

Waarom overkomt mij dit... Telkens weer ?!

... en Wat Je Er Aan Kan Doen

Geschreven Door

Dr, Michael Ryce

Voor een gratis elektronische download van deze tekst, ons adres is:

<http://www.whyagain.com>

c/o Rt. 3 Box 3280
Theodosia, Missouri 65761
417-273-4838
Michael@whyagain.com

Dit boek is opgedragen aan:

Een Geheelde Mensheid

Onze Toekomstige Generaties

Mijn Ouders, Michael en Jessie

Mijn Broer en Zussen, Terry, Dorothy Ann, en Alice

Mijn kinderen, Michael Jay en Christa Joy

Ieder van Jullie voor je welwillendheid om deze reis te maken

Dit werk is toegewijd aan :

Het terugbrengen van Volledige Liefde aan ieder wezen

Op de planeet

Voorwoord:

Door James Redfield

Auteur van de Celestijnse Belofte en het tiende inzicht

Ik hoorde voor het eerst van het werk van Michael Ryce in 1988. Hij sprak in Birmingham, Alabama en, hoewel ik op dat moment niet op de hoogte was van zijn lezing, voelde ik een eigenaardige behoefte om naar deze locatie te rijden. Telkens weer, verscheen deze intuïtie in mijn gewaarzijn, en iedere keer vertelde ik mijzelf dat ik te druk was. Ik had gepland om heel de dag aan mijn bureau te werken en ik wilde niet mijn planning wijzigen.

Toch, het beeld bleef herhalend verschijnen in mijn geest. Ik zag mijzelf opstaan en daar heen gaan. Eindelijk, na uren uitstel, Deed ik het. Toen ik aankwam, was de lezing afgelopen en Michael was weg, maar genoeg mensen waren gebleven om me te laten weten wat ik had gemist.

“Zijn kennis is echt waanzinnig,” vertelde iemand me. “Hij brengt een nieuw en origineel begrip van de dynamiek van relaties, hij praat over de vertalingen van eeuwenoude Aramese teksten, de ontdekkingen van de moderne wetenschap, en brengt het allemaal samen op een heel inzichtelijke wijze. Je hebt het gemist, maar je hebt geluk, hij heeft meerdere workshop tapes. Het staat daar allemaal op.”

Even later, doorzocht ik deze tapes en vond een van zijn titels –Waarom overkomt mij dit...
TELKENS WEER ?!

Toen ik thuis kwam, ervaarde ik het luisteren naar zijn tapes als een wonderbaarlijke reis door de wereld van innerlijke heling en Michael ryce zijn geest.

Mijn vrienden hadden gelijk. Michael heeft de gave om vele diverse elementen van de menselijke ervaring samen te brengen in een helder overzicht van menselijke groei in de wereld, vooral de groei die ontstaat door de relaties die wij hebben met andere mensen.

Zijn fundament is zo divers dat het moeilijk is om de exacte bron te achterhalen, hij zegt dat iedereen die in ons leven verschijnt, daar is om ons iets te leren. En hij ondersteunt dit fundament door de ware betekenis van de Aramese geschriften zichtbaar te maken, samen met de nieuwe wereldvisie die de moderne wetenschap presenteert, welke uitwijst dat de kracht van onze intentie uitstraalt en de wereld om ons heen beïnvloed. Hij benadrukt het beseffen dat deze invloed niet alleen van bewust denken uit gaat, maar ook van toepassing is op het onbewuste. Met andere woorden , de manier waarop we denken over de wereld en de onbewuste houdingen die wij uitdragen, beïnvloeden voor een groot deel wat er gebeurt in ons leven.

Dat is waarom de titel van deze tape-series, en dit boek dat je nu gaat lezen, zo toepassend is en heel herkenbaar. “Waarom overkomt mij dit... TELKENS WEER ?!” is eerlijk gezegd iets dat we allemaal wel eens ervaren. We voelen ons zo omdat onbewuste gewoontes in ons, steeds weer bepaalde situaties of personen naar ons toe halen, totdat we de mentale patronen veranderen die dit soort gebeurtenissen aantrekken.

Wat Michael doet is een samenhangend systeem aanbieden waarmee we de zelf-bezwarende obstakels die ons welzijn blokkeren kunnen verwijderen, zodat we vol in het leven kunnen gaan staan. Het is een innerlijke reis die ieder van ons, vroeg of laat moet maken. Van de vele benaderingen die ik heb gezien over hoe onze gedachten en gewoontes effect hebben op ons leven, is het werk van Michael Ryce zeer beknopt en behulpzaam om ons te openen voor persoonlijke groei. Als je net zo bent als ik was, denkend dat je geen tijd hebt , Pauzeer dan even één moment en neem deze tip van me aan: Het verkennen van je innerlijke overtuigingen en verwachtingen via het werk van Michael, kan je leven voorgoed veranderen.

Dank je Michael, voor de inspiratie al deze jaren!

James Redfield

Inhoud:

- Opgedragen aan
- Voorwoord
- Is dit boek voor jou ? Een overzicht door de Auteur
- Het Dilemma / De Oplossing

- 1 Het dilemma
- 2 Wat veroorzaakt onze pijn ?
- 3 Niet te beschrijven met woorden...
- 4 Gevoel, onze raadgever
- 5 Het doel van pijn
- 6 Wat is realiteit ?
- 7 De bewijskracht van de geest
- 8 Wat is projectie
- 9 Waarheid-Blokkade
- 10 Eeuwenoude Wijsheid
- 11 Verwerken en onbewust worden
- 12 Een staat van Liefde
- 13 Doel gemist
- 14 Het kiezen van leraren
- 15 Transities
- 16 Helen van mishandeling en slachtofferschap
- 17 Het lichaam heeft een eigen intelligentie
- 18 Ware Liefde, mijn toewijding
- 19 Overgenomen patronen
- 20 Helings-crisis
- 21 Ontwaken uit de verleden-tijd
- 22 Wat is leren ?
- 23 De Aramese oplossing
- 24 Los het op met je beste vriend

Ga jij het verschil maken?!

Epiloog

Is dit boek voor jou ?

Een overzicht door de Auteur

Heb je ooit conflict gehad in je relaties? Geprobeerd het op te lossen door weg te gaan? Geprobeerd anderen te veranderen, zonder succes?

Heb je ooit gedachten gehad als: “Waarom overkomt mij dit... Telkens weer?! Waarom doen ze me dit aan... Telkens weer?! Waarom doe ik mezelf dit aan... Iedere keer?! Waarom kan het leven niet gewoon meewerken?!”

Dit boek biedt praktische gereedschappen voor verandering. Mensen die participeren in onze workshops melden aanzienlijke verbeteringen in relaties, creativiteit, financiën en eetgedrag. Vele ervaren dat hun energie is toegenomen en dat hun mentale vermogens en emotionele stabiliteit zijn verbeterd. Er is ons verteld dat slachtoffergedrag en verslavingen wegvallen, spirituele gezondheid toeneemt, en een vredige gemoedstoestand plaats neemt als natuurlijke staat.

Lees eerst het boek door, voordat je je richt op de subtiele punten. Het kost tijd om nieuwe hersencellen aan te maken zodat aanzienlijke verandering kan plaatsvinden en de inzichten van dit werk begrepen worden. Hersencellen zijn het informatie-opslagsysteem van het lichaam en “Hersencellen Creëren” refereert niet naar het bouwen van de fysieke structuur, maar naar het opslaan van informatie voor toekomstige herinnering. Het gebruikmaken van de aanbevolen hulpmiddelen zal vragen beantwoorden, leegtes invullen en de verregerende implicaties van dit werk kenbaar maken.

Zoals bij iedere nieuwe taal, kan dit materiaal je aan het begin wat verwarren. (Het lijkt misschien allemaal Grieks voor jou). Een leerproces is normaal met elke nieuwe informatie. Het ontrafelen van oude patronen, en je geest leren functioneren op een nieuwe manier vraagt tijd. Wees bewust van de neigingen van je verstand om alles te weigeren wat tegenstrijdig is aan je huidige overtuigingen. Ik stel voor dat je alles opzij zet wat niet bij je huidige denken aansluit en deze delen goed bestudeert terwijl je nieuwe informatie in je hersencellen “opbouwt”. Investeer er tijd in en je zult je erover verbazen wat je kan leren van deze bladzijdes. Na intense interactie zal het voelen alsof er een mentale knop is omgegaan en de puzzelstukjes op zijn plaats vallen.

Eindeloos voordeel uit dit werk halen vereist geen geloof, begrijpen of overeenstemming ! De scepticus die het waagt om simpelweg de pen op het papier te zetten en daadwerkelijk deze gereedschappen gebruikt zal grootse levens-veranderende resultaten zien!

De uitdaging van het leven bestaat niet uit het verkennen van nieuw terrein

Maar in het ontwikkelen van nieuwe ogen

Marcel Proust 1871-1922

Als resultaat van het lezen van dit boek, zal de realiteit structuur in je denken veranderen: Het leven zal gezien worden door nieuwe ogen! Het zal lijken of dit boek verandert maar dit blijft natuurlijk hetzelfde. Jouw perceptie van dit materiaal en van de wereld zal verschuiven naarmate nieuwe niveaus van toepassing en betekenis voor je ontvouwen.

Dit boek is ontworpen om een bron van helderheid te zijn, om je nu en in de toekomst in staat te stellen volledig voordeel te halen uit het ontwerp, maak dit boek helemaal je eigen door erin te schrijven, of notities te maken. Alsjeblieft:

Schrijf – Kladder – UIT JEZELF en VOEL

Denk na – Word slordig – Wees Elegant

CONTEMPLER – CREEER – FABRICEER – REDENEER

ANALYZEER – Componeer – TEKEN en SPEEL

Heb LIEF – REFLECTEER – Wordt gek en Word Heel !

Als je deze gereedschappen gebruikt, zal je tot je grote verbazing merken dat bepaalde aspecten van je leven die eerst ellendig leken zelfs aangenaam zijn! Bijvoorbeeld, als je een denkpatroon hebt waardoor het lijkt alsof je geen keuze hebt in je leven, zal het gebruik van de gereedschappen deze tijden van keuzeloosheid transformeren in een krachtige kans om keuzevrijheid te ontdekken. Voor sommige, lijkt hun woede, verdriet en angst oncontroleerbaar. Met behulp van de hulpmiddelen wordt deze verschijning van het oncontroleerbare een kans om je vrijheid terug te claimen en vreugde, kracht, en vitaliteit in jezelf te ontwikkelen door het helen van destructieve energieën!

Er kan een moment komen dat je zal schreeuwen en tieren naar dit boek (of zelfs naar mij – ‘niet te hard alsjeblieft!’). Praat of schreeuw als dat nodig is! Het kan een belangrijke stap zijn naar gezondheid. Deze handleiding is ontworpen om alles wat je welzijn bezwaart naar boven te brengen en de genezing hiervan te ondersteunen. Gedurende dit proces zal je van alles ontmoeten in je eigen geest, ook enorme Liefde!

Richard, het hoofdpersonage in dit boek, vertegenwoordigt een samengesteld geheel van duizenden gesprekken met echte mensen. Gelijkenissen met mensen die je kent in je eigen leven, is opzettelijk en hoogst waarschijnlijk. Als hij problemen of gevoelens in je teweegbrengt die je liever wilt vermijden – Fantastisch! Wees er gewaar van dat je genezingsproces naar het volgende niveau beweegt. Als je je identificeert met het hoofdpersonage, zal deze tekst je genoeg kansen en ruimte bieden om eens goed naar jezelf te kijken. Wees ook gewaar van de neiging om te denken dat hij, of de woorden op een bladzijde verantwoordelijk kunnen zijn voor wat jij voelt; hoe dan ook, het is waarschijnlijk dat hij je kansen geeft om te helen !

De dialoog tussen mijzelf en de bezwaarde Richard is snel, voedend en verlichtend. Je zal gegrepen worden door de manier waarop hij zijn blokkades ontrafelt die hem ervan weerhouden om de Liefde te voelen waar hij zo naar verlangt. Je zal hem toejuichen bij het terug krijgen van zijn inzicht in de dynamiek van het leven, zijn verwarde jeugd, en zijn schijnbaar hopeloze relaties. Je zal bij hem aansluiten om stap voor stap de gereedschappen die je leven verbeteren onder de knie te krijgen. En je hoeft niet per se van streek te raken om je leven te verbeteren! Mensen over heel de wereld, ook de mensen die al een prachtig leven voor zichzelf hebben gecreëerd, hebben voordeel gehaald uit het verfijnen van hun levensvaardigheden met behulp van deze hulpmiddelen.

Dit proces vereist moed en zal niet altijd “rozengeur en maneschijn” zijn, maar, de beloningen en resultaten zullen jou en je familie raken op mooie en wonderbaarlijke manieren - voor altijd.

Ik wens je zegeningen, Liefde en ondersteuning op je reis!

Michael

THE DILEMMA

The mass of men lead lives of quiet desperation.
What is called resignation is confirmed desperation.
From the desperate city you go into the desperate country
and have to console yourself with the bravery of minks and muskrats.
A stereotyped but unconscious despair is
concealed even under what are called the games and
amusements of mankind. To be awake is to be alive.
I never yet met a man who is quite awake.

Henry David Thoreau

THE SOLUTION

If you advance confidently in the directions of your dreams,
and endeavour to live the life you have imagined,
you will meet with the success unexpected in common hours.
You will pass an invisible boundary...
If you have build castles in the air,
Your work need not be lost; that is where they should be.
Now put the foundation under them.

Henry David Thoreau

1 – HET DILEMMA

Richard, een succesvolle man in zijn dertiger jaren, was op weg richting het westen na een tweede scheiding toen hij mij op een vroege ochtend belde. “Ik heb zojuist het boek, De Celestijnse Belofte gelezen van James Redfield. Een vriend die het aan me gegeven had vertelde me over jouw werk en adviseerde mij contact met jou te zoeken als ik in Springfield was aangekomen. Hij zei dat jij waarschijnlijk wel kon helpen om wat dingen op een rijtje te krijgen. Ik weet het niet, misschien is het een verspilling van onze tijd om te ontmoeten, maar mijn leven is een puinhoop..., ik ben wanhopig.”

Springfield ligt anderhalf uur rijden vanaf Heartland, waar we onze intensieve workshops geven. Ik had een paar dagen vrij tussen het eindigen van ons zomerseizoen en het begin van mijn tournee, dus vroeg ik Richard om later op de ochtend samen te komen. Hij ging ermee akkoord.

Het was een heldere dag en de bladeren aan de bomen lieten het begin van de herfst zien. Terwijl ik hem uit zijn auto zag stappen, leek Richard langer dan ik had gedacht. Hij droeg een spijkerbroek met een jasje over een vaal blauw T-shirt, en sportschoenen in plaats van bergschoenen die ik had verwacht voor iemand die naar het westen reist. Hij kwam voor als iemand die zich overal en bij iedereen op zijn gemak voelt. Zijn gezicht liet intelligentie en gevoeligheid zien, maar vertoonde duidelijk sporen van verdriet; het hangen van zijn schouders toonde een grote emotionele last.

Zijn verhalen over zijn gebroken relaties en scheidingen klonken al voordat we plaats hadden genomen in het huis. Typerend voor veel mensen die na zulk soort gebeurtenissen gaan kijken naar een andere manier van doen, uitte Richard zijn frustratie, woede en angst. Hij leek te worstelen met zijn pijn, hij gebruikte woorden die ik heb leren kennen als gevolg van het misbruik van onszelf en anderen als we over gaan tot beschuldigen.

Er was een onzekerheid in zijn stem en een met moeite gecontroleerde woede die op het punt stond uit te barsten. Ik zag dit als een gevolg van een gigantische frustratie en gevoel van machteloosheid, gevoelens die ik wel vaker tegenkom bij mensen met wie ik werk.

SLEUTELGEDACHTE - Woede is een poging iets te controleren. Des te meer onzekerheid of machteloosheid mensen voelen, Des te agressiever hun gedachten, woorden en daden.

Jammerend eindigde hij zijn verhaal, “Soms voel ik me zo hopeloos, Ik begin me af te vragen of er wel antwoorden zijn.” Diepgeworteld in zijn pijn, keek hij mij aan, wachtend op een antwoord.

“Zo te horen staan de zaken er op dit moment niet al te best voor,” Zei ik hem. “Wat dacht je ervan om gewoon eens diep adem te halen en even stil te zijn? Gelukkig gaan deze dingen ook weer voorbij. Wij hebben krachtige hulpmiddelen om je te ondersteunen in het versnellen van dit proces en een toekomst te creëren die vrediger verloopt. Heb je wel eens eerder zoiets als dit meegemaakt? Heb je je wel eens vaker zo gevoeld?”

Richard gaf toe dat hij vaker deze woede had ervaren, hij beschreef de omstandigheden van een paar relaties die abrupt eindigde. Hij verklaarde dat wat hij ook deed of zei, zijn leven en relaties waren hopeloos. Hij legde uit dat hij alweer verhuisde om aan pijnlijke herinneringen te ontkomen, herinneringen die hem achtervolgde op iedere plek waar hij gewoond had. Het was duidelijk dat hij zich een slachtoffer voelde, verlaten en verward over het verloop van zijn leven.

Zijn dilemma was de onwetendheid over wat te doen; Hij was bang om telkens dezelfde fout te maken. Hierdoor belemmerde hij zichzelf om keuzes te maken. Tegelijkertijd verzette hij zich tegen het idee dat zijn verleden iets te maken had met zijn leven nu. Hij stond erop om alleen maar te praten over wat er nu aan de hand is, en niet over iets dat jaren geleden gebeurd is.

“Ik stel voor dat het jou opvalt, Richard, dat iedere ‘situatie’ in je leven één ding in gemeen heeft; Iedere keer als ‘iets’ voorvalt, dan ben jij erbij! Jij bent de bepalende factor. Jij bent deel, zij het bewust of onbewust, van iedere gebeurtenis in je leven.”

“Vertel je me nou dat ik wil dat deze dingen mij overkomen?” Stotterde Richard.

“Wil, nee ! Deel van uitmaakt, ja ! Als je dit helder kan zien en verantwoordelijkheid neemt voor jou deel in gebeurtenissen, zullen dingen gaan veranderen. Verantwoordelijkheid is geen last op je schouders, maar de sleutel tot het opeisen van je kracht.”

“Ja hoor!” Antwoorde hij terug, met zijn handen over elkaar terwijl hij sprak. “Dus, alles is mijn schuld en als ik deze schuld maar accepteer, en toegeef dat ik schuldig ben, dan zal alles weer goed komen. Is dat wat je wilt zeggen? Er valt mij niks te verwijten ! Als je iemand wilt terechtwijzen, beschuldig hun dan! Ik ben al te vaak het slachtoffer geweest en ik ga ervoor zorgen dat zo iets niet weer gebeurt!” Zijn kaken zaten strak op elkaar, met gespannen schouders en strakke ogen staaarde hij mij aan.

“Als zijn geest net zo gesloten is als zijn lichaamstaal, dan heb ik nog een aardige weg te gaan,” Dacht ik bij mijzelf. “Het ziet er naar uit dat je dichtslaat, Richard. Haal een keer goed adem; Ik ben hier om je te ondersteunen. Mijn woorden waren ‘neem verantwoordelijkheid’ en niet ‘het is jouw schuld !’ Dit werk gaat om de bevrijding van schuldgevoelens en het loslaten van de neiging om anderen te beschuldigen door bewust te worden van onze patronen en het helen van de oorzaak hiervan. Het is mijn doel om je te ondersteunen bij de herkenning hiervan en het verantwoord omgaan met jouw deel in iedere pijnlijke situatie in je leven, en laten zien hoe je dingen anders kan doen!

“Het beschuldigen van anderen is een vlucht van verantwoordelijkheid en hierdoor geef je je eigen kracht weg. Als alles wat er gebeurt in je leven de schuld is van ‘anderen’, waarom is het dan zo dat jij er iedere keer bij was?” Vroeg ik zo rustig als ik kon. “Als zij degene zijn met het probleem, waarom ben jij dan degene met de pijn? “

De reden dat Richard zoveel pijn had was zijn Waarom Overkomt Mij Dit... TELKENS WEER?! Gevoel, het gevoel dat zovelen van ons herhaaldelijk ervaren in ons leven. Het maakt niet uit wat voor gebeurtenis het veroorzaakt; het kan een combinatie zijn van relatieproblemen, problemen op het werk, financiële moeilijkheden, wat dan ook. Ongeacht de omstandigheden, er is altijd één ding zeker. De persoon die de gevoelens ervaart is er altijd bij betrokken!

SLEUTELGEDACHTTE – Andere verwijten is het weggeven van je eigen kracht. Je verbeeld je dat de fout altijd in een ander is.

2 – WAT VEROORZAAKT ONZE PIJN ?

Pijn, zoals alle gevoelens, valt onder de controle van de persoon die het ervaart. Als we echter weigeren om verantwoordelijkheid te nemen, zal het lijken dat anderen de pijn in ons veroorzaken, en dat het daardoor onontkoombaar is. De pijn die Richard voelde was het gevolg van een innerlijk proces; het werd niet veroorzaakt door anderen. Om Richard zijn genezing mogelijk te maken, is het van essentieel belang dat hij afstand neemt van zijn interne dialoog die hem ervan overtuigd dat alle anderen het probleem zijn. Hij moet eerst loskomen van zijn eigen gedachten om anders hiernaar te kijken.

“Ik hoor je zeggen dat je veel vervelende ervaringen in je relaties hebt gehad en ik begrijp dat je geest het laat lijken alsof de bron van de pijn buiten je ligt. Als je denkt dat de aanleiding van je pijn extern is verwar je de oorzaak van je pijn met het mechanisme dat het zichtbaar maakt. De pijn die je voelt is niet afhankelijk van uiterlijke gebeurtenissen en niemand behalve jij veroorzaakt wat je voelt.

Zijn reactie was fel en vermijdend. “Je geeft me nu nog meer schuldgevoel!” Zei hij vlug, “En het enige wat ik nu wil is ervoor zorgen dat dit soort dingen niet meer gebeuren!”

Toen ik aan Richard het idee introduceerde dat we allemaal verantwoordelijk zijn voor onze pijn, hoorde hij, zoals zoveel van ons als iemand uitwijst dat we misschien fout zitten, iets anders. Ik sprak over verantwoordelijkheid, maar Richard zag in mijn woorden een andere betekenis dan ik bedoelde. Dit bracht een essentieel element in het helingsproces naar voren. Er is een verschil tussen wat er gebeurt in de wereld en de interpretatie die in ons denken plaatsvindt óver die gebeurtenis. Het ene activeert gevoelens (**trigger**) ; de andere is er de oorzaak van. Het begrijpen van dit concept is de sleutel tot het claimen van je persoonlijke kracht en het verlossen van pijn. Wat Richard zag als de “oorzaak” van zijn verdriet was slechts een trigger die een reeds in hem opgeslagen ervaring zichtbaar maakte, een ervaring die hij zo vaak heeft herhaald dat het oud en vertrouwd is geworden.

“Richard, als je echt je leven wilt veranderen, moet je leven vanuit het standpunt dat jij de bron bent van alles dat je voelt. De bron van persoonlijke kracht is weten dat jij aan de oorzaak staat van je leven, i.p.v. continue onbewust reageren volgens oude patronen.”

De gedachte dat wij verantwoordelijk zijn voor ons leven kan moeilijk zijn om te bevatten als we het voor de eerste keer horen. Richard leek heen en weer geslingerd te worden tussen het willen begrijpen van deze kennis en zijn weerstand tegen het nemen van verantwoordelijkheid.

“Om een voorbeeld te noemen, Richard, een paar minuten geleden vertelde ik jou over verantwoordelijkheid. Wat jij hoorde was beschuldiging, schuld en fout. Jij luisterde naar je innerlijke dialoog, die je vertelde over de pijn die inherent is aan schuldig voelen. Vervolgens kwamen je verdedigingen tegen beschuldigt worden en fout zijn opzetten, verdedigingen die je zelf gecreëerd hebt. Deze zijn jouw interpretatie van verantwoordelijkheid nemen.

“De reden dat je niet je pijn kan ontvluchten door te verhuizen of uit een relatie te stappen is omdat je pijn van binnen zit en je het met je meeneemt waar je ook heen gaat. Dat je je pijn heel goed kan verstoppen betekent niet dat het er niet is, en er hangt een prijs aan het vasthouden van negatieve energie, zelfs als het niet bewust wordt ervaren. Ieder willekeurig iemand die precies de juiste woorden zegt kan activeren wat jij verstoopt voor jezelf. Jouw pijn wordt veroorzaakt door de energie die jij zelf vasthoudt, en niet door hun.”

“Dat oorzaak en trigger verhaal begrijp ik niet helemaal,” Antwoorde hij geïrriteerd.

SLEUTELGEDACHTTE – Als je vlucht wil dat niet zeggen dat je innerlijk ook naar een andere plaats is verhuist.

“Laten we kijken of we dit met behulp van een voorbeeld beter kunnen begrijpen,” Zei ik hem. “Stel je voor dat we een persoon uit het oerwoud naast een rivier zetten en hem vragen uit te zoeken wat veroorzaakt dat een ophaalbrug opent. Deze persoon ziet, keer op keer, dat de brug omhoog gaat als er een boot aankomt. Hij merkt ook op dat de brug omlaag gaat nadat de boot is gepasseerd. Onze waarnemer, die helemaal niet bekend is met bruggen, komt tot de conclusie dat boten veroorzaken dat bruggen omhoog en omlaag gaan !

“Wij weten dat boten niet de oorzaak zijn van het openen en sluiten van bruggen, al zijn zij wel de “trigger” waardoor het mechanisme in werking wordt gezet. Omdat wij bekend zijn met bruggen, weten wij dat de brughouder een boot ziet en het mechanisme van de brug in werking zet door een knop in te drukken. Dit levert de energie aan een motor die dan veroorzaakt dat de brug omhoog gaat.

“Wat als wij onze waarnemer de opdracht geven om ervoor te zorgen dat de ophaalbrug niet omhoog gaat? Als hij vast blijft houden aan zijn overtuiging dat boten de oorzaak zijn, dan heeft hij een hele klus voor de boeg. Hij zou iedere boot die aankomt, alle boten in de wereld moeten tegenhouden om zijn doel te volbrengen. Aan de andere kant, als hij zou begrijpen dat er een intern mechanisme is dat de brug opent, hoeft hij alleen in de controle kamer een draadje door te knippen en de brug blijft voor altijd dicht.”

“Ik zie wat je bedoeld, Michael, en vergeef me dat ik zo bot was,” zei Richard, “maar wat dan nog?”

“Richard, dit concept begrijpen is essentieel. Jouw realiteit verschijnt vanuit jou. Mijn woorden zijn slechts een trigger voor wat er in jouw denken opkomt. Het woord ‘verantwoordelijkheid’ betekent niet schuld, schaamte of fout, al was dat wel wat jij hoorde. Je moet ervoor kiezen om verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen gevoelens en wat er in jou omgaat, voordat je ooit de onbewuste patronen kan veranderen en helen !”

SLEUTELGEDACHT – Als je blijft denken wat je altijd denkt, blijf je ontvangen wat je altijd hebt gehad.

Het was mijn intentie om Richard te laten zien dat we allemaal overtuigingen en ideeën hebben die de bron zijn van onze realiteit-structuur. Bijna iedereen praat continu tegen zichzelf, volledig onbewust dat ze verward zijn in een innerlijke dialoog die onze overtuigingen over het leven beoordeelt en versterkt. Sommige mensen zijn voortdurend zichzelf aan het rechtvaardigen in deze beoordelingen, tegenover een innerlijke “rechter” die is opgebouwd uit hun ouders, opvoeding, geliefden, etc. “Wat zou de rechter zeggen als hij/zij me dit zag doen”, vragen ze zichzelf.

Onze innerlijk gecreëerde realiteiten en de aard van onze stille aanhoudende interne dialoog, werken consistent en automatisch in het vormen van onze keuzes in het leven, zelfs de schijnbaar onbelangrijke.

Ik liet Richard de aanwezigheid van zijn interne dialoog zien door het voorbeeld van zijn reactie op het woord “verantwoordelijkheid”. Hij was zich er niet van bewust dat het idee van schuld en blaam van zijn innerlijke dialoog afkwam, zijn eigen stille speech. Nog belangrijker, het was hem nog nooit opgevallen dat zijn waarneming van de realiteit niet per se hetzelfde is als de realiteit die ervaren wordt door anderen waarmee hij zijn leven deelt.

“Richard, onze keuzes in het leven ontstaan uit onze innerlijke realiteit en dragen bij aan het creëren van gebeurtenissen in ons leven en het genereren van onze gevoelens óver deze gebeurtenissen. In grote mate zijn mensen onbewust van het effect dat deze innerlijke overtuigingen en ideeën hebben op wat er gebeurt.” Ik nodigde Richard uit om eens goed te kijken naar het concept dat onze innerlijke realiteiten en interne dialoog regerende krachten zijn achter de levenservaringen die we creëren. Ik stelde voor dat die eens goed naar zijn stille dialoog zou kijken om te zien wat voor kracht hierachter zit.

“Veel mensen hebben ervaringen in hun leven die heel ver af staan van wat ze bewust zouden kiezen. Het gebeurt vaak dat de interne dialoog en externe spraak van een individu gericht is op wat ze niet willen, en dus creëren ze juist deze ervaringen uit het willen vermijden hiervan. Het willen vermijden van iets maakt dat juist een prioriteit in je geest omdat het je aandacht richt op ‘dat’ wat je wilt vermijden.”

Het leek erop dat Richard zich wat meer comfortabel ging voelen. Hij leunde naar voren, rustte zijn armen op zijn knieën, en luisterde intens terwijl er een glimlach op zijn gezicht verscheen. “Bedoel je te zeggen dat ik niet de enige ben die onophoudelijk tegen zichzelf praat?”

“Nee, je bent niet alleen. Je kan je meer gewaar worden van je innerlijke dialoog en de leiding nemen over je interne processen als je hiervoor kiest. Corrigeren wat er gebeurt van binnen is de sleutel tot het creëren van veranderingen buiten je. Totdat je de zorg op je neemt van je eigen innerlijke realiteit-structuur, blijf je gebonden om steeds weer te ervaren wat je probeert te vermijden.”

SLEUTELGEDACHTE – Gedachten zijn de manier waarop we vragen. Een gedachte over wat je niet wilt is net zo krachtig als een gedachte over wat je wel wilt. Wees voorzichtig met wat je wenst.

“Hoe creëer ik de veranderingen die ik wil?” Vroeg Richard.

“De eerste stap is het veranderen van je interne mechanisme. Ik stel voor dat je je instelling tegenover nieuwe ideeën verandert en het geklets in je hoofd (dat je ervan weerhoudt om ze te horen) los laat. Het is veilig en helend om nieuwe ideeën te horen, door innerlijk werk te verrichten zal je een aantal kern-gedragingen die je naar het leven hebt veranderen.

“De volgende stap in het veranderen van je innerlijke realiteit is verantwoordelijkheid nemen voor jouw innerlijke dialoog. Als dit niet verandert dan zullen ervaringen die gelinkt zijn aan oude gedachten steeds weer herhalen.”

Richard had al bekend dat hij de woede die hij nu voelde al meer ervaren had, dit was een indicatie dat zijn innerlijke zelf-dialoog al meerdere malen dezelfde gebeurtenissen had gecreëerd. “Door je interne dialoog te veranderen, verandert je realiteit-structuur en daarmee ook wat je aantrekt in je leven.”

“Dus je zegt eigenlijk, om het uiterlijk te veranderen, moet ik leren mijn aandacht beter te richten om het innerlijk te veranderen! “ m.a.w. (wat er niet in zit, komt er ook niet uit)

“Precies, Richard ! Iedereen weet dat je pas verandert wat er uit een systeem gaat, als je verandert wat erin gaat. Maar wat klaarblijkelijk niet algemene kennis is. Is het begrip dat je, om in staat te zijn de input van het menselijk systeem te veranderen, de aandacht (focus) dient te wijzigen. En je wijzigt je focus door je interne zelf-dialoog te veranderen en je aandacht ergens anders op te richten. Als je zelf-dialoog je verteld dat andere mensen of dingen jouw pijn veroorzaken, of het nou woede, frustratie, hulpeloosheid of angst is, dan heb je geen heldere geest.

“Als je verantwoordelijkheid neemt voor jouw innerlijke wereld, claim je je leiderschap terug. Als je denkt dat je andere mensen moet veranderen of tegenhouden zodat ze jou niet boos maken, dan moet je heel je leven iedereen die je tegenkomt veranderen omdat ze eventueel jouw frustratie kunnen activeren – een onmogelijke taak!”

“Vertel mij wat!” Mopperde Richard. “Tot op heden zijn mijn pogingen om andere te veranderen hopeloos geweest, maar ik vind het niet leuk dat ik degene ben die moet veranderen, degene die al het werk moet verrichten! Hoe zit het met hun? Ik wil ook dat hun verantwoordelijkheid nemen voor zichzelf,” Klaagde Richard. Hij kwam gespannen over en zat onrustig in zijn stoel te draaien. Het zag eruit alsof hij moeite had met het vinden van een comfortabele houding.

“De delen van je leven die niet meer voor je werken kunnen verandert worden door heel eenvoudig het werk dat we nu bespreken uit te voeren. Dat niemand anders hoeft te veranderen voordat jij je goed kan voelen is waarschijnlijk het beste nieuws dat je ooit zal horen. Maar jij zal zelf het werk moeten doen voordat jij weer in jouw kracht kan gaan staan.

“Het is niet nodig om te vluchten van het leven en telkens weer in die vicieuze cirkel van hulpeloosheid terecht te komen die je nu ervaart. Er is iets wat je kan doen en als je dit doet is dit jouw helingsproces! Wat anderen betreft, als zij pijn ervaren zullen zijzelf hun eigen bereidheid moeten vinden om dit aan te gaan. Zij zullen zelf moeten veranderen en zelf in hun proces moeten stappen voordat zij weer in hun eigen kracht kunnen staan – om hun leven te veranderen.”

Een simpele regel om te onthouden is:

Als Ik verstoord ben, zit Ik ernaast.

Iedereen die zich gekwetst voelt heeft werk te doen.

Richard was verward over hoe die nieuwe ervaringen in zijn leven kan creëren zonder andere mensen te veranderen, dit is veel voorkomend en komt door de wijze waarop velen van ons de wereld zien. In iedere moeilijkheid tussen mensen, zijn er twee tegengestelde realiteiten, twee mensen met pijn, twee mensen die gekwetst zijn, twee mensen die ieder verantwoordelijkheid voor zichzelf moeten nemen om te kunnen helen. Wat veel voorkomt is ontwijkingsgedrag waarbij de vinger wordt gewezen naar wat de ander niet of wel doet terwijl het eigen innerlijke werk niet is verricht.

SLEUTELGEDACHTEN – Laten we het vergrootglas waarmee we andere bestuderen inruilen voor een spiegel. Het is tijd om te stoppen met wijzen naar anderen, zodat we eens goed naar onszelf kunnen kijken.

Richard liet me weten dat het allemaal heel logisch klonk, maar hij was verward over het feit dat zijn negatieve emoties alleen verschenen als hij samen was met de vrouwen in zijn leven. Zijn vijandigheid nam wat af, maar hij was wel geneigd tot twijfel. Ik vertelde hem dat gevoelens veel makkelijker te verstoppen zijn als er niemand in de buurt is om ze te activeren. Ik herinnerde hem aan het voorbeeld van de ophaalbrug en het feit dat de ophaalbrug beneden blijft als er niks is wat zijn mechanisme activeert. Ik vertelde hem over het werk van Marcel Vogel, een onderzoeker bij IBM, die het voor elkaar kreeg om de energiegolven te meten die het brein verlaten als we een gedachte denken. “Richard, ik noem deze energiegolven een ‘psychische megafoon.’ Iedere realiteit in ons verstand creëert een energiegolf om de mensen aan te trekken die in harmonie zijn met die realiteit. De mensen die we aantrekken activeren vervolgens die realiteit in ons, maar de trigger veroorzaakt niet onze emoties, het resonanceert slechts met wat er al in ons aanwezig is.”

Richard en ik onderzochten wie hij aan het bellen was met zijn psychische megafoon om te dienen als zijn trigger. Het belangrijkste onderwerp was zijn lange geschiedenis van ongelukkige relaties met vrouwen. Er ontwaakte sterke emoties in hem terwijl hij met wrok praatte over zijn onverwerkte ervaringen.

“Ik heb echt loten uit de loterij gehad! De vrouwen waartoe ik mij aangetrokken voel lijken erg warm en liefdevol – voor een tijdje. Dan ineens, uit het niets worden ze afstandelijk en, ongeacht wat ik doe, ik krijg het maar niet voor elkaar om hun aandacht te krijgen. Dat maakt me gefrustreerd en verdrietig, totdat ik kwaad word en in de aanval ga!” Hij was zichtbaar geïrriteerd terwijl hij sprak.

Richard beschuldigde de vrouwen uit zijn leven voor zijn gevoelens van verdriet en woede en was verward omdat hij deze emoties alleen voelde als hij een relatie had. “Hoe,” Zei hij hardop, “kan het niet hun schuld zijn?”

“Als je eenmaal ziet hoe handig je verstand is in het opzetten en verstoren van je eigen beeldvorming, begrijp je hoe het kan dat je percepties er zover naast kunnen zitten. Een van de valkuilen die we tegenkomen in het begrijpen van onze verstoorte perceptie is dat we proberen helderheid te krijgen zonder dat we het apparaat opschonen die verantwoordelijk is voor de storing – De denkende geest!

“Een historische methode die wordt gebruikt om voorbij te gaan aan de verstoringen in de geest is de parabel, in het Aramees betekent dit ‘parallele betekenis.’ Een parabel spreekt tot de geest met zijn letterlijke betekenis terwijl de onderliggende boodschap, die niet direct onderwezen kan worden, voorbij het intellect gaat en wordt begrepen door dat deel van ons dat meer is dan alleen de denkende geest. Ik wil graag een parabel met je delen die ontworpen is om te laten zien hoe limiterend de huidige menselijke overtuigingen zijn. Het helpt ook met het bouwen van de benodigde hersencellen om te functioneren op een totaal andere manier – Met andere realiteiten die ons begeleiden.”

3 – NIET TE BESCHRIJVEN MET WOORDEN...

“Beeld je het volgende in, een tweedimensionaal wezen, die alleen lengte en breedte kan ervaren. Er is geen hoogte in haar wereld. Lengte en breedte zijn de enige dimensies die ze kan zien.

“Wij willen basketbal gaan spelen met dit wezen. Wij geven de basketbal aan haar, in haar wereld. Stel je eens voor dat je in haar positie bent. Je hebt een beperkt zicht op de wereld; je kan alleen de lengte en breedte van dingen zien. Je vaardigheid om waar te nemen is met één dimensie afgenomen in vergelijking tot je normale menselijke perceptie. Vanuit deze context, vlak en plat, is een driedimensioneel perspectief en begrip onmogelijk.

“Richard, als de basketbal in haar tweedimensionale ruimte wordt gebracht, wat ziet zij dan?”

“Ze gaat een vlakke lijn ervaren. Waarschijnlijk lijkt het eerst als een stip, en dan een serie van platte vlakken totdat ze weer aan de andere kant van de bal komt waar het weer een stip word.”

“Merk op, Richard, dat terwijl onze tweedimensionale vriendin iets ervaart, Ze ervaart ‘iets’ dat niet bestaat. Als zij een serie van platte vlakken voorbij ziet komen, ziet ze iets dat niet “werkelijk” gebeurt is. Een basketbal is geen platte stip. Zij mag het misschien zo ervaren, maar een basketbal is een bolvormig object.

“Laten we nu nog één stap verder gaan. Het tweedimensionale wezen heeft door haar ervaring met de basketbal iets uitgevonden wat “tijd” genoemd word. Voor jou en mij is de basketbal er gewoon, en is er geen ervaring van tijd bij betrokken. Maar aangezien haar zicht niet in één perceptie de hele bal kan omvatten, ervaart ze een deel van de bal eerst, en een ander deel als laatst. Dit is de manier waarop tijd is ontstaan. Iets wat voor jou en mij een enkele complete ervaring is en dus geen tijd nodig heeft, wordt ineens tijdgebonden. Wat voor ons in één moment gebeurt lijkt voor een wezen met een gelimiteerde perceptie een serie van meerdere afgescheiden ervaringen.

“Je zou je wellicht kunnen voorstellen dat het tweedimensionale wezen haar afzonderlijke ervaringen zelfs anders benoemd. Ze noemt de eerste Piet, en een andere Marie. Ieder aspect van de bal, zodra het in haar gewaarzijn komt, wordt iets anders. Het formaat, de vorm, het karakter, verandert met ieder nieuw perspectief. Als gevolg van haar gelimiteerde perceptie verzint ze, en dus ervaart ze een wereld die niet bestaat!

“Dit is voor het menselijke verstand moeilijk te bevatten, maar wel een belangrijk principe om te herkennen; als je perceptie gelimiteerd is, kan je iets ervaren dat nooit gebeurt is, behalve als een perceptuele realiteit in je hoofd. Het wordt ons vaak aangeleerd om een perceptie te ervaren die helemaal niet bestaat, behalve in ons gedachtenrijk. Het wordt ons ook geleerd om te geloven dat die realiteiten in ons hoofd óók gelden voor de wereld om ons heen, terwijl dit niet zo is !

“Stel je voor dat de ouders van onze tweedimensionale vriendin haar proberen te onderwijzen over basketballen. Ze heeft alle geschiedenisboeken gelezen, Ze heeft alle ‘basketbal ervaringen’ van alle tweedimensionale wezens bestudeert, en het enige waar de geschiedenis haar over verteld, zijn ervaringen die nooit gebeurd zijn ! Een opgeschreven studie over een ervaring die niet bestaat maakt het nog niet waar. Basketballen bestaan simpelweg niet als een serie van afzonderlijke gebeurtenissen die opgesplitst zijn door de tijd, ze lijken alleen zo te bestaan doordat het bekeken wordt door een gelimiteerde perceptie. Wanneer een dimensie ontbreekt in een perceptueel systeem, zijn de resultaten van dat systeem altijd verstoort.

“Zou je denken Richard, dat je door een beperkte visie of een gelimiteerde perceptie, dingen zou kunnen ervaren die helemaal niet gebeurd zijn in de actuele wereld?”

“Ik denk het wel, “ zei hij.

“Hoe zou ik dan te werk moeten gaan als ik onze tweedimensionale vriendin zou willen leren om voorbij te gaan aan de valse realiteit in haar hoofd, zodat ze werkelijk een basketbal kan ervaren? Als jij en ik met haar zouden praten en haar uitleggen wat een basketbal echt is, zouden we haar dan zover kunnen krijgen om met ons basketbal te spelen? Gaat onze uitleg zinnig zijn voor haar?”

“Als we haar vertellen dat haar ervaring nooit gebeurd is. Zou je denken dat ze zich dan beledigd voelt?” Vroeg ik hem.

“Richard lachte, “Ik kan haar nu al horen. ‘Wie denk je wel dat je bent? Ik heb de platte vlakken zelf ervaren; Ik weet het zeker!’”

“Het moeilijke hiervan is dat zij de basketbal heeft ervaren als een serie van platte vlakken,” Zei ik. “Hoe ga je haar uitleggen dat ze iets gezien heeft wat niet bestaat? Hoe moeten we dit nou aanpakken? Kunnen we haar onderwijzen hierin? Is het mogelijk dat we haar genoeg omschrijvingen van een basketbal geven zodat ze haar eigen tweedimensionale geschiedenis zou opgeven? Haar eigen ervaring? Alles wat haar ouders en leraren haar verteld hebben?”

“Denk je dat ze zal zeggen, ‘Oké, Ik geloof je, Ik zat er helemaal naast.’ Waarschijnlijk niet. Denk je dat de duizenden woorden die zij kan begrijpen de ware betekenis van een basketbal uitleggen? Natuurlijk niet, omdat haar hele vocabulaire gebaseerd is op de gelimiteerde perceptie, de beperkte visie van tweedimensionale wezens. De woorden die zij gebruikt reflecteren alleen maar de realiteit waar zij mee bekend is. In haar taal zijn er geen woorden om een basketbal in driedimensionaal perspectief uit te leggen.

“Denk hier eens goed over na in menselijke termen. Hebben wij woorden voor iets wat we niet hebben ervaren? Nee, we hebben alleen woorden voor ervaringen die wij gemeenschappelijk ervaren. Als wij wonen in de woestijn en dus nog nooit sneeuw hebben gezien, hoeveel woorden zouden wij dan hebben om sneeuw te beschrijven? Misschien drie of vier, wat genoeg zou zijn voor onze ervaringen met sneeuw. We zouden niet veel beschrijvingen hebben omdat sneeuw niet een grote rol speelt in ons leven.

“Als we naar Alaska zouden gaan en het aan een Eskimo zouden vragen, zou het heel anders zijn. Ze hebben daar naar ik meen ongeveer zeventig woorden voor sneeuw – een belangrijk deel van hun directe leefomgeving. Als ik in Alaska op reis zou gaan en de condities van de sneeuw zijn mij niet goed uitgelegd dan zou ik ergens kunnen stranden.

“De realiteiten die aanwezig zijn in een geest, en de gebruikte woorden om deze realiteiten te vertegenwoordigen zijn vaak gelimiteerd door de ervaringen van de geest.

“Stel je voor dat onze tweedimensionale vriendin haar begrip verruimd heeft en de ervaring opdoet van basketbal spelen. Zou zij dan in staat zijn om aan haar vrienden uit te leggen wat een basketbal werkelijk is? Kan je je inleven in haar opwinding? Ze is voorbij gegaan aan de kennis waar ze zich altijd aan heeft vastgehouden en ze begrijpt nu de ware betekenis van een basketbal. Ze gaat heel enthousiast naar haar vrienden en zegt, ‘Ik ken eindelijk de waarheid van een basketbal, ze zijn... eh... hm... tja ehh... Hé wacht eens even! Er zijn geen woorden in onze taal die een basketbal accuraat kunnen omschrijven. Hoe kan ik tegen jou vertellen wat ik ervaren heb?’ Je kan je misschien wel indenken dat ze zoiets zal zeggen als. ‘Weet je, er zijn zoveel dingen die ik tegen je wil zeggen, maar ik weet dat je het niet zult bevatten.’”

Richard onderbrak, “Alle woorden uit onze wereld kunnen niet gebruikt worden in haar wereld, omdat de wereld waar zij uitkomt dezelfde actuele gebeurtenis omschrijft vanuit een totaal andere realiteit.”

“Ik ben het met je eens, en dit spreekt precies jouw vraag aan, ‘Hoe kan het leven zo anders zijn dan mijn perceptie ervan?’ en de vraag van onze vriendin. ‘Hoe kan de basketbal ooit anders zijn dan een serie platte vlakken die van elkaar gescheiden zijn door de tijd?’”

“Hoe ga je voorbij aan deze gecompliceerde kwestie?” Vroeg hij.

“De beste manier die ik ken is het tweedimensionale wezen voorstellen om alles in twijfel te trekken wat haar verteld is over basketballen, ook haar ervaringen met basketballen. Als ze kan zien dat niets wat zij ooit heeft ervaren ook werkelijk gebeurd is zoals zij dat ervaren heeft, heeft ze een kans om haar geest te openen voor een nieuw perspectief. Als je haar zover kan krijgen dat ze alle realiteiten die zij heeft geaccepteerd laat vallen en zich opent voor een nieuwe en frisse kijk op basketballen, kan ze misschien de sprong maken.”

We spraken over Einstein, en de ideeën die hij opperde, dat wij leven in een vierdimensionale wereld. “Zijn wij, als menselijke wezens, misschien niet in dezelfde positie als het tweedimensionale wezen? Is onze basketbal misschien de wereld? Missen wij misschien één perceptuele dimensie? Zorgt dat ervoor dat wij de wereld niet ervaren zoals die werkelijk is? En als dit zo is, zouden we dit kunnen begrijpen door meer te leren? Zouden we eigenlijk wel de juiste woorden hebben om de **werkelijke** wereld te beschrijven? Is het nodig dat wij eerst al onze ervaringen uit het verleden opgeven om daadwerkelijk de waarheid van het leven te kunnen zien?”

“Wat jij zegt is zinnig, Maar ik kan de vragen niet bevatten, noch heb ik de antwoorden ervan. Alleen al denken over al de dingen die je zegt brengt me in verwarring.” Antwoordde Richard.

“Ik stel deze vragen niet om antwoorden te krijgen, maar om je uit te nodigen alles te wantrouwen wat je hebt ervaren of denkt zeker te weten. Totdat we verantwoordelijkheid nemen en de Waarheid van het leven gaan beseffen, verzinnen we allerlei soorten realiteiten die niet waar zijn.

“Veel mensen leven in een perceptuele wereld die wel refereert naar de actuele wereld, maar tegelijkertijd ontbreekt de Waarheid over de actualiteit. Perceptie is een verzonnen constructie welke op de actuele wereld wordt geprojecteerd. Deze projectie vernietigt de mogelijkheid om de actualiteit te ervaren. Mensen houden stevig vast aan hun valse percepties alsof het leven zelf ervan afhankelijk is, wat eigenlijk ook zo is. Het valse leven dat geleefd wordt door mensen is afhankelijk van het verborgen houden van de Waarheid. De Waarheid zelf is zijn eigen vijand. Wat een gestoorde vicieuze cirkel creëert – De Waarheid is vereist om Liefde en vreugde te ervaren – Als de Waarheid niet wordt toegestaan, zijn Liefde en vreugde onmogelijk. Als we de Waarheid ontkennen blijven we in deze gestoorde cirkel en doen we onszelf pijn. We missen alle pracht die het leven ons te bieden heeft.”

SLEUTELGEDACHTTE – Nu de Waarheid eindelijk is gesproken, is er ruimte voor ware Liefde. Bill C. Davis, Het toneelstuk Mass Appeal

Al onze activiteiten zouden gecentreerd moeten zijn in Waarheid. Waarheid zou de adem van ons leven moeten zijn. Als dit niveau . . . waarlijk bereikt is, zullen de andere wegen die leiden naar correct leven zonder moeite aan ons verschijnen, en deze wegen volgen zal instinctief zijn. Maar zonder Waarheid is het onmogelijk om deze wegen ooit te kunnen zien.

Mahatma Gandhi, India of My Dreams

4 – GEVOEL, ONZE RAADGEVER

Gevoelens zijn het primaire feedback mechanisme voor het menselijk wezen. Het doel van dit werk is het aanbieden van hulpmiddelen waarmee je het leven, gevoelens, en de Waarheid over de werkelijke wereld kan onderzoeken. Ons volgende doel is deze hulpmiddelen te demonstreren en om ieder mens die we ontmoeten te inspireren in het gebruik ervan. Laten we eens kijken naar gevoelens vanuit een ander perspectief dan het gangbare.

