een intense vermoeidheid. Dit is de vermoeidheid van de periode daarvoor, waarin je heel veel energie hebt gebruikt. Het ervaren van een intense vermoeidheid, kan dus onderdeel zijn van een structurele verbetering van jouw dagelijkse leven. Het is belangrijk te weten dat dit vaak zo werkt, omdat dit voor de meeste mensen iets is wat ze niet goed begrijpen wanneer ze dit meemaken. Gevoelsmatig schrikken mensen vaak als ze merken dat ze intense vermoeidheid voelen. Vaak krijgen ze dan het gevoel dat er iets niet goed gaat. Als je weet dat dit het gevolg kan zijn van het loskomen uit de overlevingsmodus, dan kan dat een bepaalde rust geven.

Als je belangrijke vragen hebt waar je graag een antwoord op zou willen krijgen, dan kun je proberen tijdens diepe meditatie een gevoel te krijgen bij een antwoord op die vraag, als je merkt dat jouw hogere Zelf “in de buurt is”. Een andere methode is het je richten op deze vraag bij het in slaap vallen. Als je op die manier met zo’n vraag bezig bent, dan wordt dit op de weide opgevangen. Als jouw begeleiding de vraag voldoende belangrijk vindt, dan wordt er op de weide meer uitleg gegeven over de dingen waar je dan tegenaan loopt.

Het bewust je concentreren op zo’n belangrijke vraag bij het in slaap vallen, is een geschikte methode om hieraan te werken en hier verder mee te komen. Het kan dan zijn dat als je weer wakker wordt, je gevoelsmatig veel meer duidelijkheid hebt gekregen over hoe de situatie in elkaar zit. Op die manier kun je heel goed een soort van gevoelsmatige antwoorden krijgen op belangrijke vragen.

Veel slapen kan bijdragen aan jouw spirituele ontwikkeling, hoe vreemd dit in eerste instantie misschien ook klinkt. Ook hierin is het belangrijk jouw innerlijke kompas te blijven volgen, net zoals dat bij andere thema’s belangrijk is.

Ook als je in hele moeilijke omstandigheden terecht bent gekomen, kan het helpen om eenvoudig te gaan slapen, ook al is het midden op de dag. Jouw begeleiding volgt jou in alles en kan dan “op de weide” even met jou praten. Soms kan een half uurtje slapen overdag, al veel goeds brengen.

## Tegen beter weten in

Er leeft bij veel mensen een onjuist beeld van handelen tegen beter weten in. Met onjuist bedoel ik een beeld dat niet overeenkomt met de visie van de Ziel. Misschien is deze onjuiste beeldvorming te beschouwen als een vorm van onwetendheid en is er meer uitleg nodig over hoe de Zielen dit zien. In praktijk komt handelen tegen beter weten in, veel vaker voor dan mensen zich bewust zijn.

Er is een groot verschil tussen de manier waarop de Zielen dit zien en de gangbare opvattingen hierover in het dagelijkse leven. Veruit de meeste mensen hebben de neiging hun eigen keuzes niet onder ogen te willen zien en te ontkennen wat ze zelf voortdurend in werking zetten.

Veel mensen hebben de neiging bij handelen tegen beter weten in te denken aan zeer grove handelingen zoals diefstal of inbraak. In praktijk speelt het handelen tegen beter weten in, zich vaak af op een veel subtieler niveau.

Als iemand regelmatig signalen krijgt vanuit de Ziel om een specifiek thema nader te onderzoeken en zich wel bewust is van deze impulsen maar hier niet op reageert en andere dingen belangrijker vindt, dan is dat vanuit het hogere Zelf beschouwd een *keuze*, een keuze om te handelen tegen beter weten in.

Als iemand de eigen carrière bijvoorbeeld belangrijker vindt dan het gehoor geven aan de impulsen vanuit het hogere Zelf, dan is dat een *keuze* om te handelen tegen beter weten in. De Ziel is jouw coach maar jij bepaalt uiteindelijk *zelf* of je de aanwijzingen van jouw coach wil volgen of dat je deze hulp wil afwijzen en een ander spoor wil volgen.

Het ontvangen van deze impulsen speelt zich meestal af op een subtiel bewustzijnsniveau. Je kunt dit wegduwen en negeren als je dit zou willen, maar vanuit de Ziel beschouwd zijn dit hele bewuste keuzes, ook al vind jij zelf misschien dat dit zich eigenlijk afspeelt aan de grensgebieden van jouw bewustzijn, dingen die je nog *net* bewust registreert, maar waar je misschien gewoonlijk niet al te veel aandacht aan besteedt. Toch is dit wel de golflengte waarop de Ziel meestal aansluiting maakt. Het is een heel fijngevoelige communicatie. Mensen die hebben geleerd hier bewust op af te stemmen, kunnen dit in de loop van de tijd steeds beter opvangen. In dat geval kan jouw coach, jouw hogere deel, steeds beter zijn informatie geven. Jij kunt daardoor veel beter jouw lessen leren dan zonder de aanwijzingen van jouw coach.

***Het bewust negeren en wegstoppen van de signalen die jouw Ziel jou geeft,  
is een vorm van handelen tegen beter weten in.***

Als je het vervelend vindt om aandacht te moeten besteden aan jouw spirituele huiswerk, omdat je hierdoor misschien wordt geconfronteerd met akelige ervaringen of andere dingen die je liever zo ver mogelijk weg wil stoppen, dan kun je ervoor kiezen deze instroom zo veel mogelijk te negeren en weg te duwen. Jouw coach kan jou dan minder goed begeleiden en het zal dan veel langer duren voordat jij jouw lessen hebt geleerd.

Voor alle mensen die hun innerlijke weten willen volgen, zijn er in de komende jaren verbeteringen mogelijk van de problemen op het gebied van hun spirituele ontwikkeling, waar ieder van ons vóór komt te staan als onderdeel van ons pakket aan lessen. Als je wel *voelt* dat je ergens mee aan de slag zou moeten gaan maar dat liever niet wil en niet doet, dan is de kans groot dat er daardoor nieuwe moeilijkheden ontstaan die gemakkelijk voorkomen hadden kunnen worden als je had willen samenwerken met jouw coach, jouw hogere Zelf.

*Veel zoekers op de spirituele weg hebben volstrekt niet de gaten dat zij zelf eigenlijk voortdurend handelen tegen beter weten in, net zoals de overgrote meerderheid van de mensheid dat doet.*

Veel zoekers op de spirituele weg vinden zichzelf bewust of onbewust veel beter dan bijvoorbeeld een wetenschapper, een rechercheur of een adviseur. Zij vinden dat ze zelf heel spiritueel bezig zijn en anderen daar schijnbaar helemaal niet mee bezig zijn. Vanuit de Ziel beschouwd, is dit anders.

Het branden van een (geur) kaarsje bijvoorbeeld is iets anders dan het volgen van het innerlijke weten. Het lezen van een spiritueel maandblad, is iets anders dan het afstemmen op de Wijsheid van jouw Ziel. Hoewel je in zo'n blad misschien veel inspiratie kunt vinden, kun je door het tot je nemen van veel onjuiste kennis, gemakkelijk in verwarring komen, en daardoor kostbare tijd verliezen, die je misschien beter op een andere manier had kunnen invullen.

Als je jouw innerlijke kompas raadpleegt en je afvraagt of je er goed aan zou doen om bijvoorbeeld een zoveelste spiritueel maandblad te lezen, dan zou je misschien tot de conclusie komen dat je sommige van dit soort bladen misschien maar beter *niet* kunt lezen, omdat veel van dergelijke bladen grotendeels gevuld zijn met informatie die botst met de Wijsheid van de Ziel. Het is in zo'n situatie nuttig te proberen per exemplaar en per artikel intuïtief aan te voelen in hoeverre dit voor jou voedend zou kunnen zijn. Het zo maar “consumeren” van alles wat er in dergelijke bladen wordt geschreven, zal gewoonlijk bijdragen aan (nog) meer verwarring.

Vaak leven mensen die het spirituele pad volgen in een soort van bubbel, waarin men zich afkeert van de wereld, vanuit een hele reeks teleurstellende ervaringen. Vanuit die achtergrond is het moeilijk bij te dragen aan verbetering van de wereld. Er is dan eerst ruimte nodig voor de verwerking van jouw eigen teleurstellingen, zodat je vanuit schone motieven, later alsnog weer kunt bijdragen aan een betere wereld, door jouw innerlijke kompas zo goed mogelijk te blijven volgen.

Het is gemakkelijk je te beklagen over hoe slecht mensen af en toe reageren en daar schande van te spreken, terwijl je ondertussen gezellig bij elkaar zit, met op de achtergrond misschien een prettig klinkend muziekje en een kaarsje, maar dat zal niet helpen om de wereld te verbeteren.

Sommige zoekers in het spirituele wereldje zijn in feite vooral op de vlucht voor het bestaan dat ze eerder hebben gehad. Maar door je te verdiepen in misschien hele interessante paranormale verschijnselen bijvoorbeeld, werk je niet aan het beter leren kennen van jezelf en pak je jouw eigen spirituele huiswerk (nog steeds) niet aan.

Veel startende therapeuten zijn in feite vooral gericht op het opbouwen van hun eigen reputatie en het aantrekken van veel “klanten”. De motieven van waaruit mensen dit willen en doen, botst vaak met het innerlijke weten en de Wijsheid van de Ziel.

Het is gemakkelijk je af te zetten tegen alles wat er verkeerd gaat in onze wereld maar daar zijn mensen meestal niet mee geholpen. Misschien dat het even oplucht om een keer stoom af te blazen maar daarna zou er een punt moeten komen dat je jezelf gaat afvragen wat jij zou kunnen bijdragen om de wereld te verbeteren. Vaak zal dat zijn om maar gewoon verder te gaan (of te beginnen!) met het op je nemen van jouw eigen spirituele huiswerk. Als je het idee hebt dat je eigenlijk niet weet wat jouw spirituele huiswerk is, dan zou dat een duidelijke indicatie kunnen zijn dat je in feite nog niet echt bezig bent met het volgen van jouw innerlijke weten.

*Als je niet weet wat jouw eigen spirituele huiswerk is, dan betekent dit meestal dat je niet de weg volgt van het innerlijke weten.*

Als je geen zicht hebt op thema's waar jij eigenlijk nog aan zou moeten werken, dan betekent dit meestal dat jouw spirituele ontwikkeling grotendeels stil is komen te liggen. Tegelijkertijd kunnen mensen die bijdragen aan een betere wereld, vanuit de Ziel beschouwd, heel ontvankelijk zijn voor samenwerking, zonder dat deze mensen zich hier zelf zo van bewust zijn.

Als een rechercheur intuïtief aanvoelt hoe hij het beste de boef kan vangen waar hij al langere tijd naar op zoek is, dan is het heel goed mogelijk dat hij daardoor in feite reageert op zijn innerlijke kompas, hoewel hij in zijn eigen beleving spiritualiteit misschien verafschuwt.

Als een adviseur intuïtief aanvoelt welke waardevolle aanwijzingen hij het beste kan geven aan bijvoorbeeld de overheid, waarmee grote maatschappelijke problemen in beter vaarwater kunnen worden geleid, dan is het heel goed mogelijk dat hij daardoor reageert op de Wijsheid van zijn Ziel, hoewel hij zich misschien mateloos stoort aan al die spirituele zoekers.

Als een wetenschapper intuïtief aanvoelt welke richting een onderzoek het beste op kan gaan om op het punt uit te komen dat het onderzoeksteam voor ogen heeft, dan kan het heel goed zijn dat hij daardoor eigenlijk reageert op de leiding van zijn Ziel, hoewel hij misschien niets moet hebben van goden, vorige levens en allerlei andere theorieën die niet wetenschappelijk zijn te bewijzen.

Het komt erop neer dat veel mensen die ervan uitgaan spiritueel bezig te zijn, in feite *niet* hun innerlijke kompas volgen, terwijl allerlei mensen die ervan uitgaan dat zij zelf volstrekt niet spiritueel bezig zijn, misschien heel goed hun innerlijke kompas volgen op hun eigen vakgebied.

Als zoekers op de spirituele weg vervreemden van de wereld waarin we leven en hun ogen daarvoor willen sluiten, dan zijn ze daardoor minder goed in staat om bij te dragen aan het verbeteren van onze samenleving.

Als de zoektocht in het betoverende paranormale wereldje vooral wordt gezien als een soort van ontsnappingsroute uit een wereld waarin je jouw eigen plaats niet hebt kunnen vinden, dan helpt dit meestal niet om jezelf beter te leren kennen. Het wordt dan meer een soort van vlucht voor de innerlijke problemen die je nog niet hebt kunnen oplossen.

Het is belangrijk dat de mensen die zichzelf beter willen leren kennen en de wereld werkelijk willen proberen te verbeteren, vooral *tussen* de andere mensen blijven staan, en goed geïnformeerd zijn over wat er speelt in onze samenleving. Het kan zijn dat iemand bewust een periode inlast om diepgaande dingen in zichzelf grondig te onderzoeken en als gevolg daarvan tijdelijk alles wat er gebeurt in de wereld even wat minder belangrijk vindt, maar na verloop van tijd zou zo'n periode van zich terugtrekken gevolgd moeten worden door een fase waarin je weer meer open staat voor wat er in de wereld gaande is. Op die manier kun je beter aansluiten bij wat er speelt in de wereld en kun je beter je plaats daarin innemen.

Omgekeerd zou iemand die al volop “in het leven staat”, er goed aan doen voldoende ruimte te maken voor zelfonderzoek en het verwerken van oud zeer. De rechercheur zou er goed aan doen akelige ervaringen in verband met zijn werk (met misschien soms dodelijke afloop), zo goed mogelijk te verwerken en dit soort dingen niet weg te stoppen. De adviseur zou er goed aan doen voldoende ruimte te maken voor het beter leren kennen van zichzelf, voor zover hij dat nog niet heeft gedaan, en de wetenschapper zou misschien veel bewuster kunnen leren omgaan met zijn gevoelens. Op deze manier zou er een beter evenwicht kunnen ontstaan in de levens van hen die willen leren samenwerken met de Ziel, het hogere Zelf, om van onze samenleving een betere plaats te maken.

## Wat is gevoel?

In het spirituele wereldje wordt heel veel gesproken over gevoel, maar wat bedoelt iemand daar nu eigenlijk precies mee? Over dit thema is veel verwarring en dat is de reden dat ik hier iets over wil schrijven, in een poging bij te dragen aan meer duidelijkheid.

De ene persoon bedoelt met gevoel vaak iets heel anders dan een ander daarmee bedoelt. Als iemand spreekt over gevoel, dan is het van belang je ervan bewust te zijn wat die ander daar dan mee bedoelt. Dit is nodig om meer begrip te krijgen voor wat die ander wil aangeven.

### *Gevoel is een verzamelnaam.*

Gevoel is een verzamelnaam, een containerbegrip, zoals dat tegenwoordig wordt genoemd. Er zijn heel veel verschillende soorten gevoel. Als je daarin geen goed onderscheid maakt, is de kans groot dat je volkomen langs elkaar heen praat in de contacten met andere mensen.

Sensaties van het lichaam bijvoorbeeld worden beschouwd als gevoel. Vermoeidheid van het lichaam of een gevoel van verzadiging na een overvloedige maaltijd, kunnen worden beschouwd als gevoel.

Daarnaast zijn er allerlei emotionele reacties op ervaringen zoals blijdschap of teleurstelling, die ook kunnen worden beschouwd als gevoel. Deze gevoelens zullen over het algemeen maar betrekkelijk kort duren en daarna weer oplossen, vergelijkbaar met een wolk die overdrijft.

Niet alle mensen hebben een waarnemingsvermogen dat geschikt is om dieperliggende gevoelens op te merken, die leven in de diepte van het hart.

### *Een deel van het spectrum aan gevoelens die je zou kunnen ervaren, wordt pas toegankelijk als je de weg in gaat van spirituele ontwikkeling.*

Als mensen in een fase verkeren van meedelen op de woelige golven van het emotionele leven waarop de massa over het algemeen is afgestemd, dan zullen er allerlei dieperliggende gevoelens zijn in de diepte van het hart, waar je je dan niet goed van bewust bent. Je bewustzijn is dan niet afgestemd op de registratie van gevoelens die er wel *zijn* maar waar je geen interesse in hebt.

Als je langere tijd geen interesse hebt in deze dieperliggende gevoelens, dan zal het vermogen om deze gevoelens bewust te registreren, langzaam verder uitdoven. Als je gedurende vele eeuwen er voor hebt gekozen om de dieperliggende gevoelens in jouw hart niet te willen voelen, dan raken deze gevoelens steeds verder op de achtergrond. Je kunt je hiervoor afsluiten en er voor kiezen om allerlei dieperliggende gevoelens niet meer te willen ervaren.

Als je aan de slag gaat met het verwerken van oud zeer, dan maak je ruimte in jouw hart. Jouw Ziel kan dan steeds beter met jou samenwerken. In de loop van dit ontwikkelingsproces breidt jouw waarnemingsvermogen zich steeds verder uit en word je steeds gevoeliger. Je kunt dan steeds beter aanvoelen wat er in jouw eigen hart leeft, en je kunt steeds beter de subtiele impulsen vanuit jouw Ziel, jouw hogere Zelf, opvangen. Tegelijkertijd kun je dan ook steeds beter aanvoelen wat er in anderen leeft.

### *Naarmate je gevoeliger wordt voor het opvangen van de subtiele signalen vanuit jouw Ziel, kun je ook beter aanvoelen wat er in andere mensen leeft.*

Gevoel kan ook te maken hebben met dingen die nog gaan komen. Je kunt een gevoel krijgen dat er dingen aankomen, zonder dat je precies weet wat dit zal zijn. Dit betekent dat je deels op de hoogte bent van dingen die op “de groene weide” al gepland zijn. Deze vage gevoelens kunnen na verloop van tijd concreter worden, zodat je je bewuster wordt van wat er komen gaat. Dit zijn dieperliggende gevoelens, die gebruikelijk zijn bij Zieneressen wanneer hun Zielen zich aandienen in hun levens. Ze krijgen dan gevoelsmatig steeds meer zicht op wat er komen gaat.

Mensen die zich *niet* richten op hun innerlijke weten en vooral hun eigen belangen zo goed mogelijk proberen te behartigen, zullen deze subtiele signalen over wat er komen gaat, meestal niet krijgen. Hun waarnemingsvermogen is vaak gericht op een hele andere golflengte.

Gevoel kan ook te maken hebben met ervaringen die je ooit in een vorig leven hebt meegemaakt. Als jouw Ziel een stuk verleden onder jouw aandacht wil brengen om dit te kunnen verwerken, dan kan het zijn dat je vage of misschien hele duidelijke gevoelens krijgt over wat er in een vorig leven is gebeurd. Misschien weet je zelfs bewust welke keuzes je destijds hebt gemaakt en welke gevolgen dat heeft voor het leven dat je nu hebt.

***Veel gevoelens die je kunt ervaren,  
hebben direct te maken met de vermogens die jouw Ziel kan inzetten  
wanneer de samenwerking op gang is gekomen.***

Een magnetiseur kan energie voelen stromen. Ook dit is een ervaring die wordt omschreven met het woord “gevoel”, omdat wij in ons taalgebruik hier eenvoudig geen betere woorden voor hebben ontwikkeld.

***Het zou zinvol zijn het onderscheid tussen al deze verschillende soorten gevoel,  
tot uitdrukking te laten komen in verschillende woorden,  
maar blijktbaar is dat nog niet zo ver.***

Het is opvallend dat onze taal op dit gebied niet meegegroeid is met zich sterk uitbreidende waarnemingen van mensen op het gebied van gevoelens. Het is de hoogste tijd dat er nieuwe woorden komen waarmee beter duidelijk wordt gemaakt wat mensen precies bedoelen wanneer ze spreken over hun gevoelens.

Dit zou de onderlinge communicatie van mensen op het spirituele pad bevorderen. Er zou dan meer begrip mogelijk worden voor de verschillende soorten gevoelens die mensen kunnen ervaren.

Het ontbreken van geschikte woorden om je dieperliggende gevoelens tot uitdrukking te brengen, kan leiden tot een soort van isolement, waardoor iemand zich niet begrepen voelt, in pogingen om aan een medemens duidelijk te maken wat iemand ervaart of heeft ervaren. Het is daarom van groot belang dat er in de komende periode geschikte woorden worden geïntroduceerd om de verschillende categorieën gevoelens beter te omschrijven.

Naarmate een mens zich langzamerhand ontplooit, wordt hij steeds fijngevoeliger. Zijn waarnemingsvermogen breidt zich dan steeds verder uit. Er verschijnt dan een high sensitive mens, die moet leren omgaan met diens eigen fijngevoeligheid, in een wereld waarin deze gevoeligheid uitzonderlijk is.

Naarmate je fijngevoeliger bent geworden als gevolg van spirituele ontwikkeling, wordt het probleem groter om hier goed mee te leren omgaan. In directe wisselwerking met mensen die minder fijngevoelig zijn en misschien *niet* hun innerlijke weten willen volgen, zul je merken dat deze mensen jou vaak niet goed begrijpen.

***Genegenheid is ook een gevoel,  
hoewel de meeste mensen geen idee hebben hoe dit voelt.***

Zoals veruit de meeste mensen geen idee hebben wat bewuste samenwerking met de Ziel inhoudt, zo hebben de meeste mensen ook geen idee wat Genegenheid is. Omdat in ons spraakgebruik allerlei gevoelens niet zo duidelijk zijn omschreven, valt het niet op wanneer iemand in feite geen enkele ervaring heeft met Genegenheid.

Er is op dit gebied veel spraakverwarring en dit is één van de redenen dat ik hier iets over wil schrijven, in een poging meer begrip mogelijk te maken voor de onderlinge verschillen in het waarnemingsvermogen van mensen, waar het gaat om het ervaren van gevoelens.

Genegenheid is een energie die bij de Ziel vandaan komt, wij als mensen, als ikjes, kunnen hier niet over beschikken. Alleen de Zielen die het innerlijke weten proberen te volgen, kunnen dienen als een kanaal voor Genegenheid.

De groep Zielen die het innerlijke weten wil volgen, is een kleine minderheid van onze totale mensheid. Deze Zielen kunnen de energie van Genegenheid door leiden die zij ontvangen. Zoals de Zielen een kanaal kunnen zijn voor Genegenheid, zo kunnen wij als mensen ook een kanaal voor Genegenheid worden, als wij dat werkelijk willen en als wij bereid zijn het spirituele huiswerk dat daarvoor nodig is, op ons te nemen. Je kunt dus niet zomaar een kanaal zijn voor Genegenheid, daar is heel veel voor nodig.

Ervaringen met gevoelens van Genegenheid kunnen voorkomen tijdens diepe meditatie, wanneer je merkt dat jouw hogere Zelf aansluiting met jou heeft gemaakt. Voor veruit de meeste mensen is dat onbekend terrein maar in de komende jaren zijn er steeds betere mogelijkheden om hier ervaring mee op te doen.

\*\*\*

## Is de Ziel volmaakt?

Er is heel weinig kennis beschikbaar over wie onze Ziel dan precies is en hoe het zit met de ontwikkeling van de Ziel, ons hogere Zelf. Vaak is er het idee dat de Ziel al min of meer “volmaakt” is en dat wij onderweg zijn om naar dat niveau toe te groeien. De werkelijkheid is minder romantisch en het is belangrijk daar meer van te weten, zodat er een realistischer beeld kan ontstaan van hoe dit in praktijk is.

Er zijn veel mensen voor wie er in hun wereldbeeld niet zoiets bestaat als de Ziel, een hoger deel van jezelf. Voor die mensen is de ontwikkeling van de Ziel daardoor ook geen relevant thema om mee bezig te zijn. Er is slechts een kleine minderheid die uitgaat van zoiets als een Ziel, een hoger deel van jezelf, een hoger Zelf.

Sommige mensen die het spirituele pad volgen, idealiseren de Ziel, en hebben het idee dat dit hogere deel altijd veel Wijsheid heeft opgebouwd als gevolg van vele voorgaande levens. Maar in praktijk geldt dit alleen voor die Zielen die het spoor volgen van het innerlijke weten. Als de Ziel op haar eigen niveau het innerlijke weten *niet* volgt, dan wordt er weinig geleerd door die Ziel, en kan de persoonlijkheid in incarnatie ook niet putten uit een groot reservoir aan opgebouwde Wijsheid vanuit diens Ziel.

De ontwikkeling van de Zielen is dus heel verschillend. Lang niet alle Zielen bouwen Wijsheid op in de loop van de eeuwen. Veel Zielen ontwikkelen dit *niet*, net zoals veel persoonlijkheden in incarnatie dit ook niet ontwikkelen in de loop van één enkel leven.

Net zoals een ikje, een persoonlijkheid, ervoor kan kiezen weinig te willen leren, zo kan ook een Ziel er op haar eigen niveau voor kiezen weinig te willen leren. Dat is een *keuze*.

De grote meerderheid van de mensheid volgt *niet* het spoor van het innerlijke weten en dat geldt evengoed voor de Zielen. De grote meerderheid van de Zielen heeft daardoor weinig aan Wijsheid opgebouwd in de afgelopen duizenden jaren. Met andere woorden de opgedane ervaringen hebben bij velen niet geleid tot de ontwikkeling van Wijsheid of Genegenheid.

Als een ikje, een persoonlijkheid, in incarnatie komt, dan krijgt het allerlei eigenschappen mee. De eigenschappen die je meekrijgt zijn soms een last en soms een “zegen”. Dit is meestal het gevolg van karma. Als er dingen niet goed zijn gegaan in het lange verleden, dan vertaalt zich dit vaak in allerlei eigenschappen in het karakter dat je in dit leven meekrijgt.

Op precies dezelfde manier wordt bij het begin van de incarnatiereeks een Ziel gevormd. Ook die heeft allerlei eigenschappen die zowel een voordeel als een last kunnen zijn. Wat je meekrijgt als Ziel aan eigenschappen, is het gevolg van karma.

Een Ziel kan door ongelukkige ervaringen en bewuste keuzes in voorgaande levens bijvoorbeeld jaloers zijn geworden. Veel mensen hebben het idee dat een Ziel dit soort gevoelens niet heeft maar dat is een groot misverstand. Een Ziel, een hoger Zelf, is wel degelijk vatbaar voor dit soort gevoelens.

Een Ziel, een hoger Zelf, kan ook vatbaar zijn voor lust bijvoorbeeld, en de grootste moeite hebben om daar goed mee om te gaan, net als mensen die in incarnatie zijn.

Een Ziel kan soms ook haat ontwikkelen en een kanaal worden voor de donkere kant. Een Ziel kan ook uit zijn op macht en vermogens, en daardoor in aanraking komen met de donkere kant.

Als de Ziel van iemand heeft gekozen voor de donkere kant, dan kan de persoonlijkheid in incarnatie zich hier op eigen kracht meestal niet zo goed van losmaken. Zolang de Ziel niet bewust *kies*t voor het volgen van het innerlijke weten, is de persoonlijkheid meestal niet goed in staat zich los te maken van het handelen tegen beter weten in.

Het ikje in incarnatie volgt gewoonlijk de richting die de Ziel aangeeft, hetzij het spoor van het innerlijke weten, hetzij het handelen tegen beter weten in.

Als een Ziel wél kiest voor het volgen van het innerlijke weten maar om wat voor reden dan ook niet in staat is haar persoonlijkheid in incarnatie, het ikje, goed te begeleiden, dan is het voor zo'n persoon heel moeilijk om zich goed te ontwikkelen.

Je hebt als mens de steun van de Ziel nodig om je goed te kunnen ontwikkelen. Als de Ziel onvoldoende haar best doet, kun je als mens weinig vorderingen maken. Je bent dus behoorlijk afhankelijk van jouw coach, jouw hogere deel. Zonder hulp vanuit jouw hogere Zelf, heb je weinig kans van slagen om de prachtige mogelijkheden die er nu zijn voor ontwikkeling, goed te kunnen benutten.

Wij kennen onze Ziel over het algemeen nauwelijks. Slechts de mensen die veel moeite doen om bewust te leren samenwerken met hun Ziel, krijgen hier in de loop van de jaren meer zicht op. Toch komt er nooit een punt dat je jouw eigen Ziel goed kent. Je hebt in feite geen idee waar jouw hogere Zelf de hele dag mee bezig is. Je hebt meestal geen idee welke belangen jouw Ziel tegen elkaar afweegt en welke keuzes zij maakt, laat staan *waarom* zij die keuzes maakt.

Onze Zielen kennen ons volkomen zoals wij zijn. Onze Zielen kennen ons veel beter dan wij onszelf kennen. Omgekeerd weten wij nauwelijks iets van het leven van onze Ziel, ons hogere Zelf.

Het verschil in ontwikkeling van de Zielen is groot. Naarmate een Ziel, een hoger Zelf, langere tijd het innerlijke weten volgt en daardoor een grote bijdrage kan leveren aan het evolutieproces, wordt er in de loop van de eeuwen meer kracht opgebouwd. Daardoor ontstaat er in de loop van duizenden jaren zo iets als een "sterke Ziel". Dit is eenvoudig een Ziel die al langere tijd veel goed werk heeft gedaan en daarom meer kracht heeft gekregen.

Hulp bij ons eigen leerproces moet komen van binnenuit en van bovenaf, door onze Ziel. Dat heeft alleen kans van slagen als de Ziel op haar eigen niveau heeft gekozen voor het volgen van het innerlijke weten. Als zij dit spoor volgt, dan wordt er in de loop van de eeuwen steeds meer Wijsheid opgebouwd en is het hogere Zelf een steeds beter kanaal voor Genegenheid. Zelfs in zo'n situatie is de Ziel niet volmaakt en kan zij tegelijkertijd nog steeds worstelen met zo iets als jaloezie, lust of het streven naar macht.

Zelfs de Zielen die het spoor proberen te volgen van het innerlijke weten zijn niet volmaakt maar worden in de loop van de eeuwen gewoonlijk wel steeds beter, dat wil zeggen functioneren in de loop van de eeuwen meestal steeds meer in overeenstemming met hun innerlijke weten. Dit innerlijke weten is voor de Ziel het ingebouwde kompas, net zoals bij de mensen in incarnatie.

De ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid is het doel van de Zielen maar ook zij hoeven niet volmaakt te zijn. Volmaaktheid is voor ons als mensen niet weggelegd, zelfs niet voor onze Zielen, onze hogere Zelfen. Het is belangrijk dat er een realistisch beeld is van wat er mogelijk is, zodat er meer begrip kan ontstaan voor het menszijn.

## Acceptatie van jezelf

De weg van spirituele ontwikkeling is geen gemakkelijke weg. Het is veel gemakkelijker al deze inspanning maar gewoon achterwege te laten en mee te gaan met de stromingen in onze samenleving waarop de grote massa meedeint. Maar de mensen die hun innerlijke weten volgen, zullen diep in zichzelf voelen dat het beter is om te werken aan hun spirituele ontwikkeling, ook al heb je vaak geen idee wat je op deze weg allemaal tegen zou kunnen komen.

Als je al veel levens hebt meegemaakt waarin je regelmatig onder extreme omstandigheden keuzes moest maken die te maken hadden met leven en dood, dan is de kans groot dat je af en toe verkeerde beslissingen hebt genomen. Misschien heb je anderen bewust de dood in gejaagd of heb je *zelf* een einde gemaakt aan jouw eigen leven, omdat je misschien geen uitweg meer zag in de situatie waarin je terecht was gekomen.

Onbewust heb je herinneringen aan al deze ervaringen. Deze onbewuste herinneringen komen tot uitdrukking in allerlei overtuigingen, die je meeneemt van het ene leven naar het andere. Die overtuigingen zijn de stille getuigen van wat je ooit eerder hebt meegemaakt.

Stel dat je er door grondig zelfonderzoek achter bent gekomen dat je eigenlijk niemand op de hele wereld vertrouwt, dan kan dat te maken hebben met heel veel ervaringen in voorgaande levens waarin je door anderen bedrogen bent. In zo'n situatie is de kans groot dat je dit vertaalt naar de conclusie dat je niemand meer kunt vertrouwen. De volgende keer dat je geboren wordt, is dat dan een overtuiging die je van jongs af aan met je meeneemt. Hoe je precies aan die overtuiging bent gekomen, weet je dan niet meer, maar de conclusie is dat je mensen niet kunt vertrouwen. In het beste geval is er een klein beetje ruimte ingebouwd in deze overtuiging, en wordt jouw (onbewuste) uitgangspunt dat je niemand kunt vertrouwen, *tenzij* iemand heeft aangetoond *wel* betrouwbaar te zijn. Waar het om gaat is dat je vooral jouw eigen stukje blijft zien, waar *jij* aan zou moeten werken, in plaats van alleen maar teleurgesteld te zijn over de houding van anderen.

Misschien is die ander inderdaad onbetrouwbaar, maar dat is dan de les van die ander. Waar het om gaat, is wat dit bij *jou* aanraakt en hoe *jij* hier mee omgaat. Met andere woorden is er vooral een grote teleurstelling voor wat jij daardoor aan akelige ervaringen te verdragen krijgt of is er begrip voor het leerproces van die ander en kun je je focussen op wat dit met jou doet.

Als je in voorgaande levens ernstig bent beschadigd doordat een ander jou iets akeligs heeft aangedaan, in een situatie dat je zo iemand vertrouwde, dan kan het veel pijn veroorzaken wanneer je in dit leven opnieuw in een situatie terechtkomt waarin iemand die je vertrouwde *niet* betrouwbaar bleek te zijn. Hierdoor kunnen oude wonden worden opengereten.

Er is in zo'n situatie tijd nodig om dit te verwerken en dit de ruimte te geven die hiervoor nodig is. Als je hier voldoende aandacht aan hebt besteed, zul je na verloop van tijd merken dat er meer ruimte is gekomen in jouw hart, waardoor de verbinding met jouw hogere Zelf sterker kan worden.

De confrontatie met iemand die niet betrouwbaar is, raakt dan oud zeer aan, waardoor er in jouw hart veel in beweging kan komen wanneer je opnieuw in zo'n situatie terecht komt. Het is belangrijk hier voldoende ruimte voor te maken en dit niet “weg te redeneren” met jouw hoofd.

Je komt dan een kwetsbaar punt in jezelf tegen, dat aandacht en verzorging nodig heeft. Het is dan belangrijk te accepteren dat *dit* blijkbaar een zwak punt is in jezelf. Dit kan langzamerhand beter worden door dit te onderzoeken en dit schoon te laten bloeden. Door betere ervaringen op te doen, kun je zo'n kwetsbaar punt in jezelf, langzaam versterken.

Je leert jezelf in zo'n situatie beter kennen door zo'n diepe wond onder ogen te zien en je te realiseren dat die verzorging nodig heeft. De verleiding is dan groot dat je in eerste instantie vooral gefocust bent op die ander, en je afvraagt waarom die ander heeft gereageerd zoals het ging. Het gevaar is dan groot dat je hierdoor "in jouw hoofd gaat zitten" en een passende verklaring gaat zoeken om het gedrag van de ander "een plekje te kunnen geven". Op die manier kom je niet in de diepte van jouw hart en blijf je aan de oppervlakte. Het is in zo'n situatie belangrijk ruimte te maken voor wat dit bij *jou* aanraakt, zodat dit beter verwerkt kan worden.

Acceptatie van jezelf heeft veel te maken met *begrip* voor jezelf, zonder dingen al te veel te willen beredeneren met jouw hoofd. Het is daarbij belangrijk zo veel mogelijk bij je gevoel te blijven. Als je zo'n kwetsbaar punt in jezelf kunt accepteren voor wat het is, kun je zwakke punten van anderen ook beter accepteren voor wat ze zijn. Zolang je jouw eigen zwakke punten niet herkent en niet accepteert, zul je ook moeite hebben met de zwakke punten van anderen. Het gevaar is dan groot dat jij je dan *tegen* een medemens gaat keren, die zo op het eerste gezicht schade veroorzaakt, zonder daar misschien voldoende verantwoordelijkheid voor te nemen. Zolang je jouw eigen zwakke punten niet goed hebt leren kennen, is het gevaar bovendien groot dat je dit gaat projecteren in anderen en bij hen gedrag meent te zien dat je afwijst maar onbewust misschien zelf doet, terwijl je dit niet goed in de gaten hebt. Door situaties grondig te onderzoeken waar jij je bij anderen aan stoort, kun je deze zwakke punten in jezelf leren opsporen. Daardoor kun je dit uiteindelijk beter leren herkennen in jezelf, en daar doelgericht aan werken om dit zo veel mogelijk te genezen.

***Door Zelfkennis kun je jouw eigen kwetsbare punten beter leren herkennen  
en deze leren accepteren zoals die op dat moment zijn.***

Moeilijker wordt het wanneer je in de loop van de tijd steeds meer zicht begint te krijgen op wat je *zelf* in voorgaande levens in werking hebt gezet. Velen hebben samengewerkt met de donkere kant en zich mee laten slepen om anderen op afschuwelijke manieren te behandelen, die volkomen botste met het innerlijke weten.

Het is moeilijk zicht te krijgen op wat je *zelf* in het lange verleden in werking hebt gezet en tegelijkertijd begrip te krijgen voor de situatie en voor de redenen waarom het toen zo is gelopen.

Toch is het belangrijk deze weg, die van binnenuit zichtbaar wordt gemaakt door de Ziel, in te gaan en dingen onder ogen te zien vanuit jouw eigen verleden die nu verder onderzoek nodig hebben. Op die manier kun je uiteindelijk verder komen met begrip voor jezelf. Als je voldoende aandacht hebt besteed aan verwerking van oud zeer uit dit leven en uit voorgaande levens, kun je steeds verder komen met acceptatie van jezelf.

***Zolang je (onbewust) delen van jezelf niet accepteert,  
zul je ook delen van anderen niet accepteren.***

Als je diep in jouw hart in een vorig leven ooit tot de conclusie bent gekomen dat je hele grote fouten hebt gemaakt, en jezelf daardoor eigenlijk niet meer goed kunt vertrouwen, dan wordt dit een overtuiging die je meeneemt naar een volgend leven. Als jij jezelf (onbewust) niet vertrouwt, dan zul je dit thema voortdurend tegenkomen in jouw wisselwerking met anderen. De kans is dan groot dat je dit gaat projecteren in anderen en vindt dat anderen niet betrouwbaar zijn.

***Wat je niet accepteert in jezelf,  
zul je vaak projecteren in anderen.***

Naarmate je in de loop van de tijd door Zelfkennis jezelf steeds meer gaat accepteren zoals je bent, kun je ook anderen meer accepteren zoals ze zijn, inclusief al hun zwakheden en hun gebreken. Naarmate jij jezelf en anderen meer accepteert, kan er ook meer mededogen ontstaan als je in contact bent met anderen. Naarmate er meer mededogen is, kan jouw Ziel dichterbij komen en helpen bij het proces van genezing van jouzelf en anderen. Jouw mededogen maakt dit mogelijk.

Als je onbewust jezelf afwijst vanwege wat er ooit in het verleden is gebeurd, is de kans groot dat je gaat verharderen. Het is dan zeer waarschijnlijk dat je je gaat afsluiten voor alles wat met diepe gevoelens te maken heeft.

In zo'n situatie van verharding is de samenwerking met de Ziel veel moeilijker. Het is dan belangrijk eerst jezelf beter te leren kennen en zorgvuldig na te gaan waarom je reageert zoals je dat dan doet. Op die manier kun je opsporen hoe je met jezelf en anderen omgaat. Als je tot de conclusie zou komen dat dit niet in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf, dan zou je jouw eigen houding kunnen proberen aan te passen aan jouw innerlijke weten.

Als je jezelf hebt geaccepteerd zoals je bent, dan kun je ook anderen beter accepteren, die misschien voortdurend schade veroorzaken of onwaarheden verkondigen zonder daar verantwoordelijkheid voor te willen dragen. Je kunt dit dan veel meer zien als *hun* leerproces, zonder dat jij je hier nog druk over maakt.

***Zolang je nog heel fel reageert op de zwakheden van anderen,  
is de kans groot dat er nog delen zijn in jezelf,  
die je niet voldoende hebt onderzocht en die je niet hebt geaccepteerd.***

Deze processen hebben tijd nodig, veel tijd. Zelfonderzoek en verwerkingsprocessen van wat je dan tegen kunt komen, zijn heel intensief. Deze hele intensieve periodes zouden het beste kunnen worden afgewisseld met periodes van ontspanning. Er is vanuit het lange verleden heel veel oud zeer te verwerken en naarmate je hier in de loop van de jaren verder mee komt, kan de bewuste samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, zich langzaam verder uitbreiden.

***Acceptatie van jezelf  
is een vorm van genezing van jezelf.***

Door de weg van Zelfkennis te volgen, kun je jezelf beter leren kennen. Het is daarbij van belang ook voldoende zicht te hebben op belangrijke periodes uit vorige levens. Daardoor kun je meer begrip krijgen voor jezelf. Als je op die weg ruimte maakt voor verwerkingsprocessen, kun je jezelf in de loop van de tijd beter leren accepteren.

Acceptatie is iets wat te maken heeft met het hart. Als jouw hoofd zegt dat je jezelf of anderen accepteert, dan is dat misschien een mooi begin maar het is niet genoeg. Pas als jij jezelf accepteert in de diepte van jouw hart, komt er meer ruimte voor verdere samenwerking met jouw Ziel.

Massage vanuit Genegenheid, kan helpen om meer ruimte te maken voor dieperliggende gevoelens waar je anders misschien aan voorbij zou gaan. Tijdens massage ben je vaak zowel in contact met een medemens als met diens Ziel als met jouw eigen Ziel. Daardoor kan er een hele mooie wisselwerking ontstaan. Als je heel bewust omgaat met massage, dan kan dit bijdragen aan acceptatie van wie jij bent. Door massage kan er een doorstroming op gang komen van hele voedende energie, die meehelpt jezelf te accepteren zoals je bent.

Het is in onze samenleving gebruikelijk om veel kritiek te hebben op alles en iedereen, en dit vooral ook zo veel mogelijk te uiten. We leven immers in een “vrij land” en door uit te komen voor jouw mening, geef je aan dat je niet zomaar alles accepteert. Je bent dan iemand die zich niet zomaar alles laat zeggen en die mondig genoeg is om “een weerwoord” te geven. Dit is ongeveer de manier waarop het vaak gaat in onze generatie.

Mensen vragen zich dan meestal niet af in hoeverre deze houding in overeenstemming is met de Wijsheid van hun Ziel. Ze spuien dan kritiek zonder zich af te vragen wat dit zou kunnen bijdragen aan verbetering van de situatie. Ze reageren dan vooral op een innerlijke woede die ze de vrije loop geven, terwijl er misschien veel betere alternatieven zijn om op de situatie te reageren.

***Het is gemakkelijk veel kritiek te hebben op anderen,  
maar dit zal vaak niet veel helpen om de situatie te verbeteren.***

Omdat het meestal niet het uitgangspunt is van degene die voortdurend kritiek spuit om de wereld te verbeteren, valt het hen *zelf* gewoonlijk niet op, dat je op deze manier vooral afbrekend bent en niet meehelpt om een betere samenleving op te bouwen.

***Daar waar jij je stoort aan anderen,  
daar raakt dit blijkbaar iets aan in jezelf.***

Je kunt dan kritiek leveren op die ander en vinden dat die ander daarmee moet stoppen omdat jij daar last van hebt, maar je kunt er ook voor kiezen op een andere manier op de situatie te reageren.

Als er bij jou iets wordt aangeraakt wat je vervelend vindt, dan zou je er ook voor kunnen kiezen om dat stukje dan maar eens zorgvuldig te gaan onderzoeken. In plaats van alle mensen te bekritisieren die nu *net* datgene doen waar jij je aan stoort, zou je er ook voor kunnen kiezen de verantwoordelijkheid op je te nemen voor jouw eigen leerproces.

Als jij je stoort, dan ben *jij* degene die daarmee aan de slag zou moeten gaan. Niet door die ander te bekritisieren maar door *je eigen stukje* te doen, en uit te zoeken wat dit in de diepte bij jou aanraakt.

Als je die weg volgt, de weg van Zelfkennis, dan kun je in de diepte in jezelf uitzoeken waarom dit gedrag van die ander blijkbaar iets aanraakt in jezelf, waar jij je niet goed van bewust was maar wat wel onvrede of pijn veroorzaakte op de één of andere manier.

Misschien was je eigenlijk heel jaloers bijvoorbeeld of was er iets anders wat in de diepte een belangrijke rol speelde zonder dat je dit wilde toegeven.

Naarmate je eerlijker bent tegenover jezelf en dit soort dingen aanpakt met de methode van Zelfkennis (“Hoe reageer ik?” en “Waarom reageer ik zo?”), kun je de dieperliggende vatbaarheden in jezelf beter opsporen. Als je daardoor beter herkent wat er gaande is, ga je ook beter begrijpen *waarom* je zo diep geraakt werd door wat die ander deed of zei. Je komt daardoor verder met acceptatie van jezelf.

Een heel mooi gevolg hiervan is dat je daardoor ook verder komt met acceptatie van de ander. Waar je in eerste instantie veel kritiek had op de ander, daar ga je anders naar kijken als jij jouw eigen stukje voldoende hebt opgelost. Als die ander diens eigen stukje dan nog steeds niet heeft opgelost, dan heb je ondanks dat, niet echt kritiek meer. Op die manier bereik je een steeds grotere innerlijke Vrijheid.

## Basisprincipes van esoterische genezing

Met esoterische genezing bedoel ik allerlei vormen van genezing die te maken hebben met de fijnstoffelijke werelden. Dit is het type genezing dat in het “alternatieve circuit” wordt aangeboden. Dit is genezing waarbij een mens niet werkt vanuit wetenschappelijk vakmanschap maar via het aanzwengelen van “hogere machten”. Er is veel onduidelijkheid over hoe dit schimmige wereldje werkt. Daardoor is de kans op moeilijkheden groot, zowel voor de genezer als voor degene die op zoek is naar genezing.

Een huisarts kan veel doen op het gebied van genezing. Voordat je huisarts kunt worden is er een jarenlange studie nodig. Je mag er daarom gerust van uitgaan dat een huisarts goede kennis van zaken heeft. De methodes die worden ingezet om het stoffelijke lichaam te genezen zijn wetenschappelijk aantoonbaar succesvol.

Een psycholoog kan veel doen op het gebied van genezing van mentale problemen. Disfunctionele gedachten kunnen worden opgespoord en het spiegelen van iemands gedrag kan helpen om meer inzicht te krijgen in het eigen functioneren. Ook hier wordt gewerkt via wetenschappelijk beproefde concepten.

Maar wat te denken van een aura- of chakratherapeut? Zijn dit mensen die kennis van zaken hebben op het gebied van genezing of zijn dit mensen die eigenlijk “maar wat doen”?

Een aura- of chakratherapeut kan jou niet helpen met het leren van jouw lessen door aan jouw chakra's te “sleutelen”. Het is bovendien maar helemaal de vraag wat de motivatie is van zo'n therapeut en met welke krachten uit de fijnstoffelijke werelden zo iemand samenwerkt want bij esoterische genezing kunnen zowel de lichte als de donkere kant betrokken zijn.

***Het is belangrijk te weten dat ook de donkere kant,  
zich veel bezighoudt met genezing,  
ook al klinkt dit voor veel mensen in eerste instantie misschien vreemd.***

Esoterische genezing is een type genezing waarbij je gewoonlijk niet werkt met het stoffelijke gebied maar waarbij je bewust of onbewust een kanaal bent voor genezende krachten, die je meestal niet goed kunt waarnemen maar die dan wel actief werkzaam zijn.

Een mens kan dit type genezing niet zelf in werking zetten. Een huisarts en een psycholoog kunnen zelfstandig werken aan verbetering van de situatie van hun patiënt maar een esoterische genezer kan dat niet. Een spirituele genezer is slechts een *tussenpersoon*, die kan hopen dat er daardoor iets in beweging wordt gebracht waar de patiënt beter van wordt. Hij heeft hier zelf weinig controle over en kan bovendien niet goed volgen wat er gebeurt.

***De kracht van een spirituele genezer  
is de zuiverheid van diens motivatie.***

Naarmate de motivatie schoner en sterker is, zal dit gevolgen hebben voor de wezens op de fijnstoffelijke gebieden die dan in actie kunnen komen. Met andere woorden degenen die aanwezig zijn op de voor ons meestal onzichtbare gebieden, passen eenvoudig de wetten toe. Dit betekent dat naarmate de motivatie van de esoterische genezer beter is, er meer kan worden gedaan om de situatie van degene die genezing vraagt, te verbeteren.

Een andere factor is de kracht van de Ziel, het hogere Zelf, die samenwerkt met de esoterische genezer. Als dit een sterke Ziel is, met veel genezende vermogens, vanwege veel goed werk dat in het lange verleden is gedaan, zal er meer mogelijk zijn tijdens een genezings sessie. Als er een Ziel aan het werk is die minder vermogens heeft op dit gebied, kan er minder worden bereikt op het vlak van genezing.

De Zielen mogen deze vermogens gewoonlijk pas inzetten als hun persoonlijkheid in incarnatie aan bepaalde voorwaarden heeft voldaan. De Zielen kunnen dus niet “zomaar wat gaan genezen” bij iedereen die hulp nodig heeft, daar zijn strikte regels voor, waar de Zielen zich aan houden. Zielen mogen gewoonlijk niet los van hun persoonlijkheden in incarnatie, mensen helpen met hun genezingsprocessen.

Op “de weide” gelden globaal dezelfde regels. Ook daar kan niet alles zomaar worden genezen. Ook daar wordt genezing gewoonlijk slechts toegepast door Zielen in combinatie met hun persoonlijkheden.

***Genezing kan alléén plaatsvinden  
als aan de voorwaarden wordt voldaan.  
Hier gelden allerlei wetten en regels voor.***

Genezing kan daardoor niet altijd plaatsvinden, ook niet als de situatie schrijnend is en de motivatie van de spirituele genezer heel goed is. Als de motieven van de persoonlijkheid van de spirituele genezer heel goed zijn en ook de motieven van diens hogere Zelf heel goed zijn, dan maakt dat soms hulp mogelijk uit andere bronnen, zoals de hulp van de lagere goden. Die mengen zich af en toe in dergelijke situaties, ook al merken mensen daar meestal weinig van. Er zijn dan bijzondere dingen mogelijk, die ook een Ziel niet op eigen kracht voor elkaar kan krijgen. Er is steeds hulp uit een hogere bron mogelijk, wanneer aan de voorwaarden wordt voldaan.

***Genezing heeft veel te maken met karma.***

Dit betekent dat ziekte en genezing vaak direct in verband staat met het leren van belangrijke lessen. Als die lessen voldoende zijn begrepen, dan kan daardoor genezing mogelijk worden. Genezing wordt meestal niet zomaar toegepast maar wordt vaak voorafgegaan door het leren van lessen die hiermee in verband staan. Dit speelt zich zowel af op “de weide” als in het dagelijkse leven. Dit betekent dat als je lessen aan het leren bent in verband met een bepaalde genezing, die lessen op “de weide” kunnen worden gegeven en dit na verloop van tijd meestal vanzelf doorsijpelt naar het dagbewustzijn. Het kan zijn dat daardoor aan de voorwaarden is voldaan om genezing mogelijk te maken.

***Het hogere Zelf is de genezer,  
niet de persoon in incarnatie,  
en de Ziel werkt via strikte wetten,  
die gelden voor spirituele genezing.***

In sommige gevallen kan genezing plaatsvinden zonder dat er een arts, een psycholoog of een esoterische genezer aan te pas is gekomen. Met andere woorden er kunnen in de komende periode allerlei genezingen plaatsvinden waar zo op het eerste gezicht eigenlijk geen goede verklaring voor kan worden gevonden. Er kunnen dan genezingen zijn zonder dat daar een arts, een psycholoog of een spirituele genezer bij betrokken is geweest.

Mocht je zo'n situatie tegenkomen, dan kan het van belang zijn te weten dat dit mogelijk is. Zo'n genezing gebeurt nooit zomaar, er zijn altijd grondige redenen waarom het dan zo loopt.

Wanneer een spirituele genezer vooral gericht is op de macht om te kunnen genezen, en intens geniet van de status en de roem die hij hiermee hoopt te krijgen, dan trekt dit onvermijdelijk verkeerde krachten aan. De esoterische genezer komt hierdoor zelf in moeilijkheden, en zal na verloop van tijd steeds moeilijker kunnen samenwerken met diens Ziel. De kans is groot dat er hierdoor schade wordt aangericht aan de mensen waar hij op deze manier zijn "behandeling" aan geeft. De donkere kant zal zich hier dan onherroepelijk in mengen, hetgeen mogelijk wordt gemaakt door de motieven van de genezer.

Omgekeerd kunnen de huisarts en de psycholoog terwijl zij hun vak uitoefenen, tegelijkertijd ook heel goed werkzaam zijn op het gebied van esoterische genezing!

Als zij een goede motivatie hebben om hun patiënt te willen helpen bij zijn genezing, en als zij verbonden zijn aan een Ziel met genezende vermogens, dan kan de huisarts of de psycholoog esoterische genezing toepassen, zonder dat hij zich hiervan bewust is. Met andere woorden er wordt in zo'n situatie vaak voldaan aan de voorwaarden voor dit type genezing, waardoor er veel goeds tot stand kan komen. De Ziel, het hogere Zelf, van zo'n arts of psycholoog, kan dan genezing toepassen, terwijl de persoonlijkheid in incarnatie z'n werk doet als wetenschapper.

De persoonlijkheid van de huisarts en de psycholoog zijn zich hier misschien volstrekt niet van bewust, maar dat is minder belangrijk. Waar het om gaat is de motivatie van de genezer. Als die goed genoeg is, dan kan er vaak spirituele genezing plaatsvinden op de één of andere manier.

Esoterische genezing wil niet zeggen dat er dan een behandeltafel moet zijn waar de patiënt op zou moeten liggen en waar de genezer dan zijn handen boven houdt of iets dergelijks. Spirituele genezing kan al plaatsvinden als de genezer en degene die geholpen wordt met genezing, zich in elkaars aanwezigheid bevinden en bijvoorbeeld met elkaar in gesprek zijn. Dit maakt het voor de Ziel van de genezer al mogelijk de situatie van de ander aanzienlijk te verbeteren. Deze verbetering kan plaatsvinden zonder dat de genezer zich ervan bewust is wat er in feite gebeurt.

Dit is precies de reden dat sommige mensen diep in hun hart aanvoelen graag bij een specifieke persoon in de buurt te willen zijn. Ze voelen dan aan dat zo iemand genezend is voor hen, en kan helpen met hun genezingsprocessen. Als je 's nachts op "de weide" bent, weet je meestal heel goed wie jou kan helpen met genezing die jij zelf misschien nodig hebt. Het kan dan zijn dat je daar iets van meekrijgt in jouw dagbewustzijn, waardoor je misschien het gevoel krijgt iemand graag te willen ontmoeten, al is het maar voor even.

Als er voldoende vertrouwen is bij degene die hulp vraagt, in de genezer en in de wetten die dit mogelijk maken, dan wordt de situatie daar aanzienlijk beter van.

### ***Wat te doen als iemand heel veel pijn heeft en hulp vraagt aan een spirituele genezer?***

Is er dan een mogelijkheid om in te grijpen in zo'n situatie of zijn er dan eerst andere dingen nodig zoals inzicht in het achterliggende karma?

Als iemand in vorige levens actief en bewust heeft samengewerkt met de donkere kant, dan loopt zo'n verbinding gewoon door in het leven dat je nu hebt. Als je er in dit leven voor kiest om los te willen komen van die donkere kant, dan zal die jou niet zomaar laten gaan.

De donkere kant zal dan een prijs vragen die iemand in zo'n situatie moet betalen om vrij te komen van allerlei afspraken die in voorgaande levens in werking zijn gezet.

Stel dat je bijvoorbeeld in verschillende vorige levens een priesteres bent geweest voor een donkere godin, en je wil daar in dit leven vanaf proberen te komen, dan zul je daar een prijs voor moeten betalen. Door het betalen van die prijs, word je vrijgekocht van de donkere kant.

De onderhandelingen over wat die prijs zal zijn, spelen zich af op “de weide”. Als je in de uren van slaap “boven” bent, weet je meestal heel bewust welke prijs je zult moeten betalen om vrij te komen van afspraken die je met de donkere kant hebt gemaakt, in voorgaande levens.

Het betalen van de prijs om los te komen van de donkere kant, vertaalt zich altijd in dingen die je niet wil, maar die de donkere kant dan wel kan opvragen. Soms betekent dit allerlei lichamelijke ongemakken, waaronder allerlei ziektes in verschillende gradaties.

***Ziekte en pijn kan onderdeel zijn van de prijs die iemand betaalt om los te komen van oude verbindingen met de donkere kant, die in vorige levens zijn gemaakt, maar doorlopen in het leven dat je nu hebt.***

In principe wordt er op de weide bepaald wat “redelijk” is en waar de grenzen liggen. Er kan op de weide in een onderhandeling tussen de lichte kant en de donkere kant worden afgesproken dat er pijn zal zijn als onderdeel van de ervaringen waardoor iemand de prijs betaalt om los te komen van de donkere kant. Toch zullen er in zo'n situatie grenzen zijn waarbinnen dit vrijkopen zich afspeelt. Als die grenzen zijn bereikt, dan zal dit beschermd worden, binnen de afspraken die hierover zijn gemaakt.

