



Zeven Kernkwaliteiten van de mens

Zohra Noach

Zeven Kernkwaliteiten van de mens

Zohra Noach

© 2013 Zohra Noach, Stichting Zohra Noach Foundation
Redactie: Anna Hofkamp
Samenstelling en eindredactie: Marlin Plantema
Vormgeving: Johannes van Wijgerden en Hadewych Werner
Foto omslag: Hadewych Werner
Foto auteur: Rianne van Heck
Algeheel ontwerp afbeelding vijf stralen: Zohra Noach
Uitvoering afbeelding vijf stralen: Bep Uitdewilligen

Vierde geheel herziene druk 2013
ISBN/EAN: 978-90-79551-21-7

www.psychosofia.nl
www.zohranoachfoundation.nl
www.zohranoachpublicaties.nl

<https://zohranoachfoundation.nl/webshop/product-cat/product/zeven-kernkwaliteiten-van-de-mens-herziene-uitgave-2013/>

Uit deze uitgave mogen uitsluitend de originele teksten
in ongewijzigde vorm worden overgenomen met vermelding
van de bron en de naam van de auteur

INHOUD

Presence of Light	5
Inleiding	7
Kaarsenceremonie	11
Zuiverheid	15
Mededogen	39
Bescheidenheid	59
Onwankelbaarheid	71
Dankbaarheid voor het leven	87
Blijmoedigheid	105
Verdraagzaamheid	123
Platform van vijf innerlijke elementen	139
Helend handelen naar jezelf Eigen innerlijk Verzoeningsoffensief	143
Dankbetuiging	147

De kleine teksten tussen de Zeven Kernkwaliteiten komen uit het boekje 'Lichtstraaltjes' van Zohra Noach



'Presence of Light'

In your higher consciousness
I am the Light

In your sub-consciousness
I am the Existence

In your consciousness
I am the Presence

Inleiding

Eind 1974 werd mij, Zohra Noach, in een indringende visuele en auditieve ervaring vanuit geestelijke dimensies, gevraagd mijn medewerking te willen verlenen aan het oprichten van een nieuwe geestelijke en onafhankelijke stroming Psychosofia. Deze stroming kent geen lidmaatschap, dogma's, onvrijheden en/of gebondenheden aan anderen dan aan onszelf.

Juist in deze tijd dat de zekerheden van een religie en/of godsdienst ons soms niet zo zeker meer voorkomen, kan deze stroming, die een zoektocht is naar de eigen wezenskern, een handreiking zijn. Hiertoe werden mij, onder meer, zeven menselijke deugden, 'gaven van de geest' aangereikt, die een transformerende kracht hebben.

Deze zeven wachters van de hoop uit dit boek "Zeven Kernkwaliteiten van de mens" kunnen een vertaling zijn van de waarden van de geestelijke stroming Psychosofia in de vrijheid van het eigen zijn. In een mogelijke herkenning van de eigen kwaliteiten, kunnen zij een wegwijzer zijn.

Deze zeven kernkwaliteiten zijn een eigentijdse vertaling van aspecten van de Bergrede en hebben een liefdevolle verbinding met deze aspecten.

Zo de westerse wereld de waarden die de Christus heeft gegeven wil behouden, dan zal zij zich zonder welke organisatorische beeldvorming daarvan, kunnen verbinden tot een nieuwe spirituele humanitaire ethiek.

Hiertoe werden mij onderstaande kernkwaliteiten, 'Wachters van de hoop', 'Les thésauriers de l'espoir', 'Guards of hope' aangereikt:

Zuiverheid

Zuiverheid is het vermogen van de mens om de eigen licht - en schaduwkanten te herkennen. Wat komt van buitenaf en wat is in jezelf nog aanwezig aan belastende aspecten, aan schaduwkanten. Herkenning van de belastende aspecten kan de wil tot verandering en vernieuwing stimuleren. Dit is zuivering.

Mededogen

Mededogen naar jezelf is dat je jezelf niet meer alles kwalijk neemt. Hierdoor kan er meer ruimte komen om hetgeen jezelf zo bedrukt, vrijer te kunnen zien. Vrijer naar jezelf kunnen kijken geeft meer levensenergie. Alles wat je in jezelf positief kunt veranderen, straal je ook uit naar de ander.