Gevoelens ontstaan van binnen. Niemand kan jou boos, verdrietig, bang of wat dan ook doen voelen. Anderen kunnen echter wel de oorzaak van jouw gevoelens activeren. Het vereist een aanzienlijke verschuiving in je denken om te zien dat de oorzaak van je pijn intern is. De Waarheid hiervan inzien is moeilijk voor de meeste mensen omdat ze hun hele leven geloofd hebben dat iemand anders de macht heeft om hun iets te laten voelen.

De eerste vereiste stap om een nieuw idee te integreren is het loslaten van de oude, conflicterende overtuigingen. Niemand kan verantwoordelijkheid nemen voor zijn eigen leven terwijl hij/zij anderen beschuldigt. Als er eenmaal een toewijding is om verantwoordelijk te zijn, **(in staat om te antwoorden)**, Is het interne mechanisme vrij om te veranderen wat het naar buiten brengt – de realiteit verandert.

“Richard, jezelf bevrijden van de overtuiging dat iedere persoon, plaats, ding, situatie of gebeurtenis jouw gevoelens veroorzaakt vereist een nieuwe kijk op de realiteit, en het verdrijven van de donkere wolken uit het verleden. Als jij woedend bent, heb jij je eigen woede veroorzaakt; Als jij angst voelt, dan is de angst jouw eigen maaksel.”

“Dat is belachelijk! Waarom zou ik mezelf boos maken? Hoe kan ik mezelf boos maken? Mijn gevoelens zijn het resultaat van wat er gebeurt in mijn leven,” Protesteerde Richard.

“Ben je bereid om een experiment te doen die ontworpen is om je op een directe manier te laten ervaren wat jouw gevoelens veroorzaakt?”

“Jazeker.”

“Als je eenmaal deze oefening hebt gedaan, kan je niet meer terug naar het beschuldigen van anderen, zo helder en simpel is de conclusie. Het kan ontkent worden, maar slechts tijdelijk. De directe ervaring hiervan zal een zaadje planten in je geest, dat vroeg of laat tot bloei zal komen als de vrucht van verantwoordelijkheid voor ieder aspect van je leven.”

“Ik weet niet zeker of ik hier klaar voor ben, maar het word een keer tijd. We gaan ervoor!”

“Oké. Doe je ogen even dicht. Ik ga je vragen om jezelf wat emoties te laten voelen. Allereerst, laat jezelf verdriet voelen... Intensiveer het verdriet ... Haal diep adem en laat je verdriet los... Laat jezelf woede voelen... Intensiveer de woede... Haal diep adem en laat je woede los ... Ga naar het gevoel van angst... Intensiveer de angst... Haal diep adem en laat de angst los ... Laat jezelf pijn voelen... Plaats je hand daar waar je de pijn voelt .” Richard plaatste zijn hand op zijn voorhoofd terwijl hij zijn adem inhield.

“Nu open je weer je ogen.

“Kijk waar je hand is, Richard. Je hand laat zien waar je de energie vasthoudt die je pijn veroorzaakt. Als je leert hoe je die energie verandert, zal genezing volgen. Als je dit niet doet is dit waarschijnlijk de plek waar je ziekteverschijnselen neigen om te manifesteren.”

“Maar... “ Onderbrak Richard.

“Laat me eerst even de oefening afmaken voordat we in discussie gaan. Wil je nog een keer je ogen dicht doen? Haal diep adem en laat het verdriet los, de angst, de woede en de pijn. Laat jezelf het gevoel van vreugde en vitaliteit ervaren en open dan je ogen.”

“Dat voelt stukken beter,” zei hij onmiddellijk.

“Hoe zorgde je ervoor dat je deze emoties zojuist voelde?”

“Ik haalde een vroegere ervaring voor ogen die deze emoties veroorzaakte,” antwoordde hij.

“Wat deed je om deze ervaringen te herinneren? Wat was precies het mechanische proces?”

“Ik begrijp niet helemaal wat je bedoelt.”

“Wat speelde zich af in je geest waardoor je deze gevoelens kon oproepen?”

“Ik dacht aan iets dat deze gevoelens naar voren bracht. Bedoel je dat?”

“Ja, Zie je, om een emotie te voelen moest je denken. Je had een gedachte, toch? Emoties zijn de schaduwen van gedachten,” . “In de laatste twee minuten, had je verschillende gevoelens, toch?”

“Ja.”

“Wie zijn gedachten veroorzaakte die gevoelens?”

“Mijn gedachten, denk ik,” Zei Richard terwijl hij wat verward overkwam, “Maar ik had die gevoelens omdat ik die gebeurtenissen zag, niet door de gedachten die ik had.”

“Zo lijkt het wel, Richard, Maar ik denk dat het in werkelijkheid anders werkt. Wat was één van de scènes waar je aan dacht om woede te voelen?”

“Ik hoefde alleen maar aan het vertrek van mijn vrouw te denken, waardoor ik vervolgens alleen achterbleef door haar weggaan,” Zei Richard.

“Wat zou er gebeuren als je nog een keer denkt aan haar vertrek en dan tegelijkertijd de volgende gedachte vasthoudt... Ik ga mijn hele leven anders inrichten, wat een kans om te helen en opnieuw te beginnen!?”

“Dat zou ik nooit denken, Michael!”

“Misschien na deze ervaring, ga je dat wel doen. Probeer het is, kijk wat er gebeurt. Ga eens denken aan haar vertrek en sta jezelf toe om gedachten van opwinding te creëren over het opnieuw inrichten van je leven en het helen van jezelf. Denk deze gedachten maar eens als ware, spannende gedachten over je leven en zie wat er gebeurt.”

“Ik voel me niet boos. Eigenlijk, voel ik verheuging over hoe mijn leven zou kunnen zijn. Hmm... maar het is niet waar, Ik ben boos op haar.”

“Zie je, Richard, het is je gedachte over de situatie en niet de situatie zelf die je gevoelens veroorzaakt. Jij kan er natuurlijk voor kiezen om hatelijke gedachten vast te houden, maar als je dat doet, ben jij degene die de gevolgen ervan zal ervaren, je vrouw ervaart slechts de naweeën (kopie) van de gedachte. Jouw gedachten raken jou het eerst. Zij is nu niet hier en weet niet wat jij denkt, maar iedere gedachte heeft een impact op jou. Je gevoelens informeren je over de hoeveelheid impact die jouw gedachtenenergie op je fysiek heeft. Als je pijn hebt, dan ben jij degene die zich ergens in vergist.”

“Mijn gedachten veroorzaken mijn gevoelens... Wat een vernieuwend concept,” Mompelde Richard tegen zichzelf.

“Laten we een stap verder nemen met dit principe. Als jij gisteren , verleden week, een maand geleden of een jaar geleden negatieve gevoelens en pijn ervaarde , wie zijn gedachten veroorzaakte bij jou die pijn ?”

“Mijn gedachten,” Erkende hij.

“Als jij morgen, volgende week, volgende maand of volgend jaar dit soort emoties en pijn weer ervaart , wie zijn gedachten zijn daar dan de oorzaak van ?”

“Duidelijk de mijne,” Antwoordde hij kort.

“Verwacht je pijn te ervaren in de toekomst?” Vroeg ik hem.

“Natuurlijk, heeft niet iedereen die verwachting?”

“Ik weet niet of dat nodig is, Richard. Waarom zou je jezelf pijn doen?”

“I-Ik weet het niet. Gewoonte, denk ik.”

“Er is maar één reden. Krankzinnigheid. “

“Je bedoelt dat ik gestoord ben!?”

“In de mate dat ieder van ons zichzelf pijn doet, Richard, zijn we allemaal gestoord. De wereld leert ons gestoorde gedachten en hiermee leert het ons om onszelf te vernietigen. Als we gangbare opvattingen geloven en denken dat gestoord denken normaal is. Zullen we de conclusie trekken dat er geen andere keuze is.

“Gedachten, stel ik voor, zijn een vorm van energie. Iedere keer als je een gedachten-energie van een bepaalde kwaliteit in je fysiologie brengt, krijg je een gevoel dat correspondeert met die kwaliteit. Gevoelens zijn je raadgever, je innerlijke begeleidingssysteem, die je in ieder moment vertellen of je constructieve of destructieve gedachten-energieën creëert.

“Als je in de fout gaat, is het gevoel negatief. Ik stel voor dat jij en ik bestaan uit liefde , en er is geen andere realiteit die waarlijk behoort tot het menselijk wezen. Iedere andere realiteit is een schending van de menselijke structuur, en we vernietigen onszelf als we focussen op destructieve energieën.

SLEUTELGEDACHTEN – Als ik pijn heb, vergis ik me ergens in.

“Wij bouwen onze realiteiten, letterlijk, met iedere geest-energie die wij voeden. De geest heeft de verbazingwekkende capaciteit om onze geest-energie om te vormen naar de beelden die wij zien. Als we haat, angst, woede, verbitterdheid, terreur, kritiek, sarcasme, veroordeling, roddel en wraak in onze structuur brengen, zal diezelfde geest-energie het vormen naar het beeld in ons hoofd. Als je in ontkenning bent, zal je denken dat het beeld dat je hebt, over iemand anders gaat, al komt het uit jouw fysiologie. Ieder beeld dat je geest produceert legt uit waar je op dit moment aandacht aan geeft. Als je niet bereid bent om dit helder te zien en verantwoordelijkheid hier voor te nemen, zal je nooit in staat zijn om accuraat naar jezelf te kijken en zal correctie onmogelijk zijn. Eén van de doelen van dit werk is om je te voorzien van hulpmiddelen waarmee je dit kan corrigeren.”

“Wat bedoel je precies met hulpmiddelen, Michael?”

“De hulpmiddelen zijn concrete technieken die je kan gebruiken om uitbarstingen of (nog) onbewuste patronen aan te gaan op het moment dat ze gebeuren. Ze zijn ontworpen om je te ondersteunen in het creëren van vreugde en het ontladen van de lasten die veel mensen op zich nemen in de loop van hun dagelijks leven. Bijvoorbeeld, verantwoordelijkheid nemen is zo'n hulpmiddel. Als jij jouw verantwoordelijkheid op een ander projecteert, dan verteld je verstand dat 'hun' jouw probleem zijn. Als je het gereedschap van verantwoordelijkheid gebruikt, verdwijnt deze projectie omdat je verstand anders zal gaan kijken naar de ander en naar jezelf. Er bewust van zijn dat je gevoelens je begeleiden is ook een hulpmiddel. Als je dit bewustzijn gebruikt ben je eerder geneigd om goed naar jezelf te kijken en zal je jezelf helder zien in plaats van anderen beschuldigen als jij van streek raakt.

“Een paar andere hulpmiddelen die gepresenteerd worden in dit werk zijn 'Mijn Toewijding.' Ademen, Gewaarzijn, en Vergeving. Ik kan wel doorgaan en je een lange lijst presenteren maar ieder hulpmiddel zal je gaandeweg leren kennen.”

“Ik voel me verward,” Zei Richard oprecht.

“Ik begrijp je. Het is veel informatie om allemaal in één keer te verwerken, maar de principes van dit werk zijn eigenlijk best simpel. Het schijnbaar complexe en de verwarring die kan ontstaan in het meesteren van deze nieuwe manier van denken komt door de gewoonte om vast te houden aan oude overtuigingen, wat het moeilijk maakt om nieuwe ideeën te integreren. De verwarring komt niet van de principes zelf.

SLEUTELGEDACHTTE – De Waarheid is complex voor een gecompliceerde geest en simpel voor een eenvoudige geest.

“Heb jij traditionele wiskunde geleerd op school?” Richard knikte. “Heb je de nieuwe wiskunde al gezien?”

“Ja, Ik heb geprobeerd het onder de knie te krijgen zodat ik het aan mijn dochter kon uitleggen. Het bestuderen hiervan was alsof ik een nieuwe taal moest leren, Ik voelde me tamelijk stom omdat ik alleen al weken nodig had om haar in te halen. Zij was toen twaalf!”

“Dat is precies mijn punt. Dit materiaal, introduceert een volledig nieuwe manier van denken en leven, eigenlijk een hele nieuwe wereld, een nieuwe taal. Misschien lukt het je zelfs om wat van die “stomme” gevoelens te voelen en te helen terwijl je dit materiaal in je opneemt. Er is een gezegde dat zegt, 'Je kan nieuwe wiskunde niet beoefenen met een oude wiskundige geest' Op dezelfde manier, kan je niet verantwoordelijkheid nemen voor je leven terwijl je iemand anders beschuldigt.

SLEUTELGEDACHTTE – Als we antwoorden, maken we een bewuste keuze. Als we reageren, worden we onbewust gedreven door ons verleden. Verantwoordelijkheid is de vaardigheid om te antwoorden in plaats van te reageren.

“Als je eenmaal begint te herkennen dat je emoties gecreëerd worden door je interne mechanisme, heb je de sleutel tot het terug claimen van je macht over deze emoties, en kan je verantwoordelijkheid voor ze nemen. Het is dan mogelijk om te antwoorden in plaats van te reageren op de triggers in je leven. Als je welwillend bent en toegewijd aan deze verantwoordelijkheid, kan je de inhoud van je geest veranderen en daarmee ook je realiteit. Hoe je je voelt zal niet langer afhankelijk zijn van mensen, plaatsen, dingen, situaties of omstandigheden.”

“Ha! Dat klinkt geweldig. Waar zit de adder onder het gras?” Vroeg hij.

“Richard, er is geen adder,” Antwoorde Ik, “maar er zijn echt dingen die je dient te veranderen. Je zal bijvoorbeeld in staat moeten zijn om je verborgen pijn te zien, en te kunnen verwerken.

“Kijk, Richard, iemand anders kan alleen maar een pijnlijke realiteit in jou oproepen als deze al in je geest aanwezig is; het moet eerst daar zijn. Je kan net doen alsof alles oké is en doorgaan met ontkennen en jezelf verstoppen voor je problemen, maar het feit dat iemand anders woede in jou kan oproepen is een zeker teken dat er iets verborgen is.

“Het verwijderen van realiteiten in de denkende geest is de originele betekenis van het woord ‘Vergeving’. Als je dit werk doet en een negatieve realiteit wordt getriggerd, is het een kans om Ware Vergeving te leren. Als de pijn opkomt, en je bent eerlijk en verbonden met jezelf, neem je verantwoordelijkheid voor de onrust en grijp je deze kans om de interne realiteit te bevrijden – Vergeven ! De pijn functioneert dan als aanwijzer voor onze fouten.

“Valse vergeving is gebaseerd op het geloof dat anderen verantwoordelijk zijn voor wat wij voelen, en daarom is het geneigd deze vergissing te versterken. Het vergeven van anderen, op deze manier, voor wat er in jouw geest gebeurt houdt de pijn op zijn plek en de kans om te helen is verloren. Gebruik maken van iedere kans om te helen is een belangrijke beslissing om te maken en dit besluit zal je proces ontzettend versnellen .”

Richard leek niet overtuigd. “Nou bedankt, doe toch maar niet,” Zei hij sarcastisch, “Als ik ergens een pijnlijke realiteit verborgen heb in mijn geest, Laat ik het net zo lief daar zitten, dank je.”

SLEUTELGEDACHTTE – De bedoeling van het leven is, als we weigeren om te luisteren naar onze pijn, onze waarschuwingssignalen, ons steeds meer in limitatie te duwen. Des te meer wij weigeren om te luisteren, des te harder zal het leven duwen. Niet als straf uit den hoge, maar als hulp !

5 – HET DOEL VAN PIJN

Tenzij een persoon hulpmiddelen heeft en gebruikt om innerlijke heling te ondersteunen in zijn/haar leven, blijven pijnlijke realiteiten verborgen in geest en lichaam. Ik wilde graag samen met Richard onderzoeken hoe deze verstoorde realiteiten zich uiten. Het is verbazingwekkend dat mensen die niet op de hoogte zijn van dit soort hulpmiddelen nog zolang kunnen overleven.

“Ik hoor je duidelijk zeggen, dat je liever niet je pijn wilt onderzoeken, maar sta mij toe nog een stukje van de puzzel hieraan toe te voegen,” Zei ik hem. “Wat je verstopt voor je zelf is je eigen ziekte.” (disharmonie)

“Hoe heb je ineens de stap gemaakt van opgeslagen pijnlijke realiteiten naar ziekte?!” Eiste Richard.

“Fysici vertellen ons dat alles energie is. Zie het lichaam als een energieveld in plaats van fysieke materie. De voornaamste twee categorieën van energie relatief tot dat veld zijn, destructieve energie, welke het menselijke energie systeem afbreekt en constructieve energie welke het systeem voedt en opbouwt.”

“Wat heeft dat te maken met ziekte?” Zei Richard.

“Pijn is een signaal van disharmonie. Niet van ziekte, maar een verstoring. Het verteld het systeem dat er iets is, fysiek, mentaal of emotioneel dat niet in harmonie is. Het is niet je vijand, maar een vriend in vermomming. Als we niet willen luisteren naar de feedback die wij ontvangen van ons systeem, dan vraagt het om aandacht door te schreeuwen – pijn !

“Het doel van pijn is het creëren van oren die willen horen. Als we weigeren om te luisteren en het signaal onderdrukken, zal het in intensiteit toenemen. Pijn zal niet genegeerd worden! Vroeg of laat krijgt het onze volle aandacht en volgen wij de aanwijzing voor correctie, of we sterven. Dit geldt voor fysieke, mentale, emotionele en relationele pijn.

“Pijn proberen kwijt te raken zonder naar de boodschap te luisteren is hetzelfde als het uitschakelen van een brandalarm. Het brandalarm schreeuwt om je aandacht te krijgen, om je te vertellen dat er een probleem is. Het eist van je ‘LUISTER NAAR ME.’ Als je weigert te luisteren door de feedback uit te schakelen, wordt het misschien wel stil, maar de brand woedt nog rustig verder. Vroeg of laat, zal de brand doorbreken en je er van bewust maken dat er vuur is. Des te langer het duurt om te herkennen waar het vuur is, des te moeilijker het meestal zal zijn om de brand te blussen. Het uitschakelen van het alarm heeft in ieder geval niks te maken met het blussen van de brand.”

“Pijn is gewoon een alarm, die ons waarschuwt dat we ergens naar moeten kijken?” Zei Richard verbaasd. “Ik dacht altijd dat je gewoon een pil moest nemen om de pijn weg te laten gaan en dat dit de manier is om beter te worden. Dat is wat mij geleerd is !”

“Die denkwijze zal zeker veel pillen verkopen, maar het brandalarm uitzetten zonder de brand te blussen zal leiden naar totale vernietiging. Natuurlijk draagt vastgehouden pijn in lichamelijk weefsel niet bij aan de gezondheid van dat specifieke deel of welk deel van het systeem dan ook. De enige reden voor onze pijn, 100% van de tijd, is de destructieve energie die ons uitnodigt om dieper in onszelf te kijken en de problemen die we hebben verstopt aan te gaan.

“Medisch onderzoek heeft al bewezen dat iedere cel in ons lichaam informatie opslaat. Onze verstoring en onze pijn komen van de introductie van energie in ons lichamelijk weefsel. Het opslaan van negatieve realiteiten en drugs of medicijnen gebruiken om deze verstoring te onderdrukken. De tweede oorzaak van pijn is de levensstijl die we kiezen om onszelf in een verzwakte staat te houden.”

“Wat?” Schreeuwde Richard. “Je maakt zeker een grapje. Wie zou zichzelf expres verzwakken?”

“Denk er maar eens goed over na Richard. Je kan niks onderdrukken in een energiesysteem dat op volle kracht is. Om te onderdrukken, moet er iets zijn dat de stroom van energie in het systeem verminderd, zodat wat verstopt is, ook verstopt blijft.

“Als iemand medicijnen gebruikt voor depressie, en je laat ze stoppen met deze medicijnen, wat gebeurt er dan? Ze beginnen zich te herinneren wat onderdrukt was door de medicijnen en zakken weer in de depressie, toch?”

“Nou, dat betekent toch dat de medicijnen werken? Zonder medicijnen voelen ze zich depressief. Met medicijnen voelen ze zich beter.” Richard wreef over zijn kin. Het zag er uit alsof hij moeite deed om het te begrijpen.

“Dat ligt eraan wat je bedoeld met ‘werken,’ Richard. Als je kop in het zand steken jouw definitie is van ‘werken,’ dan doen medicijnen inderdaad hun werk. De bedoeling van de meeste medicijnen, legaal of illegaal, dus ook cafeïne, nicotine, suiker, alcohol of junk food, is om de vitaliteit van het systeem genoeg te verlagen zodat we niet bewust zijn van de pijn die we verlangen te onderdrukken.

“Let wel op, ik zei ‘er niet van bewust zijn,’ en niet, opgelost of genezen. Het betekent alleen maar dat we er niet meer gewaar van zijn. Als we drugs of medicijnen gebruiken om de pijn te onderdrukken en de oorzaak van de pijn is nog steeds intact, zal het vroeg of laat ergens in het systeem verschijnen, vaak onder de noemer ‘bijwerking.’ Wat je niet kan zien of voelen, kan je ook niet genezen. Echter, pijn is niet vereist, het is slechts een motivatie. Als we bewust kiezen om onszelf te motiveren, dan verandert het motto ‘Pijn hoort bij het leven, in ... Leven kan zonder pijn’

SLEUTELGEDACHTTE – Het leven is ontworpen om ons eindeloze kansen te bieden om te genezen, net zoveel als er nodig zijn. Als we zelf niet het initiatief nemen om ons innerlijk werk te doen, motiveert het leven ons vaak door pijn

“Betekent dit dat ik nooit medicijnen of drugs moet gebruiken?” Vroeg Richard.

“Er zijn voordelen aan het gebruik van medicijnen, op de korte termijn kun je beter functioneren als je de pijn onderdrukt, maar ware genezing is onmogelijk in deze staat. Medicijnen die gehanteerd worden door een echte heler kunnen tijdelijk gebruikt worden om gevaarlijke symptomen te controleren en dit zou inderdaad een leven kunnen redden. Echter, er vind geen genezing plaats, er word alleen tijd gewonnen zodat het benodigde innerlijke werk gedaan kan worden.”

Ik benadrukte nogmaals dat genezing niet komt door het gebruik van medicijnen of drugs, net zoals een brand niet geblust wordt als je het brandalarm uitschakelt. Hij leek zich wel te vinden in het idee dat medicijnen inderdaad ons intelligente systeem van gevoelens uitschakelen en wij daardoor geen feedback meer ontvangen. “De denkende geest kan ons niet laten zien wat we niet willen zien, en verstoord daarom iedere situatie door ontkenning. Medicijnen en drugs versterken simpelweg de blokkades die gecreëerd zijn door ontkenning, zij zijn eigenlijk de fysieke vorm van ontkenning. Als iemand de -hulpmiddelen- om te genezen niet heeft en dus niet gebruikt, worden drugs of medicijnen een levensstijl, een eenrichtingsweg naar degeneratie!”

Ik deelde met Richard een gedicht dat op een perfecte manier het hele onderwerp van ziekte en disharmonie weergeeft. En ook ons deel hierin :

IEDER MOMENT

Ieder moment van Liefde,

Ieder moment van geven,

Ieder moment van vreugde,

Is een moment van leven.

Ieder moment van woede,

Ieder moment van liegen,

Ieder moment van angst,

Is een moment van sterven.

Al onze momenten opgeteld,

Als de cijfers in een som genomen,

En het antwoord verteld ons heel eenvoudig,

Of leven of dood zal komen.

Anoniem

6 – WAT IS REALITEIT ?

Richard begon langzaam meer te begrijpen over het mechanisme van zijn denken en wat zijn pijn veroorzaakte. Hij uitte zijn opluchting. Hij legde uit dat het hem nooit was opgevallen dat de gedachten in zijn geest – **zijn realiteit** – ooit konden verschillen van wat er gebeurd in de wereld – **actualiteit** – Hij erkende dat hij zich totaal niet gewaar was dat ontkenning de realiteiten in zijn hoofd zo compleet kon verstoren. Het besef van dit principe raakte een snaar van herkenning bij hem, hij bood aan een voorbeeld te geven.

“Ik had nog nooit eerder gezien dat een gebeurtenis in de wereld kon verschillen van wat zich afspeelt in mijn hoofd. Laatst zat ik in een restaurant te genieten van een kop koffie toen opeens de serveerster langskwam en het meenam. Ik gaf haar niet de kans om het uit te leggen,” Zei hij beschaamd, “Ik haalde boos uit naar haar voordat ik de verse kop koffie in haar andere hand zag. Ze had gezien dat ik koffie had gemorst in het kopje en probeerde te voorkomen dat het op mijn pak zou komen.

“Ik heb nooit gedacht op de manier waarop jij dit allemaal uitlegt, maar wat jij mij verteld, helpt mij om die situatie te begrijpen. Toen ik opkeek en haar mijn kopje zag pakken, dacht ik, ‘blijf van mijn kopje af!’ Ik viel gelijk aan. Ik realiseer me nu dat haar realiteit waarschijnlijk anders was, zoals, ‘oh jee, dat kopje staat op het punt om te gaan druppen! Ik kan het beter snel pakken!’” Concludeerde Richard.

Om dit hele verhaal rond te maken, stelde ik voor, “Jouw onderliggende realiteit was waarschijnlijk zoiets als, ‘mensen pakken dingen van me af!’ Voor haar, was het waarschijnlijk, ‘Ik zorg voor mensen,’ Ondertussen was de actualiteit dat ze simpelweg een lekkend kopje pakte.” Terwijl we goed bleven kijken naar zijn ervaring met de serveerster en de realiteit die getriggerd werd in hem door deze situatie, verdiepte zijn inzicht.

(Het boek vertoont op dit punt een illustratie.)

“Nu zie ik waarom de mensen in mijn leven in de war raken door mijn gedrag. Ik ben geneigd om snel te beschuldigen en zij hebben vaak geen idee waarom ik zo van streek ben. Ik begrijp nu dat mijn frustratie een realiteit is in mijn hoofd. Ik begin te beseffen dat mijn reactie naar de serveerster helemaal niks te maken had met wat er actueel gebeurde, behalve dan dat het een trigger was. Ik ben er zeker van dat mijn realiteit in de verste verte niet overeenkomt met de realiteit die zij ervaarde.”

Dit eerste inzicht gaf Richard een nieuw perspectief op de actualiteit, zijn eigen ‘interne realiteit structuren’ en die van anderen, en zijn verantwoordelijkheid voor zijn eigen leven. Hij had het concept van ‘**trigger**’ goed begrepen en voelde zich opgetogen. “Ik voel me goed!”

SLEUTELGEDACHT – Het is ons aangeleerd om te denken dat het opgeven van onze verantwoordelijkheid makkelijker is dan verantwoordelijk zijn. Dit is niet zo.

“Goed gedaan, Richard. Spannend hé, kijken door nieuwe ogen? In mijn ervaring, denken de meeste mensen, ‘Iedereen ervaart hetzelfde als ik; waarom begrijpen ze me niet?’ De Waarheid is dat op ieder moment ieder persoon een andere realiteit ervaart, het is zeldzaam wanneer onze realiteiten precies met elkaar in overeenstemming zijn. Als je in je hoofd en hart geen ruimte en begrip hebt voor het feit dat andere mensen de realiteit anders ervaren, en vooral in je intieme relaties, dan gaat dat problemen veroorzaken!”

“Als je vanuit dit perspectief kijkt, verbaasd het me dat wij samen toch nog aardig met elkaar overweg kunnen!” Zei Richard met een overdreven toon. Stilte vulde de ruimte terwijl we nadachten over dat idee.

Plotseling brak een glimlach de spanning in zijn gezicht, “Ik begin dit echt te snappen! Laat me even kijken of ik mijn gedachtes kan samenvatten. Ik ben nog steeds een beetje verward, maar geef me een kans, Ik heb het nodig om hier helder over te zijn. De serveerster, en de duizend andere mensen bij wie ik me zo gedragen heb, deden iets dat in hun realiteit positief was – Iets liefhebbend. De actuele gebeurtenis tussen ons was neutraal; een kop koffie oppakken is tenslotte gewoon een kop koffie oppakken. Zij wilde mij helpen, maar haar handeling was een trigger voor mijn realiteit, ‘Anderen pakken dingen van mij af.’ Ik viel haar aan uit zelfbescherming zodat ik niets zou verliezen – een realiteit die alleen maar gebeurde in mijn eigen hoofd!”

Richard werd stil; zijn opgewekte energie verdween. Tranen rolde over zijn rood aangelopen gezicht en hij kon nauwelijks spreken.

“Wat gebeurd er met je, Richard?” Vroeg ik rustig.

“I-Ik beseft me ineens dat dit altijd gebeurde tussen mijn moeder en ik. Ik deed iets waarvan ik dacht dat ze het zou waarderen, maar in plaats daarvan werd ik uitgescholden of kreeg ik een tik. Ik begreep nooit waarom! Hoe goed ik ook mijn best deed, ik kon het maar niet goed doen. Bij haar had ik altijd het gevoel dat ik op mijn tenen moest lopen.”

Een moment van stilte ging voorbij voordat hij weer sprak.

“Ik begin me nu af te vragen hoeveel mensen ik heb gekwetst met hetzelfde gedrag? Hoe vaak heb ik anderen ook zo behandeld, terwijl ik niet eens door had wat ik aan het doen was? Jeetje, ik denk niet dat er genoeg verontschuldiging is voor al de mensen waar ik me zo bij heb gedragen. Wat voel ik me stom,” mompelde hij in zichzelf.

Er volgde een lange stilte. Uiteindelijk sprak ik. “Zo te horen voelde jij je best vernederd door je moeder.”

“N-nee, nee! Ik hou van mijn moeder, waarom zeg je dit?”

“Terwijl ik luisterde naar je uitleg om de zaken duidelijk te krijgen, wat een krachtige uitleg was. Haalde je tenminste één reden aan waarom je zo snel bereid bent om aan te vallen. Je doet het om te beschermen wat van jouw is. Je volgende stap was het zien dat aanvallen een patroon is dat je van je moeder hebt geleerd. Luisterend naar jouw perceptie van de interactie met haar leerde ik veel over de inhoud van je geest.”

Toen ik aan Richard uitlegde dat de perceptie van een geest altijd meer verteld over de inhoud van de waarnemende geest dan over de waargenomen wereld, zag hij dit ook in.

Hij erkende dat hij zich vernederd voelde door het gedrag van zijn moeder en, ondanks dat hij doet alsof ze een geweldige relatie hebben, vermijdt hij haar, zelfs nu nog.

Terwijl ik hem hielp door zijn angsten en verdriet over wat hij ontdekt had heen te gaan, en probeerde een veilige plek te creëren om eerlijk te zijn naar zichzelf, bracht hij weer zijn angst voor vernedering naar boven door wat er eventueel zou opkomen.

De angst van Richard om vernederd te worden was een oude realiteit die volledig blootgesteld moest worden om te kunnen genezen. Ik verzekerde hem dat het veilig was om te kijken naar alles wat er opkomt in zijn gedachten. Ik nodigde hem uit om te beseffen dat een herinnering van pijn slechts een herinnering is, en dat het niet nodig is om deze nieuw leven in te blazen alsof het ware pijn is in het huidige moment. Hij had het trauma overleefd toen hij het voor het eerst voelde en dit sloot de ervaring op in zijn lichaam, hij zal het ook overleven als deze oude energie opkomt om verwerkt te worden. Binnen enkele ogenblikken, door eenvoudige ademhaling en het weten dat hij veilig was, voelde Richard zich aanzienlijk beter en was verbaasd over het gemak waarmee hij weer kon ademen. “Wat is er zojuist gebeurd?” vroeg hij, verbaasd over de opluchting die hij plotseling voelde.

“Goed ademhalen terwijl de oude verstopte gevoelens opkomen staat toe dat ze loslaten. Ik verwacht dat in de nabije toekomst mensen zullen merken dat je makkelijker in de omgang bent, en je zal waarschijnlijk een positieve verandering zien in de relatie met je moeder.”

“Wat een opluchting!” zuchtte hij. “Het is interessant om te zien hoe al deze kwesties verbonden zijn met elkaar. Dit vereist echt concentratie en inzet, of niet?”

“Ja, en het vereist moed om in jezelf te kijken en kwetsbaar te zijn voor je ware gevoelens en eerlijk te willen kijken naar je gedachten.

SLEUTELGEDACHT – Het leven is een kans om te helen. Gebruik het goed.

“Ik denk dat het belangrijkste werk dat je zojuist hebt gedaan de verwijzing was die je maakte; de gedachte dat jij mensen ‘vernedert’ door zomaar aan te vallen. Is het je opgevallen dat dat inzicht kwam nadat je zei ‘Leven met mijn moeder was alsof ik altijd op mijn tenen liep’?”

“Deze reeks van gedachten vertelde me dat er een grote kans was dat je je als klein kind ‘vernedert’ voelde door wat jij zag als de aanvallen van je moeder. Het was waarschijnlijk teveel om mee om te gaan als jong kind, dus bleef de overtuiging verstopt tot dit moment. Omdat deze realiteit ontkent werd liet je geest je alleen maar bewijs zien van een liefhebbende moeder én, tegelijkertijd, beschuldig je haar voor jouw pijnlijke gevoelens.”

Doordat Richard nog niet in staat was om direct naar zijn beschuldigings-gedachten te kijken kwamen deze onverwachts naar boven op momenten waar hij het niet verwachtte. De gedachten raasde buiten zijn bewuste controle en veroorzaakten dat zijn gedragingen buiten proporties waren met de situaties waarin hij zich bevond. Zijn verwijtende gedachten werden gegeneraliseerd. Zijn reactie, bijvoorbeeld het aanvallen van de serveerster, was standaard gedrag geworden. Gegeneraliseerd uit de realiteiten die hij had gecreëerd uit zijn vroegere interacties met zijn moeder die aanviel om zichzelf te beschermen. Dit mechanisme is de bron van de emotionele explosies waardoor mensen bij hem uit de buurt bleven. Deze onbewuste gedragingen blijven zich vaak tientallen jaren herhalen terwijl de oorspronkelijke reden voor het verwijt al lang voorbij is.

“Het geloof dat iemand anders verantwoordelijk kan zijn voor de inhoud van jouw geest is : **projectie**. Als mijn vermoeden waar is, probeerde je de gedachte dat je vernederd werd door je moeder te verstoppen door het op jezelf te projecteren. Terwijl ik naar je luisterde, kreeg ik het vermoeden toen je zei, “Ik verneder andere.”

“Ik ben er niet zeker van of ik het allemaal zo goed met elkaar kan verbinden als jij doet, maar het is in ieder geval een opluchting om aan déze kant van die gevoelens te staan. Het ziet er naar uit dat het makkelijker gaat zijn om vriendelijker te zijn naar anderen.”

Waar Richard zojuist doorheen ging is : **proces**. Het vasthouden van een ruimte van veiligheid en Liefde creëert de mogelijkheid om onbewuste realiteiten die iemand in zijn geest houdt te ontrafelen. Het is zeldzaam dat iemand zich bewust is van de dynamiek die op de achtergrond werkzaam is bij het nemen van beslissingen of bij het uiten van gedrag dat liever vermeden word. De geest wordt bevrijd van zijn conflicten als we het proces laten gebeuren.

“In het verleden, als gedachten en emoties zoals deze aan de oppervlakte kwamen, was het waarschijnlijk in de context van conflict en woede, waardoor je pijn en frustratie alleen maar toenamen. Deze voortdurende wapening maakt het moeilijker om gevoelens direct te confronteren. Het is het behouden van een liefdevolle ruimte in jezelf terwijl de conflicten aan de oppervlakte komen dat de energie transformeert naar een genezings-modus.

“Ben je bereid om hiermee door te gaan, Richard?” Hij knikte in overeenstemming. “Je bent opgegroeid met dezelfde gedragingen naar anderen toe zoals jij dit waarnam van je moeder naar jou. Waarschijnlijk zag je het gedrag van je moeder als ‘succesvol’ genoeg, om je gedrag te modelleren naar haar gelijkenis. Dat gedrag werd gebruikt om jou te controleren, maar maakte het je moeder geliefd voor jou?”

“Nee! Ik haatte het als ze zich zo gedroeg, het duwde me juist van haar weg.”

“Dus het bereikte het doel van controle over jou, maar je verafschuwde het om gecontroleerd te worden. Je haatte het gedrag van je moeder. Maar, ben jij net als haar geworden? Je zei daarnet dat er alweer een andere vrouw vertrekt. Heeft iemand jou ooit verteld dat ze zich door jou verstoten voelde?” Vroeg ik hem.

“Hoe weet jij dat?” vroeg hij.

“Op dezelfde manier waarop ik erachter kwam dat jij je vernedert voelde door je moeder. Maar laten we deze vraag even met rust laten. Ik stel voor dat het je opvalt dat het controleren van gedrag je niet van dienst is. Het vernietigt je relaties.”

SLEUTELGEDACHTTE – We neigen te worden wat we haten.

Richard nam even rust. “Hmm, dit geeft veel stof tot nadenken. Ik heb echt wat tijd nodig om dit allemaal op orde te krijgen. Maar hoe ben je dit allemaal te weten gekomen terwijl ik helemaal niet zoveel heb gezegd?”

“Oké, laten we kijken naar het vernederd voelen door je moeder. Het leek alsof het makkelijker voor je was om toe te geven dat jij mensen vernedert, dan te denken dat je moeder dat bij jou deed. Als jij gelooft dat het behandelen van anderen zoals je moeder dat bij jou deed hun vernedert, dan is het logisch dat je moeder volgens jouw perceptie hetzelfde deed als zij zich zo naar jou gedroeg. Laten we ons goed realiseren dat ‘vernedert’ een perceptuele realiteit is. Waarschijnlijk een heel complexe, die we op dit moment niet gaan analyseren.

“Het is op dit moment veel belangrijker, dat je verantwoordelijkheid accepteert voor dit patroon en het feit dat je haar voorbeeld hebt overgenomen, in plaats van haar te beschuldigen voor jouw gedrag. Ik zie veel mensen die alleen maar oog hebben voor de schuld van andere, maar nooit hun eigen rol erkennen in het overnemen van deze gedragingen. Dit leidt naar nóg meer beschuldigen en is een rechtvaardiging die velen gebruiken om persoonlijke aansprakelijkheid te vermijden. Het is een geweldig excuus om in oude patronen te blijven steken, en om niet naar jezelf te kijken en niet te hoeven veranderen.

“Met jouw verhaal van de serveerster werd het verschil duidelijk gemaakt tussen de actualiteit en de realiteit in de geest. Hoe de geest bewijzen produceert om zijn eigen vooraf gevormde ideeën te ondersteunen en deze ervaringen te creëren. Jij ervaarde samen met de serveerster dezelfde actualiteit of uiterlijke gebeurtenis. Echter, jouw geest selecteerde ander bewijs en bouwde daar een eigen realiteit van. Van diezelfde gebeurtenis selecteerde haar geest haar eigen informatie en vormde een totaal ander gezichtspunt van die situatie. Jouw geest presenteerde een reden om te kleineren (vernederen), terwijl die van haar een kans zag om te helpen. Merk goed op hoe ieder van jullie individuele gedachtepatronen verschillende ervaringen creëerde.

SLEUTELGEDACHTTE – Wat geloof jij over jezelf waarmee jij creëert wat er vandaag gebeurt in je leven?

Richard had de onbewuste realiteiten ontrafeld die de oorzaak waren van zijn gedrag en hem ertoe brachten om aan te vallen en zichzelf te beschermen. Hij reikte tot in het hart van dit werk en genas daarmee belangrijke kernproblemen. We omschrijven genezing als het opkomen en het loslaten van destructieve energieën van onbewustheid en trauma. Wie had gedacht dat het morsen van koffie in een restaurant kon leiden naar het oplossen van één van de grootste problemen in iemands leven. Iedere conflict situatie biedt dezelfde kostbare kans als je welwillend bent om het te zien in de context van heling en jezelf toestaat dat je geest een realiteit produceert die heel is.

7 DE BEWIJSKRACHT VAN DE GEEST

We gingen door in onze discussie, ons meer verdiepend in de “bewijzende geest.” Richard ervaarde bijna al zijn relaties met andere als onvoorspelbaar en bedreigend voor zijn persoonlijke kracht en welzijn. Hij vroeg, “Waarom laten anderen ons voelen wat we niet willen voelen ?”

“De geest is alleen maar in staat om je informatie te geven die ondersteund wordt door je interne realiteit-structuur. Als jouw kern-overtuiging of geloof is ‘Ik ben machteloos en word aangevallen door vrouwen,’ moet je geest je ervaringen met vrouwen zo bewerken dat ze overeenstemmen met die specifieke realiteit. Andere informatie die niet overeenstemt met die overtuiging wordt geblokkeerd,” Antwoorde ik.

We bespraken het idee dat het verstand een bewijzend apparaat is en alleen maar toegang heeft tot de informatie die je wilt zien. Dan zal het vervolgens diezelfde informatie gebruiken om zijn realiteiten te maken. Deze realiteiten zijn dan het idee van de geest óver de actualiteit. Het is niet mogelijk om een correcte realiteit te creëren als vereiste informatie geblokkeerd wordt. Als de Waarheid niet wordt toegestaan, kan de geest de Waarheid niet reflecteren.

“Richard, als jij je eigen betrokkenheid ontkent in een situatie, instrueer je je geest om informatie achter te houden die relateert aan jouw verantwoordelijkheid in die gebeurtenis. De geest toont jou geen realiteiten die tegengesteld zijn aan je geloof, omdat de informatie die niet aansluit bij je diep gekoesterde meningen geblokkeerd wordt.

“De geest heeft geen andere keus, als het geen toegang heeft tot alle informatie of met valse informatie gevoed wordt. Als een overtuiging getriggerd wordt die verschilt van de actualiteit. Dan ziet het dingen die niet gebeurd zijn. Als een geloof wordt getriggerd door een gebeurtenis in de wereld, zullen de hersencellen die dat geloof vasthouden data invullen die helemaal niet aanwezig is in de actualiteit. De data die ingevuld wordt verschijnt in de geest alsof het echt te zien is in de actuele gebeurtenis. Onze geloofsovertuigingen, houden ons in een soort hypnotische staat, totdat ze uit het onderbewuste zijn gezuiverd.

SLEUTELGEDACHTTE – “Het is de theorie zelf, die bepaald wat er geobserveerd kan worden.”
Albert Einstein

“De geest kan alleen maar jouw instructies volgen om te verstoppen wat je niet wilt zien en alleen maar laten zien wat je – Geloof Systeem – oproept. Het verkrijgen van toegang naar de ontkende en daarom verstopte informatie, en het ongedaan maken van valse overtuigingen is de sleutel naar het helen van de bron-oorzaak van je steeds herhalende ervaringen. Hier zijn een paar voorbeelden die dit goed kunnen illustreren.

“In een experiment, werden katten geïmplanteerd met elektrodes in het gebied van het brein dat reageert op geluid. Een apparaat dat een klik-geluid maakte werd naast het oor van de kat geplaatst. Iedere keer dat de onderzoekers het apparaat klikte, registreerde het brein van de kat het geluid.

“Er werd een muis in een glazen pot voor de kat gezet. Nu de kat zijn zintuigen en volledige aandacht op de muis had, gaf de zeer gevoelige apparatuur aan dat het klik-geluid niet meer registreerde in het brein van de kat. Al het bewijs van het klikken was geblokkeerd, verstopt voor het gewaarzijn van de kat. Er werd aangetoond dat alleen het bewijs dat op dat moment belangrijk was voor de kat toegelaten werd in zijn gewaarzijn.”

“Hoe vertaal je dat naar menselijke begrippen?” Vroeg Richard.

“Er zijn tal van implicaties, vooral in relaties. Een computer analogie kan ons helpen nog beter te kijken naar de Bewijskracht van de geest en de impact die het heeft op het menselijk functioneren. Kijk maar eens goed naar de werking van een computer. Het is niet in staat om een eigen keuze te maken en kan alleen maar informatie tonen zoals dat erin geprogrammeerd is. De persoon die de computer bediend selecteert of creëert de programma's die erop draaien. Omdat de computer alleen maar aanwijzingen kan volgen en informatie kan laten zien waar het toegang tot heeft, wordt de beschikbare informatie gelimiteerd door het programma dat draait.

“Zoals een computer, kan de geest alleen maar geprogrammeerde, beschikbare informatie gebruiken om een realiteit te creëren over de actualiteit waarop het gericht is. Als een ‘programma’ draait in de geest, is alle informatie waar de geest toegang tot heeft en de kwaliteit van de realiteit die beschikbaar is al bepaald door de aanwijzingen van dat programma. Dit feit wordt algemeen herkend als een vooroordeel, of partijdigheid, eenzijdigheid, een bepaalde kijk op dingen waar je star aan vast houdt.

“Als het ‘beschuldigings-programma’ zegt, ‘vind de schuldige partij en wees er zeker van dat het iemand anders is,’ zal de realiteit die verschijnt in de geest alleen bewijs vinden dat ligt in de eigen hersencellen en overeenstemt met het programma. Alle andere informatie, intern of extern, is verstopt of geblokkeerd voor je gewaarzijn. Het is simpelweg niet beschikbaar om te gebruiken in de creatie van de huidige realiteit van de geest. Als er geen overeenstemmende informatie resoneert met de actualiteit waar de aandacht op gericht is, zal de hallucinerende geest bewijs halen uit het geheugen om het te projecteren op de realiteit die gegenereerd wordt. Heb je ooit meegemaakt dat iemand jou zeker weten iets ‘zag’ doen dat je absoluut niet deed, of zeker weten iets ‘hoorde’ zeggen dat je niet gezegd heb?

“Een computer moet gedeprogrammeerd worden. Er moet een nieuw programma ingeladen worden om toegang te krijgen tot andere informatie dan wat voorheen beschikbaar was. Op een zelfde manier, moeten we onze geest opdragen het ‘beschuldigings-programma’ te sluiten en het ‘verantwoordelijkheids-programma’ te openen, als we situaties, anderen en onszelf op een andere manier willen zien.

“Als jouw gedachtepatroon of ‘programma’ zegt ‘Ik heb gelijk, Jij bent fout! Klaar! Waarom praten?’ Kan jouw geest alleen maar informatie gebruiken die bewijst dat jij gelijk hebt in de creatie van z'n realiteit over jou. Het kan alleen maar informatie gebruiken die bewijst dat anderen fout zijn in de creatie van een realiteit over ‘hun.’ Elke partijdigheid of eenzijdigheid maakt dat de geest niet in staat is om accurate informatie over de actuele wereld te zien.”

SLEUTELGEDACHTTE – Mijn geest kan mij alleen maar mijn realiteit laten zien. Het kan wel of niet overeenkomen met de actualiteit, maar het komt altijd overeen met wat er gebeurt binnenin mij.

Ik legde uit aan Richard dat mijn conclusie van deze ideeën en van mijn observaties van menselijk gedrag is, dat de geest alleen maar informatie tot zijn gewaarzijn toelaat, die de al reeds aanwezige doelen en vooroordelen steunt. Alle andere informatie is verstopt. Als we een emotioneel geladen doel hebben van ‘gelijk hebben’, houdt de geest al het bewijs achter dat de Waarheid van de situatie zou weergeven. Namelijk – dat we een vergissing hebben gemaakt. De dwalingen die we weigeren te erkennen in onszelf, verwijten we anderen.

Iemand anders verwijten voor wat er in onze geest afspeelt en dan onze innerlijk verstopte informatie gebruiken om een beeld van “hun” te vormen, noemen we **projectie**. Projectie van ons eigen innerlijke proces is de grootste blokkade naar genezing. Als we projecteren, dan nemen we wat innerlijk is, en proberen het buiten onszelf te plaatsen, en dus maken we het onszelf onmogelijk om te Vergeven wat verstopt is.

“Ik weet dat ik projecteer omdat ik steeds weer dezelfde identieke ervaringen heb van de realiteit. Ik begin te beseffen dat deze realiteiten ontstaan in mijn eigen geest, maar ik begrijp niet hoe dit de genezing kan onderbreken. Hoe werkt projectie eigenlijk in relaties?” Vroeg Richard.

8 – WAT IS PROJECTIE ?

Om deze vraag over projectie te beantwoorden, is er meer informatie nodig over hoe de geest creëert wat het ziet. Als eenmaal de realiteit is gestructureerd, neigt de geest alleen maar te zien in termen van zijn eigen inhoud en voorgeprogrammeerde filters. Het neigt betekenissen die het in zichzelf bevat te projecteren op alles wat vergelijkbaar is met zijn verleden. Voor een hamer lijkt de hele wereld op een spijker

“Wat is dit, Richard ?”

(Boek toont een plaatje van een huis.)

“Een huis, natuurlijk.”

De Waarheid is, het zijn slechts lijnen op papier. Een man uit de jungle die heel zijn leven in grotten heeft gewoond, zou niet kijken naar die lijnen en zeggen, ‘Oh, er komt rook uit de schoorsteen van dat huis.’ Hij heeft die betekenis niet, die realiteit is niet opgeslagen in zijn geest. Hij heeft geen hersencellen die deze informatie bevatten. Voor hem is er geen huis te vinden in de lijnen op het papier. ‘Huis’ is een realiteit die bevat wordt in, en uitwaarts geprojecteerd wordt door, de geest van de waarnemer. Alleen een waarnemer met een huis in het geheugen zou de lijnen op het papier een huis noemen.”

“Bedoel je daarmee te zeggen dat er niets buiten mij is? Dat het allemaal in mijn geest is?” Zei Richard verbaasd.

“Nee, de lijnen op het papier zijn er, de uiterlijke wereld bestaat. Het punt dat ik hier maak is het volgende. Totdat we echt gewaar worden, is de objectieve wereld slechts een kader waarop we de inhoud van onze geest projecteren.

“Stel je een kind voor wiens leven thuis erbarmelijk was, een leven van ernstig misbruik. Als hij de lijnen op het papier ziet, wat zou er dan kunnen gebeuren? Zijn bloeddruk stijgt, zijn ogen zullen waarschijnlijk uitpuilen, en hij bereid zich misschien wel voor om weg te rennen. Hij heeft de lijnen een betekenis uit zijn verleden gegeven – een betekenis die opgeslagen ligt in zijn geest.

“Een ander kind die ervan hield om te liggen op de bank voor het haardvuur terwijl mama en papa met haar kroelde ziet de lijnen op de pagina, en beelden van heerlijke maaltijden en familiebijeenkomsten worden in haar getriggerd terwijl ze de betekenis die haar geest bevat projecteert op precies hetzelfde identieke kader. Haar geest genereert geen reden om te rennen.”