Stel dat een genezer wordt gevraagd in te grijpen in een situatie waarin er veel pijn is, dan is de verleiding groot dat de genezer probeert allerlei krachten aan te roepen om de situatie te verbeteren. Het is dan maar helemaal de vraag welke krachten daarop zullen reageren.

***Het is riskant in crisissituaties allerlei hoge krachten aan te roepen.***

Als de donkere kant dit ziet als een verzoek om een gunst, dan kan de genezer daardoor in grote problemen komen. Dit is een grote valkuil en vraagt daarom grote voorzichtigheid. Beter is het om dit los te laten, en de situatie eenvoudig te accepteren zoals die is.

Artsen kunnen heel goed pijnbestrijding toepassen, en in situaties van extreem veel pijn, is het daarom de beste route een arts te vragen of hij kan helpen. Een spiritueel genezer kan in zo'n situatie vaak maar heel weinig doen.

Een andere veel voorkomende situatie is het op afstand willen “helpen” van een ander, die daar al dan niet om heeft gevraagd. Het is in alle eenvoud beter hier niet aan te beginnen.

Je hebt in feite geen idee wat je hiermee aanzwengelt en de kans is groot dat je hierdoor meer schade berokkent dan je lief is. Als je handelt vanuit grote bezorgdheid maar geen idee hebt hoe dit wereldje werkt, dan kun je het de ander hierdoor een stuk moeilijker maken. Als die ander er dan ook nog eens helemaal niet om heeft gevraagd, dan zou je beter kunnen afzien van deze manier van handelen. De kans is heel groot dat je hierdoor dingen in werking zet waardoor de situatie aanzienlijk slechter wordt. Het is belangrijk ook hiervoor jouw eigen verantwoordelijkheid op je te nemen en andere mensen vrij te laten, en niet op afstand allerlei dingen te willen “regelen” voor iemand anders, en zeker niet wanneer iemand daar niet om heeft gevraagd.

Soms “vraagt” de genezer dan via het fijnstoffelijk gebied “op afstand” aan de ander of die instemt met de genezing die op afstand wordt “aangeboden”. Met andere woorden in plaats van de telefoon te pakken en de ander op die manier te benaderen, wordt dit via het fijnstoffelijke gebied “op afstand” gedaan en meent de genezer een duidelijk antwoord op te kunnen vangen. Als die ander dan volgens de genezer “ja” heeft gezegd, dan vindt de genezer dat hij gerust verder kan gaan op zijn weg, omdat de ander schijnbaar heeft ingestemd met het aanbod.

Op die manier houd je jezelf voor de gek. Je begeeft je dan in een wereld vol illusies. Je maakt de situatie hier niet beter van maar veroorzaakt nieuwe moeilijkheden, zowel voor jezelf als voor de ander. Je begeeft je hiermee in feite op het gebied van zwarte magie.

Ditzelfde principe is ook van toepassing op het sturen van licht of iets dergelijks. Je kunt hier beter *niet* aan beginnen. Je hebt geen idee wat je hiermee in werking zet en de kans is groot dat je daardoor nieuwe moeilijkheden veroorzaakt. Het is belangrijk mensen ook hierin vrij te laten!

Ook hier kan de uitweg worden gevonden door goed af te stemmen op jouw innerlijke kompas, waardoor je beter kunt aanvoelen wat je beter wel en beter niet kunt doen. Als je merkt dat je bezorgd bent, dan is dit *geen* goede motivatie om een ander te helpen. Als je merkt dat je de ander wil “redden”, dan is ook dat *geen* goede motivatie.

Het is beter te leren vertrouwen op de wetten en regels van ons evolutieproces, waarin allerlei situaties zo veel mogelijk worden geregeld volgens het principe van redelijkheid. Als je meer zicht zou hebben op dieperliggende karmische achtergronden van individuele situaties, zou je zien dat er redelijkheid is. Als er sprake is van ellendige ervaringen en mogelijk zelfs van lijden, dan is daar gewoonlijk een grondige reden voor, die verband houdt met het karma van iemand. Dit betekent meestal dat er dan in voorgaande levens dingen in werking zijn gezet waar iemand in dit leven mee wordt geconfronteerd.

De Zielen kunnen veel doen om de situatie te verbeteren voor hun persoonlijkheid in incarnatie en als dat er op de één of andere manier toch niet van komt, dan zijn daar meestal zwaarwegende redenen voor.

***Het op afstand willen genezen van iemand,  
kan beter achterwege blijven,  
zelfs als iemand jou dat nadrukkelijk heeft gevraagd.***

Je begeeft je dan op gevaarlijk terrein, waardoor er veel moeilijkheden kunnen ontstaan. Goede kennis kan ook hier helpen om een goede keuze te maken, dat wil zeggen een keuze in overeenstemming met de Wijsheid van jouw Ziel.

In praktijk hebben de mensen die op afstand “genezing” aanbieden geen idee wat ze daarmee in werking zetten, maar de vele krachten in de fijnstoffelijke werelden maken gebruik van de motieven en de handelingen van degene die dit aanzwengelt. Gewoonlijk zijn de motieven om iemand op afstand te willen behandelen gebaseerd op status, positie en macht. Vanuit die motieven kan weinig goeds voortkomen. Het is daarom voor een esoterische genezer belangrijk om heel eerlijk te kijken naar je eigen motieven. Wanneer je herkent dat jouw eigen motieven niet in overeenstemming zijn met jouw innerlijke weten, zou je beter kunnen stoppen met wat je doet. Je voorkomt daarmee veel moeilijkheden zowel voor jezelf als voor anderen.

Wanneer jouw motieven zuiver zijn, ontstaat er samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Je zult dan ook de energie van Wijsheid en Genegenheid voelen stromen. Daaraan kun je herkennen dat je het juiste spoor volgt, het spoor in overeenstemming met het innerlijke weten.

## Reiki

Er zijn veel mensen die graag iets willen betekenen voor anderen. Sommigen kiezen vanuit die achtergrond voor het werken met Reiki. Door langs deze weg extra energie aan mensen aan te bieden, krijgt iemand dan net iets meer energie om het eigen spirituele huiswerk aan te pakken, zo is dan vaak het uitgangspunt.

Veel mensen die anderen willen helpen op het spirituele vlak, voelen zich vaak onzeker en weten niet goed *hoe* ze zouden kunnen helpen. Vanuit die achtergrond doen mensen dan vaak allerlei cursussen, zodat ze een concrete manier van werken hebben aangeleerd, die ze kunnen toepassen in een situatie waarin ze iemand zouden willen helpen. Veel mensen voelen zich daardoor zekerder. Zo'n cursus geeft hun een soort van basis waarop ze verder kunnen werken.

Als iemand vanuit goede motieven anderen probeert te helpen, dan maakt dit samenwerking mogelijk met de Ziel, het hogere Zelf. In principe staat deze samenwerking met de Ziel, *los* van de methode van werken die wordt toegepast door het ikje. Als het ikje, de persoonlijkheid, Reiki toepast vanuit een goede motivatie, dan zal de Ziel inspringen, en vermogens kunnen toepassen die *zij* heeft gekregen, voor goed gedaan werk in het lange verleden.

Je zou dan tot de conclusie kunnen komen dat de Reiki methode goed werkt, als de resultaten voor degene die behandeld wordt, goed zijn. Toch betekent dit niet dat dit te maken heeft met Reiki. De resultaten kunnen zuiver het gevolg zijn van de vermogens van de Ziel, die ingezet kunnen worden door een goede motivatie van degene die aan het behandelen is.

Het is voor een buitenstaander nagenoeg nooit duidelijk of goede resultaten worden veroorzaakt door de methode van werken die de genezer toepast, of dat de goede resultaten worden veroorzaakt door de vermogens die door de Ziel worden toegepast. Hierdoor kun je gemakkelijk op verkeerde conclusies uitkomen.

***Goede resultaten bij genezing,  
kunnen worden veroorzaakt door de samenwerking met jouw Ziel,  
zonder dat jij dit in de gaten hebt.***

In praktijk wordt er veel te veel waarde gehecht aan allerlei cursussen en diploma's. Dit geldt voor cursussen op het gebied van massage maar ook voor Reiki cursussen. In praktijk gaat het vooral om de *motivatie* van de behandelaar. Naarmate die zuiverder is, wordt de samenwerking met de Ziel sterker en zullen de heilzame gevolgen voor degene die behandeld wordt, weldadiger zijn.

Reiki is energie die doelbewust is gekoppeld aan symbolen, het is gebaseerd op een manier van werken die door de donkere kant in het leven is geroepen. Het is een vorm van magie. Het zijn rituelen die je in werking zet, iedere keer als je hiermee werkt. In feite zet je hierdoor te goeder trouw iets in werking waarvan je niet precies weet, wat de gevolgen zijn voor jezelf. Je gaat er van uit dat dit een manier is om energie te laten stromen naar iemand die dit goed kan gebruiken, maar je bent er niet zeker van wat er ondertussen nog meer gebeurt.

Ik ben ervan overtuigd dat de grote meerderheid van de mensen die werkt met Reiki, dit vanuit goede motieven doet, dat wil zeggen motieven die in overeenstemming zijn met de Wijsheid van de Ziel. De keuze om met Reiki te werken, is in zo'n situatie van minder belang, het had dan evengoed een andere methode kunnen zijn zoals magnetiseren, zonder gebruik te maken van de symbolen die in de Reiki wereld worden gebruikt.

Als mensen werken met Reiki, en als gevolg daarvan voortdurend symbolen toepassen, dan komen ze daardoor steeds hechter in contact met de fijnstoffelijke werelden die verbonden zijn aan Reiki.

Ooit zijn er afspraken gemaakt met krachten die hierover gingen in de periode dat de systematiek van Reiki in werking is gezet. Reiki staat niet op zichzelf maar is onderdeel van een veel groter geheel. Als je de symbolen toepast die je tijdens een Reiki cursus worden geleerd, dan kom je daardoor (onbewust) in contact met de krachten die dit begeleiden vanuit de fijnstoffelijke werelden. De reikimensen gaan er van uit dat dit vast wel goed zal zijn, omdat je immers anderen probeert te helpen, maar die conclusie is te oppervlakkig. Als je de reikisymbolen toepast, heb je geen idee wat je precies in werking zet. Dit is precies de reden dat ik hier iets over schrijf.

***De wereld van symbolen, rituelen en magie,  
is de wereld van de donkere kant.  
De lichte kant werkt niet op die manier.***

De donkere kant heeft een systeem ontwikkeld waarmee mensen “energie konden tappen uit een vaatje” als ze de bijpassende symbolen zouden toepassen. Deze symbolen fungeren als een sleutel voor een deur. Als de sleutel wordt toegepast, gaat de deur open.

Een factor die onbekend is gebleven, is dat je juist door het toepassen van deze symbolen, steeds meer verbonden raakt met de krachten die hierachter werkzaam zijn. Het is daarom niet toevallig dat de term “meester” zowel wordt gebruikt in de reiki wereld als in de “Witte Broederschap”. Dit zijn verwante stromingen. In beide stromingen is er een sterk hiërarchisch systeem. Je komt verder op de ladder door inwijdingen. Je kunt dan opklimmen naar een hogere positie.

Mensen die vatbaar zijn voor status, positie en machtsaspecten, kunnen in de reikiwereld gemakkelijk worden omgebogen. Zelfs als de oorspronkelijke motieven goed waren om anderen te helpen, is het verleidelijk om (stiekem) te genieten van jouw verworven status, misschien zelfs van de status van “meester”. Als je voortdurend wordt geconfronteerd met jouw status van “meester”, is de verleiding voor veel van deze “meesters” te groot, en glijdt men hier gemakkelijk in weg, ook al wordt dit aan de buitenkant gewoonlijk hardnekkig ontkend.

Vanuit de Zielen worden motieven van mensen in incarnatie altijd nauwkeurig gevolgd. Er is geconstateerd dat veel reikimensen die oorspronkelijk begonnen aan Reiki vanuit goede motieven, langzamerhand werden omgebogen, met name naarmate ze dichter het stadium van “meester” naderden.

Naarmate de motivatie wordt omgebogen, zal de Ziel, het hogere Zelf, steeds minder aanwezig zijn, en zullen de resultaten daardoor minder goed worden. Als de motivatie niet meer zuiver genoeg is, kan de Ziel een behandeling niet meer steunen. Meestal heeft een kanaal voor reiki-energie dit zelf niet goed in de gaten. Dit is één van de redenen dat iemand in de loop van de jaren gemakkelijk kan afglijden op deze weg. Naarmate de motivatie van een kanaal voor energie steeds verder afglijdt, krijg je steeds meer te maken met de donkere kant. Als zo’n tussenpersoon in vorige levens vaker heeft samengewerkt met donkere krachten, dan komt deze aansluiting heel gemakkelijk tot stand. De energie waarmee zo’n tussenpersoon dan in aanraking komt, zal dan heel bekend voorkomen. Toch is dit geen enkele garantie dat deze energie goed is, dat wil zeggen in overeenstemming is met de Wijsheid en de Genegenheid van de Ziel, het hogere Zelf. Als iemand vanuit vorige levens gewend is aan de energie van de donkere kant, dan zal dat voor iemand heel bekend voorkomen, wanneer iemand daar weer opnieuw mee wordt geconfronteerd.

***Als iemand veelvuldig symbolen toepast,  
kom je daardoor steeds meer in contact met de krachten  
die deze manier van werken ooit hebben geïntroduceerd.***

De donkere kant heeft het mogelijk gemaakt dat mensen op deze manier zouden kunnen werken. Er werd alleen niet bij gezegd dat mensen door deze symbolen toe te passen, steeds meer opgenomen zouden worden in deze hiërarchie, zonder zich daarvan bewust te zijn. Vanuit de Zielen beschouwd, is het gebruiken van deze symbolen een *keuze*, het heeft vaak te maken met het willen uitoefenen van een bepaalde vorm van macht, bijvoorbeeld de macht om te kunnen genezen.

Het (onbewust) streven naar macht, is een gevaarlijke adder in dit terrein. Ook als mensen dit voor zichzelf en anderen proberen te ontkennen, wordt dit door de Zielen nauwkeurig gezien, en wordt er vaak geconstateerd dat mensen vatbaar zijn voor machtsaspecten tijdens het werken met de reikisymbolen, terwijl een deel van de reikimensen handelt vanuit onwetendheid.

Als de donkere kant kan aantonen dat iemand eigenlijk vooral wil werken met macht, dan kan dit worden gebruikt om iemand langzaam maar zeker om te buigen naar de donkere kant.

***De reiki-energie is sinds 2013 minder sterk geworden.  
Dit is een direct gevolg van de veranderingen in ons evolutieproces.***

In praktijk betekent dit dat veel reikimensen zullen hebben gemerkt dat er iets veranderd is in de uitwerking van hun behandelingen, zonder te begrijpen wat er is gebeurd. Het aanpassen van de wetten en de regels van ons evolutieproces, heeft ook gevolgen voor de energiestroom die bekend is als reiki-energie. Dit heeft als gevolg dat de kracht die deze energie ooit heeft gehad, inmiddels flink is afgenomen. De leiding van ons evolutieproces heeft besloten dit niet helemaal af te sluiten omdat deze manier van werken door hen wordt beschouwd als een onderdeel van ons leerproces.

Reiki kan een heilzame uitwerking hebben op lichamelijke processen, net als allerlei andere healing methoden. Het gevaar van deze methode is dat je hierdoor onbewust in aanraking komt met verkeerde krachten, waardoor je in de loop van de jaren omgebogen kunt worden naar een manier van werken die steeds minder goed aansluit bij de Wijsheid van de Ziel.

***Hoewel Reiki zo op het eerste gezicht volstrekt onschuldig lijkt te zijn,  
heeft deze manier van werken grote bezwaren,  
beschouwd vanuit het standpunt van de Ziel.***

De samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf, kan hierdoor in de loop van de jaren geleidelijk verminderen, zonder dat je dit goed in de gaten hebt. Vanuit de Ziel beschouwd, is de samenwerking met *haar* veel belangrijker dan het toepassen van de reikimethode, als je iemand wil helpen met diens spirituele ontwikkeling. Vanuit de genezer, het ikje, is het vaak het meest belangrijke dat de methode die je toepast, zichtbare resultaten heeft. Dit zijn twee hele verschillende uitgangspunten, die onderling botsten. Het ikje zou er goed aan doen zich te realiseren dat hij slechts een klein schakeltje is in een veel groter geheel, waar hij tijdelijk onderdeel van mag zijn.

Waar het op neerkomt is dat mensen die nu de reiki methode toepassen, er goed aan zouden doen de hele situatie opnieuw te bekijken, en zouden proberen zich goed af te stemmen op hun innerlijke kompas in de diepte van hun hart, met de vraag of Reiki voor hen de beste weg is.

Ze zouden zich kunnen afvragen in hoeverre Reiki overeenkomt met de Wijsheid van hun Ziel, en of er misschien andere methodes van werken zouden kunnen worden ingezet, om mensen te helpen met hun spirituele ontwikkeling.

***Magnetiseren zal vaak een goed alternatief zijn,  
waarbij je vrij blijft en niet vast komt te zitten  
aan de krachten die de specifieke reiki-symbolen  
ooit in het leven hebben geroepen.***

Op die manier komen er geen extra hindernissen in de samenwerking met de Ziel en kan jouw hogere Zelf dichterbij komen.

Als het er om gaat mensen te helpen met extra energie, zou je beter kunnen magnetiseren dan gebruik te maken van de reiki-methode. Jouw Ziel kan dan zo veel mogelijk haar vermogens inzetten voor de genezing van degene die jij wil behandelen.

Veel mensen zijn in de veronderstelling dat het altijd goed is om hulp te vragen van hogere machten bij de genezing van mensen die hen dierbaar zijn. Ze gaan er dan van uit dat krachten die kunnen helpen met genezing, altijd goede krachten zijn.

Helaas is dit een groot misverstand, waardoor je gemakkelijk in de problemen kunt komen. De meerderheid houdt in haar wereldvisie onvoldoende rekening met krachten die het *niet* goed met de mensheid vóór hebben. Daardoor houden mensen meestal ook geen rekening met verkeerde krachten die je zouden kunnen helpen met het genezen van dierbaren. Het uitgangspunt voor veel genezers is dat als jouw eigen motivatie maar zuiver genoeg is, je gerust hogere machten kunt aanroepen die jou zouden kunnen helpen. Ook al weet je dan misschien niet precies wie deze krachten zijn, als ze maar meehelpen met genezing, dan is het niet nodig om hier meer over te weten, is vaak het uitgangspunt.

Dit is een groot misverstand, gebaseerd op onwetendheid.

***De donkere kant kan evengoed stoffelijke lichamen genezen  
als de lichte kant dat zou kunnen.***

De lichte kant werkt altijd binnen de wetten die hiervoor gelden. De lichte kant zal nooit zomaar mensen genezen maar dat altijd doen binnen de regels die daarvoor gelden. De donkere kant kan ook mensen genezen en doet dat ook regelmatig, maar dat is nooit vrijblijvend! Er wordt in zo'n situatie altijd een prijs gevraagd, ook al wordt dat niet altijd eerlijk verteld.

In de film Starwars zie je de ondergang van Anakin Skywalker, degene die was voorbestemd om de donkere kant te verslaan. Het beslissende moment is het punt waarop hij aan de donkere kant vraagt zijn geliefde te genezen. Zijn eigen groep, de Jedi, kunnen dit blijkbaar niet voor elkaar krijgen, maar zijn contactpersoon bij de donkere kant, lord Palpatine, kan dit *wel* voor hem verzorgen. Op deze manier biedt de donkere kant hem macht aan, macht om een geliefde te kunnen genezen. Anakin vraagt de donkere kant om dit in werking te zetten en bezegelt daarmee zijn eigen Lot, dit wordt een belangrijke keuze bij zijn ondergang.

Dit is een heel leerzaam voorbeeld uit een film die wereldbekend is, en een waardevol beeld geeft van de strijd tussen goed en kwaad. Dit is een realistisch voorbeeld van hoe zoiets in praktijk gaat.

Anakin weet niet goed waar hij aan begint. Zijn motieven zijn gemengd, deels wil hij zijn geliefde genezen en deels wil hij macht hebben om te kunnen genezen. Hij heeft geen goed zicht op de situatie maar is zich er wel degelijk van bewust dat zijn contactpersoon de donkere kant is, die schijnbaar over meer macht kan beschikken dan zijn eigen groep, de Jedi. Hij had er ook voor kunnen kiezen om geen contact te maken met de donkere kant, en te accepteren dat hij zijn geliefde misschien niet zou kunnen helpen met haar genezing. Misschien zou zijn geliefde dit niet overleven maar het zou hem weghouden bij de donkere kant. Omdat hij er voor koos toch hulp te vragen bij de donkere kant, kon hij schijnbaar zijn geliefde redden, maar viel hij *zelf* in handen van de donkere kant. Zijn motieven en zijn gebrek aan juiste kennis, maakten dit mogelijk.

Dit voorbeeld is buitengewoon leerzaam om te bestuderen, want dit is zoals het in praktijk vaak gaat. Als je als genezer het idee hebt dat “hogere machten” jou kunnen helpen met het genezen van anderen, dan kan dat door de donkere kant worden opgevat als een verzoek om een gunst. Zij kunnen dan komen met een passend aanbod, en als je daar op ingaat, dan zit je daaraan vast. Je hebt dan een afspraak gemaakt met de donkere kant, waarbij je meestal niet goed weet wat hiervan de gevolgen zullen zijn.

Als je vraagt om iemand ziek te maken of iets dergelijks, dan is het volkomen duidelijk dat je te maken hebt met de donkere kant, maar als je vraagt om genezing van iemand, dan is het soms niet meer zo duidelijk waar je dan uit komt.

***Als je hogere machten om hulp vraagt bij genezing,  
zal de donkere kant dit opvatten als het verzoek om een gunst.***

In praktijk is dit ontelbare keren gebeurd, in vele voorgaande levens, met name in de lange Egyptische periode. Er zijn veel genezers die zich hier in het lange verleden de vingers aan hebben gebrand. Schijnbaar werd er hulp geboden door hogere machten bij het genezen van dierbaren maar in werkelijkheid was dit een sluwe manier om iemand langzaam maar zeker onder te brengen in de gelederen van de donkere kant. Naarmate iemand deze contacten vaker vanuit eigen initiatief opzocht, en vanuit vrije wil, bewust, vroeg om meer mogelijkheden om te kunnen genezen, werd iemand verder opgenomen in zo’n onderdeel van de donkere kant. De donkere kant presenteerde zichzelf via allerlei bekende namen van goden.

Ondertussen werden de motieven van de genezers dan meestal slechter in de loop van de tijd. Men wilde in feite steeds meer macht, waardoor men meer status zou kunnen verwerven en meer aanzien zou krijgen bij “collega’s”, die wisten waar de genezer toe in staat was. Waren de motieven om aan deze weg te beginnen misschien aanvankelijk nog deels mededogen voor degene die genezing nodig had, in de loop van de tijd werden de motieven meestal slechter en slechter, en uiteindelijk was het gewoonlijk nog slechts een kwestie van macht om te kunnen genezen in situaties waar anderen allang niets meer konden doen.

Maar genezing van stoffelijke lichamen is geen einddoel in ons evolutieproces. Of je wel of niet een gezond lichaam hebt, is vooral een kwestie van karma. Als de wetten van karma goed werken omdat er leiding is door goden die het goed met mensen vóór hebben, dan hoeft je je daar in principe niet echt mee bezig te houden. De wetten zullen er dan voor zorgen dat de gezondheid van het stoffelijke lichaam zorgvuldig wordt geregeld. Je hebt dan nog slechts jouw eigen verantwoordelijkheid om zo goed mogelijk voor jouw eigen lichaam te zorgen. De rest wordt binnen de wetten en de regels ingevuld, in overeenstemming met het achterliggende karma.

Het genezen van stoffelijke lichamen zou geen op zichzelf staand doel moeten zijn voor de mensen die zich bezighouden met spirituele ontwikkeling. Het gaat om de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid. Als iemand een gezond stoffelijk lichaam heeft, dan is dit gunstig, omdat het lichaam dan geen hindernissen veroorzaakt bij het op je nemen van jouw spirituele huiswerk.

Als iemand een lichaam heeft dat moeilijkheden veroorzaakt bij het aanpakken van je lessen, door bijvoorbeeld veel pijn, dan zijn dat hele ongunstige omstandigheden. Toch valt ook dit onder de wetten van karma.

Omstandigheden zoals veel pijn, kan onderdeel zijn van iemands karma. Als dit zo is, dan kan een genezer dit meestal niet zomaar veranderen. Het heeft dan geen nut om hogere machten aan te roepen, die een dierbare misschien zouden kunnen genezen van deze pijn, die in zo'n droevige situatie misschien vaak aanwezig is.

Omgekeerd is het zo dat als het karma is ingelost, de pijn vanzelf minder zal worden, ook als er geen genezer is die zich hierin mengt. De toepassing van de wetten die ons evolutieproces regelen, zal er dan voor zorgen dat iemand vanzelf minder pijn zal ervaren en misschien zelfs helemaal zal genezen zonder tussenkomst van een genezer.

***Onder de wetten en regels van ons evolutieproces,  
zullen allerlei kwalen vanzelf verdwijnen  
als iemand daar recht op heeft gekregen.***

De donkere kant, weet precies wat mensen graag willen horen en graag willen zien, en speelt daar handig op in. De donkere kant kan mensen heel goed verleiden, juist omdat ze heel nauwkeurig kunnen vaststellen wat mensen diep in hun hart graag willen. Dit vraagt daarom grote voorzichtigheid en juiste kennis op het gebied van genezing.

Het toepassen van Reiki is doelbewust in het leven geroepen door krachten die onderdeel zijn van de donkere kant. Schijnbaar is dit slechts een hele nobele doelstelling, waar je moeilijk bezwaar tegen zou kunnen maken, maar op de achtergrond spelen er venijnige principes een belangrijke rol, waar mensen over het algemeen geen weet van hebben.

Het gevaar is groot dat je na verloop van tijd in moeilijkheden komt door deze weg te volgen, omdat je motieven uiteindelijk misschien toch minder goed blijken te zijn dan je voor jezelf wilde toegeven, en je niet beseft hoe geraffineerd de donkere kant te werk gaat bij het misleiden van mensen. Door deze dingen te beschrijven, hoop ik praktisch bruikbare kennis aan te bieden op dit voor velen onbekende gebied, zodat iedereen dit kan onderzoeken, als je in de diepte van jouw hart aanvoelt dat dit voor jou belangrijk is.

***Eerlijk zijn tegenover jezelf  
zou voor iedere genezer een belangrijk uitgangspunt moeten zijn.***

Het volgen van de weg van Zelfkennis, kan hierbij van grote waarde zijn. Naarmate een genezer z'n eigen zwakke punten beter herkent en beter weet wat er speelt vanuit vorige levens, kan iemand de donkere kant beter herkennen en beter leren samenwerken met het hogere Zelf. Op die manier kan iemand steeds meer betekenen voor anderen.

## Zekerheid

Als mensen zijn beschadigd door de ervaringen die het leven hen heeft gebracht in de afgelopen duizenden jaren, dan is er vaak in niets en niemand vertrouwen meer. Meestal is er dan veel twijfel over wat waar is en wat niet, zeker als je er na verloop van tijd achter bent gekomen dat er heel veel verkeerde informatie in omloop is, die door massa's mensen als Waarheid wordt aangenomen. De vraag is dan hoe je verder kunt komen met het krijgen van zekerheid.

### *Zekerheid krijg je van binnenuit.*

Naarmate je beter verbonden bent met jouw lichaam, kan de Ziel verder indalen en kun je beter aanvoelen wat jouw hogere Zelf jou duidelijk wil maken. Het leren ontvangen van deze instroom vanuit de Ziel, is de beste route om zekerheid te krijgen.

### *Zekerheid krijg je niet door dezelfde kant op te gaan als (heel veel) anderen, in de hoop dat die weten wat ze doen.*

Het is mooi als je iemand in jouw omgeving hebt die je beschouwt als een waardevolle vriend(in), iemand die misschien grotendeels dezelfde visie heeft en waarmee je fijne gesprekken kunt voeren, maar voor het krijgen van innerlijke zekerheid in de diepte van jouw hart, is dit niet genoeg.

Om meer zekerheid te kunnen krijgen is het belangrijk je eerst beter te verbinden aan jouw eigen stoffelijke lichaam. Massage en een goede magnetiseur kunnen hier vaak bij helpen. Als je merkt dat dit verbinden aan jouw lichaam problemen geeft, dan is het van belang hier eerst aan te werken.

### *Meer zekerheid is de uitkomst van een proces van meer samenwerking met de Ziel.*

Het krijgen van meer zekerheid staat niet op zichzelf. Het is het gevolg van hard werken dat hieraan vooraf is gegaan. Meer zekerheid is de beloning voor de inspanning die jij *zelf* hebt verricht. Juiste kennis over hoe je hier verder mee kunt komen is daarom van belang om meer zekerheid te krijgen.

Als iemand ernstig is beschadigd, is er meestal geen zekerheid over hoe je het beste verder kunt gaan. Daardoor blijven moeilijke situaties vaak lange tijd bestaan. Het kan in zo'n situatie helpen als je weet dat jouw innerlijke zekerheid vanzelf sterker wordt als de samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, beter wordt.

Als iemand beschadigd is, dan is het logisch dat je in eerste instantie liever even niets wil doen voordat je voldoende zekerheid hebt over de route die je het beste kunt volgen. Juist *dit* is in zo'n situatie vaak een probleem. Door geduldig te werken aan het verbeteren van de verbinding met jouw lichaam en het leren samenwerken met jouw Ziel, kun je hier toch verder mee komen.

### *Zekerheid krijg je in de loop van de tijd, door eenvoudig steeds de eerstvolgende stap te zetten, waar je voelt dat dit een juiste beslissing is.*

Ook al kun je niet de hele weg overzien waar je dan uitkomt, het is in principe voldoende om je aandacht in eerste instantie te richten op de eerstvolgende stap. Als je er voldoende zeker van bent dat *dit* een goede beslissing is, dan is het raadzaam om die stap alvast maar te zetten.

Als je *die* stap hebt gezet, kun je na verloop van tijd voor jezelf vaststellen wat dit jou heeft gebracht. Als je hebt gehandeld in overeenstemming met jouw innerlijke kompas, dan zal die stap jou op de één of andere manier verder hebben gebracht.

Als je ziet dat je door die stap een stukje verder bent gekomen, krijg je daardoor meer vertrouwen in jouw eigen vaardigheid om goede beslissingen te nemen, dat wil zeggen beslissingen die in overeenstemming zijn met jouw innerlijke kompas, jouw innerlijke weten.

Zo bouw je vertrouwen op in jezelf. Zo leer je samenwerken met jouw Ziel, want dat is degene die jou via het innerlijke weten signalen probeert te geven over wat jij het beste zou kunnen doen. Door af te stemmen op dit innerlijke weten, leer je samenwerken met de Ziel. Als je deze weg van samenwerken langere tijd probeert te volgen, groeit er steeds meer innerlijke zekerheid.

Het “hoofd” houdt er meestal hele ingewikkelde en misleidende redeneringen op na, die vaak niet in overeenstemming zijn met de eenvoudige Wijsheid van de Ziel.

Het “hoofd” probeert vaak dingen te verklaren en het op die manier een plekje te geven. Als dit slaagt, komt er een schijnbare rust. Dit is een oppervlakkige manier om orde te scheppen in de gebeurtenissen van het dagelijkse leven. Op deze manier kom je niet in de diepte. Het helpt niet om zekerheid te krijgen in de diepte van het hart.

***Zekerheid is iets wat kan ontstaan in de diepte van het hart.  
Het “hoofd” kan deze zekerheid niet bieden.***

Het “hoofd” wil graag grip houden op de gebeurtenissen in het dagelijkse leven. Het wil als het ware de regie in eigen handen houden.

***Het hart ervaart vooral het gevoel en doorleeft dit,  
zonder iets te willen verklaren of zonder iets te willen veranderen.  
Het is wat het is.***

Als je leeft vanuit jouw hart, dan is er ruimte om gebeurtenissen te beleven vanuit het gevoel, zonder dit te willen verklaren. Er is dan gewoon de stroom gevoelens die langskomt. Als je dat spoor volgt, krijgt het “hoofd” steeds minder ruimte om zich hierin te mengen en dingen te willen wegdrücken of te willen ontkennen. Zo kom je steeds dichterbij het diepe gevoel in jouw hart. Hier kun je ook de instroom vanuit de Ziel, jouw hogere Zelf, beter waarnemen.

Mensen die niet goed bij hun diepe gevoel in het hart kunnen komen, om wat voor reden dan ook, kunnen ook niet de innerlijke zekerheid krijgen die *daar* kan ontstaan in de loop van de jaren. Als iemand op zoek gaat naar zekerheid, dan is het van belang te weten waar je die zekerheid kunt vinden. De plaats waar je zekerheid kunt vinden is in de diepte van jouw hart. Iemand die gewend is zekerheid te ontfangen aan ingewikkelde en misleidende redeneringen van het “hoofd”, die zoekt dit op de verkeerde plaats. Op die manier kun je geen dieperliggende zekerheid krijgen.

Als je op zoek gaat naar meer innerlijke zekerheid, dan is het van belang daar de tijd voor te nemen en je regelmatig af te stemmen op jouw spirituele hartcentrum in het centrum van de borstkas. Dáár kun je de instroom vanuit jouw Ziel het beste aanvoelen. Dáár zal ook de innerlijke zekerheid rijpen in de loop van de tijd, zolang je het spoor blijft volgen van het innerlijke weten.

## Over “de cursus in wonderen”

De manier van denken die in deze cursus wordt aangeleerd botst verschrikkelijk met het innerlijke weten. Omdat deze cursus door vele duizenden mensen wordt gevolgd, wil ik hier iets over schrijven, bedoeld als een soort van tegenwicht.

In deze cursus wordt ervan uitgegaan dat zonde niet bestaat en dat het beter zou zijn om niet te oordelen. Naar mijn mening is het maken van onderscheid (en daarmee oordelen) een basisbeginsel bij spirituele ontwikkeling. Met andere woorden zonder oordeel is er geen spirituele ontwikkeling mogelijk. De weg van Zelfkennis is naar mijn idee de basis voor alle spirituele ontwikkeling. Het gaat hierbij vooral om het onderzoeken van je motieven, niet om het geven van een rapportcijfer. Zelfkennis kan niet opgebouwd worden zonder te oordelen.

***Een mens wordt geboren om ervaring op te doen en daar iets van te vinden.  
Als je geen onderscheid wil maken, dan stagneert daardoor jouw leerproces.***

Door dingen zorgvuldig te onderzoeken, leert een mens onderscheid te maken tussen het ene en het andere. Zo kan er Wijsheid rijpen in de loop van het leerproces. Zo leert iemand wat gevolgen zijn van keuzes die hieraan vooraf zijn gegaan. Zo leert iemand de wetten van karma begrijpen. Zo leert iemand om de eigen verantwoordelijkheid te dragen voor het eigen doen en laten.

Als alles wordt beschouwd als “goed”, dan maakt het niet meer uit wat iemand in werking zet. De eigen verantwoordelijkheid wordt dan weggemoffeld. Dit botst met het innerlijke weten, het Geweten. Dat kompas geeft ons heel duidelijk aan welke dingen echt niet kunnen, en botsten met de Wijsheid van de Ziel. Als alles wordt beschouwd als “goed”, dan zou er ook geen karma meer zijn. Er zou dan ook niets meer te leren zijn. Er is dan stilstand en geen ontwikkeling meer.

***Als je ervan uitgaat dat zonde niet bestaat,  
dan wordt daarmee het Geweten ontkend.***

Mensen die de weg van Zelfkennis volgen, nemen daarmee de verantwoordelijkheid op zich voor hun eigen handelen. Door de eigen motieven te onderzoeken, zal hun handelen in de loop van de tijd vanzelf verbeteren, dat wil zeggen steeds meer overeenkomen met hun Geweten, hun innerlijke weten. Zo ontstaat er een leerproces. Als mensen niet meer de verantwoordelijkheid op zich nemen voor wat ze zelf in werking zetten, dan stagneert daardoor ook hun leerproces.

Een totaal andere situatie ontstaat als mensen zichzelf veroordelen voor wat ze schijnbaar zelf in werking hebben gezet, terwijl er beïnvloeding gaande is vanuit de donkere kant.

Als iemand op deze manier wordt beïnvloed en daardoor dingen doet of nalaat die botsen met het innerlijke weten, dan valt iemand dit niet echt aan te rekenen. Als iemand zichzelf hiervoor veroordeelt, dan doet hij zichzelf hiermee tekort.

Naar mijn idee is het goed om je eigen handelen zorgvuldig te onderzoeken en daar de verantwoordelijkheid voor te nemen, maar daarbij wel rekening te houden met de mogelijkheid dat er sprake zou kunnen zijn van beïnvloeding van buitenaf door de donkere kant, zonder dat je daar iets tegen kunt doen. In dat geval ben je niet verantwoordelijk, in andere gevallen wel.

De kerken hebben mensen aangeleerd dat ze in de kern slecht en zondig zijn. Hierdoor is er veel geestelijk lijden ontstaan.

Als mensen wordt aangepraat dat ze slecht zijn, dan belemmert dit de doorstroming van Genegenheid. Als je jezelf als slecht beschouwt, zul je anderen ook eerder op die manier gaan zien en zul je het ook minder erg vinden wanneer mensen lijden.

Het is daarom begrijpelijk dat er een soort van “tegenreactie” is ontstaan, om al deze veroordelingen achter je te laten. Toch vraagt dit naar mijn idee voorzichtigheid en is het belangrijk niet door te schieten naar de andere kant, en nergens meer verantwoordelijk voor te willen zijn. Er is een soort van middenweg nodig en dat is naar mijn idee de weg van Zelfkennis.

Het onbeteugeld spuien van kritiek op alles en iedereen gaat vanzelfsprekend niet helpen om van deze wereld een betere plaats te maken, maar het gaat evenmin helpen als er niet meer een eigen mening (een oordeel) wordt gevormd over de dingen die je tegenkomt.

***Als er geen rechter meer zou zijn die oordeelt over wat wel kan en wat niet,  
dan wordt onze maatschappij een wetteloze chaos  
waarin slechts het recht van de sterkste geldt.***

Als de politie geen bescherming meer zou bieden tegen mensen die anderen onrecht aandoen, dan zou onze samenleving volstrekt onleefbaar worden. Als de groep die zich voortdurend inzet voor de veiligheid van andere mensen onder het motto “waakzaam en dienstbaar” niet meer voortdurend zou oordelen, dan zou het er een heel stuk slechter van worden in onze samenleving.

Als mensen ervan uitgaan dat het kwade niet bestaat, dan hebben ze daarmee een meningsverschil met de god van de Bijbel. In dit bekende boek wordt namelijk door god gezegd dat hij degene is die het kwaad heeft geschapen. (Jesaja 45:7)

***God heeft zelf het kwaad geschapen, om welke reden dan ook.***

Als mensen zowel het bestaan van het kwade buiten zichzelf ontkennen, als zonde ontkennen (het handelen tegen beter weten in), dan wordt er weinig geleerd van de ervaringen die worden opgedaan. Bovendien is het in praktijk volstrekt niet mogelijk om *niet* te oordelen. Alleen al het aanvaarden van de richtlijnen die gegeven worden in de “cursus in wonderen” is immers al te zien als het geven van een oordeel!

***Als iemand de uitgangspunten van “de cursus in wonderen” beschouwt als  
fundamentele waarheden, wat is dit dan anders dan een oordeel?***

Naar mijn mening is de “cursus in wonderen” aangereikt vanuit de donkere kant en houdt dit mensen gevangen in misleiding, illusies en zoete slaap. Het is prettig te horen dat er geen zonde zou zijn en daarmee ook geen eigen verantwoordelijkheid, maar dat verandert niets aan de realiteit. Dit is eenvoudig een illusie die aangeboden wordt. Mensen willen graag horen dat het kwade niet bestaat, maar ook dat helpt niet echt. De donkere kant is onderdeel van onze leeromgeving.

Het is beter de confrontatie met de werkelijkheid aan te gaan en je eigen verantwoordelijkheid zo veel mogelijk op je te nemen door je eigen doen en laten regelmatig te onderzoeken. Op die manier kun je veel leren. Het herkennen van het eigen handelen tegen beter weten in kan misschien soms vervelend zijn, maar door dit toch te blijven onderzoeken, kun je jezelf voortdurend verbeteren. Door dit te ontkennen kom je niet verder en leef je in een bubbel. De weg van Zelfkennis biedt prachtige mogelijkheden aan om jezelf (weer) verder te ontwikkelen.

## Geloven in Advaita is ook een geloof

Er zijn veel mensen die geloven in de leerstellingen die de kerk ons al eeuwen probeert aan te praten. De kerk verkondigt oplossingen te hebben waardoor mensen innerlijk rust zouden kunnen vinden. Op dezelfde manier zijn er ook andere spirituele stromingen die verkondigen dat zij de juiste oplossingen bieden voor de problemen die je als mens tegenkomt.

Een klassieke denkrichting is de Vedanta – Advaita. In deze oeroude manier van denken krijgen mensen een soort van denkrichting aangeboden waardoor ze zichzelf anders gaan zien. Ze beschouwen zichzelf daardoor vanuit een ander perspectief. Hoewel dit in eerste instantie kan helpen om je niet meer zo sterk te vereenzelvigen met allerlei dingen buiten jezelf, heeft ook deze denkrichting een aantal fundamentele onjuistheden in zich, waardoor mensen hier uiteindelijk niet verder mee komen.

Het kan in principe heel nuttig zijn om de leerstellingen van de kerken zorgvuldig te onderzoeken en het goede eruit te filteren en de andere dingen te laten voor wat ze zijn. Op dezelfde manier kan het ook heel zinvol zijn om de Vedanta – Advaita stroming te bestuderen, en daar je voordeel mee te doen. Zo leer je onderscheid te maken tussen wat waar is en wat niet.

In de Vedanta stroming wordt mensen aangeleerd dat ze niet beperkt zijn maar dat ze eigenlijk het geheel zijn. Dit is een merkwaardige manier om in het leven te staan. Het is een soort van aangeleerde overtuiging, die een oplossing zou moeten bieden voor alle problemen die je als mens tegen kunt komen. Dit is iets wat je in je “hoofd” tegen jezelf kunt zeggen, maar diep in je hart weet je wel beter. Je kunt onmogelijk het geheel zijn. Je bent maar een heel klein wezentje te midden van ontzaglijke hoeveelheden andere wezens. Iemand die zichzelf beschouwt als het geheel, praat zichzelf iets aan wat botst met de Wijsheid van het innerlijke weten in het hart.

Eén enkel mens, is slechts een nietig wezentje te midden van talloze groepen wezens die ons evolutieproces in banen leiden. Zo zijn er de Zielen, de gidsen, de goden, degenen die het karma toebedelen en degenen die alles wat gebeurt registreren en archiveren. Dit staat nog los van natuurwezens zoals kabouter, elfen, feeën, deva's, kobolden etc. Het is daarom onzin om te beweren dat je één bent met dit geheel. Zoiets is een vreemde kronkel van het “hoofd”. Het sluit volstrekt niet aan bij het innerlijke weten. Het is een soort van programmeren van jezelf door jezelf iets aan te praten. Er komt dan vroeg of laat vanzelf een periode dat je aan gaat voelen dat het toch anders in elkaar zit dan je misschien lange tijd hebt gedacht. Op dit punt aangekomen, kun je deze stroming meer loslaten en op zoek gaan naar een andere stroming, waarvan je op *dat* moment vindt dat die interessante dingen te bieden heeft. Zo gaat iemand in de loop van verschillende levens van de ene stroming naar de andere, om zich te verdiepen in verschillende visies. Op deze manier ontwikkelt iemand in de loop van duizenden jaren langzamerhand zoiets als Wijsheid.

Binnen de Vedanta – Advaita wordt ervan uitgegaan dat er geen verschil is tussen jou en de wereld en het Absolute. Elk onderscheid daartussen beschouwt men als iets wat er feitelijk niet is. Men gaat er van uit dat alles bewustzijn is en dat dit bewustzijn niet in meerdere delen kan worden opgedeeld. Dit is een groot misverstand, gebaseerd op onwetendheid en het niet goed aanvoelen in de diepte van het hart. Deze visie botst met het innerlijke weten in het hart.

Onze wereld is gemaakt door goden en wordt bestuurd door goden. Zij kunnen zich op de hoogste stellen van onze gedachten als zij dat zouden willen, maar omgekeerd hebben wij geen enkele kans om ons op de hoogste te stellen van wat er in *ben* omgaat.

Hun bewustzijn is eenvoudig veel verder dan dat van ons, waardoor wij hen niet kunnen begrijpen. Dit ontkennen, getuigt niet van Wijsheid maar van een enorm onbegrip over hoe het evolutieproces werkt. Het heeft iets weg van de houding van de struisvogel die alles ontkent wat hij niet ziet.

Gidsen kunnen zich aan jouw bewustzijn verbinden zonder dat je dit in de gaten hebt. Ook de Ziel kan zich aan jou verbinden zonder dat je dit opmerkt. Ons kleine bewustzijn kan zich onmogelijk bewust worden van zoiets als de scheppende goden, omdat die op een totaal ander bewustzijnsniveau zijn aangekomen. Bewustzijn is onderverdeeld in veel verschillende gradaties, waarvan het menszijn slechts een klein stukje beslaat.

Wat moeten wij ons bovendien voorstellen bij het Absolute, in een heelal waarin er slechts eindeloze groei en ontwikkeling is? Er bestaat niet zoiets als het absolute. Er bestaan slechts allerlei vormen van bewustzijn die zich op hun eigen weg aan het ontwikkelen zijn, hetzij naar het innerlijke weten, het Geweten, toe, hetzij daar verder vandaan.

Er bestaan talloze wezens die er voor kiezen om zich te ontwikkelen op een lijn die volkomen in strijd is met het innerlijke weten, het Geweten. Dat is een vrije keuze binnen het ontwikkelingsproces van bewustzijn.

***Als een mens heeft bedacht dat hij één is met alle andere bewustzijn,  
dan geeft dit misschien een prettig gevoel  
maar het verandert niets aan de werkelijkheid.***

Het is een *geloof* en niet meer dan dat. Het is misschien een prettige bubbel om te ervaren maar het sluit niet aan bij het innerlijke weten. Als je je hier prettig bij voelt, dan zul je dit spoor misschien een tijd willen volgen, maar als je jouw innerlijke weten gaat volgen, dan zul je aanvoelen dat dit standpunt nader onderzoek nodig heeft.

Het is bovendien merkwaardig om het bestaan van vorige levens af te wijzen, en zelfs het bestaan van de Ziel af te wijzen, en ondertussen toch te claimen dat je verbonden bent met alles en feitelijk het geheel bent.

In de Vedanta – Advaita gaat men er van uit dat alles goed is zoals het is, en dat er niets meer te bereiken valt als je eenmaal gelooft dat je het geheel bent. Dit wordt volkomen ten onrechte Zelfkennis genoemd. De ware Zelfkennis is juist kennis over jouw eigen rol in de wereld, in hechte samenwerking met jouw hogere Zelf, jouw Ziel. In de Advaita theorie wordt het bestaan van ons hogere Zelf ontkend en daarmee ook de missie van de Ziel.

Naar mijn idee betekent dit voor de aanhangers van dit geloof, dat daarmee het leerproces tijdelijk stagneert. Als je gelooft dat alles goed is zoals het is, dan getuigt dit van een groot gebrek aan onderscheidingsvermogen. Je maakt dan geen onderscheid meer tussen wat juist is en wat niet juist is. Juist, betekent dat iets in overeenstemming is met het innerlijke weten. Onjuist betekent dat iets botst met het innerlijke weten. Als je vindt dat je nergens meer over wil oordelen en nergens meer iets van wil vinden, dan stagneert jouw leerproces voor de duur dat je dit gelooft.

Zoals het voor mij aanvoelt worden de mensen die deze theorie geloven in een diepe slaap gesust, vergelijkbaar met de kerken, die mensen eeuwenlang hebben aangepraat dat alles “gods wil is”. Naar mijn idee botst dit met het innerlijke weten en is het belangrijk dat mensen zichzelf vroeg of laat weer bevrijden uit deze mentale gevangenis, en op weg gaan naar betere inzichten die hen dichter bij hun innerlijke weten brengen.

De aanhangers van Advaita geloven dat zij direct zijn verbonden met het “Absolute”, wat dat dan ook mag zijn. Dit heeft enige overeenkomst met de mier die tegen de professor zegt dat zij één zijn in hun bewustzijn. De professor zal waarschijnlijk vriendelijk glimlachen en zich misschien verbazen over zoveel onwetendheid en zoveel onbegrip van de mier.

De Advaita aanhangers gaan ervan uit dat je in principe heel voorzichtig moet zijn met het hanteren van allerlei principes en theorieën, omdat die de werkelijkheid sterk beperken. Tegelijkertijd wordt er een grote uitzondering gemaakt voor de eigen theorie van de non dualiteit! Dit principe van de ondeelbaarheid van bewustzijn wordt als uitgangspunt gehanteerd. Het “herkennen” (geloven) van deze stelling, wordt beschouwd als het bereiken van een soort van eindpunt. Vanuit dat eindpunt in ontwikkeling, vindt men dan dat alles goed is zoals het is, en dat er niets hoeft te veranderen.

Dit heeft veel overeenkomst met de mensen die trouw zijn aan de kerk, die geloven dat alles gods wil is en daarom fundamenteel goed. Zoals de mensen van de kerk geloven in hun god, zo geloven de mensen van Advaita in hun ene theorie, die zij vanzelfsprekend beter vinden dan andere theorieën. Zo houden mensen zichzelf gevangen in hun zelf opgelegde beperkingen.

### ***Er bestaat niet zoiets als een eindpunt in ontwikkeling.***

Bewustzijn bestaat in allerlei stadia van ontwikkeling. Het bewustzijn van een mens is veel verder ontwikkeld dan dat van een dier. Het bewustzijn van een Ziel is veel verder ontwikkeld dan dat van een ikje. Het bewustzijn van een god is veel verder ontwikkeld dan dat van een Ziel.

Wij als mensen weten eigenlijk nauwelijks iets van bewustzijn. We weten niet hoe zoiets ontstaat en waar het naar toe gaat. Wij zijn als mensen niet in staat om dit te bevatten. Dit hoeft op zich geen probleem te zijn als we dat eenvoudig vaststellen en daar mee leren leven. Een mier zal nooit leren lezen en schrijven. Dat valt de mier niet te verwijten. Op dezelfde manier is het niet erg wanneer een mens niet begrijpt wat bewustzijn is. Het wordt een probleem als een mens op allerlei verkeerde conclusies uitkomt over bewustzijn en zich dingen inbeeldt die in feite volstrekt niet waar zijn. Het zou dan beter zijn om eenvoudig te zeggen dat wij als mensen hier eigenlijk maar heel weinig van weten. Dit is beter dan vanuit een diep onbegrip te beweren dat wij direct verbonden zijn met “het Absolute”.

Als je geen doel meer hebt zoals de Vedanta aanhangers beweren, maar slechts nog bewustzijn wil zijn, dan is er niets meer te leren en niets meer te ontwikkelen. De ontwikkeling van Genegenheid en Wijsheid zal dan volkomen stagneren, net zolang tot iemand ontwaakt uit deze zoete slaap.

Naar mijn idee is Advaita een hele verwrongen manier om naar de wereld te kijken. Het zijn hele verkrampde redeneringen van het “hoofd”. Het is een visie die volkomen botst met het innerlijke weten in de diepte van het hart.

De mensen die Advaita volgen, geloven dat ze leven in verbinding met het geheel, maar naar mijn idee zijn ze precies in de tegenovergestelde situatie beland, en zijn ze in een enorm isolement terecht gekomen. Op zichzelf kan deze ervaring een nuttig onderdeel zijn van het leerproces, net zo goed als ook het tijdelijk geloven in wat de kerk mensen voorspiegelt, een waardevolle ervaring kan zijn in het spirituele leerproces. Mensen leren nu eenmaal vooral door ervaring. Ook ervaringen waarvan ze later vinden dat dit niet is wat ze willen, zijn vanuit dit standpunt beschouwd vaak nuttig. Ik hoop met het geven van mijn visie, bij te dragen aan het verder onderzoeken van wat deze stroming biedt, voor de mensen die hierin verzeild zijn geraakt.

## Nog een paar praktische aspecten

Er zijn allerlei praktische dingen die van nut kunnen zijn voor de mensen die zich willen ontwikkelen op het spirituele pad. Onderstaand enkele voorbeelden, gebaseerd op veel ervaring met wat je op de weg van Zelfkennis tegen kunt komen.

***Een geschikt moment om hele moeilijke thema's te benaderen,  
is bij het in slaap vallen.***

Als je diep in jouw hart voelt dat er hele moeilijke dingen gaande zijn, waar je aandacht aan zou moeten besteden, dan is het van belang daar een geschikt moment voor te zoeken, waarin je voldoende ruimte hebt om daar mee bezig te zijn. Zo'n geschikt moment is vaak 's avonds, vlak voor het slapen gaan, wanneer je al in bed ligt.

Als je in bed ligt, kun je je vaak beter concentreren in het hartcentrum, en je beter richten op de gevoelens die je dan kunt ervaren wanneer je je richt op specifieke vragen. Als je daarna in slaap valt, kan het zijn dat je op "de weide" meer uitleg krijgt over de vraag waarop je je had gericht. In praktijk is dit een hele geschikte methode om hele moeilijke dingen aan te pakken.

***Diploma's van therapeuten,  
zeggen niets over de samenwerking met hun hogere Zelf.***

Sommige therapeuten hebben een lijstje van cursussen toegevoegd, die zij in de loop van de jaren zelf hebben gevolgd. Waarschijnlijk is dit bedoeld om vertrouwen te wekken bij belangstellenden. Maar het zijn niet zozeer de gevolgde cursussen die jou sterker maken maar vooral de samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, die mogelijk wordt als je vanuit een goede motivatie probeert anderen te helpen met hun ontwikkelingsprocessen.

De basis voor een goede hulp, is de samenwerking met jouw hogere Zelf. Als mensen vooral erkenning willen voor hun kwaliteiten als genezer, dan belemmert dit de samenwerking met de Ziel. Juist door de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf, kan *die* allerlei genezende vermogens inzetten, waarvan jij misschien niet eens weet dat die gaande zijn.

Als jouw motivatie goed is, kan de Ziel deze vermogens inzetten. Als jouw motivatie *niet* goed is, dan kan jouw hogere Zelf meestal weinig doen om werkelijk hulp te bieden. Diploma's of gevolgde cursussen, helpen *niet* bij de samenwerking met de Ziel en worden vaak sterk overschat.

***Iemand die (zwaar) beschadigd is op spiritueel gebied,  
is zich daar lang niet altijd zo goed van bewust!***

Als iemand bijvoorbeeld een gebroken been heeft, dan is dit heel duidelijk. Je weet dan wat het probleem is en je weet ook hoe je daar het beste mee verder zou kunnen om dit weer te genezen. Anders wordt het wanneer je spirituele verwondingen hebt. Het komt vaak voor dat iemand zich hier in de loop van de jaren helemaal op in heeft gesteld, en dit niet echt (meer) ervaart als een beschadiging. Als je naar een psycholoog gaat, dan zal die vaak vragen waar jij aan wil gaan werken. Maar het kan heel goed zijn dat jij je eigenlijk helemaal niet zo bewust bent van waar de eigenlijke problemen zitten. In praktijk is het vaak zo dat mensen hebben leren leven met hun beschadigingen en zich hier na verloop van tijd steeds minder van bewust zijn. Het is dan een geaccepteerd onderdeel van hun systeem geworden.

Veruit de meeste mensen zijn gewend hun problemen op het spirituele vlak handig te camoufleren, voor zover ze zich hiervan bewust zijn. Vaak proberen mensen moeilijke dingen maar gewoon weg te stoppen en te ontkennen, tegen beter weten in. Als de problemen op het spirituele gebied heel diep zitten, is er vaak een lange weg nodig voordat iemand beseft wat het probleem is en hoe dit is ontstaan in de loop van de geschiedenis. Als je de weg van Zelfkennis volgt, kun je langzamerhand ook meer zicht krijgen op jouw eigen beschadigingen.

***Als je (nog) geen zicht hebt op jouw eigen beschadigingen,  
dan is dit een signaal dat je jezelf nog niet zo goed hebt leren kennen.***

Als iemand van zichzelf heeft vastgesteld geen beschadigingen te hebben, dan zal dit nagenoeg altijd het gevolg zijn van het jezelf nog niet zo goed kennen. Vanuit de Zielen beschouwd, bestaan er geen mensen zonder beschadigingen. De ervaringen van alle mensen in incarnatie in de afgelopen duizenden jaren zijn verschrikkelijk geweest en er waren in de afgelopen eeuwen nauwelijks mogelijkheden om hiervan te herstellen. Alle mensen zijn daardoor in mindere of meerdere mate beschadigd geraakt, vaak zonder zich hiervan bewust te zijn.

Zolang je onvoldoende zicht hebt op jouw eigen beschadigingen, is het moeilijk constructief samen te werken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, om gezamenlijk te werken aan het zo goed mogelijk genezen van deze beschadigingen.

Als er diepgaande verwerkingsprocessen zijn, kan er soms een intense woede naar boven komen, waar je zelf misschien bang voor zou kunnen worden. Als je gelezen hebt dat je niet moet toestaan dat je een kanaal wordt voor woede, dan zou je ervoor kunnen kiezen om diepliggende gevoelens van haat naar iemand die afschuwelijke dingen in werking heeft gezet, dan maar zo ver mogelijk weg te stoppen. Dit is een logische gedachte maar deze keuze helpt niet om dieperliggende gevoelens te verwerken.

Het maakt een groot verschil of de woede die je langs laat komen, onderdeel is van een proces van verwerking van oud zeer, of dat je je mee laat slepen door de donkere kant, die jou tegen iemand probeert op te zetten, waardoor je kan worden meegezogen in het worden van een kanaal voor woede en misschien zelfs haat.

Als je voelt dat je een diepe haat hebt in jouw hart tegenover iemand die jou veel onrecht heeft aangedaan, dan is het van belang dat je ruimte maakt om ook dit langs te laten komen, zodat dit schoon kan bloeden. Door dit gecontroleerd langs te laten komen, kunnen deze gevoelens langs komen en kan er daardoor meer ruimte ontstaan in de diepte van jouw hart.

***Het gecontroleerd langs laten komen van woede,  
kan een noodzakelijk onderdeel zijn van een verwerkingsproces.***

Dit is de manier waarop deze processen werken. Het is niet nodig dit te onderdrukken, vanuit angst dat je anders misschien een kanaal gaat worden voor deze woede. Het is beter hier voldoende ruimte aan te geven, zonder te “zwelgen” in deze gevoelens. Als je merkt dat het voldoende is geweest, dan is het van belang dit weer tot stoppen te brengen. In de diepte van jouw hart kun je aanvoelen wanneer je voldoende ruimte hebt gegeven aan het langs laten komen van deze gevoelens.

Het zou ook kunnen zijn dat je bang bent voor jezelf, wanneer je gevoelens van boosheid gaat toestaan. Het kan zijn dat je bang bent dat je jezelf dan niet meer onder controle hebt.

Dit kan een reden zijn dat je boosheid het liefst maar zo ver mogelijk weg wil stoppen, en vooral aardig wil zijn voor mensen. Als je op die manier in het leven staat, zul je merken dat je daardoor na verloop van tijd niet verder kunt komen met het bewust leren samenwerken met jouw Ziel. Jouw hart is dan te veel gevuld met onverwerkte ervaringen, waardoor de bewuste samenwerking met jouw hogere Zelf wordt beperkt.

Het is in zo'n situatie nodig hier uiteindelijk toch meer ruimte voor te maken, en deze gevoelens gecontroleerd langs te laten komen, zonder daarin jezelf te verliezen. Het wegstoppen van deze gevoelens, heeft het karakter van “ervoor weggelopen” en het “bang zijn voor jezelf”. Dit is een diepliggende reden waarom de samenwerking met jouw Ziel kan stagneren. Dit thema heeft dan eerst meer aandacht nodig.

Nagenoeg alle vrouwen hebben in de afgelopen duizenden jaren afschuwelijke ervaringen meegemaakt op het gebied van seksualiteit. Dit heeft diepe wonden veroorzaakt in de diepte van het hart. Wanneer je wil proberen de samenwerking met jouw hogere Zelf op te bouwen, zul je na verloop van tijd merken dat deze onverwerkte gevoelens ertussen staan. Het is dan noodzakelijk eerst meer ruimte te maken in het verwerken van veel oud zeer, voordat je verder kunt met het bewuster leren samenwerken met jouw hogere Zelf.

***Bij het leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf,  
is het van belang goed op elkaar af te stemmen,  
en te zoeken naar een geschikt moment voor verbinding.***

De Ziel volgt jou in de loop van de dag zo goed mogelijk, maar heeft ondertussen een eigen leven op haar eigen gebied. Zij heeft niet de mogelijkheid continu in te gaan op jouw vragen of jouw verzoek om directere samenwerking of hulp. De Ziel heeft een eigen programma en moet vaak keuzes maken in wat voorrang krijgt, hetzij het directer begeleiden van jou, hetzij haar eigen programma volgen van onderwijs en allerlei andere dingen. Soms hebben mensen het idee dat de Ziel altijd beschikbaar is en altijd oproepbaar is, maar dat is in praktijk niet het geval.

Er zijn allerlei redenen waarom de Ziel soms even niet beschikbaar is. Het is van belang te weten dat dit mogelijk is. Als je wil leren samenwerken met jouw Ziel, is het van belang er rekening mee te houden dat zij niet altijd zomaar beschikbaar is, wanneer jij even ruimte hebt gemaakt of met brandende vragen zit.

Stel dat jij ruimte hebt gemaakt in jouw agenda om je met belangrijke dingen bezig te houden waarvan je al had aangevoeld dat dit onderdeel is van jouw huiswerk, dan kan het zijn dat je merkt dat er even “niets komt”, als jij je in jouw hart probeert af te stemmen, en hoopt op instroom vanuit de Ziel, zodat je meer zicht krijgt op jouw vragen. Als je merkt dat er “niets gebeurt”, als jij je hier op richt, dan kan het zijn dat het voor jouw Ziel even niet goed uitkomt en er geen ruimte is om op jouw vraag in te gaan. Het is belangrijk hier rekening mee te houden.

Bij het leren samenwerken met jouw Ziel, zou je er goed aan doen jouw hogere Zelf te beschouwen als jouw beste vriend of vriendin, en op die manier te reageren. Als je met jouw Ziel ergens aan wil werken, dan is het belangrijk een moment te kiezen waarop dit voor beide goed uitkomt. Het is belangrijk te weten hoe dit werkt en hoe je hier in praktijk het beste mee om kunt gaan. Wat meestal heel goed werkt is het kiezen van een vast punt in de week, bijvoorbeeld zondagochtend vroeg.

***Als je een mail krijgt die jou diep raakt,  
kun je beter niet direct reageren.***

Stel dat je een appje of een mailtje of iets dergelijks van iemand krijgt, waardoor jij diep wordt geraakt, dan is het beter daar niet onmiddellijk op te reageren.

Je zou er goed aan doen de hele situatie dan even te laten rusten, en er een nachtje over te slapen. Tijdens de uren van slaap wordt hier op “de weide” soms verder over gesproken. Als je de volgende dag wakker wordt, zul je daardoor vaak een ander gevoel hebben over de situatie dan vlak nadat je het bericht hebt gelezen.

Het zou kunnen zijn dat een mailtje of een appje bij jou iets aanraakt, waardoor je in een hele emotionele bui komt. Wanneer je vanuit zo’n emotionele wolk reageert, komt er een hele andere reactie dan wanneer je reageert vanuit een goede samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Het is daarom raadzaam bij mailtjes of appjes die jou diep raken, rust in te bouwen, zodat je dit even kunt laten bezinken en daardoor de hele situatie na verloop van tijd een stuk beter kunt overzien. Voordat je reageert op een beladen bericht, is het raadzaam eerst goed af te stemmen.

Het is bovendien nog steeds mogelijk dat de donkere kant jou probeert te beïnvloeden als jij een mailtje of een appje aan het lezen bent. Als je merkt dat er zo’n beïnvloeding gaande is, kun je beter stoppen met lezen en op een later tijdstip hiermee verder gaan. Je kunt hierdoor voorkomen dat je tegen iemand wordt opgezet. Deze beïnvloeding herkennen vraagt de houding van een waarnemer.

Hetzelfde geldt voor het *schrijven* van een mailtje of een appje. Als je voelt dat je goed bent afgestemd, kun je gerust verder gaan met schrijven. Als je voelt dat je niet goed bent afgestemd, kun je beter geen berichtjes schrijven en verzenden.

Als je weet hoe dit werkt, kun je hier bewust keuzes in maken. Als je niet weet dat zoiets mogelijk is, kun je hier gemakkelijk in wegglijden. Dit vraagt gedegen kennis, training en een voortdurende waakzaamheid.

***Mensen die hun innerlijke kompas volgen,  
zullen niet met elkaar in botsing komen.***

De donkere kant probeert voortdurend mensen tegen elkaar op te zetten en tegen elkaar uit te spelen. Als mensen hun innerlijke kompas zouden volgen, zullen er in principe geen grote botsingen meer zijn, hoewel er vanzelfsprekend wel verschil van mening kan bestaan.

Conflicten ontstaan doordat één van beide of misschien zelfs beide partijen, hun innerlijke weten *niet* volgen, om wat voor reden dan ook. Zo’n conflict kan worden opgelost doordat degene die het innerlijke kompas niet volgt, het eigen handelen zorgvuldig onder de loep neemt en de eigen verantwoordelijkheid hiervoor, op zich neemt. Zolang iemand die betrokken is in een conflict, de eigen verantwoordelijkheid hiervoor, *niet* op zich wil nemen, handelt hij tegen beter weten in. Daardoor kan er veel schade ontstaan, zowel bij zichzelf als bij de ander.

Als iedereen het innerlijke weten zou volgen, dan zou er een hele vreedzame samenleving ontstaan, zonder grote conflicten.

***De weg naar Vrede is in feite een opvoedkundig proces,  
waarin mensen leren hun innerlijke weten te volgen.***

## ECIW, non dualisme of toch maar de eenvoud van de Boeddha?

*In de afgelopen tientallen jaren zijn miljoenen zoekers op het spirituele pad verstrikt geraakt in de kronkelige redeneringen van de cursus in wonderen. De denkebeelden die in deze cursus worden aangeboden staan in schril contrast met de eenvoudige Waarheid die de Boeddha aangaf. In dit artikel wil ik proberen deze stroming te belichten, in een poging de ware zoekers op het spirituele pad behulpzaam te zijn bij hun zoektocht naar de Waarheid.*

### ***De Waarheid kan slechts intuïtief worden aangevoeld in het hart.***

Op jouw beste momenten kun je soms een glimp opvangen van wat de Waarheid is in jouw eigen specifieke situatie of in meer algemene vraagstukken. Als je in diepe meditatie vanuit een goede motivatie gericht bent op het vinden van de Waarheid, dan kun je hier soms heel ver mee komen. Als jouw hogere Zelf heeft vastgesteld dat jouw motivatie voldoende sterk is en jij voldoende hebt aangetoond dat je bereid bent je in te spannen om de Waarheid te vinden, dan kan er, van binnenuit en van bovenaf, een reactie komen. Je kunt dan intuïtief aanvoelen hoe een situatie in elkaar zit.

Als je opeens ongevraagd, van binnenuit een heel dictaat krijgt, dan zou je je af moeten vragen wat er aan de hand is. Je zou je dan af moeten vragen of je op deze manier informatie wil ontvangen. Zoals bekend mag worden verondersteld is de cursus in wonderen het gevolg van een dictaat, dat iemand heeft gekregen vanuit een onbekende en fijnstoffelijke bron. Met andere woorden deze cursus is niet het product van lange jaren onderzoek, maar eenvoudig verkregen als dictaat van een onbekende, die deze cursus ongevraagd aan iemand heeft “aangeboden”.

Er bestaat zoiets als een innerlijk weten, een innerlijk kompas, dat je intuïtief kunt aanvoelen in de diepte van jouw hart. Op jouw beste momenten kun je deze innerlijke leraar beter aanvoelen dan op andere momenten, maar deze aanwezigheid is er voortdurend.

Dit innerlijke weten geeft eenvoudig en heel subtiel de innerlijke Waarheid aan, maar laat het aan jou over wat jij wil gaan beslissen in iedere situatie. Jouw innerlijke leraar is niet dwingend maar geeft eenvoudig aan hoe de situatie is. Het is aan jou om keuzes te maken en te beslissen wat het gaat worden, hetzij een keuze in overeenstemming met dit innerlijke weten, hetzij een keuze daar dwars tegenin. Beide keuzes zijn onderdeel van ons leerproces.

Als je dit innerlijke weten zo goed mogelijk probeert te volgen, dan kom je na verloop van tijd vanzelf in directer contact met jouw hogere Zelf. Als deze leraar heeft gezien dat jij voldoende bent voorbereid, dan zal deze leraar meer contact met jou maken.

Er bestaat ook een tegenhanger van het hogere Zelf. Dat is een leidinggevende aanwezigheid die jou voortdurend aangeeft wat jij wel en niet zou moeten doen. Dit heeft vaak het karakter van het *opleggen* van wat jij zou moeten doen. Soms is het ronduit een dwingend karakter waarbij je niet meer wordt vrijgelaten. In zo'n situatie wordt het intuïtief aanvoelen overschreeuwd door een stem in jouw hoofd, die dingen aangeeft.

### ***Als je innerlijk een stem hoort die jou aangeeft wat jij wel of niet zou moeten doen, dan ben je in aanraking met de donkere kant.***

Als je ongevraagd een heel dictaat krijgt, zoals bij het tot stand komen van de cursus in wonderen, dan mag je er gerust vanuit gaan dat je te maken hebt met de donkere kant. Jouw hogere Zelf, jouw hogere deel, werkt niet op die manier en zal jou nooit dicteren wat jij moet zeggen, moet doen of moet opschrijven.

De Boeddha heeft zich lang geleden gericht op de vraag waarom er zó veel lijden bestaat. Hij kwam met antwoorden die voor de hele mensheid bijzonder waardevol zijn geweest. Hij kwam ook met aanwijzingen over hoe je je los zou kunnen maken van lijden dat je zelf hebt veroorzaakt door keuzes in dit leven of in voorgaande levens.

Er zijn andere stromingen die beweren dat er niet zoiets bestaat als lijden, dat dit slechts een illusie is. Er wordt dan een hele kronkelige redenering opgezet waarmee dit dan aangetoond zou moeten worden, maar in de kern is de situatie heel eenvoudig. In de diepte van jouw hart kun je aanvoelen of je te maken hebt met intens lijden van iemand die je op jouw weg tegen bent gekomen.

***Als je in de diepte van jouw hart  
niet meer kunt voelen wanneer iemand intens lijdt,  
dan is er bij jou iets helemaal verkeerd gegaan.***

Als je in de diepte van jouw hart op jouw beste momenten kunt voelen dat iemand intens lijdt, maar je gaat dit met jouw hoofd wegrekenen en je zegt tegen jezelf dat dit eigenlijk niet echt is, dan houd je daarmee jezelf voor de gek. Je bent dan jezelf aan het herprogrammeren en je ontkent daarmee de eenvoudige Waarheid zoals je die in jouw hart hebt gevoeld. Met andere woorden jouw hart komt dan op een andere werkelijkheid uit dan jouw hoofd, waarbij je de voorkeur geeft aan het volgen van wat je met jouw hoofd had bedacht. Dat is een *keuze!*

Naar mijn idee is dit een gevaarlijke manier om met jezelf om te gaan. Je houdt er dan twee werkelijkheden op na die met elkaar in botsing zijn en niet beide waar kunnen zijn. Je schept dan een eigen werkelijkheid, los van de realiteit zoals je die in de diepte van jouw hart kunt voelen op jouw beste momenten. Zoals ik het zie is dit een soort van hersenspoeling die je jezelf aandoet. Je ontkent daarmee de eenvoudige Waarheid van het hart.

De donkere kant zal altijd proberen mensen gevangen te houden in dit soort listige, sluwe en kronkelige redeneringen. Het volgen van deze redeneringen staan een verdere samenwerking met jouw hogere Zelf in de weg. Zolang je deze redeneringen blijft volgen, ben je minder goed bereikbaar voor jouw hogere deel.

De Ziel, het hogere Zelf, vraagt geen onderwerping van ons. Ons hogere deel biedt een zinvolle samenwerking aan, waarin de Ziel haar eigen missie een geschikte invulling kan geven en wij als persoonlijkheden, als ikjes, een hele mooie invulling van onze tijd en onze mogelijkheden kunnen vinden. Dit gebeurt in onderlinge harmonie en zonder dwang. Jouw hogere Zelf zal jou nooit dwingen en jou niet dicteren wat jij moet gaan doen.

Bewuster leren samenwerken met jouw hogere Zelf, is voor de meesten van ons een lange weg, waarin er gewoonlijk veel hindernissen overwonnen moeten worden. Er is veel misleiding onderweg, op allerlei mogelijke manieren. Je zult steeds opnieuw allerlei dingen in eerste instantie niet goed zien, maar soms met hulp van bevriende Zielen belangrijke stukjes uiteindelijk toch op het spoor komen, zodat je weer een stapje verder kunt komen. Er zal veel onverwerkt oud zeer op de bodem van jouw hart blijken te liggen, dat is ontstaan in vele levens die hieraan vooraf zijn gegaan. Het vraagt vaak lange jaren hard werken aan jezelf, voordat je een bewustere samenwerking met jouw hogere deel gaat ervaren. Er is geen gemakkelijk weg om dit te bereiken.

***De donkere kant probeert mensen aan te praten dat alles goed is zoals het is  
en dat je verder nergens meer aan hoeft te werken.***

De donkere kant moedigt deze manier van denken zo veel mogelijk aan. Zo worden mensen passief en nemen ze hun eigen spirituele huiswerk *niet* op zich.

De donkere kant probeert mensen aan te leren dat lijden een illusie is, dat dit in feite niet echt zou bestaan. Op die manier zul je anders reageren op lijden dat je onderweg tegenkomt, dan wanneer je dit kunt aanvoelen in de diepte van jouw hart. Wanneer jouw hart afgesloten is, zul je het lijden van anderen minder goed kunnen aanvoelen. Door de hersenspoeling vanuit de donkere kant, ga je lijden minder erg vinden.

De donkere kant zal er alles aan doen om jou te misleiden en jou aan te praten dat je nergens aan hoeft te werken. De donkere kant zal jou proberen aan te leren dat je al lang in verbinding met “de bron” bent, zodat je verder nergens meer naar op zoek hoeft te gaan omdat je “er al bent”. Zo worden mensen passief gemaakt en gaan ze niet aan de slag met hun huiswerk.

Als je het idee hebt dat je al bent aangekomen op de plaats waar je naar op zoek bent, dan stopt het zoeken. De donkere kant zal jou daarom proberen aan te praten dat je al in verbinding met jouw bron *bent*, zodat je niet verder gaat zoeken naar jouw hogere Zelf.

De donkere kant presenteert zich soms als jouw bron, zonder dat je dit in eerste instantie zo duidelijk in de gaten hebt. Zolang je niet precies weet hoe jouw hogere Zelf met dingen omgaat maar je uit ervaring wel weet hoe jouw dagelijkse leven wordt bestuurd door de aanwezigheid die jij misschien hebt aangezien voor “innerlijke leiding”, kan de donkere kant hiermee doorgaan, net zolang tot jij in de diepte van jouw hart op jouw beste momenten voelt dat er iets niet goed gaat.

Juiste kennis kan helpen om de misleidende leiding vanuit de donkere kant beter te herkennen en dit is de reden dat ik deze dingen schrijf. Ik hoop dat je meer ruimte krijgt voor een betere samenwerking met jouw hogere Zelf, door de dingen die ik schrijf zorgvuldig te onderzoeken

Sommige spirituele stromingen proberen mensen aan te leren dat er niet zoiets zou bestaan als goed en fout. Tegelijkertijd gaan deze stromingen er wel van uit dat hun leringen de Waarheid zijn en daarmee dus in feite goed. Als iemand ervan uitgaat dat de eigen mening “goed” is, dan betekent dit automatisch dat er ook een mening kan bestaan die “fout” is. Dit betekent dat mensen die het principe hanteren dat er geen goed of fout bestaat, direct in botsing zijn met hun eigen principes, als zij dit standpunt als “goed” beschouwen.

***Mensen die uitgaan van het principe dat er niet zoiets bestaat als “goed en fout”,  
en dit als een “goed” standpunt beschouwen,  
botsten daarmee met hun eigen uitgangspunt.***

Deze kronkelige redeneringen leiden in praktijk slechts tot heel veel verwarring en zorgen voor veel vertraging op de weg naar een verdere samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf. Dit zijn de listige en sluwe dwaalleringen van het hoofd, maar op die manier kom je niet dicht bij de eenvoudige Waarheid van het hart.

Sommige mensen voelen intuïtief aan dat deze cursus in wonderen voor hen niet geschikt is maar velen zijn hier toch in verzeild geraakt. Mocht je hierin verstrikt zijn geraakt, dan kan het helpen om de dingen die in dit artikel worden beschreven, zorgvuldig te onderzoeken in de diepte van jouw hart. Als jij hierin gevangen bent geraakt, dan zal jouw hogere Zelf proberen jou signalen te geven, wanneer duidelijk is geworden dat jij hiervoor open staat. Als jij werkelijk op zoek bent naar de innerlijke Waarheid, dan kan het zijn dat je tijdelijk wordt misleid, maar dan zul je die Waarheid vroeg of laat tegenkomen op jouw weg.

In de kern is ons evolutieproces een leerproces. Het gaat om de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid. Als je geen idee hebt wat eigenlijk het doel is van jouw dagelijkse leven, dan is het veel moeilijker om verder te komen met jouw spirituele leerproces.

Er zijn in deze periode hele mooie mogelijkheden om bewuster te leren samenwerken met jouw hogere Zelf, maar als je geen idee hebt hoe deze coach jou benadert en met jou omgaat, dan is het moeilijk om te leren samenwerken. Je hebt dan in feite onvoldoende kennis van zaken. De mogelijkheden zijn nu buitengewoon gunstig, maar praktische kennis over hoe de samenwerking met jouw hogere Zelf gaat, is van groot belang, zodat je weet wat je kunt verwachten en waar de gevaren zijn. Op die manier kun je veel veiliger werken aan de verbinding met jouw hogere Zelf.

Als je je er niet van bewust bent dat er zoiets bestaat als de donkere kant of als je dat zo ver mogelijk wegstopt, dan wordt het moeilijk om jouw grootste tegenstander bij het leren samenwerken met jouw hogere Zelf, te passeren.

***Als je in feite jouw eigen coach (jouw Ziel) niet goed herkent  
en ook niet echt goed weet hoe die te werk gaat,  
en je weet eigenlijk ook niet goed hoe jouw tegenstanders te werk gaan,  
dan is dit een kwetsbare uitgangspositie om te leren samenwerken.***

Er is een groot gebrek aan juiste kennis en dit is de reden dat ik deze dingen schrijf, in een poging geïnteresseerden te helpen de dingen die gaande zijn in hun gewone dagelijkse leven beter te herkennen en meer ruimte te maken voor het opbouwen van een bewustere samenwerking met jouw hogere Zelf.

Als je ervan uitgaat dat er niet zoiets bestaat als een leerproces, dan zul je hier geen ruimte voor maken. Je bent dan niet actief bezig je huiswerk op je te nemen, waardoor jouw spirituele ontwikkeling zal stagneren. De donkere kant heeft dan gewonnen.

Als je ervan uitgaat dat je al verbonden bent met “god” en je voortdurend leeft in een sfeer van “Liefde en Vrede”, dan zul je minder bereid zijn nog ergens aan te werken. Je zult dan *niet* op zoek gaan naar zoiets als het hogere Zelf. Je zult dan minder bereid zijn dingen te onderzoeken. Je hebt dan het idee dat je al bent waar je naar op zoek was, waardoor je misschien zelfs een (vals) gevoel van rust ervaart. Je leeft dan in een bubbel. Je bent dan in een situatie gekomen waarin jouw ontwikkeling stagneert, net zolang tot je dit in de gaten begint te krijgen en je weer begint met het onderzoeken van de dingen die op jouw weg komen.

***De donkere kant zal de meest sluwe trucs verzinnen  
om ervoor te zorgen dat jij je niet gaat ontwikkelen op het spirituele pad.***

Veel mensen merken af en toe bewust op dat ze in een situatie terecht zijn gekomen waarin ze eigenlijk “nergens meer tijd voor hebben”. Er zijn dan schijnbaar zo veel verplichtingen dat je verder nergens meer aan toe komt. Als jij geen tijd meer hebt voor jouw eigen spirituele ontwikkeling (Zelfkennis, verwerking van oud zeer, onderzoek, etc.) dan heeft de donkere kant gewonnen. Als je dit in de gaten begint te krijgen, dan is het van belang jouw leven zodanig in te richten dat je voldoende tijd hebt voor jouw eigen spirituele ontwikkeling. Dit vraagt van jou dat je keuzes maakt om ruimte te maken.

De oorzaak van heel veel problemen ligt in voorgaande levens. Het karakter dat je nu hebt bijvoorbeeld, met al z'n ingeweven zwakheden, is een optelsom van alles wat daaraan vooraf is gegaan. De meest diepgaande problemen waar je in dit leven tegenaan loopt, zijn gewoonlijk al in een ver verleden ontstaan.

Als je ontkent dat er zoiets bestaat als voorgaande levens, dan zul je daar ook niet gaan zoeken naar oorzaken van problemen waar je nu tegenaan loopt. Als je op die manier de route naar het vinden van dieperliggende oorzaken hebt afgesloten, dan heeft de donkere kant gewonnen.

Zo heeft de donkere kant allerlei verkeerde ideeën geïntroduceerd die gewoonlijk zorgen voor grote moeilijkheden bij de spirituele zoekers. Als je niet weet dat je een flinke tegenstander hebt bij jouw spirituele zoektocht naar de Waarheid, dan wordt het heel moeilijk om deze tegenstander te verslaan. Als je niet wil vechten met jouw geestelijke wapens maar liever wil meedrijven “op de stroom van het leven”, dan heeft de donkere kant al bij voorbaat gewonnen. Je komt dan niet verder.

Als je ervoor kiest om je over te geven aan “de stroom van het leven” dan zou het raadzaam zijn om jezelf af te vragen wat je daarmee precies in werking zet. De donkere kant probeert mensen zo ver te krijgen dat ze niet meer willen vechten maar willen drijven op de stroom van het gewone dagelijkse leven. (“go with the flow”) In praktijk betekent dit dan meestal dat er van een gestructureerde aanpak van jouw eigen spirituele huiswerk weinig meer terecht komt, en dat jouw kostbare tijd al heel snel wordt ingevuld door allerlei dingen waarvan je je af kunt vragen of die eigenlijk nog wel enige toegevoegde waarde hebben bij jouw spirituele leerproces. Het is daarom belangrijk *zelf*, bewust keuzes te blijven maken en jouw leven *niet* te laten leiden door de omstandigheden.

***De Ziel, het hogere Zelf, vraagt geen overgave,  
maar een actieve en bewuste samenwerking met jouw hogere deel.***

Stel dat je één uur in de gelegenheid zou zijn om vrijuit te praten met jouw hogere Zelf, dan zou je merken dat er een heel groot verschil is tussen de visie van jouw hogere deel en onze, vaak uitermate bekrompen visie, die ontstaan is uit een groot gebrek aan de meest essentiële kennis. In feite hebben wij vaak geen idee hoe het eraan toe gaat in de wereld van ons hogere Zelf. Dit maakt de samenwerking moeilijk, beschouwd vanuit het standpunt van onze Zielen.

Onze hogere Zelfen zijn gebonden aan allerlei wetten en regels, en kunnen niet zomaar alles doen wat zij willen. Als wij als mensen kiezen voor een andere invulling van onze kostbare tijd, dan zal ons hogere deel moeten wachten totdat wij zover zijn, als ikjes, als persoonlijkheden, dat er ruimte ontstaat voor ons hogere deel om contact te maken en aansluiting te zoeken. Zo zijn de spirituele wetten, die van toepassing zijn op de contacten tussen ons en ons hogere Zelf.

Ons hogere Zelf mag zich niet zomaar opdringen. Zoiets is niet toegestaan binnen de wetten waar onze hogere delen aan zijn gebonden. Als iemand bewust kiest voor het volgen van een stroming waarvan in de diepte van het hart wordt aanvoeld dat die niet juist is, dan houdt deze keuze het hogere Zelf op afstand. Met andere woorden iemand maakt dan vanuit het hogere Zelf beschouwd een *keuze* vanuit een volkomen vrije wil. Het hogere Zelf kan niet anders dan deze keuze respecteren, ook als dat betekent dat de ontwikkeling daardoor stagneert en het hogere deel dan niet verder kan met het uitvoeren van diens eigen missie.

De Ziel zal jouw vrije wil altijd respecteren. Mensen beseffen gewoonlijk niet dat het op deze manier werkt. Daar waar de donkere kant zich opdringt, daar zal het hogere Zelf wachten, totdat de leerling, jij dus, voldoende heeft aangetoond werkelijk te willen leren samenwerken met het hogere deel.

***Als je op zoek bent naar de gemakkelijke weg,  
loop je gewoonlijk rechtstreeks in de armen van de donkere kant.  
Vanuit ons hogere Zelf beschouwd, zijn wij vaak erg naïef.***

Veel mensen hebben het idee dat ons hogere Zelf ons wel even een seintje zal geven wanneer er iets niet goed gaat. Deze houding is vaak gebaseerd op gemakzucht en eigenbelang. Jouw hogere Zelf zal jou inderdaad proberen te waarschuwen maar dat speelt zich gewoonlijk af op een heel subtiel niveau. Als je daar niet naar wil luisteren en dit herhaaldelijk afwijst, dan wordt dat door het hogere Zelf beschouwd als een *keuze*. Als jij per sé ervaring wil opdoen met een stroming waarvan je in jouw hart aanvoelt dat die niet juist is, dan zal jouw hogere Zelf dit na verloop van tijd loslaten en jou je gang laten gaan. Dit is het gevolg van de vrije wil, de basis van ons leerproces.

Bij veel mensen leeft het idee dat onze hogere delen verder niets te doen hebben dan ons te begeleiden.

***Als wij even een vrij moment hebben in onze overvolle agenda  
dan verwachten de meesten dat ons hogere Zelf dan direct zal komen opdraven  
maar in praktijk werkt het niet op die manier.***

Als onze hogere delen hebben vastgesteld dat wij innerlijk niet echt open staan voor verdere toenadering, dan zal het hogere Zelf wachten totdat wij een andere houding hebben aangenomen. Als wij na een kwartier meditatie nog geen enkel teken van aanwezigheid van ons hogere Zelf hebben gekregen, dan zullen velen teleurgesteld al snel weer afhaken, maar in praktijk is dat het stukje dat wij als mensen zouden moeten overbruggen, zodat de hogere Zelfen kunnen vaststellen dat wij er inderdaad klaar voor zijn om benaderd te worden door ons hogere deel.

Met andere woorden wij worden regelmatig op de proef gesteld, ook door ons eigen hogere Zelf. De vraag is dan in hoeverre wij het er *echt* voor over hebben om samen te willen werken met ons hogere deel. Als het niet binnen een half uur klaar is, wil iemand dan nog langer doorgaan of geeft iemand de moed dan op en ga je dan verder met een uurtje Netflix of iets dergelijks. In praktijk zul je voortdurend moeten aantonen dat je *echt* je best wil doen voor het leren samenwerken met jouw hogere deel.

Een veel voorkomend misverstand is de veronderstelling dat het hogere Zelf altijd wel zal meewerken aan jouw ambitieuze plannen. Veel mensen hebben het idee dat zij gewoon hun gang kunnen gaan en al hun dromen kunnen uitleven, en dat hun hogere Zelf hen bij alles zal helpen. In praktijk is dit niet het geval. Als jij de één of andere droom wil verwezenlijken die volstrekt niet past bij de missie die jouw Ziel op zich heeft genomen, dan zal jouw hogere deel zoeken naar andere wegen om verder te komen. In het beste geval, begin je dit in de loop van de tijd te herkennen en ga je dan opnieuw kijken of er misschien een gezamenlijk doel te vinden is, waar zowel jouw hogere Zelf als jij, je beide voor in willen zetten.

***Het meest belangrijke is misschien dat wij als ikjes, als persoonlijkheden,  
de houding van een leerling zouden moeten aannemen ten opzichte van ons hogere Zelf  
maar dat is een houding die zelden wordt gevonden.***

De meeste mensen geven sterk de voorkeur aan allerlei goeroes die al heel veel volgelingen hebben verzameld, boven hun eigen hogere Zelf, die weinig belooft en aan ons vraagt om hard te werken aan dingen waar je misschien liever voor wegloopt, zoals het opruimen van veel oud zeer en het onder ogen zien van dingen die je zelf in voorgaande levens in werking hebt gezet.

Als je ergens in de diepte van jouw hart wel voelt dat er ooit in het verre verleden dingen zijn gebeurd waar je zelf verantwoordelijk voor bent en waar het flink uit de hand is gelopen, dan kan het zijn dat je hier bewust of onbewust met een grote bocht omheen loopt. Dit vermijdingsgedrag speelt zich vaak af op een subtiel bewustzijnsniveau, maar vanuit het standpunt van ons hogere Zelf beschouwd, wordt dit gezien als een bewuste *keuze*. Het gevolg van zo'n keuze is dat het hogere deel hier dan meestal niet verder aan kan werken, waardoor dit een hindernis blijft in de samenwerking met het hogere Zelf. Omdat wij gewend zijn heel oppervlakkig met dingen om te gaan, ontkennen we gewoonlijk de dingen die er zich op dit subtiel bewustzijnsniveau afspelen, maar vanuit onze hogere delen beschouwd, is dat wel degelijk een *keuze*, waar wij zelf verantwoordelijk voor zijn.

***Spirituele ontwikkeling vraagt volkomen eerlijk zijn tegenover jezelf.***

Vanuit het standpunt van onze hogere Zelfen komt deze houding zelden voor, de overgrote meerderheid speelt voortdurend verstoppetje met zichzelf. Innerlijk weet men vaak heel goed wat het betere spoor is, maar in praktijk wordt dit lang niet altijd gevolgd. Vanuit de hogere Zelfen beschouwd, is dit een *keuze*. Onze hogere delen, kunnen niet anders dan al deze keuzes die gemaakt zijn vanuit een vrije wil, te respecteren.

***Het hogere Zelf wordt vaak op afstand gehouden  
door de keuzes van de mensen in incarnatie.***

Wij zijn als mensen zó gewend aan leugentjes om bestwil, sociaal gewenst gedrag en dat soort dingen, dat het ons vaak helemaal niet meer opvalt dat we deze houding ook automatisch toepassen op de verbinding met ons hogere deel. Als onze basishouding niet goed is, dan kan de samenwerking niet worden opgebouwd met ons hogere deel. Wij zullen ons dan eerst moeten aanpassen en moeten zorgen voor een betere houding.

***Vaak hebben mensen niet in de gaten  
dat hun eigen houding er de oorzaak van is  
dat de samenwerking met hun hogere Zelf stagneert.***

Als ik schrijf dat de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid het doel is van ons evolutieproces dan klinkt dit voor de meesten ongetwijfeld heel mooi, maar in praktijk slagen veel zoekers op het spirituele pad er vaak niet goed in om een helder onderscheid te maken tussen Wijsheid en dwaasheid, beschouwd vanuit het standpunt van hun hogere Zelf.

De meeste zoekers op het spirituele pad hebben in feite ook weinig besef van wat Genegenheid (Liefde) eigenlijk is, beschouwd vanuit het hogere Zelf. Genegenheid heeft te maken met dingen doen die nodig zijn. Het is een type energie, het is een intentie. Wat er nodig is in een specifieke situatie, kun je intuïtief aanvoelen in de diepte van jouw hart. Genegenheid kun je pas ervaren wanneer er al een flinke samenwerking met jouw hogere Zelf op gang is gekomen.

De meeste mensen beschouwen emotionele aandacht voor iets of iemand als “Liefde”. Vaak wordt ook het invullen van iemands verwachtingen beschouwd als een vorm van “Liefde”. Omdat het woord “Liefde” naar mijn idee volkomen bezoedeld is, gebruik ik dit woord meestal niet. Het heeft naar mijn idee een volkomen verkeerde klank gekregen. “Liefde” wordt door veel mensen zelfs verward met seksualiteit, hoewel dat twee totaal verschillende dingen zijn.

In de komende periode zullen onze hogere Zelfen allerlei dingen proberen te belichten van binnenuit en van bovenaf. Daardoor kunnen wij deze dingen steeds beter herkennen. Als de maskers vallen, dan kan dat soms betekenen dat je gaat schrikken van de dingen die je dan gaat zien. Velen zullen zich in eerste instantie vast proberen te klampen aan ogenschijnlijke zekerheden en zullen misschien niet bereid zijn dingen los te laten die ze lange tijd als een fundament hebben beschouwd onder hun dagelijkse leven, maar die achteraf bezien niet in overeenstemming met hun innerlijke weten bleken te zijn. Het leren samenwerken met ons hogere Zelf is niet gemakkelijk en vraagt van ons dat wij onze comfortzone durven te verlaten en bereid zijn dingen opnieuw te onderzoeken.

Er is grote behoefte aan het ontwikkelen van ons onderscheidingsvermogen en ons hogere Zelf wil hier graag aan meewerken. In praktijk betekent dit gewoonlijk dat er dan flinke aanpassingen nodig zullen blijken te zijn in jouw visie.

Onze hogere Zelfen zouden deze dingen graag met ons door willen praten, zodat wij beter voorbereid zijn om te beginnen aan de vaak lange weg om bewuster te leren samenwerken met ons hogere deel, maar zij waren in de afgelopen eeuwen nauwelijks in staat om de meest fundamentele dingen aan ons duidelijk te maken. Gelukkig zijn hier nu betere mogelijkheden voor gekomen.

\*\*\*

## Dromen leren duiden

*Eén van de manieren waarop de Ziel, ons hogere Zelf, met ons communiceert, is via dromen. Het leren duiden van deze boodschappen is daarom van groot belang. Jouw hogere Zelf is immers de beste coach die jij je maar zou kunnen wensen. Die kent jou veel beter dan jij jezelf kent, en wanneer jij belangrijke dingen niet goed in de gaten hebt, kan die jou een seintje geven, waardoor je dit stukje beter kunt herkennen.*

Dromen kunnen heel verschillend zijn in karakter. Sommige dromen zijn warrig en geven geen inzicht. Dit type dromen kun je met een gerust hart laten voor wat ze zijn. Het heeft geen zin daar veel aandacht aan te besteden.

Anders wordt het wanneer je voelt dat je een droom hebt gekregen die waardevolle boodschappen in zich heeft. Het is dan van belang er moeite voor te doen de inzichten die zo'n droom je zou kunnen geven, zo goed mogelijk op te sporen.

Dromen zijn de taal van de Ziel. Het zijn meestal symbolische weergaven van een situatie. De Ziel is jouw coach en probeert jou signalen te geven, die jij nodig hebt om dingen beter te kunnen herkennen.

***Een droom gaat altijd over iets wat jij op dat moment nog niet goed kunt zien.***

Het is niet iets wat je al wist, het is iets wat je nog *niet* goed in de gaten hebt. Het is daarom belangrijk hier zorgvuldig aandacht aan te besteden.

Een droom ontstaat niet zomaar, daar gaat een heel proces aan vooraf. Het zou zelfs kunnen zijn dat jouw Ziel heel veel moeite heeft moeten doen om jou af en toe een droom te kunnen geven. Veel mensen hebben het idee dat de Zielen op hun eigen gebied vast geen moeilijkheden hebben en dat bij hen alles heel gemakkelijk gaat, maar dat is niet het geval. Zoals ieder van ons vaak moeite heeft om z'n eigen lessen te leren en dingen voor elkaar te krijgen die jij graag voor elkaar zou willen krijgen, zo heeft ook de Ziel op haar eigen gebied vaak moeite dingen voor elkaar te krijgen, zelfs als het gaat om hele belangrijke dingen. Zoals jij misschien veel moeite moet doen een droom te leren *ontvangen* en te begrijpen, zo kan het voor een hoger Zelf, een Ziel, soms moeilijk zijn om jou een droom te *geven*.

***Het is van belang je te realiseren dat iedere droom een afzender heeft.***

Als jouw hogere deel het voor elkaar heeft gekregen jou een droom te geven, met daarin een belangrijke boodschap, dan is het daarom van het grootste belang te proberen te begrijpen wat de dieperliggende betekenis hiervan is. Misschien dat je er veel moeite voor moet doen om dit te leren begrijpen maar het is zeker de moeite waard om dit te proberen. Het leven is immers een leerproces en jouw hogere Zelf helpt jou hier zo goed mogelijk bij. Als jouw hogere deel met een belangrijke aanwijzing komt, dan is het altijd royaal de moeite waard hier “voor te gaan zitten”, om te leren begrijpen wat de boodschap kan zijn die jij op deze manier krijgt.

Naarmate jij meer moeite doet, kan de Ziel jou dichterbij naderen. Als jij niet bereid bent voldoende moeite te doen voor het ontcijferen van jouw droom, kan jouw Ziel minder doen om jou te bereiken. Er gelden dus regels voor de begeleiding die jouw hogere deel aan jou mag geven. Jouw hogere deel kan niet ongelimiteerd signalen aan jou geven om jou te helpen. Ook hier zijn regels voor, zoals alles in ons evolutieproces wordt bestuurd door wetten en regels.

Wij zijn gewend dat er heel veel kennis beschikbaar is en ontbrekende stukjes kennis gemakkelijk op internet kunnen worden opgezocht. Maar als het gaat om het leren duiden van dromen, kom je in een andere wereld terecht. In de wereld van spirituele ontwikkeling kun je veel dingen *niet* zomaar opzoeken maar zul je *zelf* op eigen kracht, dingen moeten leren aanvoelen en met jouw hart moeten leren begrijpen. Met andere woorden als het gaat om jouw eigen spirituele leerprocessen, dan kun je die *niet* op dezelfde manier aanpakken als je in het gewone dagelijkse leven misschien gewend bent.

Het helpt om dromen onmiddellijk op te schrijven op het moment dat je die krijgt. Vaak word je na een droom even wakker en weet je nog heel helder wat je hebt ervaren. Het is dan van belang dit zo snel mogelijk op te schrijven, *zonder* erover na te denken wat de droom zou kunnen betekenen.

***Zodra je gaat nadenken,  
kom je in een andere modus terecht  
en vervagen de herinneringen aan de droom.***

Als je nog een beetje in de droommodus bent, ben je sterk ontvankelijk voor de instroom vanuit de Ziel, en kun je veel gemakkelijker “terughalen” wat je hebt ervaren in de droom. Dit “terughalen” van de droom kun je trainen, waardoor dit in de loop van de tijd steeds beter lukt. Dit is een soort van vaardigheid, die je kunt versterken door hiermee te oefenen. Op die manier kun je leren je dromen steeds beter te herinneren.

In de meest praktische zin zou je er daarom goed aan doen een paar goed werkende pennen en een schrift waar je gemakkelijk in kunt schrijven onder je kussen te leggen, zodat je midden in de nacht zo snel mogelijk kunt beginnen met schrijven, wanneer je een droom hebt gekregen. Op die manier kun je dromen zo goed mogelijk leren te ontvangen.

Als je een droom eenmaal goed hebt opgeschreven is dit een geschikt onderwerp om op te mediteren. Pas als je de volledige droom zo goed mogelijk hebt opgeschreven, is er een geschikt moment om je te richten op de vraag wat die zou kunnen betekenen.

Jouw Ziel probeert dingen uit haar wereld te vertalen naar iets waar jij mee verder kunt en wat jij zou kunnen begrijpen. De wereld van de Ziel en jouw wereld zijn volkomen van elkaar verschillend. Jouw hogere deel moet daarom een soort van vertaalslag maken van die hogere wereld naar jouw wereld. Met andere woorden jouw hogere deel moet zich sterk aanpassen aan jou. Vanuit het standpunt van jouw hogere Zelf hebben de mensen in incarnatie maar een heel beperkt gezichtspunt. De Ziel moet zich daarom sterk aanpassen aan onze hele beperkte kijk op de werkelijkheid.

***Als jij bereid bent meer aandacht aan jouw dromen te besteden,  
zal het leereffect groter zijn.***

Naarmate jij hier meer moeite voor doet, kun je meer leren van de wijze lessen die jouw hogere deel, jouw coach, jou aanbiedt. Als jij andere dingen vóór laat gaan, dan kan jouw coach jou minder goed bereiken en duurt het langer voordat jij jouw lessen hebt geleerd. Als je helemaal niet wil luisteren naar wat jouw coach jou via dromen wil proberen duidelijk te maken, dan betekent dit dat je de aangeboden hulp afwijst. Het zal dan veel langer duren voordat jij op het inzicht uitkomt dat in de droom wordt aangeboden.

Jouw coach zal zich niet opdringen maar proberen jou te bereiken op zo'n manier dat dit de meeste kans van slagen heeft. Als jij dit afwijst of onvoldoende moeite doet om je hiermee bezig te houden, dan kan jouw coach niet veel anders doen dan dit weer loslaten en proberen jou op andere manieren te bereiken zoals via het intuïtief aanvoelen.

*Het leren duiden van dromen die je krijgt,  
is onderdeel van het leren samenwerken met jouw hogere Zelf, jouw coach.*

Als je wil leren samenwerken is het van belang je in elkaar te verdiepen en elkaar beter te leren kennen. Daardoor kun je elkaar beter leren begrijpen en kan er een betere samenwerking ontstaan. Het is daarom van belang dromen te leren zien als een vorm van communicatie met jouw hogere Zelf.

\*\*\*

## Waarom mensen goeroes volgen en heiligen aanroepen

*Het is in het spirituele wereldje gebruikelijk dat mensen allerlei goeroes volgen en proberen zich te verzekeren van de steun van allerlei heiligen, aartsengelen, etc. Het alternatief is het zoeken van het Licht in jezelf. Sommigen proberen deze beide paden te combineren.*

Als je je wil verdiepen in een bepaald onderwerp, is het logisch dat je dan ook kijkt naar wat anderen daarover hebben geschreven. Dat helpt je om snel een eerste indruk te krijgen van het thema dat je onderzoekt. Maar als het gaat om vragen op het spirituele vlak, dan is er meer nodig dan een eerste indruk die je via anderen hebt gekregen. Spirituele ontwikkeling is de kern van het leven zelf. Het is de reden waarom je op Aarde bent gekomen. Je hebt dan niet genoeg aan een oppervlakkige eerste indruk, omdat het gaat om de fundamenteën waarop je leven is gebouwd. Het is daarom van belang de nodige tijd te besteden aan het zorgvuldig onderzoeken van je eigen fundament, de manier waarop je in het leven staat. Hoewel we in onze samenleving gewend zijn om veel van anderen over te nemen, zou je er goed aan doen *zelf* je eigen fundament op te bouwen in jouw eigen dagelijkse leven, en dit niet zomaar van iemand over te nemen, zonder dat je dit goed hebt onderzocht.

Mensen die zich op het spirituele pad willen ontplooien, kiezen er vaak voor zich te ontwikkelen in groepsverband. Een groep geeft vaak een beschermd gevoel, een gevoel van geborgenheid. Je kunt dan het gevoel krijgen dat je sterker staat dan wanneer je “alleen” het spirituele pad op zou gaan.

Tegelijkertijd betekent de ontwikkeling in groepsverband dat je dan regelmatig bewust of onbewust een keuze moet maken in hoeverre je jouw mening aanpast aan de mening van de groep. Als jij je voortdurend aanpast aan de mening van de groep, terwijl je diep in jouw hart eigenlijk iets anders voelt, dan kies je er in feite voor om jouw innerlijke weten voortdurend te negeren. Je handelt daardoor tegen beter weten in. In zo’n situatie kan de Ziel, jouw hogere Zelf, jou steeds minder goed bereiken. Je kiest dan voor de luwte van de groep, in plaats van voor de samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Jouw Ziel zal deze keuze vaak betreuren maar kan weinig doen als jij je vast wil klampen aan een groep, in de hoop dat *die* jouw steun kan bieden en jou kan helpen. Jouw hogere deel zal dan moeten wachten totdat jij ruimte maakt om een andere weg te proberen, bijvoorbeeld het leren afstemmen op jouw innerlijke kompas in de diepte van jouw spirituele hartcentrum.

***Spirituele ontwikkeling kun je in principe beter “alleen” doen,  
en niet in groepsverband,  
zoals gebruikelijk is in onze samenleving.***

Als je je realiseert dat jouw Ziel, jouw hogere Zelf, de beste coach is die jij je maar zou kunnen wensen, dan zou je je af kunnen vragen waarom mensen niet meer moeite doen om hiermee te leren samenwerken en in plaats daarvan allerlei goeroes volgen en heiligen aanroepen in allerlei soorten en maten?

De mensen in incarnatie hebben eeuwenlang te horen gekregen dat ze in de kern slecht zouden zijn en niet in staat zouden zijn een goed oordeel te vormen over wat dan ook. Veel mensen zijn in de afgelopen eeuwen innerlijk gebroken door de ervaringen die de opeenvolgende levens hen hebben gebracht. Er is meestal weinig vertrouwen (meer) in de mogelijkheden om op eigen kracht verbetering te bereiken.

Als je je in de kern zwak voelt staan en (onbewust) het idee hebt dat de wereld waarin je terecht bent gekomen eigenlijk heel bedreigend is, is het logisch dat je dan op zoek gaat naar een manier om sterker te staan, zodat je je beter staande kunt houden in het gewone dagelijkse leven. Veel mensen vertalen deze behoefte aan meer kracht naar het zoeken van iets of iemand met een machtspositie, waar ze dan graag bij aan willen sluiten, in een poging sterker te staan in het gewone dagelijkse leven.

Als je (onbewust) het gevoel hebt dat je kwetsbaar bent en zwak staat, is de kans groot dat je op zoek gaat naar iemand met een machtspositie, om daar te kunnen schuilen onder diens paraplu. Dit is (onbewust) soms de reden waarom een vrouw die zich heel zwak voelt, kiest voor een partner die zo op het eerste gezicht sterk overkomt. Meestal gaat dit ten koste van haar Vrijheid.

Hetzelfde principe is terug te vinden in spirituele groepen. Het kan zinvol zijn om kennis te nemen van het gedachtengoed van een groep, en vanuit die invalshoek je hier voor een korte of een langere tijd aan te verbinden, maar het gevaar is groot dat mensen dan gaan “leunen” en daar hun “toevlucht zoeken”, vanuit een diepe angst in hun hart. De groep is dan vanuit de Ziel beschouwd niet zozeer een veilige plaats om te zijn, maar vooral een belemmering in de samenwerking met jouw hogere deel. Het gaat dan niet meer om studie en waarheidsvinding maar om andere motieven.

***Iemand die in zichzelf de samenwerking voelt met de Ziel, het hogere Zelf, zal weinig behoefte (meer) hebben aan het aanroepen van allerlei heiligen.***

Zo iemand zal ook geen goeroes (meer) volgen, hoewel hij nog wel geïnteresseerd kan zijn in wat sommige groepen te vertellen hebben. Zo iemand probeert op *eigen* kracht, dingen uit te zoeken en te verbeteren. Op die manier leer je je eigen innerlijke kracht te ontwikkelen.

Naarmate mensen innerlijk meer beschadigd zijn, is de kans groter dat ze op zoek gaan naar de één of andere vorm van macht buiten zichzelf. Soms zijn mensen niet echt beschadigd maar kiezen ze toch voor het zoeken naar macht. Naarmate mensen hun eigen innerlijke kracht beter hebben leren kennen, kunnen ze het zoeken naar goeroes en heiligen gemakkelijker loslaten.

In de vóór ons liggende periode zijn er prachtige mogelijkheden om te leren samenwerken met het hogere Zelf. Dit hogere deel is jouw coach. Die kent jou veel beter dan een aardse goeroe jou zou kunnen kennen. Je kunt met deze coach leren samenwerken door in de loop van de dag regelmatig af te stemmen op jouw innerlijke kompas in de diepte van jouw hartcentrum. Als je die weg van afstemmen op jouw innerlijke weten volgt, krijg je steeds meer zicht op de motieven van waaruit je dingen wel of niet doet. Zo leer je jezelf in de loop van de tijd beter kennen. Zo leer je ook andere mensen beter kennen in de zin van meer zicht krijgen op hun motieven. Op die manier kun je uiteindelijk steeds betere beslissingen nemen, dat wil zeggen beslissingen die steeds beter aansluiten bij de Wijsheid van jouw Ziel.

Er zijn in onze generatie hele mooie mogelijkheden voor spirituele ontwikkeling maar dat vraagt dan wel dat je de juiste weg herkent. Als je in deze periode nog steeds allerlei goeroes wil blijven volgen en je daaraan wil verbinden, dan benut je niet de mogelijkheden om te leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Het volgen van een goeroe en het leren samenwerken met jouw hogere Zelf, zijn verschillende paden, die onderling met elkaar botsen. Het is daarom van belang zorgvuldige keuzes te maken in de manier waarop jij je wil ontwikkelen.

## Over de hoofdstraat en de zijstraten

*Als jij je bezig gaat houden met jouw spirituele ontwikkeling, dan is het van belang om je doel goed voor ogen te houden. Een goed doel zou kunnen zijn om te leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Dat is immers de beste coach die je je maar zou kunnen wensen.*

Als dit jouw doel is, dan zou je heel doelgericht op zoek kunnen gaan naar een methode van aanpak waarmee je dit doel kunt bereiken. Als je je doel voor ogen houdt, dan kun je daardoor veel gericht je weg vinden in het overweldigende aanbod aan therapieën, meditatietechnieken, etc.

Globaal zal het beter leren kennen van jezelf, je na verloop van tijd vanzelf hechter in contact brengen met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Mocht je op websites van therapeuten die je bezoekt de trefwoorden Zelfkennis, jezelf worden, inzicht, etc. tegenkomen, dan mag je verwachten dat deze manier van werken je verder brengt op de weg van het leren samenwerken met het hogere deel van jezelf. Dit is een praktisch bruikbaar uitgangspunt dat kan helpen om gericht keuzes te maken in het enorme aanbod dat er in deze periode is op het gebied van spirituele ontwikkeling.

***De hoofdstraat bestaat uit het leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere deel, waarin alle opgedane Wijsheid van alle vorige levens is verzameld.***

Jouw hogere Zelf zal vaak ook in staat zijn om Genegenheid (Liefde) door te laten stromen, via jou, naar anderen waar je mee in contact bent. Naarmate jouw hart in de loop van de jaren verder is geopend, kan er meer Genegenheid (Liefde) doorstromen. Dit is heel heilzaam, zowel voor degene die dit ontvangt, als voor degene die een kanaal is voor deze genezende energiestroom. In de komende periode zijn er steeds betere mogelijkheden om een kanaal te zijn voor Genegenheid. Voor veel mensen klinkt dit misschien in eerste instantie heel vanzelfsprekend maar de dieperliggende Genegenheid die vanuit ons hogere Zelf kan doorstromen, is voor veel mensen volkomen nieuw terrein. Wanneer de samenwerking met jouw hogere Zelf in de loop van de jaren langzaam beter wordt, kan er ook meer van die dieperliggende Genegenheid stromen.

Als je jezelf hebt voorgenomen een kanaal te willen zijn voor de Wijsheid en de Genegenheid van jouw Ziel, dan is het van belang daar voldoende tijd voor vrij te maken. Enkel en alleen het voornemen om te willen leren samenwerken met jouw Ziel, is niet genoeg. Je zult dan in de meest praktische zin stappen moeten zetten om verder te komen op deze weg.

Dit betekent onder andere dat je andere wegen dan *niet* ingaat, omdat dit veel extra tijd vraagt en misschien zorgt voor moeilijkheden die je niet tegen zou zijn gekomen als je in alle eenvoud op de hoofdstraat zou zijn gebleven. Naarmate je meer zijstraten ingaat of zelfs donkere steegjes opzoekt, word je steeds meer afgeleid van je hoofddoel en verlies je kostbare tijd.

Een zijstraat kan bestaan uit het onderzoeken van allerlei stromingen waarvan je diep in jouw hart eigenlijk al vanaf het begin aanvoelt dat je dit niet per sé nodig hebt op de weg van het leren samenwerken met jouw hogere Zelf. Er zijn in deze periode zó veel mogelijkheden om je aan te sluiten bij allerlei groepen (die vaak hele mooie dingen beloven), dat het voor velen moeilijk is om hier keuzes in te maken. Bij het maken van een keuze bij welke groep(en) jij je het beste zou kunnen aansluiten, kan het helpen om je af te vragen wat je *doel* is, en in hoeverre de groep die je wil onderzoeken, daar bij past. Vaak helpt het om je aandacht te richten in jouw spirituele hartcentrum in het midden van je borstkas, als je een belangrijke vraag hebt over wat de mogelijkheden zijn van een specifieke groep die je op het oog hebt om te leren samenwerken met jouw hogere Zelf.

Wanneer je dit leren samenwerken met jouw Ziel wil combineren met een drukke baan en het onderhouden van een groot netwerk, dan is dat voor de meesten een ongeschikte uitgangspositie om belangrijke vorderingen te maken onderweg naar je doel. Er is eenvoudig heel veel tijd nodig voor verwerking van oud zeer, vóórdát jouw hart langzaam verder kan worden geopend. Het openen van het hart is nodig voor een verdere samenwerking met jouw hogere Zelf. De weg van het leren samenwerken met jouw hogere Zelf bestaat dus voor een deel uit het verwerken van veel oud zeer. Dit is onvermijdelijk en hier heb je veel ruimte voor nodig.