Richard begon het subtiele concept te beseffen dat een realiteit die gezien wordt door een geest, intern is aan de waarnemende geest. Hij herhaalde nog eens zijn begrip, dat als je kijkt naar de lijnen op het papier, je geest onmiddellijk een betekenis erop projecteert; de lijnen zelf hebben geen andere betekenis dan wat je geest erop projecteert. Ik rondsloot dit aspect van onze discussie af, en vertelde hem nogmaals dat projectie het gevolg is van het geloof dat iemand anders verantwoordelijk is voor de inhoud van je eigen geest. Als dit geloof wordt vastgehouden, gebruikt de geest alle interne informatie die getriggerd is door een ander om een realiteit te creëren over die persoon. De ontkennde en onderdrukte eigenschap vertoont zich als een deel van het beeld dat onze gedachte over de ander geschetst heeft. De geest stelt succesvol vast dat onze pijn bij hun hoort – Zij zijn de oorzaak van wat wij voelen.

“De geest is eigenlijk een prisma of bril waardoor we het leven bekijken. Als er een storing is – rancune, wraakzucht of een negatief gevoel – Dan vertroebeld de bitterheid of negatieve emotie de perceptie en kleurt het onze wereld in. Dit is waarom de Eerste Wet van helder waarnemen, Liefde is. Een geest die consistent de staat van Liefde vasthoudt, ongeacht de omstandigheden, vervormt niets en is niet in staat om te projecteren.

“Als er iets in onze geest verstoort is, Vullen we ons leven in met de betekenis van deze verstoring. Als er iemand verschijnt in ons gewaarzijn, die lijkt op een persoon waar we verbitterd over zijn, zullen we direct onze realiteit op hun projecteren. We zijn geneigd te geloven dat zij de oorzaak zijn van onze pijn en ons eigen ongemak, in plaats van verantwoordelijkheid te accepteren voor de inhoud van onze eigen geest. Dit blokkeert de mogelijkheid om te genezen wat iemand anders in ons getriggerd heeft en leidt ons naar het keer op keer ervaren van dezelfde realiteit. Pas als we verantwoordelijkheid nemen kunnen we de fundamenten van onze perceptie veranderen.

“Ontkenning houdt de bron van onze pijn verborgen. Wij, als menselijke wezens, worden meestal aangeleerd om te communiceren in relaties op een manier die garandeert dat er een cyclus van steeds herhalende ervaringen plaatsvindt. De eerste reden waardoor deze cyclus van herhaling door blijft gaan is het ontkennen van elke betrokkenheid in het veroorzaken van de eigen pijn. En vervolgens de ander te beschuldigen en te instrueren hoe hij of zij zou moeten veranderen. Als zij weigeren te luisteren is het ons aangeleerd hun te straffen zodat we de verandering forceren. Vaak als straffen niet werkt, dan wordt de relatie verbroken en verlaten. Deze formule werkt altijd. Als je het gebruikt, kan je er zeker van zijn dat er iemand in je leven verschijnt die precies weet hoe de zere plekken geraakt worden. Dit laat aan je zien dat de verstopte delen van je geest spoedig weer op de deur zullen kloppen. . . **ALWEER!**

“Nog iets interessants om op te merken is dat we projecteren om de pijn te vermijden. Maar door dit te doen sluiten we op wat we willen vermijden in onszelf. Dit is een redelijk goede beschrijving van krankzinnigheid.”

SLEUTELGEDACHTE – Projectie is het gevolg van de overtuiging dat iemand anders verantwoordelijk is voor mijn gedachten, mijn gevoelens, mijn realiteit – en de inhoud van mijn geest.

Richard sprak zich rustig naar me uit, “Als ik het dus goed begrijp, wanneer ik jou beschuldig, verwacht ik van jou dat jij verantwoordelijk bent voor mijn realiteit ook al komt het allemaal uit mijn eigen geest. Als ik jou probeer te controleren door te straffen, hou ik mezelf voor de gek dat ik nooit meer mijn pijn hoeft te ervaren als ik jou verandert heb. Is dat wat je zegt?”

“Ja, Iemand anders veranderen zál niet – en kán niet jouw realiteit veranderen. Alleen jij kan dat proces initiëren, alleen jij kan veranderen wat er in jouw hoofd zit. Bovendien kost het ook nog heel veel energie om de leugen van projectie in stand te houden, en proberen te voorkomen dat je gewaar wordt van de Waarheid.

“Als je het zo zegt, Michael. Kan ik zien dat het conflict zich in mijn denken bevindt. Ik probeer een onbereikbaar doel te bereiken en dat frustrereert mij zo erg dat ik mezelf uitput. Dit is nu zo duidelijk voor me dat ik eindelijk begrijp waarom ik zo futloos ben!” Hij uitte zijn gedachten. “Een vriend van mij is medisch arts en vertelde me kort geleden dat de meest voorkomende klacht die hij hoort een tekort aan energie is. Hij noemde het chronische vermoeidheid. Ik begin nu pas de kernoorzaak van mijn vermoeidheid te begrijpen.

Het is alsof ik al deze tijd een enorme last op mijn schouders heb meegedragen!”

Richards neiging om weg te rennen van conflictsituaties gaf ons een mooi voorbeeld om de dynamiek van projectie in zijn leven te onderzoeken. Ik legde uit: “In een relatie gebaseerd op projectie, gelooft ieder dat de ánder verantwoordelijk is voor zijn/haar eigen projecties en daardoor worden de verstopte, niet geheelde emoties een last om te dragen. Het gevolg hiervan is dat iedere geest een verstoord beeld heeft over wat er werkelijk gebeurt. Deze verstoring is het gevolg van het blokkeren van de Waarheid. De geest projecteert zijn eigen fouten op anderen en kan de Waarheid over zichzelf niet zien.

“De geest heeft onbewust zijn verstopte informatie gebruikt om een beeld te vormen van ‘hun.’ Vervolgens doen we net alsof het beeld in ons denken een waar en accuraat beeld is van de buitenwereld, terwijl het alleen maar een waar en accuraat beeld is van wat er gebeurt in onszelf. Het is slechts een projectie van een conditionering in onze eigen geest.

“Als projectie gebeurt, verwacht iedere persoon dat anderen verantwoordelijk zijn voor zijn of haar gedachten en realiteiten. Daardoor wil ieder persoon dat de ander zijn of haar denken veranderd. Het resultaat hiervan is dat iedere geest zijn beeld van de actualiteit verstoort. De storing vindt plaats als gevolg van het blokkeren van de Waarheid, wat inherent is aan projecteren. De geblokkeerde geest ervaart zichzelf als machteloos omdat het afgesneden is van de Waarheid, niet omdat iemand anders macht heeft. We maken onszelf machteloos wanneer we projecteren, omdat we onszelf losmaken van het deel van ons geloofssysteem dat genezing nodig heeft.”

Richard ontplofte haast van opwinding terwijl hij zijn gedachten deelde. “Wil je nou zeggen dat het allemaal van eigen interne makelij is?!” Zei hij. “Zolang als ik projecteer – Net doe alsof jij verantwoordelijk bent voor mijn realiteit – Blokkeer ik de Waarheid? En het niet in contact zijn met de Waarheid veroorzaakt mijn gevoelens van machteloosheid? Als ik eenmaal beseft dat ik zelf de dingen vasthou die ervoor zorgen dat ik steeds weer dezelfde pijnlijke scenario’s ervaar, kan ik uit deze cyclus stappen door het gebruiken van de hulpmiddelen?”

“Dit begint werkelijk logisch te klinken! Ik ben verrast, ik voel me hoopvol – Dat er iets is wat ik kan doen!” Zijn stem klonk een stuk lichter. “Ik voelde me altijd bang voor vrouwen en begreep nooit hoe ik me zo hulpeloos kon voelen bij iemand die 30 centimeter kleiner en 30 kilo lichter is dan ik.

“Nu zie ik, als ik een realiteit vasthoud gebaseerd op de overtuiging dat ik machteloos ben, dan kan iedereen die deze realiteit in mij triggert mij laten geloven dat ik machteloos ben – Klopt dat?”

Richard begon het steeds beter te begrijpen. Niemand kan werkelijk iemand anders iets laten voelen. Echter, anderen kunnen wel het interne mechanisme activeren, en wat er in zit zal naar boven komen. “Richard, als jij een realiteit hebt genaamd ‘machteloosheid’ en iemand stimuleert dat geloof over jezelf, zal je het effect van dat geloof ervaren als gevoelens van machteloosheid. Hou altijd goed in gedachten dat je iets voelt omdat deze realiteit al in jou zit. Niemand kan jou een realiteit laten ervaren die je niet al gecreëerd hebt in jezelf.

SLEUTELGEDACHTE – We neigen te verachten en weerstaan in andere, wat we onderdrukken in onszelf.

“Als je ‘hun’ verwtart als de oorzaak van jouw realiteit, jouw onvrede en emoties, lijkt het alsof je een ‘slachtoffer’ bent van hun en neig je om hun niet leuk te vinden of zelfs te haten. Als je weet hoe emoties in jezelf gevormd worden en je corrigeert jezelf, wordt iedere pijnlijke situatie een kans om te helen.”

“Waarom zou ik hun moeten vergeven?” Vroeg Richard.

“Ik zei niet vergeef hun, Richard. Ik zei vergeef de realiteiten in je eigen geest. Ware Vergeving betekent niet dat je andere vrijwaart; Je kan niemand vergeven voor wat dan ook. Ware Vergeving is een hulpmiddel om de realiteit in je eigen geest te veranderen. Ik wil dit onderwerp graag later in meer detail bespreken.”

9 – WAARHEID-BLOKKADE

“Richard, veel van de ideeën uit dit werk zijn moeilijk te accepteren als je ze voor het eerst hoort, omdat de hersencellen gemaakt moeten worden om ze te kunnen zien. Is het je wel eens opgevallen hoeveel we weigeren om bewust te worden van de Waarheid over dingen die we liever willen verbergen voor onszelf?”

“De meeste mensen kennen de momenten in hun leven wel waar ze geprobeerd hebben iemand te wijzen op iets waarover ze in ontkenning waren en niet wilde horen. Vind je het niet ongelooflijk hoe moeilijk het is voor iemand om in zichzelf te zien wat voor andere zo voor de hand liggend is? Deze dynamiek noemen we de Waarheid-Blokkade.

“Als je net doet alsof jouw leven de verantwoordelijkheid van andere is en jijzelf niks te maken hebt met het creëren van pijnlijke emoties en herhalende conflicten in je leven, vertel je jezelf een leugen van machteloosheid en blokkeer je de waarheid voor jezelf. Veel dingen hebben invloed op onze kijk op het leven en relaties, vaak zonder dat we er gewaar van zijn. Familie-gewoontes, opvoeding, beschuldigen, projectie, oude gedragspatronen, Waarheid-Blokkades, en valse vergeving spelen allemaal een rol in onze interactie met elkaar. Relaties vergaan niet, ze moeten vernietigd worden. Laten we eens kijken naar hoe sommige van deze dynamieken werken in een conflict. Merk op hoe voorspelbaar de resultaten zijn als mensen handelen naar hun oude gewoontes en patronen, en weigeren naar zichzelf te kijken en elkáár ‘vergeven’.

[Het boek vertoont hier een illustratie van een man en een vrouw die hun eigen realiteiten projecteren op het beeld dat ze van elkaar hebben.]

“Omdat de meeste mensen andere beschuldigen voor wat ze overkomt, ‘vergeven’ ze elkaar door de andere persoon vrijuit te laten gaan.”

“Wat als ik het nodig heb om vergeven te worden voor iets dat ik gedaan heb?”

“We hebben allemaal vergeving verkeerd begrepen, Richard. Waar jij nu om vraagt is gratie.

“Als je denkt dat je een fout hebt gemaakt en je wenst daarvoor geëxcuseerd te worden, dan heb je een behoefte aan een pardon, niet aan vergeving. Totdat we de ware betekenis van vergeving leren, wordt het verward met gratie verlenen en denken we dat vergeving heeft plaats gevonden. Iemand anders gratie verlenen, vergiffenis schenken of pardonneren veroorzaakt geen verandering in de interne realiteitsstructuur van de persoon die de gratie verleent. Het houdt de pijnlijke realiteit in het denken op zijn plaats, klaar om getriggerd te worden . . . **ALWEER!** Het betekent ook dat de persoon die het ‘door de vingers ziet’ vaak probeert om ‘hun’ die het pardon gegeven werd te controleren, zodat zij niet weer de innerlijke pijn activeren.”

“Als mensen elkaar ‘vergeven’, terwijl ze de verkeerd begrepen vorm van vergeving gebruiken, laten ze elkaar ‘vrijuit gaan.’ Dan heeft iedere geest nog steeds zijn eigen onzichtbare blokkades en pijnlijke realiteiten. De enige manier waarop wat geblokkeerd is zichtbaar wordt, is als geprojecteerde pijn en frustratie in het beeld van anderen.

“Iedere geest, behoudt zijn afstand, kijkend naar de ander als een bron van pijn. Ieder neigt ernaar om een echte relatie met ‘hun’ te vermijden omdat ze vrezen dat hun innerlijke pijn getriggerd zal worden . . . **ALWEER.** Des te vaker één van beide de ander ‘vergeeft’ op deze onjuiste manier, des te groter de kans dat ze zullen denken over ‘hun’ als het probleem en des te meer zullen ze gescheiden zijn.”

Richard was geïrriteerd omdat hij zich weer uitgedaagd voelde door het idee dat hij zijn eigen pijn veroorzaakte en sprak zoals zovelen vaak onbewust doen. “Nou, dit is gewoon hoe het is. Andere mensen zijn altijd de oorzaak geweest van bijna ieder probleem! Als ze nou eens een keer luisterde en logisch nadenken!” Schreeuwde hij, even vergeten hoe de dynamiek van projectie werkt.

“Je wou zeggen dat logisch nadenken betekent..., denken zoals jij dat doet?” Antwoorde ik. “Dat herinnerd me aan de oude definitie over iemand die geniaal is..., iemand die het met mij eens is. Denken dat het de schuld is van iemand anders is een goede verdediging, Richard, maar vergeet niet, jij bent de enige die er iedere keer bij is – Jij bent de algemene schakel in iedere gebeurtenis.”

Ik ging door met het opruimen van Richard zijn geheugen. Iets dat we allemaal wel eens nodig hebben. “Of we er nou wel of niet van gewaar zijn, of we nou wel of niet ervoor kiezen verantwoordelijk te zijn, we zijn betrokken bij het construeren van alles wat ons gebeurt. Dit werk is gebaseerd op verantwoordelijkheid. Je martelt jezelf en maakt genezen onmogelijk als je je vast blijft houden aan verwijten.”

“Oké, oké. Ik ben er altijd bij geweest! Ik weet dat dit iets is wat ik onder de knie moet krijgen, en dit gaat me lukken. Heb je misschien koffie? En ik wil ook wel een sigaret.” Richard hield zijn adem in.

“We hebben kruidenthee, Richard, maar geen koffie. Ik vermoed dat je stresshormonen hoog zijn en misschien zijn cafeïne en nicotine middelen waarmee jij je emoties controleert. Als je deze drugs gebruikt om je stress te verlichten en de Waarheid te blokkeren, dan is de kans groot dat je eraan verslaafd bent. Ze ondersteunen je illusies en projecties en lijken je te beschermen van je pijn, maar ze werken als verdoving en zijn destructief voor je lichaam. Ik stel voor, aangezien meer gevoelens naar boven komen, dat je even de behoefte naar een sigaret en koffie nog een uur uitstelt en even kijkt of er nog meer naar boven komt.”

“Het is me opgevallen dat ik de neiging heb meer te roken als ik van streek ben en ik begreep nooit waarom. Ik waag wel een poging, Ik stel het roken nog even uit.”

SLEUTELGEDACHTEN – Het slechte nieuws: Jij bent het enige probleem in je leven.
Het goede nieuws: Jij bent de oplossing.

10 – EEUWENOUE WIJSHEID

De meeste mensen die uiteindelijk duidelijkheid hebben over de oorzaak van pijn in hun leven, zijn opgewonden en gretig om aan de slag te gaan met de problemen die nodig opgelost moeten worden. Richard was de uitzondering. Toen ik weer aangaf dat Ware Vergeving de oplossing is, ging hij door het lint.

Richard zijn stem werd luider. “Vergeving!?! Kom op nou. Ik heb geluisterd naar je uitleg maar ik heb al geprobeerd te vergeven; het veranderd niets!” schreeuwde hij.

“Haal nog eens diep adem,” Stelde ik hem voor. “Herinner je nog dat ik sprak over het loslaten van de dialoog in je hoofd? Ik nodig je uit om te luisteren naar mijn woorden, niet naar je realiteiten uit het verleden over vergeving en de negatieve associatie die je daarmee gemaakt hebt.

“De manier waarop vergeving aan ons wordt geleerd is slechts een schaduw van de ware betekenis en functie. In onze cultuur, hebben we een algemene vervanging geaccepteerd voor Ware Vergeving. Door onze eigen onwetendheid hebben we blindelings het geloof geaccepteerd dat vergeving betekent ‘iemand vrijuit laten gaan’ voor de verschrikkelijke dingen die ze ons hebben aangedaan. Dit is een Grieks concept. Het komt van een zienswijze die alles buiten zichzelf plaatst en oorzaak toeschreef aan de externe wereld. Dit is niet hoe Ware Vergeving oorspronkelijk gepresenteerd werd, en zeker niet zoals het originele Aramese concept !

“Het gebruiken van Ware vergeving is vereist om te genezen. Persoonlijk geloof ik dat mensen en zelfs hele samenlevingen op de lange duur niet kunnen overleven zonder. Kijk maar eens goed hoe het met onze cultuur gaat, ik denk dat je wel kunt zien wat ik bedoel.”

Richard probeerde me uit de tent te lokken. “Je hebt al een aantal keer het Aramees aangehaald, heeft het iets te maken met religie ? Als dit zo is, heb ik geen interesse.”

“De Aramese taal is een oeroude taal, gesproken door de oorspronkelijke initiatiefnemers van tenminste vijf van de voornaamste religies in de wereld. Religies bespreken natuurlijk ook het thema van Vergeving, maar het thema zelf is niet het exclusieve eigendom van de religieuze. We hoeven niet te spreken over Vergeving in de religieuze context om de enorme praktische waarde te ervaren.”

“Voor mij persoonlijk,” begon Richard, “is vergeving altijd gekoppeld geweest aan religie, iets wat mij niet interesseert. Ik heb nooit gedacht dat het op een praktische manier gebruikt kon worden buiten de religieuze context.” Hij werd wat zachter terwijl hij verder ging, “Vertel me wat meer over dit Aramees en waarom het zo belangrijk is.”

“Volgens historici, is de Aramese taal volledig volgroeid ontstaan. Er was geen ontwikkelingsperiode en geen bekende plaats van oorsprong, het Aramees is één van de oudste gesproken en geschreven talen in de wereld. Het was de dagelijkse taal ten tijde van het Perzische en Babylonische rijk. Van 1000 v.Chr. tot 1000 na .Chr. Aramees werd gehoord van het middellands-zeegebied tot aan de grote muur van China; Het wordt nog steeds gesproken vandaag de dag in sommige dorpen in Libanon en in de bergen van Noord-Irak.

“De Zoroatrische, Hebreeuwse, Christelijke en Bahai religies werden oorspronkelijk onderwezen in het Aramees. Het is de taal van de dode-zeerollen. Het was de taal gesproken door Moses, Abraham, Jezus, Mohammed en Baha’ullah.”

“En hoe relateert dit aan mijn 21^{ste} eeuw denkende geest?”

“De Aramese taal en cultuur bevat een praktisch begrip van menselijk gedrag en een heldere uitleg over de werkingen van de geest. Het heeft het vermogen om diepe psychologische betekenissen over te brengen door het toevoegen van voorvoegsels en achtervoegsels aan kernwoorden, een vaardigheid die niet voorkomt in andere talen. Volgens mij heeft het deze vaardigheid omdat de Aramese bevolking een begrip hadden die tot op heden nog niet behaald is door andere culturen. Deze eeuwenoude taal bevat een technologie die hard nodig is om de krankzinnigheid in onze cultuur te genezen.

“Het niveau van het begrip van menselijk functioneren die gereflecteerd word in het Aramees is onbekend in het Westen; en wat vandaag de dag benoemd wordt als religie was toen simpelweg een leidraad voor dagelijks leven. Het leerde mensen hoe je het best om kon gaan met het familieleven, relaties, seksualiteit, zaken, belastingen, rechtelijke zaken, landbeheer, gewassen, erfenissen en financiën. Helaas is dit advies voor het grootste deel genegeerd door de ‘moderne geest’ en wordt er naar gekeken als ouderwets en gedateerd. Het heeft een gedachten-structuur wat zo radicaal verschilt met wat ons geleerd is, dat als een Westerse geest ermee geconfronteerd wordt, het geschokt reageert.”

“Het klinkt voor mij nog steeds als religieuze lulkoek!” riep Richard.

“Kan je de conversatie in je hoofd lang genoeg loslaten zodat je kan horen dat er meer in de geschriften staat dan alleen maar religie ? Als je de ware onvervalste spirituele leringen bestudeert zal je merken dat ze over het leven gaan; ze verdienen serieuze inachtneming! De Waarheid is, ze zijn simpelweg een gebruikershandleiding voor je geest, leven, lichaam en relaties.”

“Oké, je hebt me nieuwsgierig gemaakt. Wat je tot nu toe hebt gezegd klinkt zinvol, ik zal luisteren,” was Richard zijn behoedzame antwoord.

“Als je voorbij gaat aan de misinterpretaties en de originele Aramese gedachte-structuur in de geschriften kan begrijpen, kan je, net als ik, een diepe helderheid ervaren. Wat vandaag de dag religie wordt genoemd heeft zijn wortels in solide, nuchtere en praktische begeleiding. De oorspronkelijke bedoeling van religie was het creëren van een gemeenschap waarin het leven veilig en voedend is. Heel anders dan de krankzinnigheid die wij hebben gecreëerd in de wereld van nu – een gemeenschap die mensen leerde hoe het leven werkt en mensen instrueerde hoe je het meeste uit je leven kan halen. Veel religies houden zich nog steeds vast aan dit als hun doel.

“Herken je de uitspraken uit de geschriften zoals, ‘Oordeel niet over uiterlijkheden,’ ‘Ontheilig niet de tempel’ en ‘De verdienste van zonde is de dood?’”

“Ja, en ik begreep er nooit iets van. In mijn kindertijd, hoorde ik altijd hypocrieten dit soort leuzen uitspreken, om daarna precies het tegenovergestelde te doen als niemand het zag. Ik verafschuwde dat,” zei Richard met walging.

“Ik begrijp dat het verwarrend voor je was om mensen iets te horen zeggen wat ze zelf niet toepaste. En door de hoeveelheid energie en weerstand die je laat zien bij dit onderwerp, vermoed ik dat je flink gekrenkt bent door hun hypocrisie? Is dat zo?”

“Mijn ouders praatte in de kerk over Liefde en eerlijk zijn, maar thuis sloegen zij mij, verbaal en fysiek. Als ik hun hierover aansprak of vroeg waarom ze zich zo anders gedragen in het openbaar, verdubbelde het pak slaag dat ik kreeg. Ik moest liegen om de geheimen van de familie te beschermen. Ik moest oneerlijk zijn zodat het eruitzag dat het allemaal goede lieve vrede was – of ik werd gestraft. Er werd geëist van me dat ik mooi weer speelde. Het was krankzinnig. Terwijl mij onderwezen werd hoe belangrijk het is om de Waarheid te vertellen, werd er van me gevraagd om een leugen te leven!” Richard beet op zijn nagels terwijl hij zijn jeugd herleefde. De manier waarop hij zat herinnerde mij aan een bang, boos, verbitterd klein jongetje, op het randje van zijn stoel, klaar om te vluchten.

“Ik zag hypocrisie in de dominee en de dienaren – en nog veel meer mensen. Ze vertelde me altijd dat ik een zondaar was. Dat was pijnlijk.” Terwijl hij zijn verhaal afrondde, was hij onbuigzaam en hield hij zijn adem in.

“Haal even goed adem, Richard. Je adem inhouden is precies hoe je een gebeurtenis opslaat en met je meeneemt. Je adem inhouden hecht de pijn van een ervaring aan een realiteit in je geest. Als die realiteit getriggerd wordt is er pijn, ook al zijn er geen uiterlijke omstandigheden die dat rechtvaardigen.

“Richard, snap je dat als iemand de leringen niet waar kan maken in zichzelf, het niks zegt over de waarde van het onderwijs of dat het probleem in de lesstof zit? Het klinkt alsof één van de problemen was dat je ouders niet in staat waren om hun idealen toe te passen. Dat maakt hun niet goed of slecht. Het betekent simpelweg dat ze, net als alle andere mensen, niet perfect waren. Het ziet ernaar uit dat je de imperfectie en het misbruik van je ouders aan hun religie hebt toegewezen.

“Het projecteren van je pijn op religie maakt het moeilijk voor je om er voordeel in te zien. Ik heb veel mensen gezien die op deze manier hun relatie met hun ouders en hun Spirituele ondersteuning allebei hebben laten vallen.”

“Hmm, oké, ik begrijp dat mijn ouders ook het recht verdienen om menselijk te zijn. Misschien verwachtte ik wel teveel van hun,” Verwonderde hij, “Ik kan zien dat ze het probeerde – en hun uiterste best hebben gedaan. Nu ik dit zo zie, lucht me dat best op.”

“Dat inzicht is het resultaat van Vergeving. Het is een klein maar belangrijk voorbeeld van hoe Vergeving werkt,” zei ik hem.

“Wat bedoel je?”

“Je had een realiteit, een ‘bestand’ zogezegd, genaamd ‘Mijn ouder/ouders horen perfect te zijn.’ Volgens jouw perceptie waren ze dat niet, en je hechtte de pijn, mishandeling en afkeer die je bij hun ervaarde aan het bestand in je geest, genaamd ‘ouders.’ Wanneer dan ook de realiteit ‘ouder’ wordt getriggerd, word je perceptie van hun, of jezelf als ouder vertroebeld door de gecompliceerde gedachten en gevoelens in dat bestand.

“In het Aramees betekent vergeven, **annuleren**. Het moment dat je perfectie eisen van je ouders kan loslaten, annuleer je ook de eis voor de perfectie die je aan jezelf stelt. Het resultaat van deze actie is dat het ‘ouders’ bestand geopend wordt en de pijn, mishandeling en afkeer die het bevat wordt vrijgelaten. Dit is Ware Vergeving in het Aramees, radicaal anders dan iemand vrijuit laten gaan. Er bevindt zich een pijnlijke realiteit in het proces van Vergeving. Als de wolk die je perceptie vertroebelt eindelijk wegdrijft, kun je nu realistischer zien.

[Het boek vertoont hier een illustratie van het effect van Ware Vergeving]

“Ik ben niet zeker of ik alles heb begrepen van wat je zojuist hebt gezegd, maar ik voel me een stuk lichter,” Zuchtte Richard.

“Je ben niet de enige die opluchting zal ervaren, Richard. Deze verlichting zal niet alleen je relatie met je vader en moeder veranderen, maar door het opschonen van je ‘ouders bestand,’ is jouw capaciteit als ouder ook verbeterd.

“Merk goed op dat je ouders helemaal niet betrokken zijn geweest in dit proces, evenmin zijn zij, of de actualiteit van je verleden verandert. Toch voel je je beter. Jij hebt altijd controle over jouw gevoelens en niemand behalve jij hoeft te veranderen om jou heel te maken! Onze natuurlijke staat is vreugde. Het menselijk wezen is bedoeld om zich goed te voelen. Bekijk maar eens het gemakkelijke welzijn en de stralende vreugde van een kind voordat ze is beïnvloed door onze culturele krankzinnigheid.”

“Je zei net dat het proces van loslaten was begonnen, Michael. Betekent dit, dat het nog niet compleet is? Moet ik nog meer van dit soort pijn voelen?” Richard huiverde terwijl hij zijn armen om zijn knieën wikkelde.

“Genezing is geen gebeurtenis, Richard, het is een proces. Het kost tijd en verloopt in fases. Je zal je proces als pijnlijk ervaren zolang je hiertegen verzet en blijft vasthouden.”

“Hoe lang zal het duren?” Vroeg hij.

“Zolang als het nodig is. Het kan een plezierige, spannende en makkelijke ervaring zijn, alhoewel. Helaas gaan veel mensen er niet zo makkelijk doorheen, dit komt door de weerstand ertegen. Het is een individueel proces dat versneld kan worden,” Voegde ik toe.

“Hoe?!”

“Er zijn veel aspecten die bepalen hoe snel je je beweegt door het helingsproces, hoe makkelijk je dingen verwerkt. Dit betreft je voeding, lichamelijke beweging, je ondersteuningssysteem en een paar andere factoren. De beste manier die ik ken om je genezing te versnellen is wat ik ‘Kosmische Olie’ ben gaan noemen. Het is de welwillendheid om met Liefde te omarmen wat je vind in jezelf. Dit versnelt het proces enorm.”

SLEUTELGEDACHTTE – Welwillendheid is de “Kosmische Olie” die je helpt om makkelijk en gesmeerd door je problemen heen te gaan.

“Ik heb wel eens gehoord over het veranderen van je verleden, is dat wat ik zojuist heb gedaan?”

“Je Vergeving heeft niet het verleden veranderd, maar veranderde een realiteit in je geest óver het verleden. Er is geen enkele reden waarom de pijn van oude realiteiten met ons megedragen zou moeten worden. Je verlichting en het loslaten is een goed voorbeeld van de succesvolle werking van Ware Vergeving. Het is wijs om een succes als deze te onthouden voor als er in de toekomst weerstand is om te veranderen. Geef jezelf eens een schouderklopje. Doe het nu maar, geef jezelf echt even een klopje op de rug. Dit is meer dan een cliché. Het opzettelijk benadrukken van de positieve effecten van een daad of houding markeert dit als positief anker. Als je dingen verankerd en benadrukt, zal je eerder geneigd zijn om deze te herhalen in de toekomst.”

“Ik begin echt aan te voelen wat je zegt, Michael, maar het overweldigd me ook een beetje. Ik voel me beter, maar ik ben nog steeds in de war. Ik weet niet waarom. Volgens mij begrijp ik niet helemaal wat er zojuist gebeurd is.” Richard leunde voorover en maakte zijn veters los terwijl hij sprak. Hij strekte zijn benen uit en zakte weer terug in zijn stoel. Al begreep hij niet helemaal wat we besproken hadden, hij kwam veel kalmer over. Voor het eerst sinds hij arriveerde, verzachtte de lijnen in zijn voorhoofd.

“Richard, terwijl je oude patronen ongedaan maakt, is verwarring normaal. Dit effect wordt gecreëerd door het naar boven komen van conflicterende gedachten en gevoelens tijdens je genezing.

“Je verlichting in de situatie met je ouders kwam van spontane vergeving, deze is vaak lukraak en gebeurd per toeval. Een van de voornaamste hulpmiddelen die we bieden, welke je kan leren en mee naar huis kan nemen, is het ‘Realiteit Management Werkblad.’ Het doel van dit hulpmiddel is om je te leren, via ervaring, hoe vreugde en pijn worden gecreëerd. Het is een betrouwbare, wetenschappelijke methode die je ieder moment kan gebruiken om pijn los te laten en waarlijk vreugde te omarmen.”

“Als wat je zegt waar is, dan wil ik het!” Riep Richard.

SLEUTELGEDACHTTE – Welwillendheid is de sleutel tot het claimen van je kracht. Als je bekrachtigd wilt zijn, gebruik de sleutel.

11 – VERWERKEN EN ONBEWUST WORDEN

Het komt best vaak voor, als mensen dit werk beginnen te begrijpen, dat ze heen en weer geslingerd worden tussen helderheid en hun oude geloofsovertuigingen. Dit is te verwachten als iemand een nieuwe conceptuele taal en een nieuwe manier van denken leert. Richard was geen uitzondering op deze regel.

“Ik snap het nog niet helemaal, maar ik begin in te zien hoe makkelijk het is om weer in de valkuil van mijn oude overtuigingen te vallen, en dat voelt niet goed,” Zei Richard, gefrustreerd.

“Ik weet niet precies wat je bedoelt,” Antwoorde ik.

“Een uur geleden, zag ik duidelijk dat genezing en verantwoordelijkheid allemaal ‘innerlijk werk’ is. Ik zag het helder voor ogen,” zei hij. “Nu ben ik weer terug gevallen op mijn oude vijandigheid, cynisme, en beschuldigen. Het spijt me dat ik je zo heb aangevallen over het Aramees, Michael.”

“Mag ik een nieuw perspectief aanbieden, Richard?” Hij knikte in overeenstemming. “Mensen die zich heel vaak verontschuldigen, zien zichzelf vaak als ‘fout.’ In dit werk; hebben we hier een alternatief voor gevonden. Als je je wenst te verontschuldigen, doe dat, maar laat het idee van schuldig zijn vallen. Vervang het met een verklaring van intentie wat je de volgende keer gaat doen als deze situatie zich weer voor doet in de toekomst.”

“Ik voel me een beetje verloren. Het lijkt wel alsof ik weer terug ben bij het begin. Ik sta alweer klaar om alles en iedereen te gaan beschuldigen en ik begrijp niet hoe ik dat inzicht wat ik zojuist had weer kwijt ben. Ik heb geen idee wat je bedoelt met het vervangen van verontschuldigen.”

“Het is heel natuurlijk in deze fase, met twee geloofssystemen die vechten voor je aandacht, om te wankelen in je helderheid. Op dat gebied doe je het prima. Het alternatief voor ‘Het spijt me’ klinkt ongeveer zo, ‘Het spijt me dat ik mijn vijandigheid op jou heb geprojecteerd, Michael. In de toekomst, als woede en verzet in mij opkomen, zal ik ademen en mijn uiterste best doen om verantwoordelijkheid te nemen voor mijn frustratie.”

Richard haalde diep adem en blies langzaam uit. “Ik zet me ervoor in om verantwoordelijk te zijn voor mijn gevoelens en te kiezen voor ademen in plaats van aanvallen! Dit is zo simpel, waarom dacht ik hier zelf niet aan?”

“Oefenen. Al deze hulpmiddelen zijn heel eenvoudig, het is gewoon een kwestie van trainen van onze geest om anders te denken. In de Aramese visie, werd dit onderwerp aangesproken door de verklaring dat ‘we getransformeerd zullen worden door vernieuwing van geest.”

Ik stelde hem gerust en erkende dat hij het goed deed, als hij oefent met de hulpmiddelen, zal het makkelijker worden vast te houden aan zijn nieuwe gedachten-structuur als oude patronen de kop opsteken. “Als je gewaar wordt van je eigen gedrag en de neigingen die uit je innerlijke realiteits-structuur komen, heb je een enorme sprong voorwaarts gemaakt. Meestal duurt het veel langer voordat iemand de tegenstrijdigheden kan zien in gedachten, woorden of daden. Een verlies van gewaarzijn van je eigen innerlijke processen noemen we onbewust zijn. Jezelf hierop betrappen is een geweldige vaardigheid om te cultiveren.”

“Ja ja,” kreunde Richard.

“Neem dit van me aan,” verzekerde ik hem. “Jezelf betrappen is een goed teken, echt waar.” Behalve de frustratie van het opmerken dat hij terug viel in oude denkpatronen, had hij nog twintig vragen waar hij echt graag antwoord op wilde – het liefst allemaal tegelijk. Dit komt veel voor als mensen meer verwickeld raken in deze studie. Het kan moeilijk zijn om de innerlijke strubbelingen en de inzichten uit elkaar te houden. Het terugkomen en bestuderen van alle vragen die opkomen is onvermijdelijk.

“Dit werk, wat samenkomt uit veel disciplines, is heel veel informatie om allemaal in één keer te verwerken! Het vereist geduld en tijd om hersencellen aan te maken en de disciplines te integreren, zodat de hulpmiddelen volledig beschikbaar en functioneel zijn. Er is een ingewikkeld patroon van onderlinge verbondenheid die je meestal pas ziet als je een stap terug doet. Als je het innerlijk werk verricht en de inzichten die verschijnen goed bestudeerd, zal je zien hoe het hele leven synchroon is met zichzelf. Je wilt misschien het eerste inzicht van De Celestijnse Belofte nog eens lezen,” bood ik hem aan. Richard zag er nog steeds een beetje verbijsterd uit en, was nogmaals, zijn adem aan het inhouden.

“Blijf ademen, dit is hoe genezing in zijn werk gaat. Als oude troep boven komt drijven is dat niet fijn, maar onderzoeken wat opkomt, in de aanwezigheid van Liefde, is wat het zuivert. Heb je wel eens eerder zo’n gebrek aan helderheid ervaren?” Vroeg ik.

“Waarom vraag je me niet gelijk alles over mijn hele leven?” Zei hij geïrriteerd. Opeens verscheen er een ondeugende grijns op zijn gezicht. “Ik snap het. Waarom verwacht ik toch van mezelf dat alles in één keer opgelost wordt als het jaren heeft gekost om te zijn waar ik nu ben, toch?”

“Zoals ik al zei, het is een proces.”

“Betekent dit, dat ik heel mijn verleden moet doorgraven en alles weer opnieuw moet ervaren?” Ik wil dit niet doen.”

“Nee, je hoeft je verleden niet op te graven. Als je jezelf behendig maakt in het opnieuw ervaren van je verleden, is dat precies waar je goed in zal zijn – het opnieuw ervaren van je verleden. De oefening met behulp van deze hulpmiddelen is een ruimte van Liefde in jezelf creëren en, in de wereld leven vanuit dit perspectief. Als er iets komt boven drijven dat minder is dan Liefde, gebruik je de hulpmiddelen. Als je dit doet zullen de dingen uit je verleden die je huidige perceptie vertroebelen naar de oppervlakte komen om te genezen. Alléén in het huidige moment kan je met je realiteitsstructuur werken en het vervolgens genezen. Ben je nog aan het ademen, Richard?”

“Ademen! Waarom blijf je zo hameren op de ademhaling? Wat is hier nou zo belangrijk aan?!” Riep Richard boos.

“Hé, ik sta aan jouw kant hoor, weet je nog? Ik ben hier om je genezing te ondersteunen. Herinner je nog dat we spraken over hoe pijn wordt opgesloten in een realiteit? Je adem inhouden veroorzaakt dat gevoelens en gebeurtenissen gekoppeld worden aan elkaar en worden opgeslagen als eenheid. Als de adem wordt ingehouden wordt de energie van een ervaring opgekropt en opgeslagen in weefsel. De verstoring slaat vast als je niet ademt. Als je goed ademt, is het veel makkelijker om oude patronen los te maken en de vervelende ervaring voorbij te laten gaan. De adem is de schakelaar die je energie blokkeert of laat stromen in je systeem. Open en vloeiend ademen maakt het genezingsproces veel makkelijker.”

SLEUTELGEDACHTTE – Iedere dag hetzelfde liedje. Ademen! Ademen! Ademen!

“Dit voelt waar voor mij. Ik herinner me ineens dat mij als kind keer op keer werd verteld dat ik een zondaar was. Ik denk dat dit een belangrijke reden voor me was om de kerk te verlaten, vanwege de hypocrisie die ik zag. Toen je mij erop wees te ademen, voelde het precies als die oude pijn van beoordeeld worden,” deelde Richard.

“Laten we samen kijken wat er precies gebeurt, en stap voor stap, naar dit proces kijken,” stelde ik voor.

“Wacht even, wat bedoel je nou eigenlijk met ‘proces’?” Vroeg hij.

“Ik heb het al voor een groot deel uitgelegd, ‘proces’ of ook wel de werkwijze met betrekking tot verwerking, beschrijf ik als de capaciteit om de staat van Liefde vast te houden op een Bewuste, Actieve manier in volledige Aanwezigheid wanneer er iets verschijnt dat minder is dan Liefde. Het is dé sleutel tot genezing; Het bevrijdt het pijnlijke onderdeel van iedere realiteit die anders is dan Liefde. Het is geen intellectueel proces, al kan het intellect het wel initiëren.

“Het Proces ontwaakt in jou ware vitaliteit. Zodra deze energie in jou begint te bewegen, ben je nooit meer dezelfde. Je bent veranderd en getransformeerd – Voor altijd. Als het gebeurt, kan het zijn als een bliksemschicht of een zachte wind, dat maakt niet uit. Vaak zijn de bewegingen eerst onbewust. Je weet misschien niet eens wat er gebeurt is, maar je weet dat er iets gebeurt is. Waardeer dit. Koester dit. Het is de actieve kracht van Liefde die de kern van je wezen en je expressie vanuit de bron van je bestaan reorganiseert.

“Dit klinkt zinvol en is zeker iets wat ik wil. Laten we hiermee doorgaan en eens kijken of ik het proces kan toepassen op wat er zojuist gebeurt is.” Hij keek geïntrigeerd.

“Je pijn omtrent het label ‘zondaar’ komt waarschijnlijk van je geloofsovertuigingen omtrent onrecht beschuldigt worden. We hadden net, dit zondaar verhaal besproken, dus het idee van ten onrechte beschuldigt worden lag vlak onder de oppervlakte in je geest.

“Doordat ik iedere keer bij je aandrang om te ademen, werd dat, wat vlak onder de oppervlakte lag getriggerd. Mijn aanmaningen resoneerde eenvoudig je oude gevoelens over beschuldigt worden en iets ‘fout’ doen. Onthoud, oude onderdrukte realiteiten verstoren de perceptie. Als kind, werd je waarschijnlijk duizend keer verteld dat je een ‘zondaar’ was en iedere keer werd je pijn versterkt. Je woede uitbarsting over het ademen was gericht op de trigger van de oude pijn – ‘Mijn aanwijzing om te ademen.’ Je verborgen irritatie uitte zich als onbewust gedrag – een aanval op mij. Herinner je nog wat je intentie was toen je aan mij verontschuldigde?”

“Ja, Ik ben bereid om verantwoordelijkheid te nemen voor wat ik voel en ik ga door met bewust ademen,” zei hij vastbesloten. Terwijl hij naar mij keek, zag ik een warmte in zijn ogen die ik nog niet eerder had gezien. Oeroude pijnen waren aan het transformeren in Liefde. “Ik waardeer het zeer dat je mij blijft steunen in dit hele gebeuren, Michael. Een paar minuten geleden was je aandringen op ademen een irritatie, nu voel ik er waardering voor. Ik kan nu zien dat een aanmaning om te ademen en het opkomen van oude irritatie een kans is om de gevoelens te helen die ik heb over veroordeling en een ‘zondaar’ genoemd worden; het is geen reden tot aanvallen.”

Richard zuchtte diep. “Ik had niet gedacht dat er onder de oppervlakte zoveel dynamieken werkzaam zijn die mijn gedrag sturen. Is dat waar onbewustheid vandaan komt?”

“Onbewustheid en projectie. Merk goed op dat de irritatie die je voelde ging over een ‘zondaar’ genoemd worden, iets dat je waarschijnlijk al tientallen jaren niet meer hebt gehoord. Je oude gevoelens werden getriggerd door mijn aanmaning, en je projecteerde de irritatie op het beeld van mij, in je denken.”

“Ho even,” zei Richard, terwijl hij zijn hand ophield alsof die verkeer stopte. “Ik denk dat ik onbewust zijn nu wel begrijp, maar wat je zojuist over projectie zei ging volledig langs me heen.”

“Herinner je nog het standpunt van de fysicus? Alles is energie ! Het komt erop neer dat er geen fysieke wereld is.”

“Oké, maar wat heeft dat te maken met projectie?” Vroeg Richard zich af.

“Alles. De Waarheid is, de wereld is een enorme massa van wervelende energie, een zee van beweging... oftewel ‘motie,’ niks is solide. Er bestaat geen ‘ding’ apart van energie. De geest genereert het beeld waardoor het lijkt dat ‘dingen’ solide zijn. De geest blokkeert door zijn training het bewijs dat alle dingen met elkaar verbonden zijn en produceert de illusionaire beeldvorming dat alles van elkaar gescheiden is. Het lichaam bestaat alleen maar als beeltenis / perceptie in de geest.

“Als de vastgehouden onderdrukte energieën van een vroegere ervaring getriggerd worden door iemand, gebruikt de geest deze energie als fundament van het beeld dat het genereert over ‘hun.’ We kunnen een onderdrukte eigenschap die iemand anders in ons triggert niet zien als ónze eigenschap omdat het verschijnt aan ons als een eigenschap die bij de ander hoort. We projecteren onze gewoonte in het beeld dat we van de ander hebben. Ahh, de opluchting van succesvolle projectie! Er blijft echter één probleem! **Waarom voel ik de pijn, als het hun fout is ?** Waarom ben ik degene die er iedere keer bij is?

“Dit is waarnaar gerefereerd wordt in de Aramese geschriften wanneer er gezegd werd, ‘Wees gewaar, jij die een ander veroordeelt, want dat wat je veroordeelt in een ander, Dat heb jij zelf beoefend.’ Ik vermoed dat je zelf wel kan zien hoe het Aramese concept van ‘zonde’ dit allemaal bij elkaar brengt op een logische wijze. Ik nodig je uit om op te merken hoe praktisch en informerend deze Aramese ideeën zijn als je ze bekijkt in de context van het echte leven.”

“Daar gaan we weer met zonde, Michael. Ik weet niet of ik je nu aardig wil vinden of dat ik je haat. Ik voel me geïnspireerd en tegelijkertijd overweldigd. Des te meer ik begrijp wat je allemaal zegt, des te meer ik me realiseer hoeveel werk ik nog te doen heb. Houdt dit ooit op?”

“Ik kan niet met zekerheid zeggen wanneer het klaar is. Ik zeg je nogmaals, het is een proces. Je gevoel van overweldigd zijn is een goed teken. Bijna iedereen gaat meerdere malen door deze fase als ze dit werk toepassen. De genezing versnelt enorm als je de vaardigheid ontwikkelt om een ruimte van Bewuste, Actieve Liefde te behouden terwijl nog onopgeloste problemen naar de oppervlakte komen.”

“Bewuste... Wat? Sputterde Richard. “Ik kan het niet eens uitspreken, laat staan uitvoeren! Wat betekent dat ?”

“Dat is een belangrijke vraag en voordat we in een emotioneel beladen concept als zonde duiken, laten we het eerst hebben over de kracht van een Liefdevolle ruimte in jezelf en, hoe je dat doet.” Stelde ik voor.

SLEUTELGEDACHTEN – Is het onthouden en toepassen van de hulpmiddelen een moeilijke manier om te leven? Nee. Wat echt moeilijk is, is leven zonder hulpmiddelen.

12 – EEN STAAT VAN LIEFDE

“De beste oefening die ik ken om je vaardigheid te vergroten in het vasthouden van een Liefdevolle staat van zijn is het sluiten van je ogen en jezelf toestaan dat je stil wordt. Met je gewaarzijn naar binnen gericht, denk je aan iets wat in jou het meest zuivere, krachtigste gevoel van Liefde inspireert...”

“Wat als ik niets voel?” Onderbrak Richard.

“In mijn workshops, Richard, stel ik vaak de vraag, ‘Herinner je een tijd waar je keek naar de mensen om je heen en je zag hoe ze leefde en je jezelf afvroeg of dit nou echt de bedoeling is?’ De meerderheid van de mensen antwoorden met een overduidelijke ‘Ja!’ Als ik hier verder op inging, antwoordde bijna iedereen dat ze zich het **innerlijk weten** herinneren, dat het leven gaat over Liefde, vreugde en samenwerking. Iedereen kijkt op dat moment terug om te zien hoe ze zichzelf hebben afgesneden van Liefde.

“Iedere generatie van kinderen wordt verleid om hun ervaring van de wereld gebaseerd op Liefde op te geven. Ze verruilen dit voor een wereld die gecontroleerd wordt door angst, woede en manipulatie. Ze worden vaak verteld dat deze ‘ruil’ de enige manier is om ‘dingen’ voor elkaar te krijgen en ‘succesvol’ te zijn in de ‘echte’ wereld. De oude Aramese leringen waarschuwde ons om op te letten dat we onszelf niet toestaan om te ‘conformereren naar deze wereld.’

“Het gebeurt vaak, als we onszelf laten begaan in de gewoontes van de wereld dat we onszelf afsnijden van Liefde. Onze eerste poging om weer terug te keren naar die ervaring van Liefde kan voelen als een leegte. Dit kan je aan het begin van de oefening ervaren. Als je blijft oefenen, zal mettertijd de ervaring van Liefde groeien.

“Als je eenmaal de Liefde begint te voelen, gebruik dan je verbeelding om dit te intensiveren totdat het iedere cel in je lichaam vult. De volgende stap is het openen van je ogen en deze energie versturen naar iemand, of een situatie in de wereld.

“Een andere stap is het omhelzen van jezelf in Liefde en, wanneer mogelijk, in een spiegel kijken. Investeer wat tijd in deze oefening en je zal spoedig opmerken dat Bewuste, Actieve, Aanwezige Liefde een deel wordt van je leven en vocabulaire!”

Toen Richard mij belde, was hij op weg naar het Westen om zijn leven opnieuw te beginnen. Nu vroeg hij of het niet makkelijker is om toch gewoon door te gaan met verhuizen. “Na al dit gezegd te hebben.” Hij dacht hardop, “Als er niemand is om de pijn te activeren, is het leven veel fijner.”

Voor veel mensen is het geografische medicijn een optie, maar het is alleen een tijdelijke oplossing. Het probleem met de geografische genezing is dat we onszelf en onze innerlijke realiteits-structuur met ons meenemen met als resultaat dat we soortgelijke situaties naar ons toetrekken. Wegrennen werkt niet omdat de pijnlijke realiteit wordt megedragen in de persoon die rent. De enige permanente oplossing is het begrijpen en helen van de kern van de realiteits-structuur die de pijn veroorzaakt. Het behouden van een Liefdevolle ruimte terwijl de onderliggende realiteit naar bovenkomt is hoe we genezen.

SLEUTELGEDACHTE – De toewijding achterin dit boek is een belangrijke sleutel in het genezingsproces. Het is een reeks hulpmiddelen die laten zien hoe je een ruimte van Liefde kan creëren in relatie met jezelf en anderen.

13 – DOEL GEMIST

“Ik nodig je uit om een liefdevolle ruimte in jezelf te behouden terwijl we praten over zonde, Richard. Kijk goed naar wat er boven komt en wees gewaar van je realiteiten in het moment.