***Wanneer je jezelf voor een korte of een langere periode aansluit bij een groep,  
terwijl je diep in jouw hart al vanaf het begin af aan voelt dat dit niet zal helpen  
om verder te komen met de samenwerking met jouw hogere Zelf,  
dan ga je symbolisch een zijstraat in.***

Dit betekent vaak een omweg, waarop je soms allerlei moeilijkheden tegenkomt die helemaal niet nodig waren geweest en die je misschien had kunnen voorkomen door je goed te richten op je hoofddoel.

Een zijstraat heeft vaak het karakter van verleiding. Er wordt vaak iets gepresenteerd in zo'n zijstraat wat jouw interesse opwekt. Naarmate je jouw doel dichterbent genaderd, zal de verleiding meestal gemakkelijker kunnen worden weerstaan, maar in het begin van de weg is een zoeker op het spirituele pad vaak snel afgeleid door het overweldigend grote aanbod van allerlei goeroes, die er heel echt uitzien en “gouden bergen” beloven. Het kan dan soms lang duren voordat je zo'n zijstraat weer verlaat, om weer terug te keren op de hoofdstraat onderweg naar jouw doel.

De Ziel heeft een eigen leven op haar eigen hogere gebied en ziet jouw worsteling. De Ziel geeft aanwijzingen hoe jij je weg zou kunnen vinden maar *jij* beslist uiteindelijk welke weg het gaat worden. Vrije wil betekent ook dat je zelf verantwoordelijk bent voor de keuzes die je maakt. Dit geldt ook voor de keuzes die je maakt in verband met de weg die je wil volgen. Als jij allerlei schimmige steegjes in wil, omdat je daar iets interessants meende te zien, dan is dit een vrije keuze. Jouw Ziel geeft jou signalen over de beste weg, die jou zou brengen bij je hogere Zelf, maar als jij liever een andere weg wil volgen of als je niet in de gaten hebt dat je bent gevallen voor de één of andere verleiding om toch een zijstraat in te lopen, dan zal jouw hogere Zelf dit moeten accepteren, met “pijn in het hart”, want de Ziel is niet ongevoelig voor de keuzes die wij als mensen maken. Ons hogere Zelf kan gelukkig zijn met de keuzes die wij maken maar ons hogere deel kan ook droevig zijn wanneer wij de signalen die werden gegeven, *niet* hebben opgepikt, en zijn bezweken voor de verleidingen die talloze goeroes ons voorhouden.

Dat is een moeilijkheid van onze tijd. Er zijn prachtige mogelijkheden om onszelf te ontwikkelen maar er zijn zó veel verschillende manieren om aan de slag te gaan met je eigen ontwikkeling, dat velen een weg proberen die niet past bij het leren samenwerken met het hogere Zelf. Vanuit de Ziel beschouwd, is dit een zijstraat. Als je zo'n zijstraat bent ingelopen, dan zal jouw Ziel proberen je duidelijk te maken dat je op zo'n zijweg bent beland of misschien zelfs een gevaarlijk steegje in bent gelopen, en je beter zo snel mogelijk terug kunt gaan naar de hoofdstraat. Soms kan het jaren duren voordat je beseft dat je een zijstraat bent ingelopen.

***Jouw hogere deel zal jou proberen te waarschuwen  
als je een donker steegje bent ingelopen.***

Je krijgt dan misschien dromen of je voelt aan dat je de verkeerde kant op bent gelopen. Het kan ook zijn dat je dan schijnbaar toevallig een goed gesprek krijgt met iemand die je precies de dingen vertelt die jij nodig hebt om op het punt van herkenning uit te komen, waardoor je beter beseft wat er gaande is in jouw spirituele leven. Toch maak *jij* de keuzes en beslis *jij* of je wil doorgaan op de weg die je hebt gekozen, om wat voor reden dan ook, of dat je van koers wil veranderen. Jouw Ziel draagt deze verantwoordelijkheid *niet* en is “slechts” jouw coach.

Het verlossende inzicht komt meestal van binnenuit en van bovenaf, maar het kan ook via anderen op je pad komen. Mocht het via anderen op jouw weg komen, dan kun je intuïtief aanvoelen dat *dit* stukje voor jou van groot belang is, zodra je dit tegenkomt.

***Het volgen van goeroes  
zal over het algemeen slechts het inlopen van een zijstraat zijn.***

Hetzelfde geldt voor de aansluiting bij allerlei groepen en stromingen. Ook het zoeken naar macht en “inwijdingen” is een doodlopende weg en brengt je niet dichterbij jouw hogere deel.

Eenvoud en soberheid zijn kenmerken die horen bij de Ziel, het hogere Zelf. Als je die toon herkent op de websites die je bezoekt, dan kun je dit beschouwen als een signaal dat je hier waarschijnlijk verder kunt komen in het leren samenwerken met jouw hogere deel.

Als je de hoofdstraat volgt, dan zal jouw spirituele ontwikkeling op de één of andere manier ten goede komen van anderen waar je mee in contact bent. Jouw eigen vorderingen bij het leren samenwerken met jou hogere Zelf, zullen op de één of andere manier altijd bijdragen aan het welzijn van anderen.

Omgekeerd kun je aan dit principe ook herkennen wanneer je op een zijstraat terecht bent gekomen. Wanneer jouw eigen ontwikkelingsproces niet bijdraagt aan het welzijn van anderen, dan ben je hoogstwaarschijnlijk een zijstraat ingelopen, mogelijk zelfs een gevaarlijk steegje.

Mensen zijn geboren om elkaar te helpen. Mocht iemand in een situatie terecht zijn gekomen dat hij denkt dat hij anderen beter niet meer zijn hulp kan aanbieden, dan kun je er zeker van zijn dat zo iemand op een zijweg terecht is gekomen. Mensen zijn niet volmaakt en hebben elkaar nodig om de eigen blinde vlekken beter te kunnen herkennen. Er bestaan geen mensen zonder blinde vlekken. Mocht iemand tot de conclusie komen dat hij zelf geen blinde vlekken meer heeft, dan is dat een signaal dat hij zichzelf nog niet zo goed heeft leren kennen. Wanneer er een gezonde wisselwerking is met gelijkgestemde Zielen, kun je elkaar helpen om meer zicht te krijgen op zwakheden en op sterke punten. Deze manier van leren is onderdeel van onze leerweg. Dit is de manier van leren zoals het door de vormgevers van ons evolutieproces is bedoeld. Met andere woorden de wisselwerking met anderen kan heel waardevol zijn om jezelf beter te leren kennen.

***Het herkennen van de juiste weg,  
is het gevolg van het afstemmen op het innerlijke kompas,  
in de diepte van jouw spirituele hartcentrum.***

Dit is de plaats waar je de instroom vanuit jouw hogere Zelf het beste kunt opvangen. Op die plaats gaat het om *gevoel* en niet om de vaak ingewikkelde redeneringen van het hoofd. Het hoofd kan geen zekerheid geven maar slechts een soort van goed klinkend verhaal. Slechts in de diepte van het hart kun je leren aanvoelen wat de dieperliggende Waarheid is en welke weg voor jou de beste mogelijkheden heeft.

## Comfortzone of gevangenis?

*Wij zijn geneigd te streven naar zo gunstig mogelijke omstandigheden in onze maakbaarheidscultuur. Wij kiezen er meestal bewust voor onze comfortzone zo aangenaam mogelijk te maken. Daarin voelen wij ons gewoonlijk het meest prettig. Maar vanuit het standpunt van ons hogere Zelf, is zo'n comfortzone eigenlijk vooral een gevangenis, die verdergaande samenwerking met ons hogere deel flink in de weg staat. Ook veel zoekers op het spirituele pad bouwen zo'n comfortzone op, die hen eigenlijk vooral gevangen houdt.*

De meesten van ons krijgen al van jongs af aan met de paplepel ingegoten dat het er in het leven nu eenmaal om draait een zo goed mogelijke positie op te bouwen. De basis van een goede positie in onze maatschappij is nu eenmaal een goede opleiding en daarom word je van jongs af aan geleerd, goed je best te doen op school. Je ouders zullen dit zo veel mogelijk proberen te stimuleren, “voor jouw eigen bestwil”. Zo haal je “het beste uit jezelf” volgens velen.

Er wordt je geleerd dat het belangrijk is om in een baan zo veel mogelijk je best te doen, zodat je misschien promotie kunt maken waardoor je meer gaat verdienen. Daardoor kun je een groter huis kopen en vaker op vakantie gaan. Als je meer geld hebt, kun je meer leuke dingen doen, is dan meestal het uitgangspunt.

Als je een hoge opleiding hebt en een goede baan, dan heb je ook meer kans om een geschikte partner te vinden, zo is bij de meesten nog steeds het uitgangspunt. Mocht dit uiteindelijk allemaal gelukt zijn dan kun je op een moment van rust en ontspanning misschien het gevoel krijgen dat je het allemaal best aardig voor elkaar hebt en dat het leven zo slecht nog niet is. Daardoor komen we in een situatie dat ongeveer 90 % van onze samenleving zegt gelukkig te zijn.

Dit is het geluk van een sterk ontwikkelde persoonlijkheid, die in het leven bereikt heeft wat er in alle redelijkheid bereikt zou kunnen worden, en die daar dagelijks de vruchten van plukt. Dit is niet het geluk van de samenwerking met het hogere Zelf. Het is een ander soort geluk, dat door een minderheid van onze samenleving als heel oppervlakkig wordt gezien. De vele mensen die kiezen voor deze brede weg, zijn gewoonlijk niet bezig met spirituele ontwikkeling, ze besteden daar geen tijd aan en zien daar het nut niet van in. Deze groep leeft in een zelfgemaakte gevangenis, ingericht met allerlei materiële componenten.

Tot zover niets nieuws hoop ik. Anders wordt het wanneer de comfortzone van de spirituele zoeker onder het vergrootglas wordt gelegd. Dit wordt meestal niet goed herkend en dat is precies de reden dat ik hier iets over wil schrijven.

Ook de zoeker op het spirituele pad heeft een comfortzone, ook al wordt dit vaak niet goed herkend voor wat het is. Het principe van een soort van zelfgekozen gevangenis is hier precies hetzelfde. Ook hier belemmert de comfortzone de samenwerking met het hogere Zelf en ook hier heeft de persoonlijkheid, het ego, het ikje, meestal niet goed door, wat er in feite gebeurt.

***Veel spirituele zoekers hebben een grote comfortzone opgebouwd,  
die een flinke hindernis is bij het leren samenwerken met het hogere Zelf.***

Het is daarom belangrijk de comfortzone van spirituele zoekers in z'n algemeenheid nader te onderzoeken, zodat er meer herkenning op gang kan komen, en mensen die hierin gevangen zijn geraakt, zichzelf gemakkelijker kunnen bevrijden uit deze zelfgebouwde gevangenis.

Zolang jij je prettig voelt in jouw eigen gevangenis, zul je niet bereid zijn op zoek te gaan naar de dieperliggende Waarheid. Je blijft dan zitten waar je zit en komt niet verder, beschouwd vanuit het standpunt van jouw hogere Zelf. Je leeft dan in een bubbel en voelt je hier schijnbaar comfortabel bij.

Net als andere mensen, zijn de zoekers op het spirituele pad vaak op zoek naar veiligheid en geborgenheid. Waar dat naar hun idee goed wordt ingevuld, daar zoeken mensen een veilig onderkomen. Daar waar mensen dingen te horen krijgen die ze prettig vinden, daar zullen vaak veel mensen naar toe stromen, zo leert ons de lange geschiedenis.

In onze generatie is dat niet anders dan in duizenden jaren hiervoor. Veel “zoekers” volgen daarom massaal de brede en platgetreden paden, en vermijden de smalle en eenzame wegen van de ware zoekers naar de Waarheid. Misschien zou je zelfs kunnen zeggen dat veel zoekers op het spirituele pad in feite niet echt op zoek zijn naar de Waarheid, maar vooral op zoek zijn naar gezelschap van anderen waar ze zich prettig bij voelen.

*Veel zoekers op het spirituele pad,  
zijn niet echt op zoek naar de Waarheid,  
maar naar een spirituele comfortzone.*

Net zoals de vele mensen die niet bewust bezig zijn met hun spirituele ontwikkeling, streven de zoekers op het spirituele pad er vaak naar hun ruimte te vullen met dingen die ze als aangenaam ervaren. Voor de meesten hebben gedachten over bijvoorbeeld wereldvrede een grote aantrekkingskracht. Met andere woorden in het symbolische huis van een zoeker op het spirituele pad, is vaak ruimte ingericht voor de wensgedachte aan wereldvrede. Een andere veel voorkomende wensgedachte van spirituele zoekers is de gedachte dat er zoiets zou bestaan als onvoorwaardelijke Liefde, ongeacht de keuzes die mensen maken. Goeroes en therapeuten die dit soort gedachtes aanbieden, worden vaak massaal gevolgd, ook al voelen sommigen misschien op hun beste momenten dat dit bijna te mooi klinkt om Waarheid te kunnen zijn.

Veel zoekers willen liever geen eigen verantwoordelijkheid dragen voor de keuzes die ze dagelijks maken en zoeken hun heil bij stromingen die dit verkondigen. Zo richten mensen hun comfortzone in naar eigen voorkeur, ook al botst dit met hun innerlijke weten, die ze op hun beste momenten kunnen aanvoelen in de diepte van hun hart. Mensen scheppen op die manier hun eigen bubbel.

Wereldvrede is misschien een nobel streven maar zolang de overgrote meerderheid van de mensheid niet bereid is het innerlijke weten te volgen en voortdurend handelt tegen beter weten in, is dit een onbereikbaar ideaal, het is onrealistisch en onhaalbaar. Het heeft daarom naar mijn idee weinig zin om hier veel tijd aan te besteden. Wereldvrede is pas mogelijk wanneer de grote massa het innerlijke weten, het innerlijke kompas, zou gaan volgen. Dáár ligt de uitweg uit veel moeilijkheden waar we in onze maatschappij dagelijks tegenaan lopen. Er is daarom vooral opvoeding nodig in het leren afstemmen op dit innerlijke kompas, en uitleg over de voordelen die dit met zich meebrengt. Dromen over wereldvrede klinkt misschien heel mooi maar versterkt de bubbel die iemand opbouwt. Het helpt niet bij het opbouwen van een goed fundament.

*Veel zoekers op het spirituele pad doen principieel precies hetzelfde  
als de mensen die zo op het eerste gezicht  
een nogal materialistisch leven hebben gekozen.*

Zolang jouw persoonlijke streven erop is gericht zo aangenaam mogelijk de tijd door te brengen, zolang zul je bewust of onbewust een zo groot mogelijke comfortzone opbouwen, waar jij zo prettig mogelijk in kunt vertoeven.

Met andere woorden daar waar de materieel ingestelde mens z'n ruimte vult met materiële zekerheden, daar vult de spirituele zoeker z'n ruimte vaak met felbegeerde spirituele hebbedingen, ook als je in de diepte van jouw hart op jouw beste momenten aanvoelt dat deze uitgangspunten eigenlijk vooral wensgedachtes zijn, die misschien door veel bekende goeroes worden verkondigd maar die in feite illusies zijn en niets meer dan dat. Dingen die mensen graag willen horen en waar mensen zich prettig bij voelen, maar die evengoed een illusie zijn als materiële zekerheden.

Waar het op aankomt is de vraag of je werkelijk op zoek bent naar zoiets als de Waarheid of dat je als zoeker op het spirituele pad eigenlijk vooral probeert jouw eigen positie te versterken door jouw spirituele huis te vullen met allerlei wensgedachtes waar jij je het meest prettig bij voelt.

Als je op zoek bent naar de Waarheid, zul je bereid zijn het eenzame pad te volgen van het *zelf* onderzoeken van de dingen die dan op jouw weg zullen komen.

***Als je eigenlijk niet echt op zoek bent naar de Waarheid  
maar in feite vooral jouw eigen comfortzone wil versterken,  
zul je geneigd zijn om goeroes op te zoeken die jou veel beloven.***

Waarschijnlijk zijn dit goeroes die al heel veel volgelingen hebben gekregen, want daar waar mensen dingen worden aangeboden die ze graag willen horen, daar is gewoonlijk veel belangstelling.

Als je op deze manier kijkt naar de zoekers op het spirituele pad, dan blijken de meesten niet echt op zoek te zijn naar de Waarheid maar eigenlijk vooral op zoek te zijn naar een goed heenkomen waar ze hun rust proberen te vinden en waar ze zich prettiger voelen dan voorheen. Toch zijn dit evengoed gevangenen als de materiële levens die de grote massa heeft opgebouwd.

Veel mensen vinden het bijvoorbeeld een prettig klinkende gedachte dat er zoiets zou bestaan als onvoorwaardelijke Liefde, maar dit is een illusie. Het is een wensgedachte, een soort van hoop tegen beter weten in dat het zo zou zijn maar in praktijk werkt het niet op die manier, ook al klampen velen zich aan dit soort wensgedachtes vast.

Als een ikje, een persoonlijkheid, een ego, steeds maar weer de samenwerking met het hogere deel negeert en het innerlijke weten afwijst, dan kan het hogere Zelf uiteindelijk niet anders dan het los laten. Ons hogere deel moet heel veel moeite doen om met ons in contact te komen op zo'n manier dat wij dit bewust opmerken. Vanuit ons hogere Zelf beschouwd zijn wij als mensen erg ongevoelig ten opzichte van de fijngevoeligheid van ons hogere deel. Als onze hogere delen met ons contact willen maken dan moeten zij hun eigen wereld tijdelijk verlaten en omlaaggaan naar een omgeving die voor hen bijzonder onprettig is. Het vraagt van onze hogere Zelfen een grote opoffering om zich met ons in verbinding te stellen in de wereld waarin wij overdag aanwezig zijn. Als ons hogere Zelf het ervoor over heeft dit offer te brengen maar wij als mensen, als ikjes, steeds opnieuw deze signalen negeren en onze persoonlijke belangen vóór laten gaan, dan komt er een keer een moment dat ons hogere deel ervoor zal kiezen om diens eigen kostbare tijd en energie te besteden aan andere dingen, ook al klinkt dit voor velen in eerste instantie misschien hard.

***Er bestaat niet zoiets als onvoorwaardelijke Liefde (Genegenheid),  
er is slechts oorzaak en gevolg.***

Misschien vind je het fijn om te horen dat er een soort van oneindige bron van Liefde ergens op ons zou zitten te wachten maar in praktijk werkt dat niet op die manier.

Als mensen lange tijd niet geïnteresseerd zijn in de samenwerking met hun hogere deel, dan zal dit hogere Zelf een andere invulling van z'n eigen leven gaan kiezen. Het is niet realistisch te verwachten dat dit hogere deel altijd voor jou klaar staat, ongeacht de keuzes die jij maakt. Het is daarom belangrijk vooral je best te blijven doen om de samenwerking met jouw hogere Zelf op te bouwen, en er niet vanuit te gaan dat dit allemaal zomaar gaat en jouw hogere deel verder niets te doen heeft.

Ons hogere deel moet vaak andere dingen opofferen om met ons in nader contact te kunnen treden, ook al staan de ikjes, de persoonlijkheden, hier nagenoeg nooit bij stil. De ikjes gaan er over het algemeen van uit dat het hogere Zelf er voor *hen* is, en vragen zich zelden af welke offers de hogere delen moeten brengen om met ons in contact te zijn. Dat is niet echt een goed begin van teamwork, want dat is wat de verbinding tussen het hogere Zelf en de persoonlijkheid, het ikje, in feite is of zou moeten zijn.

Onvoorwaardelijke Liefde zou betekenen dat het niet uitmaakt wat iemand in werking zet, dat het niet uitmaakt welke keuzes iemand heeft gemaakt. Daarmee wordt de eigen verantwoordelijkheid ontkend. De kern van ons leerproces wordt daarmee genegeerd.

***Onvoorwaardelijke Liefde is een soort van sprookjeswereld  
waarin wij ons schijnbaar alles kunnen permitteren,  
zonder dat dit vervelende gevolgen zou kunnen krijgen.***

Misschien is dit iets wat mensen graag willen horen maar het helpt niet om dichterbij de Waarheid te komen. Het dompelt mensen onder in een zoete slaap, waarin het niet meer uitmaakt welke keuzes je maakt. Daardoor verslapt de waakzaamheid en zijn de ikjes aanzienlijk minder bereid zich in te spannen en hun best te doen. Als een therapeut iemand die hulp vraagt werkelijk zou willen helpen, dan is het naar mijn idee belangrijk dat er reële mogelijkheden worden aangeboden en dat er wordt voorkomen dat kwetsbare mensen een zoveelste illusie wordt aangepreut. Het leren samenwerken met het hogere Zelf is een reële mogelijkheid om sterker te worden maar dat vraagt dan wel juiste kennis over hoe dit in praktijk werkt en een grote inzet om hier geduldig aan te werken.

Zoals sommige mensen geloven in een god die hun belangen behartigt, zo geloven anderen in een hoger deel dat er altijd voor hen is, maar het hogere Zelf is geen belangenbehartiger voor het ikje, voor de mens in incarnatie. Soms verwacht het ikje dat de Ziel, het hogere Zelf, de missie die de mens in incarnatie heeft gekozen altijd zal steunen, maar dit is lang niet altijd het geval, en eigenlijk zou het omgekeerd moeten zijn en zou het ikje, jij dus, je af moeten vragen of je met jouw zelfgekozen doel vooral jouw eigen belangen behartigt of dat je hierdoor bijdraagt aan de missie van jouw hogere Zelf.

***Op het pad van de spirituele zoeker  
is het van groot belang volkomen eerlijk te zijn.***

Niet eerlijk zijn wil zeggen dat je jouw eigen innerlijke weten in de diepte van jouw hart negeert en handelt tegen beter weten in.

Niet eerlijk zijn tegenover jezelf betekent vaak dat je niet echt op zoek bent naar de Waarheid in jouw eigen leven. Zolang je niet eerlijk bent tegenover jezelf, zul je ook niet eerlijk zijn tegenover anderen. Niet eerlijk zijn is een ernstige hindernis in jouw leerproces.

Als je eigenlijk op zoek bent naar een spirituele comfortzone, dan is dit heel begrijpelijk maar dit brengt je niet dichterbij de Waarheid in jouw eigen specifieke situatie. Je bouwt dan een nieuw soort gevangenis op, waarin jij je tijdelijk misschien heel comfortabel voelt maar die je ooit weer zult moeten verlaten als je verder wil met het vinden van de Waarheid. Zolang je niet bereid bent jouw zelfgebouwde comfortzone weer te verlaten, zal jouw zoektocht naar de Waarheid stagneren, net zolang tot je dit in de gaten begint te krijgen en je bereid bent weer verder te gaan met jouw zoektocht.

Veel coaches en “alternatieve” therapeuten versterken vooral de comfortzone van de mensen die hulp bij hen zoeken. Soms heeft dat overeenkomsten met “pamperen”, overdreven veel emotionele aandacht geven, terwijl juist *die* werkwijze mensen kan belemmeren om bij hun dieperliggende gevoelens te komen. Misschien vinden veel mensen dit in eerste instantie prettig om mee te maken maar het helpt niet echt om sterker te worden. Het versterkt in feite vooral de eigen gevangenis.

Naarmate jij je dieper in jouw eigen comfortzone hebt teruggetrokken, zal jouw bereidheid kleiner zijn om dingen die op jouw weg komen (en waarvan je aanvoelt dat die belangrijk zijn) zorgvuldig te onderzoeken. In praktijk betekent dit dat je vanuit jouw comfortzone ook minder bereid zult zijn te werken aan de opbouw van de samenwerking met jouw hogere Zelf. Je wordt dan vooral *lui*, beschouwd vanuit het standpunt van jouw hogere deel.

In praktijk zal jouw hogere Zelf vaak proberen jou uit jouw comfortzone te leiden, omdat je vanuit die positie betere mogelijkheden hebt om belangrijke lessen te leren. Vaak leidt dit tot fel verzet van de ikjes, de persoonlijkheden, die hun comfortzone koesteren en zich daaraan vast proberen te klampen.

***Zolang jij jouw heil zoekt in jouw comfortzone,  
zul je meestal weinig leren.***

Het is daarom belangrijk zorgvuldig te onderzoeken hoe jij bewust of onbewust jouw comfortzone hebt ingericht, en je daar zo veel mogelijk van los te maken. Daardoor krijg je aanzienlijk meer ruimte voor de samenwerking met jouw hogere Zelf. Daardoor kun je veel meer bijdragen aan het verbeteren van onze samenleving.

Sommigen koesteren de wensgedachte dat alles goed is zoals het is, en dat er niet zoiets bestaat als de donkere kant, maar daardoor stagneert de ontwikkeling van jouw onderscheidingsvermogen. Daardoor verslapt jouw waakzaamheid. Als je deze wensgedachte een plaats hebt gegeven in jouw comfortzone, dan maakt jou dat niet sterker maar kwetsbaarder.

Anderen koesteren de wensgedachte dat het beter zou zijn om niet te oordelen, maar ook daardoor stagneert jouw leerproces. Het mag dan misschien moeilijk zijn om dingen altijd goed te kunnen overzien maar helemaal nergens meer een mening over willen vormen (niet willen oordelen) helpt niet mee om sterker te worden. Geen mening meer willen ontwikkelen, is voor deze groep een comfortzone geworden. Dit botst met het innerlijke weten en het instromende licht van het hogere Zelf. Jouw innerlijke leraar probeert juist jouw onderscheidingsvermogen zo veel mogelijk te ontwikkelen.

Veel “alternatieve” therapeuten hebben zelf ooit allerlei goeroes opgezocht en de dingen overgenomen die zij verkondigen, zonder dit zorgvuldig te onderzoeken. Daardoor hebben deze therapeuten zelf geen goed fundament. Ze staan in feite niet sterk genoeg om anderen werkelijk te kunnen helpen. In de komende periode zal het verschil groter worden tussen therapeuten die zelf op zoek zijn naar de Waarheid in hun eigen leven en van daaruit anderen waardevolle aanwijzingen kunnen geven, en therapeuten die in feite zelf niet veel anders hebben gedaan dan het spoor van bekende goeroes volgen. De ene groep therapeuten zal in de komende periode sterker worden, de andere groep zal steeds meer worden ontmaskerd als mensen die in feite weinig te bieden hebben.

Soms zijn beide sporen verenigd in één persoon en heeft een alternatief therapeut deels zijn eigen Waarheid gevonden door langdurig en grondig onderzoek, maar heeft diezelfde therapeut toch ook veel van bekende goeroes overgenomen. Dit maakt dan duidelijker waar de therapeut ondertussen *zelf* verder aan zou moeten werken.

Een goede therapeut kan helpen om duidelijker te maken hoe jij jouw eigen spirituele huiswerk het beste aan zou kunnen pakken. Dit werkt alleen als een therapeut deze weg *zelf* al volgt. Een therapeut die slechts napraat wat de één of andere goeroe heeft verteld, kan jou niet echt verder helpen. Zo iemand zal jou slechts willen overtuigen van zijn gelijk. Daar kom je niet verder mee.

Sommige therapeuten klampen zich vast aan inwijdingsgraden (bijvoorbeeld Reiki), anderen zoeken hun heil bij allerlei contacten in de fijnstoffelijke wereld zoals gidsen en engelen, en ontlenen daar hun zekerheid aan. Zo hebben allerlei therapeuten hun eigen spirituele hebbedingen, waarop hun leven is gebaseerd. Op die manier richten zij hun eigen comfortzone in, net zolang tot ze herkennen dat al deze dingen hen in feite vasthoudt in een zelfgemaakte gevangenis.

***Er zijn talloze illusies waarmee je jouw comfortzone zou kunnen inrichten  
en ze staan allen een verdergaande samenwerking met jouw hogere Zelf in de weg.***

Naarmate jij je meer hebt ingegraven in jouw eigen comfortzone, wordt het voor jouw hogere deel moeilijker om jou te bereiken. Vanuit jouw hogere Zelf beschouwd wordt de inzet dan gewoonlijk steeds kleiner.

Velen hopen op een wereldverlosser die hen op een goede dag komt verlossen van alle ellende, maar ook dat is een illusie. Ieder zal uiteindelijk z'n eigen spirituele huiswerk op zich moeten nemen, er is niemand anders die dit voor jou kan doen. Er is niemand die jou komt redden, dat zul je zelf moeten doen. Anderen kunnen hooguit aangeven hoe je hier het beste mee aan de slag zou kunnen gaan.

Veel mensen geloven in een hemel waar het aanzienlijk beter zou zijn dan op Aarde, en ook dat is een illusie. Als je na afloop van dit leven aan de andere kant van de sluiers bent, verandert er in feite niet zo heel veel. Je bent dan niet opeens “verlicht” en zult ook daar gewoon verder moeten gaan met het leren van jouw eigen lessen.

Een andere hardnekkige illusie is het idee dat jij iedereen zou moeten “redden” die jij op jouw weg tegenkomt. Als je goed bent afgestemd op jouw innerlijke weten kun je beter aanvoelen wie jij jouw hulp zou kunnen aanbieden en waar je dit beter niet kunt doen.

Ieder mens en dus ook iedere therapeut, heeft een goed evenwicht nodig in zijn leven, waarin er voldoende ruimte is voor jouw eigen verwerkingsprocessen en jouw eigen leerprocessen. Als je jouw leven zo hebt ingericht dat je altijd maar bezig bent om anderen ergens mee te helpen (ook waar dat eigenlijk helemaal niet zinvol is), dan houd je daardoor weinig ruimte over voor jouw eigen ontwikkelingsprocessen. Er zal dan een keer een punt komen dat je innerlijk aanvoelt dat er een ander evenwicht nodig is.

Een laatste illusie die ik hier wil noemen is het idee dat we binnenkort massaal over zouden gaan naar een hogere trilling of iets dergelijks. Als mensen daardoor de indruk zouden krijgen dat ze dan geen spiritueel huiswerk meer zouden hebben, dan botst dit met het innerlijke weten. Door de enorme inspanning van onze hogere Zelfen in deze periode, worden velen van ons af en toe even opgetild, maar dit betekent niet dat je dan jouw eigen spirituele huiswerk niet meer zou hoeven te doen.

***Zolang je gevangen bent in jouw zelfgebouwde comfortzone,  
komt er van de zoektocht naar de Waarheid meestal weinig meer terecht.***

Juist nu zijn er hele mooie mogelijkheden om beter te herkennen wat Waarheid is en wat niet, maar pas wanneer mensen hun eigen gevangenis herkennen en de moed hebben die af te breken, kunnen ze verder op hun eigen unieke weg naar de Waarheid in hun eigen situatie. Deze innerlijke Waarheid kun je op jouw beste momenten aanvoelen in de diepte van jouw hart.

Door deze dingen te beschrijven hoop ik bij te dragen aan het vergroten van de waakzaamheid. Ik hoop dat je hierdoor beter gemotiveerd wordt om jouw zelfgebouwde comfortzone te verlaten, zodat je verder kunt met jouw eigen zoektocht naar de Waarheid. Op de weg van dingen diepgaand onderzoeken, kom je steeds dichterbij de dieperliggende oorzaken van moeilijkheden waar je nu tegenaan loopt. Op die weg ga je de diepte in en kom je steeds dichterbij kernpunten uit. Dit is het volgen van de weg van Zelfkennis. Dit is wat jou werkelijk sterker maakt. Als je die weg volgt, zal de samenwerking met jouw hogere Zelf in de loop van de jaren verder kunnen worden opgebouwd.

\*\*\*

## **Als het hogere Zelf zich aandient**

*Er is in onze generatie een groot gebrek aan de meest fundamentele kennis over de wisselwerking tussen ons als mensen en ons hogere Zelf. Er is grote behoefte aan basiskennis, zodat je beter voorbereid kunt beginnen aan het opbouwen van een constructieve samenwerking met jouw hogere deel. In dit artikel vind je basiskennis.*

Ons hogere Zelf is van een andere orde van grootte dan wij. Ons hogere Zelf ziet dingen veel beter en heeft veel meer Wijsheid opgebouwd dan wij. Ons hogere Zelf kan werken vanuit Genegenheid (Liefde) terwijl wij op eigen kracht vaak niet verder komen dan een soort van sympathie voor een medemens, in het beste geval. Ons hogere Zelf is een flinke maat groter dan wij. Dit vraagt van ons een andere houding dan wij gewoonlijk gewend zijn.

### ***Ons hogere Zelf heeft een hoger bewustzijn dan wij.***

Vanuit het standpunt van ons hogere deel, zijn wij betrekkelijk ongevoelig, en hebben wij veel dingen die zich in ons dagelijkse leven afspelen, volstrekt *niet* in de gaten. Als ons hogere Zelf toenadering zoekt, dan zal ons hogere deel, onze leraar, zich flink moeten aanpassen aan het veel lagere niveau van de leerling, ons tamelijk beperkte niveau.

Vanuit onze kant zullen wij bereid moeten zijn bestaande overtuigingen opnieuw te onderzoeken in de diepte van ons hart. Vanuit onze kant zijn er eveneens grote aanpassingen nodig om het contact met onze leraar, ons hogere Zelf, op te kunnen bouwen. Van beide kanten vraagt dit een grote inspanning en veel aanpassingen aan het niveau van de ander.

### ***Jouw hogere Zelf en jij, vormen samen een team.***

***Naarmate dit team beter op elkaar is afgestemd,  
kan er een grotere bijdrage worden geleverd aan het verbeteren van onze wereld.***

In praktijk is het verschil tussen de teamgenoten zó groot, dat de directe en bewuste wisselwerking in onze generatie, bij de meesten nog helemaal op gang moet komen. In praktijk zijn wij volkomen vervreemd van ons hogere Zelf.

Toen wij naar de Aarde kwamen, zijn wij afgedaald vanuit een veilige plaats die ik in mijn boeken “de Oorsprong” noem. Dit is een oase van Vrede en Genegenheid. Dit is een plaats waar mensen zichzelf kennen zoals ze in werkelijkheid zijn. Bij het verlaten van deze heilige plaats is ons hogere Zelf ontstaan en ook wij zoals we nu zijn, zijn gevormd toen we onze “Oorsprong” hebben verlaten.

Het verlaten van onze Oorsprong wordt in de theosofische literatuur “de eerste val in de stof” genoemd. Het is een soort van “uitzending” van onze hogere Zelfen naar onze Aarde met een missie. Met andere woorden onze hogere Zelfen kregen een taak mee vanuit de Oorsprong, waar ze aan zouden kunnen werken op onze Aarde. Deze taak wordt in Vrijheid gegeven, want ook onze hogere Zelfen hebben een keuze om deze missie op zich te nemen of dat niet te doen.

Eenmaal in de contreien van onze Aarde aangekomen, daalde een deel van de groep die op missie is gezonden, verder in, en viel symbolisch verder in de stof. Dit stukje bewustzijn, zijn wij.

### ***Wij zijn degenen die de tweede val in de stof hebben meegemaakt.***

***Onze hogere Zelfen hebben slechts één val in de stof meegemaakt,  
en hebben daarom veel meer verbinding met de bron daarboven, onze Oorsprong.***

Onze leeromgeving speelt zich hoofdzakelijk af op het stoffelijk gebied maar tegelijkertijd is er een smalle strook waar we de hogere werelden naderen. Die smalle strook ligt aan de grenzen van ons waarnemingsvermogen, waar wij ons nog *net* van bewust zijn. Ergens in die zone houdt ons vermogen om dingen te kunnen waarnemen op, en kunnen wij niet meer registreren wat zich daar verder nog afspeelt. Soms wordt dit eindpunt van ons waarnemingsvermogen de sluiers genoemd. Aan de grenzen van ons waarnemingsvermogen liggen als het ware sluiers, waar wij gewoonlijk niet doorheen kunnen kijken. We kunnen gewoonlijk niet zien wat zich daarachter afspeelt.

Als ons lichaam in de slaapmodus is, gaat ons bewustzijn, wij dus, naar de gebieden achter die sluiers, maar als we weer terug zijn bij ons lichaam, kunnen we ons daar gewoonlijk weinig meer van herinneren. Er is een duidelijke grens tussen het mensenrijk en onze hogere Zelfen, die de tweede val *niet* hebben meegemaakt en daarom leven in een hoger gebied. Tijdens diepe meditatie of tijdens bijvoorbeeld een regressie-sessie, kan jouw waarnemingsvermogen een heel eind opschuiven naar die grenzen, waardoor je je soms nauwelijks meer bewust bent van je lichaam, en je veel ontvankelijker bent voor indrukken die je *dan* kunt krijgen vanuit jouw hogere Zelf. Je bent dan aan de rand gekomen van waar wij met ons waarnemingsvermogen kunnen komen.

Wij zijn sterk begrensd in ons waarnemingsvermogen, omdat wij de tweede val in de stof hebben meegemaakt, terwijl ons hogere deel, onze Ziel, veel minder begrensd is doordat die op een hoger gebied leeft.

Naarmate jouw bewustzijn zich verder ontwikkelt, neemt ook jouw vaardigheid geleidelijk verder toe om juist in die overgangszone, dingen te kunnen waarnemen. Dit is ook de afstemming waarop je motieven steeds duidelijker kunt herkennen, zowel bij jouw eigen handelen als bij handelingen van anderen. Motieven zijn te herkennen als verschillende types energie, verschillende soorten gevoel. Met andere woorden motieven kun je *voelen* als je op deze golflengte helder kunt waarnemen. Deze overgangszone waar ons waarnemingsvermogen de sluiers nadert, ligt in ons spirituele hartcentrum. Dáár ben je het meest ontvankelijk voor impulsen vanuit jouw hogere Zelf.

***Naarmate het hartcentrum verder is schoon gebloed,  
kun je motieven beter aanvoelen  
en kun je ook de instroom vanuit jouw hogere Zelf beter herkennen.***

In ons dagelijkse leven komen wij allerlei moeilijkheden tegen die gewoonlijk het gevolg zijn van wat wij zelf in voorgaande levens in werking hebben gezet. Wat er precies is gebeurd in voorgaande levens, weten wij meestal niet meer, maar onze hogere Zelfen wel. Die weten precies wat er ooit in een vorig leven is gebeurd en wat daarvan de gevolgen zijn voor ons dagelijkse leven.

Ons hogere Zelf kan de oorzaak overzien die heeft geleid tot de moeilijkheden waar wij nu tegenaan lopen, en leert daarvan. De moeilijkheden van nu, zijn vaak gevolgen van (verkeerde) keuzes in eerdere levens. Verkeerde keuzes zijn keuzes die botsen met jouw innerlijke weten.

***Mocht je het idee hebben dat er in jouw situatie niets is blijven liggen  
aan karmische moeilijkheden uit voorgaande levens,  
dan mag je er gerust van uitgaan dat je jezelf nog niet zo goed hebt leren kennen.***

Naarmate jij jezelf beter leert kennen, weet je ook beter welke dingen in voorgaande levens zijn ontspoord, waardoor je in dit leven hier opnieuw mee te maken hebt gekregen.

Van boven af bezien zou je ons gewone dagelijkse leven kunnen beschouwen als een soort van doolhof, waarin je gemakkelijk zou kunnen verdwalen. Toch heb je een kompas meegekregen dat je kunt benutten om de uitweg te vinden uit de moeilijkheden waar ieder van ons iedere dag mee te maken heeft. Onze leeromgeving is niet gemakkelijk, juist door de sterke aanwezigheid van de donkere kant, we hebben daarom een goed kompas nodig om de juiste weg te kunnen vinden.

Dit kompas is het innerlijke weten, dat je kunt aanvoelen in de diepte van jouw hartcentrum. Het is er permanent. Als jij moeite doet om je hierop af te stemmen, kun je dit steeds beter waarnemen. Dit kompas heb je meegekregen vanuit de Oorsprong. Het is van onschatbare waarde. Als je dit kompas volgt, kun je op de lange termijn de uitweg vinden uit allerlei moeilijkheden waar je in jouw dagelijkse leven tegenaan loopt. Als je dit kompas *niet* volgt, zullen de moeilijkheden na verloop van tijd steeds groter worden, hoewel ook die ervaring een waardevol onderdeel kan zijn van ons leerproces.

Ons leerproces is in de kern gebaseerd op Vrijheid maar daar ligt in praktijk een groot probleem. Naast ons hogere Zelf, degene waar wij onlosmakelijk mee zijn verbonden, bestaat er ook een tegenhanger van dit hogere Zelf, zoals er van alles een tegenhanger bestaat. De tegenhanger van ons hogere Zelf is de donkere kant.

***De donkere kant probeert ons voortdurend te verleiden  
een andere kant op te gaan dan ons innerlijke kompas aangeeft.***

Wij maken dan uiteindelijk een keuze welk spoor wij willen volgen, hetzij ons innerlijke kompas, hetzij het verleidelijke spoor dat ons door de donkere kant wordt voorgehouden. Verleidingen zijn niet alleen het “willen hebben” van iets wat helemaal niet nodig is, maar zijn ook het handelen vanuit boosheid bijvoorbeeld, wanneer je op de één of andere manier “ontstemd” bent geraakt. De donkere kant probeert vaak woede aan te wakkeren en wanneer je in zo’n situatie terecht komt, zou je er meestal goed aan doen te proberen eerst weer naar een betere afstemming te komen en niet te handelen vanuit boosheid. Het toelaten van gevoelens van boosheid kan in een therapeutische setting heel heilzaam zijn om dichterbij dieperliggende gevoelens te komen, maar als woede het gevolg is van eigenbelang, jaloezie, hebzucht, etc. dan vraagt dit grote voorzichtigheid en zou je er goed aan doen de uitbarsting van deze energie zo veel mogelijk te beteugelen.

Soms werkt de donkere kant door het smeren van stroop. De donkere kant kan heel goed inschatten wat mensen graag willen horen en vult dat graag voor hen in. De donkere kant manifesteert zich graag met lieve zoete woordjes als dat is wat mensen graag willen horen. Een Zieneres in haar kracht, een klokkenluider en andere lichtwerkers, vertellen eenvoudig wat er nodig is in de situatie waarin ze terecht zijn gekomen, en trekken zich niets aan van wat andere mensen hier misschien van zouden kunnen vinden. De brengers van de Waarheid vertellen eenvoudig de dingen zoals ze zijn, ook als mensen dit in eerste instantie misschien niet fijn vinden om te horen. Dit is het tegenovergestelde van de werkwijze van de donkere kant, die mensen met lieve zoete woordjes in slaap probeert te sussen.

***De donkere kant werkt graag met het smeren van stroop.  
De klokkenluiders van onze generatie vertellen eenvoudig wat er nodig is in hun situatie  
en maken zich niet druk over wat anderen daarvan vinden.***

Ook al hebben wij een innerlijk kompas, toch is het in praktijk nog niet zo gemakkelijk om dit te blijven volgen. Er zijn talloze redenen waarom het vaak niet lukt om dit kompas te volgen.

De keuze om dit innerlijke kompas al dan niet te volgen, speelt zich vaak af terwijl wij zijn afgestemd op een subtiel bewustzijnsniveau, aan de grenzen van ons waarnemingsvermogen. Dáár naderen we de wereld van ons hogere Zelf. Die kijkt naar ons zoals we in werkelijkheid zijn, los van alle excuses die wij gewend zijn aan te voeren in contacten met andere mensen. Ons hogere Zelf kijkt naar de keuzes zoals wij die in de diepte van ons hart maken, ook als wij die keuzes zelf zo veel mogelijk proberen weg te moffelen en hopen dat andere mensen dit niet goed in de gaten hebben.

Heel veel mensen spelen voortdurend verstoppetje met zichzelf en weten innerlijk heel goed wat er in feite speelt en waar ze eigenlijk hun tijd aan zouden moeten besteden. Maar in praktijk zijn er allerlei redenen waarom dat er vaak niet van komt.

Ons hogere Zelf ziet dit en probeert aanwijzingen te geven om hier beter mee om te gaan, zodat wij uiteindelijk een constructieve samenwerking kunnen opbouwen met ons hogere deel, maar ons hogere Zelf is gebonden aan de vrije wil van de mensheid, *onze* vrije wil. Als wij verstoppetje willen spelen met onszelf en dat eigenlijk best weten, dan kan ons hogere Zelf veel minder doen dan wanneer wij eerlijk en open naar onszelf durven te kijken. Ook dit is een gevolg van vrije wil!

### ***Het heeft geen zin verstoppetje te spelen met jouw hogere Zelf.***

Zolang wij niet onze eigen verantwoordelijkheid op ons willen nemen om ons eigen spirituele huiswerk dan toch maar zo goed mogelijk aan te pakken, wordt ons hogere deel door deze keuze van ons, op grotere afstand gehouden. Pas wanneer wij hebben aangetoond ons eigen huiswerk op ons te willen nemen, kan ons hogere Zelf dichterbij komen.

Het op je nemen van jouw eigen huiswerk betekent dat je tijd maakt om oud zeer te verwerken. Dit betekent dat je ruimte maakt om dit langs te laten komen, zonder dit voortdurend weg te stoppen, en te hopen dat het dan vanzelf ophoudt. Zolang je met veel onverwerkt oud zeer blijft rondlopen, is dit een grote hindernis bij het leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Pas als je in de loop van de tijd voldoende ruimte hebt gemaakt in jouw hart, door het verwerken van veel oud zeer, kun je verder met de bewuste en directe samenwerking met jouw hogere Zelf.

Jouw spirituele huiswerk op je nemen betekent ook dat je belangrijke thema's gaat onderzoeken. Dit betekent dat je probeert *een eigen mening* te vormen over zoiets als het doel van jouw leven maar ook over de vraag of jij vindt dat er zoiets bestaat als goed en kwaad, of je vindt dat er zoiets bestaat als vorige levens, of je vindt dat er zoiets bestaat als een hiernamaals en al dat soort dingen. Het gaat erom dat je *zelf* een mening ontwikkelt, los van wat allerlei anderen hiervan vinden.

Het is gebruikelijk geworden in onze generatie bij allerlei vragen die je hebt, snel even te gaan “googelen” en dan te kijken wat allerlei deskundigen ergens van vinden. Zo kun je in een korte tijd over allerlei onderwerpen een eerste indruk krijgen, op basis van de informatie die je op internet tegenkomt.

Toch is dit de mening van anderen en niet wat jij *zelf* in de diepte van jouw hart kunt aanvoelen op jouw beste momenten. Bij allerlei onderwerpen kan het heel nuttig zijn om “te googelen” maar als het gaat om de fundamenteën van jouw leven, dan is deze oppervlakkige manier om een mening te vormen niet genoeg.

Gewoonlijk neem je bewust of onbewust de mening van de één of andere deskundige zomaar over, zonder dit met jouw hart te onderzoeken op Waarheid. Als een autoriteit of een specialist iets vindt, dan zullen veel mensen geneigd zijn dit dan maar gewoon over te nemen.

Omdat mensen dit zo gewend zijn te doen, wordt deze manier van het vormen van een mening, daardoor gewoonlijk ook toegepast als het gaat om jouw spirituele ontwikkeling. Met andere woorden de mening die velen hebben gevormd over spirituele aangelegenheden, is vaak eveneens het gevolg van het overnemen van de mening van anderen.

De uitgangspunten die je hebt verzameld op het spirituele gebied, zijn onderdeel van het fundament van jouw bestaan. Als je uitgangspunten toepast die je zomaar hebt overgenomen van anderen, zonder dat je je ooit hebt afgevraagd wat jij daar *zelf* van vindt in de diepte van jouw hart, dan is jouw leven gebouwd op een fundament waar je uiteindelijk hoogstwaarschijnlijk in vast gaat lopen. Je komt dan vroeg of laat in een situatie waarin je innerlijk voelt dat je zo niet verder kunt gaan.

Als je in jouw dagelijkse leven een spoor volgt dat niet goed aansluit bij wat er in de diepte van jouw hart leeft, dan kom je op den duur in een situatie uit waarin dit verschil zo groot wordt, dat je merkt dat het niet meer wil, en je steeds meer vast begint te lopen.

In zo'n situatie is het nodig opnieuw naar jouw uitgangspunten te kijken en voor jezelf na te gaan, wat nu eigenlijk het belangrijkste is in jouw leven. Het is noodzakelijk dat je uiteindelijk toch een *eigen* mening gaat vormen, over wat voor jou de belangrijkste uitgangspunten zijn.

Als je tot nog toe vooral hebt geprobeerd een glansrijke carrière op te bouwen, met zo op het eerste gezicht fantastische resultaten, maar je voelt in de diepte van jouw hart dat er iets fundamenteel niet goed gaat en dit eigenlijk niet is wat jij wil, dan kan dit heel pijnlijk zijn om onder ogen te zien.

Misschien ga je er dan voor kiezen jouw maatschappelijke carrière maar af te bouwen en een ander spoor te volgen, dat veel beter aansluit bij jezelf, zoals jij dat voelt in de diepte van jouw hart. Veel mensen in jouw omgeving zullen je dan niet goed begrijpen maar je komt dan wel dicht bij jouw ware Zelf, jij zoals je bent in verbinding met jouw hogere deel. Je kunt op die manier veel meer tijd vrijmaken voor dingen die voor jou *echt* belangrijk zijn. Je wordt dan meer jezelf.

Als je meer ruimte hebt gemaakt voor de samenwerking met jouw hogere deel, door jouw eigen spirituele huiswerk op je te nemen, kun je je langzamerhand bewuster worden van de missie die jouw hogere Zelf heeft gekregen. Dit word je geleidelijk duidelijker gemaakt in de loop van de jaren. Je kunt dan een keuze maken of je hieraan mee wil werken of dat je toch liever een ander spoor wil volgen. Tegen de tijd dat je je bewuster wordt van de missie van de Ziel, heb je al heel veel oud zeer opgeruimd. Met andere woorden voordat het zover is dat de Ziel haar missie kenbaar kan maken, is het gewoonlijk noodzakelijk dat er veel meer ruimte is gemaakt in jouw hart.

***Jouw hogere deel kan niet zomaar aankomen met diens missie  
zonder dat jij daar voldoende op bent voorbereid.***

Het vraagt jaren van intensieve voorbereiding voordat het hogere deel zover is dat de missie van de Ziel duidelijker wordt gemaakt. Jouw hogere Zelf is dan allang bezig een traject met jou door te werken, gewoonlijk zonder dat jij je bewust was van diens aanwezigheid in jouw leven.

Als jouw hogere Zelf zich aandient, ga je van binnenuit steeds meer dingen herkennen, die je voorheen niet goed zag. Allerlei dingen worden jou dan van binnenuit zichtbaar gemaakt, meestal zonder dat je in de gaten hebt dat het jouw hogere Zelf is die jou dit laat zien. Met andere woorden jouw hogere deel mengt zich dan in jouw dagelijkse leven, waardoor jij allerlei dingen veel beter kunt herkennen. Gewoonlijk hebben mensen in dit stadium volstrekt niet in de gaten dat het hun hogere deel is die hen begeleidt en innerlijk allerlei dingen zichtbaar maakt.

***Jouw hogere Zelf, is meestal al lange jaren intensief met jou aan het werk,  
zonder dat jij dit bewust opmerkt.***

Het bewustzijn van jou en van jouw hogere Zelf kunnen samensmelten, zonder dat je dit in de gaten hebt. Juist doordat dit bewustzijn van jouw hogere Zelf af en toe even aanwezig is, kun jij dingen beter zien. Het is dan alsof je even wordt opgetild.

In een veel later stadium kun je tijdens diepe meditatie hetzelfde punt van samensmelting van bewustzijn bereiken, maar dan volkomen bewust en op jouw initiatief. Deze samensmelting zou plaats kunnen vinden wanneer jij in diepe meditatie probeert meer zicht te krijgen op een specifiek thema waar je tegenaan bent gelopen.

***Het bewustzijn van jouw hogere Zelf  
kan samensmelten met jouw bewustzijn,  
zonder dat je dit in eerste instantie in de gaten hebt.***

Het initiatief voor samensmelting van bewustzijn ligt in de eerste jaren alleen bij jouw hogere deel. Pas veel later besef je dat er een directe wisselwerking mogelijk is en kun je die bewust opzoeken tijdens diepe meditatie.

***Soms is er sprake van deze samensmelting van bewustzijn  
tijdens een regressie-sessie.***

Het is belangrijk dat je op eigen benen blijft staan en je niet gaat vastklampen aan jouw hogere deel, net zoals je je beter ook niet zou kunnen vastklampen aan andere mensen. Het is belangrijk *zelf* jouw eigen verantwoordelijkheid te leren dragen voor de keuzes waar *jij* vóór komt te staan. Het kan soms raadzaam zijn om advies te vragen bij deskundigen maar uiteindelijk zul je *zelf* jouw eigen keuzes moeten maken in hoe jij verder wil met jouw leven. Ook jouw hogere Zelf is “slechts” een adviseur, en niet meer dan dat. Het is aan *jou* om te bepalen hoe jij verder wil gaan.

Als je *voelt* dat je veel dingen zo diep mogelijk hebt weggestopt en hier niet mee aan de slag wil, dan komt dit tussen jou en jouw hogere Zelf in te staan. Jouw hogere deel zal jou dan proberen te motiveren dit oud zeer dan toch maar aan te pakken, en te proberen dit te verwerken, maar als jij dit per sé niet wil, dan kan jouw hogere deel weinig anders doen dan dit respecteren, ook als dit betekent dat de samenwerking daardoor stagneert en niet verder kan worden opgebouwd.

***Bij alle spirituele genezingsprocessen gelden wetten en regels,  
die voortdurend worden toegepast door degenen die daarover gaan.***

Genezing kan niet zomaar plaatsvinden, maar is gebonden aan allerlei voorschriften. Bij de meeste genezingen is het belangrijk dat er eerst voldoende zicht is op de situatie waarin de beschadiging is ontstaan. Als iemand bewust of onbewust niet onder ogen wil zien wat de situatie is, dan wordt daarmee het genezingsproces gewoonlijk ernstig belemmerd.

Soms is het nodig dingen onder ogen te zien die er in het (verre) verleden zijn gebeurd. Mocht dat zo zijn, dan zal jouw hogere Zelf dit van binnenuit zichtbaar maken op een geschikt moment, wanneer jij je daarvoor openstelt. Dit betekent dat je dan beelden of gevoelens kunt krijgen die te maken hebben met een stukje uit één van de vele voorgaande levens die je hebt gehad.

Soms is er misschien een beetje hulp nodig van een betrouwbare paragnost of regressietherapeut, om meer zicht te krijgen op wat er in vorige levens is gebeurd. Een betrouwbare therapeut is iemand die het innerlijke weten volgt, kan werken vanuit Genegenheid en probeert samen te werken met het hogere Zelf.

Als jij voldoende ruimte maakt om hiermee aan de slag te gaan, dan kan jouw hogere deel deze ruimte benutten om het noodzakelijke zicht te geven op de gebeurtenissen die ooit in het verleden hebben plaatsgevonden, waar je nu nog steeds de gevolgen van ondervindt. Als je meer zicht zou hebben op jouw hele incarnatiereeks, dan zou je merken dat hele diepgaande verwondingen duizenden jaren kunnen blijven bestaan, omdat er in het lange verleden vaak weinig mogelijkheden zijn geweest om hier weer van te herstellen.

De Zieneressen bijvoorbeeld hebben in het lange verleden zó veel klappen gekregen, dat er in onze generatie niemand meer is die niet op de één of andere manier beschadigd is geraakt, vaak zonder zich daar in eerste instantie zo goed van bewust te zijn. Pas wanneer je jezelf in de loop van de jaren beter leert kennen, leer je ook jouw eigen dieperliggende beschadigingen kennen.

Beschadigingen zijn het gevolg van traumatische ervaringen, die soms al duizenden jaren geleden hebben plaatsgevonden. In de afgelopen eeuwen zijn er vaak weinig mogelijkheden geweest om hier bewust aan te werken.

### ***Je begint nooit blanco aan een volgend leven.***

Als je opnieuw wordt geboren, neem je deze hele diepe beschadigingen met je mee, ook al ben je hier in eerste instantie volstrekt niet van bewust. Je ervaart jezelf zoals je dan bent en hebt meestal niet in de gaten welke beschadigingen je met je meeneemt vanuit voorgaande levens.

Dit is vergelijkbaar met een willekeurige dag in het leven van een volwassene. Je begint nooit blanco aan een nieuwe dag, er is altijd de voorgeschiedenis van de voorgaande dagen, weken, maanden en jaren. Wat er de voorgaande dag is gebeurd, staat meestal nog vers in je geheugen. Wat daarvóór is gebeurd, is vaak alweer een stukje verder weg in je geheugen, en wat er in de voorgaande *jaren* is gebeurd, verdwijnt gewoonlijk steeds meer uit beeld.

Op dezelfde manier heeft ook het leven dat direct is voorafgegaan aan het leven dat je nu hebt, over het algemeen de meeste impact op jouw huidige leven. De levens die daarvóór hebben plaatsgevonden, zullen in eerste instantie meestal minder invloed hebben, tenzij er toen hele diepe traumatische ervaringen zijn geweest.

Vanuit jouw hogere Zelf beschouwd, bestaan de grootste hindernissen in de samenwerking, uit traumatische ervaringen uit voorgaande levens waar jij *zelf* op de één of andere manier verantwoordelijk voor bent.