“De meeste van ons zien zonde als iets vreselijks. Het is aangeleerd dat we ons hier schuldig en slecht over moeten voelen. Terwijl zonde, officieel bedoelt was als positieve feedback. De Engelse vertaling van het Aramese woord, khata, is ‘zonde.’ Het is een term gebruikt bij boogschieten. Als je op een doel schoot en je miste de roos, schreeuwde de scheidsrechter, ‘Zonde!’ Het betekent, ‘je hebt het doel gemist.’ Wat in praktische termen betekent, ‘dit is ongeschikt voor je energiesysteem of minder dan het hoogst haalbare of beste voor je.’ Het betekent niet dat je slecht of vervloekt bent, of dat je moet kruipen door het stof. De eenvoudige implicatie is... Beter mikken, het is tijd om nog een keer te schieten, tijd om het op een andere manier te doen!

“Het menselijke energiesysteem is gebaseerd op Liefde en gecreëerd naar het beeld en de gelijkenis van Liefde. Als je een energie introduceert die minder is dan bedoelt is voor het systeem, wordt het geschaad of zelfs vernietigt. Als je geïnteresseerd bent om jezelf goed te behouden, is het heel waardevol accurate feedback te ontvangen om te weten wanneer je ‘gezondigd’ hebt!!”

“Dit zet alles wel in een heel ander licht,” zei Richard.

“Jazeker, en het is ook interessant om te zien dat het Aramese begrip van het leven wordt bevestigd en bewezen door de laatste wetenschappelijke inzichten. Als we aan Albert Einstein konden vragen wat de fysieke wereld is, zou hij zeggen dat het niet bestaat. Hij zou ons vertellen dat materie, energie is dat ‘verschijnt’ als solide.

“De Aramese Geschriften refereren naar de wereld van ‘verschijningen,’ en waarschuwen er niet naar/over te oordelen. Als we denken dat de wereld fysiek is, hebben we geoordeeld naar zijn verschijning – niet wat het feitelijk is. Is het mogelijk dat de wereld energie is, geen vaste vorm en georganiseerd in de verschijning van vorm? En als alles energie is, dan is het lichaam – in het Aramees de ‘tempel’ – ook energie. Herinner je nog dat in ieder energiesysteem, twee fundamentele kwaliteiten zijn... Dat wat het systeem opbouwt, (constructieve energie), en dat wat het systeem afbreekt – (destructieve energie).”

Richard grijnsde, “Dus, zonde refereert helemaal niet naar mij als persoon? Het is slechts informatie, feedback? Als een integer iemand mij verteld dat ik zondig, is hij, mij slechts aan het wijzen op een vergissing?”

“Ja, In het oude Aramese tijdperk, als iemand de complexiteit van het menselijk energie systeem niet begreep, kon deze persoon naar een specialist voor advies. De specialist zou dan de overtredingen van de wetten in het menselijk energie systeem aanwijzen door ze ‘zonde’ te noemen en genezing uit te nodigen.”

“Dit voelt voor mij nog steeds als beschuldigen. Of, hoe zeg jij dat, Michael? De realiteit van schuld komt weer naar boven in mijn geest?”

“Dit is een meer accurate en verantwoordelijke manier om het te zeggen, Richard. Schuld is een menselijke uitvinding, ontworpen om menselijk gedrag te veranderen. Helaas is het effect meestal precies het tegenovergestelde – Het houdt mensen gevangen in hun vergissingen in plaats van bevrijdt te worden.

“Is het je wel eens opgevallen dat schuldgevoel meestal **voorafgaat** aan een daad? Het is een emotionele energie die de vergissing in je geest op de voorgrond houdt. Mensen neigen aangetrokken te zijn tot gedragingen die verbonden zijn met de meeste energie. Geprogrammeerde schuld houdt juist de gedragingen in stand die lijken ‘oorzaak’ te zijn van de schuld.”

“Je bedoeld dat schuldgevoel het gedrag veroorzaakt? Dat het niet het gedrag is dat schuldgevoel veroorzaakt?!” Hij leek geschokt door dit idee. “Zeg je nu dat schuldgevoel expres geïntroduceerd is om mensen te controleren?”

“Misschien. Een valse ‘specialist’, iemand die niet beter wist of de mensen die bij hem kwamen wilde controleren, heeft zonde misschien wel verbonden aan ‘schuld, slecht en fout,’ en gebruikte deze energieën om mensen te binden aan dienstbaarheid. Schuld is een verbinding die gemaakt wordt in de geest tussen vergissen en ‘zelf-veroordeling omdat er een vergissing gemaakt is.’ De specialist met integriteit zou dezelfde kans gebruikt hebben, dezelfde ‘zonde,’ om de hulp vragende geest te leren hoe te Vergeven en hoe zichzelf te verlossen van zijn vergissingen, schuld en ‘zondes.’

“Een juiste omschrijving van de constructieve energie is ‘heilig,’ afkomstig van het woord ‘heel.’ Dat wat het menselijk systeem ondersteunt en opbouwt. De destructieve energie, kunnen we ‘kwaad’ noemen. Kwaad is ‘bisha’ in het Aramees en is een andere term die gebruikt wordt in het boogschieten. Zonde is het missen van de roos, en kwaad betekent ‘missen,’ Het gehele doelwit missen.

“Een kwaad leven in Aramese begrippen is een leven waar iemand zich voortdurend inlaat met destructieve energieën – en dus zijn tempel ontheilgd – en dus disharmonie en zelfdestructie creëert. In het Aramees was er geen moreel component in de instructie, ‘Blijf weg van een ‘kwaad’ persoon.’ Het was puur praktisch. Als je verenigt met hun die zich inlaten met destructieve, zelfvernietigende, ‘kwade’ daden, zullen hun gedragingen spoedig normaal lijken. Een bepaald gedrag doen voorkomen als normaal, is de eerste stap in het overhalen van anderen om hetzelfde te doen.”

“Richard zag er opgelucht uit. “Als kind werd ik altijd bedreigd met de dood omdat ik had gezondigd. Hoe zit het met dat deel uit de bijbel?”

“De reden waarom je verteld werd over zonde op een dreigende manier was projectie. Degenen die dit soort interpretaties promoten zijn gevangen in hun eigen zonde – *Angst*. Angst vertroebeld de geest en vernietigt de lichamen van hun die zich ermee inlaten. Dit is waarom er in de Aramese geschriften staat dat de Eerste Wet, **Liefde** is.

“Volgens Aramese begrip, zijn de Wet en zijn Profeten allemaal gebaseerd op een conditie van Liefde in de geest, niet op angst, wat onbewust gedrag en dwalingen produceert. Zonder de voortdurende aanwezigheid van Liefde, projecteert de zoekende geest zijn eigen dwalingen en misvattingen in wat het bestudeert en wie, of wat dan ook bekeken wordt.

“Alleen een geest afgestemd op, en verbonden met Liefde heeft zijn capaciteit om te projecteren geheeld en kan een waar Spiritueel perspectief op het leven vasthouden – alleen deze geest kan de Wet en zijn Profeten begrijpen. Alle anderen zullen in hun geest een verstoorde visie hebben van de Geschriften, omdat ze hun eigen pijn, angst, haat en/of woede erop projecteren. Dit creëert zo’n gestoorde geest dat het straf, marteling en moorden in naam van Liefde als ‘logisch,’ ‘redelijk’ en ‘heilig’ ziet.

“Richard, ‘Het loon van zonde is de dood’ verliest zijn bedreigende component als het vertaald wordt naar de Aramese taal. Het is niet eens een religieus concept. Het is een simpele verklaring over je fysiologie en een waarschuwing om gewaar te zijn van de energieën waarmee je jezelf voedt. Als je focus gericht is op energieën die niet samengaan met goede gezondheid, voorspoed en heelheid, dan leef je in ‘zonde.’ Als je maar genoeg destructieve energie in een systeem brengt zal het uit elkaar vallen en ‘sterven.’ Het resultaat van deze dwalingen is zelfdestructie.

“In het Aramees worden de energieën van haat, woede, jaloezie, schuld, afgunst en soortgelijke, gezien als destructief. Zij ontheiligen, forceren en doen geweld aan, de integriteit van de ‘tempel’ en brengen uiteindelijk de dood in de persoon die zich hiermee inlaat. Als je deze energieën vermaakt in je geest – ongeacht hoe gerechtvaardigd je lijkt te zijn – ben jij degene die het origineel ontvangt van de destructieve energie, de persoon waar je het op projecteert krijgt slechts een kopie. Dat is wat de Geschriften ons willen vertellen.

SLEUTELGEDACHTTE – Het lichaam waarin negativiteit is opgeslagen lijdt meer schade dan het object waar de negativiteit op geprojecteerd wordt.

“De wereld,” stel ik voor, “Heeft de boodschap niet begrepen. De manier waarop we angst promoten in de media en de wereld lijkt haast op aanbidden. Vierentwintig uur per dag, zeven dagen in de week kunnen we een informatievoorziening vinden die ons de precieze details van de meest verschrikkelijke daden van de mensheid kan tonen, overal op de wereld. In zekere zin kan je zeggen dat angst doelmatig is gebruikt om mensen te overweldigen met verwarring en angst om ze te controleren.”

“Richard ging helemaal op in zijn gedachten. “Het is net alsof ik mezelf gevangen hield door onwetendheid en toeliet dat ik geïndoctrineerd werd door angst en manipulatie. Het is best een ontvullende gedachte om te realiseren dat ik een manipulator ben geweest en als tactiek, angst inboezemde bij de mensen waarmee ik samenleef. Van wat mij is aangeleerd, leek het als de normale manier om naar te handelen.

“Ik zie duidelijk waarom het belangrijk is om geïnformeerd te worden over deze zaken en waarom het enorm gunstig is om het verschil te weten tussen constructieve en destructieve energieën. Ik begin te beseffen dat we verantwoordelijk zijn voor wat we in stand houden in het leven.”

“Precies, Richard. In het Aramees, werd angst niet gepromoot noch aanbeden. Het werd gezien als een ‘demon’ of ‘duivel’, en om het ‘uit te drijven’ werd het Vergeven. Het benadrukken van veroordeling, en mensen havenen met angst in plaats van expressie en ervaring van Liefde aan te moedigen, en Vergeven van angst aan te moedigen is fout – oftewel zonde. Het is een duidelijk signaal dat een persoon de Aramese leringen noch de effecten van een bepaald gedrag op de eigen fysiologie begrijpt. Hij of zij beseft niet hoe het focussen op destructieve energieën disharmonie creëert in zich/haarzelf.

“Bedreiging, overweldiging, angst, schuld, manipulatie en verwarring zijn destructieve energieën die de oorzaak zijn van veruit de meeste ziekteprocessen. Omdat er een tijdsverloop is tussen het beoefenen van destructief gedrag en de ziektes (disharmonie) die zeker volgen, is de oorzaak-gevolg relatie van deze twee verstopt. Het is dan makkelijk om bacteriën, virussen en andere uiterlijke oorzaken de schuld te geven van onze ziektes. Nog meer beschuldigingen en projectie.”

“Ik kan mezelf horen in het excuseren van mijn ziektes, ‘Ik heb een virusje opgelopen, Daar kan ik niks aan doen!’ Grapte Richard.

SLEUTELGEDACHTTE – Het is je geest-energie die verantwoordelijk is voor de conditie van je lichaam. De laatste conclusie over ziektes van Louis Pasteur: **De bacterie is niets, het terrein is alles!**

“Maar even serieus nu, ik denk dat ik eindelijk begin te beseffen wat je zegt,” Zei Richard terwijl hij pauzeerde en overdacht hoe hij zijn nieuwe inzichten in woorden kan uitdrukken. “Kijk even of dit klopt... Ik ben degene die er iedere keer bij is, als ik woede, angst of schuld ervaar. Ik kan deze emoties alleen maar voelen omdat ze in mij zitten en, als ze er zijn, zijn ze een last voor mijn systeem. Ze zijn mijn ziekte! (disharmonie)” Terwijl hij sprak bewogen zijn handen en gezicht. Hij was overduidelijk verrukt over zijn begrip van de stof.

De man die nu naast me zit ziet er veel lichter en ontspannen uit als de man die vanmorgen hier arriveerde. “Michael, de manier waarop jij spirituele leringen presenteert maakt ze simpel, praktisch en werkbaar. Ze lijken mij noodzakelijk om goed te leven,” Zei hij verrast. “Het was me nog nooit eerder zo duidelijk hoe belangrijk spiritualiteit is. Ik verwierp altijd spiritualiteit en religie door de vervelende ervaringen die ik hiermee gehad heb in mijn jeugd.

“Het lijkt alsof ik de last van het verwerpen van mijn religie al een eeuwigheid met me meedraag. Geen wonder dat ik zo uitgeput ben. Zonder te weten wat ik aan het doen was heb ik jarenlang veel pijn voor mezelf verstoepd terwijl ik geloofde dat ik een ‘zondaar’ was. Het wordt tijd om mijn verstoorde realiteiten over religie te vergeven.” De oprechtheid in Richard zijn stem vertelde me dat er een diepe verschuiving in hem plaats vond, misschien wel de belangrijkste in zijn leven.

SLEUTELGEDACHTEN – De Waarheid is altijd veilig. Niet soms, niet meestal... **ALTIJD!**

14 – HET KIEZEN VAN LERAREN

“Richard, er zijn zoveel mensen, die de meest essentiële delen van hun leven hebben verworpen – zoals hun eigen Spiritualiteit. Ik observeer dat de meeste mensen die dit doen vaak geluisterd hebben naar iemand die helemaal geen praktisch begrip heeft van Spiritualiteit. Jarenlang de intellectuele ‘kennis’ over religie bestuderen wil nog niet zeggen dat iemand echte Spirituele ervaring heeft.

“De vertaling van de Aramese leringen zijn zo verstoord geraakt,” Zei ik, “Ik vraag me vaak af of dit expres gedaan is.” Ik voelde wat van mijn eigen ergernis over deze gedachte. “De huidige vertalingen klinken juist, maar zijn net genoeg verdraaid om de wijsheid te verstopen die wel beschikbaar is in de originele woorden.

“Ik ben altijd verbaasd over mensen die de Griekse interpretaties hebben bestudeert, (vaak vertaling genoemd), van de Aramese leringen terwijl ze geen enkele interesse hebben in de daadwerkelijke betekenis van wat ze bestuderen. Zonder toegang tot de werkelijk bedoelde betekenis, welke alleen maar begrepen kan worden door een begrip van het conceptuele kader van de Aramese geest, is het moeilijk voor mensen om de hulpmiddelen toe te passen die waarlijk geleerd werden. Gezonde leringen zijn van praktisch en nuchter veranderd in onpraktisch en onbereikbaar. Het resultaat hiervan is dat mensen de kennis en het begrip missen, alsook de heling, troost en grote voordelen die werden aangereikt door de originele leringen.”

“Waarom zouden de leringen verdraaid zijn?” Vroeg Richard.

“Er zijn drie mogelijkheden die ik kan zien. Eén is dat de ideeën wellicht gelimiteerd zijn door de beperktheid van de taal waarin ze ‘vertaald’ zijn. Herinner je nog het tweedimensionale wezen waar we het eerder over gehad hebben? Deze bevatte geen woorden om de Waarheid van de driedimensionale wereld uit te drukken? Een taal kan alleen uitdrukken waar het woorden voor heeft.

“Een tweede mogelijkheid is de capaciteit van de vertalers die weinig of geen ervaring hadden met de transformerende kracht van de leringen. Zonder te realiseren, hebben ze de oorspronkelijk oeroude wijsheid verwaterd naar hun eigen gelimiteerde begrip. Ik bedoel hiermee... Kan je wel in staat zijn om iets te vertalen wat voorbij je huidige begrip gaat?”

“Ik weet niet precies wat je bedoeld, Michael.”

“Laten we een voorbeeld nemen. Zou jij naar een laboratorium gaan om een zeer complex en gevaarlijk onderzoek uit te voeren naar de instructies van een eerstejaars chemie student die zelf nog niet de taal van de hogere chemie begrijpt?”

“Natuurlijk niet, ik zou een bekwaam, ervaren instructeur willen, eentje die het WEET. Ik zou in ieder geval instructies willen van iemand die dit experiment daadwerkelijk al een keer met succes heeft volbracht,” Was zijn nadrukkelijke antwoord.

“Zou het dan niet wijs zijn om hetzelfde te eisen van de persoon die je kiest voor de ondersteuning in je spirituele proces? Zou het niet wijs zijn om naar de kwalificaties te kijken van de persoon die je gaat helpen met het besluit, of er wel zoiets is als de spirituele dimensie? Veel mensen hebben er nooit over nagedacht om hun Spirituele leiders bewust te kiezen, of zelfs maar overwogen wat eigenlijk de gepaste criteria zou zijn om zo’n keuze te maken.

“Er gaan stemmen op in de wereld die hardop schreeuwen, ‘Er is geen Spiritueel leven!’ en ‘Alle religie is lulkoek!’ Het verbaasd me hoeveel mensen het advies van deze stemmen opvolgen zonder zelf erover na te denken. Heb je je wel eens afgevraagd wat hun kwalificeert om jou advies te geven? Alleen al het feit dat mensen naar deze stemmen luisteren vind ik schokkend. Als ik zie dat de meerderheid van de adviseurs schreeuwen vanuit hun eigen pijn, wat hun meestal onbewust maakt. Velen luisteren naar die stemmen en, als de jaren verstrijken en de woorden van de onbevoegde echoën in hun hoofd, denken ze dat deze gedachten van zichzelf zijn.

“Ik heb nog nooit iemand die een echte Spirituele ervaring heeft gehad horen zeggen, ‘dit is nep’ of ‘spiritualiteit bestaat niet.’ Ik heb veel mensen gezien die zulk soort dingen vaak zeiden, maar die totaal veranderd waren nadat ze een Spirituele ervaring beleefde.”

“Hmm. Wat was de derde mogelijkheid waar je net over sprak als reden tot vervalsing van de geschriften, Michael?”

“De derde mogelijkheid die ik zie is dat de leringen opzettelijk vervalst werden om mensen te misleiden en te controleren.”

“Ik zie waarom er zoveel conflict, verwarring en onderlinge strijd is tussen Spirituele bewegingen. Het is volgens mij het beste als ieder van ons persoonlijke verantwoordelijkheid neemt voor het eigen proces, het opschonen van onze geest en het kiezen van de juiste leraren.” Richard voelde zich veilig genoeg om meer van zijn eigen Spiritualiteit te verkennen. “Als jonge man, bood ik weerstand tegen alles wat ook maar leek op Spiritualiteit als gevolg van mijn opvoeding. Ik dacht dat materieel gewin me gelukkig kon maken. Nu begin ik steeds meer te zien dat het helemaal niet uitmaakt hoeveel ik heb als ik geen vrede in mijn eigen hoofd kan vinden. Bezittingen alleen, zullen nooit vrede, geluk en veiligheid brengen.”

“Ik ben het met je eens. Het kan fijn zijn om mooie spullen te hebben. Ze kunnen je comfort geven. Maar comfort brengt geen genezing met zich mee. Alleen met de juiste hulpmiddelen, ontworpen voor deze taak, kunnen we onze pijn genezen.

“Het zoeken naar hulpmiddelen om heel te worden is een verstandig besluit. Spiritualiteit is altijd de plek geweest waar je dit soort middelen kan vinden. Religieuze bewegingen gebaseerd op spirituele ervaringen gaan soms aan hun doel voorbij en bewegen zich in de verkeerde richting. Het controleren en schaden van mensen in plaats van helen. Waar je heen gaat voor Spiritueel advies is heel belangrijk.

“Het is interessant om te zien dat mensen die alleen maar genoeg nemen met de beste advocaten, en altijd op zoek zijn naar de beste dokters, en de voornaamste financiële adviseurs, de meningen en adviezen accepteren van iemand met weinig of geen ervaring als het aankomt op Spirituele zaken. Is dat niet een beetje raar als het gaat om besluiten die lange-termijn gevolgen hebben?”

Richard was het ermee eens dat er veel verwarring is in Spirituele kringen. “Waar kan ik dan wel heen gaan om zulke belangrijke beslissingen te nemen, Michael?”

“Het helpt om nieuwe hersencellen aan te maken over de manier waarop Spirituele leringen gebruikt worden in onze cultuur. Je zal merken dat dit je besluitvorming zal verhelderen.

Twee soorten Spirituele leraren:

“1. Ware Spirituele leraren gebruiken Spirituele leringen om mensen te bevrijden van hun pijn, gewoontes en patronen die frustratie en lijden veroorzaken. Deze vorm van instrueren komt van hun die inspireren en motiveren door een voorbeeld te zijn. Ze hebben echte ervaring op Spiritueel gebied en zijn deskundig. Het resultaat van het werk van deze leraren is een verschuiving van de verstoorde, hatelijke en negatieve uitingen van de wereld naar vrede, harmonie en overvloed. Deze leraren, die ook niet perfect zijn, richten zich op hun eigen werk. Altijd de hand compassievol uitgereikt om mensen te ondersteunen in hun genezing.

“2. Valse leraren gebruiken Spirituele leringen op slinkse wijze. Onder het mom van de belofte om mensen te redden of bevrijden van frustratie en lijden, nu en in de toekomst. Zij gebruiken bedreiging en angst tactieken om mensen dieper in hun trauma te drijven. Vaak wordt er gezegd dat lijden goed, en nodig is, en er is een belofte van een bepaald soort hiernamaals, welke niet bewezen of ontkent kan worden. Deze ‘leraren’ reiken ook hun hand uit, maar deze wordt gebruikt om zichzelf of hun organisaties te verrijken en gebruiken daarbij vaak een vorm van angst en dreiging om mensen te laten volgen.

“De valse leraar gebruikt religie om controle te krijgen over mensen of, politieke en financiële doelen bewerkstelligen. De stimulans voor de zwakke en onzekere om zich bij dit soort religieuze organisaties van valse leraren aan te sluiten is overduidelijk te zien. Een onevenredig percentage van bezit, macht, seksuele overheersing en rijkdom van de mensen die zij controleren, vloeit naar hun.”

“Dat zijn best ernstige veroordelingen, Michael. Ik dacht dat dit werk bedoeld was om positief denken te bevorderen. Ik weet niet of ik dit wel wil horen,” zei Richard met berispende stem.

“Ik begrijp wat je bedoeld, Richard. Maar als jij in een gevangenis zit, en dit niet weet, moet je dan niet weten wat de structuur van de gevangenis is voordat je kan ontsnappen? Als jij, vanuit je benarde positie aan de binnenzijde van de muur tegen mij zegt, ‘Michael, ik ben een positieve denker. Vertel me niet dat ik in de gevangenis zit, of zelfs hoe ik hier terecht kwam. Laat me gewoon zien hoe ik hieruit kom.’ Zou het dan niet dom zijn om je naar een hoog hek te leiden, terwijl je weet dat je daar vastzit zonder ladder?”

“Als je mij van tevoren een kans had gegeven om je te vertellen over het hoge hek, had je de ladder eerst uit de kelder kunnen halen. Weten waar je mee te maken hebt kan erg behulpzaam zijn. Vooruit plannen en voorbereid zijn voor wat je eventueel kan aantreffen kan soms meer doen dan al het positieve denken dat de wereld te bieden heeft.

“Aankomen bij het hek zonder ladder is leven op de moeilijke manier. Ik ben hier om je te ondersteunen bij het veranderen van je leven naar gemakkelijk en vreugdevol – je uitdagingen tegemoet treden met de praktische hulpmiddelen en de kennis die je daarvoor nodig hebt. Ik ondersteun je bij het aangaan van de obstakels in je leven met de ladder in je hand – daarmee bedoel ik, leven vanuit een krachtige staat.”

“Ik ben bereid om deze ondersteuning aan te nemen en mijn leven makkelijker te maken. Ik begrijp alleen nog niet hoe dit past bij positief denken. Er is me altijd verteld dat ik positief moet zijn, daar heb ik aan gewerkt,” vertrouwde Richard mij toe.

“Dit werk gaat niet over positief denken, dat kan een hoop problemen veroorzaken!” Sprak ik uit.

“Waar heb je het over, Michael?! Mijn vriend, die erop stond dat ik jou zou bellen, zei dat het werk wat jij ontwikkeld hebt het ultieme is op het gebied van positief denken!”

“Dit werk gaat over gepast en eerlijk denken, Richard. Er is een stoornis die ik ‘Vroegtijdig Positief Denken’ ben gaan noemen. Als jij een negatief fundament hebt en weigert hiernaar te kijken, kan positief denken heel aantrekkelijk zijn. Het wordt een nieuwe manier om dingen te vermijden. Er valt voordeel te halen uit positief denken – je leven verbeterd.

“Het probleem, zoals ik het waarneem, is dat de Vroegtijdige Positieve Denker continu er ‘bovenop’ moet zitten. Door de stress van het onderdrukken van het negatieve met een positieve instelling is er geen moment rust. Vroegtijdig Positief Denken kan leiden naar een zeer nerveuze persoonlijkheid, workaholic, ongeduldig, rigide en alsmaar keihard gaan. Deze instelling kan resulteren in een burn-out en, als je het positieve denken heel even stopt, stort alles in elkaar; de voordelen verdwijnen en je kan weer van vooraf aan beginnen. Dit is een moeilijke manier om door het leven te gaan.

SLEUTELGEDACHTTE – Dit werk gaat niet over vroegtijdig positief denken. Het gaat over eerlijk en gepast denken en jezelf, en anderen verantwoordelijk houden voor alle gedragingen.

“Vroegtijdig Positief Denken veroorzaakt ook disharmonie. Gepast en eerlijk denken is het doel. De enige processen die genezing en herstel teweeg brengen zijn de processen welke opgeslagen negativiteit naar boven brengen, blootstellen aan Liefde, en bevrijden.

“Laat de behoefte los om met positief denken een negatief fundament te verstoppen. Zoek en gebruik hulpmiddelen om het negatieve aan te gaan terwijl je de capaciteit ontwikkeld om natuurlijk en vloeiend vanuit het positieve te leven. Door deze werkwijze ondervind je geen stress van het ‘proberen’ dingen te onderdrukken. Er is geen pretentief denken omdat alles wat negatief is de ruimte krijgt om naar boven te komen en te helen. Op de korte termijn, vereist dit meer inzet, maar op de lange termijn leidt het naar een veel gemakkelijker leven.

“Door het gebruik van deze hulpmiddelen, kan het lichaam, nu vrij van lasten zijn zelfherstellende vermogens aanspreken om te herbouwen. Ziekte (disharmonie) is niet natuurlijk. Gezondheid is onze natuurlijke staat en is altijd mogelijk als verstoringen zijn verwijderd. Een blakende gezondheid is onmogelijk om te bereiken zolang er storingen zijn. Dit begrip is het fundament van een echte gezondheidszorg. Zonder dit besef van genezing is ieder ‘gezondheidszorg’ systeem een ‘ziektezorg’ systeem wat ontzettend veel geld zal verspillen.”

“Dat klinkt logisch voor mij, maar ik ben nog steeds niet zeker,” Richard keek me vragend aan terwijl hij sprak. “Is het niet positief denken om iedereen lief te hebben en mijn neiging tot oordelen los te laten? Het lijkt nu net alsof je zegt dat ik dit niet moet doen. Maar als ik dit niet doe dan blijf ik zitten met mijn negatieve denken – boos zijn en anderen beschuldigen.”

“Laat me nog even terug gaan naar mijn analoog over de gevangenis om mijn standpunt over veroordeling te verhelderen. Ik hoef de gevangenis niet te veroordelen om je te kunnen vertellen over de constructie of om te zeggen, ‘Hier zijn de valkuilen, daar zijn de bewakers en daar is het lage deel van het hek. Wat je wel nodig hebt is een ladder en een positief vertrouwen in jezelf en weten waar je doorheen moet gaan om te ontsnappen.’

“Ik kan je zeggen, ‘Wees voorzichtig, je herkent een valse leraar aan’ en de eigenschappen aan je tonen. Ik kan je vertellen dat bepaald gedrag je niet op de beste manier ten goede komt. Ik kan je waarschuwen, ‘Let goed op als je dit soort gedrag opmerkt in jezelf of iemand anders,’ en je vervolgens bijstaan om deze gedragingen te helen – allemaal zonder veroordeling. Als echter jouw innerlijke dialoog beangstigd spreekt over oordelen, is het misschien nodig om je luistervaardigheid te helen, en jezelf te bevrijden van de behoefte om te blijven volgen wat niet werkt.

“Het gaat hier om twee verschillende dingen, Richard. Het ene is veroordelen, en het andere is identificeren. Als je nooit het onderscheid maakt tussen deze twee, zal je kwetsbaar zijn en eerder een valse lering of leraar volgen. Als we destructief gedrag ondersteunen in de wereld laten we ons in met destructieve energie.

“Valse leraren zijn werkzaam in religie, zaken, politiek, media, onderwijs en families. Ze kunnen overal opduiken. Zodra we de hersencellen ontwikkelen, kunnen we het gedrag zien voor wat het is. Als er een neiging is tot oordelen, kunnen we dit helen door het nemen van onze verantwoordelijkheid en kunnen we deze inzichten en genezing aan de valse leraren tonen. Het alternatief is weigeren om te identificeren wat er gebeurt en niet weten waarom er pijn, woede of lijden is.

“Het is onvoorstelbaar hoeveel mensen er voortdurend boos zijn – je kent ze wel, het type dat smijt met de deur, de kat schopt, en de kinderen slaat – en ze kunnen de oorzaak van hun woede niet identificeren. Vaak ontspringt de woede uit de hulpeloosheid van het vastzitten in een valse lering of onder een valse leraar en niet weten hoe terug te komen bij de eigen kracht. Het weigeren om te leren en leven in Waarheid leidt tot destructief gedrag. De misbruikte gaan manipuleren en misbruiken hun die zwakker zijn. Dit als vervanging voor het missen van de kracht in het eigen leven en als compensatie voor onzekerheid.”

“Het grootste deel van mijn leven heb ik mij machteloos gevoeld, Michael. Ik besef me nu dat ik gecontroleerd werd door mijn angst, en ik reageerde meestal met woede. Je hebt me helemaal door.”

“Richard, dit is zo universeel verhaal. Ik zou waarschijnlijk hetzelfde kunnen zeggen tegen negentig procent van de bevolking en juist zijn. De meeste mensen hebben realiteits-structuren gecreëerd, meestal voor een gevoel van veiligheid, die toestaan dat ze zich inlaten met, en ondersteuning bieden aan, gecontroleerd worden door manipulatief gedrag. Ze geven hiermee onwetend hun levenskracht weg. Als we gewaarzijn van wat ons drijft en hulpmiddelen gebruiken om te helen, kunnen we onszelf bevrijden van deze onbewuste patronen en reacties. Het is belangrijk om te zien en bepalen waar je intelligentie, energie en tijd aan besteed. Juist leven betekent dat je destructieve energieën in de wereld niet ondersteund en je tijd, energie, intelligentie en geld besteed aan het ondersteunen van gewaarzijn en vitaliteit!

“De behoefte om negatief gedrag en hun die dit beoefenen te veroordelen kan ook geheeld worden. Een bereidheid om te onderzoeken is vereist. Kennis is macht. Onwetendheid leidt niet naar genezing, het leidt naar vastzitten achter het gevangenishek, lijden, en net doen alsof er geen uitweg is – klassiek slachtoffergedrag.

“Met informatie, besef en toewijding, is het mogelijk om een ruimte van heling te creëren voor iedereen die zich inlaat met negatief gedrag. Dit includeert onszelf en een ieder die misbruik maakt van een ander. Met dit begrip, kunnen we ook de heling ondersteunen van mensen die zichzelf laten manipuleren. Iedere speler in een situatie moet geheeld worden voordat er een volledige verschuiving plaatsvindt. Genezing betekent ook dat, iedere persoon die betrokken is automatisch meer gewaar wordt van zijn of haar doelen en het makkelijker vindt om begeleidt te worden naar de voltooiing hiervan.

“Het is waardevol om de dynamiek van heling te begrijpen zodat we de capaciteit hebben om te zien en kiezen wat te doen en wat niet te doen. Het begrijpen van manipulatie betekent niet dat er beoordeelt wordt wat iemand gedaan heeft of wat die zou moeten doen, dat is aan hunzelf om te bepalen en niet aan ons. Echter, een goed begrip van manipulatie geeft ons de ruimte om verantwoordelijk te zijn voor onze eigen daden en anderen verantwoordelijk te stellen voor hun daden.

“Dit brengt ons naar een andere overtuiging die gevoed wordt door de manipulator: ‘Jij bent slecht en verkeerd als je me ooit betrapt op mijn praktijken of me probeert aansprakelijk te stellen.’ Er zijn mensen die functioneren vanuit hun pijn en hierdoor manipuleren en zich inlaten met gedrag wat je wilt vermijden. Hun acties en verhalen kunnen heel subtiel zijn; Sommige hebben hun hele leven gewijd aan het camoufleren van hun manipulaties.

“Het is belangrijk, zeker omdat de meeste van ons geboren zijn in een manipulatieve wereld, om de subtiele kenmerken van manipulatie te begrijpen. Net zoals vissen het water niet kunnen zien omdat het te dichtbij is, zijn sommige vormen van manipulatief gedrag zo ingeworteld, dat ze onzichtbaar zijn. Ik heb meerdere malen gezien dat een persoon die mishandeld wordt denkt dat het normaal en gepast is om zo behandeld te worden.

“Als een misbruiker geconfronteerd wordt met het gedrag, is hun reactie meestal, ‘Dat is geen mishandeling, dat is juist handelen.’ Herinner je nog de serveerster, Richard ? Toen je bewust werd van je gedrag, gaf je het label van ‘vernedering’ eraan.’ Maar voordat je de hersencellen had om het te zien zoals het was, zag je het toen niet als terecht? Onthoud, je was jezelf aan het beschermen. Die ‘bescherming’ was manipulatie. De vaardigheid om gedrag te identificeren zoals het is, is van groot belang om oude gewoontes en patronen te doorbreken.

“Als mensen die hun dagelijkse dosis mishandeling nodig hebben worden aangesproken, is hun reactie vaak, ‘Ik dacht dat dit is, hoe het hoort te zijn.’ Hun zelfvernederingsbaden in het schuldgevoel en de kwellende gedachte dat ze het verdienen om zo mishandeld te worden.”

Richard luisterde aandachtig en leek ieder idee als een spons op te zuigen. “Dit is echt schokkende informatie. Het meest ongelooflijke deel is dat het zo voor de hand liggend is en hoe blind ik hiervoor ben geweest in mijn leven. Ik denk dat je wel kan zeggen dat ik zoals de persoon in de gevangenis was, die altijd dacht, ‘dit is gewoon hoe het is.’

“We zijn allemaal in meer of mindere mate getraind door de angst in de wereld. Ieder van ons is wel eens verleid en heeft zich wel eens ingelaten met manipulatief gedrag. Misschien is dit wel de reden waarom de meeste mensen liever niet willen toegeven of niet erkennen dat ze andere intimideren. Zij kijken niet zo naar zichzelf zoals jij dat nu doet.”

Richard stroomde haast over van alle emoties die omhoog kwamen maar kon zich er nog niet aan toegeven. Ik zag de pijnlijke blik in zijn gezicht en zei hem, “Ik erken je moed en welwillendheid om nieuwe informatie aan te horen. Het kan een van de moeilijkste taken zijn als het gaat om je eigen vergissingen of die van je dierbare. Het kan zelfs nog moeilijker worden als we delen van ons zelf beginnen los te laten die bevrijd en genezen moeten worden.”

SLEUTELGEDACHTEN – Het vereist moed om naar onszelf te kijken. Hulpmiddelen gebruiken maakt het kijken een stuk makkelijker en productiever.

15 – TRANSITIES

“Wat bedoel je precies als je zegt, het bevrijden van de delen in ons die geheeld ‘moeten’ worden, het klinkt alsof ik iets ga verliezen in dit proces,” vertrouwde Richard mij toe.

“Dit is beangstigend voor de meeste mensen. Voor sommige voelt dit aan het begin van dit werk als het meest uitdagende. Als je toewijdt aan dit soort nieuw denken en voelen, en je begint heel te worden. Zal je een heel dierbare vriend verliezen!”

“Hoe bedoel je?” Hij zag er verbijsterd uit.

“Als je je inlaat met Ware Vergeving zullen – angst, manipulatie, schuld en beschuldigen verdwijnen uit je leven. Je zal niet meer in staat zijn om de rol van slachtoffer te spelen, en deze rol is een groot deel van je leven geweest. Die vriend zal echt moeten gaan.”

“Dat is waar,” gaf hij toe. “Ik begin me nu pas te realiseren hoeveel ik in mijn leven geworsteld heb met schuld en angst. Het voelt inderdaad alsof een groot deel van mij gaat verdwijnen,” jammerde hij. “Dan weet ik niet meer hoe ik me moet gedragen. Wat zal er van me worden?”

“Het klinkt alsof een deel van jou al verdriet heeft over het verlies van de oude rollen die je zo graag speelde. Het opgeven van oude identiteiten is belangrijk in dit werk. Soms, gaan deze oude ‘ikken’ niet zonder een worsteling. De gevoelens van verlies kunnen zo zwaar zijn dat ze aanvoelen als doodgaan.

“In het Aramees werd gezegd dat je moet sterven om waarlijk te kunnen leven. Dit klinkt misschien als een vreemde uitspraak, maar als je ziet dat je oude zelf – de valse, zwakke slachtoffer-ik moet gaan, of sterven, zodat het ware zelf kan leven, klopt het eigenlijk wel, want het is een soort dood.

“Richard, het helpt misschien om te zien dat beschuldigen en slachtoffergedrag geen enkel voordeel aan je geeft. Behalve dan een vals gevoel van superioriteit, martelaarschap of negatieve aandacht. Maar hebben die je ooit liefde, geluk of voorspoed gebracht?”

“Dat is een interessante vraag,” antwoordde Richard peinzend. “Ik realiseerde me simpelweg niet hoe ik mezelf in de weg zat, of hoe gestoord het is om graag een slachtoffer te zijn. Het kwam op mij over als een goede manier om aandacht te krijgen en geen verantwoordelijkheid te nemen. Wat er ook fout ging, ik overtuigde mezelf altijd dat de schuld bij iemand anders lag.”

Terwijl hij doorsprak, zag ik dat hij zijn best deed om goed te blijven ademen en ik knikte erkennend naar hem. “Iets anders dat ook een voordeel leek te zijn is dat ik sympathisanten naar me toe haalde die luisterde naar mijn verhalen en het met me eens waren. Dit was een manier om me krachtig te voelen. Door andere te manipuleren zodat ze aan mijn kant stonden, vergaarde ik steun tegen de ‘vijand,’ zodat ik mezelf en andere kon overtuigen dat ik gelijk had. Ik had al die mensen in de palm van mijn hand. Allemaal waren ze het met me eens als ik iemand aanviel die onschuldig was.

“Je zei net, Michael, dat we nooit iemand iets aan doen wat we onszelf ook al niet hebben aangedaan. Ik realiseer me nu dat we eerst onszelf moeten mishandelen voordat we iemand anders kunnen mishandelen of ons laten mishandelen door een ander. Ik probeerde de persoon die ik beschuldigde te verstoten, maar ik was degene die in zijn eentje overbleef. Uiteindelijk, heeft mijn gedrag alleen maar geleid naar roddel en verloren vriendschappen. Ik zag niet eens mijn deel hierin.

“Het enige wat ik overhield van alle moeite was negatieve aandacht en keer op keer dezelfde pijnlijke ervaringen. Als ik aan het verwijten en beschuldigen was, leek het alsof ik alle macht had. Nu, ziet het er meer uit als een valse en nutteloze controledrang.

“Mijn hele leven hield ik ervan om te zeggen, ‘Wacht maar, je zal spijt hebben als je ziet wat je me hebt aangedaan!’ Ik herinner dat mijn vader dit zei tegen mijn moeder en mijn moeder tegen mijn zus. Het is vreemd, maar als ik hierover nadenk, voel ik veel verdriet. Ik kan zien dat ik de familie patronen heb overgenomen. Ik wilde gelijk hebben en in controle zijn. Door dit te doen, was ik in staat om het verdriet te blokkeren.”

Ik onderbrak hem. “Richard, de behoefte om controle te hebben, komt net zoals geweld en roddelen uit een gevoel van onzekerheid. Verwijten maken en beschuldigen zijn echt geen hulpmiddelen die je ondersteunen in je leven maar eerder een loden last die je tegenhoudt. Het zijn energieën die ervoor zorgen dat je je ‘doel mist.’ Toen we het net over je moeder hadden, stelde we vast dat mensen zich weggeduwd voelen door jou. Als deze mensen je verlieten, voelde jij je het slachtoffer. Maar je bent alleen een slachtoffer van de resultaten van je eigen gedrag.”

De inzichten die Richard oppikte van dit werk zijn de vruchten van zijn bereidheid om naar zijn eigen pijnlijke realiteiten te kijken en zullen zijn leven voorgoed veranderen. Hij ervaaarde nu zelf dat het veilig en helend is om naar zichzelf te kijken. De verandering in hem was zichtbaar. Zijn houding werd rechter en zijn stem dieper. Hij was in transitie van slachtoffergedrag naar meesterschap.

SLEUTELGEDACHTE – Gun jezelf de kans om nieuwe gedachten te denken en nieuwe daden te oogsten, die hiervan het resultaat zijn.

16 – HELEN VAN MISHANDELING EN SLACHTOFFERSCHAP

“Ik beseft nu dat ik mezelf bedrogen heb. Hoe vreemd dit ook klinkt, ik voelde me comfortabel in de rol van slachtoffer; Ik heb het mijn hele leven beoefend. Ik realiseerde me niet dat ikzelf de oorzaak was van het trauma dat mij altijd vergezelde,” sprak Richard uit.

“Het leek me voordeel op te leveren om te laten zien dat ik een slachtoffer was, en hoe gewond ik was. Hierdoor hielden mensen mij niet aansprakelijk. Het leek me te redden van verdere straf en het gaf me controle. Echter zie ik nu wel in dat de eerste stap van een ‘slachtoffer’ worden, mijn eigen keuze was om ‘gekwetst’ te zijn.

SLEUTELGEDACHTE – We zijn vrijwillig in de realiteiten die we vasthouden. Hierin zijn geen slachtoffers, alleen vrijwilligers..

“Zoals ik er nu naar kijk, kan ik zien dat ik expres de rol van slachtoffer op me nam om te voorkomen dat mensen mij zouden kwetsen! Wat een manipulatie was dat eigenlijk, wat heb ik mensen op een bizarre manier gebruikt,” mompelde hij in zichzelf. “Nu ik erover nadenk... Ik voedde mijzelf op de energie van angst. Angst en woede. Zij leken voor mij de enige twee keuzes. Ik heb nog heel wat werk voor de boeg als ik de basis van mijn relaties wil veranderen van angst en woede naar Liefde.

“Ik geloof dat Liefde de sterkste kracht is in de wereld. Het lijkt mij dat de grootste winst van het opgeven van verwijten en loslaten van mijn loden last, het terug krijgen van mijn kracht is. Is dat zo? Betekent dit dat de keuzes die ik maak de sleutel zijn?” Vroeg hij hoopvol.

“Dat klopt, en de nieuwe keuzes die je vandaag gemaakt hebt zijn je aan het aarden in je kracht,” zei ik hem.

“Dus de kracht die ik was kwijtgeraakt door het spelen van het slachtoffer wordt weer volledig beschikbaar voor me zodat ik mijn leven bewust, opnieuw kan creëren? Wauw, alleen al denken dat ieder deel van mij in harmonie is met Liefde en van daaruit creëert is opwindend!” Sprak hij uit.

“Ja, en het is werk. Het is niet iets dat gebeurt in een enkel moment, maar een proces dat resulteert uit het verantwoordelijk zijn voor wat jij hebt gecreëerd in je leven. Onthoud goed dat de Waarheid veilig en helend is. Nu je bewust bent geworden van gedragspatronen die je niet dienen, ben je in de positie om ze te veranderen. Dat is kracht !

SLEUTELGEDACHTE – Als je ervoor kiest om bewust te worden van gewoontes en neigingen die je niet dienen, ben je in de positie om ze te veranderen. Dat is Kracht !

“Het klinkt alsof je dacht dat je alleen maar in je kracht kon gaan staan door slachtofferschap, óf door vijandigheid.”

“Dat is precies wat ik altijd dacht. Zonder mijn woede, was ik machteloos,” vertrouwde Richard mij toe.

“Vijandigheid is een van de meest verslavende en schadelijke drugs die er is. Iedere persoon die zich hiermee inlaat heeft zijn dosis nodig om de pijn onderdrukt te houden. Degene die verslaafd zijn aan deze drugs moedigen anderen aan om hetzelfde te doen omdat zij zelf nog niet zijn aangegaan wat ze onderdrukt hebben met hun eigen woede. Vaak wordt er gezegd, we hebben het ‘recht’ op onze woede. Deze rationalisatie wordt gebruikt om vast te blijven houden aan deze vorm van zelf-misbruik. We moeten bereid zijn om dat, wat we in onszelf verstoppt hebben aan te gaan om het gebruik van deze drugs te stoppen zodat genezing kan plaats vinden.

“Waar heb je het over?”

“Wordt pijn onderdrukt door drugs?” Hij knikte. “Als je iemand observeert die extreem vijandig is, zal je altijd diepe emotionele pijn vinden. Vijandigheid creëert chemicaliën in het lichaam die pijn onderdrukken. Het ‘gebruiken’ van vijandigheid is hetzelfde als ieder andere drugs. Als iemand stopt met hun verslavende substantie, in dit geval de interne chemie geproduceerd door vijandigheid, zullen er ontwenningverschijnselen optreden als de onderdrukte pijn boven komt drijven. Dit is vaak het punt waar het smachten zo sterk wordt dat velen terugkeren naar de leverancier voor een nieuwe dosis.

“Een van de grootste uitdagingen voor de vijandigheid-verslaafde is dat de leverancier intern is, een lastige stalker om het contact mee te verbreken. Vijandigheid moet op dezelfde manier behandeld worden als alle andere drugs – het gebruik moet stoppen – als je echt vastbesloten bent om te herstellen. De andere uitdaging is dat de maatschappij de ‘instaat-steller’ is.”

Richard kuchte. “Wat bedoel je, instaat-steller? Wat is dat?”

“In de traditionele drugs en alcohol behandeling, is de instaat-steller de persoon die de gebruiker ondersteunt door hem in te dekken of hem te assisteren bij de gewoonte. Bijvoorbeeld, een echtgenoot die zichzelf volledig van de kaart drinkt in het weekend hoeft geen verantwoording te nemen voor zijn slechte prestaties op het werk als zijn vrouw zijn baas belt en excuses voor hem verzint. Als er van hem gevraagd wordt naar zijn baas te gaan om toe te geven dat hij een kater had, zou hij de gevolgen van zijn gedrag zelf ondervinden. Hij zou ontslagen kunnen worden als zijn baas wist wat er aan de hand was.”

Hij fronste. “Als zij hem niet zou indekken, zou er geen salaris binnenkomen en zal haar familie verhongeren.”

“Dat is een geweldige rationalisatie, heel veel gebruikt door mensen die hun problemen niet onder ogen willen komen. Ze rechtvaardigen verslavend gedrag en tolereren het als noodzakelijk door dit soort gedachten. Ik nodig je uit om met een vrouw te praten die in zo’n situatie geleefd heeft. Als je zou kunnen berekenen wat de kosten zijn van haar mentale, fysieke en emotionele schade, de druk op de kinderen en andere aspecten van haar leven, zou het enorm zijn. De impact van deze angst is niet te overzien. Iedereen verdient het om in een zachte, Liefdevolle omgeving te leven waar vitaliteit, vreugde, en vrede normaal zijn. Al het andere is een belediging voor de menselijke ziel. Met hulpmiddelen, is het voor iedereen mogelijk om zo’n leven te creëren.”

SLEUTELGEDACHT – Iedereen verdient het om in een zachtaardige, Liefdevolle omgeving te leven waar levensvreugde, vrede en vitaliteit normaal zijn. Alles wat minder is dan dit is een belediging voor de menselijke spirit.

“Ik zie wat je bedoelt met instaat-stellen en ik begrijp dat het leven anders geleefd kan worden. Maar ik begrijp niet wat je bedoelt met de maatschappij is de instaat-steller, of de samenleving maakt het mogelijk.”

“Ieder systeem dat gewelddadig gedrag laat overkomen als acceptabel, wenselijk of zelfs nodig, maakt het mogelijk voor mensen om door te blijven gaan met dit gedrag. Mensen ondersteunen vaak gewelddadig gedrag in de wereld zonder zich te realiseren dat er andere opties zijn, dat er iets aan te doen is. Ze komen niet voor zichzelf op en laten hun hart niet spreken, ongeveer hetzelfde als jouw ervaring als kind toen je de familieproblemen voor jezelf hield.

“Net zoals de vrouw die de mishandeling van haar alcoholverslaafde echtgenoot accepteert zodat ze haar levensstijl kan blijven ondersteunen, rationaliseert de samenleving dat vijandig gedrag nodig is om de eigen overleving te verzekeren. De vraag, ‘Hebben we echt vijandig gedrag nodig om onze samenleving te behouden?’ is een onjuiste vraag. Vijandigheid is een integraal deel van onze huidige cultuur. De echte vraag die we onszelf zouden moeten stellen is: ‘Is het aspect van onze ‘samenleving’ dat geweld nodig heeft, het waard om te blijven ondersteunen?’”

“Hoe stelt de maatschappij mensen in staat om vijandig te zijn?”

“Richard, denk aan de functies en banen die in onze cultuur bestaan, die vijandigheid ondersteunen als normaal en acceptabel gedrag. Vaak wordt de pestkop niet alleen getolereerd, maar verwelkomt. Veel bureaucratie wordt gevoed door vijandigheid. Meer dan vijftig procent van het nationale budget wordt besteedt aan de oorlogsmachine. Hoeveel van deze activiteiten zijn het resultaat van een gewelddadige opvoeding, denk je?”

“Waarschijnlijk de meerderheid. Hoe denk je dat deze gewelddadige patronen zijn begonnen voor de meeste mensen?” Vroeg Richard.

“Veel kinderen worden opgevoed in huizen waar verbaal, fysiek en emotioneel geweld normaal is. Ze gaan ervanuit dat mishandeling een deel van het leven is. Meestal haten ze het misbruik en hun misbruikers, maar mensen neigen te worden wat ze haten. Dan dragen ze dit uit naar de maatschappij welke hun ondersteunt door banen en functies aan te bieden waarmee je met vijandigheid je geld kan verdienen, dus blijven de patronen uit de kindertijd behouden. Door deze uitvoeringen, vervult de maatschappij de rol van ‘instaat-steller’ en is de cirkel rond. Klaar om doorgegeven te worden aan de volgende generatie. De misbruikte, die nu de controle hebben, neigen zelf misbruikers te worden. Maar mishandeling wordt niet ineens gezond gedrag omdat het geïnstitutionaliseerd en geaccepteerd is waardoor het er ‘normaal’ uit ziet.

“Nou, het is wel noodzakelijk om jezelf te beschermen en terug te vechten,” bracht hij in als tegen argument.

“Het is het deelnemen aan dit soort denken dat er zorg voor draagt dat geweld de norm is geworden in onze cultuur. Mensen gaan volledig op in wat ze doen, ze zien hun eigen krankzinnigheid niet. Wees er zeker van dat het in vroegere samenlevingen die geregeerd werden door ‘boze goden’ heel normaal werd gevonden om af en toe een jonge vrouw op te offeren. Het martelen en verbranden van mensen was helemaal niet raar in het geloofssysteem van de kruisvaarders – het was een ‘redelijke’ manier om zielen te redden. Als ‘reden’ niet bewust wordt aangestuurd, kan het alles dat het bedenkt of besluit te doen, rechtvaardigen.

“We leven in een wereld waar moord, oorlog en geweld, gerechtvaardigd en goedgekeurd worden. Verbale, fysieke en emotionele mishandeling zijn in veel relaties en families standaard geworden. Ouders halen uit naar hun kinderen; leraren vinden het ‘redelijk’ in de naam van ‘discipline’ om verbaal te mishandelen, aan te vallen, en kinderen te vernederen die ze ‘onderwijzen.’ Het komt steeds vaker voor dat zelfs kinderen aan het moorden slaan.

“In de media verschijnen programma’s die ‘kleine gewelddadigheden’ tonen als acceptabel. Familieleden die elkaar vernederen – aanval, sarcasme en kleinerend gedrag worden neergezet als grappig en normale menselijke communicatie. Vraag je jezelf wel eens af waarom de scheidingspercentages zo hoog zijn? Gezonde evenwaardige relaties worden zelden gepresenteerd of als model gebruikt in de wereld of media.”

“Het lijkt wel alsof ik met mijn kop in het zand heb gezeten!” Zei Richard, terwijl hij zocht naar woorden. “Ik heb er nooit over nagedacht hoe oude generaties en de media ons beïnvloeden. Ik heb nooit het idee gehad dat de wereld ook gewoon heel anders zou kunnen zijn. Ik heb er nooit bij stilgestaan dat mijn vijandigheid bijdraagt aan de dynamiek van gewelddadigheden in de wereld.”

“Kijk eens goed om je heen, je bent niet alleen, Richard. Deze kleine gewelddadigheden worden nauwelijks gezien als kwetsend doordat de meeste mensen getraind zijn om deze vormen van belediging van de menselijke integriteit als ‘grappig’ en acceptabel te zien. Binnen het kader van de monumentale en grote gewelddadigheden die onze wereld vertoont, worden de ‘kleine gewelddadigheden’ gezien als onbeduidend. Ik geloof dat ze bijdragen en samenkomen in de destructieve rivier van geweld die zo superieur is in onze cultuur.

“In mijn ervaring is de reden voor de grote gewelddadigheden het feit dat we overal geweld en vijandigheid zien – geweld in gedachte, woord en daad. Geweld en vijandigheid in het gezinsleven wordt voor een groot deel genegeerd, al staat dit wel aan de basis van alle conflict, scheidingen, moord en oorlog. Kinderen en volwassenen zijn zo verward over wat ‘redelijk’ is, dat ze niet eens weten wanneer ze een ander schaden, geschaad worden of zichzelf schaden. Het einde van deze krankzinnigheid op onze planeet begint als ieder van ons hulpmiddelen vindt en toepast om het geweld dat we onszelf en anderen aandoen te helen. Vrede is geen doel, het is de weg naar gezond verstand en genezing.”

SLEUTELGEDACHTTE – De middelen die gebruikt worden om een resultaat te produceren, produceren altijd een resultaat dat hetzelfde is als... De gebruikte middelen.

“Angst en geweld zijn bij ons allemaal zo’n groot deel geweest in de gehele geschiedenis, Michael. Ik wil net zoals iedereen in vrede leven, maar denk je echt dat je alle krankzinnigheden in de wereld kan elimineren met deze hulpmiddelen? Klinkt als een onmogelijke droom.”

“Geloof jij dat angst natuurlijk is voor ons als menselijke wezens?” Ja, zei Richard. “Ik denk dat we onszelf een leugen hebben verteld. Ik geloof dat het tijd is om deze leugen te doorzien en diep in onszelf te kijken! Het is tijd om de structuren te genezen die mentale, emotionele, spirituele, verbale en fysieke mishandeling ondersteunen. Vijandigheid en geweld in iedere vorm, binnen families, gemeenschappen en landen moet stoppen als de mensheid wil overleven, laat staan in vrede leven. Het nemen van verantwoordelijkheid voor je eigen vijandigheid en het weigeren toe te geven aan de neiging om aan te vallen iedere keer als deze ‘automatische’ impuls in je verschijnt is één van de sleutels tot heling en vitaliteit.

“Een schrikbarend geloof dat door veel mensen wordt vastgehouden is dat vrede niet mogelijk is en zelfs niet wenselijk. Dat geweld niet alleen natuurlijk is, maar ook nodig! Dit komt uit een geest die niet bereid is om verantwoordelijk te zijn voor de eigen pijn en deze niet aan wil gaan om te genezen. Zo’n geest bevordert dit gestoorde en barbaarse dogma. ‘Vrede is niet mogelijk’ is het rationaliseren van gewelddadigheid door hun die hun eigen gedachten, woorden en daden niet kunnen of willen controleren. Ik herinner me iets dat mijn zoon tegen mij zei op achtjarige leeftijd. ‘Waarom worden mensen vermoord om te laten zien dat moorden verkeerd is?’

SLEUTELGEDACHTTE – Einstein verkondigde dat je een probleem niet kan oplossen met dezelfde denkwijze waarmee het gecreëerd is. De vijandige geest is gestoord en kan zijn eigen problemen niet oplossen. Ze kunnen alleen opgelost worden vanuit een denkwijze doordrenkt met Liefde.

“Laten we dapper zijn en ons leven terug claimen door het ondenkbare te doen...
Alles in twijfel trekken.”

Richard en ik besloten om de benen te strekken en een wandeling langs het meer te maken. Een flinke wandeling naar de top van de heuvel deed ons puffen maar verfriste ons door de schone Ozark lucht.

17 – HET LICHAAM HEEFT EEN EIGEN INTELLIGENTIE

Toen we terugkwamen van de wandeling, was het onderwerp van onze discussie, resonantie en de geest. Ik legde uit dat de Wet van Resonantie een wet is die alle energievelden regeert. De Wet van energie-uitwisseling.

“Wat is resonantie?” Vroeg Richard.

“Stel je voor dat ik een lage ‘C’ stemvork in mijn hand hou en ik breng een tweede, vibrerende lage ‘C’ vork in de nabijheid. Wat gebeurt er dan?”

“De eerste vork zal gaan vibreren; Ik herinner me dit experiment nog van natuurkunde op de middelbare school,” antwoordde hij.

“En wat gebeurt er als ik een vibrerende ‘F’ stemvork erbij breng?”

“Er gebeurt niets,” bracht hij in. “De twee stemvorken vibreren op verschillende frequenties en zijn daarom niet in harmonie met elkaar. De eerste vork zal niets registreren.”

“Dus, als er geen resonantie is – is er geen energie-uitwisseling! Alleen als twee velden in harmonie zijn met elkaar is er een uitwisseling van energie tussen deze. Als ze in elkaars bereik komen, brengt het sterkere veld iets van zijn energie over aan het zwakkere veld, welke versterkt wordt. Dit is dezelfde wet die de functie van de geest regeert,” voegde ik toe.

“Wat bedoel je met, ‘de geest regeert?’” Vroeg hij verbaasd.

“Laten we het demonstreren,” stelde ik voor.

“Denk niet aan de kleur van je auto,” instrueerde ik. Hij keek een beetje verbaasd. “Waar denk je nu aan?”

“Mijn blauwe auto. – Resonantie, neem ik aan?”

“Het kan niks anders zijn,” zei ik.

“Maar ik had kunnen besluiten om ergens anders aan te denken als ik dat had gewild,” antwoordde Richard meteen terug.

“Ja... Maar niet zonder eerst te besluiten níet aan je auto te denken – wat in werkelijkheid IS... Aan je auto denken,” zei ik met een glimlach. “Met mijn woorden creëer ik een energieveld. Stel je voor dat je geest een dossierkast of een harde schijf is. Je hebt hierin een map over ‘auto’s.’ Mijn woorden resoneerde met die map in je geest. Op dezelfde manier waarop stemvorken met elkaar resoneren en energie of informatie uitwisselen, werd je geest gestimuleerd tot ‘gedachten’ over je auto. Dit is helemaal geen denken, maar simpelweg resonantie. Het is de wet die ieder proces in je geest regeert. Woorden zijn bepaalde frequenties die geproduceerd worden door de menselijke stem. Onze woorden resoneren met alle informatie van gelijke frequentie, in de geest die het hoort. Ik noem dit het mapbestand-effect. Laat me dit idee verder aan je uitleggen.

“Alle informatie die relateert aan allerlei onderwerpen is opgeslagen in een ‘map,’ met soortgelijke informatie. Als je een paar hersencellen activeert in deze map, creëert het een energieveld dat ervoor zorgt dat alle andere hersencellen in die map geactiveerd worden.

“In mijn workshops, demonstreer ik het map-bestand-effect door te vragen aan het publiek of ze een vraag willen beantwoorden en hun antwoorden direct en luidkeels willen roepen zodat het gehoord kan worden. Dan vraag ik, ‘Wie is het vriendje van Ieniemienie uit Sesamstraat?’ Meestal hoor ik Tommie, soms Pino, of Ernie.

“Ik begrijp waarom het publiek dit antwoord, Michael, maar wat heeft dat te maken met resonantie?”

“Toen ik vroeg naar het vriendje van Ieniemienie uit Sesamstraat, ging in iedere aanwezige geest de map ‘sesamstraat’ resoneren als gevolg van de vibratie uit mijn stem. Iedere geest levert zijn eigen interne realiteit, welke niet afhankelijk is van mijn stem, maar wat mijn woorden resoneren in ieder persoon in het publiek. Iedereen hoort dezelfde woorden, maar de interne realiteit die getriggerd wordt is totaal afhankelijk van wat er opgeslagen ligt in de hersencellen en welk antwoord het dichtst bij de oppervlakte ligt in de map die geresoneerd wordt. De waargenomen realiteit komt altijd voort uit de inhoud van de geest die luistert, net zoals, de betekenissen die we geven aan het leven.

“De wet van resonantie zegt dat er energie van mijn stemgeluid wordt overgedragen naar de hersencellen van de luisteraar die een realiteit bevatten van Ieniemienie-Sesamstraat. Als de hersencellen deze energie ontvangen, activeren ze een interne vibratie in die map. Alle andere hersencellen in de map worden gestimuleerd en geactiveerd, vandaar worden Pino, Tommie en Ernie de mogelijke antwoorden. Dit is een uitwerking van het map-bestand-effect.

“Als in jouw map over ‘Sesamstraat,’ Pino, Ernie of iets anders dichterbij de oppervlakte ligt dan Tommie, wordt dat je antwoord, ook al zou het iets zijn dat niet direct gerelateerd is aan de vraag. Sommige mensen noemen deze automatische reactie ‘denken’! Ik vermoed dat het ons zal verbazen als we echt wisten bij hoeveel mensen hun hele leven geregeerd werd door dit proces. Geregeerd en gelimiteerd door de geest van het lichaam.

“Het map-bestand-effect is niet denken, het is alleen het stimuleren van informatie in hersencellen. Het is informatie dat cirkelt in de geest van het lichaam als reactie op inbreng – woorden, beelden, geluiden, symbolen, impulsen of sensaties.

Richard leek geïntrigeerd door dit concept en leunde naar voren terwijl hij sprak. “Bedoel je dat alles wat hersencellen activeert een katalysator kan zijn voor het map-bestand-effect?” Vroeg hij.

“Ja, en als we worden beheerd door dit proces, worden we beheerd door het verleden. Herinner je nog... Het verwijderen van realiteiten uit een geest wordt Vergeving genoemd en dit is de sleutel om je leven weer in eigen hand te nemen.

Het ontwikkelen van de vaardigheid om de inhoud van je geest te beheren maakt iemand meester van zijn of haar eigen geest.

“Richard, heb je ooit iets gedaan dat je helemaal niet wilde doen?” Vroeg ik.

“Ja helaas wel, meer dan ik durf toe te geven!”

“Waarom?”

Er was een moment van aarzeling voordat hij sprak. “Angst, denk ik. Ik wist niet beter, of misschien woede, meerdere beweegredenen, denk ik.”

“De enige reden dat we ooit iets doen is omdat we een realiteit hebben in onze geest die ons stuurt naar bepaalde gedragingen. Een jong kind, met beperkte realiteiten in zijn geest, kan bijvoorbeeld een antieke vaas kapot gooien. Is het kind destructief? Nee. Hij heeft simpelweg niet de realiteit in zijn geest om hem te begeleiden in wat wij als juist handelen zien in het omgaan met iets breekbaars.”

Richard dacht even na en maakte een intelligente observatie. “Bedoel je, als hem herhaaldelijk werd verteld, als gevolg van zijn onwetendheid hoe met zoiets om te gaan, dat hij slecht en destructief was, die woorden een realiteit in zijn geest kunnen creëren? Mijn God! Die realiteit zou zijn hele leven kunnen beheersen en sturen?”

“Als het kind geen toegang heeft tot het hulpmiddel van Vergeving, om die realiteit ongedaan te maken, is er een grote kans dat hij zijn hele leven destructief zal zijn. Overtuigd dat hij slecht geboren is. Er zijn natuurlijk helemaal geen slechte kinderen, maar veel ‘slechte kinderen’ zijn het product van ouders en een cultuur die niet beter weten en ook niet hun rol begrijpen in het structureren van realiteiten in de geest van het kind. De wereld zou in één dag veranderen als de media dit zouden begrijpen en hun verantwoordelijkheid zouden nemen voor de realiteiten die ze aan kinderen voeden en de bijbehorende doelen die ze presenteren in hun onschuldige geest.”

SLEUTELGEDACHTTE – De geest is alleen maar in staat om te reageren vanuit de programmering die erin gebracht is. We kunnen de realiteiten die ons niet dienen ontmantelen door Ware Vergeving te leren.

Hij leek geschrokken. “Dit verklaart waarom er zoveel geweld en criminaliteit is in de wereld. Er is een gezegde dat zegt, ‘het vereist een complete gemeenschap om een kind op te voeden.’ Het lijkt mij dat iedere interactie met de gemeenschap een invloed heeft op welke realiteiten er gecreëerd worden in het kind. Dat is een grote verantwoordelijkheid.

“Ik dacht altijd dat ouders die goed in de gaten houden wat hun kinderen doen en met wie ze contact hebben, over-beschermend waren. Misschien beseffen die ouders de potentiële contributie die de gemeenschap kan hebben in het creëren van de realiteits-structuur in hun kind. Dit verklaart ook goed waarom kinderen die afgesloten zijn van een gezonde gemeenschap, zij het school of buurt, in de problemen komen. Ik ga iets doen met wat ik vandaag heb geleerd, om het bij kinderen, ouders en leraren te introduceren.” Hij klonk vastbesloten.

“We helpen je graag in je streven hiernaar op iedere manier dat we kunnen, Richard. Veel mensen die dit werk bestuderen worden leraren ervan. We nodigen iedereen uit die voelt dat het zijn of haar doel is om deze hulpmiddelen te leren aan anderen en willen ondersteunen in de belofte van onze familie om dit werk beschikbaar te maken voor iedere ziel op de planeet. Laten we kijken naar de volgende stap in het begrijpen van het map-bestand-effect.

“Woorden kunnen gebruikt worden om bestanden en realiteiten te activeren, en ze in elkaar te ‘haken’, bij wijze van spreken. Hoeveel tijd kost het om realiteiten te verbinden met elkaar zodat ze gezamenlijk geactiveerd worden?.. ‘Denk niet aan een paarse krokodil.’ Flauw voorbeeld misschien, maar als ik je zie in een week, maand of jaar en tegen je zeg ‘Denk niet aan een paarse _____,’ Wat zal er in jouw geest opkomen?”

[Het boek illustreert hier hoe bestanden gekoppeld worden in de geest.]

“Krokodil natuurlijk, maar waarschijnlijk herinner ik me dat niet over een jaar,” zei Richard afkeurend.

“Dat mag misschien waar zijn, maar dit illustreert het punt dat ik wil maken. Een van de dingen die een situatie of gebeurtenis in het lange termijn geheugen brand is emotie. En herhaling drijft de energie nog dieper in de geest. Laten we kijken naar een typisch voorbeeld. Stel je eens voor dat de volgende conflicterende ideeën gezegd worden tegen een jonge jongen in de eerste tien of twintig jaar van zijn leven. En wel op een schreeuwende en straffende manier, ‘seks is vies’ en je moet het ‘bewaren voor degene waar je van houdt.’ Betrek nu het map-bestand-effect hierbij... Wat voor resultaten verwacht je te zien van deze verbindingen in zijn geest?”

“Klinkt als vruchtbare grond voor krankzinnigheid,” flapte hij eruit.

“Je slaat de spijker op zijn kop! Totdat hij deze realiteiten die in conflict zijn met elkaar, Vergeeft in zijn geest, zal alles dat resoneert met seksualiteit het volgende activeren. ‘Seks is vies, bewaar het voor degene waar je het meest van houdt.’ De energie die resulteert uit deze realiteiten zal waarschijnlijk veel verwarring in hem veroorzaken. Wanneer hij door resonantie onder de invloed van deze bestanden is. Zal hij schuld, conflict en straf ervaren. Zie je nu waarom negativiteit en straffend gedrag in een huwelijk naar voren komen en het in geweld resulteert? Veel mensen doen er alles aan om alles te blijven controleren, zodat ze ‘lang en gelukkig’ kunnen leven, wat nog een gedachte is die gekoppeld wordt aan relaties. Dit leidt naar nog meer verwarring. Iedere basis-realiteit in deze bestanden is met sterke emotie beladen en gekoppeld aan elkaar. Hoeveel kans op een gezond huwelijk denk je dat deze persoon heeft? Welke realiteiten zullen getriggerd worden in zijn echtgenote, als je van het map-bestand-effect uitgaat?”

“Ik vermoed dat het er heftig aan toe zal gaan, net zoals in mijn huwelijken,” antwoordde hij grimmig.

“Precies! Verwarring zal het resultaat zijn. Stel je twee mensen voor... In een huwelijk, ieder met soortgelijke realiteiten, en ze resoneren voortdurend dit soort hersencellen bij elkaar?”

“Je bedoelt zoals mijn huwelijken? Verschrikkelijk! Het is gewoon ziek! Scheiding, pijn, haat en wraak. Het is alsof je in een oorlog zit!” Richard huilde van woede en verdriet. Ik zat stil en behield een liefdevolle ruimte terwijl hij bijzonder diepe emoties verwerkte.

SLEUTELGEDACHT – Des te meer we in staat zijn om Liefde voor elkaar te presenteren, des te sneller zal onze genezing voltrekken.

Ik had bewondering voor zijn moed bij het aangaan van diep begraven onderwerpen. Ik dacht erover hoe zovelen van ons pas naar onszelf gaan kijken als we echt niks anders meer kunnen. Ik vermoed dat dit zo is, doordat we getraind zijn om onze pijn te onderdrukken waardoor een crisis nodig is om ons uit de onbewustheid te halen, en eindelijk onze aandacht gaat waar het naartoe moet. Ik verzekerde hem dat het veilig is om aan te gaan en te voelen wat naar boven komt en dat dit is, hoe genezing gebeurd. Richard uitte zijn opluchting en vertrouwde mij toe dat die sinds zijn kindertijd niet meer van zulke diepe emoties had gevoeld. Zijn gezicht ging stralen nadat het verdriet dat het eerder liet zien wegebde.

We breiden ons voorbeeld uit, en we verwonderde ons of het ook zo moeilijk zou zijn, voor een echtpaar dat afgelegen in de natuur en de stilte woonde om waarlijk met elkaar te verbinden. Richard deelde, “Als ik kijk naar mijn ervaringen met intieme relaties, zou zelfs dat moeilijk zijn.”

“Ik stelde voor dat we hetzelfde stel zouden inbeelden in het hart van New York... Het omgaan met elkaar en de complexiteit van hun interactie. “Breng dit allemaal bij elkaar, in de context van het map-bestand-effect dat voortdurend geactiveerd wordt door alle stimulans van een grote stad.

“In de stad, worden hun zintuigen continu gebombardeerd door film, televisie, mensenmassa’s, tijdschriften, kranten, reclameborden, reclame in etalages, op bussen en auto’s. Deze media bombarderen continu de geest van de man en vrouw met verborgen sluipreclame en grafische beelden, die angst, schuld, seks, geweld, haat, drugs, alcohol en mishandeling stimuleren. Als er in hun geest krachtig beladen emotionele realiteiten zitten die relateren met een van deze onderwerpen, en deze worden continu geactiveerd door resonantie, hoe gezond kunnen ze dan zijn? Verbaasd het je nog dat mensen naar drugs en alcohol grijpen om het allemaal aan te kunnen?”

“Dit is echt bizar, Michael! Je beschrijft mijn leven, en het leven van bijna iedereen die ik ken. Dit is zo gigantisch probleem in de wereld dat het voelt alsof het te groot is om veranderd te worden!” Zei Richard empathisch.

“Dat is hetzelfde geluid als de hersenspoeling in de wereld, welke zegt, ‘Je bent machteloos en hebt geen controle over wat er gebeurt. Je bent slechts één persoon, dus waarom geef je het niet op en doe je hetzelfde als iedereen, wees realistisch.’ Ik nodig je uit om goed te overwegen dat het enige wat jij hoeft te doen, je eigen deel is, Richard. Je hebt net zoveel kracht als ieder ander mens dat ooit heeft geleefd. Jij bent in staat om hier doorheen te breken en veranderingen aan te brengen, innerlijk en uiterlijk!

“De eerste stap om mensen te overtuigen het niet mogelijk is om te veranderen, is de overtuiging dat pijn normaal is – **dat is het niet!** Als pijn eenmaal geaccepteerd is in een geest, kan het door het mapbestand-effect iedere realiteit in de geest hieraan koppelen bij het gebruik van woorden en beelden.... – en ieder beeld waar pijn aan gekoppeld is, wordt verstoort! Des te sterker het medium, waarmee de boodschap gebracht wordt, des te groter de invloed in het verstoren van de geest.

“Richard, net zoals je goed naar jezelf moet kijken voordat je kan genezen, stel ik voor dat we allemaal eens gaan kijken naar hoe wij, als menselijke wezens, de krankzinnigheid in de wereld hebben geschapen. Ik weet dat het heel groot lijkt als we in deze onderwerpen duiken, maar overdonderd zijn is gewoon een andere stap in het helingsproces.

“De onderwerpen die we zojuist hebben besproken staan aan de basis van al het misbruik dat we aanrichten en ervaren in onze relaties, families, gemeenschappen, en onze wereld. Ze zijn de bron van de verwarring die mensen leidt naar daden van geweld, scheidingen, haat, wraak, criminaliteit en oorlog. We moeten deze innerlijke dynamieken veranderen in onszelf als we in voorspoed en overvloed willen leven, wat onze ware bedoeling is.”

“Je bent me kwijt. Ik weet niet eens waar je het over hebt! Hoe verander je dynamieken en patronen die zo diep zitten?” Vroeg hij.

“Vergeving! Dit gereedschap van genezing stelt ons in staat om verstoorde realiteiten uit onze geest te verwijderen. Ik heb het nu over alle realiteiten die we geaccepteerd hebben, die ons in verwarring brengen. Zoveel mensen zijn in bepaalde realiteiten gevangen. Zoals ‘Seks is vies, bewaar het voor degene waar je het meest van houdt,’ en andere gestoorde gedachtepatronen. Het lijkt net alsof alle relaties en families in onze cultuur, vervloekt zijn. Ware Vergeving van alle pijnlijke realiteiten is waar onze genezing is. Als we weigeren om ons helingswerk te doen, blijven we makkelijk manipuleerbaar en zelfs controleerbaar door iedereen die onze ‘gevoelige snaar’ kan raken.

“Ik refereer naar de basis vaardigheid om realiteiten die ons niet dienen te verwijderen uit onszelf. Ik wil niet kleinerend overkomen, Richard. Maar het overweldigende gevoel dat je nu hebt, is precies wat ik bedoel. Door al onze gesprekken vandaag, hebben we al deze realiteiten geresoneerd in jou. Merk op, dat het een geweldig mooie herfstdag is. We zitten veilig en wel in de tuin. We hebben heerlijke, frisse, schone lucht om in te ademen. Het enige verschil tussen nu, en het begin van ons gesprek, zijn de realiteiten die in je geest actief zijn. Weet dat er niets is veranderd in de wereld. Het enige wat is veranderd, is wat er speelt in je geest. Je bent hierdoor overdonderd. Dit is het begin van een intens verwerkingsproces die waarschijnlijk nog vele maanden zal doorzetten. Een beetje overweldigd zijn is te verwachten.”

“Oké, ik kan dat accepteren, maar ik begrijp niet precies wat er gebeurt. Waarom al deze verwarring?” Vroeg hij.

“Richard, De aard van gedachten is energie en dus, volgen ze de wetten van energie. Ik vermoed dat ze ‘golf’ en ‘deeltjes’ eigenschappen hebben, net zoals licht. Als ik een rood, blauw en groen licht op een wit vlak schijn, wat zie je dan?”

“Ik zie een rood, groen of blauw licht dat gereflecteerd wordt als je ze één voor één schijnt, of, als je ze allemaal tegelijk op één plek schijnt een mix van de kleuren,” hij antwoordde met zijn wenkbrauwen omhoog en een raadselachtige blik.

“Blijf er bij, ik ben een punt aan het maken,” zei ik. “Als realiteiten geresoneerd worden in een geest, zijn hun eigenschappen net zoals het licht. Als ze één voor één naar boven komen, zoals het licht, is er helderheid in de gedachten van die realiteit en verwarring zal niet mogelijk zijn. Als er echter meerdere conflicterende realiteiten gelijktijdig opkomen, zoals de drie lichten tegelijk, zal er een vermenging zijn – een verwarring in de gedachten die de conflict-realiteiten genereren.

“Richard, ik ben vandaag ook gewaar geworden van een paar onderwerpen in mijzelf die verwerkt en geneeld mogen worden. Ik ben er zeker van dat er in jou ook realiteiten zijn getriggerd om te verwerken. Totdat je de conflicten verwijderd, en je realiteits-structuur voor jezelf verhelderd is, zal verwarring aanwezig zijn.

“Nou, het map-bestand-effect vraagt veel van me op dit moment. Als een gesprek als deze zoveel gevoel en emotie teweegbrengt, hoeveel kans maakt de gemiddelde persoon dan in zijn leven?” Vroeg Richard.

“De meeste mensen geven zichzelf niet de kans of ruimte om zo diep in zichzelf te kijken. Ze houden zichzelf verdoofd en rennen maar door, zonder gehoor te geven aan hun gevoelens. Als verborgen emoties omhoog komen tijdens het eten, zal een borrel of een suikerbom-toetje ervoor zorgen dat deze gevoelens onderdrukt blijven. Als de drugs van de vorige avond veroorzaken dat iemand moeite heeft met ontwaken, starten mensen op met cafeïne, nicotine en/of suiker. Dit gedrag is zo normaal geworden dat het niet gezien wordt voor wat het is – verslaving en onderdrukking. ‘Druk, druk, druk’ is nog een drugs in onze cultuur die gebruikt wordt om te vermijden dat we naar onszelf kijken.

“Er zullen lagen van verwarring omhoog komen als je je werk doet en dit is wenselijk. Als conflicterende realiteiten naar boven komen en je vergeeft ze, zullen nieuwe niveaus van helderheid en persoonlijke kracht verschijnen. Dit gebeurt niet als je je eigen energie of drugs gebruikt om alle ongewenste problemen te vermijden of te verdoven. Genezing zal plaatsvinden, als je de pijnlijke realiteiten aangaat. En de realiteiten waar de meeste mensen niet naar willen kijken of onderdrukken, laat vallen.”

“Je geeft me hoop, Michael. Het lijkt een gigantische klus, maar de oude manier van leven heeft niet gewerkt voor mij, dus waarom niet alles anders doen?” Richard zijn energie nam iets toe en ik vroeg hem waarom. “Nou, ook al heb ik mezelf in een behoorlijk diepe put gegraven, ik begin een uitweg te zien. Ik besef de oorzaken en de oplossingen voor de krankzinnigheid die ik mijn hele leven heb ervaren. Ik zie een licht aan het einde van de tunnel, en deze keer is het niet een trein. Ik geloof dat ik nu echt vrede kan vinden in wat er allemaal gebeurt is,” zei hij enthousiast. “Ik ben eindelijk een keer in een staat van besef, waarin ik een degelijke, Liefdevolle relatie kan creëren met behulp van deze hulpmiddelen.”

SLEUTELGEDACHTTE – We moeten de staat bereiken waarin we ons leven ‘nu’ kunnen veranderen, zodat we de toekomst kunnen veranderen.

“Het doel van dit werk is mensen in staat stellen bewust te worden van alles wat er speelt in hun leven. Mensen die geen bewust meesterschap over hun geest hebben zijn kwetsbaar om geprogrammeerd te worden door anderen in iedere reactie op iedere situatie.

“Als het er op aankomt de beslissing te nemen om wel of niet aan de slag te gaan hiermee, Richard, wat kun je eigenlijk nog anders? Als je eenmaal helder ziet dat je hele leven voortvloeit uit je innerlijke dynamieken, hoe kan je anders nog doorgaan, behalve dan met volledige toewijding hieraan, vooruit bewegen?”

“Ik kan ook gewoon in een hoekje kruipen, een kluizenaar worden in de bergen. Ik zou gewoon kunnen stoppen met dit hele gedoe!”

“Ja, dat is waar, maar dat zou mij vertellen dat je niet echt gehoord hebt wat ik zeg, of nog niet genoeg hersencellen hebt aangemaakt om te zien dat je echt iets kan doen aan je eigen leven en de wereld. Het komt wel vaker voor dat ik mensen spreek die tien of vijftien jaar geleden op mijn workshops waren. Ze vertellen me vaak dat ze vonden dat ik gestoord was, maar toch, één uitspraak of idee bleef hangen. Toen zagen ze voorbeelden hiervan in hun leven en daardoor ging de knop om. Ze besloten dat ze meer moesten weten over de principes van dit werk.

“Net zoals de parabel over het zaaien van de zaden. Zelfs als iemand helemaal geen ‘tuinwerk’ verricht in zijn of haar geest, vroeg of laat nemen deze ideeën hun eigen plaats in de geest om daar een paar zinvolle realiteiten te creëren. Deze kennis is namelijk aangeboren kennis. Ik vertel de mensen niks dat ze zelf nog niet weten. De innerlijke Waarheid moet eerst door de dikke muur breken. De muur van gestoorde realiteiten die we geaccepteerd hebben in onszelf. Als je eenmaal de krankzinnige ideeën begint los te laten en onware gedachten vrijlaat, wordt dit werk heel natuurlijk.

“Deze informatie zou eigenlijk kleutermateriaal moeten zijn, gesprekken die kinderen hebben op scholen en in de speeltuinen, maar het is totaal afwezig in onze cultuur,” Ik zei hem, “De onwetendheid over wat Liefde is, is de reden dat het zo zeldzaam is, vermoed ik.”

“Laten we eens kijken naar enkele van de vragen die je eerder hebt gesteld over Liefde, Richard.”

18 – WARE LIEFDE, MIJN TOEWIJDING

Richard en ik gingen weer verder met onze discussie over Liefde. Ik bracht naar voren dat het opnieuw definiëren van Liefde, één van de belangrijkste sleutels tot dit proces is. Ons idee over Liefde is slecht gedefinieerd, misbruikt en verstoort. Het zuiveren van de definitie van Liefde in onze geest, is een essentieel fundament in dit werk.

Twee duizend jaar geleden, werd ons geleerd dat Liefde de meest belangrijke wet is in het menselijk bestaan – dit **moet** er eerst zijn, voordat ware intelligentie tot uiting kan komen. Het leren van Liefde is niet religieus, het is het meest praktische begrip in de wereld. Een van de grootste dwalingen die wij als mens hebben gemaakt is iedere lering over Liefde laten voorkomen als religie. Veel mensen verstoten leringen over Liefde, of geven er maar kort aandacht aan, omdat ze denken dat het religieuze leringen zijn, en het is hun heel subtiel aangeleerd dat dit afgewezen moet worden.

Richard vond de ideeën over Liefde juist klinken, maar wilde weten hoe je iemand waardoor je gekwetst wordt moet Liefhebben. Hij zei in overdreven toon, “Iedereen zou toch woede en haat voelen in zo’n situatie?”

“Om Lief te hebben, dien je eerst je definitie van het woord recht te zetten. Dit mag misschien banaal klinken, Richard, maar de mensen die Liefde kunnen voelen wanneer ze worden aangevallen **weten** wat Liefde is. Zij hebben geen realiteiten in zichzelf die woede of haat bevatten.”

“Maar . . .” Onderbrak Richard.

“Blijf er even bij. Onthoud, ons doel is het lang genoeg loslaten van oude overtuigingen en manipulatieve leringen om nieuwe hersencellen te maken. Als ik straks klaar ben met spreken, en niets van wat ik gezegd heb klinkt zinvol, leg het dan naast je neer en ga verder op de oude manier.

“Liefde, in het Aramees, betekent niet dat je moet meewerken en toestaan dat je misbruikt wordt. Het betekent niet dat je alle pijn moet accepteren met een glimlach en net doet alsof alles fantastisch is terwijl het dat niet is. Liefde betekent niet dat je andere mensen niet aansprakelijk stelt voor hun gedrag. Liefde is geen passieve staat waarin je woede onderdrukt zodat je op een heilige lijkt,” deelde ik hem toe.

“Dus, het is goed om boos te worden als iemand je pijn doet!” Zei Richard vol leedvermaak. “Dat dacht ik al!”

“De realiteit in je hoofd geeft jou informatie die niet te vinden is in mijn woorden, Richard. Het is goed om boos te worden als je een stompe geest wilt hebben wanneer je met iemand communiceert,” antwoordde ik.

SLEUTELGEDACHT – Een geest zonder Liefde is “dom.”

“Wat wil je daar nou mee zeggen?” Zei Richard haast schreeuwend. “Het klinkt alsof je een spelletje met me speelt en ik vind het helemaal niet leuk!”

“Er is een oud gezegde dat zegt ‘de Waarheid zal je bevrijden,’ maar het gaat je eerst heel erg boos maken,” zei ik lacherig, in een poging om de lucht wat te klaren.

“Richard, het woord Liefde is zo verstoord geraakt in onze cultuur dat haar ware betekenis bijna verloren is gegaan. Bijna de gehele entertainment industrie laat ons geloven dat Liefde seksuele atletiek en verzadiging is. Weer andere laten ons geloven dat het zelfontkenning en opoffering is. En er zijn er ook die ons willen laten geloven dat we Liefde tonen door stilzwijgend mishandeling te ondergaan. Denk hier eens goed over na. Wie haalt er voordeel uit als wij geloven in deze bizarre definities van Liefde?” Ik hoorde haast het gekraak in het hoofd van Richard terwijl hij zocht naar een antwoord.

“Ik weet niet precies wat je bedoelt.”

“Als ik geloof dat Liefde gaat over seksuele atletiek zoals weergegeven op film en televisie,” stelde ik voor, “zou ik dan wellicht betalen voor meer zieke films en nog meer bizarre seksualiteit om verzadigt te raken? Zou het kunnen dat ik begin te denken dat wat in films getoond wordt normaal is, en zelfs gaan proberen om te voldoen aan deze realiteit waarin ik ben gaan geloven als de waarheid? Zou het een mogelijkheid kunnen worden dat ik zelfs mee wil doen aan de belachelijke gewoontes die bekend zijn in de entertainment industrie?”

“Het is nodig om te herkennen, Richard, dat het tegemoet komen aan bizarre fantasie ons nooit volledig zal bevredigen, en alleen maar zal leiden naar meer bizar gedrag. Totdat we dit zien, zullen we doorgaan met deze gedragingen en ons afvragen, ‘Is dit alles wat er is? Wat mankeert er aan mij?’ Als we pijnlijke realiteiten blijven vasthouden in ons denken, maakt het niet uit hoeveel ‘beloningen’ gebaseerd op een onjuist begrip van het leven we ontvangen, ware vreugde zal steeds aan ons ontsnappen. Ongeacht hoeveel geld, seks, macht of roem we verwerven, deze dingen kunnen ons nooit waarlijk bevredigen omdat ze leeg en vals zijn. Verzadiging doet zich voor als bevrediging, maar als het ervaren wordt, kan het niet brengen wat het eerst beloofde.”

SLEUTELGEDACHTTE – Bezit kan nooit de plaats innemen van vreugde.

Ik vertelde Richard dat ik altijd al genoten heb van het verhaal van de oude man op zijn sterfbed aan wie gevraagd wordt wat het geheim van een vreugdevol vervullend leven is. Er werd verteld dat de oude man zijn antwoord luidde, “Jarenlang heb ik gezocht naar de dingen waarvan mij verteld werd dat ze me gelukkig zouden maken, en toen besloot ik ineens om gewoon gelukkig te zijn zonder deze dingen.” Vreugde is een ‘staat van zijn’... Een keuze die we maken, niet het resultaat van materiele bezittingen of controle over mensen en omstandigheden. Veel mensen gebruiken het gevoel dat ze krijgen van materieel bezit als vervanging voor vreugde. Of ze gebruiken relaties op een manier waardoor ze niet naar hun innerlijke pijn hoeven kijken.

“Ware relaties zijn verdwenen in de definitie van Liefde van de glamour industrie. Heb je ooit het gevoel gehad dat je gebruikt werd en daarna werd afgedaan? Iedereen die gelooft in de definitie van Liefde die in de media wordt getoond, wordt een seksobject in hun eigen denkbeeld en in het denkbeeld van anderen. Natuurlijk, worden ze, net zoals alle objecten na gebruik gedeponneerd,” voegde ik toe.

“Ik heb beide kanten van dit scenario ervaren,” zei Richard droevig, “ik begrijp niet waarom het zo moet gaan. Ik zou niets liever willen dan in een waarachtig, eerlijk en echte relatie zijn. Misschien wordt dat pas mogelijk als ik mezelf ontdaan heb van mijn conflicterende realiteiten.”

“Ik denk dat je gelijk hebt. We neigen om te leven naar wat we geleerd hebben, en als we gebruikt en misbruikt zijn, vereist het werk om anders te gaan leven. Relaties kunnen een wonderbaarlijke plek zijn van genezing, ondersteuning en verzorging als we de verwarrende en conflicterende realiteiten die we eraan gekoppeld hebben kunnen losmaken. Mijn ervaring van mensen die langdurige relaties niet aankunnen of weigeren is dat ze veel pijn hebben opgeslagen in hun ‘relatie-map.’ Ze moeten blijven vluchten want anders moeten ze de pijn aangaan die in hunzelf is verborgen.”

“Ik heb lang genoeg gevluucht,” zei Richard. “Wie voedt deze krankzinnigheid, waarom is er zoveel verwarring in de wereld?” Vroeg hij.

“Om deze vraag te beantwoorden, kijk naar wie voordeel behaalt uit een verstoord begrip van Liefde. Iedereen die de waarheid verdraait om iets voor zichzelf te bemachtigen heeft veel pijn en leeft in zulke innerlijke armoede dat ze niet eerlijk kunnen leven. Ze denken dat ze moeten manipuleren om zelf iets te hebben – om te overleven.

“Is het je ooit opgevallen dat degene die het idee verkondigt ‘Liefde is zelfopoffering’ altijd zijn hand ophoudt? En zij die zichzelf groot maken door andere te gebruiken zeggen altijd dat Liefde het welwillend accepteren van hun misbruik is? De mensen die Liefde verkondigen als seks hebben veel seksobjecten om te misbruiken, en mensen met een slachtoffer mentaliteit hebben er baat bij omdat ze hun rol kunnen spelen waaraan ze zo toegewijd zijn,” voegde ik toe.

“Ik kan niet allemaal volgen wat je zegt, maar ik begrijp het belang ervan. Ik neem aan dat ik eerst de donkere wolken die ik in mijzelf heb toegestaan moet verdrijven, zodat ik meer hersencellen aan kan maken over Ware Liefde voordat ik het volledig zal beseffen. In ieder geval heb je weer mijn volle aandacht. Ik heb een vraag die ik al heel mijn leven stel, Michael. Wat is Liefde?”

“Ik weet niet wat het is,” kwam mijn antwoord onverwacht.

“Wat? Waarom hebben we dit gesprek over Liefde als je me niet eens kan vertellen wat het is?” Eiste hij.

“Ik zei niet dat ik helemaal geen ideeën heb hierover, Richard. Ik aarzel gewoon een beetje om zo’n belangrijk iets in woorden uit te drukken. Woorden zijn te beperkt voor dit onderwerp. In het Aramees wordt gezegd dat Liefde is... Wat wij zijn. Het is het ‘spul’ van het menselijk bestaan. Zonder Liefde, zijn we geen mens, zelfs nog lager dan het dierenrijk. In de Aramese geschriften, wordt ons verteld dat we gemaakt zijn naar het beeld en de gelijkenis van de Creator, en dat de Creator Liefde is.

SLEUTELGEDACHT – Als de nakomeling van een olifant een olifant is, en de nakomeling van een hond een hond, wat is dan de nakomeling van Liefde?

“Herinner je nog, toen je een kind was, dat je de wereld en al zijn werkingen bekeek en in je hart wist dat het anders bedoeld was? Dat het iets anders moest zijn als de strijd die je overal zag?

“Kijk in de ogen van een kind. Hoeveel keer, op energetisch niveau, moet dat kind geschaad worden voordat hij gaat haten? Hoeveel propaganda is ervoor nodig om een kind te vormen naar een persoon die kan moorden? In een persoon die gelooft dat de wereld een beangstigende plek is? – Dat het leven armoedig is, relaties verschrikkelijk, en seks vies? Wat is er allemaal voor nodig om mensen zover te krijgen dat ze geloven dat ze zondaars zijn, veroordeelt door een Creator genaamd Liefde naar wiens gelijkenis ze gecreëerd zijn? Waarom is er zoveel verwarring in de wereld? Voor het antwoord op deze vraag, kijk naar wie voordeel behaalt aan deze onbewuste programmeringen.”

“Ik weet niet precies wat je bedoelt,” zei Richard, “Maar als ik terug ga naar mijn kindertijd, en de onderlinge strijd, hypocrisie en vernederingen aanschouwde, wist ik dat dit niet de bedoeling was. Ik bleef iedere keer terugkomen met goed vertrouwen en Liefde naar de mensen die mij kwetste, en werd iedere keer weer op mijn plaats gezet,” zei Richard verdrietig.

“Dus ben je je maar gaan gedragen zoals hun?” Vroeg ik.

“Wat?! Dat heb ik niet gedaan!” Protesteerde Richard.

“Weet je dat zeker?” Vroeg ik hem.

“Ik ben nooit een misbruiker geweest. Ik heb nog nooit iemand geslagen!”

“Heb je ooit Liefde van iemand onthouden, iemand vernederd of geprobeerd anderen te controleren voor je eigen verdienste? Heb je wel eens woede, geld of andere dingen gebruikt om mensen te laten doen wat jij wilde?” Vroeg ik. “Heb je jezelf ooit van Liefde onthouden?”

“Nou... Ja, maar dat is geen mishandeling,” zei hij verdedigend.

“Denk eens terug aan de tijd als kind waarbij je bleef houden van degene die je kwetste – dat kind wilde maar één ding – geliefd worden. Hoe voelde hij zich wanneer er geen Liefde werd gegeven en er gemanipuleerd werd met geld, bedreigingen en vernederingen?” Vroeg ik zachtjes aan hem, terwijl ik zag dat er diepe gevoelens in hem naar boven kwamen.

“Misbruikt, in de steek gelaten,” antwoordde hij stilletjes. Ik observeerde dat zijn tranen net onder de oppervlakte zaten, tranen die opgesloten waren voor een lange tijd.

“Volgens mij zit er heel wat pijn en verdriet... Tranen die graag los komen, Richard.”

“Er is mij geleerd dat het niet goed is om te huilen,” zijn stem kraakte en hij probeerde zijn verdriet te verstopen.

“Dat is nog een realiteit waarmee we gehersenspoeld zijn. Macho werkt niet. Als we onze gevoelens niet goed kunnen voelen, raken we het contact kwijt met een heel belangrijk begeleiding systeem in ons. Herinner je dit nog Richard? ‘als ik pijn heb, vergis ik me ergens in.’ De pijn die je voelt is een poging van het lichaam om je te helpen zien dat er een fout wordt gemaakt en om je te ondersteunen in de bevrijding ervan.

“Merk op, Al die dingen die je nu bij andere mensen ‘en ook jezelf’ doet, waren pijnlijk voor je toen je een kind was,” wees ik uit.

“Wil je zeggen dat ik zélf verneder en kwets? Ik heb mezelf nog nooit zo bekeken. Ik vond mezelf altijd een goed mens. Ik dacht dat mijn gedragingen wel normaal waren,” voegde Richard toe.

“We hebben het nu over gedragingen waar bijna niemand aan ontsnapt. Het is haast een universeel gegeven. Bijna iedereen zal dit ervaren en heeft dus een kans om dit te helen. Helaas zijn krenken en kwetsen ‘normaal’ gedrag geworden voor veel mensen, maar dat maakt het niet ‘natuurlijk.’ Herinner je nog, als kind, dat je wist dat het leven over Liefde ging en mishandeling een vreemd concept voor je was? Ik geloof dat mishandeling geërfd kan worden, maar in verreweg de meeste gevallen is het aangeleerd.

“Mensen die vastzitten in de denkpatronen van de wereld – of het nou een leraar, ouder, politicus of pastoor is – brengen door het ontkennen van Liefdevolle gevoelens en het toepassen van mishandeling of onderdrukking de verstoorde realiteiten in het denken van de mensen. De verstoorde realiteiten worden dan gebruikt om te controleren en uit te buiten. Dit wordt gedaan met onze medewerking, en de realiteiten die we kiezen om onszelf mee te identificeren, leiden ons naar een manier van leven die tegengesteld is aan onze ware aard,.. Liefde.”

SLEUTELGEDACHTTE – Alle uitbuiting is gebaseerd op medewerking, gewild of geforceerd, van degene die zelf uitgebuit worden. Hoe erg we het ook vinden om dit toe te geven, het blijft een feit dat er geen uitbuiting zou zijn als mensen niet naar de uitbuiters zouden luisteren.

Mahatma Gandhi, India of My Dreams

“Ik kan de tijd nog herinneren waar ik gewoon wist dat ik mensen niet zo zou moeten behandelen zoals ik dat deed.” Richard klonk haast als een kind terwijl hij sprak. “Ik wilde altijd Liefdevol zijn naar mensen toe. Maar voelde me zo gekwetst dat ik verhardde en blind werd voor de effecten van mijn gemene gedrag en mijn neiging om te pesten.”

We verkende samen het idee van anderen pijn doen en kwamen tot de conclusie dat mishandeling en het afhouden van je liefde aangeleerde reacties zijn. Door onze dialoog kwam heel duidelijk naar voren dat de realiteit in het denken van de meeste mensen, welke gevormd wordt door gestoorde ervaringen, hun gedrag bepaalt. Elke verstoorde ervaring is het resultaat van een combinatie van innerlijke realiteiten die in interactie zijn met invloeden uit de omgeving.

“In het Aramees, werd het blokkeren van het eigen gewaarzijn voor krenkend gedrag, Liefde en andere gevoelens het ‘harden van het hart’ genoemd. Elke verhardde hart is ervan overtuigd dat het handelen in overeenstemming met zijn verstoorde realiteits-structuur ‘normaal’ is. Als we niet meer voelen, kunnen we onszelf en anderen allerlei soorten krankzinnige dingen aandoen en denken dat dit ‘normaal’ is.” We observeerde, beide vanuit onze eigen ervaring, dat een persoon met een verhard hart overtuigd blijft dat zijn gedragingen juist zijn, als hij ze doet, ook al zegt hij dat anderen gestoord zijn wanneer zij precies dezelfde dingen doen.

Richard herhaalde nog eens zijn begrip van wat hij “dat intrigerende attribuut” van de geest noemde: het Blokkeren van de Waarheid. “Een geest in ontkenning verbergt letterlijk informatie voor zichzelf; het ziet geen informatie dat tegenstrijdig is aan de eigen overtuigingen.”

“Dat lijkt inderdaad de manier waarop het werkt,” bevestigde ik. “Als we emotioneel beladen, altijd gelijk willen hebben, verstopt de geest al het bewijs dat ons in staat stelt om de Waarheid te zien. Het enige wat dan nog beschikbaar is, is vergissing en dwalen. Denk maar eens aan mensen die anderen kwetsen maar dit ontkennen. Zij herinterpreteren hun gedrag om het te rechtvaardigen of om de Waarheid te blokkeren voor hun gewaarzijn, zodat ze over zichzelf kunnen blijven denken als ‘juist.’ De Waarheid van het kwaadaardige gedrag dat ze verrichten is onzichtbaar voor hun. Dit is een conditie die alleen gecorrigeerd kan worden door de **Liefde voor Waarheid**.

“Ben je ooit, zonder een echt goede reden, door iemand abrupt uit hun leven verbannen, of heb je misschien zelf iemand uit je leven verstoten en je afgevraagd waarom?”

“Nu je het er toch over hebt, ik was zojuist aan het denken over een tijd waarin één van mijn hechtste vriendschappen kapot ging over een onbenullig argument,” antwoordde Richard. “Zij beschuldigde mij voor iets waar ik niets vanaf wist, en ik kon haar op geen enkele manier ervan overtuigen om hier anders over te gaan denken. Ik heb me vaak afgevraagd waarom dit gebeurd is, maar volgens mij heb jij het zojuist uitgelegd. Ik begrijp het nu voor de eerste keer. Haar geest kon alleen maar het bewijs laten zien dat ze nodig had om de schuld bij mij te leggen in plaats van het nemen van haar eigen verantwoordelijkheid. Mijn argumenten blokkeren was haar manier om zichzelf te beschermen. Haar ‘hart was verhard tegenover de Waarheid.’” Richard leek diep in gedachten verzonken terwijl hij sprak.