Nagenoeg alle mensen willen met dit soort dingen liever niets meer te maken hebben en stoppen dit bewust of onbewust zo ver mogelijk weg.

Dit is een hele begrijpelijke reactie. Dit is ook de reden dat hele diepliggende traumatische ervaringen moeilijk zijn op te sporen en moeilijk zijn te genezen. De persoon die hiermee rondloopt, zal er namelijk alles aan doen om te voorkomen dat dit aangeraakt zal worden. Wanneer de pijn heel diep zit, zal iemand bewust of onbewust proberen zo'n thema zo veel mogelijk te vermijden.

Er is in zo'n situatie krachtige hulp nodig, om hier toch verder mee te kunnen komen. Die hulp was in de afgelopen eeuwen nauwelijks beschikbaar. Pas vanaf deze periode zijn er betere mogelijkheden om in hele moeilijke situaties verder te komen met genezingsprocessen, wanneer iemand hier *zelf* mee aan de slag zou willen. Deze betere mogelijkheden voor genezingsprocessen, zijn een direct gevolg van de verbeteringen in ons evolutieproces.

Op de weg van Zelfkennis kom je hier vanzelf mee in aanraking. Als je aan het einde van iedere dag een "avondoverzicht" inbouwt, waarin je de belangrijkste gebeurtenissen uit die dag doorkijkt en jezelf afvraagt "Hoe heb ik gereageerd?" en "Waarom heb ik zo gereageerd?", kom je vanzelf op het spoor van allerlei dieperliggende beschadigingen. Het is tijdens zo'n onderzoek belangrijk volkomen eerlijk tegenover jezelf te zijn, en niet weg te lopen voor moeilijke dingen waarvan je eigenlijk wel aanvoelt dat die spelen.

***Een "avondoverzicht" kan helpen  
om jezelf aanzienlijk beter te leren kennen.***

Als je op die manier jouw eigen spirituele huiswerk op je neemt, kun je in de loop van de jaren meer ruimte maken voor een steeds bewustere samenwerking met jouw hogere deel. Als je dit om wat voor reden dan ook *niet* doet, stagneert daardoor de opbouw van de samenwerking. Dit wordt door jouw Ziel gezien als een belangrijke *keuze*.

Eén van de herkenningpunten waaraan je kunt merken dat jouw hogere Zelf actief werkzaam is in jouw leven, is het fenomeen dat we tegenwoordig "hooggevoeligheid" noemen. Als het hogere Zelf jou nadert, dan word jij veel fijngevoeliger. Jouw waarnemingsvermogen breidt zich dan verder uit. In de loop van de jaren word je dan steeds gevoeliger, zolang jij het spoor volgt van jouw innerlijke weten. Op die weg kun je dan steeds meer dingen waarnemen, zowel *in* jezelf als in jouw buitenwereld. Op die weg kom je ook in aanraking met dingen die er in jouw verleden zijn gebeurd en die nu belangrijk zijn om te weten, beschouwd vanuit het standpunt van jouw hogere Zelf.

***Hooggevoeligheid is een teken  
dat jouw hogere Zelf actief is in jouw leven.***

Deze fijngevoeligheid is een signaal dat jouw hogere Zelf actief aan het werk is met jou, misschien zonder dat jij je hier de eerste jaren van bewust bent. Toch kun je in zo'n periode van toenemende gevoeligheid, achteraf bezien vaak herkennen dat je bijvoorbeeld andere hobby's hebt gekregen, andere contacten hebt opgebouwd, bent verhuisd of een andere baan hebt gekregen. Met andere woorden als jouw hogere deel zich aandient, ook al merk jij dit niet bewust op, zal er vaak al veel veranderen in de manier waarop jouw dagelijkse leven is ingericht.

Als je in een later stadium steeds bewuster bent van deze samenwerking, kun je steeds bewuster proberen actief mee te werken aan het opnieuw inrichten van jouw dagelijkse leven, op zo'n manier dat je meer ruimte hebt voor jezelf en voor de missie van jouw Ziel. Als iemand al van jongs af aan hooggevoelig is, dan zegt dit veel over wat er in voorgaande levens al is opgebouwd aan samenwerking met het hogere Zelf. Dit betekent dat zo iemand in het voorgaande leven ook heeft geprobeerd het innerlijke weten te volgen en samen te werken met het hogere Zelf.

Het is bij spirituele ontwikkeling van groot belang dat je veel tijd hebt om "niets te doen". Juist als jij er bewust voor kiest om andere dingen achterwege te laten, kan het hogere Zelf dingen met jou doorwerken die van belang zijn om de samenwerking verder op te bouwen.

Als jij “nooit ergens tijd voor hebt”, wordt het heel moeilijk om de samenwerking met jouw hogere deel verder op te bouwen. Wanneer jij ruimte maakt, zal jouw Hogere Zelf af en toe proberen oude pijnpunten met jou door te werken, waardoor er meer ruimte komt in de diepte van jouw hart. Dit heeft te maken met begrip krijgen voor jezelf en verwerken van oud zeer.

Als je daar in mee gaat, kan het zijn dat je een paar vervelende dagen meemaakt, misschien zelfs enkele moeizame weken, maar daarna is er gewoonlijk meer ruimte gekomen voor verdere samenwerking. Het is dus ruimschoots de moeite waard om zo’n schoonmaakproces bewust z’n gang te laten gaan, en daar ruimte voor te maken. Toch heb je ook de keuze om dit weg te drukken.

### ***Schoonmaakprocessen verlopen in golven.***

Soms merk je dat je aan de bovenkant van zo’n golf zit en je goed zicht hebt op allerlei dingen die voor jou belangrijk zijn. Je voelt je dan vaak sterk en ervaart misschien zelfs enige Vreugde en Genegenheid.

Soms merk je dat je aan de onderkant van een golf zit en je bezig bent met verwerking van oud zeer. Je voelt je dan verschrikkelijk, en je kunt je misschien niet voorstellen dat dit ooit weer anders zal worden. Toch verandert zo’n gevoel meestal weer in de dagen daarna, en doven de gevoelens van oud zeer dan weer langzaam uit.

Als je bewust ervaring hebt opgedaan met deze golfbeweging, kun je hierdoor steeds meer vertrouwen opbouwen dat jouw hogere deel dit coördineert, en er niet méér langskomt, dan jij kunt verdragen. Jouw hogere deel doet de planning en jij kunt kiezen of je hierin mee wil of dat je dit niet wil. Jouw hogere Zelf houdt hierbij rekening met alles in jouw dagelijkse leven zoals jouw verplichtingen en jouw motivatie om hieraan te willen werken. Als jij iets per sé niet wil, dan zal jouw hogere deel dit na verloop van tijd loslaten, ook als dit een tegenslag is in de opbouw van verdere samenwerking.

### ***Als jouw hogere Zelf zich aandient, dan wil dit niet zeggen dat jij dan onmiddellijk heel gelukkig wordt.***

Het doel van jouw hogere deel is vooral om jou te helpen met het leren van jouw lessen. Naarmate jij meer ruimte hebt gemaakt in de diepte van jouw hart, kun je beter aanvoelen wat de missie is die jouw hogere Zelf heeft gekregen, waar jij misschien aan mee zou kunnen werken als je daar voldoende op bent voorbereid.

Verdergaande samenwerking met jouw hogere deel betekent in praktijk vaak hard werken en veel moeilijke dingen onder ogen zien. Als je dit er allemaal voor over hebt, kun je in de loop van de jaren steeds bewuster samenwerken met jouw hogere Zelf aan diens missie. Deze missie heeft altijd als doel om van deze wereld een betere plaats te maken.

Als je eenmaal zover bent dat je bewust weet welke missie jouw Ziel heeft gekregen, en je werkt hier doelbewust aan mee, dan zul je als gevolg daarvan regelmatig gelukkige momenten ervaren. Toch is het niet reëel te verwachten dat jouw leven vanaf dat moment nog slechts zal bestaan uit “rozegeur en maneschijn”. Door de dingen die er in het verre verleden zijn gebeurd en door de keuzes van mensen waar je nu mee te maken hebt, is zoiets onmogelijk. Het is daarom van belang een reëel beeld voor ogen te hebben in wat je kunt verwachten als je kiest voor het opbouwen van de samenwerking met jouw hogere Zelf.

***Eén van de herkenningspunten  
van een steeds directere samenwerking met jouw hogere Zelf,  
is een sterke verandering in visie bij jou.***

Door de intrede van jouw hogere Zelf, kun je dingen veel beter zien dan voorheen, waardoor jouw in eerste instantie vertroebelde visie, soms in een betrekkelijk korte periode veel helderder wordt. Dit kan enorme gevolgen hebben voor keuzes die je daardoor gaat maken in bijvoorbeeld jouw werk, jouw vriendenkring, jouw familieverbindingen, een partner etc.

Dit kan ook betekenen dat je opeens gaat herkennen dat je misschien al jaren allerlei dingen hebt verkondigd waarvan je achteraf gezien ontdekt dat die eigenlijk volkomen botsten met de Wijsheid van jouw hogere Zelf. Dit is bijzonder pijnlijk zowel voor jezelf als voor de mensen in jouw directe omgeving, die hier misschien al jaren op hebben vertrouwd.

Er is moed nodig om onder ogen te zien dat je misschien al lange jaren jezelf en anderen hebt misleid, terwijl je op jouw beste momenten eigenlijk allang in de gaten had dat er iets niet helemaal goed ging. In zo'n moeilijke situatie heb je dan de keuze om hetzij te volharden in jouw oorspronkelijke visie, terwijl je innerlijk zeker weet dat je het verkeerde spoor volgt en je jezelf en anderen misleidt, of toch maar toe te geven aan wat je innerlijk voelt dat je het beste zou kunnen doen, namelijk gewoon eerlijk zijn tegenover jezelf en anderen.

***Als jouw hogere Zelf van binnenuit duidelijk maakt  
dat jouw visie volkomen botst met jouw innerlijke weten,  
kan het zijn dat jij je daar in eerste instantie fel tegen verzet.***

Dit is een veel voorkomende reactie van ons als mensen op ons hogere deel, wanneer dit zich aandient. Met andere woorden *juist* de intrede van ons hogere Zelf veroorzaakt in eerste instantie veel verwarring. De meeste mensen zijn er daarom in eerste instantie helemaal niet zo gelukkig mee wanneer ons hogere Zelf ervoor kiest zich meer te mengen in ons dagelijkse leven. Vaak heeft dit grote gevolgen voor de inrichting van ons dagelijks bestaan. Gewoonlijk worden mensen dan behoorlijk uit hun comfortzone gehaald. Veel dingen worden daardoor overhoopgehaald.

***Mocht je iemand tegenkomen die claimt verbonden te zijn met diens hogere Zelf,  
terwijl de visie van deze persoon in de afgelopen jaren volstrekt niet is veranderd,  
dan mag je er gerust vanuit gaan dat deze persoon iets beweert wat niet waar is.***

De intrede van jouw hogere deel heeft enorme gevolgen in jouw dagelijkse leven, wanneer jij hiermee instemt. Een verandering in visie is dan onvermijdelijk, omdat je de gelegenheid krijgt jouw eigen vertroebelde visie af te stemmen op de visie van jouw hogere Zelf, iemand die een hoger bewustzijnsniveau heeft en die slechts één val in de stof heeft meegemaakt in plaats van twee keer zo'n val in de stof, zoals wij.

***Door de intrede van jouw hogere Zelf,  
worden veel dingen overhoopgehaald.***

Als wij te maken krijgen met de intrede van ons hogere Zelf, dan wordt het daar voor *ons* een heel stuk beter van. De energie van ons hogere deel is voor ons bijzonder heilzaam en weldadig.

Omgekeerd is het voor ons hogere deel een grote opoffering om verder af te dalen naar de contreien waarop er met ons verbinding kan worden gemaakt. Ons hogere deel offert dan veel op, en begeeft zich dan in een omgeving die voor ons hogere Zelf bijzonder onaangenaam is.

Hoe verder gevorderd het hogere Zelf is, hoe groter dit probleem wordt en hoe groter het offer is dat wordt gebracht om toch nog met ons in contact te zijn.

Ons hogere deel is veel fijngevoeliger dan wij en heeft daardoor veel meer last van dingen die voor de hooggevoelige mensen in onze samenleving al erg onprettig zijn. Als ons hogere deel ons direct wil ontmoeten, dan zal ons hogere Zelf diens eigen comfortzone moeten verlaten en zich moeten begeven in onze contreien. Het is belangrijk hier voortaan rekening mee te houden bij meditatiewerk en wanneer je keuzes maakt in de samenwerking met jouw hogere Zelf.

***Als ons hogere Zelf direct contact met ons maakt,  
dan vraagt dit een grote opoffering van ons hogere deel.***

De weg naar het opbouwen van een betere wereld is de weg naar het leren samenwerken met ons hogere Zelf. Als iedereen voortdurend zijn hogere deel zou volgen, dan zouden allerlei conflicten heel goed oplosbaar zijn.

Wanneer je er bewust voor kiest om deze weg te blijven volgen, zul je hard moeten werken en zul je onderweg veel oud zeer tegenkomen, maar je hebt dan uiteindelijk wel steeds meer mogelijkheden om je bewust in te zetten voor de missie waar jouw Ziel, jouw hogere Zelf, aan werkt, vanuit diens eigen hogere bewustzijnsgebied. Onderweg zul je veel moeilijkheden tegenkomen maar er zullen ook veel gelukkige momenten zijn. Je hebt dan prachtige mogelijkheden om bij te dragen aan een betere wereld en je kunt dan heel veel leren. Dit is een mens in z'n kracht, meer dan dit is niet mogelijk.

Het alternatief is een leven waarin je jouw eigen (ego)idealen probeert te verwezenlijken en waarbij je je niet zo druk maakt over de vraag wat het uitleven van jouw droom bijdraagt aan het verbeteren van onze wereld.

Je leeft dan in feite voor jezelf en je gaat er dan vanuit dat ieder er maar het beste van moet zien te maken. Het gaat er dan vaak om een zo aangenaam mogelijk leven op te bouwen, voorzien van zo veel mogelijk comfort.

Diepliggende pijnpunten zul je dan misschien lange tijd kunnen vermijden, maar je zult niet het geluk ervaren dat het gevolg is van een directe samenwerking met de Ziel, jouw hogere deel. Je zult jezelf dan niet goed leren kennen en anderen al evenmin. Je contacten met jezelf en met anderen zullen dan heel oppervlakkig zijn. Je zult dan waarschijnlijk net als zoveel anderen blijven roepen dat je je eigenlijk best gelukkig voelt, maar in de diepte van jouw hart is er dan vaak een heel ander gevoel dan waar je mee naar buiten komt. Diep in je hart is er dan vaak een grote leegte. Vanuit jouw hogere Zelf beschouwd sta je dan niet open voor verdere samenwerking. Het zoeken naar de Waarheid heeft voor deze groep geen prioriteit.

Als je kiest voor het leren samenwerken met jouw hogere Zelf en het willen bijdragen aan een betere wereld, dan betekent dit niet dat je dan je baan zou moeten opzeggen en een praktijkje zou moeten beginnen als alternatief therapeut!

Er zijn al zoveel mensen die dit spoor vanuit volkomen verkeerde motieven hebben gekozen, en soms is dit vooral een soort van vlucht.

Als je diep in jouw hart voelt dat dit voor jou de juiste weg is om samen met jouw hogere Zelf de mensheid van dienst te zijn, dan is hier vanzelfsprekend niets op tegen, maar als je innerlijk aanvoelt dat dit eigenlijk vooral jouw eigen droombeeld is (ego) terwijl je voelt en weet dat jouw hogere Zelf dit *niet* steunt, dan kun je beter niet beginnen aan het opstarten van een praktijkje als alternatief therapeut.

Dit vraagt dus eerlijk zijn tegenover jezelf en je diepgaand afvragen of je werkelijk het spoor volgt van jouw hogere Zelf of dat zo'n praktijkje vooral een aangelegenheid is van jouw ego.

***Veel therapeuten in het alternatieve circuit  
werken vanuit een volkomen verkeerde basis  
en misleiden daardoor zichzelf en anderen.***

Als je werkelijk wil bijdragen aan een betere wereld dan kun je dit doen vanuit allerlei plekken in onze samenleving. Mensen in allerlei hele verschillende banen kunnen veel bijdragen aan verbetering van onze maatschappij, wanneer zo'n baan in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw hogere Zelf. Juist de mensen die zonder voldoende voorbereiding hun heil zoeken in het alternatieve circuit en in die branche een eigen onderneming opzetten, dragen in aanzienlijke mate bij aan het verspreiden van veel onjuiste kennis, meestal zonder zich hier in eerste instantie van bewust te zijn. Veel mensen die nu actief zijn als alternatief therapeut zouden er goed aan doen zich nog eens goed te beraden op hun eigen keuzes en voor zichzelf na te gaan of ze dit doen vanuit de samenwerking met hun hogere Zelf, of dat dit vooral iets is wat hen *zelf* een “goed gevoel” geeft, om welke reden dan ook. Zo'n “goed gevoel” zou ook heel goed het ego gevoel kunnen zijn.

Het alternatieve circuit heeft in onze samenleving een hele slechte naam gekregen en naar mijn idee zijn daar goede redenen voor. De kwaliteit van het aanbod is vaak bedroevend, beschouwd vanuit de hogere Zelfen. Het zou mooi zijn wanneer therapeuten in het alternatieve circuit *eerlijk* zijn tegenover zichzelf en gaan stoppen met hun praktijk als ze voelen dat ze op een verkeerd spoor terecht zijn gekomen, hoe pijnlijk dit in eerste instantie misschien ook is.

In diepe meditatie kan het hogere Zelf ook dit thema belichten, als je daar werkelijk graag een reactie op zou willen krijgen vanuit jouw hogere deel. Omdat veel therapeuten in het alternatieve circuit niet *echt* op zoek zijn naar de Waarheid maar vooral erkenning willen, is het kwaliteitsniveau vaak droevig. Wanneer kwetsbare en beschadigde mensen hulp zoeken bij een alternatief therapeut die vanwege diens verkeerde motivatie niet de steun krijgt van diens hogere Zelf, dan wordt hun situatie daar gewoonlijk alleen maar slechter van. Deze kwetsbare mensen geven dan ten onrechte hun vertrouwen aan zo'n alternatief therapeut.

Ik besef dat het ongebruikelijk is dat deze dingen worden besproken, maar naar mijn idee is het noodzakelijk dat ook dit thema wordt belicht zoals het in feite is. Ik hoop op die manier bij te dragen aan een verbetering van de kwaliteit van het aanbod aan hulp vanuit het alternatieve circuit.

Als iemand na verloop van tijd voelt dat er voldoende steun is vanuit het hogere Zelf om anderen te kunnen helpen met hun genezingsprocessen, dan kan zo iemand hele mooie dingen doen en hele waardevolle hulp bieden. Maar als iemand zonder hulp vanuit het hogere Zelf, op eigen houtje, “bezig wil zijn met anderen” terwijl het eigen spirituele huiswerk onvoldoende is gevorderd en het slechts een ego aangelegenheid is van de therapeut, dan wordt de situatie daar gewoonlijk alleen maar slechter van, zowel voor de “therapeut” als voor degene die hulp zoekt.

Veel therapeuten in het alternatieve circuit zijn volkomen verstrikt geraakt in onjuiste uitgangspunten en in een sterk emotionele afstemming, waardoor de verbinding met het hogere Zelf ernstig wordt gehinderd. Als deze therapeuten hun eigen spirituele huiswerk op zich zouden nemen, dan zouden ze beter herkennen dat ze het beste zo snel mogelijk zouden kunnen stoppen met hun werk als alternatief therapeut.

***Als de verbinding met het hogere Zelf wordt opgebouwd,  
ga je ook oude vrienden uit voorgaande levens weer veel beter herkennen.***

Misschien waren die al eerder op jouw weg gekomen zonder dat je ze had herkend voor wie ze in werkelijkheid zijn, namelijk vrienden met een diepgaande verbinding op het gebied van de Zielen. Tegen de tijd dat de samenwerking met jouw hogere deel goed op gang begint te komen, kunnen er juist in die periode nieuwe mensen op jouw weg komen, waarvan je aanvoelt dat die jou kunnen helpen met stukjes van jouw puzzel.

Mensen hebben allemaal hun eigen zwakke punten en hun blinde vlekken. Dit zijn precies de stukjes waar bevriende Zielen in incarnatie jou heel goed mee kunnen helpen.

Een mens wordt niet geboren om volmaakt te zijn. Er blijven op het gebied van de ego's, van de ikjes, altijd zwakke punten en blinde vlekken. Dit zegt niets over de ontwikkeling van het hogere Zelf op diens eigen hogere gebied. Het kan heel waardevol zijn wanneer er via een bevriende Ziel in incarnatie, meer zicht komt op die kwetsbare punten. Zo kunnen ware vrienden elkaar helpen, *niet* door elkaar de hemel in te prijzen, maar juist door elkaar te helpen de ingeweven zwakheden beter te herkennen, waardoor verbetering mogelijk wordt.

Als er een soepele samenwerking is ontstaan tussen jouw hogere Zelf en jou, kan zo'n team hele mooie dingen toevoegen aan onze samenleving. Dan ontstaat er een mens in zijn kracht die een hele waardevolle bijdrage kan leveren aan het verbeteren van onze maatschappij. Zo'n team kan dan steeds meer uitdragen van de Rijkdom van de Ziel.

Er is in onze samenleving grote behoefte aan mensen die zich vanuit een sterke instroom van hun hogere Zelf, willen inzetten voor het verbeteren van onze maatschappij. Er zijn nu hele mooie mogelijkheden om op deze manier in het leven te staan. Je hoeft dus nergens meer op te wachten, je kunt hier iedere dag mee beginnen en je kunt hier iedere dag verder mee gaan als jij dat zou willen. We hoeven dus niet te wachten op de verschijning van een nieuwe wereldleraar of iets dergelijks, we kunnen in alle eenvoud gewoon beginnen...

\*\*\*

## Over het vragen om bescherming tijdens meditatie

*In onze generatie is het gebruikelijk dat zoekers op het spirituele pad vragen om bescherming tijdens meditatie maar vanuit het hogere Zelf beschouwd is dit een gevaarlijk verzoek, waardoor je gemakkelijk aansluiting kunt krijgen met de donkere kant, die meestal graag bereid zal zijn jouw verzoek om een gunst, in te willigen.*

De leeromgeving die op onze Aarde is ontstaan, is best moeilijk. Wij hebben over het algemeen maar heel weinig zicht op de meest essentiële aspecten van ons spirituele leven, we beschikken vaak *niet* over juiste kennis als het gaat om spirituele ontwikkeling. Het dringt meestal zelfs niet eens tot ons door *dat* we vaak niet kunnen beschikken over juiste kennis en we gewoonlijk uitgaan van verkeerde uitgangspunten, beschouwd vanuit ons hogere Zelf.

Wij zijn in onze maatschappij gewend geraakt aan allerlei specialisten die oplossingen bieden voor specifieke problemen. Als we kiespijn hebben bijvoorbeeld dan gaan we naar de tandarts en die lost dit probleem dan voor ons op. De tandarts is hierin immers gespecialiseerd en dus kunnen we een concrete oplossing van zo iemand verwachten, zo is onze logica.

Als je de weg gaat volgen van spirituele ontwikkeling, dan kom je vroeg of laat op het punt dat je beseft dat er communicatie mogelijk is met “aanwezigheid” in de fijnstoffelijke wereld. Het is vaak moeilijk om er zeker van te zijn met wie je precies te maken hebt maar *dat* je kunt communiceren met krachten zonder lichaam, wordt na verloop van tijd meestal wel duidelijker.

Tegen de tijd dat je duidelijk hebt gekregen dat deze communicatie een reële mogelijkheid is, betekent dit dat je daarin een *keuze* hebt. Zoals mensen gewend zijn met andere concrete situaties om te gaan waarin ze een praktisch probleem hebben, zo gaan ze dan vaak ook om met hun nieuwe contacten in de fijnstoffelijke wereld.

Als iemand gewend is met z'n problemen naar iemand anders toe te gaan, in de hoop dat *die* komt met een oplossing, dan vertaalt zich dit ook naar de manier waarop iemand zal omgaan met nieuwe contacten in de fijnstoffelijke wereld.

Als je ervan uitgaat dat de tandarts er is om jouw problemen met je gebit op te lossen, dan vertaalt deze manier van denken zich meestal ook naar de manier waarop je met contacten in de fijnstoffelijke wereld omgaat.

Stel dat je hooggevoelig bent en de wereld als bedreigend ervaart, dan is de verleiding groot om aan een contact in de fijnstoffelijke wereld te vragen of die jou kan beschermen tegen allerlei invloeden van andere mensen waar jij in jouw dagelijkse leven veel hinder van hebt. Misschien dat je dan graag jouw hogere Zelf zou willen vragen of je meer bescherming zou kunnen krijgen tegen allerlei energieën waar jij veel last van hebt.

Voor de meeste mensen klinkt dit volstrekt logisch en dit is de reden dat dit verzoek om bescherming veel voorkomt in de één of andere vorm. Soms nemen mensen zelf het initiatief door een glazen bol te visualiseren of een stulp of iets dergelijks, in een poging allerlei invloeden waar je last van hebt op afstand te houden. Een andere veel gebruikte techniek is het “draaien aan je zonnevlecht”, in een poging invloeden waar je hinder van hebt op afstand te houden.

Als je deze weg volgt, kom je terecht in de wereld van magie, de occulte wereld. Je begeeft je dan op terrein waarop je onvermijdelijk in moeilijkheden komt, hoewel je dit in eerste instantie meestal niet zo goed in de gaten hebt.

Juiste kennis op dit gebied ontbreekt grotendeels in onze generatie, en dit is precies de reden dat ik hier iets over wil schrijven, bedoeld voor degenen die dit in hun hart willen onderzoeken.

*Als je kiest voor het visualiseren van een glazen bol, een stolp, of iets dergelijks,  
dan kies je voor isolement.*

*Je komt dan onvermijdelijk in aanraking met de donkere kant.*

*Jouw hogere Zelf werkt niet op die manier.*

Als jij je begeeft in de wereld van magie, dan is jouw motivatie van doorslaggevend belang. Als jij kiest voor bescherming van jezelf door magie te willen toepassen, dan is dit vanuit het hogere Zelf beschouwd het motief van eigenbelang, misschien zelfs het willen uitoefenen van macht.

Dit betekent dat de lichte kant hier *niet* op in kan gaan, ook al klinkt dit in eerste instantie misschien hard. Als de lichte kant een mens kan beschermen op de één of andere manier, dan zal de lichte kant dit zeker doen, ook zonder dat jij daar om vraagt. In praktijk probeert de lichte kant jou voortdurend te beschermen in situaties dat er gevaar dreigt op de één of andere manier. Er zijn heel veel situaties dat jij vanuit het hogere Zelf in gevaar bent, zonder dat dit tot jou doordringt. In al die situaties probeert jouw hogere deel jou zo goed mogelijk te begeleiden en waar mogelijk zo goed mogelijk te beschermen, nagenoeg altijd zonder dat jij je hiervan bewust bent.

Eén van de problemen waar ieder van ons mee te maken heeft, is de oneindige stroom karma die je vanuit je verleden met je meeneemt, zonder je daarvan bewust te zijn. Dit betekent in praktijk dat ons hogere Zelf niet in staat is om alles aan moeilijkheden bij ons vandaan te houden. Vanuit ons hogere Zelf beschouwd is dit geen redelijk verzoek, het is vragen om het onmogelijke.

Als jij per sé toch bescherming wil, omdat je heel veel hinder hebt van energieën van andere mensen, waardoor je zonder bescherming niet kunt functioneren zoals jij dat zou willen, dan kom je vanuit jouw hogere Zelf beschouwd, in een gevaarlijke situatie terecht.

Als jij vindt dat de tandarts de problemen met jouw gebit moet oplossen, omdat die daarvoor heeft gestudeerd en dit nu eenmaal zijn werk is, dan vertaalt zich dit gemakkelijk in een verwachting dat jouw hogere Zelf op jouw eerste verzoek, jou meer bescherming zou moeten geven, terwijl het voor jou niet duidelijk is dat jouw hogere Zelf dit niet kan en mag doen. Als jij dan toch per sé meer bescherming wil hebben, dan kom je gemakkelijk in aanraking met de donkere kant, die graag bereid is deze gunst aan jou te verlenen. “Wil jij graag bescherming tegen vervelende invloeden van andere mensen? Prima, dan regelen wij dat wel even voor jou”. Dat is de manier waarop de donkere kant zal reageren.

Dit speelt zich af op een heel subtiel bewustzijnsniveau, soms zo subtiel dat mensen het idee hebben dat dit niet “echt” is, dat het een soort fantasiewereld is die niet werkelijk bestaat. Toch is dit vanuit het hogere Zelf beschouwd “rechtsgeldig”, het is een overeenkomst vanuit vrije wil.

In zo’n situatie zou je eigenlijk moeten aanvoelen dat je deze kant beter niet op kunt gaan, dat je hierdoor een weg in gaat waarop de moeilijkheden steeds groter worden. Jouw hogere Zelf zal proberen jou aan te laten voelen dat je hier beter zo snel mogelijk weer mee kunt stoppen.

Op dat punt van de weg is er een keuze nodig, hoe jij verder wil gaan. Wil je de waarschuwende signalen vanuit jouw innerlijke weten en jouw hogere Zelf volgen, en stoppen met dit verzoek om bescherming, of wil je hier toch mee doorgaan om jouw eigen belangen zo goed mogelijk te behartigen? Dit is dan de vraag waar je vóór komt te staan.

Stel dat je doorgaat met het vragen aan de fijnstoffelijke wereld om bescherming, dan is het van belang goed op te letten wat je in de periode daarna kunt waarnemen in jouw eigen energieveld. Als je hooggevoelig bent en je begint te merken dat je inderdaad veel meer afgeschermd wordt, dan zou je dit in eerste instantie kunnen opvatten als een soort van bescherming. Je zou dan het idee kunnen krijgen dat je blijkbaar hebt gekregen waar je om hebt gevraagd. Je zou dit als een bevestiging kunnen opvatten dat je krijgt wat je wilde.

Toch kan het dan zijn dat je innerlijk aanvoelt dat er iets niet goed gaat, zonder dat je beseft wat er precies aan de hand is.

Als je hooggevoelig bent en het spoor kiest van het opbouwen van een steeds bewustere samenwerking met jouw hogere Zelf, om op die manier van deze wereld een betere plaats te maken, dan zou deze hooggevoeligheid zich steeds verder uit moeten breiden. Er is niet zoiets als een maximum aan je hooggevoeligheid, deze gevoeligheid kan zich steeds verder ontwikkelen.

Als je allerlei dingen in werking hebt gezet om jezelf te beschermen tegen invloeden van andere mensen waar jij hinder van hebt, dan zou je bij jezelf goed moeten nagaan hoe jouw hooggevoeligheid zich ontwikkelt. Als je merkt dat je inderdaad meer afgeschermd bent maar dat jouw dieperliggende verbindingen met anderen tegelijkertijd steeds meer vervlakken, dan kom je in feite in een soort van isolement terecht. Er komt dan symbolisch steeds meer een glazen bol om jou heen te staan, waardoor je steeds minder verbinding hebt met andere mensen.

Als je deze weg volgt, belemmer je daardoor ook de verdere verbinding met jouw hogere Zelf. Je zult dan op jouw beste momenten in de diepte van jouw hart ongetwijfeld aanvoelen dat er iets niet goed gaat. Het is dan tijd om de hele situatie opnieuw te onderzoeken en goed te kijken of je uitkomt op het punt dat je voor ogen had toen je begon met het vragen om bescherming of met het uitvoeren van magische handelingen met dit doel van persoonlijke bescherming voor ogen.

Als jij bescherming wil afdwingen, want dat is wat je dan doet vanuit het hogere Zelf beschouwd, dan trekt dat onmiddellijk verkeerde krachten aan. Je krijgt dan direct te maken met de donkere kant. Mocht je ooit in eerdere incarnaties bewust hebben samengewerkt met de donkere kant tijdens bijvoorbeeld een leven als priesteres in het oude Egypte, dan zullen allerlei technieken je heel bekend en vertrouwd voorkomen. Het kan daarom zijn dat je heel gemakkelijk deze dingen weer oppakt. De donkere kant zal bovendien graag bereid zijn een “oud-leerling” weer even een opfriscursus te geven.

Ergens in de diepte van jouw hart zou je dan moeten aanvoelen dat je hier de verkeerde weg in gaat, dat wil zeggen een weg die botst met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Tegelijkertijd kan het jouw eigen karma zijn dat je hiermee in aanraking komt. Dit wil zeggen dat als jij je ooit in het oude Egypte de vingers hebt gebrand aan de samenwerking met de donkere kant, in de vele tempels en scholen die daar in die hele lange periode zijn geweest, jouw karma maakt dat je opnieuw met deze aspecten te maken krijgt en opnieuw jouw keuzes daarin zult moeten maken. Mocht je destijds een hogepriesteres zijn geweest die heel veel priesteressen heeft opgeleid in bijvoorbeeld meditatietechnieken, dan is de kans groot dat je vele eeuwen later dezelfde mensen tegenkomt, in een vergelijkbare rol.

Dit is de manier waarop karma werkt, het is daarom niet mogelijk dit soort situaties te vermijden. Het leven is bedoeld als een leerproces en dat is precies de reden dat je steeds opnieuw in aanraking komt met dingen die in voorgaande levens niet goed zijn gegaan, dat wil zeggen waarin er keuzes zijn gemaakt die destijds botsten met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Het leerproces maakt dan dat je na verloop van tijd opnieuw in ongeveer dezelfde situatie komt, met als mogelijkheid opnieuw keuzes te maken en het deze keer beter te doen, dat wil zeggen te handelen in overeenstemming met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Als je hooggevoelig bent en je volgt het spoor van samenwerking met jouw hogere Zelf, dan word je als gevolg van deze samenwerking steeds gevoeliger. Dit betekent dat je in praktijk steeds meer hinder gaat ondervinden van energieën die andere mensen met zich meebrengen. Naarmate je gevoeliger wordt, wordt het daardoor moeilijker je te handhaven in onze samenleving. Je zult dan veel aspecten van je dagelijkse leven moeten aanpassen aan die situatie.

Dit is de prijs die je betaalt om een steeds waardevoller bijdrage te kunnen leveren aan een betere wereld. Juist de hooggevoelige mensen kunnen een steeds grotere bijdrage leveren aan het opbouwen van een betere wereld, maar voor henzelf wordt het steeds moeilijker om zich te handhaven in onze samenleving.

Hier is in praktijk geen goede oplossing voor. Er zijn allerlei praktische keuzes die je kunt maken om overlast voor jezelf zo veel mogelijk te vermijden maar je kunt de keuzes van andere mensen niet veranderen en het is daarom zaak jouw eigen leven en jouw eigen keuzes zo veel mogelijk aan te passen aan de situatie. Je zou bijvoorbeeld kunnen proberen om mensenmassa's en drukte zo veel mogelijk te vermijden.

Als je wil samenwerken met jouw hogere Zelf, werk je vanuit deze situatie aan een betere wereld, inclusief alle hindernissen en moeilijkheden die dat voor jou persoonlijk met zich meebrengt. Alles wat je doet om jezelf met magie te beschermen werkt al heel snel tegen je.

***Als jij aan de fijnstoffelijke wereld vraagt om bescherming,  
dan zal de donkere kant dit opvatten als een verzoek om een gunst.***

De donkere kant kan dan ingaan op jouw vraag en claimen dat zij dit doen op jouw nadrukkelijk verzoek. Zij kunnen jou inderdaad afschermen en zorgen dat jij je veel comfortabeler voelt in jouw stulpje. Tegelijkertijd zul je dan merken dat je steeds meer een gevoel begint te krijgen van verdoofd zijn, een soort van “onnatuurlijke rust”. De contacten met andere mensen, waar het werk dat je doet eigenlijk voor was bedoeld, worden door deze afscherming langzaam maar zeker “anders”. Gevoelsmatig zijn deze contacten dan steeds meer op afstand, alsof er iets tussen is gekomen.

Jouw waarnemingsvermogen zal zich dan niet verder ontwikkelen maar juist afvlakken. Je wordt dan steeds onverschilliger, het kan je dan niet echt meer zo veel schelen wat er gebeurt. Je leeft dan steeds meer als in een waas. Je leeft steeds meer vanuit een bubbel.

De donkere kant kapselt je dan steeds verder in, en claimt dat zij dit doen op jouw verzoek. Op die manier vervreemd je steeds meer van jezelf en raakt de verbinding met jouw hogere Zelf steeds verder weg.

De donkere kant schuift in dit stadium gewoonlijk een nieuwe contactpersoon naar voren die de plaats overneemt van jouw hogere Zelf, en zich aandient als jouw nieuwe innerlijke leraar. Het kan zelfs zijn dat je allerlei opdrachtjes krijgt om iets te doen, waarbij je in eerste instantie het idee hebt dat dit voortkomt uit de samenwerking met jouw hogere Zelf, maar die werkt niet op die manier.

De donkere kant zal jou in zo'n situatie steeds meer proberen op te zetten tegen andere mensen, waardoor je nog meer in een isolement komt. De donkere kant zal vooral proberen te stoken in verbindingen met mensen die jou zouden kunnen helpen.

Zo kun je steeds verder worden opgenomen in de gelederen van de donkere kant, zonder dat je dit in eerste instantie misschien zo duidelijk in de gaten hebt. Naarmate je in voorgaande incarnaties hier verder in mee bent gegaan, zul je hier in dit leven meer mee te maken krijgen. Het komt in zo'n situatie veel voor dat mensen in eerste instantie de keuzes herhalen die ze in voorgaande incarnaties eerder hebben gemaakt. Dit betekent dat als je als priesteres in het oude Egypte hebt gekozen voor het willen hebben van macht op het gebied van magie, je deze keuze in jouw huidige leven waarschijnlijk in eerste instantie opnieuw zult maken, zelfs als je innerlijk voelt dat dit eigenlijk botst met jouw innerlijke weten en de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Soms zijn er bevriende Zielen in incarnatie die je hierop kunnen wijzen maar eigenlijk zou je door voortdurend zelfonderzoek (ken uzelve) erachter moeten komen dat er iets niet goed gaat. Als je iedere dag voor jezelf in belangrijke situaties nagaat hoe je hebt gereageerd en waarom je op die manier hebt gereageerd, kun je veel van deze dingen op eigen kracht opsporen en hier nieuwe en betere keuzes in maken, dat wil zeggen keuzes die beter overeenstemmen met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Een ander thema dat veel voorkomt in het spirituele wereldje is het vragen om “licht te sturen” naar alle mensen of naar specifiek één iemand die misschien (volgens jou) in moeilijkheden is gekomen. Ook dit voelt voor veel mensen volstrekt natuurlijk aan, hoewel ze in de diepte van hun hart op hun beste momenten wel degelijk aan kunnen voelen dat ze deze weg beter niet in kunnen gaan. Je komt dan opnieuw uit in de wereld van magie.

Het vragen om “licht te sturen” aan de fijnstoffelijke wereld klinkt voor veel mensen in eerste instantie heel sympathiek, men denkt dat dit verzoek misschien zou kunnen voortkomen uit een intense betrokkenheid bij je medemensen en een verlangen om bij te dragen aan een betere wereld. Tegelijkertijd loert daar ook het gevaar.

Onze leerschool is ingericht om je lessen te leren. Dit geldt voor iedereen. Je kunt niet de lessen op je nemen die een ander zou moeten leren, zoiets is niet mogelijk. Als iemand niet bereid is het eigen spirituele huiswerk op zich te nemen en geen ruimte maakt voor de eigen verwerkingsprocessen, dan is dit een vrije keuze, dit is dan diens vrije wil. Misschien heeft het in zo'n situatie zin om uit te leggen dat ons leven vooral een leerproces is en dat materiële resultaten in onze stoffelijke wereld voor ons hogere Zelf meestal van minder belang zijn, maar het is aan ieder zelf om daar keuzes in te maken. Als je mensen wil beïnvloeden, dan begeef je je al heel snel in de gevarenzone, zeker als je dit doet via het vlak van magie.

*Als jij op afstand “licht” naar iemand wil sturen,  
dan zal de donkere kant dit opvatten als een verzoek om een gunst.  
Jouw hogere Zelf werkt niet op deze manier.*

Als jij vindt dat “Pietje” dingen moet gaan zien zoals jij dat ziet, dan is dit een gevaarlijk uitgangspunt. Je laat “Pietje” dan niet meer vrij in zijn ontwikkelingsproces.

Het zou bovendien heel goed kunnen dat jij eigenlijk helemaal niet goed kunt inschatten of “Pietje” daadwerkelijk de verkeerde kant op is gelopen of dat jij misschien *zelf* degene bent die dingen niet goed ziet.

Als jij “Pietje” wil bewegen om anders te leren denken door hem “licht” te sturen en hem op die manier op afstand wil beïnvloeden, dan zal de donkere kant claimen dat je hen om hulp vraagt, waardoor je bij hen in de schuld komt te staan. Zij zullen dan volgens hen het recht hebben om ooit een “tegenprestatie” op te eisen, waardoor ze met jou dingen kunnen doen waardoor jouw samenwerking met jouw hogere Zelf wordt belemmerd.

Sommige mensen gaan nog verder het pad van magie op en visualiseren een beeld van “Pietje”, dat ze dan vervolgens gebruiken om mee te communiceren. Ze vragen dan bijvoorbeeld in gedachten aan “Pietje” of die het goed vindt dat ze hem licht sturen. Ze praten dan zichzelf aan dat ze op deze manier communiceren met het bovenbewuste of het onderbewuste deel van “Pietje”.

Er zou dan een keer een moment moeten komen dat je innerlijk aanvoelt dat je dit soort dingen beter niet kunt doen. Je houdt jezelf voor de gek en je maakt het leven van “Pietje” aanzienlijk moeilijker door allerlei krachten aan te zwengelen waarvan je geen idee hebt wat die feitelijk aan het doen zijn, maar die jij wel hebt aangeroepen, en waar je dus ook verantwoordelijk voor bent.

Veel mensen die in dit soort situaties verzeild raken proberen heel lang voor zichzelf vol te houden dat ze het “goed met de ander voor hebben” maar gewoonlijk is dit volstrekt niet het geval. Als ze eerlijker tegenover zichzelf zouden zijn, dan zouden ze hun eigen motieven sneller herkennen en een ander vrij laten. Vaak gaat het erom dat die ander niet doet wat zij willen en dat zij dat eigenlijk niet kunnen accepteren. Vanuit Zelfkennis en Genegenheid zou je al heel snel aanvoelen dat je de ander beter los kunt laten, maar de mensen die het spoor volgen van magie, volgen meestal niet de weg van Zelfkennis.

Met andere woorden al dit soort magie is iets waar je je al heel snel de vingers aan brandt. Voor de mensen voor wie dit heel natuurlijk en vertrouwd aanvoelt, betekent dit gewoonlijk dat ze in voorgaande levens ook op deze manier hebben gewerkt, via het astrale gebied. Je zou er dan goed aan doen deze situaties heel zorgvuldig en diepgaand te onderzoeken. Het gaat dan vaak vooral om het onderzoeken van jouw eigen motieven.

Als je eigenlijk van plan was iemand te “redden” van de ondergang, dan zou je je af moeten vragen waarom je dit zou willen doen op deze manier?

Zou iemand op deze manier z’n lessen leren of wil je eigenlijk diep in jouw hart dat jij degene bent die die ander heeft “gered”?

Met andere woorden is jouw keuze ingegeven vanuit Genegenheid en vertrouwen in de redelijkheid van ons leerproces, of is jouw keuze eigenlijk ingegeven uit een verlangen om een ander te willen “redden” van diens ondergang waarin jij de rol van “redder” wil hebben?

***Het willen “redden” van anderen en het handelen vanuit Genegenheid,  
botsten vaak met elkaar,  
meestal zonder dat mensen dit in de gaten hebben.***

Als je in de loop van de jaren steeds meer kunt werken vanuit Genegenheid, dan zal jouw behoefte om anderen “te redden” vanzelf verder uitdoven. Omgekeerd is het zo dat wanneer je de neiging hebt om steeds maar weer anderen “te willen redden”, er meestal weinig Genegenheid is. Als er meer Genegenheid is gaan stromen door een intensievere samenwerking met jouw hogere Zelf, begin je vanzelf steeds meer in te zien dat het beter is om mensen vrij te laten.

Handelen vanuit Genegenheid betekent vaak dat je dingen loslaat en jij in alle eenvoud je eigen stukje probeert te doen. Jouw eigen stukje doen betekent bezig zijn met jouw eigen verwerkingsprocessen en proberen de samenwerking met jouw hogere Zelf bewust op te bouwen, zodat je steeds beter inzetbaar bent voor de missie waar jouw hogere deel aan werkt. Vanuit die samenwerking met jouw hogere Zelf, kun je dan proberen aan te voelen wat jouw bijdrage kan zijn aan het proces waar iemand anders in terecht is gekomen, zonder je te hechten aan de uitkomst van de keuzes van die ander. Dit betekent niet dat je onverschillig bent maar dat je dingen loslaat als je ziet dat mensen voortdurend kiezen voor het handelen tegen beter weten in.

Je kunt anderen niet “redden”, dat is iets wat ze zelf zouden moeten doen, voor zover ze dat zouden willen, en het is daarom zaak je te beperken tot de dingen die je zelf het beste zou kunnen doen, in hechte samenwerking met jouw Ziel, jouw hogere deel.

Alle mensen hebben een hoger Zelf en kunnen proberen daarmee te leren samenwerken, als ze dat zouden willen. Alle mensen hebben een innerlijk weten en zouden kunnen proberen dit spoor te volgen, als ze dat zouden willen. Alle mensen hebben in principe de mogelijkheid om hulp te zoeken en te proberen juiste kennis te verzamelen, die nuttig zou kunnen zijn op het spirituele pad.

Als mensen dit spoor volgen, dan heeft iedereen in principe voldoende mogelijkheden om de uitweg te vinden uit de moeilijkheden waar ieder van ons in het gewone dagelijkse leven mee wordt geconfronteerd.

Er is bovendien zoiets nodig als vertrouwen in de eerlijkheid van ons leerproces, dat het hele systeem zo is ingericht dat iedereen eerlijke kansen heeft om de eigen lessen te leren. Als je hiervan overtuigd bent, is het veel gemakkelijker anderen los te laten, wanneer je het gevoel hebt dat die hun innerlijke weten niet volgen en voortdurend handelen tegen beter weten in.

***Naarmate je meer vertrouwen hebt in de redelijkheid van ons leerproces,  
is het gemakkelijker anderen los te laten  
zonder ze te willen overtuigen van jouw gelijk.***

Naarmate je beter hebt leren samenwerken met jouw hogere Zelf, word je je er ook steeds beter van bewust welke dingen je zelf nog aan zou moeten werken. Meestal zal dit nog heel veel zijn. Naarmate jij je hier meer van bewust bent, zul je daardoor andere dingen meer loslaten zoals het willen overtuigen van anderen of het willen “redden” van anderen. Het spoor volgen van Genegenheid wil in alle eenvoud zeggen dat je jouw eigen stukje op je neemt, en het aan anderen overlaat om hun stukje wel of niet op zich te nemen.

***Genegenheid staat in direct verband met het vrij laten van mensen.***

De wereld van magie is de wereld van de donkere kant. We leven in een periode waarin er veel mensen in incarnatie zijn die zich in vorige levens de vingers hebben gebrand aan de samenwerking met de donkere kant. Al deze mensen zullen vanwege hun karma opnieuw met deze stukken “huiswerk” worden geconfronteerd. Voor veel mensen betekent dit dat ze al deze raakvlakken met magie en het willen beïnvloeden van de keuzes van anderen zorgvuldig zouden moeten onderzoeken. Het innerlijke weten geeft ook hier de juiste weg aan.

In het verlengde hiervan is er nog een ander terrein waarop dezelfde soort moeilijkheden gaande is, vaak zonder dat dit goed wordt herkend. Het terrein dat ik bedoel is het vragen om genezing. Dezelfde principes die eerder zijn beschreven, zijn ook hier van toepassing.

Als iemand ziekte meemaakt, dan heeft dit vaak een dieperliggende reden. Met andere woorden je kijkt dan naar gevolgen van iets waarvan je gewoonlijk de oorzaak niet precies kent. Als jij je focust op het genezen van het stoffelijke lichaam, dan zou het kunnen zijn dat je daardoor een ander proces verstoort, waar je helemaal geen zicht op hebt. Met andere woorden als je een ziek lichaam zou willen genezen als “alternatief genezer”, doe je dit dan omdat je Genegenheid voelt voor de ander en begrip hebt voor de situatie waarin die ander terecht is gekomen, of doe je dit omdat jij wil aantonen dat jij in staat bent de genezing die de ander graag wil, aan te bieden? Met andere woorden wil jij misschien aantonen dat jij als alternatief genezer de macht hebt om te genezen?

Een heel leerzaam voorbeeld van deze situatie is verwerkt in de film “Starwars”. Daarin zie je dat één van de hoofdpersonen (Darth Vader/Anakin) in grote moeilijkheden raakt, juist als hij zijn geliefde wil proberen te genezen met hulp vanuit de donkere kant. Veel mensen staan er niet bij stil dat zowel de donkere kant als de lichte kant kan genezen.

Vaak hebben mensen het idee dat een genezing altijd goed is maar dit is niet het geval. Het gaat in ons leerproces om de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid. Het genezen van een stoffelijk lichaam is daarbij van minder groot belang, beschouwd vanuit de Ziel, het hogere Zelf.

Als je te maken hebt met ernstige ziekte van het stoffelijke lichaam, dan is er een reden dat dit zo is. Met andere woorden dit zal dan gewoonlijk een karmische achtergrond hebben. Als jij daarin zou willen ingrijpen als “alternatief genezer”, dan moet je goed weten wat je doet, anders worden er misschien nieuwe problemen gecreëerd.

Globaal zijn er twee verschillende sporen. Het ene spoor is de bewuste samenwerking met het Hogere Zelf, waarbij je werkt vanuit Genegenheid en een grote betrokkenheid bij de persoon die je zou willen helpen. Vanuit die Genegenheid voor de ander, kun je dan aanvoelen wat jij het beste zou kunnen doen om te helpen.

Dit is de manier waarop bijvoorbeeld vervloekingen kunnen worden doorbroken. Veel mensen doen een beetje lacherig over vervloekingen en beschouwen dit als onzin en het geloof in sprookjes, maar sommigen Zieneressen die zichzelf diepgaand hebben leren kennen, hebben hier concrete ervaringen mee en zijn zich heel goed bewust van dit soort akelige dingen.

Als je te maken hebt met vervloekingen, dan is het vaak noodzakelijk dat je iemand tegenkomt die voldoende Genegenheid heeft om een vloek te kunnen doorbreken. Dit betekent dat juist een Zieneres in staat is vervloekingen te doorbreken, wanneer zij zelf weer goed in haar kracht staat.

Ook nadat ons evolutieproces in evenwicht is gebracht, zullen er nog mensen zijn die te maken hebben met gevolgen van vervloekingen. Naarmate iemand zichzelf beter heeft leren kennen, kun je ook dit beter herkennen. Als de samenwerking met het hogere Zelf sterker is geworden, kun je gewoonlijk ook steeds beter aanvoelen hoe zo’n situatie is ontstaan en hoe hier het beste aan gewerkt zou kunnen worden. Soms kun je aanvoelen bij wie je in zo’n moeilijke situatie terecht kunt voor hulp. Gewoonlijk zal het niet gemakkelijk zijn om in zo’n situatie iemand te vinden die sterk genoeg staat om hiermee te kunnen helpen. Wanneer de Zieneressen weer in hun kracht staan, kunnen zij steeds meer hulp bieden in zo’n situatie.

Genezing kan ook komen doordat de donkere kant dit verzorgt. Dit is het andere spoor, naast het spoor van het hogere Zelf, die werkt via de lijn van Genegenheid. De donkere kant werkt niet via de lijn van Genegenheid maar via de lijn van macht, de macht om te kunnen genezen.

***Zowel de donkere kant als de lichte kant kunnen genezen.***

Mocht je dus een alternatief genezer tegenkomen die beweert allerlei kwalen te kunnen oplossen, dan zou je er goed aan doen zorgvuldig te onderzoeken of zo'n genezer werkt vanuit de samenwerking met de donkere kant of via de samenwerking met diens Ziel, diens hogere Zelf. Als er samenwerking is vanuit de Ziel, het hogere Zelf, dan zal er over het algemeen weinig worden beloofd. Er zal dan een grote betrokkenheid zijn en er zal Genegenheid stromen die je kunt voelen als je daar gevoelig voor bent.

Als de alternatief genezer samenwerkt met de donkere kant, dan ontbreekt die betrokkenheid en die Genegenheid. Je bent dan vooral een “case” waarin de genezer zijn macht om te genezen kan aantonen, zodat zijn prestige met iedere volgende genezing groter wordt.

Degene die genezen wordt, weet dan niet waarom hij een stoffelijk lichaam had met een specifieke kwaal. Met andere woorden degene die genezen wordt heeft geen nieuw inzicht gekregen, er is alleen maar de genezing van het stoffelijke lichaam.

Wanneer er sprake is van genezing door iemand die samenwerkt met het hogere Zelf, dan zal er gewoonlijk eerst inzicht nodig zijn in de situatie. Soms betekent dit dat er meer onderzoek nodig is naar wat er in voorgaande levens is gebeurd, in verband met de kwaal van het stoffelijke lichaam in dit leven.

Genezing vanuit de lichte kant, is verbonden aan strikte wetten en regels. Een genezing zal dan meestal niet zomaar plaatsvinden.

***Genezing via het “alternatieve circuit” betekent altijd  
dat er dan sprake is van contacten met fijnstoffelijke aanwezigheid.***

Je kunt in die wereld gemakkelijk verdwalen. Het is daarom van groot belang te beschikken over voldoende basiskennis over hoe deze wereld werkt. De gevaren zijn groot voor de “alternatief genezer” om verzeild te raken in avonturen die hij in dit leven misschien niet zelf heeft gewild, maar waar hij als gevolg van zijn karma uit voorgaande levens toch in terecht is gekomen. Veel mensen die nu op het genezende vlak actief zijn, hebben hiermee te maken vanuit voorgaande levens. Als er toen dingen verkeerd zijn gelopen door actieve keuzes tegen beter weten in, is de kans groot dat je daar nu opnieuw mee te maken krijgt. De keuze is dan vaak of je wil genezen vanuit macht of dat je wil genezen vanuit Genegenheid, waarbij je de resultaten loslaat, omdat je weet dat jij daar niet over kunt beslissen.

Als je wil weten of je zelf handelt vanuit het streven naar macht en superioriteit of dat je handelt vanuit Genegenheid, dan vraagt dit dat je zo eerlijk mogelijk tegenover jezelf bent. Het heeft weinig zin om jezelf hierin voor de gek te houden en jezelf voor te houden dat je handelt vanuit Genegenheid, terwijl je diep in jouw hart heel goed weet dat dit eigenlijk helemaal niet zo is en het je eigenlijk vooral gaat om de macht en het aanzien dat je daarmee hoopt te krijgen.

Als je als genezer samenwerkt met de donkere kant, dan zal die daar altijd iets voor terugvragen. Meestal betekent dit dat de aansluiting met jouw hogere Zelf dan moeilijker wordt. Met andere woorden je raakt dan steeds meer ingekapseld in de donkere kant.

Als je tijdens meditatie vraagt om genezing van iemand, dan kom je op ditzelfde terrein uit. Als het evolutieproces goed functioneert, dan zal iemand vanzelf genezen wanneer aan de voorwaarden voor zo'n genezing is voldaan. Het is daarom belangrijk goed aan te voelen in de diepte van je hart in welke situatie jij misschien iets zou kunnen betekenen en wanneer je iets beter los kunt laten.

*Het willen genezen van iedereen die je tegenkomt,  
zal vaak botsten met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.*

Het vraagt dus grote voorzichtigheid om je te begeven in de wereld van magie, de wereld van de omgang met krachten uit de fijnstoffelijke werelden. Ook op dit gebied bestaat er zoiets als vrije wil en vanuit die vrije wil zetten mensen vaak allerlei dingen in werking zonder te beseffen wat ze hiermee overhoophalen. Voor veel mensen die op dit gebied actief zijn, geldt dat hun motieven *niet* goed zijn, dat wil zeggen dat hun motieven botsten met hun innerlijke weten en de Wijsheid van hun Ziel, hun hogere Zelf.

*Sommige mensen gaan met hun hogere Zelf om als een soort van Sinterklaas  
die ze allerlei cadeautje vragen,  
maar het hogere deel houdt zich vooral bezig  
met het ontwikkelen van Wijsheid en Genegenheid.*

Wil je toch graag allerlei bijzondere dingen, dan kom je al heel snel terecht bij de donkere kant. Als dit de weg is die je vanuit jouw eigen verleden vaker hebt gevolgd, zul je vroeg of laat het onderscheid moeten leren tussen de weg van de donkere kant en de weg van samenwerking met het hogere Zelf. De weg van de Ziel bestaat uit eenvoud en soberheid, geen Sinterklaas en geen cadeautjes.

Zoals mensen met hun tandarts omgaan, zo gaan mensen ook vaak om met hun hogere Zelf. Als je een tandarts ziet als iemand die problemen met je gebit voor jou moet oplossen, dan zul je ook op die manier met jouw hogere Zelf om willen gaan. Maar het onderhoud van jouw gebit zul je *zelf* moeten doen, *zelf* goed poetsen en *zelf* doen wat er nodig is om goed voor jouw gebit te zorgen. Dit betekent je eigen verantwoordelijkheid op je nemen voor het onderhoud van jouw eigen gebit. Dingen achterwege laten die schadelijk zijn voor je gebit en dingen in werking zetten die goed zijn voor je gebit.

Verwacht niet van jouw tandarts dat die jouw tanden witter gaat maken bijvoorbeeld omdat jij dat zo leuk vindt staan, dit soort dingen zou je beter achterwege kunnen laten. Als je op die manier leert wat de waarde is van eenvoud en soberheid, kun je ook beter aanvoelen hoe je het beste met jouw hogere Zelf om zou kunnen gaan.

In praktijk zijn er veel mensen die (te) weinig aandacht besteden aan het onderhoud van hun eigen gebit en dit is kenmerkend voor de manier waarop men in het leven staat.

Als je hooggevoelig bent en daardoor vaak hinder hebt van de invloeden van andere mensen, dan kun je het beste proberen hier *zelf* zo goed mogelijk mee om te leren gaan, zonder je toevlucht te zoeken in magie en zonder te verwachten dat jouw hogere Zelf dit altijd bij jou vandaan zal houden. Dit klinkt misschien een beetje cru maar dit is wel een realistisch uitgangspunt, en daar heb je meer aan dan hoge verwachtingen en valse beloftes.

Als je de weg van Zelfkennis volgt, kun je op die manier jouw eigen motieven beter leren kennen. Daardoor kun je je beter losmaken van raakvlakken met de donkere kant. Daardoor krijg je meer ruimte voor de bewuste samenwerking met jouw hogere Zelf, om gezamenlijk te werken aan een betere wereld.

## Meer ruimte voor Zelfkennis

*We leven in een periode waarin er een heel nieuw tijdperk op gang begint te komen. Hele grote tijdcycli eindigen in onze generatie terwijl er nieuwe beginnen. De veranderingen “boven” zijn daardoor groot, veel groter dan gewoonlijk. Veel nieuwe tonen die horen bij het nieuwe tijdperk zijn in grote lijnen al wel bekend, hoewel de oude manieren van denken en doen bij de meesten van ons nog volop in het systeem zitten. Als je honderden incarnaties hebt meegemaakt in een periode dat er oorlog is in de hemelen, dan vormt dat je manier van denken, het vormt je dieperliggende overtuigingen. Deze uitgangspunten neem je mee van het ene leven naar het andere. Als je opnieuw wordt geboren dan zijn je dieperliggende overtuigingen rond de tijd dat je 21 jaar bent, gewoonlijk op hetzelfde punt als aan het einde van het direct voorafgaande leven.*

*Nu de oorlog in de hemelen is afgelopen, is er meer ruimte voor het opnieuw bekijken van allerlei uitgangspunten, die je bewust of onbewust hebt verzameld, en waarop je jouw leven hebt gebouwd. Zolang de oorlog in de hemelen gaande was, had het niet veel kans van slagen om hier fundamenteel veel verder mee te komen, maar nu er “boven” meer rust is gekomen, is er daardoor ook meer ruimte gekomen voor ons, om onze dieperliggende uitgangspunten opnieuw te onderzoeken.*

Voor de meesten van ons ging het er in de afgelopen honderden incarnaties vaak om zo goed mogelijk te overleven in de situatie waarin het Lot je had gebracht vanaf je geboorte. Als je je leven niet zeker bent, maak je meestal andere keuzes dan wanneer je er volkomen zeker van bent dat er aan de basisbehoefte van veiligheid is voldaan. Wanneer je je ontwikkelt in een leeromgeving waarin veiligheid niet gegarandeerd is, ontwikkelen mensen zich gewoonlijk niet goed, dat wil zeggen ze ontwikkelen zich dan niet in de richting van het steeds beter volgen van hun innerlijke weten, hun innerlijke kompas.

Omdat onze leeromgeving deze basisveiligheid meestal niet kon bieden in de afgelopen duizenden jaren, zijn velen van ons ontwikkeld in een richting waarin het volgen van het innerlijke weten vaak niet goed op gang is gekomen. Nu er een betere leeromgeving is ontstaan, is er daardoor meer ruimte gekomen om fundamenteel anders met dingen om te gaan. Over deze hele grote verandering in onze manier van denken, wil ik hier iets schrijven.

***Als je opgroeit in een onveilige leeromgeving,  
wordt de factor macht heel belangrijk.***

Het wordt dan belangrijk wie de macht heeft. Degene die de macht heeft, heeft immers betere kansen om te overleven.

Direct gekoppeld aan macht zijn de factoren status en positie. Naarmate je op de één of andere manier meer macht hebt, heb je ook een hogere status en een betere positie.

Op die manier ontstaat er een soort van rangorde in een groep en in een samenleving. Naarmate je hoger op de ladder staat, is je uitgangspositie beter om te overleven en een comfortabeler leven te hebben dan anderen. De motivatie om je in te zetten om een hogere positie op die ladder te bereiken is daardoor bij de meesten groot, wanneer ze in een leeromgeving terechtkomen waarin de basisveiligheid ontbreekt.

Tegelijkertijd is er het innerlijke weten en de weg van Zelfkennis, die ook in de afgelopen duizenden jaren door enkelen is geprobeerd te volgen. Maar het volgen van het innerlijke weten levert je geen macht op.

Ook het volgen van de weg van Zelfkennis geeft geen macht, het verhoogt niet je status of positie en het draagt daardoor niet direct bij aan betere kansen op een comfortabel leven. Het versterkt je gevoel van veiligheid niet. Eigenlijk bracht het volgen van je innerlijke weten je juist vaak in conflict met machthebbers. Vanuit een basisovertuiging om in eerste instantie gericht te zijn op overleven, was het daarom vaak niet raadzaam te kiezen voor het volgen van het innerlijke weten.

Doordat wij in de afgelopen honderden incarnaties in een uitermate onveilige leeromgeving zijn opgegroeid, zijn dit bij de meesten van ons de uitgangspunten geworden in onze dieperliggende overtuigingen.

***Het zoeken naar macht vertaalt zich ook in het aanbidden van allerlei goden  
en het aanroepen van allerlei heiligen.***

Het idee is dan dat deze heiligen en goden misschien iets voor jou zouden kunnen betekenen vanaf hun plaats in de hemelen. Het motief hierachter is eigenbelang en het streven naar een betere positie. In een leeromgeving waarin er geen basisveiligheid is, zullen veel mensen kiezen voor dit spoor, om zo hun overlevingskansen te vergroten in een uiterst onzekere wereld.

Het is daarom niet zo vreemd dat wij in de afgelopen duizenden jaren allerlei goden hebben aanbeden. Als je bedenkt dat je in de loop van de tijd in allerlei volken en in allerlei delen van de wereld geboren wordt, is de kans groot dat je ooit vele bekende goden zelf wel eens direct hebt aanbeden op de één of andere manier. Degenen die nu in incarnatie zijn, waren dat ook in de afgelopen tienduizend jaar en er waren daardoor voor iedereen heel veel raakvlakken met talloze goden.

Eén van de meest opvallende kenmerken van het menszijn is het streven naar macht, en juist deze eigenschap is sterk ontwikkeld in de afgelopen duizenden jaren. Deels is dit een gevolg van ingeboren zwakheden en deels is dit het gevolg van een leeromgeving waarin er geen basisveiligheid was en geen goed evenwicht tussen de donkere kant en de lichte kant.

***Onze leeromgeving was door de donkere kant op zo'n manier ingericht  
dat het streven naar macht zou worden ontwikkeld  
en niet het zoeken naar de Waarheid of het zijn van een kanaal voor Genegenheid.***

Nu de oorlog in de hemelen is afgelopen en er ook voor velen in het gewone dagelijkse leven een situatie is ontstaan waarin de basisveiligheid voldoende is gewaarborgd, is er voor deze bevoorrechte groep een nieuwe fase gekomen, waarin er veel meer ruimte is om jouw eigen uitgangspunten opnieuw te onderzoeken, en voor jezelf na te gaan in hoeverre jouw dieperliggende overtuigingen nog passen bij de situatie die nu is ontstaan. Gewoonlijk liggen deze overtuigingen zó diep opgeborgen in de diepten van jouw hart, dat je je hier nauwelijks van bewust bent.

Er is bovendien nog weinig ervaring met de veranderingen in onze leeromgeving. Als je bedenkt dat we al duizenden jaren in een fundamenteel onveilige leeromgeving terecht zijn gekomen, waarin onze diepste overtuigingen zijn gevormd, dan kun je niet verwachten dat mensen bereid zijn hun fundamentele uitgangspunten helemaal te veranderen bij de eerste signalen dat er nu een heel nieuw tijdperk is begonnen. Zoiets heeft tijd nodig, veel tijd, en het wacht op meer bevestiging dat er nu inderdaad een nieuw tijdperk is begonnen.

Als het belangrijk is geworden om te overleven en het daardoor ook belangrijk is dat je zo hoog mogelijk probeert te klimmen in de rangorde van de groep waarin je terecht bent gekomen, dan zul je anders omgaan met het zoeken naar de Waarheid dan wanneer er basisveiligheid is in het dagelijkse leven en in de hemelen.

Als je jouw eigen functioneren zorgvuldig onderzoekt op de weg van Zelfkennis, en als gevolg daarvan allerlei tekortkomingen constateert, dan vertaalt zich dit in eerste instantie vaak naar een andere waardebeoordeling van jezelf. Naarmate je meer zwakheden van jezelf herkent, daalt bij velen gevoelsmatig de positie op de ladder in de groep. Met andere woorden het volgen van de weg van Zelfkennis leidt bewust of onbewust vaak tot het geven van een rapportcijfer aan jezelf.

Anders gezegd het volgen van de weg van Zelfkennis waardoor je jouw eigen zwakheden en kwetsbaarheden uitgebreid tegenkomt, botst voor velen met het streven om een zo sterk mogelijke positie op te bouwen op de ladder, met als uitgangspunt dat je daardoor beter zou kunnen overleven.

***In een samenleving waarin status, positie en macht heel belangrijk zijn,  
proberen mensen hun eigen zwakheden en kwetsbaarheden  
het liefst zo veel mogelijk te camoufleren.***

In zo'n situatie is men vaak bereid de Waarheid "op te rekken" en is men geneigd de realiteit in te kleuren, al naar gelang dat het beste uitkomt. Met andere woorden in een samenleving waarin macht heel belangrijk is, beschouwt men de Waarheid vaak als minder belangrijk en soms zelfs als ongewenst.

In een individueel leven zijn precies dezelfde patronen te herkennen.

***Mensen die erg gevoelig zijn voor status, positie en macht  
nemen het vaak niet zo nauw met de Waarheid,  
en zijn geneigd hier een draai aan te geven wanneer hun dat beter uitkomt.  
Deze mensen hebben vaak geen realistisch zelfbeeld.***

Bij de mensen op het spirituele pad vertaalt zich dit naar een grote groep die z'n heil zoekt bij goden en heiligen, en daardoor minder bereid is op zoek te gaan naar de Waarheid.

Dit zijn hele diepliggende mechanismes die niet zomaar veranderd kunnen worden. We leven in een periode dat er een nieuwe leeromgeving wordt ingericht, maar onze overtuigingen zijn gebaseerd op de ervaringen en de conclusies van de afgelopen duizenden jaren. In modern taalgebruik krijgen we daardoor te maken met de bekende uitspraak: "Je kunt een kind wel uit de oorlog halen maar hoe haal je de oorlog uit een kind?" Ieder van ons is *zelf* dit kind, dat duizenden jaren onder oorlogsomstandigheden heeft geleefd en dat daardoor allerlei uitgangspunten heeft opgebouwd die niet meer passen bij het nieuwe tijdperk dat nu zijn intrede doet.

Als het hard regent en je ziet iemand met een hele grote paraplu, dan is het begrijpelijk dat je naar die ander wil gaan om te vragen of je onder diens paraplu mag schuilen, zelfs als je dan niet meer jezelf kunt zijn en jij je sterk moet aanpassen aan wat die ander van jou verwacht.

Iemand met macht (goeroe, heilige, god, etc.) is symbolisch iemand met een grote paraplu, die bescherming kan bieden tegen de regen. In deze symboliek moeten we er nog helemaal aan wennen dat het ondertussen niet meer regent en je daarom geen paraplu meer nodig hebt.

***Wij schuifelen nu geleidelijk het nieuwe tijdperk binnen  
maar onze dieperliggende overtuigingen  
zijn volledig gebaseerd op alle voorafgaande ervaringen  
in de loop van de geschiedenis.***

Het zal daarom veel tijd vragen om deze uitgangspunten langzamerhand aan te passen, voor zover je dat zou willen, en voor zover je ervan overtuigd bent dat er nu fundamentele veranderingen zijn in onze leeromgeving.

In alle redelijkheid is het hier nog veel te vroeg voor. Het is niet redelijk te veronderstellen dat jouw fundamentele uitgangspunten onmiddellijk veranderen wanneer je de eerste signalen herkent die zouden kunnen duiden op het begin van een nieuw tijdperk. Er is veel meer nodig dan dit.

Er is bovendien zoiets als karma. Als je je ooit de vingers hebt gebrand aan de samenwerking met de donkere kant in één van de vele voorgaande levens die je in de afgelopen tienduizenden jaren hebt gehad, dan heeft dat nagenoeg altijd gevolgen voor de manier waarop je nu met dingen omgaat. De grootste problemen waar je in dit leven tegenaan loopt, zijn nagenoeg altijd het gevolg van wat er in voorgaande levens in werking is gezet.

In een samenleving waarin het er vooral om gaat zo goed mogelijk te overleven, is het op je nemen van je spirituele huiswerk niet vanzelfsprekend. Het bevordert immers niet het dieperliggende doel dat je dan bewust of onbewust voor ogen hebt.

Dit is één van de redenen dat de meesten van ons hier in de afgelopen duizenden jaren weinig aandacht aan hebben besteed. Maar als je opnieuw wordt geboren, neem je onverwerkte traumatische ervaringen met je mee uit een hele reeks voorgaande levens. Gewoonlijk ben je hier niet zo van bewust, maar dit vormt wel jouw dieperliggende overtuigingen. Als je de weg van Zelfkennis volgt, kom je vanzelf in aanraking met deze thema's. Als je op zoek bent naar de Waarheid in jouw eigen specifieke situatie, kun je langzamerhand de kluwen ontwarren die er in de loop van vele levens is ontstaan bij ieder van ons.

Als mensen in de loop van hun incarnatiereeks grote fouten hebben gemaakt in moeilijke omstandigheden, dan veroorzaakt dit vaak onbewust een grote angst om op zoek te gaan naar de dieperliggende Waarheid in hun eigen situatie. Als je op een dieperliggend niveau heel goed weet dat je *zelf* dingen helemaal verkeerd hebt gedaan in vorige levens, dingen die destijds verschrikkelijk botsten met jouw innerlijke weten, dan is de bereidheid om op zoek te gaan naar de Waarheid vaak niet zo groot. Er is moed nodig om op zoek te gaan naar dieperliggende oorzaken achter de moeilijkheden waar je nu, in dit leven, tegenaan loopt.

***Als status, positie en macht belangrijk voor jou zijn,  
dan zul je vaak proberen om perfect over te komen.***

Als je probeert perfect te zijn, dan zul je ook vaak de neiging hebben om onvolkomenheden weg te moffelen. Als je dit vertaalt naar het volgen van de weg van Zelfkennis, dan betekent dit dat mensen die de neiging hebben om te streven naar perfectie, vaak geneigd zullen zijn de Waarheid een draai te geven, waarmee ze hun eigen beeld van perfectie zo lang mogelijk in stand proberen te houden.

***De donkere kant accepteert geen fouten en straft dit genadeloos af.  
De lichte kant beschouwt fouten als een natuurlijk onderdeel van het leerproces.***

Als je er in de diepte van jouw hart van overtuigd bent dat fouten slecht zijn, als gevolg van de eeuwenlange inprenting vanuit de donkere kant, dan zal dat jouw motivatie remmen om de weg van Zelfkennis te volgen, en eerlijk je eigen zwakheden en tekortkomingen onder ogen te zien.

Als je de moed hebt om eerlijk naar jezelf te kijken en te onderzoeken wat je zelf in werking hebt gezet, dan kun je hiervan leren en daardoor sterker komen te staan.

Zolang je bang bent om jouw eigen zwakheden onder ogen te zien omdat je jouw eigenwaarde en jouw plaats op de ladder daaraan hebt gekoppeld, zul je geneigd zijn zelfonderzoek te vermijden. Als je die weg volgt, ben je in feite nog steeds aan het overleven, en neem je jouw eigen spirituele huiswerk niet op je. Daardoor stageert jouw spirituele ontwikkeling.

Degenen die de moed hebben hun spirituele huiswerk op zich te nemen, kunnen daardoor meer ruimte maken in de diepte van hun hart. Daardoor kan het hart zich geleidelijk verder openen. Als het hart zich verder opent, kan er langzamerhand meer Genegenheid stromen, dóór zo iemand heen.

Genegenheid draagt bij aan het genezen van oude en diepe wonden, zowel van jezelf als van een ander, die deze heilzame stroom van energie ontvangt. Genegenheid draagt ook aanzienlijk bij aan het leren begrijpen van de lessen, die ieder van ons op het programma heeft staan.

Naarmate er meer mensen zijn die hun eigen spirituele huiswerk op zich nemen, ontstaan er meer kanalen voor Genegenheid, omdat de harten dan verder open kunnen gaan. Daardoor komt er meer Genegenheid in onze leeromgeving. Naarmate er meer Genegenheid aanwezig is in onze leeromgeving, zijn er betere omstandigheden waarin mensen hun spirituele huiswerk op zich kunnen nemen.

***Het (schoon)maken van kanalen waar doorheen Genegenheid kan stromen  
naar andere mensen in onze samenleving,  
is iets wat wij zelf moeten doen!***

Diegenen van ons die al voldoende zijn gevorderd met hun eigen spirituele huiswerk, kunnen al beginnen met het dienen als een kanaal voor Genegenheid. Op die manier ontstaan er voorbeelden in onze samenleving van mensen die duidelijk maken wat er mogelijk is in dit nieuwe tijdperk. In de komende jaren zullen er steeds meer van deze voorbeelden komen van mensen die al jarenlang hun spirituele huiswerk geduldig op zich hebben genomen, waardoor ze uiteindelijk zo ver zijn dat ze kunnen dienen als kanalen voor Genegenheid, omdat hun hart in de loop van het schoonmaken, steeds verder is geopend, van binnenuit. Vaak werken deze mensen in stilte, zonder veel aandacht te vragen. Voor de mensen die hier direct mee te maken krijgen is het een verademing om met zo iemand in aanraking te zijn.

De Zieneressen zijn de hoeders van Genegenheid, zij zijn bij uitstek degenen die de mensheid deze heilzame energie kunnen aanbieden. Maar als een Zieneres zich in het lange verleden ooit de vingers heeft gebrand aan de donkere kant door hier bewust mee samen te werken, dan is dit er vaak de oorzaak van dat je tijdelijk ongeschikt bent om te dienen als een kanaal voor Genegenheid.

Het zal sommige mensen zijn opgevallen dat ik niet het woord priesteressen gebruik, om de nobele groep vrouwen aan te duiden die in de loop van de geschiedenis voortdurend heeft geprobeerd de mensheid te helpen met haar spirituele huiswerk. Hier is een grondige reden voor.

Priesteressen hebben te maken met de één of andere god of godin. Priesteressen hebben daardoor te maken met de factor macht.

***Het samenwerken met een godin en het streven naar macht  
maken een Zieneres volkomen ongeschikt  
om een kanaal te kunnen zijn voor Genegenheid.***

Omdat veel Zieneressen zich in de afgelopen duizenden jaren de vingers hebben gebrand aan het bewust samenwerken met allerlei goden en godinnen, is het niet vanzelfsprekend dat diezelfde Zieneressen nu direct beschikbaar zijn om te dienen als een kanaal voor Genegenheid.

***Je kunt niet tegelijkertijd het innerlijke weten volgen  
en een godin aanbidden.  
Dit zijn twee hele verschillende wegen  
die onderling volkomen met elkaar in botsing zijn.***

Zolang je er de voorkeur aan geeft autoriteiten buiten jezelf te zoeken zoals godinnen en heiligen, volg je in feite niet de weg van het innerlijke weten. Je volgt dan eigenlijk ook niet de weg van Zelfkennis maar je volgt dan de weg van status, positie en macht. Dit maakt je ongeschikt om te dienen als een kanaal voor Genegenheid.

Door het in evenwicht brengen van ons evolutieproces zijn er nu veel betere mogelijkheden om de weg van Zelfkennis te volgen. Daardoor kun je je eigen zwakheden en tekortkomingen in een veiliger leeromgeving opzoeken, zodat je hiervan kunt leren en jezelf kunt verbeteren waar dat nodig is. Op die manier kun je steeds meer bijdragen aan het opbouwen van een betere samenleving. Door je eigen spirituele huiswerk geduldig op je te nemen, kun je in de loop van de jaren meer ruimte maken in de diepte van jouw hart, waardoor er meer ruimte komt om een kanaal te kunnen zijn voor Genegenheid.

De weg daar naartoe is niet gemakkelijk maar de behoefte in onze samenleving aan Genegenheid en juiste kennis is groot, en als je de weg van Zelfkennis volgt, kom je vanzelf met beide in aanraking. Naarmate er meer mensen zijn die deze weg willen volgen, wordt onze samenleving een betere plaats om te zijn.

***Het streven naar status, positie en macht,  
botst met de weg van Zelfkennis  
en maakt je ongeschikt om te dienen als een kanaal voor Genegenheid.***

Doordat ieder van ons de afgelopen honderden levens te maken heeft gekregen met een fundamenteel hele onveilige leeromgeving, is het streven naar status, positie en macht sterk ontwikkeld in de meesten van ons. Zolang je deze weg blijft volgen, is er daardoor aanzienlijk minder ruimte om jezelf beter te leren kennen.

Zolang je jezelf niet goed hebt leren kennen, zul je anderen vaak ook niet echt kunnen helpen met hun spirituele ontwikkeling. Pas als je de Waarheid in jouw eigen leven in de loop van de jaren grondig hebt leren kennen, kun je dienen als een kanaal voor Genegenheid, en kun je anderen waardevolle hulp aanbieden bij hun spirituele ontwikkeling, door het geven van juiste kennis en praktisch bruikbare inzichten.

## Meditatie, in samenwerking met jouw hogere Zelf

*Wanneer je ervoor kiest de weg naar binnen te volgen en spirituele autoriteiten steeds meer los te laten, dan groeit de behoefte om op een andere manier antwoorden te krijgen op belangrijke vragen. Meditatie wordt dan vanzelf steeds belangrijker. Meditatie is daarom één van de grondtonen van het nieuwe tijdperk.*

*Er zijn veel verschillende soorten meditatie. Een geschikte vorm van meditatie is afhankelijk van het doel dat je voor ogen hebt. Dit artikel gaat over meditatie die gericht is op de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf.*

***Jouw eigen hogere Zelf kan jou alle informatie geven die jij nodig hebt voor jouw ontwikkeling op het spirituele pad.***

Voor de meesten van ons is het nog erg wennen aan het idee dat dit mogelijk is. De meesten vinden het nog helemaal niet zo vanzelfsprekend dat dit zo zou kunnen zijn. Als mensen in de diepte van hun hart beschadigd zijn door de ervaringen van de afgelopen duizenden jaren, dan is er vaak weinig vertrouwen meer in de eigen mogelijkheden om te leren samenwerken met zoiets als de Ziel, het hogere Zelf, die immers zo veel verder is dan jij en die zich in een andere wereld bevindt.

Communicatie met dit hogere deel van jezelf is niet iets wat je zomaar even kunt leren, er zijn veel hindernissen en gevaren op deze weg. Als je tijdens meditatie bijvoorbeeld een stem hoort die jou aangeeft wat je beter wel en beter niet kunt doen, dan heb je te maken met de donkere kant, die probeert tussen jou en jouw hogere Zelf in te komen.

***Jouw hogere Zelf praat niet tegen jou maar heeft andere manieren om met jou te communiceren.***

Jouw hogere Zelf probeert jou te bereiken via dromen bijvoorbeeld. Veel mensen staan er niet bij stil *wie* hun een droom geeft, maar het kan heel heilzaam zijn daar toch eens heel bewust mee bezig te zijn. Op die manier krijg je meer begrip voor de communicatie tussen jouw hogere Zelf en jou.

***Jouw Ziel probeert jou seintjes te geven, die jij kunt ervaren als intuïtief aanvoelen.***

De taal die jouw hogere Zelf spreekt, is die van het intuïtief aanvoelen. Dit speelt zich af op een heel subtiel niveau. Het vraagt veel oefening om naar deze seintjes te leren luisteren.

Soms ontstaat er angst bij de wisselwerking tussen ons en ons hogere deel. Als jij bijvoorbeeld een plan had gemaakt dat jij heel graag zou willen, dan kan het zijn dat je intuïtief aanvoelt dat jouw hogere deel dit heel anders ziet. In zo'n situatie kan er angst ontstaan.

Deze angst is eigenlijk de angst van het ego, die bang is dat diens plan niet door kan gaan. Als je dan tegen jezelf zegt dat jij je niet door angst wil laten leiden en dat je daarom gewoon door wil gaan met jouw (ego)plannen, dan negeer je daarmee jouw intuïtief aanvoelen. Je rechtvaardigt dan jouw keuze door tegen jezelf te zeggen dat jij je niet door angst wil laten leiden, maar daarmee houdt je jezelf voor de gek.

***De angst die soms ontstaat bij de wisselwerking met ons hogere deel, is vaak het gevolg van het ego, dat bang is dat diens plan niet door kan gaan.***

Innerlijk voel je in zo'n situatie in de diepte van jouw hart vaak heel goed aan dat je het onderwerp dat dan speelt, meer in de diepte zou moeten onderzoeken, maar dit botst dan met de keuze die jij *zelf* al had gemaakt. Met andere woorden je voelt dan in de diepte van jouw hart heel goed aan dat je eigenlijk een keuze maakt die botst met de Wijsheid van jouw Ziel, maar je wil dit misschien toch liever doorzetten omdat je je hier nu eenmaal op had verheugd, en je misschien bang bent voor de consequenties wanneer je het spoor volgt dat jou door jouw hogere deel zichtbaar is gemaakt.

Op die manier misleid je jezelf. Je bent dan eigenlijk niet helemaal eerlijk tegenover jezelf, en je maakt dan de keuze dat je de instroom van jouw hogere Zelf negeert.

Als je wil leren samenwerken met jouw hogere Zelf, dan vraagt dit een houding van volkomen eerlijk zijn tegenover jezelf. Je kunt andere mensen misschien af en toe flink voor de gek houden maar dat lukt niet bij jouw hogere deel. Die ziet wat de motieven zijn die leven in jouw hart. Op basis van die motieven maakt jouw Ziel haar keuzes en beslist zij hoe ze hier mee verder wil gaan. Naarmate jij er bewust voor kiest om jouw eigen egoplannen zo wie zo door te laten gaan, kan jouw hogere Zelf vaak niet veel anders doen dan dit loslaten, en rustig afwachten totdat jij beter herkent dat je niet het spoor volgt van samenwerking met jouw hogere deel. In zo'n situatie zou jouw Ziel kunnen proberen jou een droom te geven.

Als je in meditatie probeert een soort van goedkeuring te krijgen van jouw hogere Zelf, een soort van "zegen op jouw beslissing" van jouw hogere deel, dan is dit niet de samenwerking die jouw Ziel voor ogen heeft.

Je bent volkomen vrij om jouw eigen keuzes te maken en je hebt geen toestemming nodig van jouw hogere Zelf, maar als je ervoor kiest om tijdens meditatie een belangrijke beslissing voor te leggen aan jouw Ziel en je voelt bewust of onbewust aan dat jouw hogere deel jouw (ego)plan niet steunt, dan is het wel belangrijk dat je hierin volkomen eerlijk bent.

De situatie is dan in feite dat jij de beslissing neemt om verder te gaan met jouw egoplannen, tegen het advies in van jouw hogere Zelf. Dit kan een hele leerzame ervaring zijn als je hier volkomen open en eerlijk mee omgaat.

Als je jezelf voor de gek probeert te houden door te zeggen dat jij angst voelt en dat je je daarom niets aantrekt van het advies van jouw beste adviseur (jouw hogere Zelf), dan ben je niet eerlijk. Je bent dan niet eerlijk tegenover jezelf en je bent dan niet eerlijk tegenover jouw adviseur, jouw hogere deel.

Als je op deze manier omgaat met jouw hogere Zelf, dan staat dit een verdere samenwerking in de weg. Jouw eigen houding maakt het dan heel moeilijk om te leren samenwerken met jouw Ziel. Je kiest er dan in feite voor om toch gewoon door te gaan met jouw egoplannen, wat jouw hogere deel daar ook van vindt.

***Als er angst is in jouw hart bij het nemen van een belangrijke beslissing  
dan ben je niet in één lijn met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.***

Je zou er dan goed aan doen de hele situatie opnieuw te bekijken en daarbij zo eerlijk mogelijk tegenover jezelf te zijn. Soms helpt het om zo'n situatie met iemand anders te bespreken, waarvan je weet dat die hier goed mee om kan gaan en volkomen eerlijk tegenover jou zal zijn, wat jouw keuze ook zou zijn.

*Als je een beslissing neemt die in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw Ziel,  
dan is er op jouw beste momenten innerlijke rust,  
ook al kunnen de gevolgen soms groot zijn in het dagelijkse leven.*

Als je het advies van jouw hogere Zelf volgt, dan leidt dit regelmatig tot het afbreken van jouw comfortzone. Vaak ervaren mensen dit in eerste instantie als onaangenaam.

We staan aan het begin van een heel nieuw tijdperk en we kunnen daarom niet verwachten dat de communicatie met ons hogere Zelf nu al soepel loopt. Er zijn veel hindernissen te overwinnen om deze communicatie soepel te laten verlopen en dan nog heeft ieder z'n eigen verantwoordelijkheid. Jij bent en blijft een zelfstandig individu. Jouw hogere Zelf zal jou vaak willen adviseren als jij daarvoor open staat maar uiteindelijk is het aan *jou* om te bepalen welke keuzes jij wil gaan maken. Jouw hogere deel is “slechts” een adviseur en niet meer dan dat.

Jouw hogere Zelf wil graag met jou samenwerken om gezamenlijk te werken aan de missie die jouw Ziel heeft gekregen maar jij bepaalt of je daaraan mee wil werken of dat je liever jouw eigen plannen maakt, los van wat jouw hogere deel voor ogen heeft.

Jouw hogere Zelf bevindt zich op een andere verdieping dan jij en is slechts éénmaal “gevallen in de stof”, terwijl wij tweemaal zijn “gevallen in de stof”. Met andere woorden wij zijn één verdieping verder naar beneden gevallen, symbolisch gesproken. Daardoor heeft ons hogere Zelf veel beter zicht op onze situatie dan wij dat zelf hebben. Omgekeerd hebben wij eigenlijk nauwelijks zicht op ons hogere deel, omdat die zich op een hogere verdieping bevindt, waar wij geen toegang toe hebben.

Dit maakt de communicatie moeilijk maar niet onmogelijk. Als er voldoende inspanning is van beide kanten, een goede motivatie en voldoende begrip voor de moeilijkheden die overwonnen moeten worden, dan kun je heel ver komen met het opbouwen van een soepele samenwerking.

*De methode om af te stemmen op jouw hogere Zelf, noem ik meditatie.  
Zoals ik het zie, is dit een proces dat van twee kanten komt,  
het is geen éézijdige actie vanuit onze kant.*

Naarmate wij meer ons best doen om te leren samenwerken met ons hogere Zelf, kan ons hogere deel ons dichterbij naderen. De Ziel is aan wetten en regels gebonden bij het zoeken van toenadering tot ons. Het hogere Zelf kan niet zomaar alles doen.

Tijdens meditatie ontstaat er gewoonlijk steeds meer een wisselwerking met jouw hogere deel. In de loop van de jaren word je je hier meestal steeds bewuster van. Omdat ons evolutieproces in evenwicht is gebracht, zijn er nu veel betere mogelijkheden om te mediteren dan bijvoorbeeld tien of twintig jaar geleden.

Als het hogere Zelf toenadering zoekt, dan ervaren veel mensen dat als rust in hun hoofd, waardoor ze zich beter kunnen concentreren en beter kunnen aanvoelen wat er in hun hart leeft. Sommigen ervaren een stroom van Genegenheid wanneer hun hogere deel contact maakt. Anderen herkennen de aanwezigheid van hun Ziel aan andere kenmerken zoals een sterkere verbinding met je lichaam.

Voor veel mensen klinkt meditatie heel vertrouwd maar vanwege de grote aanpassingen die er nu zijn in ons evolutieproces, zijn de mogelijkheden om hier verder mee te komen aanzienlijk beter dan in lange tijd hiervoor. Enerzijds klinkt meditatie voor de meesten als bekend terrein maar door de nieuwe mogelijkheden die er nu zijn, is dit in zekere zin toch betrekkelijk nieuw.

Meditatie is in het lange verleden vaak gekoppeld aan bepaalde houdingen. De positie van de handen bijvoorbeeld of zelfs van de vingers, werd door velen beschouwd als heel relevant voor de uitkomst van het meditatieproces.

Naar mijn mening is dit zwaar overdreven. Het gaat vooral om de *motieven* van de mediterende en niet zozeer om de houding van zijn lichaam. Het gaat vooral om de *mentale houding* en niet zozeer om de houding van het stoffelijke lichaam.

Als je wil leren afstemmen op jouw hogere Zelf, dan kun je dit misschien het gemakkelijkste leren terwijl je zit, maar uiteindelijk kun je deze samenwerking met jouw hogere deel ook leren voelen als je bijvoorbeeld loopt. Als je massage verzorgt vanuit de samenwerking met jouw Ziel, dan krijg je een soort van mediterende houding terwijl je ondertussen de massage verzorgt.

Je bent dan zo goed mogelijk afgestemd op jouw hogere Zelf en je bent daardoor maximaal inzetbaar als een kanaal voor de energie van jouw hogere deel. Op die manier kun je dan zo goed mogelijk dienen als een kanaal voor bijvoorbeeld Genegenheid.

***Jouw hogere deel kan het beste met jou samenwerken  
als jij een goede verbinding hebt opgebouwd met jouw stoffelijke lichaam.***

Jouw lichaam is de tempel voor jouw Ziel. Omdat bij de meeste Zieneressen de verbinding met hun stoffelijke lichaam is beschadigd door akelige ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact in de afgelopen duizenden jaren, is het niet vanzelfsprekend dat er een goede verbinding met het lichaam is opgebouwd. Als die goede verbinding met het stoffelijke lichaam er (nog) niet is, dan is het van belang daar eerst aan te werken. Pas wanneer de verbinding met het stoffelijke lichaam beter is, heeft ook de bewuste samenwerking met het hogere Zelf meer kans van slagen. Met andere woorden voor een sterkere meditatie heb je een sterke verbinding met jouw stoffelijke lichaam nodig.

Dit is het tegenovergestelde van wat gebruikelijk is geworden in het spirituele wereldje. Meditatie wordt vaak beschouwd als het “zweven in de ruimte”, hetgeen velen een prettig gevoel geeft. Deze vormen van meditatie hebben niet als doel te leren samenwerken met het hogere Zelf, het is een volkomen ander spoor dat je dan volgt.

Als je dit graag wil ervaren dan kan dit op zichzelf heel leerzaam zijn, maar het helpt niet om de samenwerking met jouw Ziel op te bouwen. Naarmate je meer gaat “zweven in de ruimte”, is de kans groot dat je bewust of onbewust aansluiting krijgt met allerlei wezens die zich daar bevinden. Deze contacten komen vaak tussen jou en jouw hogere Zelf in te staan. Er is daarom voorzichtigheid nodig bij dit “zweven in de ruimte”, het is niet zonder gevaar.

Veel hoogsensitieve mensen krijgen juist doordat ze niet goed verbonden zijn aan hun stoffelijke lichaam allerlei extra prikkels binnen uit het astrale gebied, waar ze veel minder last van zouden hebben als ze beter zouden zijn verbonden aan hun stoffelijke lichaam. Met andere woorden juist hooggevoelige mensen zouden er goed aan doen zorgvuldig en doelgericht te werken aan het opbouwen van een goede verbinding met hun lichaam, door bijvoorbeeld veel te bewegen en door massage.

Als je goed bent verbonden aan jouw stoffelijke lichaam en als jouw motivatie sterk genoeg is, dan kan jouw hogere Zelf proberen meer aansluiting met jou te maken. In grote lijnen is hier een vaste volgorde in.

***Ieder mens heeft drie grote energiecentrales,  
naast allerlei kleinere centra (chakra's).***

In het midden van het hoofd bevindt zich de hoofdcentrale. Dit is het punt waar het hogere Zelf als eerste contact maakt. De mens in incarnatie die dit meemaakt, is zich hier zelden van bewust. Toch kan iemand hierdoor veel beter dingen herkennen, die spelen in het eigen persoonlijke leven en in de levens van anderen. Er is in dit stadium van contact met het hogere Zelf, sprake van een toenemend inzicht, ook al ben je je zelden bewust van de bron van waaruit dit inzicht komt.

***Het hogere Zelf maakt het eerst contact met het hoofdcentrum,  
daardoor krijg je meer inzicht in allerlei dingen.***

Als je vanuit voorgaande levens al veel hebt opgebouwd op het gebied van samenwerking met het hogere Zelf, dan zal dit stadium vrij snel kunnen worden doorlopen, in voorbereiding op een volgend stadium van aansluiting met jouw hogere deel.

In het centrum van de borstkas bevindt zich de hartcentrale. Dit is niet de hartchakra maar een veel groter centrum, in het midden van de borstkas. Dit het centrum waar gewoonlijk pas contact mee wordt gemaakt als er al een stevige verbinding is aangelegd met de hoofdcentrale.

Tegen de tijd dat jouw Ziel heeft besloten dat het tijd is om verder te gaan met het activeren van jouw hartcentrale, zijn de meesten zich er al goed van bewust dat er zoiets bestaat als een hoger deel van jezelf, dat probeert jou te helpen met jouw spirituele ontwikkeling. In de loop van de jaren kun je leren hoe je bewust met dit hogere deel kunt leren samenwerken om jouw hart verder te openen.

Je kunt hier bewust aan meewerken door bijvoorbeeld veel oud zeer op te ruimen, dat op de bodem van jouw hart ligt te wachten op verwerking. Door hier bewust tijd voor te maken, kan jouw hogere deel verder met het schoonmaken van jouw hart. Hierdoor ontstaat er een steeds bewustere samenwerking met jouw Ziel.

***Jouw hogere Zelf kan jouw hartcentrum openen, van binnenuit en van bovenaf.  
Jij, kunt hier hooguit aan meewerken, maar je kunt dit niet zelf in werking zetten.***

Als het hogere Zelf jouw hartcentrum verder opent, ga je allerlei dingen beter aanvoelen, zowel dingen die aangenaam zijn als dingen die akelig zijn om onder ogen te zien. Er is daarom vanuit de Ziel beschouwd, een grondige voorbereiding nodig voordat het hartcentrum verder geopend kan worden en de dingen die dan zichtbaar worden, voor jou goed hanteerbaar zijn.

***In de onderbuik bevindt zich een derde grote centrale, dit is de krachtcentrale.  
Dit centrum staat in verband met (ki)energie, wilskracht en genezende vermogens.***

Als mensen ernstig zijn beschadigd, dan is dit het centrum van waaruit doeltreffend hulp kan worden geboden. Sommige genezers werken onbewust met deze krachtcentrale. Hun Zielen kunnen deze centrale soms benutten bij genezingswerk dat zo iemand dan kan doen. Het kunnen werken met deze krachtcentrale speelt zich af tussen het hogere Zelf en diens persoonlijkheid in incarnatie, de genezer, waarbij cursussen die iemand misschien heeft gedaan, volstrekt niet relevant zijn. Voor het werken met de krachtcentrale zijn diploma's niet belangrijk maar gaat het vooral om motieven en de samenwerking met het hogere Zelf.

De krachtcentrale heeft raakvlakken met het begrip “ki”, dat bekend is in de literatuur. Zo op het eerste gezicht is dit bekend terrein maar het is zeldzaam in onze generatie iemand tegen te komen die een volledig ontwikkelde krachtcentrale heeft opgebouwd, door goed gedaan werk in de afgelopen duizenden jaren en een zuivere motivatie.

***De krachtcentrale wordt evenals de andere centrales door het hogere Zelf geactiveerd  
wanneer jij hier voldoende op bent voorbereid.  
Je kunt dit niet zelf in werking zetten.***

De mogelijkheden om te helpen bij genezing, door samenwerking met het hogere Zelf, zijn heel groot wanneer de krachtcentrale is geactiveerd. Dit is één van de redenen dat er in de loop van de geschiedenis vaak is geprobeerd de ontwikkeling van dit centrum te forceren. De motivatie om met dit krachtcentrum te leren werken was dan vaak gebaseerd op het willen ontwikkelen van de macht om te kunnen genezen. Vanuit het hogere Zelf beschouwd, is dit geen zuiver motief.

***Als je de ontwikkeling van jouw krachtcentrale wil forceren,  
is het gevaar groot dat je in aanraking komt met de donkere kant.***

De donkere kant kan proberen jou te verleiden allerlei verkeerde methodes toe te passen, waardoor je schijnbaar zou kunnen leren werken met deze krachtcentrale. Verkeerde methodes zijn methodes die botsen met de Wijsheid van jouw Ziel.

Het hogere Zelf laat zich niet dwingen door een ongeduldige persoonlijkheid. Als je er toch voor kiest jouw krachtcentrale te willen ontwikkelen, terwijl jouw Ziel vindt dat je hier nog onvoldoende op bent voorbereid, dan is de kans groot dat je in moeilijkheden komt. Als je kiest voor het ontwikkelen van macht via jouw krachtcentrale, dan heb je sterke raakvlakken met de donkere kant. Hierdoor wordt de samenwerking met jouw hogere deel ernstig belemmerd.

Je kunt dit gevaar herkennen door waakzaam te blijven en goed te letten op jouw eigen motieven. Zodra je diep in jezelf aanvoelt dat je eigenlijk vooral op zoek bent naar macht, is het tijd om te stoppen op de ingeslagen weg. Dit vraagt van jou om vooral heel eerlijk te zijn en je eigen motivatie goed in de gaten te houden.

De donkere kant is heel actief op het vlak van de alternatieve genezers. Vaak staat dit in verband met deze grote krachtcentrale in de onderbuik.

De genezers die samenwerken met hun hogere Zelf, zullen bovendien geleerd hebben spaarzaam om te gaan met de mogelijkheden die zij tot hun beschikking hebben, en die niet zomaar in te zetten bij iedereen die een beroep op hen zou kunnen doen. De energie waar zij mee kunnen werken is heel kostbaar, en kan daarom niet zomaar worden uitgedeeld.

***Sommige Zieneressen beschouwen deze krachtcentrale in hun onderbuik  
als “de vrouwelijke kracht” maar dit is niet juist.***

Deze centrale is bij mannen en vrouwen gelijk, hoewel de Zieneressen hier veel meer mee bezig zijn geweest in het lange verleden, omdat zij destijds kennis van zaken hadden hoe zij deze kracht zouden kunnen ontwikkelen en omdat zij als Zielen veel verder zijn ontwikkeld dan het overgrote deel van de mensheid.

Daarom konden de Zieneressen in het verre verleden bewust werken met deze kracht, waardoor ze bijzondere genezende mogelijkheden hadden. Velen hebben hier nog steeds herinneringen aan en zijn daarom sterk geïnteresseerd in dit thema.

Deze mogelijkheden horen bij de Ziel, het hogere Zelf, maar wanneer er een sterke samenwerking is opgebouwd, kan de mens in incarnatie met deze vermogens van de Ziel werken. Wanneer een Zieneres volkomen in haar kracht staat, kan zij werken met deze centrale. Ze heeft dan een sterke wilskracht en kan heel veel voedende energie geven aan mensen die dit nodig hebben.

Het ontwikkelen van deze krachtcentrale in de onderbuik is gewoonlijk pas mogelijk wanneer het hartcentrum voldoende is geopend en er een goede motivatie is. Wanneer een Zieneres wil leren werken met haar krachtcentrale, dan zal er eerst heel veel oud zeer moeten worden opgeruimd, die het gevolg is van afschuwelijke ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact in de afgelopen duizenden jaren. Dit is geen gemakkelijke weg, maar als je dit ervoor over hebt, dan geeft dit op de lange termijn hele waardevolle mogelijkheden om genezende vermogens van de Ziel in te kunnen zetten. Het zijn juist *deze* genezende vermogens van het hogere Zelf, waar zeer grote behoefte aan is in onze generatie.

De mensen die kunnen dienen als kanalen voor Genegenheid, kunnen heel veel heilzame energie uitdelen aan de mensheid via het hartcentrum, maar soms is er iets anders nodig dan dit. Soms is er de genezende energie nodig die kan stromen door een goed werkende krachtcentrale.

Als het hogere Zelf kan werken door alle drie centrales, dan zie je een mens in z'n kracht. In onze generatie is dit zeldzaam, omdat de oorlog in de hemelen nog maar net is afgelopen. Er waren in de afgelopen eeuwen weinig mogelijkheden om dit te ontwikkelen maar in onze generatie zijn hier hele mooie mogelijkheden voor.

***Als alle drie grote centrales door het hogere Zelf zijn geactiveerd,  
dan is er een buitengewoon sterk energieveld opgebouwd.***

Dit is voor helderzienden zichtbaar op grote afstand en voelbaar voor mensen die hun hart voldoende hebben geopend om uitstralingen van mensen te kunnen waarnemen. Mocht je de gelegenheid krijgen om een tijdje in zo'n energieveld aanwezig te zijn, dan is dit bijzonder heilzaam.

Tijdens meditatie kun je het beste proberen je te concentreren in jouw hartcentrum in de borstkas. Dáár kun je de instroom vanuit jouw hogere deel het beste waarnemen. Voor iemand die gewend is veel na te denken en veel "in het hoofd te zitten", vraagt dit een grote omschakeling.

***Soms is de neiging om veel "in het hoofd te zijn",  
een soort van vlucht voor de dingen die in jouw hart op je liggen te wachten.***

Soms voelen mensen onbewust al aan, dat als ze hun plaats innemen in hun hartcentrum, ze dan allerlei dingen tegen gaan komen die ze in eerste instantie liever willen vermijden. Deze keuze staat het leren samenwerken met jouw hogere Zelf in de weg.

Het is raadzaam geduldig verder te werken aan jouw eigen spirituele huiswerk en in alle eenvoud onder ogen te zien wat jou van binnenuit en van bovenaf zichtbaar wordt gemaakt. Zo leer je jezelf beter kennen en zo leer je uiteindelijk beter samenwerken met jouw hogere Zelf. Als je deze weg volgt, kun je uiteindelijk leren werken met alle drie centrales, waardoor je veel kunt betekenen voor de mensen die hulp nodig hebben.

Er is geen gemakkelijk route om volledig in je kracht te komen en soepel te leren samenwerken met jouw hogere deel, maar als je bereid bent zorgvuldig te werken aan jouw eigen spirituele huiswerk, dan word je in de loop van de jaren steeds sterker.

***Tijdens meditatie kun je proberen een vraag voor te leggen aan jouw hogere Zelf.  
Jouw hogere deel weet waar jij mee worstelt  
maar het is belangrijk jouw vraag toch zorgvuldig te formuleren.***

Als jouw motivatie sterk genoeg is en jouw eigen inspanning voldoende is geweest, dan zal jouw hogere deel meestal proberen jou iets aan te reiken, wat jij intuïtief kunt aanvoelen. Naarmate je dit oefent, kunt je hier vertrouwen in opbouwen. Het is hierbij van belang goed je best te blijven doen, ook als je niet binnen enkele minuten een duidelijk “antwoord” hebt gekregen.

Soms is er even tijd nodig voordat de verbinding goed op gang komt. Het is bovendien vaak nodig dat jij eerst aantoont dat je *echt* bereid bent er moeite voor te willen doen om iets “op te vangen” vanuit jouw hogere Zelf, en niet onmiddellijk opgeeft als het naar jouw idee niet snel genoeg gaat. Naarmate jij meer je best doet om je goed af te stemmen in jouw hartcentrum, krijgt jouw hogere Zelf meer bevoegdheden om jou een gedegen antwoord te geven.

***Er is een direct verband tussen jouw eigen inspanningen  
en de mogelijkheden die jouw hogere deel heeft om daarop te reageren.***

Soms zal jouw hogere Zelf niet reageren op jouw vraag omdat die misschien minder belangrijk is, beschouwd vanuit jouw hogere deel.

Als je een belangrijke vraag wil voorleggen aan jouw hogere Zelf, dan is het van belang dat je hiervoor een setting kiest waarin je niet gestoord kunt worden en zo weinig mogelijk afleiding hebt.

***Als je wil leren samenwerken met jouw hogere Zelf  
om van deze wereld een betere plaats te maken,  
dan kom je onvermijdelijk in aanraking met de donkere kant.***

De donkere kant wil *niet* dat deze wereld een betere plaats wordt, en zal er daarom alles aan doen mensen die willen leren samenwerken met hun hogere deel, zo veel mogelijk tegen te werken.

Eén van de dingen die de donkere kant kan doen om jou te hinderen bij het leren samenwerken met jouw hogere Zelf, is het op jou afsturen van allerlei storende gedachten. Veel mensen hebben niet goed in de gaten dat ze dit niet zelf veroorzaken maar dat deze lawines van gedachten vaak veroorzaakt worden door de donkere kant, die jou op deze manier probeert te storen.

Naarmate je in het lange verleden meer hebt samengewerkt met de donkere kant, kan die jou tijdens meditatie meer storen. Daardoor kan er heel veel verschil zijn tussen de hindernissen waarmee verschillende personen te maken krijgen. De ene persoon zal veel meer hinder hebben van de donkere kant dan de andere.

***Mocht je het idee hebben dat de donkere kant jou helemaal niets in de weg legt  
om te leren samenwerken met jouw hogere Zelf,  
dan mag je er gerust vanuit gaan  
dat je de invloed vanuit de donkere kant (nog) niet goed in de gaten hebt.***

De donkere kant zal niemand zomaar z'n gang laten gaan die probeert van deze wereld een betere plaats te maken. De donkere kant wil de instroom van Licht (inzicht) en Genegenheid zo veel mogelijk remmen, en heeft dit in de afgelopen duizenden jaren lang kunnen volhouden.

Pas nu ons evolutieproces in evenwicht is gebracht, kan er weer veel meer Licht worden ontvangen, door de mensen die zich hier in hun hart voor openstellen, door hun motivatie en hun pogingen in het gewone dagelijkse leven hun innerlijke weten te blijven volgen.

Het is daarom belangrijk eraan te wennen dat je een tegenstander hebt bij het leren samenwerken met jouw hogere Zelf, die jou aan alle kanten in de war zal proberen te sturen. Als je het bestaan van de donkere kant ontkent, ben je niet goed voorbereid om diens misleiding te herkennen. Tijdens meditatie kom je dan in situaties terecht waarin je niet goed herkent wat er in feite gebeurt.

Met name tijdens meditatie zul je voortdurend de invloed merken die de donkere kant zal proberen uit te oefenen. Door hier met anderen over te praten die ook proberen te leren samenwerken met hun hogere Zelf, kun je veel leren. Door deze ervaringen onderling uit te wisselen met gelijkgestemde Zielen die dit ook aan het leren zijn, wordt jouw leerproces aanzienlijk versneld.

Het kan helpen om storende gedachten te beschouwen als treinen die langs een perron rijden. Als jij rustig op het perron blijft staan en niet meegaat met zo'n trein, dan zal zo'n trein vanzelf wel weer weggaan. Als je meegaat met een gedachte die op jou afkomt, dan ga je symbolisch mee met zo'n trein. Als je overzicht houdt over de situatie en een waarnemer kunt blijven die eenvoudig observeert wat er gebeurt, kun je afstand houden ten opzichte van deze gedachten, die soms heel hardnekkig kunnen zijn en je zo mee kunnen slepen in een richting waar jij niet naartoe wil.

Jouw hogere Zelf kan jou tijdens meditatie soms beelden of gevoelens aangeven, waardoor jij meer zicht krijgt op een specifieke situatie. Meestal zal dit gaan over dingen die met jouzelf te maken hebben maar het kan ook zijn dat je na verloop van tijd informatie krijgt die voor anderen van belang is of die over anderen gaat. Zo kan er in de loop van de jaren een soort van paragnost tot ontwikkeling komen, maar dan iemand die z'n informatie krijgt vanuit de Ziel, het hogere Zelf. De meeste paragnosten krijgen hun informatie *niet* vanuit hun Zielen maar vanuit begeleiders in het astrale gebied, die niet altijd even zuiver zijn in hun motieven. Naarmate een paragnost beter heeft geleerd om samen te werken met diens hogere Zelf, zal de kwaliteit van de informatie die zo iemand kan geven, aanzienlijk verbeteren. De informatie die je dan krijgt, zal veel meer benut kunnen worden voor diepgaande spirituele ontwikkeling.

### ***De weg van meditatie, is een levenswijze.***

Het is niet een activiteit voor een korte periode in een bepaalde houding, maar veel meer een doorlopend proces van goed afgestemd zijn in de loop van de dag. Door oefening kun je leren een groot deel van de dag in een soort van meditatieve houding te blijven, terwijl je ondertussen allerlei dingen doet. Meditatie betekent vaak hard werken maar als je dit ervoor over hebt, dan kun je op deze manier een kanaal worden voor de Rijkdom van de Ziel. Deze innerlijke Rijkdom kan worden uitgedeeld door mensen die hebben geleerd samen te werken met hun hogere Zelf.

Als jij deze weg werkelijk wil blijven volgen, dan wordt er door jouw wilskracht een pad aangelegd dwars door allerlei moeilijkheden heen, waardoor je hier toch mee verder kunt gaan. Ook dat is vrije wil.

## Vreugde van het ego of Vreugde van het hogere Zelf?

*Velen beschouwen de ervaring van Vreugde als een signaal dat het juiste spoor wordt gevolgd maar Vreugde kan zowel een beleving zijn van het ego als van het hogere Zelf. Er is een groot verschil tussen de luidruchtige Vreugde van het ego en de kalme dankbare Vreugde van de Ziel, het hogere Zelf.*

***De opgewonden Vreugde van het ego is vaak luidruchtig en oppervlakkig,  
terwijl de dankbare Vreugde van de Ziel, ons hogere Zelf,  
veel meer de diepte in gaat en wordt ervaren in de stilte van het hart.***

Veel mensen kunnen dit onderscheid niet goed maken. Ook veel zoekers op het spirituele pad verwarren de Vreugde van hun ego vaak met de Vreugde van hun hogere Zelf. Pas wanneer je voldoende ruimte hebt gemaakt in jouw eigen hartcentrum, door geduldig je eigen spirituele huiswerk op je te nemen, kun je in de loop van de jaren steeds beter onderscheid maken tussen de oppervlakkige gevoelens van geluk van het ego en de Vreugde die in de diepte van het hart kan worden gevoeld wanneer je besluit de weg te volgen die het hogere Zelf zichtbaar maakt.

De Vreugde van het ego kan je gemakkelijk opzweepen allerlei dingen te doen die je eigenlijk beter achterwege zou kunnen laten. Maar juist door het opzweepende karakter van de Vreugde van het ego, voel je de subtiele signalen van jouw hogere Zelf niet meer zo goed aan. Je kunt dan gemakkelijk zó enthousiast raken over jouw eigen egoplannen, dat je niet meer goed in de gaten hebt dat die misschien niet in overeenstemming zijn met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

***Vreugde van het ego drijft mensen ver bij zichzelf vandaan  
maar het enthousiasme dat mensen dan ervaren  
geeft vaak het gevoel dat ze het juiste spoor hebben gevonden.***

Deze valkuil wordt vaak niet goed herkend door de zoekers op het spirituele pad. Waakzaamheid is daarom raadzaam, ook als je veel Vreugde ervaart.

De enthousiaste Vreugde van het ego verstoort de communicatie met ons hogere deel. We raken dan gemakkelijk de verbinding kwijt met onszelf, ons hogere Zelf. We komen dan soms zelfs in een soort van roes terecht.

***Wanneer er veel Vreugde van het ego is,  
is het moeilijk de subtiele signalen van het hogere Zelf op te vangen.***

Wanneer hun favoriete sportclub heeft gewonnen, ervaren veel mensen iets wat ze Vreugde noemen, maar dit heeft niets te maken met de samenwerking met hun hogere Zelf. Deze gevoelens brengen mensen vaak ver bij zichzelf vandaan. Ze doen dan soms dingen die zowel schadelijk zijn voor anderen als voor henzelf.