“Als je een interessant experiment wilt doen, toon iemand dan het bewijs van een Waarheid die ze niet willen zien... Als ze niet een diepe Liefde voor de Waarheid hebben, zullen ze:

1. Jou vertellen dat je gek bent of je dingen inbeeldt, of ze ‘vergeten’ dat de gebeurtenis ooit heeft plaats gevonden.
2. Weglopen, zichzelf uit de voeten maken, door het verzinnen van een excuus of, in hun denken af te dwalen naar andere onderwerpen en niet het gesprek erkennen dat jij met ze hebt.
3. Jou proberen te manipuleren, meestal door woede, om je ervan te weerhouden je informatie te tonen. Of jou beschuldigen van een soortgelijk iets, dat er een tijd is geweest waar jij hetzelfde hebt gedaan alsof dat hun gedrag rechtvaardigt en ‘hun gelijk maakt.’
4. Je woest aanvallen, op een manier die buiten alle proporties is aan wat er besproken is. Je vraagt je af wat er nu precies gebeurd is. De kans is groot dat je niet meer welkom zal zijn in het leven van die persoon.

“Als je door blijft gaan met het presenteren van bewijs waarover de ander in ontkenning is, wees bereid om te bukken zodat je je hoofd heel houdt,” zei ik, half grappend, “omdat er zoveel krankzinnigheid in onze cultuur is.”

“Ik herken dit experiment, ik ben wel eens aangevallen omdat ik precies deed wat jij nu omschrijft, maar geloof je echt dat veel mensen zo gek zijn?” vroeg hij.

“Ik heb het over krankzinnigheid, niet gekheid, Richard. In dit werk wordt een ‘krankzinnige geest’ gedefinieerd als een geest die geen staat van Liefde kan vasthouden. Een geest zonder Liefde is een geest zonder keuzevrijheid, daarom ‘gestoord.’ Of verstoord.

“In het Aramese gedachtengoed, was het bekend dat mensen zonder liefde in zichzelf makkelijk te beïnvloeden zijn en makkelijk te gebruiken, of zwak en kwetsbaar. Liefde is echt de sleutel... Het maakt de geest immuun voor gestoord gedrag. Dat is waarom het de Eerste Wet word genoemd. Een tekort aan besef van deze wet is het recept voor krankzinnigheid.”

Richard onderbrak me, “Ik ben weer het spoor bijster. Het begint zinvol te lijken, en dan verdwijnen ineens de inzichten die het zo zinnig maakte.”

“Dat is wat er gebeurt als je de hersencellen aanmaakt. De realiteiten die verschijnen in je geest uit net ontwikkelde hersencellen zijn nog kwetsbaar en worden makkelijk verstoord door conflict-realiteiten uit het verleden. Dat is de reden waarom ik mensen vraag dit zelf te onderzoeken en zich te verwonderen over deze ideeën voor hunzelf. In ieder geval geen enkel woord dat ik zeg zomaar geloven, of aannemen als dé waarheid.”

“Ja hoor, Michael. Natuurlijk zeg je alles wat je zegt zodat mensen het zullen geloven,” zei hij een beetje sarcastisch.

“Eigenlijk, Richard, nee. Ik zeg wat ik zeg om een ander framework op te bouwen en gereedschappen aan te bieden waardoor je het leven anders kan gaan ervaren. Een gedachten-systeem die rust op de ervaring van iemand anders is gewoon een geloofssysteem. Dit zal omvallen als het onder druk komt te staan.

“Bijvoorbeeld, jij vroeg net naar de definitie van Liefde. Ik heb er geen een, maar ik weet wel een manier om het te ervaren en hoe je kan weten wanneer Liefde aanwezig is.”

“Wat zijn de signalen die je vertellen dat Liefde aanwezig is?” Vroeg hij.

“Allereerst, een geest die de gesteldheid van Liefde vasthoudt – in het oude Aramees ‘*perfecte Liefde*’ – is vredig en geduldig in alle omstandigheden. Deze geest neemt verantwoordelijkheid voor iedere verstoring die het heeft en, omdat het dit doet, geneest het zichzelf ook heel snel en creëert daarmee een ruimte van Liefde voor anderen. Andere eigenschappen van de Liefdevolle geest zijn zachtmoedigheid, vreugde, compassie en tederheid.

“Een geest die verkondigt dat het veroordeelt en straft in de naam van Liefde is een misleider of een misleidde geest. Zoiets is niet mogelijk vanuit Liefde.”

“Dit maakt de zinloze dingen die ik gezien heb weer wat zinvoller,” zuchtte Richard. “Wat bedoelde je eigenlijk toen je zei dat je een manier had om Liefde te ervaren?”

“We kunnen dit een ervaringsgerichte definitie noemen: Liefde is wat je ervaart net nadat je ware vergeving hebt toegepast. Het is wat overblijft als de realiteiten in de geest niet meer in de weg staan. Nu, als ik je dit vertel en jij gelooft het, hebben we weer een ander geloofssysteem in de wereld gebracht, nog een geloofssysteem om over te vechten en te verdedigen.

“Als je de gereedschappen gebruikt en een persoonlijke ervaring hebt, **persoonlijk ervaren**, is er dan iets om over te vechten? Nee. Alleen de onzekere die niet weten wat Liefde is, moeten dwingen en vechten over hun geloofssysteem. Alleen de onzekere hebben het nodig dat iedereen hetzelfde gelooft zodat hun overtuigingen niet uitgedaagd worden.

SLEUTELGEDACHT – Een ervaringsgerichte definitie van Liefde: Wat je ervaart na Ware Vergeving.

“Richard, ieder van ons is geschapen vanuit een staat van Liefde en we verdienen dit te ervaren, vierentwintig uur per dag, zeven dagen in de week. Als we dit niet ervaren, is er iets dat niet in harmonie is. Als we Liefde onthouden van elkaar, zijn wij het, die lijden, door het gebrek aan Liefde. Wij zijn het, die het gebrek aan Liefde ervaren. Herinner je nog wat je wist als kind over hoe de wereld bedoeld was om te functioneren?”

“Mijn functie in de wereld is het leveren van gereedschappen aan mensen. Ze te wijzen naar de resultaten die mogelijk zijn door het gebruik van de hulpmiddelen. Het is mijn bedoeling jou te inspireren om de gereedschappen te gebruiken en tot je eigen conclusies te komen over het leven. Natuurlijk denk ik dat, wanneer het bewijs goed gezien wordt, dit werk zichzelf als correct zal bewijzen, maar de wereld heeft niet nog een ander geloofssysteem nodig. Het heeft de ervaring van Liefde nodig.

“Liefde, volgens het Aramees, is een gesteldheid in de geest waarvoor ieder individu verantwoordelijk is om te behouden. Het is de energie die de menselijke geest bekrachtigt om correct te functioneren.

“Zonder Liefde, is de geest verstoord en doen we gestoorde dingen. Vertel me eens, Richard, Wanneer ben jij het meest Intelligent? Wanneer ben je het meest flexibel en heb je het grootste overzicht? Wanneer kan je de meeste keuzes maken en heb je de hoogste creativiteit? Wanneer je boos bent? Bang? Vijandig?” Vroeg ik.

“Het spreekt vanzelf, dat de meeste gedragingen waar ik echt spijt van had, voortkwamen uit deze emoties. Maar ik wil hier heel duidelijk over zijn. Zeg je nu dat Liefde de sleutel is tot Intelligentie?”

“Als Intelligentie betekent, de vaardigheid om te kiezen, ja. Merk goed op dat een keuze die gemaakt is in woede of angst – een gebrek aan Liefde – helemaal geen keus is. We worden simpelweg gedreven door resonantie – emotionele realiteiten uit ons verleden – gedreven om dingen te doen, vaak tegen onze wil en keuze in. Dit gebeurt alleen maar in een geest waarin Liefde afwezig is,” benadrukte ik.

“Dit gebrek aan Liefde, wat onze Intelligentie verstomt, heeft ertoe geleid dat de mensheid gebonden is aan religieuze en politieke systemen gebaseerd op angst. We moeten gaan begrijpen hoe we onze angsten kunnen vergeven, of zoals in de Aramese Geschriften staat, ‘verbannen’ van de ‘duivel’ *angst*. Als we dit niet doen zijn onze gedragingen onwetend deze duivel aan het ondersteunen. Een geest zonder de toestand van Liefde bevestigt en versterkt angst bij iedere stap. Geen enkele ware Spirituele leraar die het leven en de geest begrijpt zal angst gebruiken om te motiveren.”

SLEUTELGEDACHT – “De grootste hulp die je me kan geven is het verbannen van angst uit je hart.”

Mahatma Gandhi, Ramanama

Richard onderbrak. “Ik heb ook gezien dat angst mensen motiveert om het juiste te doen.”

“Op de korte termijn, ben ik het met je eens. Je kan mensen zover krijgen iets te doen uit angst. Is het je wel opgevallen dat het op de lange termijn altijd eindigt in een catastrofe? Bijvoorbeeld, een ouder dwingt een kind met bedreigingen en geweld. Het kind luistert naar de ouder omdat het bang is, maar, uiteindelijk zal het zijn ouders haten en het geweld en de pijn doorgeven aan een ander. Dit komt omdat de middelen die gebruikt worden om een doel te behalen, altijd een resultaat zullen voortbrengen dat overeenkomt met de middelen. Kinderen zijn ‘leer-sponsen,’ Ze geloven wat ze zien. Waar ze mee leven, dat leren ze, en dan... Leven ze, wat ze hebben geleerd.”

“Dit klinkt zo juist!” Richard zijn hele wezen bevestigde dat hij het met mijn woorden eens was.

“Ja, en er zal rust en vrede ontstaan als iemand een praktisch begrip heeft van de werkende hulpmiddelen, en de intellectuele basis om dit begrip te versterken. Dit werk is gebaseerd op alle disciplines om een solide fundering te bouwen voor het ongedaan maken van onbewust gedrag, en een leven te creëren dat harmonieus en vredig is. Doordat verschillende disciplines bij elkaar zijn gekomen is het een flinke hap om te kauwen, en verteren.

“Het vereist geduld en tijd om de hersencellen te maken en de disciplines waarop dit werk gebaseerd is te integreren. Deze basis is wat ervoor zorgt dat de gereedschappen volledig beschikbaar zijn. Het is te verwachten dat er wat onbewustheid verschijnt als je de patronen uit het verleden ongedaan maakt en naar volledige kennis en besef beweegt. Toestaan dat diepere conflicten omhoog komen, in een gesteldheid van Liefde, brand ze weg, bij wijze van spreken. Als je welwillend bent om in jezelf te kijken, naar je interactie met je familie en de dynamiek van de cultuur, zal genezing versnellen.

“Niet bereid zijn om dieper in jezelf te kijken betekent dat de oude patronen hoogst waarschijnlijk doorgegeven zullen worden naar de volgende generatie. Bewuste, actieve, aanwezige Liefde is de sleutel tot het helen van wat geheeld moet worden.”

“Wat is het beste gereedschap om waarachtig een gesteldheid van Liefde te omhelzen binnen relaties met kinderen, partners of mijzelf, om deze patronen van generaties te helen?” Vroeg Richard.

“Als iemand een kans om te helen triggert, is het eerste wat je doet de keuze maken om volledig verantwoordelijk te zijn voor de inhoud van je geest en wat je naar buiten brengt. Vergeven... De gesteldheid van Liefde vasthouden in alle omstandigheden – ongeacht wat je geest je verteld dat je moet doen. We noemen dit soort Liefde een allesomvattende Liefde. Het hulpmiddel, **Mijn Toewijding**, van de ‘Helen Door Relaties’ workshop is ontwikkeld om je te ondersteunen in het creëren van een Liefdevolle staat. Het is een krachtig gereedschap om je helderheid te behouden en Liefde in je geest vast te houden terwijl er onrust naar boven komt. Het is de beste steun die ik heb gevonden om me terug te krijgen in een Liefdevolle staat als onrust naar boven komt. Spreek het tenminste dagelijks uit in je dierbaarste relaties en zeg het hardop tegen jezelf terwijl je in de spiegel kijkt.”

19 OVERGENOMEN PATRONEN

Richard en ik spraken over de dynamieken in zijn familie, we verwerkte meerdere problemen die hij met zijn moeder had. Ik stelde voor dat het van waarde is om in overweging te nemen dat zijn moeder waarschijnlijk op dezelfde manier als hijzelf aan haar gedrag kwam, haar ‘zondige’ patronen. Hij erkende dat ze hoogst waarschijnlijk haar gedrag nooit heeft gezien als gewelddadig of kwetsend, maar meer als een manier om haarzelf te beschermen, net zoals hem.

“Kwetsend handelen en geweld,” zei ik, “is een gedrag dat vaak doorgegeven wordt van generatie op generatie. Het kijken naar, het aangaan en verwerken van de gewelddadige patronen is de beste manier die ik ken om te voorkomen dat het doorgegeven wordt aan onze kinderen. Dit werk gaat over het opstaan tegen de generaties, vóór de generaties. Wat je niet oplost in jezelf zal doorgegeven worden; Wat je aangaat, uitzoekt en geneest zal niet langer de familie dynamiek infecteren. Het patroon stopt dan bij jou!”

“Betekent dit, dat mijn dochter dezelfde problemen heeft als ik? Bedoel je, als ik genees, hoeft zij deze strijd niet te vechten?”

“Het is heel waarschijnlijk dat ze is opgegroeid met soortgelijke reacties op dezelfde problemen als jij. Ik ben zelfs bereid te wedden dat jij haar onbedoeld hetzelfde hebt behandeld als jouw moeder dat bij jou deed.

[Het boek vertoont hier een illustratie van een genetische ketting van geweld.]

“Als jij de problemen met je moeder heelt, zal niet alleen je relatie met haar verbeteren, maar waarschijnlijk zal je relatie met je dochter ook veranderen,” verzekerde ik hem.

“Soms vermijd mijn dochter mij alsof ik een plaag ben, en ik vraag me altijd af waarom. Volgens mij begrijp ik het nu. Ze vertelde me altijd dat ik haar slecht behandelde, maar ik luisterde nooit. Ik zag het niet op die manier. Ik denk dat mijn moeder dit ook zo gezien heeft. Nu ik erover nadenk, ik werd door mijn moeder afgewimpeld zoals mijn dochter nu zegt dat ik bij haar doe. Het lucht me op om te weten dat ik dingen anders kan doen en meer Liefde kan brengen in mijn relatie met haar. Ik voel me een stuk beter. Volgens mij voel ik mij machtig en ‘**in staat**,’ waar je het net over had. Voor de eerste keer in lange tijd, voel ik dat ik iets kan doen aan mijn leven.

“Richard, mijn gedachten keren steeds terug naar een gedachte die ik had toen we spraken over de problemen met je moeder. Ben je bereid om hier even naar te kijken?”

Hij sprak met twijfel. “Ach, wat maakt het ook uit, ik voel me best goed na alles wat zich vandaag heeft afgespeeld. Als iemand me zou vertellen dat ik diepe problemen en langsepende kwesties zou kunnen oplossen zoals ik vandaag gedaan heb, en dan ook nog met een glimlach op mijn gezicht, zou ik zeggen dat ze gek zijn.”

“Herinner dat het behouden van de staat van Liefde de sleutel tot genezing is. Dit soort kwesties naar de oppervlakte brengen in een andere staat kan leiden naar krankzinnigheid,” erkende ik.

“Is dit wat er gebeurd op je intensieve workshops?” vroeg hij.

“Dat is wel de richtlijn. In een intensieve workshop bieden we de best mogelijke hulpmiddelen en kennis. De rest is proces en verwerken, het is alsof er wonderen gebeuren als een groep mensen bij elkaar komt om dit werk van genezing te doen,” antwoordde ik.

“Ik wist dat je het gesprek met mij niet aan zou gaan om het onderwerp te vermijden waar ik om vroeg,” zei ik met een glimlach. “Ben je bereid om hier nu naar te kijken?”

“Ja, ik ben daartoe bereid,” zei hij, terwijl er een flits van angst op zijn gezicht te zien was.

“Heb je er ooit wel eens bij stil gestaan dat, samen leven met jou ook kan voelen alsof je altijd op je tenen moet lopen?” Vroeg ik hem.

“Nee, natuurlijk niet!” zei hij verontwaardigd.

“Voel je je aangevallen, Richard?”

“Misschien een beetje, zou jij dat niet voelen?”

“Waarschijnlijk wel. Ik wil je duidelijk maken dat het doel van dingen naar boven halen is om er goed en Liefdevol naar te kijken, het eigen te maken en loslaten wat niet werkt. Ik sta aan jouw kant en wil je ondersteunen in dit proces. Heeft iemand je wel eens verteld dat ze zich op hun tenen voelen lopen in jouw nabijheid?”

Richard gaf inderdaad toe dat er wel eens tegen hem gezegd is dat de omgang met hem voelt alsof je op je tenen moet lopen. Hij bevestigde nog eens dat hij nog nooit zo over zichzelf heeft gedacht.

“Het is zeldzaam dat we onszelf zien zoals anderen ons zien, en de meeste mensen nemen nauwelijks de tijd om te luisteren naar wat andere zeggen. Waarachtig de tijd nemen om naar anderen te luisteren geeft ons een kans om anders te gaan kijken naar onbewust gedreven gedrag, en ook het gewaarzijn van, hoe wij zelf reageren op wat andere vertellen.”

SLEUTELGEDACHT – Je relaties en woorden zijn spiegel reflecties van je geest.

Ik benadrukte het belang van het oefenen in het zoeken naar patronen van onbewust gedreven gedrag. Ik herinnerde hem aan het gesprek net na onze ontmoeting – of eigenlijk de miscommunicatie – over verantwoordelijkheid. “Haal het nog even terug Richard, weervaarde allebei dezelfde actualiteit, we hoorden allebei dezelfde identieke woorden, maar wat jij hoorde was een beschuldiging, en mijn realiteit informeerde mij over ‘verantwoordelijk zijn.’ Herinner je nog hoe je van streek raakte en hoeveel vijandigheid je uitte?”

“Nou, eigenlijk hield ik me nog in. Het voelde voor mij nog veel intenser dan ik liet merken op dat moment!” Informeerde hij.

“Iedere keer als er woede of frustratie naar boven komt, noemen we dat een kans om Vergeving te leren – een kans om onszelf te bevrijden van de neiging om andere te beschuldigen voor wat zij activeren in ons.

“De meeste mensen ervaren hun eigen interpretatie van een situatie in de wereld en geloven dat dit daadwerkelijk is wat er actueel gebeurt. We zijn geneigd te denken dat onze interpretatie de enige Waarheid is. Zoals rimpels in het wateroppervlak van een vijver, is er altijd wat verstoring van de beelden in ons hoofd als we overstuurd zijn. De Waarheid kan niet juist gereflecteerd worden in een verstoorde geest.”

“Als ik de basis van dit werk goed begrijp dan zegt het eigenlijk dat iedereen op ieder moment een andere realiteit ervaart, dat is juist toch? Je zegt dat onze realiteit gemaakt is uit interne informatie, en niet veroorzaakt wordt door uiterlijke gebeurtenissen? Er is ons aangeleerd om te denken over een actuele gebeurtenis in de wereld, maar dit gebeurt waarlijk in ons eigen hoofd. En wat er plaatsvindt in ons hoofd is verstoord door het verdriet en de frustratie die wij vasthouden?” Richard keek naar me voor bevestiging.

“De wereld triggert herhaaldelijk onze vastgehouden realiteiten en dan vragen wij ons af, ‘Waarom overkomt mij dit... TELKENS WEER?!’ Onthoudt wat projectie is... Het beschuldigen van anderen voor wat er in onszelf afspeelt. Als je aan het verwijten bent, is er een neiging om te denken dat de uiterlijke gebeurtenis de oorzaak is van jouw ervaring. Dat is het niet !

“Projectie kan nooit het probleem oplossen, omdat je doet alsof het probleem buiten je ligt. Daardoor laat je de innerlijke pijn voortduren terwijl je jezelf blokkeert voor de mogelijkheid om het op te lossen. De reden dat vluchten niet helpt om je pijn te stoppen is het feit dat je je pijnlijke realiteiten in je draagt. Heeft verhuizen je ooit geholpen om de kwaliteit van je relaties te verbeteren ?”

“Nee. Vermijden is volgens mij niet het antwoord.”

We spraken erover dat woede niet werkt en nooit gerechtvaardigd is. We verkende samen ook de stress en druk die je lichaam ervaart als woede wordt vastgehouden. En de stress van het vasthouden van valse waarheden. We overwogen de mogelijkheid dat deze patronen doorgegeven worden. Ze kunnen heel goed bijdragen aan wat nu gedacht wordt over genetische aanleg en erfelijke kwalen. “Is het mogelijk dat familiale ziekte patronen veranderd kunnen worden, Michael?” Vroeg Richard.

“Absoluut! Mijn ervaring is dat het vasthouden van een Bewuste, Actieve, Aanwezige, Liefdevolle staat van zijn, terwijl de onopgeloste kwesties naar boven komen alle energiepatronen kan verschuiven.”

Richard bereikte nieuwe niveaus van helderheid en enthousiasme in zijn proces. Iedereen die dit werk heeft verricht weet wat er komt na het bereiken van een nieuw niveau van kracht en vitaliteit, dat is een Helings Crisis. Het is op dit punt in het proces dat veel mensen gaan twijfelen aan hun vaardigheid om waarlijk hun pijn te genezen. Voor sommige lijkt het proces te zwaar en gecompliceerd; voor sommige, te simpel; en voor anderen, lijkt de pijn te diep. Hij keek troosteloos terwijl er oude gevoelens van hopeloosheid opkwamen voor heling.

“Dit klinkt zo uitzichtloos! Als al mijn pijn in mijzelf ligt, hoe kan ik dan ooit hopen om dit achter me te laten? Waarom is ons als kinderen niet verteld dat we onze eigen realiteit creëren? Hoe ga ik dit allemaal oplossen in mijn relaties? Hoe kan ik ooit... ?”

“Rustig aan, Richard. Herinner jezelf eraan, dat deze gevoelens zullen overgaan! Het verschijnen van hopeloosheid is een kans om die realiteit in je geest aan te gaan. Je bent in ieder geval al deze dingen nu aan het leren! De meeste mensen leven hun hele leven zonder ooit te ontdekken wat er allemaal speelt, en zonder de juiste hulpmiddelen.

SLEUTELGEDACHTTE – Onrust is een kans om Vergeving te leren en de neiging tot beschuldigen los te laten.

“Om jouw vraag te beantwoorden... Waarom ons dit niet geleerd is als kinderen, Benjamin Franklin heeft een uitspraak gedaan die het perfect weergeeft: ‘Je zal zorgelijk observeren hoelang een praktische Waarheid al bestaat en bekend is, voordat het algemeen geaccepteerd en geleefd wordt.’

“Richard, ik heb goed nieuws en ik heb slecht nieuws. De reden voor je onrust is je nieuwe niveau van vitaliteit. Je pijn laat je weten dat er een kans is om gewaar te worden van patronen die niet werken en genezen kunnen worden. Dat is het goede nieuws.”

“Zou mijn nieuwe niveau van vitaliteit niet beter moeten voelen, Michael?”

“Jazeker, maar eerst moeten de blokkades naar het actualiseren van deze nieuwe vitaliteit in je leven omhoog komen en helen. Alles dat niet met je vitaliteit en kracht overeenstemt moet vergeven worden. Dit is alleen maar mogelijk als je een hogere kracht en helderheid hebt behaald dan normaal.”

20 – HELINGS-CRISIS

“Richard, het slechte nieuws is: In plaats van weg te rennen voor onze pijn, is het nodig dat we deze aangaan. Vluchten is geen deel van dit proces. Het behalen van nieuwe kracht en vitaliteit, zoals je hebt gedaan, geeft je ook de kracht om dieper te gaan in nieuwe niveaus van heling, en dit is niet altijd rozengeur en maneschijn. Als je het nieuwe platform van je werk begint te herkennen is het belangrijk om de Kosmische Smeerolie te onthouden – **welwillendheid**.

“Terwijl je beweegt naar de loslaat-modus, zoals jij nu doet, voelen oude energieën uit het verleden als ervaring in het nu – dit zijn ze niet! De dingen lijken heel donker omdat je nieuwe dieptes binnengaat, verstoppt voor jaren, misschien zelfs generaties. Dit deel van je werk noemen we een Helings-Crisis.

“Een Helings-Crisis wordt meestal ervaren op drie niveaus. Als een energie binnendringt in het menselijk systeem, creëert het symptomen. Als de symptomen van een destructieve energie onderdrukt worden, b.v. door het gebruik van woede/verzet/drugs of medicijnen, verlaten ze niet het systeem maar dringen diep in het weefsel. De onderdrukte energie kan fysiek, mentaal of emotioneel zijn. Symptomatisch wordt ieder loslaten van oude disharmonische energieën ervaren en gevoeld op dezelfde manier. Met dezelfde intensiteit waarop ze het systeem binnen drongen als ziekte of disharmonie. Welwillendheid is de Kosmische Smeerolie dat dit proces van loslaten versneld en verzacht.

“Op een fysiek niveau, als de energie vrij komt, lijkt het op oude fysieke symptomen en lage energie. Op het mentale niveau, ziet het loslaten eruit als elk soort oude negatieve gedachtenpatroon. Op het emotionele niveau voelt het als elk soort oud gevoel dat ooit is onderdrukt. Loslaten kan zichzelf ook uiten als depressie. Dit zijn allemaal wenselijke verschijnselen, Richard.”

“J-u-i-s-t, Michael. In het verleden zou ik gezegd hebben dat je gestoord bent, maar ik begin je echt te horen met andere oren. Het is merkwaardig dat ik mezelf hoor zeggen dat ik welwillend bereid ben om pijn te ervaren. Ik zie hier wel een probleem in. Als ik al deze symptomen ga ervaren, hoe weet ik dan of ik door een Helings-Crisis ga of dat ik ziek ben?”

“Uiteindelijk moet jij in contact zijn met wat er allemaal gebeurt in jouw systeem en zelf besluiten wat de aard is van jouw symptomen. Er zijn drie signalen die je kunnen ondersteunen bij het bepalen of de symptomen bij het genezingsproces horen.

Allereerst, je hebt een nieuw niveau van vitaliteit behaald.

Ten tweede, je doet je innerlijk werk en meer en meer de ‘juiste’ dingen.

Ten derde, er is een toename van uitscheiding. In elk of alle van de lichaams reinigende kanalen – De huid, longen, darmen, blaas en slijmvliezen – verhogen hun eliminatie.

“Als je antwoord op al deze signalen ‘ja’ is wanneer je symptomatisch bent, ben je hoogst waarschijnlijk in een Helings-Crisis. Het is tijd om de gereedschappen te gebruiken, goed uitrusten, en niet de Kosmische Smeerolie vergeten – Wees Willend!”

SLEUTELGEDACHTEN – Als er pijn en frustratie is, heb je twee keuzes. Eén is helen. En ieder andere keuze, ongeacht wat het is, laat de pijn voortduren.

21 ONTWAKEN UIT DE VERLEDEN-TIJD

“In iedere Helings-Crisis, heb je de kans om de realiteiten die in je geest verschijnen te onderzoeken. Het is een gelegenheid om deze te herzien en beslissingen te nemen gebaseerd op principes, in plaats van het ‘moeten’ accepteren en bestuurd worden door wat getriggerd wordt. De reden om dit te doen...? Het lijkt alsof je het huidige moment ervaart door je geest. Maar het feit is dat alle ervaring van de denkende geest uit het verleden komt. Het huidige moment kan niet ervaart worden door de denkende geest.”

“Ik kan deze gedachte niet eens bevatten, Michael. Hoe kan ik anders dan door mijn geest het leven ervaren? Het is toch duidelijk dat wat ván je denken komt ván het huidige moment is.” Richard leek zich weer te verzetten tegen een nieuw idee.

“Herinner je nog de analogie van het tweedimensionale wezen? Ze verzekerde ons dat een basketbal een serie van platte vlakken is die niet in één moment ervaren wordt, toch? Hoe kregen we haar uiteindelijk zover om de basketbal te zien zoals het is? Ze moest alles in twijfel trekken, zelfs haar eigen ervaring. Pas toen ze dat ging doen ontstond er de mogelijkheid van een nieuwe ervaring voor haar. Het is verbazingwekkend hoeveel mensen verandering willen maar weigeren om anders te denken of anders te handelen.”

Ik vertelde Richard over een experiment dat ik doe in mijn workshops. Ik vraag iedereen in het publiek om een stap terug te nemen van hun denken en goed te observeren wat er allemaal gebeurt van binnen. Dan vraag ik iedereen om hun rechterhand op hun rechteroor te leggen en om zich heen te kijken om op te merken dat iedere persoon hetzelfde doet.

SLEUTELGEDACHT – Een andere sleutel tot genezing: Geef jezelf toestemming om het leven anders te ervaren.

“Waarom deden ze allemaal hetzelfde en brachten ze allemaal hun rechterhand naar hun rechteroor, Richard?”

“Ze volgde jouw aanwijzingen.”

“Ik heb een andere theorie. In ieders hoofd zijn er hersencellen die informatie hebben opgeslagen uit het verleden. Iedere persoon heeft geleerd wat de woorden ‘rechter,’ ‘hand’ en ‘oor’ betekenen. Toen ik sprak, veroorzaakte ik de activatie van de hersencellen. Bij iedere persoon verscheen de realiteit uit hun eigen hersencel-structuur waardoor ze de aanwijzingen volgde van hun eigen innerlijke realiteit. Ze volgde mijn aanwijzingen niet.”

“Natuurlijk volgde ze wel jouw aanwijzingen!” protesteerde Richard.

“De instructies, ‘leg je rechterhand op je rechteroor,’ kwamen inderdaad uit mijn stem. Maar de realiteit die ieders denken had voor die woorden kwam uit het verleden van ieder individu die bij deze oefening betrokken was. De enige reden dat iedere persoon hetzelfde deed is omdat ze allemaal dezelfde realiteiten hebben geleerd over ‘rechter,’ ‘hand’ en ‘oor.’ Ze volgde niet mijn aanwijzing, maar de aanwijzing die kwam uit hun eigen geest, uit het verleden.”

“Interessante theorie, Michael, maar hoe kunnen we dit verifiëren?”

“Ik dacht al dat je dit zou vragen, Richard. Stel je eens voor dat er iemand in het publiek zit wiens moeder hem anders heeft onderwezen. Stel je voor dat zijn moeder hem geleerd heeft dat de neus een oor is. Waar zou hij dan zijn hand gelegd hebben toen ik zei ‘Leg je rechterhand op je rechteroor?’”

“Hij zou zijn hand op zijn neus hebben gelegd, uiteraard.”

“Breng dit dan samen in de context van onze zoektocht om te verifiëren dat alles in de geest uit het verleden komt. Ik gaf één instructie maar er werden twee verschillende resultaten geproduceerd. Eén persoon gedroeg zich anders en bracht zijn hand naar zijn neus, waarvan hem vroeger verteld was dat het zijn oor was. Was er dan iemand die mijn instructies volgde? Ik stel voor dat iedere persoon de aanwijzingen volgde van hun innerlijke realiteit die door mijn instructie werd getriggerd. Deze aanwijzingen kwamen uit het verleden in ieders denken, niet van mijn woorden.

“Als ik mijn instructie in het Chinees had gesproken, zou iemand dan een hand bewegen? Alleen degene die Chinees spreken. Anders was er door de woorden die ik sprak niets uit het verleden getriggerd in iemands geest.

“Richard, leg je rechterhand op je gizzard.”

Hij pauzeerde een moment, “Ik kan dit niet doen, ik heb geen gizzard!”

“Merk goed op, ook al heb je geen gizzard, je ging zoeken in je verleden, in je Verleden-Tijd, je geest, om te kijken of er een realiteit is die betekenis kon geven aan mijn woorden. Maar er is geen informatie in je hersencellen! Geen verleden waaruit je betekenis kan halen! Zonder verleden, is er geen realiteit aanwezig om te projecteren op mijn woorden.

“Of je geest nou een betekenis geeft in een mili-seconde, zoals toen ik zei ‘leg je rechterhand op je rechteroor,’ of dat er een tijdsvertraging is door het zoeken naar je gizzard, iedere betekenis in je geest komt uit het verleden. Iedere betekenis is een individuele realiteit geprojecteerd op mijn woorden.

“De betekenissen in de geest komen allemaal uit het verleden. De geest, bekend als de ‘grote misleider,’ misleid je heel subtiel zodat je denkt dat de informatie in de geest de Waarheid is, en daadwerkelijk wat er nu, in het huidige moment gebeurt. Alle ‘gedachten’ zijn Verleden-Tijd.

“Als alle informatie in onze hersencel-structuur uit de externe wereld komt, zijn onze realiteits-structuren volledig gevormd door die wereld. Als we onze creatieve kracht onbewust weggeven aan het verleden, vinden we onszelf in het steeds weer opnieuw creëren van het verleden – dit is de essentie van de Waarom Overkomt Mij Dit. . . TELKENS WEER?! ervaring. Als we ontwaken uit de slaap van het leven in de schaduw van een dood verleden en een dode geest, ontdekken we dat Liefde, Levenslust, Vreugde en Verrukking ons geboorterecht is. Alles wat minder is dan dit is een leugen. Als je hierover twijfelt, kijk maar eens goed in de ogen van een kind. De enige reden dat we een leven accepteren dat minder is dan ons geboorterecht is omdat we leven vanuit de inhoud van de Verleden-Tijd, het verstand. De limitatie van dit opslagapparaat hoeft niet meer de toekomst vorm te geven.”

“Moeten we van de denkende geest af, Michael? Is het waardeloos?”

“Nee, Richard, het verstand, op zijn rechtmatige plek, is een geweldige dienaar. Het is ontworpen om een opslagapparaat te zijn, en net zoals een computer, is het zeer nuttig voor zijn taak. Er ontstaan problemen omdat we het verstand beslissingen voor ons laten nemen. We staan toe dat het onze levens bestuurt. Je gebruikt je computer om informatie op te slaan en terug te halen wanneer je het nodig hebt, maar wat zou je vinden van een persoon die zelf geen keuzes maakt. Een persoon die zijn computer alle keuzes laat maken? Zou je misschien zeggen tegen die persoon: ‘Wakker worden, er is een compleet andere wereld, een ander niveau van vitaliteit. Je computer ‘geest’ kan niet denken. Het kan alleen maar gebruiken wat er in is gebracht. Gebruik dit dus niet als het apparaat waarmee je keuzes maakt. Maak je eigen keuzes en neem de leiding in je eigen leven!’

“In het Aramese scheppingsverhaal valt Adam in slaap. Is het je al opgevallen dat er nergens staat dat hij weer wakker wordt? De basis van het woord ‘Adam’ betekent ‘rode klei.’ Ik stel voor dat ze ons vertellen dat we onder de hypnose zijn gevallen van de realiteiten die komen uit de geheugenbank van het lichaam en, daarom, zitten we gevangen in de geest van het verleden – In diepe slaap, zogezegd. We zijn meer dan een lichaam en/of geest, we zijn ontworpen om in een grotere context te leven – de wereld van de actualiteit. We zijn niet ontworpen om gevangen te zitten in de kleine inhoud van de Adam-geest die alleen maar weet hoe het verleden herhaald kan worden, het *Waarom Overkomt Mij Dit . . . TELKENS WEER?!*”

Wij zijn het, die onszelf hebben bedrogen

Als we kijken mét, en niet dóór de ogen...

William Blake

SLEUTELGEDACHT – Waar je naar zoekt is dát wat zoekt.

“Daar ga je weer, Michael, het klopt allemaal voor mij. Ik wil meer horen! Ik kan hier geen genoeg van krijgen! Het voelt alsof ieder woord, ieder concept, mijn ziel voedt!”

“Dat is precies de bedoeling van ware Spirituele leringen, Richard. Ze waren Spirit-rituelen. Rituelen of gereedschappen waarmee we onze ware aard kunnen realiseren. Deze aard is voorbij het fysieke op het niveau van energie. Een niveau van energie, genaamd **Spirit**. De gereedschappen en hulpmiddelen zijn gecreëerd om ons te ondersteunen in het ontwaken uit de Verleden-Tijd, en om niet meer gecontroleerd te worden door de Verleden realiteiten in onze geest. Ze zijn de sleutels tot het ontwaken en beleven van een ware Vitaliteit.

“Als een persoon eenmaal begint te beseffen dat er een andere manier van leven mogelijk is, en dat er echte gereedschappen beschikbaar zijn om Spiritueel werk te doen, gebeurt het vaak dat niets anders er meer toe doet. Deze andere manier van leven vinden, noemde men in het Aramees, ‘de schat van het bestaan vinden.’ Het is heel opwindend om een visie op te vangen van een Nieuw Zelf, vol met levenskracht en volle resonantie in de verrukking van het bestaan en vreugdevolle expressie, terwijl het oude pijnlijke leven van verloren zijn in het gedachtenrijk begint te vervagen. Dit is de basis van het Spirituele proces, dat altijd al bekend stond als ontwaken of herboren worden – een echte ervaring.”

“Weet je, Michael, als iemand vraagt, ‘Ben je herboren?’ Voel ik me meestal bekritiseerd. Alsof ik verstoten ga worden als ik het verkeerde antwoord geef. Het voelt alsof ik verstoten ga worden omdat ik niet bij ‘de groep’ hoor.”

“Ik denk dat je wel zult snappen dat een persoon die geweld gebruikt of vervelend wordt als een vraag over herboren zijn opkomt, niet zo herboren is als die zelf graag zou willen. Liefde kwetst niet, het demonstreert zachtjes wat het gevonden heeft en behoud een staat van **zijn** waarin andere het geschenk ook kunnen vinden. Sommige mensen raken oprecht enthousiast, soms misschien een beetje te enthousiast, in hun verlangen om andere te helpen met het vinden wat ze zelf hebben ervaren.”

“Ik zie dat er een diepere betekenis ligt in het ‘herboren worden’ of ‘ontwaakt zijn,’” Zei Richard peinzend. “Ik ben klaar om wakker te worden! Ik wil gisteren al klaar zijn met dit proces! Kom op, we doen het!” Richard had een nieuw niveau van enthousiasme bereikt.

“Even rustig aan, Richard. Als je te hard gaat, zal het een ravage aanrichten in je leven. In het Aramees, werden mensen gewaarschuwd om niet ‘de poort te bestormen,’ niet te snel gaan. Het doen van innerlijk werk is een proces dat tijd kost. Je eigen balans bewaren tijdens dit proces maakt het leven een stuk gemakkelijker,” Ik waarschuwde. “Ieder gereedschap dat wij aanbieden is ontworpen om je te ondersteunen in het bewaren van je balans. Sommige mensen raken zo opgewonden over het intellectuele aspect van dit werk, dat ze vergeten de hulpmiddelen te gebruiken. Het gebruiken van de gereedschappen is van groot belang in het behouden van je innerlijke balans!”

“Sommige mensen hebben een onvoorstelbaar begrip van dit werk en gebruiken de hulpmiddelen automatisch. Voor hun, is het een herinnering aan iets dat ze altijd al wisten en altijd al gewild hebben. Door het leven in de ontwaakte staat bekijk je het leven radicaal anders. Voor andere mensen die ook resoneren met dit werk, blijkt het wat meer tijd te kosten om de concepten eigen te maken. Deze mensen hebben discipline nodig om de gereedschappen te gebruiken. Er zijn weer anderen die door een periode van totale verwarring gaan als ze beginnen met deze studie.”

“Welke categorie denk je dat ik zit, Michael?”

“Dat maakt niet uit, Richard. Het gaat erom dat je je werk doet. Heel veel mensen gaan van helderheid naar verwarring iedere keer als ze nieuwe niveaus van vitaliteit en kracht bereiken.

“Iedere keer als je deze informatie gebruikt, zullen nieuwe inzichten en realisaties tot je komen. Informatie die je voorheen nog niet kon zien zal ineens zichtbaar worden,” Stelde ik voor.

“Ho eens even,” onderbrak Richard, “dit slaat nergens op. Als de informatie er is, dan is het er. Het is toch logisch dat het altijd volledig beschikbaar is, ongeacht wanneer je het leest!”

“Dat lijkt inderdaad waar te zijn, maar herinner je nog onze discussie over de actualiteit versus de realiteit. De realiteit is de betekenis die verschijnt in je brein, vanuit de Verleden-Tijd, als gevolg van een actualiteit die je hebt ervaren. Wat verschijnt in je brein komt van wat er aanwezig is in je hersencellen – Niet van wat je leest, of afbeeldingen op een stuk papier. Als er geen informatie is, in de Verleden-Tijd, kan het niet aan je getoond worden als een realiteit.”

“Leg me nog eens uit wat dat nou precies inhoudt, ‘aanwezig in de hersencellen.’”

“Informatie moet al in je structuur aanwezig zijn voordat jouw brein er een realiteit van kan maken. Er staat misschien informatie op een stuk papier, maar het is pas beschikbaar als realiteit in je brein, als het aanwezig is in je hersencel-structuur.”

“Wat we ‘zien,’ *als* we ‘zien,’ is het beeld in je geest. Niet wat in de buitenwereld gezien wordt. Ieder beeld dat gezien wordt door een geest, behoort bij die geest. Fysici vertellen ons dat de wereld in werkelijkheid een grote wervelende energie massa is, die beweegt in bepaalde patronen. De ogen ‘zien’ helemaal niet. Ze zijn een frequentie apparaat, een antenne, die zich afstemt op bepaalde frequenties die wij het zichtbare licht-spectrum noemen. Het brengt deze frequenties in het brein. En de denkende geest, een functie van vurende hersencellen, filtert alles met zijn eigen inhoud. Alles wat niet aansluit bij deze inhoud zal verandert worden om te conformeren aan het innerlijke geloof-systeem van het ‘bewijs-apparaat,’ de geest.”

Richard onderbrak de uitleg. “Het valt me op dat ik niet ademhaal, en ik ben er verbaasd over hoe vaak ik mezelf hierop betrap. Ik vergeet best vaak om goed adem te halen, en wat me nog het meest verrast is dat ik het heel vaak niet door heb. Voor zoiets belangrijks als ademhalen, zou ik denken dat ik er meer bewust van zou zijn als ik dit niet zou doen!” Hij zuchtte. “Als ik wel goed ademhaal, Michael, voelt al deze informatie als een stormvloed. Het voelt alsof ik het maar niet kan vatten, ik voel me dom,” gaf hij toe.

“Goed zo!” Antwoorde ik terug. “Goed gezien! Wat ik nu hoor van je is dat je het begint op te merken voor jezelf wanneer onbewustheid naar boven komt, dit betekent meestal dat de conflict-realiteiten uit de Verleden-Tijd uitgedaagd worden. Je adem inhouden houdt je vaak gevangen in de kleine cel van de geest uit het verleden. Ademen opent de grotere context van de actualiteit en is één van de sleutels om de inhoud van de Verleden-Tijd te dumpen als ze niet kloppen of niet meer bruikbaar zijn.

“Wie heeft jou ooit verteld, wie heeft jou ooit de gedachte gegeven dat je dom was?” Vroeg ik. “Als een realiteit zoals deze omhoog komt, en je blijft bewust, is dit je kans om te Vergeven, om deze realiteit uit je Verleden-Tijd te verwijderen.”

“Mijn vader noemde mij altijd dom! Zeg je nou dat ik de realiteit ‘Dom Zijn’ heb aangenomen en iedere keer als het omhoog komt heb ik de kans om dit te Vergeven? Dus, of... – deze realiteit uit mijn geest halen – of erdoor bestuurd blijven worden, wat jij noemt, onbewust zijn? Als ik dit samenbreng met de ‘Bewijskracht van de geest’ wat je eerder had uitgelegd, wordt het me ineens helder. Als ik ‘Dom Zijn’ accepteer als mijn realiteit, kan mijn geest alleen maar hiervan bewijs laten zien en ‘ben’ ik dus dom. Is dit de reden waarom ‘Dom Zijn’ me heel mijn leven heeft achtervolgt?”

“Dat is hoe het werkt!” Bevestigde ik.

“Ik verander dit gedachtenpatroon! Ik laat dit idee NU los!! Ik ben lang genoeg geblokkeerd door de realiteit “Stom zijn.” Het heeft alles lastig gemaakt. Het is verschrikkelijk geweest, alsof een draak me continu achtervolgt heeft. Eerlijk waar! Dat is hoe het voelt!

“Hmm, is dit wat ze bedoelden met ‘het verjagen van demonen?’” Vroeg Richard. “Ik denk het wel. Ik durf te wedden dat ze hiernaar refereerde in de geschriften als ze spraken over demonen. Ze bedoelden jezelf bevrijden van de dingen die je achtervolgen uit de Verleden-Tijd. Ze refereerde naar dit innerlijke Helings proces, toch?”

“Precies. Onze destructieve interne gedachten patronen zijn onze demonen, Richard.”

“Ik zie dat nu, Michael. Een geheel complex van ‘dom zijn’ gedachten en gevoelens kwamen naar boven. Het voelde overweldigend en verwarrend toen het gebeurde, maar op de één of andere manier was het anders dan hoe het in het verleden gebeurde. Wanneer dat voorheen plaatsvond, verloor ik mezelf in de gevoelens en voelde ik me machteloos. Terwijl ik zojuist bewust bleef en alles verwerkte – Dat is denk ik de juiste naam ervoor – ik ging door deze gedachten en gevoelens zonder mezelf te verliezen in mijn ‘dom zijn’ patroon. Dit voelt geweldig, het voelt als een opluchting!”

SLEUTELGEDACHTE – Als we het “kwaad” in onszelf op eigenen, kan het Vergeven worden. Dan hoeven we niet meer te vrezen dat het gebeurd buiten onze controle.

“Goed gedaan! Ja, dit is verwerken en ik denk dat je zojuist één van je demonen hebt verwerkt en bevrijd. Deze noemen wij soms ‘plakkers’ en in sommige kringen ‘kling-ons.’

“Richard, je vat deze informatie snel en ik ben blij dat het je opvalt dat het niet zwaar hoeft te zijn, het kan zelfs leuk zijn. Het is een proces, en je maakt nieuwe hersencellen. Het kost tijd om deze informatie te begrijpen. Terwijl je dit werk doet en de ideeën opnieuw bestudeerd, zal je nieuwe niveaus van betekenis gaan zien. Je besef en inzichten zullen verdiepen. Je natuurlijke Intelligentie, de Intelligentie waar we allemaal van voorzien zijn, zal doorschijnen. Wees geduldig met jezelf in dit leerproces!

“Laten we nog een keer kijken naar hoe de geest werkt. Alles wat gegenereerd wordt moet conformeren naar de realiteiten die in de hersencellen zijn ingebracht. Iedere realiteit die de geest genereert moet overeenstemmen met het patroon dat in de Verleden-Tijd aanwezig is, in het geloofssysteem van de geest. De geest produceert zijn creaties in overeenstemming met de inhoud van de hersencellen. De geheimen worden verstopt ‘door’ de geest, niet ‘in’ de geest. Het is de geest die ‘ziet,’ en het ‘ziet’ alleen maar de beelden die het genereert. Het genereert alleen maar beelden waar het de hersencellen en betekenissen voor heeft.”

“Wat is er eigenlijk mogelijk als we voorbij alle verstoringen, en de liefdeloze betekenissen gaan, waar we in getraind zijn, Michael?”

“Wie zal het zeggen, Richard, maar als je de geschriften bekijkt van de spirituele giganten uit het verleden, gaan de dingen heel anders zijn. Misschien is het ‘koninkrijk der hemelen’ – “het paradijs” hier en nu, beschikbaar, maar laten we het niet binnen. Is het je ooit wel eens opgevallen hoe een kind iedere keer weer terug blijft komen met Liefde ? Misschien zijn we helemaal niet uit het paradijs verbannen, maar gaven we onze ware staat, Liefde weg. Doordat we de wereld van onze culturele training geaccepteerd hebben, en de gestoordheden uit de Verleden-Tijd als waarheid zijn gaan zien.

“Misschien gaan we wel ‘zien’ dat wij, de wereld en alle wezens, het verdienen om Volledig geliefd te zijn, gewoon omdat we bestaan. Misschien, als we deze eerste Wet gaan toepassen, zullen we bewijs zien dat ons overvloedig zegent op manieren die tot nog toe onbekend zijn. Liefde kan niet van ons afgepakt worden, wij duwen het zelf weg. Een fris nieuw perspectief is nodig. De geest moet bevrijd worden van zijn krankzinnigheid... Alles wat minder is dan Liefde. Een geest die de actualiteit van het leven kan waarnemen, volledig bevrijd van een verleden dat schaduwen werpt op wat de Creator gecreëerd heeft. Dat is een geest die in staat is tot wat genoemd is als een ‘onbevleete ontvangenis.’”

SLEUTELGEDACHTTE – Liefde kan niet van ons worden afgepakt, we duwen het weg.

“Ik hoor je zeggen dat er een diepere betekenis is te vinden in de oude leringen, en ik begin in te zien dat deze toepasbaar zijn in mijn leven. Ik ben een beetje overdonderd.”

“Dit idee over realiteiten die alleen maar beschikbaar zijn als ze in de hersencellen aanwezig zijn werd besproken in de Aramese geschriften als zij refereerde naar “De ogen om te zien, en de oren om te horen,’ of, ‘je hebt ogen, maar je ziet het niet? En je hebt oren, maar je hoort het niet?’ De mensen die deze woorden hoorden hadden natuurlijk ogen en oren, Echter, als de informatie niet in de hersencellen aanwezig was, zagen en hoorden ze dezelfde woorden en daden als anderen, maar begrepen niet de dieper liggende betekenis van de leringen. Deze konden niet verschijnen in hun geest. Ze konden niet de bedoelde betekenis ‘zien’ of ‘horen.’”

Richard onderbrak, “Volgens mij begrijp ik niet helemaal wat je zegt.”

“Ben je bekend met computers, Richard?” Hij knikte. “Laten we kijken naar een computer analogie die het allemaal wat duidelijker kan maken voor ons.”

22 WAT IS LEREN ?

“Herinner je nog de eerste keer dat je een computer ging gebruiken? Je had wel een idee over wat er allemaal mee gedaan kon worden, maar omdat je nog niet de hersencellen had opgebouwd om het te gebruiken, had je geen realiteit in je hoofd om je te begeleiden. Daarom, lukte het niet om er goed mee te werken. Toen je eenmaal ging leren over computers of een expert je hielp om de hersencellen te ontwikkelen, kon je het succesvol bedienen.

“Voordat je in staat was om met de computer te werken, was het enige verschil tussen jou en de expert de inhoud van haar hersencel-structuur in vergelijking met die van jou. Zij had realiteiten over computers die jij nog niet had gecreëerd. Toen je eenmaal ‘de ogen om te zien’ had ontwikkeld, was je in staat om de creatieve capaciteit van de computer volledig te gebruiken omdat je nu de hersencellen had ontwikkeld.

“Merk goed op, dat toen de computer nog niet voor je wilde werken, dit niet betekende dat er iets mis was met de computer of met jou. Al de mogelijkheden waren er. Als de computer vast liep, was het niet geïnteresseerd om je terug te pakken of te straffen, het werkte simpelweg niet zoals jij graag wilde dat het werkte. Dit is een perfect model om te beschrijven wat er gebeurt in het leven.”

“Dus, leren is vereist om de computer te laten werken. Is dat wat je bedoelt met het creëren van hersencellen?” Bracht Richard in.

“Ja, en in het leven, leef je de realiteiten waarvoor je de hersencellen bevat. Het leven ‘straft’ niet. Het geeft ons alleen maar terug waar wij om vragen. Als de realiteiten die wij vasthouden lijken op gestraft worden, zal het leven gelimiteerd zijn tot het doen van precies dat, keer op keer, totdat we veranderen! En net als bij de computer, als je leert hoe het leven werkt, opent het leven zijn creatieve capaciteit voor jou.

“Door beter te gaan begrijpen hoe we eigenlijk leren en door het ontwikkelen van een beter onderscheidingsvermogen om het verschil te weten tussen de ‘realiteit’ en de ‘actualiteit’ zal het makkelijker worden om dit werk te vatten. In de Aramese cultuur werd het verschil tussen de actualiteit en de realiteit goed begrepen. We kunnen via het brein alleen een realiteit zien en begrijpen die in onze hersen structuur is. We kunnen denken dat we zien en begrijpen wat er in de buitenwereld gebeurt, maar in werkelijkheid gebeurt er veel meer in het leven dan wat wij kunnen zien met/door onze gelimiteerde zintuigen.

“Het vraagt geduld om hersencellen te ontwikkelen voor dieper gewaarzijn. Het kost tijd om de ideeën uit dit werk te integreren om aanzienlijke verandering te zien plaatsvinden. Hun die deze hersencellen nog niet hebben zullen zich vaak verwonderen waarom anderen zo opgewonden worden wanneer ze de gereedschappen gebruiken.

“Ik heb mensen meegemaakt die heel ongeduldig worden met dit werk omdat ze alle informatie direct willen, in plaats van de tijd nemen door het leerproces te gaan. Ik ervaar zelf ook wat frustratie omdat ik het liefst dit proces in één ademteug wil doorgeven. Het zou geweldig zijn als iedereen alle begrip en gereedschappen in gebruiksklare vorm in één keer zou kunnen ontvangen.

“Eén van de blokkades die neigen het proces te vertragen zijn de conflicterende realiteiten die mensen in hun geest hebben over woorden. De manier waarop woorden gebruikt worden speelt een belangrijke rol in het construeren van hersencellen. Een woord kan begrepen worden op meerdere manieren. Het kan gekoppeld zijn aan verscheidene realiteiten, compleet verschillend per individuele geest. Er zijn afgesproken betekenissen die inherent lijken te zijn aan de woorden, maar de enige betekenis die een woord heeft is de realiteit die het activeert in iemands hersenstructuur. Omdat mensen een definitie met elkaar afspreken wil dat nog niet zeggen dat het desbetreffende woord die betekenis of zelfs enige betekenis heeft.”

“Ik begin te zien, Michael, dat helder begrip van de **realiteit** en de **actualiteit** tijd zal kosten voor mij, maar ik ben er klaar voor ! Ik begrijp dat ik veel oude gewoontes en denkpatronen zal moeten loslaten. Het is nu tijd voor mij om de dingen die niet werken in mijn leven aan te gaan. Ik moet me over dat overweldigende gevoel, dat ik voel als ik bedenk hoeveel werk ik nog moet doen, heen zetten.

“Ik ben het op dit moment niet eens met alles wat je gezegd hebt, sommige dingen vallen nog niet op zijn plaats, maar ik heb vele benaderingen bestudeerd en dit werk lijkt mij nog het meest te kloppen van wat ik onderzocht heb.” Richard sprak met een onverwachts enthousiasme en oprechte waardering.

“Het toepassen van de hulpmiddelen in je leven zal veel vragen beantwoorden. Laten we kijken naar het proces van Vergeving zoals het wordt weergegeven in het Realiteit Management Werkblad.” Stelde ik voor.

Richard verzekerde me dat hij bereid was om te doen wat nodig was. Voor de eerste keer sinds zijn aankomst erkende hij dat dit is wat hij nodig had. Richard leek kalm.

SLEUTELGEDACHTE – Wil je verandering ? Begin met het deel dat onder jouw controle valt.
Jezelf

23 DE ARAMESE OPLOSSING

“Richard, ik voel dat het ‘Realiteit Management’ Werkblad een van de beste hulpmiddelen is, die wij hebben ontwikkeld voor het bevrijden van conflicterende realiteiten. Het toont hoe Vergeving werkt, stap voor stap. Als je het onder de knie hebt, en het regelmatig toepast, zal je leven nooit meer hetzelfde zijn.”

“Dat klinkt als een belofte die ik niet kan weigeren. Ik ben bereid!” Richard was gemotiveerd. “Vertel me meer.”

“Het Aramese woord ‘shbag’ is vertaald in het woord ‘vergeef,’ maar het heeft een veel rijkere en diepere betekenis dan ons concept van vergeving in het Westen. Het woord vertaald zich als ‘annuleren, loslaten, uit de knoop halen, ontkoppelen.’ Als een Aramees concept, betekent het woord ‘shbag’ een ‘hulpmiddel voor het veranderen van een realiteit in je geest.’

SLEUTELGEDACHTTE – Ware Vergeving... een hulpmiddel voor het veranderen van een realiteit in je geest.

“In onze cultuur zeggen we ‘vergeef de ander’ alsof het de ander is die vergeven dient te worden voor jouw boosheid. Een Aramese geest die het volle begrip heeft van echte Vergeving zou zo iets nooit zeggen.”

“Wat zouden ze wel zeggen?”

“De uitspraak zal meer iets zijn als, ‘Vergeef de ander, zoals jezelf.’”

“Wacht heel even,” Richard onderbrak terwijl hij opstond en zich uitrekte. “Je raakt me kwijt.”

“Geef me een momentje om alles bij elkaar te brengen, dan kijken we of het past. Begrijp je dat **jij**, je eigen realiteit definieert via de inhoud van jouw geest? Kan je accepteren dat iedereen verantwoordelijk is voor zijn of haar eigen realiteit?”

“Oké, ik volg je.”

“Als ik verantwoordelijk functioneer in mijn leven, en jij brengt een realiteit in mij naar boven, laten we zeggen ‘angst,’ is er dan iets waarvoor ik *jou* zou moeten vergeven?”

“Nou, als ik ernaar kijk op jouw manier, nee. Ik heb jouw angst geactiveerd, maar ik heb het niet veroorzaakt. Eigenlijk heb ik jou een kans gegeven om van de angst af te komen. He, ik heb je eigenlijk geholpen om van iets af te komen dat jou pijn doet., ook al ben je niet gewaar wat precies de pijn en het ongemak veroorzaakt in jou!”

“Precies. Het verschil is, wanneer ik de verkeerd begrepen vorm van vergeving gebruik, namelijk ‘Ik vergeef jou,’ Moet ik eerst jou beschuldigen of iets op jou projecteren. In het Aramese concept, neemt iedere persoon verantwoordelijkheid voor de inhoud en uitingen van zijn of haar eigen geest. Als je Ware Vergeving gaat toepassen, bevrijd je belemmeringen uit je eigen geest. Dit klinkt misschien raar, maar dit staat toe dat je projecties onklaar worden gemaakt zodat genezing kan plaatsvinden. Als je hier net mee begint is het vaak een moeilijk concept om toe te passen in praktische situaties, omdat het door onze conditionering vaak lijkt alsof het andere mensen zijn die ons gevoel veroorzaken. Laten we de theorie bespreken achter dit proces en waarom het even duurt voordat het gaat werken.

“Herinner je nog, we hebben projectie gedefinieerd als het beschuldigen van een ander voor de inhoud van je eigen geest? Klinkt het eigenlijk niet een beetje raar, dat ik jou beschuldig voor een realiteit die zich in mijn geest bevind?”

“Het klinkt inderdaad raar als je het op deze manier zegt,” hij stemde twijfelend toe. Hij liep rondjes in de kamer. “Ik ben nog steeds niet overtuigd. Het voelt helemaal niet alsof ik aan het projecteren ben als ik boos ben op iemand.”

“Dit komt door de manier waarop onze geest werkt, Richard. We hebben de bijzondere capaciteit om het te doen lijken alsof onze innerlijke realiteiten buiten ons liggen. Als je dit vol beseft, kunnen de verstoringen in de geest gezien en genezen worden. Zoals je al eerder gerealiseerd hebt, alle genezing komt van binnenuit!

“Vanuit het Aramese perspectief, is het feit dat jij iets in mij triggert een kans voor mij om iets van binnen te zien dat vergeven mag worden! Ik kan nu mijn innerlijke realiteit vergeven die jij aan mij hebt laten zien, maar op geen enkele manier moet ik jou hiervoor vergeven.

“Laten we eens kijken naar de Aramese vorm van Vergeving zoals het past bij de situatie die we hebben besproken in het hoofdstuk Waarheid-Blokkade. In de illustratie die ik weergaf in de discussie kon je zien dat de meeste communicatie gebaseerd is op projectie.

“Let goed op hoe in de volgende illustratie wordt gecommuniceerd, het komt van onze workshop genaamd ‘Communicatie – Heb je gehoord wat ik denk dat ik gezegd heb?’ Dit noemen we ‘verantwoordelijke communicatie.’ Merk goed op dat bij verantwoordelijke communicatie, iedereen woorden gebruikt waaruit blijkt dat ze beseffen dat ze verantwoordelijk zijn voor hun eigen individuele realiteit.

“In het vorige diagram noemde we alle gesproken taal ‘projectie taal,’ welke gebaseerd is op de overtuiging dat anderen onze innerlijke realiteit en pijn veroorzaken. In dat voorbeeld werd valse vergeving toegepast. Hij ‘vergaf’ haar, weet je het nog? Valse vergeving versterkt de realiteit in zijn geest dat de schuld bij haar ligt en daardoor blijft zijn interne bron van pijn intact.”

(het boek vertoont hier een grafische illustratie van de Aramese vorm van Vergeving.)

“Dus hij zou haar niet moeten vergeven?” Vroeg Richard.

“Als je eenmaal de betekenis van Ware Vergeving begrijpt zoals geleerd wordt vanuit het Aramees zal je nooit meer een ander ‘vergeven!’ Je kán niet eens anderen vergeven – Ware vergeving gaat over het veranderen van de realiteit in je eigen geest die getriggerd wordt door iemand anders, en niet hun gedrag door de vingers zien, dit heeft er niks mee te maken. Het is deze dynamiek en deze dynamiek **ALLEEN** die de geest bevrijdt van zijn vijandigheid en het voor ons weer mogelijk wordt om de Eerste Wet van het menselijk bestaan te volgen – Het behouden van de staat van Liefde. Deze Wet niet volgen is... gestoord/verstoord zijn.”

“Ik heb best goede beslissingen gemaakt terwijl ik boos was, Michael. Ik weet even niet hoe dat past met wat je nu zegt.”

“Richard, is het zo dat je iedere keer in je boosheid soortgelijke beslissingen maakt, zelfs als het resultaat van je gedrag niet produceert wat je wilt?” Hij antwoordde ja. “Iedere keer hetzelfde doen en toch andere resultaten verwachten is een goede definitie van krankzinnigheid. Als je telkens weer dezelfde beslissing neemt, zelfs als het een goede is, is er helemaal geen sprake geweest van keuze. Beslissingen zijn dan het automatische product van resonantie en leiden niet naar nieuw gedrag. Ben je ooit woedend geweest op iemand en dan spontaan naar ze toe gegaan om ze te omarmen en ze te vertellen hoeveel je van ze houdt? Waarschijnlijk niet. Dat vereist vaak een ongewone situatie of een gedisciplineerde keus voor de meeste mensen. Boze of starre besluiten laten vaak weinig ruimte voor nieuwe keuzes of intelligente actie en produceren een ‘gestoorde’ geest.

SLEUTELGEDACHTTE – Iedere keer hetzelfde doen en een ander resultaat verwachten is een goede definitie van krankzinnigheid.

“Herinner je nog dat ik zojuist vroeg wanneer je het meest intelligent bent? Je zei dat de enige keren dat je besluiten had gemaakt en dingen had gedaan waar je achteraf spijt van had de keren waren wanneer je vanuit een andere staat dan Liefde kwam. Ons gedrag is alleen maar gestoord (of verstoord) wanneer de geest zich in een conditie van vijandigheid of angst bevind. Of reageert op één van deze emoties.

“Ware Vergeving verwijderd de realiteiten uit het menselijk systeem die de menselijke tempel, intelligentie, gezondheid, voorspoed en relaties vernietigen. Het is de sleutel tot vitaliteit.”

“Hoe doen we dit Werkblad-proces? Ik heb geen flauw idee op wat voor onderwerp ik dat moet toepassen. Heb je suggesties?”

“Laten we nog eens het verhaal verkennen van de serveerster die je kopje verplaatste in het restaurant. Ik denk dat je hier wel wat informatie uit kan halen waarmee je kan ontdekken hoe je geest de “Waarom overkomt mij dit... TELKENS WEER?!”- ervaringen produceert. In deze gebeurtenis met de serveerster kan je genoeg materiaal vinden voor meerdere productieve werkbladen.”

“Ik ben bereid om alles uit mijn leven te onderzoeken,” vertrouwde Richard mij toe. Hij leek gemotiveerd om met het werkblad-proces te beginnen.

“Laten we kijken naar jouw beschrijvingen van de gebeurtenissen die dag, en kijken of er dingen bij zitten die waarlijk accuraat zijn en gelinkt kunnen worden naar je geestelijke realiteit. Bijvoorbeeld, had je toen je jong was broers of zussen waar je ouders meer aandacht voor hadden, misschien zelfs in zoverre dat ze jouw speelgoed aan hun gaven?” Stelde ik voor. “Negeerde je hun en vocht je veel met ze?”

“Dingen werden altijd van me afgepakt, ik had nooit iets van mezelf – Maar hoe weet jij dat? – Ik snap niet hoe je hier achter bent gekomen.” Zei Richard stomverbaasd.

“Ik wist het niet, maar ik vermoedde het toen je me grofweg vertelde over de serveerster die je koffie had gepakt.”

SLEUTELGEDACHTE – Je woorden tonen welke geest-energie je gebruikt om je realiteiten te construeren, van moment tot moment.

“Ik heb je toen niet over mijn jeugd verteld,” Antwoorde Richard.

Ik legde hem uit dat “hij” dat niet deed, maar “zijn verhaal” dat deed. Iedereen ervaart bijna altijd zijn eigen innerlijke realiteit in plaats van wat er daadwerkelijk gebeurd in de wereld. Dit betekent dat er een patroon of een thema is, voor iedere realiteit die voortkomt uit onze hersencellen. De woorden die worden uitgesproken reflecteren de algemene patronen die bevat zijn in de geest van de spreker. Woorden van verrukking en inspiratie reflecteren het leven zoals het hoort te zijn. Boze woorden reflecteren een boos verleden, verdrietige woorden een verdrietig verleden, en angstige woorden vertellen het verhaal van een opvoeding die de wereld zag als een onveilige plek.

“Goed luisteren naar wat andere mensen zeggen over iedere realiteit in hun geest geeft je heel veel informatie over wat er gebeurd is in hun verleden.” We contempleerde samen het idee dat de perceptie van de geest meer verteld over de inhoud van de geest dan over het object dat waargenomen wordt. “De perceptie van de geest is altijd gebaseerd op de inhoud van de geest en vertaald, misschien wel of misschien niet een juiste reflectie van de externe wereld, de wereld van de actualiteit.”

We keken nog eens goed naar de actualiteiten van die dag in het restaurant en de realiteiten die getoond werden door Richards gedachten. We maakten een goed onderscheid tussen de twee.

Hij had de actualiteit ervaren van een serveerster die zijn koffie oppakte. Zijn gedachten toonden hem de realiteit van zijn verleden... Er werd iets afgepakt. We bespraken het feit dat de 'iemand pakt wat van mij af' realiteit naar de oppervlakte kwam omdat het al in hem aanwezig was om getriggerd te kunnen worden. Niet omdat de serveerster zijn koffie pakte. Zijn perspectief dat mensen altijd alles van hem afpakken was een filter waardoor hij naar het leven keek, en dit was het moment om Ware Vergeving te gebruiken om die realiteit in zijn geest te veranderen.

Hij was tegelijkertijd verward en opgewonden. "Ik wist niet dat mijn woorden zoveel over mij vertellen. Ik begrijp nu een beetje hoe je dit hebt kunnen zien. Hoe kwam je erbij dat ik mijn zus veel negeerde en veel ruzie had?" Vroeg hij.

"Je zei net dat je de serveerster aanviel zonder haar een kans te geven om het uit te leggen? Je bent waarschijnlijk zo snel met aanvallen omdat je een realiteit in je gedachte hebt die iets zegt zoals 'eerst aanvallen. Niet luisteren. Als je luistert, verlies je!' Deze realiteit komt veel voor in families waar kinderen worden voorgetrokken."

"Wauw, dat is echt pijnlijk dichtbij mijn relatie met mijn zus," gaf hij toe. "Misschien moet jij mij maar gewoon vertellen hoe het zit met mij?" Vroeg hij.

"Merk goed op, Richard, dat ik alleen maar onderzoek wat ik hoor van jou. Dat is een belangrijke stap in dit proces. Als ik jouw woorden hoor, kan ik ze alleen maar horen voor wat ze activeren in mij, oftewel mijn eigen filter. Mijn betekenis voor jouw woorden kan er helemaal naast zitten. De sleutel is hier wat er getriggerd wordt in jou, niet wat ze betekenen voor mij. Ik doe altijd mijn best om mijn inzichten en feedback te vormen in vragen zodat ik op het juiste pad blijf. Ik ben hier om jou te ondersteunen in jouw problemen, niet de mijne. Ik ben hier niet om je 'iets te vertellen.'

"Het gebruik van woorden is een onderwerp waar we het uren over kunnen hebben, en in sommige van onze intensieve workshops doen we dat ook. Een hele goede oefening is observeren en goed luisteren naar de woorden die je spreekt. Als je jezelf betrapt op het gebruik van woorden die niet ondersteunen wat je echt wilt creëren in je leven, gebruik dan de hulpmiddelen om je realiteitsstructuur en je woorden te veranderen.

SLEUTELGEDACHTE – Wat zijn jouw overtuigingen over jezelf waarmee je creëert wat er gebeurt in je leven? Niet zeker? Luister naar je woorden voor aanwijzingen!

"Heb je enig idee over een onderwerp voor je werkblad?"

24 – LOS HET OP MET JE BESTE VRIEND

“Waar moet ik beginnen?” Vroeg Richard.

“Het is het beste om eerst helder te zijn over wát je aan het doen bent en waarom je het doet. De mensen die echt aan de slag gaan met deze werkbladen vertellen me dat het hun beste vriend is geworden. Let op, de nadruk moet gelegd worden op het hulpmiddel. Dit proces creëert een opening, om de delen van je geest aan te gaan die niet voor je werken, de delen waarmee je jezelf kan saboteren.”

“Ik voel wat weerstand tegen deze gedachte, Michael.”

“Daar ben je niet alleen in, niemand wil zijn of haar pijn voelen – totdat ze het beseffen.”

“Wat beseffen?” Vroeg Richard.

“Pijn eist zijn tol. Ook als het onderdrukt en niet direct bewust ervaren wordt.”

“Hoe dan?”

“Herinner je nog onze discussie over pijn? Pijn is de reflectie van opgeslagen destructieve energieën. Als mensen de pijn ontkennen en toegang daartoe verhinderen, dan is het onderdrukken van hun directe ervaring het enige waar ze in geslaagd zijn. Verstopte of verdoofde pijn wordt niet verwijderd uit je ervaring door ontkenning of drugs. Het openbaart zich in de pijnen en knagen van het zogenaamde ‘verouderen’ of ‘afbreken.’ De druk van de emotionele frustratie die iedere keer wordt ervaren. De irrationele woedeaanvallen die relaties kapot maken. De ‘ongelukken’ die gebeuren. Hoofdpijn, lichaamspijn. Degenererende ziektes (disharmonie) en de duizenden irritaties die de kwaliteit van het leven drastisch verminderen.

“Er is een oud gezegde dat zegt, de dappere sterft één keer, de lafaard sterft duizend keer. Als je jezelf versterkt met actuele hulpmiddelen om aan te gaan en te helen wat verstopt is, zal trauma en pijn ontmanteld en verwijderd worden uit je leven. Als je dit werk doet, zul je merken dat je levensvreugde, je gevoel van welzijn en vitaliteit zullen toenemen in de mate dat je Vergeving hebt toegepast. In het verleden, toen het leven werd geleefd zonder hulpmiddelen, vonden de meeste mensen dat het aangaan van een oud trauma betekent... Het versterken en machteloos zijn om het te veranderen. Het Ware Vergevings-proces verandert dat allemaal. Een verschuiving vind daadwerkelijk plaats!! De problemen van het leven kunnen worden aangegaan en geheeld worden.”

“Oké, Michael, Ik begrijp het ‘Waarom’ van het Realiteit-Management-Proces, ik ben alleen nog niet zeker over ‘Wat’ ervoor in aanmerking komt.”

“De ‘Wat’ is eenvoudig. Als iemand in jou iets activeert oftewel triggert, b.v. woede, angst, haat, wraak, roddel of elke andere destructieve realiteit, is dit een mooie gelegenheid om jezelf te genezen – Niet door hun te vergeven, maar door het veranderen van de realiteit in je geest, die de pijn veroorzaakt!”

“Wat ook je ervaring van het leven is, iedere realiteit in je geest is te veranderen. Je kan niet direct veranderen wat er gebeurd in de buitenwereld. Mensen worden gefrustreerd en boos als ze voortdurend proberen het leven te controleren. De manier waarop je de buitenwereld veranderd is door indirecte invloed – Door het veranderen van de realiteiten in je geest verschuif je je complete energieveld. Als je dit hebt gedaan, verschuift het gehele patroon in je leven, en de golf-effecten veranderen alles wat je aantrekt... (gelijke trekken aan). Als overvloedig leven altijd al moeilijk voor je was, zullen centen in euro’s veranderen! De traditionele vertalingen van de geschriften spreken over de “val” van de mens. In het Aramees, refereert die tekst niet naar een val, in plaats daarvan zegt het. De mens is vergeten hoe in overvloed te leven.”

Genees de armoede realiteiten in je geest, welke vorm van armoede het ook is – relaties, geld, werk, vreugde, gezondheid of overvloed – en een verandering in je uiterlijke omstandigheden wordt automatisch aangetrokken door de Wet van Resonantie.”

“Oké, ik begrijp wat we gaan doen. Nu nog een onderwerp kiezen? Voor welke onderwerpen zijn de werkbladen bedoelt?”

“Je kan een werkblad doen over iedere persoon, plaats, ding, omstandigheid of situatie die een pijnlijke realiteit in je resoneert. Het kan iets zijn wat zich nu afspeelt of iets uit je verleden of zelfs een toekomstige gebeurtenis die je anticipeert. Je kan ook je eigen emoties of jezelf gebruiken als onderwerp van een werkblad.”

“Dan wordt het een werkblad over conflict met vrouwen. Ik heb conflict gehad met mijn moeder, mijn zus en bijna iedere vrouw met wie ik ooit een relatie heb gehad, ook serveersters!”

“Dat is wel een heel ruim gebied, Richard. Ik stel voor dat je specifiek bent en dat je voor je eerste werkbladen een onderwerp kiest dat niet zo zwaar beladen is. Een heel specifiek gekozen onderwerp zal het beste resultaat teweeg brengen,” Raadde ik hem aan. “Ook nog iets anders, Vergeving, wordt zoals ieder andere vaardigheid ontwikkeld door te oefenen.

De eerste keer dat je dit hulpmiddel gaat gebruiken, is het beter om te beginnen met iets dat relatief makkelijk is in plaats van de grootste wond uit je leven. De problemen die je al heel lang bij je draagt en vaak herhaald zijn, dragen vaak een grote mate aan onbewustheid, en het is het beste als je met iets kleins begint zodat je relatief bewust kan blijven in het proces. Als je je kracht en gewaarszijn ontwikkeld door de realiteit-management-werkbladen, kan je stapje voor stapje bewegen naar de grotere onderwerpen.

“Ik stel voor dat je een dagboek bijhoudt van je werk en een lijst ‘werkbladen nog te doen.’ Je zal het waarschijnlijk vruchtbaar vinden om veel werkbladen te doen over de moeilijkheden in de omgang met vrouwen.”

Hij verbleef verzonken in gedachten voordat hij sprak. “Hecht zijn met mijn zus, Amy, lijkt mij een goed begin. Goed contact maken met mensen voelt als een minder zwaar onderwerp dan het ‘conflict met vrouwen’ probleem, al moet ik zeggen, de relatie met mijn zus is ook wel een zwaar beladen onderwerp voor mij.”

“Normaal zou ik voorstellen om nog even te wachten totdat je wat meer bedreven bent voordat je met zo’n onderwerp begint. Maar aangezien we dit samen doen en je direct ondersteunt wordt, gaan we maar gewoon aan de slag. Je wilt misschien de datum invullen en het werkblad nummeren. (zie het werkblad... Realiteitsmanagement)

“Ik stel voor dat je een map gebruikt om je werkbladen in te bewaren. Dit zal je ieder keer als je terugkijkt nieuwe inzichten verschaffen. Bovenaan op het werkblad staat de stelling over de ware aard van jouw realiteit of jouw natuurlijke staat van zijn. De staat van Liefde, zoals iedere baby belichaamt. Als je ieder werkblad begint met deze herinnering is het makkelijker om de uiterlijke projectie van jouw innerlijke pijn te doorzien, alsook de neiging tot het beschuldigen van jezelf en anderen. Verwijten maken geeft je eigen kracht weg, het is een ontkenningmechanisme.” Dus Stap 1, is het lezen van deze herinnering.

Stap 1A, erkent wat waar *lijkt* te zijn en geeft je de ruimte om je gedachten op te schrijven. Je verkrijgt een ander perspectief door de daad van het analyseren van je gedachten. De basis van jouw realiteit, de inhoud van jouw geest op papier.

“Als er niet genoeg ruimte is, gebruik een ander blad papier. Sommige mensen schrijven iedere keer met de hand het complete werkblad over. In het blanco gedeelte, in 1A, noem je de persoon, plaats, ding of gebeurtenis die je verstoring of pijnlijke realiteit geactiveerd (getriggerd) heeft.”

“Dus ik schrijf mijn zus, Amy, op deze lege regel?” vroeg hij.

“In dit geval, ja. En als je bijvoorbeeld een werkblad deed over je auto die niet start, dan vul je, ‘auto’ in. Als je een werkblad zou doen over de realiteit ‘Dom Zijn,’ wat we zojuist besproken en verwerkt hebben. Vul je je eigen naam in op de lege regel. Daarna schrijf je je eigen initialen tussen de aanhalingstekens die volgen na het benoemen van de trigger “het object van jouw aandacht,” als herinnering dat dit werkblad gaat over *jou* en een realiteit in *jouw* geest. Daarna schrijf je een korte omschrijving over wat jij denkt dat er gebeurd is. Jouw perceptie erop/ervan.”

1. A. Mijn geest overtuigd mij ervan dat mijn trigger (schrijf de naam van de persoon, plaats, ding of situatie) Mijn zusje Amy mijn (R.S) gevoelens veroorzaakt (beschrijf wat er is gebeurt) Ze was altijd de favoriet. (HAAL ADEM)

De Waarheid is: mijn realiteit is uitsluitend mijn innerlijke wereld, uniek voor mij en gecreëerd door mijn eigen gedachten! Als ik leer verantwoordelijkheid te nemen voor mijn dis-harmonieuze gedachten, zullen mijn realiteiten veranderen.

“Ik zie steeds meer de Waarheid hierin, Michael, en het bevalt me prima! Het voelt steeds meer als een zelf-bekrachtigend idee. Ik realiseer me dat iedere realiteit die ik ervaar alleen bestaat in *mijn geest* en dat het volledig te veranderen is!”

“Op de volgende regel, 1B, schrijf je je gevoelens op. Wees er zeker van dat je woorden gebruikt die je emoties weergeven, niet je gedachten. In onze intellectuele en rationele cultuur wordt het ons vaak geleerd om gevoelens te vervangen met gedachten. Bijvoorbeeld, veel mensen zouden kunnen zeggen, “Ik voel dat zij het favoriete kind was.” Maar je kan niet voelen ‘zij was de favoriet,’ omdat dat een gedachte is, niet een gevoel. In sommige huishoudens word het niet toegestaan gevoelens te uiten, dus kan het soms moeilijk zijn om er woorden voor te vinden. Soms stammen onze emoties uit een tijd waar we nog niet praatte en we de ervaring beleefde zonder concepten of woorden, en dus, is het lastig om te beschrijven wat je gevoelens zijn. Het vakje rechts is een plek om je gevoelens eventueel te tekenen en ze visueel te omschrijven,” stelde ik voor.

1B. Dit activeert een gevoel van woede.

(teken je emotie)

“Dit is makkelijker dan ik dacht, Michael.”

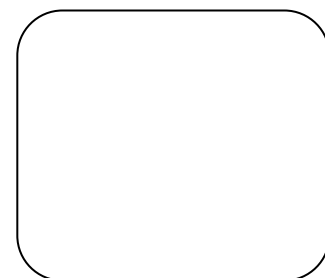
“Goed zo! Soms is de volgende stap een iets grotere uitdaging. Het idee van *Stap 1C* is het identificeren van de gedachte die je gebruikt om het gevoel van woede te veroorzaken.”

“Ik herinner me dat we het eerder hierover gehad hebben, maar ik weet niet zeker of ik het al begrijp. Wat betekent ‘het identificeren van de gedachte die ik gebruik om mijn woede te veroorzaken?’”

“Herinner je nog de oefening die we eerder gedaan hebben waar je door een serie van gedachten ging en ontdekte dat onze gevoelens veroorzaakt worden door onze eigen gedachten? Deze stap leert je geest om op de uitkijk te staan naar onbewuste, destructieve gedachten, gereflecteerd door je emotie. Er een gewoonte van maken je geest te doorzoeken naar gedachten die je verstoring geven geeft je de kans om deze gedachten te vangen voordat ze schade aanrichten. Des te eerder je ze ziet, des te makkelijker het is om oude gedachtepatronen te veranderen.”

“Dat klinkt logisch,” stemde Richard toe.

“Welke specifieke gedachte, moet je denken om boos te worden over je perceptie van je zus als de favoriet van je ouders?”



“Dat is een makkie. Zij had het makkelijk, ik werd continu op het matje geroepen!” Zijn stem ging een paar octaven omhoog terwijl hij sprak. Het was duidelijk dat zijn emoties nog steeds op scherp stonden na het verwerken dat we eerder op de dag hadden gedaan. Hij had iets bereikt dat nog steeds ongewoon is voor een man in onze cultuur; hij voelde zich veilig genoeg om open en kwetsbaar te zijn.

1C. Mijn gedachte die dit gevoel veroorzaakt is Amy had het makkelijk, ik werd iedere keer gestraft!

“Toch begrijp ik nog steeds niet helemaal hoe deze gedachte mijn woede veroorzaakt,” voegde Richard toe.

“Je hoeft ook helemaal niet te weten hoe het gebeurd, Richard, alleen dát het gebeurd. Als je bijvoorbeeld de volgende gedachte vasthield, ‘Wat fijn eigenlijk, dat mijn zusje het zoveel makkelijker had. Ik ben blij voor haar dat ze geliefd werd en niet zo’n moeilijke tijd heeft gehad!’ Hoe zou je je dan voelen?”

“Eigenlijk best goed, ik gun haar echt het beste hoor.” Antwoordde hij.

“Dus, de actualiteit is hetzelfde. Het enige wat je boosheid verandert in een goed gevoel is de gedachte die *jij* denkt, toch? En het veranderen van die gedachte verandert niet alleen je emotie maar ook je ervaring van de realiteit. En je fysiologie. Merk het verschil maar eens op in je lichaam.”

“Ik ben in ieder geval meer ontspannen . . . Vredig!” Riep hij.

“En, het is allemaal jouw keuze. Merk goed op dat jij de enige bent met de kracht om de gedachten die je denkt te selecteren en te onderhouden. Het heeft me altijd al verbaasd hoeveel mensen hun gedachten blijven denken simpelweg omdat deze gedachten aanwezig zijn in hun geest! Zoveel mensen hebben helemaal geen idee dat ze controle hebben over hun gedachten, en dat ze hun gedachten kunnen veranderen, zelfs gedachten die al honderd generaties worden doorgegeven. En, natuurlijk, Wie lijdt er onder jouw negatieve gedachten?” Vroeg ik hem.

SLEUTELGEDACHTE – Als er in je geest een gedachte aanwezig is betekent dit niet dat je gedwongen wordt om deze te blijven denken. Op een praktisch niveau, is Gratie (vrijheid) de vaardigheid om van gedachten te veranderen wanneer dat gewenst is!

“Het wordt steeds duidelijker voor mij dat ik degene ben die het lijden veroorzaakt. Het verwonderd me dat ik het zo automatisch doe.” Richard grijnsde. Hij pauzeerde even en uitte daarna zijn gedachten. “Weet je, ik begreep dit concept twee uur geleden toen we erover spraken en ik was blij verrast door het hele idee. Nu, is het net alsof ik het voor het eerst hoor. Alsof ik alles weer opnieuw beseft. . . Hoe mijn gedachten mijn emoties genereren. Ik ben weer net zo verbaasd als twee uur geleden!”

“Ik kan me daarin vinden, Richard. Het verbaasd me iedere keer als ik dit leer aan een ander. Het leven werkt zo totaal anders dan wat de meesten van ons verteld is. En als we deze conditionering niet ongedaan maken, kunnen we heel gemakkelijk weer terugvallen in oude verwijt-realiteiten. Onze vastgehouden onbewuste verwijt-realiteiten moeten simpelweg onklaar gemaakt worden, Vergeven. Er is een proces gaande van ongedaan maken en iedere keer als je je ware verantwoordelijkheid weer herontdekt, is dat omdat je weer wat oude realiteiten in je hersencellen hebt bevrijd en nieuwe hersencellen hebt aangemaakt. . . Steeds dichterbij een volledig besef en meesterschap over de inhoud van je geest. Een belangrijke vraag om continu te stellen is, ‘**Wie bepaalt wat ik denk en voel?**’”

“In het verleden was het iedereen behalve ik! Ik ben er volledig klaar voor om mijn geest in eigen handen te nemen en verantwoordelijk te zijn voor de gedachten die ik denk. Ik begin eindelijk te beseffen dat mijn emoties het resultaat zijn van de gedachten die ik denk en de woorden die ik gebruik.

Ik ga echt volle verantwoordelijkheid hiervoor nemen. Ik ga voorzichtiger zijn met de woorden die ik gebruik en meer integriteit belichamen in de manier waarop ik handel. Ik heb goede hoop dat al deze dingen tezamen de resultaten verbeteren in mijn leven.”

“Geweldig! **Stap 1D** is heel direct. Je beschrijft simpelweg wat het is dat je wilt doen om de trigger (IA) aan te vallen of te vermijden. Aanvallen kan van alles zijn; een snauw, een vernederende gedachte, weglopen, emotioneel, verbaal of fysiek kwetsen – gericht naar jezelf of de ander.”

1D. Ik wil aanvallen of vermijden door schreeuwen en weglopen van Amy.

“Veel mensen verstoppen voor zichzelf de neiging tot aanvallen in vele vormen. Ze doen net alsof ze nooit zouden aanvallen en denken een gedachte zoals, ‘Ik wil gewoon niks met ze te maken hebben,’ terwijl het weglopen bij iemand één van de ergste straffen kan zijn.”

“Ik heb nooit gedacht dat het vermijden van iemand een kwetsing zou kunnen zijn, maar nu ik denk aan mijn vrouw die bij mij weggelopen is, voelt het toch wel als een straf voor mij!” Betreurde Richard.

“Ik hoor je luid en duidelijk. Laten we eens kijken naar het effect van aanvallen en verwijten maken op degene die het toepast,” stelde ik voor. “Al brengen deze handelingen of gedachten misschien opluchting op de korte termijn. De consequenties van aanvallen en beschuldigen zijn altijd destructief voor je persoonlijke kracht, je fysiologie, gezondheid en vreugde. Ook de scherpte van je geest!”

“Kan een klein beetje woede je echt zoveel schaden?” Richard was zeker niet overtuigd.

“Ik weet niet zeker of de effecten van een ‘klein beetje’ woede gemeten kunnen worden. Maar als de woede vergroot zou worden vermoed ik dat we zullen ontdekken dat woede één van de voornaamste destructieve krachten is, in *lichaam en geest*. Het is een intern geproduceerde drugs die pijn onderdrukt en het mentaal functioneren naar beneden haalt. We zijn vaak zo goed in het onderdrukken, dat we niet de kans hebben om direct de effecten te ervaren van onze verstopte gevoelens, totdat het te laat is en we ineens een desastreuze degeneratieve conditie ervaren, of een trauma in een relatie door chronische woede.

SLEUTELGEDACHTE – “Door de productie van Noradrenaline (bij woede)... worden we dom. Als je echt woedend bent kan je tot 80% van je effectieve intelligentie uitschakelen. Noradrenaline is onaangepast en gevaarlijk voor je gezondheid.

Timothy Wilken, MD www.SynEARTH.net

“Bij woede, is iemand geneigd om een demon te maken van datgene/diegene waar de boosheid op gericht is. Een grote interne leugen en een dynamiek die nooit goed uitpakt in relaties. Boosheid blokkeert het maagdarmsstelsel en het immuun systeem terwijl het de bloeddruk verhoogd. Chronische boosheid is zo’n destructieve drugs, fysiek en emotioneel, dat het onvermijdelijke leidt naar nog meer verslavingsgedrag door de behoefte om de pijnlijke effecten te onderdrukken.

“Richard... Angst, vijandigheid, bestraffing en beschuldigen zijn niet jouw vrienden, ze zijn een strop om je nek. Iedere keer als deze om de hoek komen kijken, misleidt de geest ons door het gebruik van corrupte informatie. Dit veroorzaakt een valse perceptie van de gebeurtenis in de actuele wereld.”

“Wat bedoel je daarmee?”

“Ben je ooit beschuldigd voor iets wat je gezegd of gedaan zou hebben wat je absoluut niet gezegd of gedaan had?”

“Ja, maar ik weet zeker dat we allemaal wel eens ten onrechte beschuldigd zijn!” Antwoorde Richard terug.

“Zeker weten, en wat was de emotionele staat van je beschuldiger?”

“Hmm, iedere keer dat ik me kan herinneren, waren ze kwaad. Ik heb nog nooit eerder deze connectie gezien!”

“En... Merk ook goed op hoe overduidelijk het was, in jouw geest, dat hun het niet goed hadden gezien. Hun geest, al waren ze overtuigd van de waarheid van hun bewering, had een defect in perceptie. Dat is wat angst en vijandigheid veroorzaken in de geest. Deze energieën zijn aanwijzers voor corrupte informatie en, als de geest deze energieën gebruikt presenteert het realiteiten die simpelweg niet accuraat zijn.”

“Pff, dat klopt! Ik heb dat soort valse beschuldigingen zo vaak meegemaakt. Leuk om nu eens een comeback te hebben voor mensen die dit soort dingen doen!”

“Natuurlijk, Richard, maar het belangrijke om hieruit te begrijpen is de laatste keer dat **jij** boos was en iemand anders beschuldigde. Toen vertelde **jouw** geest niet de waarheid aan **jou**. Iedereen, lijdt wel eens aan deze stoornis genoemd *Blokkade van Waarheid*, met zijn bondgenoot, *vijandigheid*... Dit is altijd een kans om nieuwe keuzes te maken.”

Richard leek zich een beetje te schamen. “Laten we eens kijken naar *stap 2*, waar je het volgende erkent:

Angst en vijandigheid verstoren mijn realiteiten – ze komen van valse informatie en tonen mij *altijd* een leugen. Door verwijten te maken verstop ik mijn kracht. Ik kies er nu voor om te stoppen met projecteren en kies nu voor verantwoordelijkheid.

2. Aanvallen en verwijten helpt mij niet. Ik kies nu om verantwoordelijk te zijn () (HAAL ADEM)

“Onthoud heel goed, de geest is er altijd van overtuigd dat het gelijk heeft. In *Stap 3*, is het tijd om het gelijk willen opzij te zetten. Het erkennen dat zelfs als je gelijk hebt, de emoties die je ervaart zijn zelfdestructief en het is tijd om deze gevoelens los te laten zodat je de capaciteit om te genezen weer kan activeren. Verbale expressie is een krachtige manier om de oude energieën weer in beweging te brengen.”

“Wacht eens even, Michael, dit klinkt een beetje alsof je zegt dat ik altijd maar moet toegeven, zelfs als ik weet dat de ander ongelijk heeft. Een voetveeg zijn is voor mij niet per se aantrekkelijker dan het vasthouden van destructieve energie in mijn systeem.”

“Richard, slachtofferschap is gewoon weer een andere manier om je kracht weg te geven en je boosheid te verbergen. Onthoud, dit gaat over het helen van destructieve energie die je bij je draagt en hier niet meer geïdentificeerd mee zijn. Je kan nog steeds anderen aansprakelijk houden voor hun gedrag, maar, door *Vergeving*, ben je in staat om jezelf en anderen aansprakelijk te houden vanuit een heldere, functionele geest... Vanuit een staat van Liefde die relaties ondersteunt in plaats van het creëren en onderhouden van separatie.

“Om *Stap 3* te doen, refereer je naar je antwoorden van *Stap 1*, je vinkt ze af en tegelijkertijd denk je de bevrijdende gedachte of spreekt het luid uit, als dat praktisch is.”

Ik kies ervoor om de identificatie met mijn vijandigheid of angst los te laten.

3. Ik wil me beter voelen... Ik laat los – mijn emotie 1B () , (de oorzaak) mijn gedachte 1C () , - mijn behoefte om aan te vallen 1D () – mijn behoefte om gelijk te hebben (). (HAAL ADEM)

“Herinner me er nog eens aan... Waarom wil ik ook alweer mijn gedachten loslaten?” Vroeg Richard.

“Als je jezelf beschadigt met een gedachte, laat je het los zodat je kan helen. Als er woede of angst in jou aanwezig is als gevolg van de gedachte, is het *jouw* werk om de woede en angst te genezen. Herinner je nog..? Jij krijgt de volheid van de destructieve kracht en de ander slechts de kopie, (projectie)... Veel van ons hebben geleerd dat we boos moeten zijn om te krijgen wat we willen – wie heeft ons deze krankzinnigheid geleerd? **De waarheid is... Krijgen wat je wilt is veel makkelijker vanuit een staat van Liefde, vrede en helderheid dan vanuit een staat van woede.**

SLEUTELGEDACHTEN – Creëren wat je wilt is makkelijker vanuit Liefde, vrede en helderheid, dan vanuit woede!

“Met deze stap initieer je een loslaten van de stress veroorzaakt door woede, vastgehouden in je *lichaam* en zet je een belangrijke stap naar een hoog niveau van welzijn en vitaliteit in het proces. Gezondheid is niet per se de staat die vrij is van symptomen. **In dit werk definiëren we Gezondheid als de staat waarin Bewuste, Actieve, Aanwezigheid van Liefde is. Een afwezigheid van deze staat is ziekte, oftewel, een disharmonie en het begin van *alle* organische degeneratie. Dit is een kennis die de ware helers al eeuwen weten!** Gezondheid vind niet zijn oorsprong in het lichaam. Ware genezing wordt niet geïnitieerd vanuit iets fysieks. Ware gezondheid is de actieve aanwezigheid van Liefde, ons Ware Zijn!

“Een ander voordeel door het loslaten van storende gedachten is... Je hebt een vredige staat van geest en je geest zal het niet langer nodig vinden om scenario's te creëren die jouw 'boos zijn' rechtvaardigen.” Richard leek tevreden dat de ideeën uit het werkblad zo logisch op hun plaats vielen en ontspande zich meer met iedere stap. Het verzet dat vanmorgen steeds kwam opzetten verdween en hij had het verbale aspect van dit verwerken achter de rug. Ik denk dat het een opluchting was voor ons beide. Met iemand werken die *willend* is maakt het in ieder geval een stuk makkelijker.

“**Stap 4** is de daad van het bevestigen hoe je wilt leven. Het is een toewijding om vanuit *Zijn* te leven – onze Ware Aard. Het is belangrijk om de leegte op te vullen die overblijft als je iets hebt losgelaten. Herinner je nog dat we spraken over de kracht van woorden? Als onze spraak voorkomt uit helderheid, richten we ons ook vaker op de creatie van soortgelijke situaties. De persoon die boze woorden gebruikt zal zich eerder bevinden in omstandigheden en situaties waar hij of zij boos over kan worden. De persoon die regelmatig een vredige spraak gebruikt zal merken dat vrede ook makkelijk komt. Onze woorden reflecteren de realiteiten die onze geest bevat, waardoor we dus ook hiermee resoneren en soortgelijke dingen naar ons toetrekken.

“Het klinkt misschien bizar, maar – Ik was vroeger echt op zoek naar problemen – Express ! Bewust, of misschien onbewust, was ik ernaar opzoek en ik gedroeg me op een manier die garandeerde dat ik het ook zou krijgen! Nu ik denk over de realiteiten die ik in mijn geest had aangenomen, realiteiten die de bron waren van mijn daden en woorden die ik gebruikte om vrouwen, het *lichaam*, intimiteit en mezelf te beschrijven, is het eigenlijk nog bijzonder dat ik relaties langer dan een week wist te behouden. Ik had nauwelijks verbaal respect en beschuldigde iedereen van vijandigheid, terwijl de waarheid is, dat ik ze daartoe had gebracht! Ik beschuldigde hun, maar ik was degene die gemeen was!”

SLEUTELGEDACHTEN – “Alle vijandigheid komt vanuit een kwetsing.”

“Spraakpatronen en realiteiten worden gestructureerd in onze geest vanaf een vroege leeftijd en relateren naar de Kracht-Persoon dynamieken die besproken worden in onze workshop *Mede-Afhankelijkheid naar Inter-Afhankelijkheid*. Bewust worden ván, en leiding nemen óver deze patronen vereist intelligentie en toewijding. Een echte zuivere intieme relatie is onmogelijk als de woorden die we gebruiken om onszelf, het *lichaam*, het andere geslacht of onze relaties te beschrijven resulteren in minderwaardige gevoelens. In de Aramese geschriften werd gezegd dat hij die zijn tong kon beheersen machtiger was dan hij die een stad kon veroveren. Het vereist iemand die echt willend is om een groots leven te leven om het innerlijk te zuiveren op zo'n diep niveau.”

Richard gaf toe dat zijn woorden aardig “ruw” zijn geweest in het grootste deel van zijn leven. Hij kon zien dat zijn gedachten zijn gevoelens veroorzaakte en besloot dat hij er klaar voor was om zich beter te voelen over zijn leven, zijn *lichaam* en de mensen waar hij relaties mee heeft. Hij vond het een fijne gedachte om de staat van Liefde te behouden in zijn geest en nam vrijwillig en regelmatig de tijd om de oefeningen te doen voor het herstellen van de staat van Liefde. (hoofdstuk 12, Een staat van Liefde) Hij wijdde zichzelf toe aan het dagelijks beoefenen hiervan.

4. Ik ben willend om te leven in Liefde (), Vreugde (), en door het proces van heling te gaan ().

“Ik herinner wat je eerder zei over de symptomen van genezing (hoofdstuk 20, Helings-crisis) en ik ben bereid alles te doorstaan om te genezen. Ik voel me lichter dan ik ooit heb gevoeld. Ik ben opgelucht. Als ik denk aan wat er allemaal gebeurd in mijn leven, voel ik, dat ik het aankan.” Hij had een lichte gloed, en het was een eer om een deel te zijn van zijn transformatie.

“Het gebeurt veel te vaak dat we de macht over ons eigen gevoel weggeven aan iets buiten ons. Het zal goed zijn om jezelf te bevrijden van die gewoonte. Er zijn heel veel mensen die jouw geest willen beheersen – de media, reclamemakers, films, overheden, religieuze leiders – haast iedereen. Het is tijd om onze innerlijke kracht en autoriteit terug te claimen! Ik herinner me de woorden van George Washington Carver, het genie dat de pinda industrie voortbracht, een donker getinte man, in het zuiden van Amerika omstreeks het begin van de 19^{de} eeuw. Hij leed veel mishandeling, maar bleef er gewaar van wie de baas was in zijn eigen geest. Zijn opmerking over persoonlijke kracht was, ‘Ik zal niemand toestaan mijn ziel zo te bevuilden, dat het mij veroorzaakt hem te haten.’”

SLEUTELGEDACHTE – Ik zal niemand toestaan mijn ziel zo te bevuilden, dat het mij veroorzaakt hem te haten.”

George Washington Carver

Dat is echt krachtig! Weet je, Michael, er wordt altijd van alles gezegd over ‘wat echte helden/heldinnen’ doen. Het lijkt mij dat ‘echte helden/heldinnen’ de baas zijn over hun eigen geest, zelf nadenken en leven in een staat van Liefde. Dit is een heel nieuwe definitie voor mij!”

“Daar sluit ik mij bij aan. De behoefte om de rol te spelen van stoere macho, die andermans hoofd afhakt zodat die zelf een kop groter lijkt, is een zeker teken van zwakte vermomd als kracht. De waarlijk sterke onder ons trachten niet hun medemens en omgeving te controleren, en zijn zelfs krachtig genoeg om hun zogenaamde ‘vijanden’ te verlichten.”

“**Stap 5** is bedoeld om Liefde te herstellen in je geest en bevestigt dat je het goed hebt gedaan. Als er nog steeds vijandigheid of angst aanwezig is, zal je niet in staat zijn om te zien wat je liefhebt aan deze persoon of situatie. **Als je kan zien wat je liefhebt, dan is dat omdat de conditie van Liefde in je geest aanwezig is. Als er Liefde aanwezig is in je geest, kan je liefde voelen voor wat je ziet.**”

5. Ik kies ervoor om de staat van Liefde te herstellen in mijn geest (). Zelf-test – Een liefdevolle gedachte die ik kan hebben over 1A is, Ondanks mij gedrag, reikt Amy nog steeds vaak naar mij uit. Mijzelf, Ik wordt steeds meer verantwoordelijk.

Hij keek een beetje verdrietig terwijl hij verwerkte hoe hij zijn zus van zich af had geduwd. Enkele minuten verstreken voordat hij sprak over het verlies dat hij voelde en de diepe Liefde die hij had aangeraakt. Een Liefde voor Amy die hij al heel lang niet meer gevoeld had sinds de vijandigheid uit zijn kindertijd voortdurend aanwezig was.