Vreugde van het ego heeft vaak arrogante trekjes, waarin iemand zich nergens meer iets van aantrekt. Een soort van hoogmoed, die in schril contrast staat met de dankbare Vreugde die iemand kan ervaren wanneer je in alle bescheidenheid merkt dat je af en toe heel direct mag samenwerken met jouw hogere Zelf. Deze samenwerking brengt je heel dicht bij jezelf.

***De luidruchtige Vreugde van het ego is vaak naar buiten gericht  
terwijl de kalme Vreugde van het hogere Zelf zich diep van binnen afspeelt.***

De zoekers op het spirituele pad laten zich op hun eigen terrein, net als de supporters van hun favoriete sportclub, evengoed vaak leiden door Vreugde van het ego. Ze zijn blij met een diploma dat ze voor de één of andere cursus hebben gehaald, ze zijn blij met het openen van hun praktijkje, ze zijn blij met het boek dat ze hebben geschreven, ze zijn blij met hun nieuwste podcast en ze zijn blij met de eerstvolgende cliënt die een afspraak komt maken.

Maar wie is er nu eigenlijk precies blij met deze “successen”? Heeft dit iets te maken met de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf, of is het eigenlijk vooral het ego dat zich hier erg prettig bij voelt? Heeft dit te maken met de missie van de Ziel of is het vooral de comfortzone die opgebouwd wordt op deze manier?

Als je je laat leiden door Vreugde, zie je dit dan als een bevestiging dat je het spoor volgt van de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf?

***Vreugde van het ego,  
heeft niets te maken met de samenwerking met de Ziel, het hogere Zelf.  
Het is vaak het tegenovergestelde.***

Mocht je tot de conclusie zijn gekomen dat het worden van de snelste sporter op het één of ander onderdeel, vast niet de missie is van diens hogere Zelf, dan kun je vraagtekens zetten bij de Vreugde die zo iemand ervaart. Deze Vreugde is een uiting van het ego, de persoonlijkheid, en niet van diens Ziel, diens hogere Zelf. Bij de zoekers op het spirituele pad, spelen dezelfde principes een grote rol, op hun eigen terrein.

Als iemand in de loop van de jaren, door Zelfkennis, de verlangens van het ego steeds beter leert kennen, en er bewust voor kiest hier niet al te veel aandacht meer aan te besteden, komt er meer ruimte voor de samenwerking met het hogere Zelf. Die krijgt dan meer ruimte om diens missie kenbaar te maken aan de mens in incarnatie, aan jou dus.

We krijgen dan een *keuze* in hoeverre wij daaraan mee willen werken, ook al kunnen we zelden de gevolgen overzien van de weg die we dan ingaan. Ook al kun je meestal niet goed overzien waar je uit komt als je deze weg volgt, de grondtonen van eenvoud en soberheid zijn vaak wel goed te herkennen. Dit zijn betrouwbare bakens langs de weg.

Als je ervoor kiest het spirituele pad in te gaan, dan betekent dit niet dat je dan onmiddellijk een praktijkje als alternatief therapeut zou moeten beginnen of een (volgend) boek zou moeten schrijven.

Als je hier toch voor kiest en je ervaart grote Vreugde, dan zou je je af kunnen vragen of dit de Vreugde is van jouw hogere deel of eigenlijk vooral de Vreugde van jouw ego, misschien zonder dat je in eerste instantie goed in de gaten hebt wat er gebeurt.

***Enkel en alleen de ervaring van Vreugde  
is geen enkele garantie dat je het juiste spoor volgt,  
dat wil zeggen het spoor dat in overeenstemming is met jouw innerlijke weten.***

Vreugde wordt vaak beschouwd als een soort van eindpunt, een teken van welslagen, maar dit is heel misleidend. Het ego ontleent veel Vreugde aan de invulling van allerlei verlangens die er in ons ikje, onze persoonlijkheid, leven, maar dit is geen teken dat er sprake is van samenwerking met ons hogere Zelf.

Als iemand een formidabele prestatie neerzet op sportgebied bijvoorbeeld, dan kan dit weliswaar veel Vreugde geven bij het ego maar het zal niet de missie van het hogere Zelf zijn die hiermee is gediend. Het hogere deel is gericht op het verbeteren van onze wereld maar het beter presteren van onze sporthelden is daar geen onderdeel van. Ons hogere Zelf vindt dit soort dingen niet zo belangrijk.

***Vreugde (van het ego) kan heel misleidend zijn.***

Als je ervoor kiest meer aandacht te besteden aan jouw eigen spirituele ontwikkeling, dan betekent dit in alle eenvoud het op je nemen van je eigen spirituele huiswerk, dat in de diepte van jouw hart op je ligt te wachten totdat jij hier ruimte voor wil maken. Dit betekent dat je andere dingen dan meer achterwege laat.

Wanneer je jouw ego veel ruimte geeft om diens eigen verlangens in te vullen, dan zal het gewoonlijk veel langer duren voordat je verder kunt werken aan de opbouw van een bewustere samenwerking met jouw hogere Zelf. Door Zelfkennis, kun je deze verlangens van het ego opsporen. Het volgen van de weg van Zelfkennis betekent dat je jezelf voortdurend observeert en jezelf in belangrijke situaties afvraagt “Hoe reageer ik nu?” en “Waarom reageer ik zo?”

Als je wil proberen onderscheid te maken tussen de Vreugde van jouw ego en de Vreugde van het hogere Zelf, dan is het van belang volkomen eerlijk tegenover jezelf te zijn. In praktijk is het ervaren van de ontroerende Vreugde van de Ziel in de diepte van het hart, voor de meeste zoekers op het spirituele pad een zeldzame ervaring.

***Zowel de lichte kant als de donkere kant werken met Vreugde.***

De lichte kant geeft Vreugde om het spoor van het hogere Zelf duidelijk te maken. De donkere kant stimuleert mensen om de verlangens van hun ego uit te leven door hun Vreugde te geven.

Bij veel mensen is de norm geworden dat Vreugde altijd “goed” is, dat wanneer mensen Vreugde ervaren, je er dan eigenlijk niets anders meer van mag vinden. Het is alsof er een soort van taboe rust op dit gebied, een soort van betovering, waar je moeilijk onderuit kunt komen en waarbij het moeilijk is te zien wat er eigenlijk gebeurt.

Maar de Vreugde van de dronkenman en de Vreugde van de carnaval-vierder dragen niet bij aan een betere wereld, vanuit het standpunt van ons hogere Zelf beschouwd, hoewel dit op zichzelf hele leerzame ervaringen kunnen zijn.

Het is in ons dagelijkse leven gebruikelijk geworden om dit als normaal te beschouwen. Wij gunnen immers iedereen z'n eigen geluk, zo is dan vaak het uitgangspunt. Toch kan het heel leerzaam zijn om wel goed te blijven zien wat er in feite gebeurt, en te herkennen wanneer mensen de verlangens van hun ego uitleven en wanneer mensen de samenwerking zoeken met hun hogere Zelf.

Er is een groot verschil tussen de narcistische Vreugde van het ego en de Vreugde van iemand die af en toe voelt een klein schakeltje te zijn in een heel groot raderwerk, waarin het er om gaat van deze wereld een betere plaats te maken, een plaats waarin mensen beter hun lessen kunnen leren dan tot nog toe gebruikelijk is.

***Narcistische Vreugde trekt zich van niets en niemand iets aan,  
en is slechts gericht op het eigen geluk en het eigen genot.***

In zo'n toestand houdt iemand er gewoonlijk volstrekt geen rekening mee of er misschien overlast ontstaat voor anderen of dat er op de één of andere manier schade ontstaat, misschien zelfs aan zichzelf. Het is alsof iemand het innerlijke kompas in zo'n situatie niet meer goed kan aanvoelen en juist door deze toestand van Vreugde van het ego, voortdurend handelt tegen beter weten in.

De Vreugde van het ego heeft veel overeenkomsten met zelfgenoegzaamheid. Dit betekent minder waakzaam zijn en niet meer openstaan voor de subtiële signalen van jouw hogere deel.

Wanneer jouw hart van binnenuit verder wordt geopend door jouw hogere Zelf, kun je deze twee verschillende soorten Vreugde steeds beter van elkaar onderscheiden. Je kunt dan ook steeds bewustere keuzes maken welke weg jij zelf wil volgen.

Het doel van ons evolutieproces is het leren van onze lessen en niet zozeer het bereiken van Vreugde. Als je de ontroerende Vreugde ervaart die het gevolg is van de samenwerking met de Ziel, dan is dit een hele heilzame ervaring en een betrouwbaar baken langs de weg, maar het bereiken hiervan zou geen doel op zichzelf moeten zijn.

***Vreugde geeft vaak een gevoel van overwinning  
maar een overwinning van het ego  
is vaak een verlies voor het hogere Zelf.***

Als je van plan bent jouw eigen tuintje goed te onderhouden, dit te bemesten met voedzame mest en het onvermijdelijke onkruid zo veel mogelijk te verwijderen, dan is het raadzaam nog eens heel specifiek naar het plantje te kijken dat Vreugde wordt genoemd.

\*\*\*

## Seksualiteit beschouwd vanuit het hogere Zelf

*Velen van ons worstelen met het ontwikkelen van een juiste visie over seksualiteit. Hoe zou het hogere Zelf dit zien? In dit artikel wil ik beschrijven hoe de Ziel, ons hogere deel, dit ziet.*

Over allerlei onderwerpen waar wij in ons dagelijkse leven tegenaan lopen wordt op “de weide” veel uitgelegd, het gebied waar ons bewustzijn naar toe gaat als ons lichaam in slaapmodus is. Er wordt door onze leraren, onze hogere Zelfen, veel uitgelegd over die gebieden die voor ons grote moeilijkheden opleveren en waar velen van ons struikelen. Seksualiteit is zo’n onderwerp waarover ons hogere Zelf een hele andere visie heeft dan gebruikelijk is geworden in onze samenleving.

Grote probleem bij seksualiteit is de aanwezigheid van lust, begeerte, opwinding of hoe je het ook wil noemen. Het gevolg hiervan is dat het daardoor veel moeilijker wordt om te handelen vanuit een sterke gerichtheid op je innerlijke kompas. Voor zover mensen in hun gewone dagelijkse leven hun innerlijke weten *niet* volgen, zullen ze dat zeker ook niet doen waar het gaat om ervaringen op het gebied van seksualiteit. In zo’n situatie ontstaat er gewoonlijk schade.

Waar mensen in hun gewone dagelijkse leven *wel* proberen hun intuïtief aanvoelen te volgen, is dat op het gebied van seksualiteit aanzienlijk moeilijker door de verstorende invloed van lust. Het is alsof deze sterke energie het je moeilijk of misschien zelfs onmogelijk maakt jouw innerlijke kompas goed te volgen.

Lust en opwinding zijn onderdeel van onze leeromgeving en wanneer ons evolutieproces eind 2022 helemaal in evenwicht is gebracht, zal deze verstorende energie er nog steeds zijn, hoewel niet meer zo sterk als in de periode vóórdat ons evolutieproces werd aangepast.

Naarmate we meer inzage hebben in de manier waarop onze hogere Zelfen dit thema zien, kunnen wij een betere visie ontwikkelen en leren op een betere manier met seksualiteit om te gaan, dat wil zeggen op zo’n manier met seksualiteit omgaan dat dit steeds meer in overeenstemming is met de Wijsheid van onze Ziel, ons hogere deel.

***Vanuit de hogere Zelfen beschouwd,  
is je motivatie (intentie) uitermate belangrijk bij alles wat je doet.***

Goede motieven brengen goede gevolgen voort, terwijl slechte motieven gewoonlijk leiden tot slechte gevolgen. Met goed bedoel ik motieven die overeenkomen met de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf. Met slecht bedoel ik motieven die botsten met jouw innerlijke weten.

Het uitleven van lust is vanuit die achtergrond beschouwd een motief dat niet goed aansluit bij de Wijsheid van jouw hogere deel. Met andere woorden als je vanuit pure lust deelneemt aan seksualiteit, dan is dat vanuit het hogere Zelf beschouwd iets wat niet in overeenstemming is met jouw innerlijke weten. Je zou dan eigenlijk in de diepte van jouw hart aan moeten voelen dat je dit beter niet kunt doen, maar juist door de verstorende invloed van lust (begeerte) is het dan moeilijk om dit innerlijke weten nog goed aan te blijven voelen.

Als je vanuit macht seksualiteit wil beleven, dan is dit vanuit het hogere Zelf beschouwd ook geen goed motief. Ook in zo’n situatie zal dat geen goede gevolgen opleveren, beschouwd vanuit jouw hogere deel, ook al kun je vanzelfsprekend ook hiervan leren. Als je seksualiteit opzoekt vanuit verkeerde motieven, dan zal er altijd schade ontstaan voor jezelf en de ander, hoewel het heel goed kan zijn dat dit je niet opvalt.

Als je bijvoorbeeld steeds opnieuw seksualiteit wil beleven vanuit macht, dan bevestig je daardoor dat je jouw innerlijke weten niet wil volgen op dit gebied. Je handelt dan tegen beter weten in. De donkere kant kan dan steeds beter aansluiten op jouw intentie, op dezelfde manier als het hogere Zelf kan aansluiten wanneer jouw motieven overeenkomen met de Wijsheid van jouw hogere deel. Als jouw motieven steeds meer overeenkomen met wat de donkere kant van plan is, dan word je steeds meer een kanaal voor de donkere kant. Als jouw motieven steeds meer overeenkomen met de Wijsheid van jouw hogere Zelf, dan word je steeds meer een kanaal voor jouw hogere deel. Jouw dieperliggende motivatie is bepalend voor de aansluiting die je maakt, hetzij met de donkere kant, hetzij met jouw hogere Zelf, misschien zonder dat jij je hier zo van bewust bent.

***Jouw motivatie (intentie) is heel belangrijk bij de vraag  
of je aansluiting krijgt bij de donkere kant of met jouw hogere Zelf.***

Je zou je af kunnen vragen of er goede motieven zijn van waaruit je seksualiteit zou kunnen beleven, op zo'n manier dat dit in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

Het is zinvol onderscheid te maken tussen intiem lichamelijk contact en geslachtsgemeenschap. Intiem lichamelijk contact is heel goed mogelijk zonder geslachtsgemeenschap. Bij massage en knuffelen bijvoorbeeld, is er wel sprake van intiem lichamelijk contact maar is er geen geslachtsgemeenschap. Massage en knuffelen kunnen heel goed in werking worden gezet vanuit goede motieven, dat wil zeggen motieven die in overeenstemming zijn met de Wijsheid van de Ziel. Bij geslachtsgemeenschap ontstaat er een hele andere situatie, omdat dit alleen maar mogelijk is als een man al een flinke erectie heeft gekregen.

***Een erectie is het gevolg van lust (begeerte),  
een man krijgt geen erectie vanuit Genegenheid (Liefde).***

Met andere woorden zodra een man een erectie heeft gekregen en daardoor fysiek voldoende is voorbereid voor geslachtsgemeenschap, is die situatie ontstaan door lust (begeerte). Juist dat motief is vanuit het hogere Zelf beschouwd, geen goed motief, het botst met het innerlijke weten.

***Geslachtsgemeenschap botst daarom met de Wijsheid van het hogere Zelf.***

De Zieneressen uit ver vervlogen tijden hadden nog de beschikking over deze kennis en vermeden daarom relaties zoals wij die kennen, hoewel ze onderling wel veel intiem lichamelijk contact hadden. Dit heeft niets te maken met wat we tegenwoordig lesbische verhoudingen zouden noemen, het was eenvoudig een goede verzorging van het stoffelijke lichaam en de omringende energievelden.

De Zieneressen waren in de loop van de geschiedenis de Hoeders van Genegenheid en zij wisten heel goed hoe je dit tot uitdrukking kon brengen op het gebied van intiem lichamelijk contact. Juist op dat gebied zijn er hele mooie mogelijkheden om een kanaal te zijn voor Genegenheid (Liefde), vanuit een diepe sympathie voor je partner.

De Zieneressen konden lange tijd elkaars energievelden voeden, door kanalen te zijn voor Genegenheid (Liefde). Zij konden veel bereiken door middel van wat wij tegenwoordig een soort van massage zouden noemen. Massage zoals de Zieneressen dat ooit deden, was buitengewoon heilzaam, zowel voor de ontvanger als voor de gever.

De Zieners leefden vaak in een strikte vrouwengemeenschap, waar geen man in de buurt mocht komen. Er waren goede redenen waarom men dit zo had georganiseerd. De Zieners wisten dat geslachtsgemeenschap met een op lust gerichte man, een verwoestend effect zou hebben op hun vermogens. Het binnenlaten van een man in hun gelederen, zou daarom voor de zeer fijngevoelige Zieners gewoonlijk tot grote moeilijkheden leiden. Het zou al heel snel een aantasting zijn van hun gevoel van veiligheid.

Vanwege de buitengewoon droevige ervaringen die vrijwel alle Zieners met mannen en met geslachtsgemeenschap hebben opgedaan in de afgelopen duizenden jaren, hebben nagenoeg alle Zieners een diep weggestopte haat tegenover mannen op de bodem van hun hart. Als je begint aan een volgend leven, neem je deze gevoelens in de diepte van je hart met je mee. Je begint nooit blanco aan een nieuw leven. In de loop van het schoonmaakproces waarin je oud zeer in jouw hart opruimt, kom je dit vanzelf tegen. In eerste instantie worden deze gevoelens vaak hardnekkig ontkend, maar als je meer de diepte in gaat, kom je deze gevoelens vanzelf tegen. Het heeft geen zin dit geforceerd op te zoeken maar het heeft eveneens geen zin deze gevoelens van haat en walging te ontkennen als die zich aandienen. Het doorleven van deze gevoelens is onderdeel van het schoonmaakproces van het hart. Door hier voldoende ruimte voor te maken kun je meer doorstroming krijgen in jouw hart, waardoor de samenwerking met jouw hogere Zelf sterker kan worden in de loop van de jaren.

Als je gedurende vele eeuwen te maken hebt gekregen met verkrachtingen, dan zet zich dat vast in de diepte van jouw hart. Als je opnieuw wordt geboren als meisje, dan neem je al deze gevoelens met je mee, ook al ben je hier in eerste instantie misschien niet van bewust. Je kunt dan op lust gerichte mannen als heel bedreigend ervaren.

Genegenheid (Liefde) is een goed motief om intiem lichamelijk contact te beleven, het is in overeenstemming met de Wijsheid van de Ziel, het hogere Zelf. Lust (begeerte) is een verkeerd motief om intiem lichamelijk contact te willen beleven, het botst met de Wijsheid van het hogere deel.

***Genegenheid (Liefde) en lust (begeerte) sluiten elkaar uit.***

***Waar veel Genegenheid is, daar zal weinig lust zijn.***

***Waar veel lust is, daar zal weinig Genegenheid zijn.***

De verst gevorderde Zieners hadden in het verre verleden vermogens waar zij begeerte (lust) mee konden neutraliseren, zowel bij zichzelf als bij degene waar ze intiem lichamelijk contact mee deelden. Sommige Zieners zullen weer met dit vermogen kunnen werken als de samenwerking met hun hogere Zelf weer voldoende is opgebouwd. Dit maakt juist deze Zieners heel geschikt om veel te kunnen doen op het gebied van massage, zonder het gevaar hierin weg te glijden.

Vrouwen die in de diepte van hun hart voelen dat ze rondlopen met gevoelens van haat en walging ten opzichte van mannen, zouden er goed aan doen hiermee aan de slag te gaan, en hier niet mee rond te blijven lopen. Soms kan het helpen een vrouwelijke masseur op te zoeken en heel bewust betere ervaringen op te doen met intiem lichamelijk contact.

Mannen die deelnemen aan geslachtsgemeenschap zouden zich op hun beste momenten eens kunnen afvragen waarom zij hieraan meedoen. Ze zouden zich in diepe meditatie af kunnen vragen in hoeverre dit in overeenstemming is met de Wijsheid van hun Ziel. Ze zouden zich kunnen afvragen in hoeverre hun deelname aan seksualiteit gebaseerd is op het uitleven van hun lust en het dienen van hun eigen belangen, beide motieven botsen met hun innerlijke weten.

Als jij bereid bent dit grondig te onderzoeken, kun je daar tijdens meditatie een heel stuk verder mee komen en daar veel meer zicht op krijgen. Het leven is een leerproces en dat geldt ook voor het thema seksualiteit. Dit terrein is buitengewoon moeilijk geworden door de verstorende invloed van lust (begeerte). Het kan daarom voor alle mensen die hun innerlijke weten willen volgen, belangrijk zijn hun eigen gewoontes op dit gebied zorgvuldig te onderzoeken en opnieuw tegen het licht te houden. Als je hier moeite voor doet, dan kan jouw hogere Zelf je ook hierover veel meer helderheid geven. Naarmate jij meer je best doet, kan jouw hogere deel meer aangeven.

Ook op dit gebied zie je vaak dat gewoontes van de grote massa zomaar worden overgenomen, zonder dat je je ooit hebt afgevaardigd wat je hier *zelf* eigenlijk van vindt. Net zoals ook op allerlei andere terreinen de visie van anderen vaak zomaar wordt overgenomen, speelt dit ook een grote rol op het gebied van seksualiteit. Nu er aanzienlijk betere mogelijkheden zijn gekomen om samen te werken met het hogere Zelf, is het een heel geschikt moment om ook jouw eigen waardebeoordeling op dit gebied opnieuw te bekijken.

Als je een geschikte partner zoekt om ervaringen mee te delen op het gebied van intiem lichamelijk contact, dan zou je er goed aan doen te letten op de manier waarop iemand in het gewone dagelijkse leven staat. Als iemand in het gewone dagelijkse leven probeert het innerlijke weten te volgen en probeert een bijdrage te leveren aan het verbeteren van onze wereld, dan heb je een betere uitgangspositie dan wanneer je een partner hebt die het innerlijke weten *niet* volgt en wordt voortgedreven door eigenbelang, het streven naar macht en het uitleven van zijn driften.

***Je zou er goed aan doen een partner die in het gewone dagelijkse leven  
zijn innerlijke weten niet wil volgen,  
niet aan jouw lichaam te laten komen.***

Dit betekent dat je heel zorgvuldig een partner uit zou moeten zoeken waarmee jij ervaringen wil delen op het gebied van intiem lichamelijk contact. Mocht je in een relatie terecht zijn gekomen met een partner die het innerlijke weten volstrekt *niet* wil volgen, dan is zo'n partner ongeschikt om ervaringen mee te delen op het gebied van intiem lichamelijk contact. Zo eenvoudig is het.

***Veel mensen genieten van “de verkeerde dingen”,  
dat wil zeggen ze genieten van dingen  
die niet in overeenstemming zijn met hun innerlijke weten.***

Als mensen genieten van dingen die schadelijk zijn voor hun stoffelijke lichaam zoals roken, het gebruik van allerlei soorten drugs, overmatig eten, etc. dan vertaalt zich dit gewoonlijk ook in het genieten van de verkeerde manier om met intiem lichamelijk contact om te gaan. Met andere woorden deze mensen genieten dan van ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact die schadelijk zijn, beschouwd vanuit hun hogere Zelf.

Zolang mensen dit niet *zelf* ervaren als een probleem, zal hier waarschijnlijk weinig aan veranderen. Omdat de meerderheid van de mensheid het innerlijke weten *niet* volgt, vertaalt zich dit in overeenkomstige normen en waarden op het gebied van seksualiteit. De minderheid die het innerlijke kompas *wel* wil volgen, zal dus op zoek moeten gaan naar normen en waarden op het gebied van intiem lichamelijk contact die voor *hen* goed aanvoelen, ook als dit afwijkt van wat de grote massa hiervan vindt. Hier zal meestal grondig onderzoek voor nodig zijn, voordat je voor jezelf duidelijk hebt hoe je hier in jouw eigen specifieke situatie het beste mee om kunt gaan, zodanig dat je voelt dat dit in overeenstemming is met de Wijsheid van jouw hogere Zelf.

***Intiem lichamelijk contact is vooral een uitwisseling van energie.***

Het wordt daarom voor hooggevoelige mensen steeds moeilijker een geschikte partner te vinden waarmee ze ervaringen op dit gebied willen delen. Naarmate energievelden van mensen vervuild raken door de motieven van waaruit ze in het leven staan, wordt het voor hooggevoelige mensen steeds bezwaarlijker om hiermee in aanraking te zijn, laat staan dat je met zo iemand ervaringen van intiem lichamelijk contact zou willen delen. Dit contrast zal in de komende jaren groter worden omdat er nu hele mooie mogelijkheden zijn voor de hooggevoelige mensen om zich verder te ontwikkelen door de samenwerking met hun hogere Zelf bewust op te bouwen. Met andere woorden juist de hooggevoelige mensen kunnen nog een heel stuk verder groeien, waardoor ze nog veel gevoeliger worden dan ze nu al zijn.

***Er is grote behoefte aan vrouwelijke masseurs  
die door massage mooie ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact  
kunnen aanbieden aan hooggevoelige mensen.***

Als deze vrouwelijke masseurs werken vanuit goede motieven, kunnen ze daardoor kanalen zijn voor Genegenheid. Dit is zowel voor degene die masseert als voor degene die gemasseerd wordt, een heilzame ervaring. Als je op deze manier massages verzorgt, vanuit een soepele wisselwerking met jouw hogere Zelf, dan is dit heel intensief werk. Dit betekent in praktijk dat je niet meerdere massages op één dag kunt uitvoeren. Je zou er dan goed aan doen maximaal één persoon per dag te masseren.

Tallose vrouwen zijn op het gebied van seksualiteit en intiem lichamelijk contact ernstig beschadigd in de afgelopen duizenden jaren. Er zijn op dit gebied heel veel traumatische ervaringen opgedaan, met name binnen de groep Zieneressen. Veel vrouwen zijn zich er niet goed van bewust dat dit thema onderhuids een belangrijke rol speelt in hun leven. Als veel vrouwen in de komende jaren meer ruimte gaan maken voor het schoonmaken van hun hartcentrum, dan is dit een thema dat velen tegen zullen komen, ook degenen die dit nu proberen te ontkennen of proberen dit weg te stoppen. Mocht je als vrouw het gevoel hebben dat dit thema bij jou geen enkele rol speelt, dan is de kans vrij groot dat je dit na verloop van tijd anders gaat zien, en je uiteindelijk toch gaat merken dat er in de diepte van jouw hart heel veel angst en woede leeft, ten opzichte van mannen.

***Het wordt in onze samenleving als positief beschouwd  
wanneer je goed in staat bent lust op te wekken bij jouw partner.  
Maar dit botst flink met het innerlijke weten.***

Het is alsof het opwekken van lust de standaard is geworden voor een geslaagde relatie. Maar vanuit het standpunt van het hogere Zelf beschouwd, is het opwekken van lust (begeerte) bij je partner iets wat je beter *niet* kunt doen. Als je weet dat jouw partner in het gewone dagelijkse leven al de grootste moeite heeft om het innerlijke kompas te volgen, dan weet je ook dat je het voor jouw partner nog een stuk moeilijker maakt het innerlijke kompas te volgen wanneer jij doelbewust probeert lust (begeerte) op te wekken. Als jouw partner steeds minder in staat is het innerlijke weten te volgen, dan zullen ervaringen op het gebied van intiem lichamelijk contact steeds minder voedend zijn. Genegenheid is iets waar wij als mensen niet zelf over kunnen beschikken en wat slechts stroomt als wij handelen in overeenstemming met de Wijsheid van het hogere Zelf. Als iemand er voor kiest lust op te wekken, dan stagneert daardoor de instroom van Genegenheid en glijdt iemand snel af in een neerwaartse spiraal van lust.

*Als jij bewust probeert lust op te wekken,  
zul je daardoor niet de steun krijgen vanuit jouw hogere Zelf.  
Daarom kan er dan ook geen Genegenheid stromen.*

Je zou er daarom goed aan doen geen lust (begeerte) meer op te wekken bij jouw partner, zodat je het niet nog moeilijker maakt het innerlijke weten te volgen op dit gebied. Je kunt daarmee proberen te voorkomen dat je gezamenlijk wegglijdt in een neerwaartse spiraal van energie, die je steeds verder bij jouw hogere Zelf vandaan voert.

Onze lichamen hebben “een willetje van zichzelf”, zeker wanneer ze op intieme plaatsen op een verkeerde manier worden aangeraakt. Wij kunnen dan, als bewoners van ons stoffelijke lichaam, *keuzes maken* welk spoor wij willen volgen. Als mensen gewend zijn het spoor te volgen van “go with the flow”, dan is het duidelijk waar je dan uitkomt. Je volgt dan in feite het spoor van lust, en gaat daardoor in een spiraal naar beneden. Je vervreemdt dan van jouw innerlijke weten, de aansluiting met jouw hogere Zelf raakt dan steeds verder weg.

Het is in zo’n situatie belangrijk te beseffen dat je op zo’n moment een *keuze* kunt maken hoe je verder wil gaan. Als je merkt dat je in zo’n neerwaartse spiraal terechtkomt van steeds meer lust (begeerte), waardoor je jezelf steeds meer kwijtraakt, dan zou je er ook voor kunnen kiezen om dan maar gewoon te stoppen. Pas wanneer je Genegenheid voelt stromen, kun je op een veilige manier ervaringen opdoen op het gebied van intiem lichamelijk contact. Zolang je geen Genegenheid voelt stromen, zou je beter geen ervaringen kunnen delen op dit gebied.

*Je kunt pas op een goede manier  
ervaringen delen op het gebied van intiem lichamelijk contact,  
wanneer je voelt dat dit in overeenstemming is met jouw innerlijke weten.*

Dit betekent in praktijk dat je er goed aan zou doen allerlei situaties waarin er sprake is van intiem lichamelijk contact, zorgvuldig te onderzoeken op een geschikt moment, en niet zomaar dingen te doen omdat je het gevoel hebt dat dit nu eenmaal van jou wordt verwacht en je het misschien moeilijk of vervelend vindt om je grenzen aan te geven of eenvoudig “nee” te zeggen.

De normen en waarden op het gebied van seksualiteit die gebruikelijk zijn in onze samenleving, botsen verschrikkelijk met de visie van onze hogere Zelfen. Dit vraagt daarom grondig onderzoek voor degenen die aanvoelen dat de normen en waarden zoals ze die nu hanteren niet in overeenstemming zijn met hun innerlijke weten.

*De donkere kant probeert ons aan te leren dat seksualiteit Liefde zou zijn  
en dat Liefde seksualiteit zou zijn.*

Wij zijn in de afgelopen duizenden jaren zover vervreemd van ons innerlijke weten dat velen de grootste moeite hebben om te herkennen dat dit een dwaalspoor is, dat ons door de donkere kant wordt ingeprent. Naarmate de samenwerking met het hogere Zelf weer sterker wordt, kun je ook de realiteit op het gebied van intiem lichamelijk contact weer beter herkennen. Je kunt je dan gemakkelijker losmaken van deze hersenspoeling.

*Liefde (Genegenheid) en seksualiteit, zijn twee hele verschillende dingen,  
beschouwd vanuit het standpunt van het hogere Zelf.*

Veel mensen proberen het romantische beeld hoog te houden dat kinderen zouden worden geboren vanuit Liefde (Genegenheid) maar dit is een illusie. Kinderen worden na verloop van tijd geboren als er voldoende lust (begeerte) in het spel is geweest, zo eenvoudig is het.

***Kinderen worden niet geboren vanuit Liefde (Genegenheid) maar vanuit lust.***

Doordat wij in feite nauwelijks meer enig idee hebben wat Genegenheid (Liefde) eigenlijk is, is de donkere kant erin geslaagd een alternatieve versie van Liefde te introduceren namelijk seksualiteit. Naarmate de verbinding met ons hogere deel weer verder is opgebouwd, kun je weer helderder zien hoe de situatie is, beschouwd vanuit de Wijsheid van jouw hogere Zelf. Je kunt dan voor jezelf andere normen en waarden ontwikkelen, in overeenstemming met de visie van jouw Ziel.

De grote meerderheid volgt in het dagelijkse leven *niet* het innerlijke weten en dit intuïtief aanvoelen wordt daarom ook niet gevolgd op het gebied van intiem lichamelijk contact. Voor de hooggevoeligen onder ons, is het van belang hier rekening mee te houden. Je kunt in praktijk uiteindelijk alleen jouw eigen stukje zo goed mogelijk proberen te doen, maar gewoonlijk houd je voortdurend te maken met veel andere mensen die hun eigen huiswerk *niet* op zich willen nemen en *niet* bereid zijn hun innerlijke kompas te volgen.

Dit vraagt vooral van hooggevoelige vrouwen een grote mate van waakzaamheid, voor wat betreft de keuzes die ze op dit gebied maken.

***Het is voor hooggevoelige vrouwen van groot belang  
heel zorgvuldig een geschikte partner te selecteren  
waarmee zij ervaringen delen op het gebied van intiem lichamelijk contact.***

Stel dat iedereen het spoor zou volgen van het innerlijke weten, dan zou er theoretisch een situatie kunnen ontstaan dat niemand meer deel gaat nemen aan geslachtsgemeenschap. De mensheid zou dan na enkele tientallen jaren hoogstwaarschijnlijk uitsterven. Vanuit het evolutieproces beschouwd zou dit niet echt een bezwaar zijn. Als iedereen die in stoffelijke incarnatie is zijn lessen voldoende heeft geleerd en voldoende in praktijk heeft toegepast, dan is het mensenrijk zoals wij dat kennen overbodig geworden. We zouden dan terug kunnen gaan naar “de weide” en daar ons leerproces kunnen voortzetten. Het krampachtig instandhouden van onze menselijke soort is daarom vanuit onze hogere Zelfen beschouwd niet per sé nodig.

De andere kant van de schaal is een extreme groei van de wereldbevolking zoals we die gezien hebben in de afgelopen eeuw. Dit is een gevolg van de activiteiten van de donkere kant die de vermenigvuldiging van de menselijke soort blijkbaar hoog op zijn agenda had gezet.

Dit streven is terug te vinden in het Bijbelse uitgangspunt “Gaaf heen en vermenigvuldigt u”. Deze *opdracht* die de mensheid van deze god heeft meegekregen, heeft geresulteerd in een enorme groei van de wereldbevolking. De gevolgen hiervan zijn dat we nu met veel te veel mensen aanwezig zijn op onze kleine planeet. Dit veroorzaakt grote moeilijkheden, die te voorkomen waren geweest als we een heldere visie zouden hebben gehad op het thema seksualiteit, en de sturende kracht daarachter vanuit de donkere kant. Die heeft op deze manier gezorgd voor grote moeilijkheden in ons gewone dagelijkse leven, die in de kern worden veroorzaakt doordat er te veel mensen boven op elkaar wonen en leven. Er is daardoor letterlijk te weinig ruimte om je goed te kunnen ontwikkelen.

Door een betere visie te ontwikkelen op wat eigenlijk het doel is van ons leven (de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid), kan er meer besef komen dat het *niet* zinvol is om ons op grote schaal voort te planten. Het zou beter zijn om te kiezen voor de kwaliteit van het leven dan voor nog meer mensen erbij maken. Toch is onze maatschappij ingericht op het vermeerderen van ons inwoneraantal. Gelukkig zijn er in de komende periode hele mooie mogelijkheden om deze dingen opnieuw te onderzoeken, voor wie dat wil.

Je zou je af kunnen vragen hoe je (weer) een kanaal voor Genegenheid zou kunnen worden. Er is immers grote behoefte aan meer Genegenheid in onze samenleving. Genegenheid kan in belangrijke mate meehelpen oude en diepe wonden in het hart te genezen. Genegenheid helpt ook mee om onze lessen beter te kunnen leren en dieper te kunnen begrijpen. Genegenheid is zelfs goed voor het stoffelijke lichaam.

***Je kunt een kanaal worden voor Genegenheid  
door geduldig je eigen spirituele huiswerk op je te nemen  
en te leren samenwerken met jouw hogere Zelf.***

Als je daardoor uiteindelijk steeds meer zicht krijgt op de missie waar jouw Ziel aan werkt, en ervoor kiest om daar actief aan mee te werken, dan krijg je steeds meer verbinding met jouw hogere deel. Het gevolg hiervan is dat je dan ook steeds meer de instroom voelt van Genegenheid, die dan steeds meer door jou heen kan stromen. Iedereen kan een kanaal zijn voor Genegenheid maar de Zieneressen hebben hier van nature veruit de beste mogelijkheden voor.

De Zieneressen, de hoeders van Genegenheid, hebben in deze periode *zelf* nog nauwelijks ervaring met Genegenheid, laat staan met de geconcentreerde versie hiervan, amrita. Vaak wordt dit beschouwd als een mythe maar ooit was dit het domein van de Zieneressen, die hier bewust mee konden werken. In de afgelopen duizenden jaren is dit steeds minder gaan stromen en in onze generatie zijn zelfs de herinneringen hieraan ver weggeraakt.

***Amrita is geconcentreerde Genegenheid.***

Als de Zieneressen in de komende periode weer meer naar hun kracht groeien, kunnen zij ook hier weer ervaringen mee opdoen. Zij kunnen dan weer kanalen zijn voor Genegenheid, zoals het ooit is geweest. Zij kunnen dan ook weer *zelf* ervaren wat amrita is. Dit is de energie die nodig is voor het genezen van diepe verwondingen in het hart. Dit is de energie waar de Zieneressen in de komende jaren weer mee kunnen werken, als de samenwerking weer is opgebouwd met hun hogere Zelf.

\*\*\*

## Als de maskers vallen

*De mensen die de weg van bewustzijnsontwikkeling volgen, kijken verlangend uit naar het instromende licht waar velen al zo lang op hopen, maar wat mag er worden verwacht wanneer dit licht steeds feller gaat schijnen? Zou het zo zijn dat je alles dan vanuit “een roze bril” gaat zien en heel gelukkig wordt met alles wat je dan steeds beter gaat herkennen of is dit maar een stukje van het verhaal?*

Bewustzijnsontwikkeling betekent dat je dingen steeds beter gaat herkennen en jij je steeds beter bewust wordt van dingen die al lange tijd gaande zijn maar die je daarvoor niet goed kon zien. Als het licht flink gaat schijnen ga je allerlei dingen beter zien, zowel de mooie dingen als de dingen die je misschien helemaal niet mooi vindt maar die je door het instromende licht wel beter gaat zien. Je kunt dit vergelijken met een kamer waar allerlei spulletjes in staan. Als het donker is, zie je niet wat er in die kamer staat, ook al sta je er zelf middenin. Als een klein lampje steeds feller gaat schijnen, ga je pas zien wat er al die tijd al in die kamer stond. Misschien herken je allerlei spulletjes die je mooi vindt maar het kan ook zijn dat je dingen tegenkomt die je helemaal niet mooi vindt en die je liever niet was tegengekomen.

Als het instromende licht flink op gang begint te komen, gaan wij allerlei dingen beter herkennen die er misschien al vele jaren zijn maar die we niet goed konden zien voor wat het in werkelijkheid is. De maskers die ooit verhulden wat het ware gezicht is van iets of iemand, gaan dan steeds meer wegvallen, waardoor we steeds beter kunnen herkennen wat er al die tijd al speelde en waar iemand eigenlijk al die tijd mee bezig was. Zowel de waardevolle adviezen van velen als de onzin worden daardoor steeds beter herkend. Ons onderscheidingsvermogen wordt hierdoor sterk ontwikkeld.

Dit betekent heel concreet dat veel goeroes van hun voetstuk zullen vallen. Als hun maskers afbrokkelen doordat het instromende licht hen ontmaskert, zullen veel van hun volgelingen schrikken van wat ze met hun innerlijke ogen zien. Ze gaan dan de misleidingen veel beter herkennen die allerlei goeroes al vele jaren hebben verkondigd.

***Als de maskers doorzichtig worden,  
zullen veel goeroes van hun voetstuk vallen.***

Dit betekent ook dat veel wantoestanden in onze maatschappij veel beter zichtbaar zullen worden. De #MeToo beweging is hier een heel mooi voorbeeld van. Dit is een gevolg van het instromende licht, waardoor de publieke opinie verschuift en mensen in machtsposities worden genoodzaakt te stoppen met ernstig grensoverschrijdend gedrag.

Het instromende licht zal er ook voor zorgen dat de wereldgodsdiensten door hun volgelingen met andere ogen zullen worden bekeken. Het gevolg hiervan zal onvermijdelijk zijn dat veel volgelingen zullen afhaken en een andere weg gaan proberen, een weg die beter aansluit bij wat ze intuïtief aanvoelen in de diepte van hun hart.

***Naarmate het hart verder is geopend,  
kun je het instromende licht beter ontvangen.***

Als je open staat voor het instromende licht, dan ontvang je dat van binnenuit en van bovenaf. Je ontvangt dit licht in jouw hartcentrum. Mensen met een geopend hart kunnen daardoor veel meer doen met dit instromende licht dan de mensen die hun hart nog niet zo ver hebben geopend. Voor de mensen met een volkomen afgesloten hart zal er niet zo veel veranderen, ook niet als het licht heel fel gaat schijnen.

Het instromende licht dat van binnenuit komt, heeft niet voor iedereen dezelfde gevolgen. Als je niet open staat voor het instromende licht, zal er niet zo veel veranderen. Pas als je al veel ruimte hebt gemaakt in jouw eigen hart, door je eigen spirituele huiswerk zorgvuldig op je te nemen en tijd vrij te maken voor het verwerken van veel oud zeer, kun je verder met het openen van je hart. Wanneer jouw hart steeds verder opengaat, kun je steeds beter reageren op het instromende licht.

***Het licht dat symbolisch steeds feller gaat schijnen,  
is het licht van de Ziel, het hogere Zelf.***

Dit is ons hogere deel, dat veel Wijsheid heeft opgebouwd in de loop van duizenden jaren. Vanuit deze bron wordt steeds beter belicht wat er zich in ons dagelijkse leven afspeelt. Op die manier wordt ons eigen individuele pad beter zichtbaar gemaakt, van binnenuit en van bovenaf.

Door het instromende licht worden allerlei mooie initiatieven om van deze wereld een betere plaats te maken steeds beter zichtbaar, maar ditzelfde licht onthult ook andere dingen. Dit betekent dat je onaangename dingen dan ook veel beter gaat zien. Dit kan bijvoorbeeld als gevolg hebben dat je graag wil veranderen van baan of dat je allerlei bestaande contacten opnieuw gaat bekijken en hier andere keuzes in gaat maken. Als het licht steeds feller begint te schijnen, betekent dit dat je oude vrienden vanuit vorige levens beter begint te herkennen maar het betekent ook dat je mensen beter gaat herkennen die innerlijk een heel ander spoor volgen dan wat jij voor ogen hebt.

***Als het licht feller gaat schijnen,  
herken je zowel de mooie dingen als de onaangename dingen beter.***

Het vraagt veel voorbereiding voordat we zover zijn dat we dit licht van de Ziel goed kunnen ontvangen in ons hart. Maar als we uiteindelijk toch goed door die voorbereidende fase heen zijn gekomen en voldoende ruimte hebben gemaakt in ons hart om het instromende licht te kunnen ontvangen, dan is er de moeilijkheid om goed te leren omgaan met wat we dan steeds beter zien.

Er is veel tijd nodig om te verwerken wat je door het instromende licht bent gaan zien. Dit betekent dat je ruimte nodig hebt om jouw keuzes bij te stellen aan de hand van wat je innerlijk zichtbaar is gemaakt door jouw eigen hogere deel. Jouw hogere Zelf is de beste coach die je je maar zou kunnen wensen maar de visie van jouw hogere deel en jouw eigen visie kunnen soms botsten. Het kan zelfs zo zijn dat je je in eerste instantie flink verzet tegen wat je innerlijk steeds beter gaat zien als het innerlijke licht steeds meer begint te schijnen. Dit is in praktijk een veel voorkomende reactie op het instromende licht. De persoonlijkheid, ons ego, ons ikje, probeert in eerste instantie vaak te ontkennen wat ons hogere Zelf ons voorzichtig probeert duidelijk te maken. Er is daarom veel tijd nodig om met deze dingen bezig te zijn.

Wij hebben het grote voorrecht te mogen leven in een periode waarin dit innerlijke licht steeds feller begint te schijnen. Daardoor hebben wij ongekende mogelijkheden om allerlei dingen steeds beter te gaan herkennen en ons bewuster te worden van dingen waar wij ons eerder niet zo goed van bewust waren. Dit betekent ook dat we allerlei dingen beter gaan herkennen die ons helemaal niet aanstaan en die we misschien liever niet onder ogen willen zien. Het instromende licht brengt in eerste instantie veel onzekerheden met zich mee omdat je genoodzaakt wordt veel keuzes opnieuw te bekijken. Je bestaande manier van leven zal onvermijdelijk veranderen als je het instromende licht van de Ziel, jouw hogere Zelf, binnenlaat in jouw hartcentrum. De mogelijkheden voor bewustzijnsontwikkeling zijn in onze periode bijzonder groot maar het is niet gemakkelijk hier goed mee om te gaan.

## Een vraag stellen aan jouw hogere Zelf

*Er zijn in de komende periode steeds betere mogelijkheden om heel direct te communiceren met jouw hogere Zelf. Er is steeds meer ruimte om in diepe meditatie een vraag te stellen en daarna een gevoelsmatig antwoord te ontvangen. Jouw hogere Zelf praat niet tegen jou maar geeft een gevoelsmatig antwoord. Als je toch een stem hoort in jouw hoofd zou je er goed aan doen die te negeren. Jouw hogere Zelf communiceert alleen via het intuïtief aanvoelen.*

De wisselwerking tussen ons hogere Zelf en ons, is in de afgelopen duizenden jaren moeizaam geweest, door de intense strijd tussen de goden onderling. Maar nu deze oorlog in de hemelen is beslist in het voordeel van de lichte kant, de mensen die hun innerlijke weten willen volgen, komt er weer meer ruimte voor een sterkere wisselwerking tussen ons hogere Zelf en ons.

Dit is voor nagenoeg iedereen nog erg wennen. We hebben hier nog niet zo veel ervaring mee en we weten niet goed wat de mogelijkheden zijn. We weten eigenlijk ook niet zo goed wat de gevaren zijn en waar je op zou moeten letten.

Onze expertise op dit gebied moet eigenlijk nog helemaal worden opgebouwd, maar er is nu een *begin* mogelijk met het betreden van deze weg, mits je voorzichtig te werk gaat en beschikt over de juiste kennis.

***Een betrouwbaar uitgangspunt is dat je bij iedere stap op jouw weg probeert aan te voelen of dit in overeenstemming is met jouw innerlijke weten.***

Meditatie zoals ik het zie is het afstemmen op jouw hogere Zelf. Om dit te bereiken kun je het beste proberen jouw aandacht te concentreren in het hartcentrum, het grote centrum in het midden van de borstkas. Als je jouw aandacht op die plaats richt, heb je de beste mogelijkheden om de wisselwerking met jouw hogere Zelf, op te vangen.

Er zijn talloze variaties bij meditatie maar als een soort van algemene richtlijn geeft dit de beste mogelijkheden voor mensen die hierin zijn geïnteresseerd en dit zouden willen proberen.

***De manier van mediteren  
zou het beste kunnen worden afgestemd op de mogelijkheden die er nu zijn,  
door het in evenwicht brengen van ons evolutieproces.***

Als je al eeuwenlang op ongeveer dezelfde manier hebt gemediteerd in verschillende levens, omdat je toen het idee had dat dit de beste mogelijkheid was, dan is er nu een periode nodig van heroriëntatie op de juiste manier van meditatie, in de periode waarin we *nu* leven, waarin de mogelijkheden volkomen anders zijn dan in de afgelopen duizenden jaren. De manier van mediteren zou daarom beter kunnen worden aangepast aan de mogelijkheden die er nu zijn.

Jouw Ziel, heeft nu veel meer ruimte om jou te naderen dan in de afgelopen duizenden jaren. Als jouw Ziel, jouw hogere Zelf, jou in de afgelopen eeuwen wilde naderen, dan ontstond er nagenoeg altijd eerst een confrontatie met de donkere kant, voordat jouw hogere Zelf dichterbij jou kon komen.

Met andere woorden het hechter contact vroeg van het hogere Zelf gewoonlijk een flinke krachtsinspanning, hoewel er nagenoeg niemand was die zich hiervan bewust was. De weg om verder in te dalen werd voor de hogere Zelf ernstig belemmerd door de donkere kant, die lange tijd oppermachtig is geweest in de regionen tussen ons en het hogere Zelf in.

Door de aanpassingen in ons evolutieproces, is daar nu verandering in gekomen. Ons hogere Zelf, kan ons nu veel gemakkelijker bereiken.

Eind 2022 is er een soort van eindfase bereikt in het in evenwicht brengen van ons evolutieproces, waardoor de mogelijkheden om een vraag te stellen aan jouw hogere Zelf aanzienlijk beter zijn dan in de afgelopen duizenden jaren. In de periode daar naartoe, worden de mogelijkheden geleidelijk beter voor deze directe communicatie met jouw hogere Zelf.

Als je gaat mediteren is het van belang hier een geschikt moment voor te kiezen. Niet ieder moment is geschikt voor een hechtere wisselwerking met jouw hogere Zelf. De reden hiervoor is dat jouw hogere Zelf een eigen leven heeft en een eigen programma. Sommige momenten zijn eenvoudig ongeschikt voor meditatie, omdat dit niet goed uitkomt voor jouw hogere Zelf.

***Wat in praktijk goed werkt is het kiezen van een vast moment,  
bijvoorbeeld de zondagochtend vroeg.***

Als jij hier een gewoonte van maakt en de discipline hebt om je hieraan te houden, dan zal jouw hogere Zelf proberen zich hierbij aan te passen en op zo'n moment ruimte te maken voor een hechtere wisselwerking met jou.

Voordat je gaat mediteren is het van belang zo veel mogelijk rust te scheppen in jouw directe omgeving. Een heel zacht muziekje op de achtergrond kan helpen om jouw aandacht beter te richten in jouw hartcentrum. Als je steeds mediteert op dezelfde plaats, dan bouw je daar een mooi energieveld op, waardoor de meditatie in de loop van de tijd steeds beter zal gaan.

Een geschikte houding van het lichaam is een houding waarbij je zo weinig mogelijk wordt afgeleid door jouw stoffelijke lichaam, zodat je je zo goed mogelijk kunt concentreren op de wisselwerking met jouw hogere Zelf.

De lichaamshoudingen die in de afgelopen eeuwen zijn toegepast, zijn gebaseerd op de kennis die daar *toen* over werd aangenomen, hetgeen over het algemeen niet in overeenstemming was met het innerlijke weten. Er is ook op dit gebied een heroriëntatie nodig en een soepel meebewegen met de mogelijkheden die er nu zijn, en die door het hogere Zelf, van binnenuit en van bovenaf zichtbaar worden gemaakt.

Als je in meditatie gaat, kun je vaak *voelen* dat jouw energieveld verandert. Wanneer jouw hogere Zelf jou nadert, dan merk je dit aan het uitdoven van de voortdurende stroom van gedachten, waar de meesten van ons gewoonlijk mee te maken hebben. Er komt dan meer rust.

Wanneer de toenadering verder gaat, en jouw hartcentrum voldoende is geopend, kun je **VOELEN** wanneer er aansluiting wordt gemaakt door jouw hogere Zelf.

***Naarmate jouw hartcentrum verder is geopend,  
kun je de instroom en de aanwezigheid van jouw hogere Zelf beter herkennen.***

Wanneer het hartcentrum nog niet geopend is, kun je de aanwezigheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf, niet goed registreren. Naarmate jouw hartcentrum verder is geopend, breidt jouw waarnemingsvermogen zich uit om de aanwezigheid van jouw hogere Zelf beter te kunnen herkennen.

Naarmate de wisselwerking met jouw Ziel, jouw hogere Zelf, sterker wordt, zal de instroom van Genegenheid ook sterker worden.

***Je kunt de aanwezigheid van jouw hogere Zelf  
herkennen aan Wijsheid en Genegenheid.***

***Als de wisselwerking goed op gang begint te komen  
tussen jou en jouw hogere Zelf,  
dan zou je het beste kunnen proberen om uit te stralen naar jouw hogere Zelf.***

Dit kun je doen door het te *willen*. Je kunt met jouw Wilskracht vanuit jouw hartcentrum een energiestroom van Genegenheid op gang brengen. Daardoor maakt je de wisselwerking met jouw hogere Zelf sterker.

De verbinding komt dan van beide kanten. Er is dan niet alleen een toenadering van jouw hogere Zelf naar jou, maar jij reageert daar dan op door uit te stralen. Dan komt de toenadering van beide kanten, waardoor de verbinding sterker wordt.

Als deze wisselwerking goed op gang is gekomen, zul je vaak een diepe dankbaarheid ervaren, soms misschien een gevoel van verstilde Vreugde of geluk. Als je *dit* ervaart, ben je in de gelegenheid om een vraag te stellen aan jouw hogere Zelf.

Als je een vraag wil stellen aan jouw hogere Zelf, is het van belang er eerst goed bij stil te staan wat je eigenlijk graag zou willen weten. Het is belangrijk dat jij zo veel mogelijk jouw eigen keuzes maakt en dit niet probeert af te schuiven op jouw hogere Zelf. Het is daarom over het algemeen beter om niet te vragen wat je het beste kunt doen. Het is belangrijk dat je op eigen benen staat en jouw eigen verantwoordelijkheid op je neemt voor de keuzes waar jij vóór komt te staan in jouw leven.

Je kunt jouw hogere Zelf *wel* vragen om meer inzicht in een situatie, bijvoorbeeld door de vraag te stellen: “Wat speelt er in deze situatie?”, “Wat is er in deze situatie aan de hand?”.

Jouw hogere Zelf zal dan vaak inzicht geven, dat jij intuïtief aan kunt voelen en kunt vertalen in woorden die voor jou de betekenis goed weergeven van het gevoel dat je hebt gekregen. Het inzicht dat je dan krijgt, kun jij *zelf* benutten om de situatie beter te leren begrijpen en dan te beslissen wat je het beste kunt doen.

***Jouw hogere Zelf kan inzicht geven  
maar het is aan jou om te beslissen welke keuze je wil maken.***

Als je tijdens meditatie *niet* duidelijk de aanwezigheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf, kunt voelen, dan ben je *niet* in de gelegenheid om een vraag te stellen. Als je iemand een vraag wil stellen, dan is het belangrijk eerst *zeker* te weten dat je met die persoon in verbinding bent. Dit geldt ook voor de verbinding met jouw hogere Zelf.

Als je geen idee hebt of jouw Ziel, jouw hogere Zelf, in de buurt is maar je stelt dan toch een vraag of iets dergelijks, dan is dit geen juiste manier om met elkaar te communiceren. De juiste volgorde is dat je eerst zeker weet met wie je te maken hebt, voordat je komt met een vraag.

***Het stellen van een vraag,  
zonder dat je weet aan wie je de vraag stelt,  
is niet raadzaam.***

Het gevaar is dan groot dat donkere krachten zich hierin gaan mengen. Het aanroepen van “het universum” bijvoorbeeld, is geen juiste manier om te communiceren met jouw hogere Zelf.

Mocht je een stem horen in jouw hoofd, dan is dit *nooit* de stem van jouw hogere Zelf. Die communiceert niet op die manier. Als je toch een stem hoort, dan zou je er goed aan doen die te negeren. Jouw hogere Zelf communiceert *alleen* via het intuïtief aanvoelen.

Mensen die stemmen horen in hun hoofd, komen daar meestal mee in aanraking omdat ze vanuit vorige levens contacten hebben opgebouwd met deze krachten, die nu opnieuw aansluiting proberen te maken. Het is daarom belangrijk te weten dat de lichte kant niet op die manier met mensen communiceert.

***Mensen die stemmen horen in hun hoofd,  
ervaren vaak dat die stem hen voorschrijft wat ze moeten gaan doen.***

Met andere woorden ze ervaren dan vaak een sturende kracht, die jou op de één of andere manier een bepaalde kant op probeert te krijgen, terwijl jij dat misschien eigenlijk helemaal niet van plan was en daar misschien ook helemaal geen goed gevoel bij hebt. Mensen met stemmen in hun hoofd worden vaak beïnvloed door krachten die hun leven steeds meer willen beïnvloeden, en hun dingen willen laten doen die ze niet van plan waren en die botsen met hun innerlijke weten.

Mocht je hiermee te maken krijgen dan is het van belang er volkomen zeker van te zijn dat de lichte kant niet op die manier met mensen omgaat. De lichte kant probeert inzicht te geven en is herkenbaar aan Wijsheid en Genegenheid. De lichte kant vertelt jou niet wat je per sé moet doen maar geeft zicht op de situatie en biedt mogelijkheden aan. Daarna is het aan ons om daar keuzes in te maken.

***De donkere kant dringt zich vaak op  
en zal proberen jou te dwingen om dingen te doen die jij niet wil  
en die botsten met jouw innerlijke weten.***

Wanneer je hiermee te maken hebt, kun je hier het beste niet in meegaan en dit proberen te negeren, ook al kan dit soms heel hardnekkig aan je blijven “kleven”.

Omdat dit betrekkelijk nieuw terrein is, zijn er nog niet zo veel mensen die je hiermee kunnen helpen als er moeilijkheden zijn ontstaan. Een goede paragnost, iemand die kan werken vanuit Genegenheid en probeert samen te werken met diens hogere Zelf, zou je in zo’n situatie verder kunnen helpen.

Als je een duidelijk antwoord hebt gekregen op een vraag die je hebt gesteld aan jouw hogere Zelf en je voelt dat de energie weer langzaam afneemt, dan is dit een teken dat de meditatie-sessie afgerond wordt. Maar je bent dan nog heel “open” en het is daarom raadzaam na afloop van zo’n diepe meditatie tijd te nemen om weer langzaam over te schakelen naar jouw gebruikelijke ritme. Je hebt dan tijd nodig om de ervaringen die je in meditatie hebt meegemaakt, te verwerken en als het ware op te nemen in jouw bewuste ervaringen. Er is dan ruimte nodig om dit een bewust onderdeel te laten zijn van jouw leven.

Het is daarom raadzaam om minstens een uur na afloop van zo’n diepe meditatie, ruimte te houden voor jezelf, en bijvoorbeeld niet naar een supermarkt te gaan om boodschappen te halen.

Mocht je tijdens jouw meditatie wel de aanwezigheid van jouw hogere Zelf hebben ervaren en een vraag hebben gesteld, maar naar jouw idee geen duidelijk “antwoord” hebben gekregen, dan is het van belang dit zo veel mogelijk los te laten.

Misschien dat jouw hogere Zelf hier later op terugkomt in bijvoorbeeld een droom of op een andere manier. Het kan ook zijn dat jouw Ziel, jouw hogere Zelf, de vraag minder geschikt vindt om op te reageren. Er kunnen ook andere redenen zijn dat je geen duidelijk “antwoord” hebt opgevangen.

Het is belangrijk dat je jouw hogere Zelf volkomen vrij laat en hier niet aan gaat “hangen” of aan gaat “trekken”. Jouw hogere Zelf is veel gevoeliger dan jij en merkt onmiddellijk wanneer jij gaat “hangen” of gaat “trekken”. Dit geeft een verstoring in de verbinding en belemmert de wisselwerking.

***Jouw hogere Zelf is geen belangenbehartiger voor jou persoonlijk  
en is geen probleemoplosser.***

De moeilijkheden die jij tegenkomt op jouw weg, zijn onderdeel van jouw pakket. Jouw hogere Zelf mag meestal helpen maar het is belangrijk jouw eigen verantwoordelijkheid hierin op je te nemen. Het is van groot belang jouw hogere deel vrij te laten en niet te proberen jouw hogere Zelf voor jouw karretje te spannen. Als je dit toch doet, dan belemmer je daarmee de samenwerking.

Voor de meesten van ons is dit nieuw terrein. Het is daarom belangrijk meer duidelijkheid te krijgen over wat nu de mogelijkheden zijn en waar de gevaren zijn. Als wij hier op een goede manier mee omgaan, dan is er een steeds betere wisselwerking mogelijk met ons hogere Zelf, voor wie dat zou willen. Daardoor kunnen we gezamenlijk werken aan het opbouwen van een betere wereld, een wereld waarin er meer ruimte is voor het volgen van ons innerlijke weten.

Wanneer steeds meer mensen steeds beter hun innerlijke weten gaan volgen, wordt onze samenleving een steeds betere plaats om te zijn.

De goden doen *hun* stukje, door te zorgen voor betere wetten en regels die gezamenlijk ons nieuwe evolutieproces vormgeven. Onze hogere Zelfen doen *hun* eigen stukje, door de mogelijkheden die zij nu hebben gekregen om hechter met ons in contact te zijn, zo goed mogelijk te benutten. Het is aan ons om *ons eigen stukje* te doen, en onze innerlijke kracht te ontwikkelen in de omstandigheden waarin wij nu terecht zijn gekomen.

\*\*\*

## Zelf doen!

*Eén van de belangrijkste grondtonen van ons nieuwe tijdperk is het principe van het op je nemen van je eigen verantwoordelijkheid. Dit principe is zo nieuw, dat dit voor de meesten van ons nog helemaal moet wennen. Dit geldt ook voor het op je nemen van de verantwoordelijkheid voor jouw eigen spirituele huiswerk.*

We zijn gewend geraakt aan allerlei autoriteiten die ons voorschrijven wat wij moeten doen en hoe wij zouden moeten denken. Deze manier van bestaan heeft de afgelopen duizenden jaren gekenmerkt. Er was vaak niet de luxe om er een eigen mening op na te houden. Deed je dat toch, dan liep het vaak niet goed met je af.

Deze overtuigingen zijn diepgeworteld in ons systeem, het is deel uit gaan maken van onze meest fundamentele opvattingen over het leven op Aarde. Dit betekent dat het voor pioniers vaak moeilijk is om te durven leven vanuit hun innerlijke aanvoelen, omdat er dan gewoonlijk in eerste instantie heel veel oude angsten en onzekerheden langs zullen komen. Dit zijn vaak restanten van onbewuste herinneringen aan ervaringen uit voorgaande levens, die op een subtiel niveau langskomen, zodat ze verwerkt kunnen worden.

Voor de mensen die hun innerlijke weten willen volgen, veroorzaken deze gevoelsmatige herinneringen extra hindernissen op hun weg, terwijl er juist daardoor tegelijkertijd op een subtieler niveau oud zeer wordt doorgewerkt, vaak zonder dat je je ervan bewust bent wat er gaande is, omdat dit zich afspeelt op een subtiel niveau, waar je je misschien niet altijd zo goed van bewust bent.

Vertrouwen bouw je op door goede ervaringen met iets op te doen en juist dat is een groot probleem geweest in de afgelopen duizenden jaren. Juist als je de weg volgde van het innerlijke weten, kwam je vaak in botsing met autoriteiten. Meestal eindigde zo'n conflict niet goed voor degene die het innerlijke weten probeerde te volgen.

Collectief hebben we daardoor nog maar weinig aan goede ervaringen opgedaan, waarmee we ons vertrouwen zouden kunnen opbouwen in het volgen van ons innerlijke weten. Daarom zijn er nu eerst vooral betere ervaringen nodig, waarin degene die het innerlijke weten volgt, uiteindelijk wordt beloond met een sterkere samenwerking met diens hogere Zelf.

Tegelijkertijd is er nog een laatste half jaar gaande van de overgangsperiode naar een heel nieuw systeem van evolutie, waarin er heel intensief, hele moeilijke stukken vanuit vorige levens worden doorgewerkt, stukken waarin dingen destijds volkomen uit de hand zijn gelopen, meestal zonder dat je je ervan bewust bent wat er in het verre verleden precies is gebeurd.

Voor ieder van ons die ervoor heeft gekozen om zo veel mogelijk op te ruimen en schoon te maken, is het komende half jaar daardoor nog steeds een moeizame periode, hoewel er in de loop van dit half jaar steeds meer “resultaten” zullen komen op de weg van opruimen en schoonmaken.

Naarmate je in de afgelopen jaren meer hebt opgeruimd en hebt schoongemaakt, zullen de “opbrengsten” hiervan ook groter zijn. Dit vertaalt zich altijd in een sterkere instroom vanuit het hogere Zelf.

Voor ieder van ons is dit heel persoonlijk en volkomen verweven met het eigen individuele dagelijkse leven. Als je meer zou willen weten over de achtergronden van situaties waar je nu bewust of onbewust tegenaan loopt, dan is er voor iedereen de mogelijkheid om via regressiesessies hier verder mee te komen. Als je dit spoor zou volgen, dan zou je aanzienlijk meer begrip krijgen voor de dingen waar je nu tegenaan loopt.

Misschien kun je hier helemaal op eigen kracht verder mee komen zonder hulp van iemand anders, en krijg je zelf heel direct inzage in thema's die in vorige levens hebben gespeeld, die nu voor jou van belang zijn om te herkennen. Mocht je een klein beetje hulp nodig hebben om aan deze informatie te komen, dan zijn er diverse mensen waarbij je terecht zou kunnen.

Er zijn nu hele mooie mogelijkheden om met hulp van betrouwbare paragnosten en goede regressietherapeuten, veel meer inzage te krijgen in jouw eigen vorige levens, voor zover die nu van belang zijn om onder ogen te zien. Dit is een hele krachtige manier om jezelf beter te leren kennen.

De mogelijkheden om aan betrouwbare informatie te komen, zijn nu aanzienlijk beter dan voorheen, omdat hier veel meer ruimte voor is gekomen door de aanpassingen van ons evolutieproces.

Mocht je deze weg in willen gaan, dan kan het van belang zijn te zoeken naar een betrouwbaar iemand die jou hier een beetje mee zou kunnen helpen. Een betrouwbare paragnost of regressietherapeut is iemand die het innerlijke weten volgt, probeert samen te werken met diens Ziel, diens hogere Zelf, en voldoende Genegenheid heeft voor degene die om hulp vraagt.

In zo'n situatie kan er veel heilzame informatie worden gegeven, ook al zijn er nu misschien nog betrekkelijk weinig mensen die op deze manier kunnen werken. Tijdens diepe meditatie kun je proberen aan te voelen wie jou hier het beste mee zou kunnen helpen in jouw eigen situatie.

De informatie die je op deze manier zou kunnen krijgen, is van groot belang. Het is daarom belangrijk zorgvuldig de tussenpersoon te selecteren die jou hiermee zou kunnen helpen. Deze tussenpersoon (paragnost of regressietherapeut) helpt mee om ervoor te zorgen dat jouw hogere Zelf de informatie aan jou kan geven die in jouw situatie het meest nodig is op dit moment.

De mogelijkheden zijn nu groot om hiermee aan de slag te gaan, en doelbewust op onderzoek uit te gaan naar wat er in jouw eigen situatie speelt vanuit voorgaande levens, maar voor de meesten van ons moet dit nog erg wennen.

***Het handelen tegen beter weten in,  
ontstaat als je innerlijk wel voelt wat je het beste zou kunnen doen  
maar om welke reden dan ook, dit spoor niet volgt.***

***Dit geldt ook voor het op je nemen van jouw eigen spirituele huiswerk.  
Als je voelt waar je mee aan de slag zou moeten, maar dit niet doet,  
dan is ook dit handelen tegen beter weten in.***

Dit betekent dat ieder in de eigen situatie ook een eigen verantwoordelijkheid heeft om het huiswerk dat je innerlijk aanvoelt op je te nemen.

Misschien vind je het interessant om veel boeken te lezen of veel te bladeren in spirituele tijdschriften bijvoorbeeld, maar voor ieder van ons persoonlijk is er ook het eigen huiswerk dat ligt te wachten in de diepte van het hart, totdat je hiermee aan de slag wil gaan.

Misschien heb je inspiratie gehaald uit spirituele boeken of tijdschriften maar uiteindelijk zul je ook jouw eigen individuele huiswerk aan moeten pakken in de diepte van jouw eigen hart.

Het ontwikkelen van jouw eigen visie is van groot belang en het onderzoeken van de meningen van anderen kan daarbij helpen maar er is meer nodig dan dat.

Misschien ben je een opleiding tegengekomen die je interessant vond of iets anders wat jouw aandacht heeft getrokken, maar uiteindelijk is er ook jouw eigen spirituele huiswerk, dat op je ligt te wachten totdat jij hier ruimte voor wil gaan maken.

Dit is de uitdaging waar ieder van ons in deze periode vóór staat.

***In hoeverre ben je bereid om de dingen aan te pakken  
waarvan je diep in jouw hart aanvoelt dat die belangrijk zijn om te onderzoeken?***

Jouw hogere Zelf probeert jou aan te moedigen hier zo veel mogelijk ruimte voor te maken, terwijl er in praktijk vaak allerlei redenen zijn waardoor er hindernissen op deze weg komen. Sommigen zullen in deze tegenwerking misschien de donkere kant herkennen, die er alles aan zal doen om te zorgen dat mensen NIET aan de slag gaan met hun spirituele huiswerk.

Het bestuderen van juiste kennis is uitermate waardevol, en juiste kennis is kennis waarvan je in de diepte van jouw hart voelt dat die in overeenstemming is met jouw innerlijke weten, maar er is meer nodig dan dit.

Ieder heeft een eigen portie spiritueel huiswerk gekregen voor dit komende half jaar, die is afgestemd op de keuzes die je hierover bovenbewust hebt gemaakt. Dáár heb je inschattingen gemaakt over wat “haalbaar” is om dóór te werken in jouw eigen specifieke omstandigheden. Dáár heb je voor een deel het pakket gekozen dat je in het dagelijkse leven tegenkomt.

***Er zijn nu unieke mogelijkheden voor spirituele ontwikkeling,  
voor wie dit wil.***

Aan het einde van dit jaar zijn we terechtgekomen in de nieuwe situatie en is ons evolutieproces volledig aangepast. In de overgangsperiode waarin we nu nog zitten, zijn er bijzondere omstandigheden voor verwerking van diepliggend oud zeer. Voor de mensen die dit *willen*, zijn er daardoor hele mooie mogelijkheden om hieraan te werken.

***Vanwege de overgangsperiode zijn er nu unieke mogelijkheden  
voor het verwerken van diepliggend oud zeer.***

Vanaf het einde van dit jaar zijn deze bijzondere mogelijkheden niet meer beschikbaar, ook al is ons evolutieproces dan helemaal aangepast. Er is dan vanzelfsprekend nog steeds de mogelijkheid om oud zeer door te werken maar niet meer onder de hele gunstige afspraken die hier in het komende half jaar nog voor gelden.

De hoge wezens die direct betrokken zijn bij de aanpassingen in ons evolutieproces, verleggen hun aandacht aan het einde van dit jaar, waardoor deze buitengewone mogelijkheden voor verwerking van oud zeer, er dan niet meer zullen zijn.

Voor het verwerken van diepliggend oud zeer zijn specifieke omstandigheden nodig, en deze hoge wezens kunnen daar in aanzienlijke mate bij helpen. Deze unieke hulp is er maar heel zelden en duurt nog tot het einde van dit jaar.

De inspanningen die je in dit vóór ons liggende half jaar doet om jouw eigen huiswerk op je te nemen, hebben door deze buitengewone omstandigheden aanzienlijk grotere mogelijkheden dan gewoonlijk.

*Vanaf het einde van dit jaar (2022) komen we in rustiger vaarwater terecht.*

De meesten van ons ervaren de druk in deze periode als hoog, heel hoog. Dit heeft direct te maken met het programma dat je deels *zelf* hebt gekozen, met jouw bovenbewustzijn. Dáár ben je erg gemotiveerd om een zwaar pakket op je te nemen, dat je dan later in jouw dagelijkse leven op je bordje krijgt.

*De druk die je nu ervaart,  
is voor een deel jouw eigen keuze  
om de mogelijkheden die er nu zijn,  
zo goed mogelijk te benutten.*

Gewoonlijk weet je niets van dit soort dingen en is er voor de hogere Zelfen geen mogelijkheid om deze dingen uit te leggen en toe te lichten voor de mensen in incarnatie. Gelukkig is deze mogelijkheid voor een toelichting op wat er gaande is nu wél mogelijk.

We bevinden ons in een periode waarin er bij velen sprake is van grote vermoeidheid, er gebeurt veel meer dan je ruimte hebt om goed te verwerken. Eigenlijk is dit al jaren zo en komen er bij velen gevoelens los van intense vermoeidheid.

Al deze dingen worden gezien door de leraren van de mensheid, die vanaf “de weide” alles volgen. Er is veel begrip bij de leraren, die zich er heel goed van bewust zijn hoe moeilijk de mensheid het in de afgelopen eeuwen heeft gehad.

*Er is behoefte aan rust  
terwijl er tegelijkertijd buitengewoon mooie mogelijkheden zijn  
om diepliggend oud zeer dóór te werken.*

Ook onze leraren worstelen met het vinden van een juiste balans in deze unieke situatie.

Als het volgen van allerlei autoriteiten, goeroes, heiligen en goden in de komende periode steeds meer tot het verleden gaat behoren, dan staan we dus eigenlijk voor een hele nieuwe weg, waarvan niemand kan overzien waar we dan uitkomen. Het is eenvoudig nieuw terrein, voor ieder van ons.

Waar je in het verleden de verantwoordelijkheid voor allerlei dingen misschien nog bij de één of andere autoriteit neer zou kunnen leggen, verschuift deze verantwoordelijkheid in de komende periode steeds meer naar degene die uiteindelijk de keuzes heeft gemaakt.

Op het spirituele pad betekent dit dat je je dan niet meer zou moeten verschuilen achter mogelijk verkeerde adviezen die je misschien ooit van iemand hebt gekregen, maar dat je eenvoudig probeert jouw eigen innerlijke weten zo goed mogelijk te volgen. Het gevolg hiervan is dat je dan ook *zelf* verantwoordelijk bent voor de gevolgen van jouw eigen keuzes.

We leven in een buitengewone periode waarin er hele bijzondere dingen gaande zijn die maar heel weinig vóórkomen. Het gevolg hiervan is dat de tijd die je nu hebt, buitengewoon kostbaar is. Het is daarom voor ieder van groot belang hele zorgvuldige keuzes te maken in de dingen waar je jouw tijd aan besteedt.

Er zijn nu hele mooie mogelijkheden om je intensief bezig te houden met oud zeer, dat misschien al eeuwen verborgen ligt in de diepte van jouw hart. Het is van groot belang te weten dat hier nu hele mooie mogelijkheden voor zijn.

Er zijn nu hele gunstige omstandigheden om hieraan te werken, door je hier heel gericht mee bezig te houden, als je voelt dat dit een belangrijke rol speelt in jouw eigen situatie. Je hebt nu hele mooie mogelijkheden om hier *zelf* mee aan de slag te gaan, door hier voldoende aandacht aan te besteden.

Door hiermee bezig te zijn en jouw geconcentreerde aandacht hierop te richten, kun je steeds meer de diepte ingaan met een belangrijk thema, dat waarschijnlijk al langere tijd speelt op jouw eigen unieke levensweg. Je komt dan onvermijdelijk uit in voorgaande levens, want de dieperliggende achtergronden van dingen waar je nu tegenaan loopt, zijn altijd het gevolg van dingen die in voorgaande levens uit de hand zijn gelopen.

*Naarmate je meer de diepte in gaat,  
kom je onvermijdelijk uit in vorige levens,  
waarin een oud pijnpunt zich vaak herhaalde door de levens heen,  
net zolang tot er geschikte omstandigheden zijn om hieraan te werken, zoals nu.*

Alle lichtwerkers zijn door de ervaringen van de afgelopen eeuwen intens vermoeid, maar er zijn nu unieke mogelijkheden om flink de diepte in te gaan met het doorwerken van oud zeer, onder de meest gunstige omstandigheden.

Onze leraren proberen ons daarom aan te moedigen tot een uiterste krachtsinspanning in het komende half jaar, om toch vooral ruimte te maken voor het aanpakken van ons eigen individuele huiswerk, dat ieder van ons kan aanvoelen in de diepte van het hart.

Naarmate je hier meer ruimte voor maakt en je hier meer voor inzet, zal er meer ruimte komen voor de samenwerking met jouw hogere Zelf.

\*\*\*

## Samenvatting

Wij worden geboren om Liefde (Genegenheid) en Wijsheid te ontwikkelen, en anderen te helpen met *hun* ontwikkeling. We zijn op Aarde om veel te leren en van deze wereld een betere plaats te maken, *dat* is de kern van ons bestaan. Ons dagelijkse leven is een leerproces!

Onderweg doen we heel veel ervaring op met allerlei hele uiteenlopende dingen en maken we bewust of onbewust ontelbare keuzes. Door zorgvuldig te onderzoeken *hoe* we in belangrijke situaties hebben gereageerd en *waarom* we zo hebben gereageerd, kunnen we onszelf steeds beter leren kennen. Het gaat hierbij vooral om het opsporen van de *motieven* die een belangrijke rol hebben gespeeld bij de keuzes die je hebt gemaakt. Door de weg van Zelfkennis te volgen, kun je steeds betere beslissingen nemen in de loop van de tijd, dat wil zeggen beslissingen die steeds beter overeenstemmen met het innerlijke weten en de Wijsheid van jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Op deze lange weg van onszelf ontwikkelen, hebben we een innerlijk kompas tot onze beschikking dat we kunnen volgen of kunnen negeren, al naar gelang wij verkiezen. Het volgen van dit innerlijke weten brengt ons in hechter contact met ons hogere Zelf. Op die manier kunnen we leren samenwerken met de Ziel en ervaren we steeds meer diens coaching in het gewone dagelijkse leven.

Als je wil leren samenwerken met de Ziel, is het belangrijk onderscheid te leren maken tussen de wil van het ikje, het ego, de persoonlijkheid, en de subtiele signalen vanuit het hogere Zelf, die intuïtief kunnen worden aanvoeld in de diepte van het hart. Als je die weg wil volgen, is het belangrijk tijd vrij te maken voor jouw eigen spirituele ontwikkeling en te werken aan de opbouw van een sterk fundament en een goede verbinding met jouw lichaam. Jouw stoffelijke lichaam is de tempel voor jouw Ziel, je hebt daarom een goede verbinding nodig met jouw lichaam vóórdát je een sterke samenwerking met jouw hogere Zelf kunt opbouwen. Massage kan hierbij helpen.

De leermodus begint pas als je in jouw dagelijkse leven de twee verschillende sporen herkent en daar bewust keuzes in gaat maken. Het ene spoor is jouw innerlijke weten, het andere spoor is de wil van jouw eigen persoonlijkheid, jouw ego, jouw ikje.

Mensen die een sterke samenwerking opbouwen met een sterke Ziel, zullen als gevolg daarvan in de komende jaren sterk veranderen in visie. Dit is het gevolg van het aanpassen van hun eigen visie aan de Wijsheid van hun Ziel. Als je merkt dat er bij iemand geen veranderingen komen in visie in de vóór ons liggende jaren, dan mag de conclusie zijn dat zo iemand niet samenwerkt met de Ziel.

Mensen die een sterke samenwerking opbouwen met een sterke Ziel, kunnen in de komende jaren een enorme ontwikkeling meemaken. Daardoor kunnen ze veel doen om anderen te helpen met hun leerproces. Soms kunnen ze ook helpen met processen van mentale genezing. Deze mensen zijn herkenbaar aan een krachtige uitstraling door hun ogen.

Wanneer het hogere Zelf zijn intrede doet in jouw leven, ontstaat er een regelmatige golfbeweging waarin je je afwisselend sterk en verdrietig kunt voelen. Dit is het ritme van de Ziel waarin je zowel je innerlijke kracht leert kennen als de ervaringen vanuit het lange verleden zo veel mogelijk kunt verwerken, zodat je meer ruimte krijgt in jouw hartcentrum. Naarmate je er steeds bewuster van wordt hoe jouw hogere Zelf hiermee omgaat, kun je hier meer vertrouwen in opbouwen. Je weet dan uit ervaring dat na een paar moeilijke dagen waarin je veel oud zeer kunt verwerken, er vanzelf wel weer betere dagen komen, waarin je aan de bovenkant komt van een golf. Daar voel je je sterk, maar daarna zal er een volgende fase van verwerking van oud zeer beginnen, en zo verder. De leiding van jouw Ziel, kan al langere tijd gaande zijn, zonder dat je je hiervan bewust bent. Deze golfbeweging wordt dan al ingezet, zonder dat je dit herkent.

Verwerken van oud zeer doe je vooral met het hart, *niet* met het hoofd. Het gaat er dan om *gevoelens* langs te laten komen. Dat staat los van mentaal begrip en gedachten. De Ziel heeft de leiding en maakt de “planning”, ook al heb je dit niet altijd zo bewust in de gaten. De Ziel houdt hierbij rekening met jouw motivatie om hiermee aan de slag te willen gaan. Hoe sterker jij bent gemotiveerd, hoe meer er aan oud zeer opgeruimd kan worden in jouw hartcentrum. Naarmate er meer is opgeruimd in jouw hart, kan de samenwerking met jouw hogere Zelf sterker worden.

Er is in deze periode grote behoefte aan mensen die hebben geleerd bewust samen te werken met hun Ziel, hun hogere Zelf, omdat er dan veel meer kan worden gedaan om anderen te helpen met hun leerproces en van deze wereld een betere plaats te maken. Als je ervoor kiest deze weg in te gaan, kun je ondertussen *zelf* veel leren. Als je op deze manier in het leven staat in hechte wisselwerking met jouw Ziel, dan is dit een rijk leven. Er zullen dan regelmatig mooie ervaringen op jouw weg komen. Bij hooggevoelige mensen (HSP's) is het hogere Zelf al actief aan het werk, ook al ben je je daar misschien nog niet van bewust.

Veel slapen kan helpen bij spirituele ontwikkeling, omdat je in de uren van slaap veel dingen kunt verwerken en “boven” kunt praten over de dingen waar je in het dagelijkse leven mee worstelt.

Genegenheid heeft te maken met de dingen doen die nodig zijn. Wat er nodig is kun je diep in jouw hart aanvoelen door je af te stemmen op jouw innerlijke weten. Als je voelt dat je aandacht zou moeten besteden aan het verwerken van oud zeer of aan het onderzoeken van belangrijke thema's maar dit niet doet, dan is ook dit handelen tegen beter weten in. De samenwerking met de Ziel, jouw hogere deel, wordt hierdoor moeilijker.

Gevoel is een verzamelnaam, er zijn veel verschillende soorten gevoel. Niet iedereen kan dezelfde gevoelens waarnemen. Wat je voelt kan soms een direct gevolg zijn van spirituele vermogens van de Ziel, zoals aanvoelen hoe het met iemand gaat. Naarmate iemand zich verder ontwikkelt op de spirituele weg, zal dit waarnemingsvermogen zich verder uitbreiden.

Als je bij genezingswerk de hulp in roept van hogere machten, kun je daardoor in grote problemen komen. Ook de donkere kant kan genezen, hoewel veel mensen zich daar niet goed van bewust zijn. De donkere kant kan een verzoek om genezing beschouwen als de vraag om een gunst, en zal daar dan een prijs voor vragen. Zoiets is nooit vrijblijvend. Het doel van ons evolutieproces is de ontwikkeling van Wijsheid en Genegenheid, niet het bewonen van een gezond lichaam. In hoeverre iemand kan wonen in een gezond lichaam, wordt geregeld door de wetten van karma.

Zolang je verborgen aspecten in jezelf afwijst, zul je ook andere mensen afwijzen waarin je deze aspecten meent te herkennen. Naarmate je verder bent gekomen met jouw eigen spirituele huiswerk, kun je jezelf beter zien zoals je bent, en kun je daardoor ook anderen beter zien zoals ze zijn. Je bent dan minder vatbaar voor het projecteren van jouw eigen zwakheden in anderen. Zolang jij je stoort aan anderen, is dit een signaal dat jij op dat punt nog huiswerk hebt.

Het hogere Zelf praat niet tegen jou en is er niet voor de gezelligheid. Als er toch iemand tegen jou praat in jouw hoofd, dan kun je die het beste negeren. Jouw hogere Zelf communiceert met jou via het intuïtief aanvoelen in de diepte van jouw hart. Naarmate jij je daar beter op afstemt, kun je deze signalen beter opvangen. Zo kun je beter leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.

Zekerheid kan ontstaan in de diepte van jouw hart. Het hoofd kan deze zekerheid niet bieden. Je krijg dit van binnenuit en van bovenaf. Zekerheid krijg je niet door dezelfde kant op te gaan als (heel veel) anderen, in de hoop dat die weten wat ze doen. Meer zekerheid is de uitkomst van een proces van meer samenwerking met de Ziel. Zekerheid woont in het hart, niet in het hoofd.

## Over mijn missie

Ik ben één van de vele therapeuten in ons land. In de loop van de jaren ben ik in contact gekomen met allerlei mensen die op zoek zijn naar verdieping in hun leven. Het werd mij steeds duidelijker dat er grote behoefte is aan meer diepgang.

Onze samenleving wordt gekenmerkt door oppervlakkigheid en ook op het spirituele terrein komt dit sterk tot uitdrukking. Veel mensen zijn op zoek naar snelle oplossingen voor problemen waar ze in het dagelijkse leven tegenaan lopen, en dit vertaalt zich ook naar de manier waarop ze spirituele thema's benaderen. Het is vaak een kwestie van zoeken naar de gebaande paden en meegaan in de grote trends, zonder je af te vragen of dit een goed antwoord is op de vraag die je oorspronkelijk misschien had. Het is niet gemakkelijk de gebaande paden te verlaten en een *eigen* weg te volgen, die anders is dan veel bekende goeroes verkondigen.

Als je toch de moed hebt om te beginnen aan het vinden van jouw eigen weg, kun je in aanraking komen met een hoger deel van jezelf, dat door velen het hogere Zelf wordt genoemd. Ik noem dit hogere deel meestal de Ziel. In dit hogere deel van ons, is de Wijsheid verzameld die wij vaak moeizaam hebben opgedaan in de loop van vele vorige levens. Als de omstandigheden gunstig zijn, kun je hiermee in hechter contact komen. Dit is het licht van de Ziel, dat van binnenuit en van bovenaf allerlei dingen belicht, zodat ze voor ons beter zichtbaar worden.

Jouw hogere Zelf, jouw Ziel, is daarom de beste coach die jij je maar zou kunnen wensen. Hierdoor kun je beter onderscheid maken tussen wat goed is en wat niet, wat Waarheid is en wat niet. De instroom van dit hogere deel van jezelf, kun je het beste opvangen wanneer je goed bent afgestemd in jouw spirituele hartcentrum in het midden van de borstkas.

De mensen die op zoek zijn naar meer diepgang en hun eigen weg proberen te volgen, die ze op hun beste momenten aanvoelen in de diepte van hun hart, en bewust of onbewust willen bijdragen aan de leerprocessen van anderen en het verbeteren van onze samenleving, komen als gevolg van deze *keuze*, vanzelf in hechter contact met hun hogere Zelf, gewoonlijk zonder zich hier in eerste instantie zo van bewust te zijn.

In de loop van de jaren begon ik steeds duidelijker aan te voelen dat er grote behoefte is aan meer duidelijkheid over wat het hogere Zelf eigenlijk is. De bestaande boeken over dit thema geven naar mijn idee onvoldoende duidelijkheid en zijn soms zelfs misleidend. Er is daarom praktisch bruikbare kennis nodig waardoor meer duidelijkheid wordt gegeven over wat de rol van het hogere Zelf is, en hoe de samenwerking van dit hogere deel met ons in z'n werk gaat. Er zijn over de samenwerking met ons hogere Zelf veel misverstanden en er is daarom meer duidelijkheid nodig over wat de mogelijkheden zijn om hier bewuster mee te leren samenwerken.

Er is bovendien een theoretisch raamwerk nodig waar het hogere Zelf in past, als onderdeel van ons evolutieproces. Er zijn gelukkig aansluitingspunten met de theosofische literatuur, zodat dit thema kan worden ingebed in een groter geheel, waar wij allen onderdeel van zijn. Het bestaan van ons als mensen op Aarde is het gevolg van "de val in de stof", zoals de theosofen ons dat duidelijk hebben gemaakt. Vanuit onze Oorsprong zijn wij als het ware twee verdiepingen omlaag gevallen, totdat wij zijn wie wij nu als mensen geworden zijn. We hebben vaag nog enige herinnering aan de eerstvolgende hogere verdieping waarop ons hogere Zelf werkzaam is, maar wat er zich daarboven afspeelt, is voor de meesten van ons volstrekt ontoegankelijk terrein. We zijn het eenvoudig vergeten en het is moeilijk je daar nog iets van te herinneren.

Als wij 's nachts slapen, gaat ons bewustzijn naar een gebied dat ik “de groene weide” noem. Hier zijn vaak bijeenkomsten waarin onze leraren ons veel uitleggen over wat er gaande is in ons gewone dagelijkse leven. Soms gaat het over hele belangrijke dingen zoals de veranderingen in ons evolutieproces.

Meestal ben je je niet bewust dat je bij zo'n bijeenkomst aanwezig bent geweest maar het kan zijn dat je 's ochtends bij het wakker worden toch een glimp kunt opvangen van wat er kort daarvóór op “de weide” is besproken. Soms ben je je hier *net* niet van bewust maar weet je toch hoe het in grote lijnen in elkaar zit. Je hebt dan een soort van gevoelsmatige samenvatting gekregen als herinnering aan wat er “boven” is besproken.

Sommige mensen krijgen toestemming zich hier meer van te herinneren. Ik ben één van die mensen die af en toe toestemming krijgen om zich kleinere of grotere stukken te herinneren van wat er op “de weide” is besproken. Deze informatie maakt het mij mogelijk de dingen te schrijven die ik in mijn boeken en artikelen heb verwerkt. Deels is mijn schrijfwerk het gevolg van veel ervaring en veel onderzoek, deels zijn mijn boeken en artikelen het gevolg van wat ik op de weide heb geleerd.

Op de weide is in de afgelopen jaren ook veel uitgelegd over een groep Zieneressen die in de loop van de geschiedenis een hele belangrijke rol heeft gehad maar die volkomen ten onder is gegaan. De groep was zich tot voor kort niet eens meer bewust van haar eigen bestaan.

De Zieneressen zijn de hoeders van Genegenheid, zoals de ware gnostici de hoeders zijn van de juiste esoterische kennis. De missie van de Zieneressen is het helpen van de mensheid bij het leren van haar spirituele lessen. Ook al schijnt het in onze wereld vooral te gaan om materiële resultaten, vanuit het standpunt van onze hogere Zelfen gaat het daar *niet* om, en gaat het om het leren van onze spirituele lessen. De mensheid is in feite vergeten waar het ook alweer om ging toen je naar de Aarde kwam. Eén van de belangrijkste dingen is het besef dat je hier bent gekomen om iets te leren. Dit besef is bij velen verloren gegaan, hoewel er nu steeds meer mensen komen die zich dit weer gaan herinneren.

### ***De mensheid is vergeten dat het leven vooral een leerproces is.***

De Zieneressen zijn vergevorderde Zielen, ver ontwikkelde hogere Zelfen, die vanuit deze achtergrond anderen kunnen helpen met hun ontwikkeling, wanneer ze zichzelf weer kunnen herinneren wie ze in feite zijn en waarom ze naar de Aarde zijn gekomen. Er is over het algemeen eerst een periode nodig van bewuste opbouw van de samenwerking met het hogere Zelf, vóórdat je als team van persoonlijkheid (ikje) en hogere Zelf weer bewust en doelgericht aan deze missie kunt werken.

De Zieneressen zijn in de loop van de geschiedenis zodanig beschadigd geraakt dat er eerst een periode van herstel nodig is voordat ze weer goed in hun kracht kunnen staan. Om dit proces van herstel te bespoedigen is er praktisch bruikbare basiskennis nodig die het voor deze groep mogelijk maakt zichzelf weer beter te leren herkennen en doelgericht te kunnen werken aan het opbouwen van een bewustere samenwerking met het hogere Zelf. Door mijn schrijfwerk probeer ik waardevolle basiskennis aan te bieden die hierbij kan helpen.

Veel mensen hoopten eind 2012 dat er iets bijzonders zou gebeuren en toen dat schijnbaar niet het geval was, waren velen teleurgesteld. De voorspelling over 2012 was zo op het eerste gezicht één van de vele die niet uitkomen.

Een groot probleem in deze situatie is dat de wereld van de goden waarin zich dit alles afspeelt, zó sterk verschilt van wat wij gewoonlijk begrijpen van zoiets als het evolutieproces, dat wij meestal volstrekt niet kunnen volgen wat de achterliggende gedachte is achter een voorspelling. We konden daarom in verband met de voorspelling over 2012 onmogelijk nagaan of er nu wel of niet iets belangrijks was gebeurd.

Er was meer duidelijkheid nodig over dit thema. Veel mensen hebben zich hiermee beziggehouden in een poging een goed antwoord te vinden op de vraag hoe het zit met de voorspelling over 2012 maar het scheen in praktijk onbegonnen werk te zijn hier meer duidelijkheid over te krijgen. Als dit langere tijd niet lukt, dan is het een gebruikelijke gang van zaken het hele thema dan maar weer los te laten en weer over te gaan tot de orde van de dag.

Zo verdween het hele thema 2012 in de afgelopen jaren weer uit de belangstelling. Omdat er geen goede antwoorden kwamen, verdwenen ook de vragen weer uit beeld. Het was voor ons als mensen blijkbaar te moeilijk om op deze vragen een goed antwoord te vinden.

Op de weide worden deze dingen gezien en gevolgd door de leraren van de mensheid. Er wordt af en toe geprobeerd aanwijzingen aan ons te geven, maar dat was voor ons blijkbaar niet voldoende om meer duidelijkheid te krijgen. Sommigen voelden aan dat er verband is met de terugkeer van de Boeddha maar ook dit thema is omgeven met sluiers. Wat kan er worden verwacht van zoiets als zijn terugkeer en waaraan zou je dit kunnen herkennen?

We hebben eenvoudig geen ervaring met zoiets als de terugkeer van de Boeddha. We weten daarom niet goed waar we op zouden moeten letten om dit te herkennen. We weten eigenlijk niet eens wat hij komt doen. We hebben in feite geen idee wat we hiervan mogen verwachten.

De leraren van de mensheid die op de weide hun onderwijs aanbieden, zijn zich goed bewust van de problemen die wij als mensen ervaren. Er is daarom besloten op de weide veel uit te leggen over de veranderingen in ons evolutieproces. Er is ook veel uitgelegd over de terugkeer van de Boeddha.

De dingen die hierover op de weide worden uitgelegd wijken sterk af van wat gebruikelijke kennis is in onze maatschappij. Wij hebben over het algemeen zó weinig kennis over de “spelregels” die ons evolutieproces bepalen, dat wij ons hier weinig bij voor kunnen stellen. Het is een totaal andere wereld waar we in feite nauwelijks iets van weten. Er is daarom door de leraren van de mensheid besloten hier veel over uit te leggen op de weide, zodat het hele verhaal beter te begrijpen is voor de mensen die bereid zijn hier moeite voor te doen.

Zo ontstonden er op de weide veel bijeenkomsten over deze thema's, waar talloze mensen bij zijn uitgenodigd in de afgelopen jaren. Veel van wat daar is besproken heb ik verwerkt in mijn boeken, waarbij het regelmatig gaat om dingen die in onze maatschappij volkomen onbekend zijn. Juist omdat veel mensen hier persoonlijk bij aanwezig zijn geweest (meestal zonder zich hier iets van te kunnen herinneren), kunnen allerlei nieuwe dingen die je in mijn boeken leest, je toch bekend voorkomen, ook al heb je ze misschien nog nooit ergens gehoord of gelezen.

Het kan zijn dat je dingen leest in mijn boeken die enerzijds volkomen nieuw en onbekend zijn, terwijl je op jouw beste momenten in de diepte van jouw hart kunt voelen dat dit je toch ergens heel bekend voorkomt.

Soms krijgen mensen het gevoel dat de dingen die worden beschreven in mijn boeken en artikelen “logisch” aanvoelen. Dit heeft te maken met de bijeenkomsten op de weide waarin je deze dingen al eerder hebt gehoord en waaraan je onbewust herinneringen hebt overgehouden, die als het ware worden geactiveerd zodra je deze kennis weer ergens tegenkomt.

In mijn contacten met allerlei mensen kwamen in de afgelopen jaren vaak hele diepgaande vragen naar voren over deze thema's. In reactie hierop schreef ik dan soms uitgebreide brieven (mails), waarvan ik aanvoelde dat die ook voor anderen van belang zouden kunnen zijn. Op die manier zijn er in de loop van de jaren tientallen (thema) brieven ontstaan. Deze brieven zijn uiteindelijk in 2020 gebundeld in drie boeken, één over de Ziel, het hogere Zelf, één over de Zieneressen en één over de terugkeer van de Boeddha, met in het verlengde daarvan het thema 2012. Deze drie boeken vormen samen één geheel en zijn sinds 2020 aangevuld en bijgewerkt.

De themabrieven zijn uiteindelijk uitgegroeid tot artikelen. De nieuwe artikelen die vanaf 2020 zijn geschreven, zijn gepubliceerd op LinkedIn en later toegevoegd aan de drie bovengenoemde boeken. De inhoud van deze drie boeken is geleidelijk ontstaan in een periode van ruim tien jaar.

Het boek over de terugkeer van de Boeddha is een diepgaand boek geworden. Voor een deel gaat het om volkomen nieuwe informatie en nieuwe inzichten die hier worden beschreven. Toch zijn er ook raakvlakken met de theosofische literatuur. Allerlei items uit de bestaande literatuur onderbouwen mijn visie als je deze “puzzelstukjes” op de juiste manier in elkaar legt. Daardoor ontstaat er een nieuw beeld van allerlei bekende taferelen uit onze geschiedenis.

Door op deze manier allerlei aspecten te verzamelen die met dit thema te maken hebben, heb ik een poging gedaan de achtergronden te beschrijven van de terugkeer van de Boeddha.

Enerzijds is het van belang dat er voor de mensen die hiernaar op zoek zijn gedegen antwoorden beschikbaar zijn op diepgaande vragen, terwijl het tegelijkertijd ook zo is dat aan het begin van het nieuwe tijdperk, dat is begonnen met het in evenwicht brengen van ons evolutieproces, de nadruk niet al te veel zou moeten liggen op een nieuwe goeroe. Eén van de belangrijkste uitgangspunten van ons nieuwe tijdperk is namelijk dat we het deze keer ZELF moeten gaan doen, door bewust de samenwerking op te zoeken met ons hogere deel, ons hogere Zelf, en ons te richten op ons innerlijke kompas, in plaats van op allerlei goeroes buiten onszelf.

***De kern van het nieuwe tijdperk is het leren samenwerken met het hogere Zelf  
en NIET het volgen van een nieuwe goeroe.***

Deze boeken zijn geschreven voor de mensen die bewust of onbewust op zoek zijn naar antwoorden op vragen over deze thema's. Ze zijn bedoeld om hun weg te vinden naar alle mensen die hier iets aan zouden kunnen hebben bij hun spirituele zoektocht.

Lezen met alleen het hoofd is niet genoeg om mijn boeken en artikelen goed te kunnen begrijpen. Er is een geopend hart nodig om dingen intuïtief aan te kunnen voelen.

Deze drie boeken zijn te vinden op mijn LinkedIn-account en kunnen daar worden bekeken. Als er een link is aangelegd, kun je deze boeken daar gratis downloaden. Daar zijn ook aanvullende artikelen te vinden.

Nu deze boeken zijn geschreven en in omloop zijn gebracht, kan iedereen die dat wil, mijn visie onderzoeken. *Het is niet mijn bedoeling anderen te overtuigen van mijn visie.* Ik kan bovendien de dingen die ik schrijf vaak niet bewijzen. Het is aan de lezer *zelf* om in de diepte van het hart intuïtief aan te voelen wat de waarde is van wat ik heb beschreven.

Het is gebruikelijk dat schrijvers lezingen geven over de boeken die ze hebben geschreven maar ik volg hierin een andere weg. Ik ben niet beschikbaar om lezingen te geven en ben ook niet beschikbaar voor interviews.

Wat ik wil vertellen breng ik naar buiten via artikeltjes en boeken. Het is aan de lezer *zelf* om hiermee aan de slag te gaan, wanneer iemand dit zou willen. Wanneer je intuïtief aanvoelt dat sommige van deze artikelen voor jou van belang zijn om in de diepte van jouw hart te onderzoeken, dan kan jouw hogere Zelf ook dit begeleiden, wanneer dit door jouw hogere deel wordt beschouwd als een goede besteding van jouw kostbare tijd en energie.

Eén van de grootste veranderingen die gaande zijn is misschien het besef dat je het *zelf* moet gaan doen als het gaat om spirituele ontwikkeling. Het zo maar overnemen van de visie van iemand anders is bij spirituele ontwikkeling zinloos. Het volgen van goeroes is daarom meestal niet zinvol. Misschien kunnen anderen waardevolle ideeën aangeven maar uiteindelijk zul je *zelf* een mening over iets moeten vormen en jouw *eigen visie* moeten ontwikkelen.

Bewustzijnsontwikkeling heeft te maken met de ontwikkeling van jouw eigen visie en dat is iets wat je helemaal *zelf* zult moeten doen. Iemand anders kan dit niet van jou overnemen, je zult hier vroeg of laat *zelf* mee aan de slag moeten gaan.

Als je geen mening wil vormen over wat jij op jouw weg tegenkomt (niet wil oordelen), dan betekent dit dat je jouw visie niet ontwikkelt. Jouw leerproces stagneert dan, net zolang tot je dit in de gaten begint te krijgen en je hier toch weer mee verder gaat.

Mocht je vragen hebben, dan kun je het beste bij jezelf te rade gaan. Als je in de loop van de jaren hebt geleerd goed af te stemmen in jouw hartcentrum, dan kun je op een geschikt moment in meditatie, proberen meer duidelijkheid te krijgen over specifieke vragen. Als jouw hogere deel jouw vraag belangrijk genoeg vindt, dan zal die proberen jou hier meer duidelijkheid over te geven. Soms krijg je meer duidelijkheid doordat je die intuïtief kunt aanvoelen, soms ontvangt je die duidelijkheid via dromen of komt die op een andere manier op jouw weg. Jouw hogere Zelf volgt jou in alles en zal proberen inzicht toe te voegen wanneer jij daarvoor open staat.

De boeken die er nu zijn, zijn deels een voorlopige versie. Het eerste boek, dat over het Hogere Zelf, is afgerond in juli 2022. De andere twee boeken zijn nog in ontwikkeling maar zullen na verloop van tijd ook worden afgerond.

Waar het nu vooral om gaat is de *visie*, de “manier van denken”. Ondertussen probeer ik het boek over het hogere Zelf beschikbaar te brengen op papier via een uitgever.

Ik ben ook van plan in de komende jaren af en toe nieuwe artikelen te schrijven in reactie op mijn wisselwerking met “gelijkgestemden”. Ik probeer op die manier bij te dragen aan het beschikbaar brengen van praktisch bruikbare esoterische kennis. Zoals het voor mij aanvoelt is dit belangrijk omdat er grote behoefte is aan meer kennis over wat er speelt in verband met onze eigen spirituele ontwikkeling. Omdat we een heel nieuw tijdperk binnengaan, zullen er in de komende periode veel nieuwe inzichten komen, die op de weide door onze leraren worden aangegeven. Over deze dingen wil ik af en toe verslag uitbrengen via nieuwe artikelen.

Ik hoop dat deze boeken bij de juiste mensen terechtkomen. Mocht je deze boeken geschikt vinden om uit te delen, dan kun je hier gerust je gang mee gaan. Ik hoop dat je ook hierin durft te vertrouwen op wat je hierover intuïtief kunt aanvoelen op jouw beste momenten.

Zoals het voor mij aanvoelt is het mijn rol om deze boeken en artikelen te schrijven, en er zo goed mogelijk voor te zorgen dat ze bij de juiste mensen terecht *kunnen* komen. Als iedereen z'n eigen stukje herkent en zo goed mogelijk invulling probeert te geven, dan wordt onze wereld een betere plaats om te zijn. We zijn immers allemaal kleine radertjes in een veel groter geheel. Op deze manier hoop ik bij te dragen aan het ontstaan van een betere samenleving.

## Over de schrijver

Ik ben één van de vele therapeuten die werkzaam zijn in ons land. Ik ben in 1964 geboren op een boerderij op het Friese platteland en heb daar mijn jeugd doorgebracht. Na het VWO heb ik een studie bedrijfskunde gedaan aan de HTS in Leeuwarden. Daarna begon ik aan een baan als beleggingsadviseur bij een grote Nederlandse bank in Twente. Ik leerde de wereld van het geld beter kennen, met de normen en waarden die daar toen gebruikelijk waren. Na een aantal jaren kwam ik tot de conclusie dat dit voor mij niet een geschikte plek was om te zijn.

Als hobby had ik in die jaren al het bestuderen van theosofische en esoterische literatuur waaronder het werk van H.P. Blavatsky. Later kwam ik in aanraking met het werk van Alice Bailey en G. de Purucker. Ik ging in die periode naar allerlei lezingen op spiritueel gebied en heb ook het werk van Jung bestudeerd. Ik heb ook twee cursussen Reiki gevolgd (Usui deel I en deel II).

Eind 1994 kwam ik in direct contact met één van mijn gidsen, via een vrouw die was aangesloten bij een klein landelijk netwerk van paragnosten en regressietherapeuten. Ik merkte tot mijn eigen verbazing dat ik hier na verloop van tijd vrij soepel mee kon communiceren. Ik kon telepathisch vragen stellen aan mijn gidsen en ik kreeg telepathisch antwoorden. Begin 1995 kwam ik plotseling in heel nauw contact met deze vrouw, waarmee ik enkele jaren later ben getrouwd.

In die jaren leerde ik via deze kleine groep therapeuten om *zelf* regressie-sessies te begeleiden, in directe samenwerking met mijn gidsen. Mensen die een regressie-sessie wilden doen om meer inzicht te krijgen in hun situatie, schreven mij van tevoren een brief over het thema waar ze aan wilden werken. Daarmee kon ik de situatie voorleggen aan de gidsen. Die gaven mij van tevoren een schets van wat er tijdens de regressie-sessie naar voren zou komen. Zij gaven dan aan welke situaties zouden worden opgezocht, welke inzichten er zouden komen, etc. Met andere woorden voordat iemand die een afspraak had gemaakt bij mij was, had ik al een blauwdruk gekregen van hoe de regressie-sessie ongeveer zou gaan verlopen. Vaak ging het om mensen die al eerder waren geweest maar soms ging het om mensen die ik nog niet eerder had ontmoet.

De eerste keren was het nog even afwachten of de informatie tijdens de regressie-sessies zelf, ook daadwerkelijk overeenstemde met de informatie die ik vooraf had gekregen, maar na de eerste honderd sessies ging ik hieraan wennen en leerde ik te vertrouwen op deze informatie. Dit was zoals het ging, ook al begreep ik niet waarom.

Ik was ondertussen regressietherapeut geworden en kon daar net zo'n beetje de kost mee verdienen. Ik werkte samen met mijn echtgenote in een eigen adviesbureautje. We deden veruit de meeste werkzaamheden samen. In de jaren die volgden groeiden wij langzaam uit elkaar en uiteindelijk besloten wij ieder ons eigen weg te gaan.

Ik ben voor mijzelf tot de conclusie gekomen dat het ontwikkelen van een heldere visie één van de belangrijkste dingen is die je als mens op Aarde kunt doen. Het ontwikkelen van een heldere visie wordt van binnenuit gestimuleerd door het hogere Zelf, die kan putten uit een groot reservoir aan Wijsheid, dat in de loop van vele eeuwen is opgebouwd. Dankzij de instroom vanuit de Ziel, het hogere Zelf, kun je dingen anders leren zien. Wanneer de samenwerking met het hogere Zelf goed op gang begint te komen, kunnen er daardoor grote verschuivingen in visie komen, soms in slechts enkele jaren.

Ook *mijn* visie is enorm veranderd in de lange en moeizame jaren waarin ik heb geprobeerd antwoorden te vinden op diepgaande vragen. Ik heb lange jaren “in de woestijn” doorgebracht om uiteindelijk mijn eigen antwoorden te vinden.

In die lange periode heb ik mij grotendeels teruggetrokken uit het gangbare leven in onze generatie, om mij in zo veel mogelijk rust en stilte bezig te kunnen houden met mijn zoektocht. Toen ik innerlijk voldoende duidelijkheid had gekregen, heb ik weer aansluiting gezocht. De conclusies waar ik op uit ben gekomen, heb ik beschreven in mijn artikelen en mijn boeken.

Ik heb een christelijke opvoeding gekregen en deelgenomen aan belijdeniscatechisatie. Ik ben jarenlang in direct contact geweest met de directe afgevaardigden van de meesters, de gidsen die werkten vanuit de Witte Broederschap. Maar ergens diep in mijn hart voelde ik dat er iets niet klopte in wat er vanuit de meesters werd aangegeven. Toen ik mij hiervan los wilde maken ontstond er een felle strijd, die tot verschrikkelijke taferelen heeft geleid.

Wanneer je meewerkt aan de plannen die de meesters voor ogen hebben, dan komen zij uitermate vriendelijk over. Maar wanneer je hun plannen ontmaskert en je van hen los wil maken, krijg je een hele andere kant van hen te zien.

Ik ken de macht van de meesters uit eigen ervaring en heb de invloed vanuit deze groep ook kunnen waarnemen op mensen waar ik direct mee te maken heb gehad. Ik ben vaak geschrokken van hun onvoorstelbaar grote macht. Zij hebben mij met alle mogelijke middelen geprobeerd tot stoppen te brengen, waarbij ze er niet voor terugdeinsden mijn leven op het stoffelijke gebied onmogelijk te maken. Zij hebben verscheidene malen geprobeerd mij het leven te ontnemen.

Ik heb geprobeerd te onderzoeken of dergelijke situaties in de literatuur zijn te vinden maar voor zover mij bekend is hier maar heel weinig over geschreven. Toch weet ik uit eigen ervaring dat de vermogens die de meester Petrus had om Ananias en Saffira ter plekke dood te maken, nog steeds in het bezit zijn van de meesters. Zij hebben deze vernietigende vermogens nog steeds, ook al kunnen ze hier geleidelijk steeds minder kracht mee zetten. Wanneer zij proberen een tegenstander tot stoppen te brengen, schrikken zij er niet voor terug dergelijke vermogens in te zetten.

Een mens is volstrekt weerloos tegenover dergelijke vermogens. Slechts door bescherming van anderen, kunnen deze vermogens van de meesters onschadelijk worden gemaakt. Door de aanpassingen in ons evolutieproces, kunnen de meesters steeds minder doen met deze vermogens.

Mijn ervaringen met de meesters zijn daardoor heel uitgebreid. Voor mij is dit een afschuwelijke periode geweest, die in de loop van de jaren geleidelijk is verbeterd. Jarenlang ben ik herhaaldelijk met de dood bedreigd, en voelde ik de vernietigende inwerking van hun vermogens, maar door de voortdurende bescherming van een andere macht, slaagden de pogingen van de meesters om mij uit te schakelen uiteindelijk niet, en kon ik verdergaan met het werk dat ik probeer te doen.

Ik ben gevormd door mijn ervaringen en mede daardoor een beetje een kluzenaar geworden. Ik vermijd grote groepen mensen en probeer mijn bijdrage te leveren aan een betere wereld door artikelen te schrijven waar mensen die willen leren samenwerken met hun hogere Zelf, inspiratie uit kunnen halen.

Af en toe verzorg ik massages voor de Zieneressen en probeer ik mensen in directere verbinding te brengen met hun hogere Zelf, in een soort van meditatie-sessies, waarin er ook mogelijkheden zijn om meer zicht te krijgen op belangrijke ervaringen uit vorige levens.

Het is voor mij duidelijk geworden dat er nu prachtige mogelijkheden zijn om je te richten op de samenwerking met het hogere Zelf, en dat je daar meer dan genoeg aan hebt. Het zoeken van contact met gidsen, (aarts)engelen, meesters of wat dan ook, is nergens voor nodig en brengt je niet verder.

In de loop van de jaren ben ik regelmatig uitgenodigd op “de groene weide”, het gebied waar iedereen naar toegaat als het stoffelijke lichaam in slaapmodus is. Het is mij vaak toegestaan daar bewust aanwezig te zijn en mij veel te herinneren van wat daar gebeurt, als ik weer terug ben in mijn stoffelijke lichaam.

Daardoor kan ik bij het schrijven van mijn boeken putten uit de dingen die op “de weide” worden uitgelegd aan genodigden. Ik probeer praktisch bruikbare kennis te verwerken in mijn artikelen, waarin ik verslag uitbreng van wat er op “de groene weide” wordt besproken tijdens vele lezingen die daar worden gehouden.

In het verlengde van de gebeurtenissen in verband met 2012, zijn de wetten en de regels van ons evolutieproces in de afgelopen jaren aangepast, waardoor er een hele nieuwe fase is begonnen in de geschiedenis van de mensheid. Dit heeft direct te maken met de terugkeer van degene die ooit de Boeddha werd genoemd. Daardoor zijn er nu prachtige mogelijkheden voor mensen die hun innerlijke weten willen volgen om zich te ontwikkelen op het spirituele pad, en een begin te maken met het genezen van oude en diepe wonden die in de afgelopen eeuwen zijn ontstaan.

Ik ben één van de mensen die nu volop in ontwikkeling zijn en die de kansen die nu geboden worden met beide handen aannemen.

Hieronder twee andere boeken die ik heb geschreven:

- **Over de Zieneressen.** Over een groep Zieneressen die naar de Aarde is gekomen om een kanaal te zijn voor Genegenheid (Liefde) en de mensheid te helpen met het leren van haar spirituele lessen.
- **Over de terugkeer van de Boeddha.** Een diepgaand boek over de dieperliggende achtergronden van de terugkeer van de Boeddha, een overkoepelende visie in verband met de gebeurtenissen rond 2012.

\*\*\*

Dit boek mag gerust worden doorgegeven aan mensen die geïnteresseerd zijn in het leren samenwerken met de Ziel, het hogere Zelf. Ik hoop dat je bij de keuze om dit boek door te geven, durft te vertrouwen op wat je hierover diep in jouw hart intuïtief kunt aanvoelen op jouw beste momenten.