Haal even goed adem, Richard, en laat je gedachten en gevoelens van verlies los. Dan projecteer je deze misschien ook niet meer op je relaties met vrouwen.

“In **Stap 6** identificeer je wat je wilt. Het is belangrijk om gewaar te zijn van gedachten die voortkomen uit vermijding en zeker te zijn dat je alleen woorden gebruikt die reflecteren wat je echt wilt.”

“Je bedoelt ‘Wat ik echt wil is niet boos zijn op Amy.’ Is dat een passend antwoord voor **Stap 6**?” vroeg hij.

“*Wat is het dat je wilt?* Het klinkt alsof je heel helder bent over wat je *niet* wilt, maar des te meer je iets niet wilt, des te meer energie je steekt in de manifestatie hiervan.”

“Hoe bedoel je? Ik begrijp niet wat er verkeerd is aan wat ik zojuist heb gezegd.”

“Je hoort nu iets wat ik niet heb gezegd. Het heeft niks te maken met ‘verkeerd.’ Er is een energetische dynamiek in aandacht en dit is een creatieve handeling. Je woorden reflecteren wat je aan het creëren bent. **Wat je aandacht geeft, creëer je. Waar je je focus op richt, groeit. Daarheen stroomt de energie. Focus op wat je niet wilt via het willen vermijden en je resoneert hiermee. Je trekt ‘dat’ wat je wilt vermijden (waar je je tegen verzet) in je persoonlijke ruimte. Het maakt niet uit of je focust op iets uit Liefde of haat – als je het denkt, dan heb je het!** Dit is een onderwerp waar we uitgebreid aandacht aan geven in de workshop, *Over Bewust Creëren*.”

“Welke woorden stel jij voor om te zeggen wat ik wil, Michael?”

“Het komt op mij over dat je net zoveel geliefd en gewaardeerd wil zijn als je zus.”

“Ja precies! Dat is precies wat ik altijd heb gewild!” Emoties welde op terwijl hij dacht over de mogelijkheid om waarlijk geliefd en gewaardeerd te zijn zoals (in zijn ogen) zijn zus altijd was.

6. Wat ik waarlijk wil (van 1A) is (gebruik alleen positieve woorden) Om geliefd, gewaardeerd en verzorgd te worden op eenzelfde manier als Amy.

Richard gaf toe dat hij het verschil in energie kon merken tussen de twee verschillende gedachten over wat hij wilde. Hij was vooral onder de indruk van de verandering in zijn gevoel als hij heen en weer ging van wat hij wilde naar zijn vermijdende gedachte, ‘Ik wil niet boos zijn op Amy.’

“Het verbaast me nu ik zie,” vertrouwde Richard mij toe, “het effect dat deze gedachten hebben op hoe ik me voel. Je zei dat ik sensitiever zou worden naar mijn gevoel als ik afstand zou nemen van roken en koffie. Zou er al zo’n grote verschuiving in mijn gewaarzijn zijn na een paar uur?” vroeg hij. Ik vertelde hem dat ik dacht dat het wel een verschil kon maken en dat het waarschijnlijk een combinatie van factoren is. Ook het feit inbegrepen dat hij veel vastzittende emoties had verwerkt en zijn troebele denken al een stuk verhelderd was tijdens onze ééndaagse intensieve mini-workshop.

“**Stap 7** is het erkennen van persoonlijke verantwoordelijkheid en de waanzinnige kracht van onze gedachten. Het is ontgroeien aan lang vastgehouden misleidende beelden en kinderlijk denken. M.a.w. Verantwoordelijkheid nemen voor de inhoud van je geest. **Alleen jij veroorzaakt jouw gevoel en je gevoelens informeren jou over de kwaliteit van de geest-energie waar jij je mee inlaat.** Iedere gedachte reflecteert een huidige of een onbewuste eeuwenoude keuze, vaak gedachten die generaties meegaan. Ieder gevoel is het resultaat van deze keuzes en informeert ons over de kwaliteit van onze keuzes. Ze zijn een direct feedback mechanisme.”

7. Ik ben niet van streek door deze persoon, plaats, ding of situatie maar door een realiteit in mijzelf. Als ik verstoord ben, zit ik ernaast. (maak ik ergens een fout in mijn denken) ().

“**Stap 8** geeft je de mogelijkheid om het verschil te zien tussen verantwoordelijkheid en de valse kopie van de geest, beschuldigen. Het is tijd, Richard, om te besluiten wat jouw bron is – schuld of Liefde. Tijd om echt goed te kijken naar wat jouw pijn veroorzaakt en te beseffen dat iedere realiteit die je geest voortbrengt een bepaald patroon volgt.”

“Ja, heb ik gedaan, doe ik nu! Voor elkaar!” Riep hij. “Beschuldigen heeft duidelijk niet gewerkt voor mij. Ik ben klaar om een andere weg in te slaan. Ik ben klaar om *Vergeving* toe te passen en ieder patroon te veranderen.”

“Wat je ook vaak ziet, is dat veel mensen denken, doordat ze b.v. iets ergs hebben gedaan, of er is iets ergs bij hun gebeurd, dat vergeving helemaal niet mogelijk is. Gelukkig gaat Ware Vergeving niet over het vrijwaren van iemand die een bepaalde daad heeft verricht. Het is een gereedschap om de destructieve energieën waarin we verwickeld zijn los te maken. Iedere realiteit, elke krankzinnigheid die we gedaan hebben, of ons is overkomen, is veranderbaar. In de actieve aanwezigheid van Liefde, wordt alle offensieve energie opgelost. Het maakt niet uit hoe gestoord of duister, als Liefde, Bewust en Actief Aanwezig is, vindt genezing plaats! Als je je verstopte pijn in het licht van Liefde kan brengen, vindt er een transformatie plaats!”

8. Ik voel me niet schuldig en ga niet beschuldigen. Ik neem verantwoordelijkheid voor al mijn realiteiten. Iedere realiteit in mijn geest kan veranderd worden. Ik kies nu om mijzelf te verbinden met LIEFDE, in plaats van mijn negatieve emotie (). (HAAL ADEM)

“Je zal nu wel gaan begrijpen dat we je aanmoedigen om er een gewoonte van te maken terug naar Liefde te gaan. Dat is het belangrijkste deel in het proces. Blijf verbinden met je **Zijn** totdat dat **is** waar je leeft. Ik raad je aan om hier de hoogste prioriteit van te maken in je leven!”

“Het voelt in ieder geval een heel stuk beter dan de vijandigheid waar ik meestal in leef. Maar, waarom is het zo krachtig? Wat is het principe erachter?” Vroeg Richard.

“Heb je ooit een pasgeboren baby vastgehouden in de eerste uren van zijn leven? En als je dit gedaan hebt, hoe zou je dan de essentie van het kind beschrijven?”

Hij dacht een moment goed na. “Tja, ik zou zeggen, absolute zachtaardigheid. Schoonheid... De essentie van Liefde! Ik-Ik herinner me Amy op deze manier,” zie hij terwijl hij zachter werd.

“Ik heb deze vraag gesteld aan duizenden mensen uit verschillende culturen, Richard. Honderd procent van de antwoorden die ik hoor zijn altijd een variatie op Liefde, nooit iets anders. Liefde is dé essentie van ons Zijn, Richard, en als we dat opgeven, geven we het leven op. Dit werk gaat over het terugbrengen van Zijn, Leven, Liefde naar ons allemaal. Ieder doel dat niet consistent is met **Zijn** zal alleen maar realiteiten van vijandigheid en angst voortbrengen en deze moeten bevrijd worden.

“Ik vroeg je zojuist of je ooit iets had gedaan waar je spijt van hebt, en wat je op dat moment voelde? En net zoals de duizenden anderen die deze vraag hebben beantwoord, waren jouw woorden allemaal gefundeerd in vijandigheid en angst.” Richard stemde toe. “Merk goed op dat er geen woorden en beschrijvingen die relateren naar Zijn of Liefde in je aanwezig zijn als je in vijandigheid en angst verblijft. Dat komt omdat vijandigheid en angst reflecties zijn van de Niet-Zijnsstaat. Als angst en vijandigheid actief zijn, functioneren wij vanuit valse informatie, corrupte realiteiten en een Niet-zelf dat alleen maar bestaat als een vals idee van een *zelf* vastgehouden in de hersencellen. Het is slechts een staat van *schijnbaar* bestaan. Er is geen waar leven aanwezig in die staat. De pasgeborene begint als Liefde en de meeste van ons zijn dood (tot Zijn) tegen de tijd dat we vier zijn!

“Om te “leven” in deze conditie is niet-leven. Deze conditie ongedaan maken brengt ons weer tot Leven. In dit proces, wordt er een soort “dood” ervaren, en dat is het sterven van het Niet-zelf. En het kan zeer beangstigend zijn om Niet-leven los te laten en terug te keren naar onze Ware aard. De oude leringen gaven aan, “Om waarlijk te kunnen leven, moet je sterven.”

“Het valse, op angst en vijandigheid gebaseerde zelf moet gaan. Het moet uit elkaar gehaald worden zodat ons Ware Zijn... Liefde, weer in volle expressie komt. Dit is wat Ware Vergeving doet en ieder werkblad opent de ruimte en mogelijkheid om de balans tussen het Ware Zelf en Niet-zelf te verschuiven totdat je leeft in het volle gewaarzijn van je Ware aard, Liefde, ongeacht wat er gebeurt in je wereld.

“Om te genezen in onszelf wat minder is dan Liefde, moeten we de energetische grip van onze Liefdeloze gedachten en realiteiten doorbreken. We moeten de verslaving aan de chemie van het Niet-zelf doorbreken. Om dit te verwezenlijken, dienen we iedere realiteit die minder is dan Liefde los te laten. En, als we dit doen, komen de onderliggende pijnen en trauma's naar boven om geneeld te worden door de actieve aanwezigheid van Zijn. De techniek om dit te doen werd 2.000 jaar geleden verteld in het Aramees en verdween daarna bijna direct uit het dagelijks gebruik.

“**Stap 9** is de kern van het *Vergeving* proces. Als je een visie of verlangen vasthoudt in hersencellen die een realiteit activeren van vijandigheid of angst, zie je alleen maar realiteiten gebaseerd op corrupte informatie. De Waarheid en accurate informatie over de actualiteit zal geblokkeerd worden. Dit wordt niet gezien en is niet beschikbaar. Je geest is bedoeld om een licht (Liefde) te zijn om je te begeleiden door de gigantische wereld van de actualiteit. In ieder moment kan je lichaam's ‘geest’ oftewel persoonlijke verstand, jou alleen maar een heel klein fragment van de informatie laten zien, gebaseerd op de eigen inhoud.

“Als je gevoelens van vijandigheid en angst ervaart, kun je dit genezen door deze realiteit te doorzien en in te laten storten. Hierdoor creëer je een opening in de onbewuste dynamieken die aan de basis liggen van je pijnlijke realiteit. Door dit te doen, breng, jij, *Liefde*, de wereld die je wilt helen naar voren om blootgesteld te worden en verwerkt te worden door de actieve aanwezigheid van Liefde.”

“Wat betekent dat?, ik ben je helemaal kwijt! Vertel me dat nog een keer.”

“Eigenlijk, Richard, is het nu belangrijk om te weten wat je als volgt moet doen. Om de realiteit die de geest naar boven brengt te doen instorten, dien je de bron los te laten, de aandrijver die het produceert.” Richard wilde weten hoe dat in zijn werk gaat, waar je deze ‘bron’ kan vinden. “Je hebt de bron al geïdentificeerd! Het is het doel dat je had voor Amy.”

“Wat bedoel je? Hoe wordt een doel een bron? De bron voor wat?” Eiste hij.

“Nu komen we terug bij het begrijpen hoe de geest werkt. In ieder moment, zijn er triljarden ‘bits’ aan informatie in de wereld van de actualiteit. Om in staat te zijn een realiteit te creëren, dien je je geest te focussen op een specifiek aspect van de actualiteit. Dit doe je door een doel te selecteren uit al je mogelijke intenties. Veel mensen spreken over de kracht van intenties maar, de waarheid is, het is het doel dat we stellen dat de kracht heeft en de geest in staat stelt om resultaten te produceren.

“Geen enkele intentie in de wereld zal gedrag veranderen. Een intentie heeft nog nooit een spier bewogen, of een woord naar voren gebracht. Het is het optillen van een intentie naar een doel dat de beweging veroorzaakt in de intelligentie van de geest en het gedrag. Dit is een heel belangrijk verschil om te begrijpen over de werkingen van de geest en is iets wat we uitvoerig bespreken in de Workshops, *Wetten van Leven* en *De Stress Krijgen die Je Nodig Hebt*.

SLEUTELGEDACHTE – De weg naar de hel is bezaaid met goede intenties!
1855 H. G. Bonn Hand-Book of Proverbs 514

“Nu je het doel geïdentificeerd hebt, namelijk wat je wilt van **Stap 6**, vul je het in de blanco bij **9A**. Herinner je dat ‘vergeving’ in het Aramees betekent... Annuleren, ontkoppelen, loslaten. Als je begrijpt hoe jouw geest de wereld die jij waarneemt produceert, ben je in staat om de pijnlijke situatie te genezen door los te laten wat je *wilt*... **Je doel**.”

Richard verzette zich hier tegen. “Waarom zou ik loslaten wat ik wil? Dat is belachelijk, Michael. Ik verdien het om te hebben wat ik wil. Dat zei je net zelf.”

“Ik zeg niet dat je niet verdiend wat je graag wilt. Ik zeg, als je een doel blijft vasthouden dat pijn veroorzaakt, blijf je in de cyclus van pijn. Het loslaten van je **behoefte** aan wat je wilt, creëert de ruimte om je eigen blokkades te zien en de projecties van je geest te genezen. Je verdiend het echt om te hebben waar je om vraagt en ik erken jou ook als een krachtige creator! Waaróm heb jij eigenlijk niet gecreëerd wat je wilt?”

“Ik-ik weet het niet,” stamelde hij. “Nooit heeft iemand om mij gegeven en waardering getoond zoals ik dat graag wilde. Dat is altijd het probleem geweest in mijn relaties met vrouwen – en ze zijn allemaal hetzelfde. Ze zijn een tijdje heel intiem en worden dan afstandelijk... Oké, Michael, ik zie die blik in je ogen! Ik hoor je stem al in mijn hoofd voordat je de woorden uitspreekt. Ja, ik ben degene die er altijd bij is geweest en dit is mijn pijn. Ik weet niet zeker of ik dit al goed begrijp, maar ik annuleer (Vergeef) mijn behoefte om net zoveel geliefd, gewaardeerd en verzorgd te worden als mijn zus.”

9A. Het eerste slachtoffer van behoeftigheid is de Waarheid! Perceptie, is bedoeld om een licht te zijn, het is de dienaar van bedoeling. Als ik een doel vasthoud dat belangrijker is dan Liefde, verstoord mijn geest mijn realiteit! Om mijn valse realiteit te doen instorten (alles dat gebaseerd is op vijandigheid of angst), en terug te komen bij de Waarheid, annuleer ik mijn doel voor #1A (kopieer exact van #6) om geliefd, gewaardeerd en verzorgd te worden op dezelfde manier als Amy (HAAL ADEM)

Tranen stroomde, terwijl er weer diepe gevoelens naar boven kwamen. Een stille snik vulde de kamer terwijl hij sprak. “Waarom ben ik niet goed genoeg om geliefd te worden? Wat is er mis met mij? Het voelt alsof ik nog nooit heb gevoelt hoe het is om geliefd te zijn. Dus wordt ik keihard, met eelt op mijn hart zodat ik de pijn niet meer hoeft te voelen. Het lijkt zoveel en zo diep verankerd, als een donkere put die nooit gevuld kan worden. Ik begrijp nu waarom ik alles vaak intellectueel benader. – Het is een manier om dit gevoel te vermijden.”

“Is het mogelijk, Richard, dat je deze overtuiging hebt opgepakt toen je nog een klein kind was? Dat deze onderdrukte pijn veroorzaakt dat je jezelf hard en koud opstelde in je relaties met vrouwen en hun daardoor van je afduwde? Is het deze overtuiging die je ertoe dreef intimiteit te vermijden? Is het resultaat, dat je creëert door deze overtuiging, jou iedere keer aan het bewijzen, **keer op keer**, dat je ook echt niet geliefd bent?”

“Hij huilde voluit terwijl hij de Waarheid aanging die hij al zolang probeerde te vermijden. “Blijf ademen,” stelde ik zachtjes voor. “Je hebt een opening gecreëerd naar verborgen plekken in jezelf. Plekken die buiten het gewaarzijn worden gehouden door je persoonlijkheids-structuur. Het is veilig om naar deze plekken toe te gaan en te laten stromen wat vastzit. Let wel op dat je een ruimte van Liefde vasthoudt. Dat is waar de genezing plaatsvindt.”

“Maar ik begrijp het niet. Hoe is deze dam gebroken. Ik-Ik heb dit soort diepe gevoelens niet meer gevoeld en niet meer zo gehuild sinds ik een kind was. Er is zoveel pijn,” fluisterde hij door zijn gesnik. “Ik wist niet dat het zo zwaar zou zijn.” We bleven zitten in stilte en ademde een aantal minuten.

Toen hij weer een beetje tot zichzelf kwam, bood ik hem wat gedachten aan. “Het probleem is, Richard, als we de drugs ‘vijandigheid’ gebruiken, of wat voor drugs dan ook, om te bedekken waar we niet naar willen kijken, kunnen we niet meer voelen. We halen uit naar iemand anders zodat we niet hoeven te kijken naar wat ze resoneren in ons, wat zich manifesteert binnen in onszelf. Ons gedrag wordt dan aangestuurd door onderliggende pijn. We gedragen ons op een bepaalde manier zodat we dit niet voelen.

“Volgens mij begreep Henry David Thoreau dit principe, wat hem ertoe bracht het volgende op te schrijven:

SLEUTELGEDACHTEN – “The mass of men lead lives of quiet desperation. What is called resignation is confirmed desperation. From the desperate city you go into the desperate country and have to console yourself with the bravery of minks and muskrats. A stereotyped but unconscious despair is concealed even under what are called the games and amusements of mankind. To be awake is to be alive. I never yet met a man who is quite awake.”

“Thoreau had de ‘menschheid’ door! We ervaren verslagenheid, wanhoop, hopeloosheid, en een vorm van verfijning (in essentie, nep zijn), geweld in iedere vorm, stoer macho-gedrag, conflict, pesten, niet alleen kunnen zijn of in stilte kunnen zitten, de neiging om te moorden, bittere woede, overmatig drinken, drugsgebruik, het eten van fastfood en suiker, stelen, sneaky gedrag, bekritisieren, manipuleren, controleren, veroordelen, strijden, ontkennen, liegen, zelf-mishandeling en mishandeling van anderen, en het voeren van oorlogen allemaal als misleiding en afleiding om te voorkomen dat we waarlijk voelen en ontwaken. Al deze gedragingen zijn trieste pogingen om onze innerlijke stress en pijn te managen en te vermijden. Merk op, dat we, wanneer stress toeneemt, deze dingen nog meer gaan doen. En, zoals Thoreau al aangeeft, de meeste van ons zijn al dood. Om wakker te zijn, volgens zijn perceptie, is het de bedoeling om groots te leven. Zo groot dat de meeste van ons er niet eens over durven denken. In iedere tijd in onze geschiedenis zijn er meesters en wijzen geweest die ons hulpmiddelen gaven waarmee we onszelf heel konden maken en, meestal, werden deze hulpmiddelen, en het werk dat ze verrichten, vergeten en verloren door angst, dogma en intellectuele studie.”

“Maar het leven is toch ook niet eerlijk, het slaat ons iedere keer op de grond,” sprak Richard.

“Ik stel voor dat het niet het leven is dat ons zo hard slaat, maar onze eigen onopgeloste onbewuste dynamieken. En we moeten de **Wil** hebben om deuren te openen als we genezing willen bereiken.

“Hoe is het jou gelukt om de deuren te openen, Richard? Je annuleerde het doel dat je pijnlijke, innerlijke wereld in stand hield. Als je je doel annuleert, dan stort de realiteit in die geproduceerd werd door je geest. Dit opent een ‘energetisch raam,’ naar je onbewuste mechanisme.

“Als je dit doet activeer je de geest om onbewuste informatie en pijn aangaande het betreffende onderwerp te verwerken en een andere realiteit te zien. Als je pijn hebt, houdt je geest een ge(ver)stoorde realiteit vast. Je moet die realiteit laten instorten zodat genezing kan voltrekken.”

“Maar er is zoveel! Hoe ga ik dit allemaal verwerken?”

In *Stap 9B*, grijp je de kans om te vragen naar ondersteuning in het verwerken van wat er naar de oppervlakte komt als je vergeeft.”

“Wat bedoel je?” vroeg hij.

“Er is een kracht die in het Aramees ‘**Rookha d’Koodsha,**’ genoemd wordt, **Rookha in het kort. Het werd begrepen als een vrouwelijk elementaire kracht in de menselijke geest die het effect van ons ‘foute’ denken ongedaan maakt en ons de Waarheid toont.** Het betekent letterlijk... ‘de kracht voor dat wat juist is’ voor ons als mensen. Deze innerlijke kracht heeft vele namen gekregen, de Hogere Kracht, de Heilige Geest, het Super Bewuste, de Super Processor,— Dat is waarom er een blanco is waarbij ik je aanmoedig om die kracht toe te spreken met een naam die voor jou comfortabel voelt. Wat dacht je ervan om hiermee door te gaan en alvast om ondersteuning te vragen?” Hij sprak de volgende zin hardop en werd daarna heel stil.

9B. Ik nodig uit Rookha (Rookha d’Koodsha) Om mij te helpen met helen (□), herstellen naar de staat van LIEFDE (□), het behouden van LIEFDE als actieve aanwezigheid (□), het zien en loslaten van mijn valse realiteit (□). (HAAL ADEM)

“Wat gebeurt er, Richard? Ben je aan het ademen?”

“Ik voel veel pijn. Ik voel me verdrietig en verloren, Terwijl het tegelijkertijd een goed verdriet is, als er zoiets mogelijk is. Het voelt een beetje alsof ik word schoongespoeld. Er stroomt energie door mijn handen, en mijn gezicht voelt wat verdoofd. Ik realiseer me dat ik, toen ik nog een kind was, mijn ouders na de geboorte van Amy zag veranderen. Ik gaf mijn zus de schuld voor de verandering van mijn ouders naar mij toe in de opvoeding. Het lijkt erop dat ik echt oneerlijk ben geweest tegen haar. Heel mijn leven heb ik het haar kwalijk genomen en zij was gewoon een prachtig kind. Ik heb haar als kind en ook als volwassene heel slecht behandeld en dat heeft ze niet verdiend. Ik heb haar behandeld alsof ze een ‘niemand’ was – en heb haar op dezelfde manier beschuldigd zoals ik dat bij mijn ouders en alle vrouwen in mijn leven heb gedaan! Het is zo overduidelijk – Nu ik terugkijk begrijp ik niet hoe ik dit niet heb kunnen zien in mijzelf. Het is zo dom.”

“Het klinkt alsof je deze verwijten en beschuldigingen net zo makkelijk op jezelf richt als naar anderen. Ik stel voor dat je zachtaardig bent naar iedereen en dat je zeker ook jezelf hierbij rekent.”

“Het voelt niet alsof ik dit verdien. Ik haat mezelf. Ik ben echt slecht geweest voor haar.” Hij zat vast in zelfmedelijden.

“Je hebt zojuist je volgende werkblad ontdekt. Ik stel voor dat je een notitie maakt in een boekje of op een blanco werkblad bij *Stap 1A*. Je zou er baat bij hebben wat werkbladen te doen over ‘zelf-waarde’, ‘zelfhaat’, en ‘dom zijn.’ Ik denk dat ‘zelfmedelijden’ ook een productief onderwerp is om mee aan de slag te gaan.

“Ik nodig je uit om te herinneren wat het doel is van dit graven in jezelf en bepaalde thema’s in je leven. Het is om te herkennen wat je jezelf en anderen hebt aangedaan met je geest-energie. Eén van de spelletjes die de menselijke geest speelt is het telkens reproduceren van zijn patronen en het te doen lijken dat de bijbehorende gedragingen gerechtvaardigd zijn.

Nogmaals, wat ik hoor van jou is dat er in jezelf een realiteit geresoneerd is, namelijk ‘iemand is hier schuldig en straf dient te volgen,’ en nu je beseft dat je zus onschuldig is, richt je deze realiteit op jezelf. Niet vergeten, Richard, jij bent ook onschuldig. Ik stel voor dat je ‘**De Toewijding**’ leest en hardop uitspreekt voor jezelf, bij voorkeur voor een spiegel. Erken dat jij het verdiend om met liefde, zachtheid en respect behandeld te worden. “In de Aramese geschriften werd de geest de ‘Grote Misleider’ genoemd. Het kan écht, elke denkbare situatie gebruiken, en rechtvaardigen dat het al zijn oude realiteiten, patronen en ingesleten gewoontes projecteert op, wát er ook plaatsvind. De taak die nu voor je ligt is het brengen van Liefde in je geest zodat je de neiging om *jezelf en anderen* te mishandelen kan genezen.

Wat het ook is, dat naar boven komt in jezelf, of plaatsvind om je heen!

“Zie je hoe de geest steeds in dezelfde val stapt? Het is van groot belang, zeker bij het helen, dat je een Wet hebt om naar te leven. Wijd jezelf hieraan toe, besluit van te voren dat je deze Wet zal vertrouwen en toepassen. Zeker als de geest je adviseert om hier tegenin te gaan. De Toewijding, kan je gebruiken als gids bij beslissingen en gedrag. Het houdt je op het pad en houdt je weg van de misleiding van de liefdeloze geest. De Wet om toe te passen is die van Liefde. Je kan niet luisteren naar het advies van een verstoorde geest en hierdoor je gedrag veranderen en besluiten nemen die je naar genezing brengen.”

Richard was verontwaardigd. “Ik ben niet gestoord, ik ben gewoon boos op mezelf,” antwoordde hij fel.

“Herinner je nog onze definitie van een gestoorde geest? Het is een geest zonder liefde. De *Eerste Wet* is... Behoud de conditie van Liefde in je geest, aan wie of wat je ook denkt! Wat er ook gebeurt!

“Jouw focus is nu gericht op jou, en je bent jezelf aan het straffen omdat je functioneert vanuit de geest van een kind die pijn had. Je begreep niet wat er gebeurde toen er een nieuwe baby in je gezin kwam – Hoe had je dat kunnen weten? Om dit soort gedrag uit oude innerlijke ervaringen te veranderen, is dit het proces dat je moet volgen, of, zoals met zoveel dingen uit het verleden, zal je tegen jezelf zeggen... ‘Waarom doe ik wel de dingen die ik niet wil doen, en lukt het me niet om de dingen te doen die ik wel wil doen?’ Je kan nog zo sterk besluiten om iets te doen, of juist nooit meer te doen. Maar als een gedrag onbewust wordt aangedreven, zal dit je beheersen totdat deze impuls ontmoet wordt met Ware Vergeving. Met de juiste hulpmiddelen verkrijg je eindelijk weer ‘zelf’-meesterschap.

“Ik stel voor dat je weer terug gaat naar *Stap 8* en je weer verbind met de geest van Liefde voordat je weer tot actie overgaat. En onthoud goed... De Wet van Liefde geldt ook voor jezelf!”

“Ok, ik ga ervoor, ik wil hier echt doorheen gaan. Het is zo’n zonde, al die jaren dat ik zo ben omgegaan met mijn zus.”

“Goed gezien. Let op je woorden. Dat klinkt als nog een goed onderwerp voor een werkblad... ‘verloren relaties.’ Het is een goed idee om dit te noteren op een blanco werkblad voor een volgende sessie. Is het onderwerp ‘verloren relaties’ wel eens opgedoken in je leven?”

“Even een momentje, Michael. Laat me even centreren in de staat van Liefde.”

We zaten een tijdje in stilte en Richard zijn verschijning veranderde. Hij zakte in een rustigere houding en sprak. “Het voelt alsof iedere relatie die ik heb gehad verspilde tijd is geweest. Ik beseft me nu dat ik al op vroege leeftijd heb besloten dat relaties niet veilig zijn. De Waarheid is, dat *Ik* niet veilig was. Ik ben vanaf kinds af aan boos. Ik viel iedereen aan, en vaak zonder een goede reden. Ik realiseer me nu dat ik degene was met pijn en ik wilde niemand dichtbij laten komen, zodat zij het mij aan zouden doen . . . TELKENS WEER!

Ik kan nu zien dat ik geweigerd heb om naar mezelf te kijken, meestal door onmacht en verzet. Dit heeft de cyclus van het trauma gevoed en herhaald, in plaats van mij hiervoor te beschermen.

“Alle pijn en lijden in mijn volwassen leven komen voort uit mijn onwil om eerlijk naar mijn leven te kijken – Mijn eigen Waarheids-Blokkade! Mijn levensdrama is emotioneel afgezonderd en niet beschikbaar zijn, net zoals het beschreven word in *De Celestijnse Belofte*. Ik zie helder dat mijn eigen houding garandeerde dat ik telkens weer gekwetst zou worden. Ik zie waarom de intimiteit altijd verdween – Ik was altijd aan het beschuldigen en viel altijd aan – Het is geen wonder dat de vrouwen in mijn leven zijn weggegaan! Ik was gemeen tegen ze. Er verschijnt iedere keer een oud gezegde in mijn geest. ‘Niemand is meer blind als hun die niet willen zien,’ Ik heb mijn hele leven mezelf gesaboteerd!” Richard huilde. Ik wachtte, en verbleef in Liefde totdat de emotie wat tot bedaren kwam voordat ik weer sprak.

“Hou je ademhaling open en vloeiend. Je hebt nog heel veel leven voor je liggen. Laten we eens kijken of we, wat we net bespraken kunnen koppelen aan wat er zojuist allemaal naar boven kwam. Je zei net dat de vrouwen in je leven aan het begin warm en Liefdevol waren, en toen ineens afstandelijk werden. Daarna leek het alsof het niet meer lukte om weer dichtbij te komen. Het bewijsmechanisme van je geest was actief en zat vast in projectie. Het **extern maken van jouw innerlijk**. Je hebt dit goed opgemerkt! Je eerste gedachte was dat *hun* afstandelijk werden, en merk nu goed op... Door Vergeving werd de Waarheid zichtbaar.

Hij was overvallen door emotie. “Ik kan niet geloven wat ik allemaal heb gedaan – Ik heb andere mensen aangevallen voor iets wat ik zelf bij hun deed. Ik weet niet of ik dit wel aankan.”

“Er is niets dat je aan moet kunnen als je Rookha hebt uitgenodigd om aan de slag te gaan. Het ‘werk’ gedeelte van *Vergeving* is niet iets dat *jij* doet. Jij opent de deur, en als je toestaat dat de deur open blijft dan doet Liefde de rest. Goed ademen en de energie zal stromen. Onthoud dat – *genezing gebeurt!!!*” Meerdere momenten passeerde waar Richard enorme golven van diepe onderbuik emoties verwerkte.

“Wat moet ik doen met al deze gevoelens?”

“Hou goed vast aan je verbinding met Liefde en blijf bij je gevoelens. Ontwikkel de gewoonte om terug te keren náár en verbonden te blijven mét Liefde. Het is veilig om naar binnen te kijken en alles te voelen wat in je zit. Het is jouw taak om de deur te openen en ruimte te behouden. Het vinden en annuleren van het doel, en dan Rookha uitnodigen om aan de slag te gaan. Dit zorgt ervoor dat de sluier van de tempel (niet een kerk, maar de barrière van ontkenning in je eigen energie,) wordt doorgelicht en het proces van genezing wordt toegelaten. Denk nog eens aan onze definitie van proces. Het is de capaciteit om Liefde, Bewust, Actief en Aanwezig te houden, wanneer er iets verschijnt dat minder is dan Liefde.

Door je keuze om van de Waarheid te houden, zorg je ervoor dat je in aanraking komt met de diepere onderliggende lagen die je geest voor je verstoppt. Je hebt hiervoor een ruimte gecreëerd doordat je, je behoefte aan wat je wilt hebt geannuleerd en *Vergeven*. Dit is het eindresultaat van *Ware Vergeving!*

“Als de geest tegengesteld kijkt, en daarmee bedoel ik... Het geloof dat...

wat innerlijk gebeurd wordt veroorzaakt door iets buiten je, en je annuleert je doel, al voelt dat misschien tegengesteld, dan heb je toegang verkregen tot de informatie in je geest die hiervoor verstoppt en buiten je gewaarzijn bleef. Toen deze onderwerpen naar boven kwamen en werden blootgesteld aan Liefde, werd de Waarheid voor jou beschikbaar en begon je met loslaten –genezen– van lang vastgehouden pijnlijke realiteiten. Dit is hoe genezing eruit ziet! Je hoeft niet langer deze lasten met je mee te dragen. Je leven zal veranderen door dit verwerkingsproces. Ik benadruk, zo sterk als ik kan, dat dit het resultaat is van het annuleren van je behoefte aan wat je wilt. Dat is de sleutel naar het in gang zetten van het genezingsproces!”

Richard kwam wat meer tot zichzelf. “Waar kwam dat vandaan? Ik had niet zo’n sterke reactie verwacht. Ik voel me echt opgelucht! Ik ga hier eens lang en goed over nadenken... Ik weet niet zo goed wat ik moet zeggen, ik schaam me een beetje.”

“Ik steun je in het loslaten van je schaamtegevoel. Waar je zojuist doorheen bent gegaan is precies goed. Het is wat onze cultuur en opvoeding ons heeft ontboden, zeker als man – Het *voelen* en omgaan met de gestoordheid die we meemaken in ons leven. Onze cultuur heeft ons gewaarschuwd om nooit in de ‘Doos van Pandora’ te kijken...

‘niet over hebben’ - ‘niet kwetsbaar opstellen’ - ‘de goede lieve vrede bewaren,’ etc. Maar ze vertelden ons er niet bij dat als we niet zouden kijken naar ons innerlijke trauma, (de doos van Pandora), dat onze levens weerspiegelingen zullen zijn van de inhoud van deze doos. Kan je nu zien hoe het thema dat je zojuist ontdekt hebt, altijd in jezelf en in je hele leven aanwezig is geweest?”

“Het is niet alleen maar aanwezig geweest in mijn leven, Michael. Het WAS mijn leven! De ‘onbewuste’ besluiten die ik nam om te voorkomen dat ik ooit nog gekwetst zou worden zijn de bron geweest van bijna alle relaties die ik heb gehad! Maar ik ben er klaar voor om mijn leven nu anders te maken. Het is veilig om lief te hebben en ik ga het doen! Niets kan me nog stoppen!”

“Richard, ik stel voor dat je even goed naar je woorden kijkt, ‘Niets kan me nog stoppen.’ Herinner je nog ons gesprek over het creëren wat je juist niet wilt, uit het willen vermijden? Je woorden verraden dat je hoogst waarschijnlijk iets aan het creëren bent dat je gaat stoppen.”

“Nou nou, je vat het wel letterlijk op. Dat is niet wat ik bedoelde.”

“Ik weet dat je gelooft dat je dit niet bedoelde, maar je woorden reflecteren vermindering, en je woorden gaan altijd vooraf aan je creaties. Het lijkt nu misschien dat ik aan het zeuren ben, maar ik reflecteer terug aan jou waar je realiteits-structuur je naartoe beweegt. Je woorden zijn een aanwijzing. Woorden reflecteren de energie waarmee we onze lichamen en wereld *orga(a)n-iseren*. Je hebt zojuist een grote opening veroorzaakt en inzicht verkregen, maar het is nog niet af. Mag ik jou voorstellen om je intentie opnieuw te formuleren, meer zoiets als, **‘Het is veilig om lief te hebben en ik ga het doen! Iedereen..., en daarmee ook mezelf, ondersteunt mij in het hebben van Liefdevolle, verbonden relaties. Zeker met vrouwen en vooral met mijn zus!’** Hij werd weer intens emotioneel.

“Volgens het Aramees, ben je zojuist geboren in een nieuw koninkrijk. Een nieuw en verhoogd niveau van inzicht. Dit is heel spannend, maar je hebt een genetische levensgeschiedenis dat een andere kant op beweegt. Je geest heeft een voorraad aan realiteiten die allemaal momentum hebben. Je realiteits-structuur zal geneigd zijn om die kant op te blijven bewegen zodra het weer achter het stuur zit. Je woorden reflecteren dat de ‘Grote Misleider’ alweer terug naar binnen was geslopen.”

“Ik ben klaar om te groeien. Deze nieuwe manier van denken en Zijn bevalt me wel. Ik wil niet meer terug naar de oude manier. Ik kan haast niet wachten om iedereen te vertellen wat ik gevonden heb!”

“Wees er gewaar van dat niet iedereen wil horen wat je te zeggen hebt. Herinner je nog toen je me voor het eerst belde? Je dacht dat het zonde van de tijd zo zijn om bij elkaar te komen. Weet je de waarschuwing nog? (wil niet te snel) ‘bestorm niet de poort.’ Wees er gewoon gewaar van dat je werk te doen hebt en het proces van *Vergeving* pas net is begonnen. Er kunnen verschillende lagen zijn in deze en andere realiteiten gebaseerd op ervaringen uit je kindertijd die je zojuist ontdekt hebt. Deze zullen naar boven komen voor genezing. Deze oude realiteiten zullen proberen jou ervan te overtuigen dat ze waar zijn, maar alleen maar omdat jij deze zolang gevoed hebt. Consistent innerlijk werk is de sleutel. Reken er op dat een sport team dat zojuist kampioen is geworden de volgende dag weer aan het trainen is. Als je dit proces door wilt zetten, moet je je pen op het papier drukken en met je innerlijk werk doorgaan. Ik beloof je, we hebben alleen nog maar de oppervlakte geraakt.”

“Ik ben toegewijd! Wat moet ik doen?” Sprak Richard uit.

“Ten eerste stel ik voor dat je jezelf toewijdt aan vijf *geschreven* werkbladen per dag, voor de komende veertig dagen. Je hebt net gemerkt dat de werkbladen je in contact brengen met je onbewuste dynamieken. Ze initiëren heling. In de oude geschriften wordt het onbewuste ‘woestijn’ of ‘hart’ genoemd. Veertig dagen in de woestijn kan zeer krachtig werken. In de oude geschriften staat, ‘draag zorg voor het hart, want hieruit komen de kwesties van het leven.’ Heb je opgemerkt hoe de zojuist ontdekte onbewuste dynamieken geneigd zijn naar binnen te sluipen om realiteiten in je geest te activeren? Dit resulteert in de kwesties van je leven.”

“Dat is helder voor me, maar moet het nu niet weg zijn? Ik bedoel, we hebben toch een werkblad gedaan over deze kwestie. Zou het niet over moeten zijn?” Vroeg Richard hoopvol.

“Het is mogelijk, maar meestal is het niet zo makkelijk. *De Meester-leraar van Vergeving* stelde voor, zevenenzeventig keer zeventig werkbladen over iedere kwestie. Voor de oude meesters en geschriften was zeven het nummer van voltooiing en een nul eraan toegevoegd staat voor oneindigheid. Dit betekent dat je een oneindig aantal werkbladen mag doen totdat je compleet bent met een kwestie. Het echte werk begint nu en het transformeren van oude dynamieken in de geest is een proces dat tijd kost.

Onthoud dat er jaren van oude ervaringen, generaties van overtuigingen en gestoorde interacties getransformeerd moeten worden – eeuwen van wat genoemd werd als ‘zwerven in de woestijn.’ Dit is de kern van het werk van de Meester-Leraar. Het werd vaak versluierd door dogma en alleen maar beschikbaar voor hun met de, ‘*ogen om te zien en de oren om te horen,*’ – *Oftewel. Hun die de hersencellen hiervoor bevatten.*”

“Ik wist niet waar ik aan begonnen was, Michael, maar ik ben blij dat ik gekomen ben. Ik doe mijn werk en dan ga ik anderen hiermee helpen.”

“Geweldig! Als je eenmaal realiseert wat er gedaan moet worden, wat is er dan nog anders te doen dan wat gedaan moet worden? Laten we de laatste stappen op het realiteits-management werkblad maken, dan kunnen we voor dit moment afsluiten.”

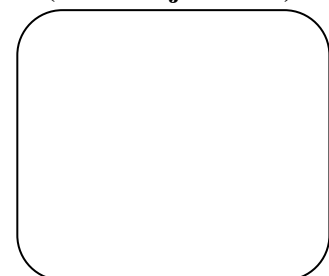
Richard had gekeken naar de literatuur over ons Heartland en zei, “ik wil bij het ondersteuningsteam van de intensieve workshops volgend jaar bij het Heartland. Ik ben er klaar voor om te verdiepen in dit proces. Hoe krijg ik dit voor elkaar?”

“Laten we daar straks over praten en eerst kijken naar *Stap 10*, Welke je eigenlijk net hebt gedaan, daarna voltooiën we *Stap 11 en 12*.”

10. Nu voel ik mij helder en opgelucht en ik zie nu dat (over de situatie in 1A) we allebei mijn vijandigheid niet verdienen en ik nog meer werk te doen heb. Ik ben willend.

“Merk op dat er in **Stap 10** gevraagd wordt om dezelfde Realiteit te beschrijven als je had gedaan bij **Stap 1**. Ik nodig je uit om goed op te merken hoe die realiteit veranderd is, en dat jij de beweging hebt gemaakt van de naar buiten gerichte verwijt-dynamiek naar de innerlijke realiteit. Jezelf helder zien – dat is het resultaat van Ware Vergeving!”

(teken nu je emotie)



“Het voelt alsof ik een boek kan schrijven over de inzichten die ik heb ontvangen in de enkele uren dat we samenwerken en van dit ene werkblad. Ik kan haast niet geloven dat zoiets krachtig mij zojuist is overkomen.”

“Een boek schrijven over jouw werk vandaag, hmm, misschien doe ik dat wel! Ik herinner je eraan dat wat jij gedaan hebt een proces is, er zijn ups en downs. Als je in een dal zit, herinner je dan de gedachte, ‘ook dit gaat voorbij,’ en het zal ook voorbij gaan. Al kan het soms wel enkele dagen duren als je je werk doet. Terwijl je groeit en meer vitaliteit verkrijgt zal je nog diepere lagen ontdekken in je zelf en dit zal het proces verder intensiveren. Ik stel voor dat je je inzichten en gedachten in een boekje schrijft en blijft herhalen. Het zal vruchtbare grond worden voor toekomstige processen en werkblad onderwerpen.

“In **Stap 11** van het realiteits-management werkblad, zoek je opzettelijk naar de Liefde in het object van jouw aandacht... Van 1A op het werkblad. Je concentreert jezelf op waardering. Waarderen is iets dat je doet voor jou, niet voor haar. Soms kan waardering voelen alsof je iets ontwijkt omdat er nog meer werk te doen is op dat onderwerp. Maar doe net alsof. Fake it till you make it! Het zal je vullen met meer van de genezende stroom.

“Als je zoekt naar Liefde in de ander, versterk je het niet alleen in jezelf, maar je kiest hierdoor ook voor zuivere nederigheid. Dit is niet de nederigheid dat gaat over jezelf klein maken. In het oude Aramees is Ware Nederigheid de mentale vaardigheid om in staat te zijn en te zoeken naar samenwerking met de goede verlangens van anderen. Met hun hoogste en beste goed. In plaats van verloren zijn in je eigen projecties. Het is een krachtig genezende gewoonte om te cultiveren in jezelf.”

11. Ik ben dankbaar en reik uit naar de LIEFDE in jou (1A) Amy.

“Dit voelt zo natuurlijk en makkelijk nu ik het Vergevingsproces heb doorlopen, Michael. Ik kan haast niet geloven wat een verschil ik merk in mijn gevoelens naar Amy. Ik heb haar altijd zoveel kwalijk genomen. Ik ga al deze verloren tijd goedmaken, ik hoop dat ze hiervoor openstaat. Ik kan niet wachten om tegen haar te vertellen hoeveel spijt ik heb.”

“Herinner je nog ons gesprek over sorry zeggen?”

Richard knikte, “wil je me geheugen nog eens opfrissen?”

“Onze cultuur richt zich heel veel op spijt betuigen. Als twee creatieve geesten hun aandacht richten op waar ze spijt van hebben, is er door energetische versterking de neiging om meer van hetzelfde te doen. (Waar je je aandacht op richt, groeit) Ik ben me gaan beseffen als we een vergissing maken, dat het krachtig en helend is om hier verantwoordelijkheid voor te nemen en je hiervoor te verontschuldigen. Het beste om daarna te doen is het verklaren wat je voortaan gaat doen *in plaats van* datzelfde gedrag te herhalen. Beschrijf, aan de persoon waar je sorry tegen zegt waar je aan toegewijd bent in de toekomst. Als je dit doet is de mogelijkheid dat je gedrag verandert veel groter.”

“Ik begrijp het! Opnieuw dan. Ik kan niet wachten om sorry te zeggen tegen Amy en haar te laten weten dat ik veel om haar geef en dat ze belangrijk voor me is!”

“Ik behoud de ruimte voor haar om open naar jou te zijn. Laten we verder gaan naar Stap 12, de laatste stap van het Werkblad. Bij deze stap creëer je een nieuw constructief doel, gericht naar het object van jouw aandacht. Als je geest een constructief doel gebruikt bij het creëren van zijn realiteiten, in plaats van zelf-beschermende (vlucht/verdedig) doelen. Zal je leven drastisch veranderen! Je aandacht richten op wat je samen met hun wilt creëren en dit doel **Zijn** vanaf het begin is een sterke positie om in te verblijven.”

Richard keek me verbaasd aan.

“Wanneer jij als creator je geest oefent om te denken aan wat je wenst te creëren als een resultaat dat al behaald is. Geef je jezelf een veel betere kans om het te verwezenlijken. Dit is een principe waar we ons in verdiepen in de workshop, *Bewust Creëren*. Wees helder over wat je wenst uit de situatie. Dit is tegenstelling tot de neiging van de geest om gelijk te gaan naar wat het niet wenst, en dit vorm gaat geven uit het willen vermijden.”

11. Ik erken ons in de creatie van WAARHEID (), LIEFDE () en (creëer een Liefdevol doel met 1A) een hechte en warme relatie. Ik ben beschikbaar en verantwoordelijk voor mijn gevoelens () (HAAL ADEM)

“Ik voel opluchting en hoop. Ik heb zoveel over mijzelf geleerd – meer dan ik geleerd heb in mijn hele leven! Wat kan ik voor jou doen, Michael?”

“Richard, er is een principe in de natuurkunde wat kritieke massa genoemd wordt. Een drempel waar een schijnbaar kleine actie een grote massa transformeert. Zonder iemand om geld te vragen, accepteren wij iedere uitnodiging mogelijk om met groepen te spreken. Als een uitnodiging past in één van onze standaard reistochten. Betalen we onze eigen onkosten, presenteren onze (onderweg) workshops gratis, en we nodigen mensen uit om ons materiaal te kopiëren en weg te geven zodat ons werk beschikbaar is voor allen. Ook voor hun zonder de mogelijkheid om te betalen. We doen deze dingen om bij te dragen aan het creëren van de kritieke massa met behulp van deze hulpmiddelen.

“*Je werk doen en delen* met anderen zal energie toevoegen aan de toewijding van onze familie om deze hulpmiddelen uit te delen aan iedere denkende geest op deze planeet en dat is het grootste geschenk dat je ons kunt geven. We nodigen je uit om dit werk financieel of op andere manieren te ondersteunen. Er is altijd genoeg te doen op het *Heartland* en met ongeveer een dozijn aan gebouwen op 17 hectare, is de donatie van materialen en/of werk altijd welkom. Het toepassen en doorgeven van dit werk is natuurlijk het belangrijkste.

“Ik geloof dat er twee duizend jaar geleden een kans is gemist om een gewonde, lijdende mensheid te genezen. Het was een kans om onze harmonie en waardigheid terug te vinden. Zodat we weer konden functioneren als volledige menselijke wezens. Onthoudt dat de **Liefde voor Waarheid** de heler is van de **Blokkade naar Waarheid**. Ik vertrouw op deze transformerende kracht. Ik geloof dat iedere geest wil en zal veranderen naar de meest belonende manier van leven mogelijk, als eenmaal deze mogelijkheid wordt gezien. De vraag is wie zal doorbreken naar de kritieke massa. Wie maakt het mogelijke beschikbaar voor de mensheid? Laat me een verhaal met je delen van een onbekende auteur. Waarvan ik vind dat het alles uitlegt!”

Ga Jij Het Verschil Maken?!

“Vertel me het gewicht van een sneeuwvlok,” vroeg een valk aan een wilde duif.

“Niets meer dan niets,” was het antwoord. “In dat geval moet ik je een geweldig verhaal vertellen,” zei de valk.

“Ik zat op de tak van een sparrenboom, dicht bij de stam. Het begon te sneeuwen. Niet veel, geen heftige storm, nee, net zoals in een droom, heel vredig. Omdat ik niks beters te doen had ben ik de sneeuwvlokken gaan tellen die landen op de takjes en naalden van mijn tak. Het waren er precies 3,741,952 toen de volgende sneeuwvlok neerkwam op de tak – ‘niets meer dan niets’ zoals jij dat zegt – en de tak brak af.”

Na dit gezegd te hebben vloog de valk weg.

De duif, sinds de tijd van Noach een symbool van vrede, dacht even na over het verhaal en zei uiteindelijk met zekere stem...

“MISSCHIEN KOMT ER NOG MAAR ÉÉN STEM VAN ÉÉN PERSOON TEKORT, OM VREDE TE VERWEZENLIJKEN IN DE WERELD.”

“Richard, de volgende keer dat iemand een realiteit in jou resoneert die minder is dan Liefde. Ga jij dan Vergeven of aanvallen? Ga jij die stem zijn voor vrede?”

EPILOOG

Beste Lezer,

Het doel van ieder hulpmiddel in dit boek en ons werk is het ondersteunen van genezing.
Het *genezen van onszelf en ieder ander op deze planeet*.

Mensen uit vele landen werken met, en ondersteunen deze hulpmiddelen. Wil jij je bij onze *Heartland* familie aansluiten in het **verantwoordelijk** zijn?

In staat om te antwoorden?

Toepassen van de gereedschappen en misschien **de stem** zijn die vrede en genezing brengt naar de wereld?

Als woede of frustratie *in welke vorm dan ook* een deel zijn in je relaties of je leven.

Wil jij dan kiezen om een stem voor vrede te zijn?

Een glimlach en vele zegeningen toegewenst.

Michael, Jeanie

Michael Jay en Christa Joy