Bescheidenheid

Bescheidenheid houdt in dat de mens een grotere mate van innerlijke weerbaarheid kan creëren, wanneer hij of zij zich wil realiseren dat hetgeen hem/haar gebeurt, nooit zijn of haar totale identiteit uitmaakt. Het jezelf mentaal en emotioneel totaal verliezen in het verdriet en de pijn, doet de wanhoop zeer groot toenemen.

De bescheidenheid naar kwellende gedachten en emoties, versterken de relativering en weerbaarheid.

Onwankelbaarheid

Onwankelbaarheid, wat kunnen wij in deze tijd met zo'n begrip? Wie is onwankelbaar? Alleen de mens die de eigen identiteit beschermt en bewaakt.

De eigen identiteit omvat meer dan de menselijke vormgeving die gebaseerd is op sociaalmaatschappelijke, cultuurhistorische en religieus godsdienstige elementen.

De Divine Construction van de mens, onafhankelijk van welke vormgeving of achtergrond, is de hoogste scheppingsenergie in de mens. Wanneer de hedendaagse mens dit zou kunnen accepteren zal hij een bron van innerlijke kracht kunnen zijn.

In de stormen die ons dreigen te vernietigen kan hij of zij dan onwankelbaar zijn in de eigen diepste wezenskern.

Dankbaarheid voor het leven

Dankbaarheid voor het leven lijkt in deze tijd bijna een contradictie. En al die ellende dan, de macht en onmacht, de vreselijke liefdeloosheid en nietsontziende wreedheid. Kan een mens dan dankbaar voor het leven zijn? Wanneer wij dit begrip naar binnen keren, kan daar een zekere mate van dankbaarheid zijn. Hebben wij niet een eigen vrije wil, gebaseerd op onze eigen Divine Construction?

Wij mensen kunnen vanuit ons eigen zijn, onze schaduwkanten veranderen en verlichten. Wij mensen kunnen onze eigen lichtkanten zodanig in onszelf ontwikkelen dat zij velden van licht kunnen worden in het grote morfogenetische energieveld op deze planeet. Het is aan ons en daar kunnen wij dankbaar voor zijn.

Blijmoedigheid

Vernieuwd bewustzijn geeft nieuwe moed om het leven aan te gaan. Bewustzijn dat onze identiteit groter is dan alleen de vormgevingen en aspecten daarvan. De schat van onze eigen vrije wil. Het weten van onze Divine Construction geeft ons de moed om de uitdagingen van het leven in licht en duisternis toch aan te gaan.

Verdraagzaamheid

Kunnen wij de weerspannige energieën in onszelf tot een mate van verdraagzaamheid brengen? In de lezingen over zuiverheid, mededogen, bescheidenheid, onwankelbaarheid, dankbaarheid voor het leven, blijmoedigheid en verdraagzaamheid zijn ons zeven kernkwaliteiten aangereikt die ieder mens in zichzelf aanwezig heeft.

Dat kan alleen vanuit onze eigen identiteit en waardigheid gebeuren. Wanneer wij onszelf in verdraagzaamheid kunnen plaatsen, kunnen wij dit ook naar de ander.

Zohra Noach

Kaarsenceremonie

Dit boek is samengesteld uit lezingen die Zohra Noach in 1998 over de zeven kernkwaliteiten van de mens heeft gegeven.

Iedere lezing begon met een 'kaarsenceremonie'.

Er staat een grote kaars op een standaard en drie kleine kaarsen staan in een driehoek opgesteld op een tafeltje. De punt van de driehoek is naar de toehoorders gericht.

Eerst wordt de grote kaars aangestoken.

Zohra zegt hierover:

‘De grote kaars, de kaars van Verbinding, wordt aangestoken als stoffelijk teken van de verbinding met ons innerlijke Licht, het hoogste Licht en met elkaar. Wanneer wij deze kaars aansteken, sluiten wij bewust dit verbond met de wereld van de Geest en met elkaar.’

Dan volgt het aansteken van de drie kleine kaarsen vanuit het licht van deze kaars van Verbinding.

‘Deze drie kaarsen symboliseren de mystiek van Geest, ziel en persoonlijkheid in onszelf.

De mystiek daarvan is de diepste integratie in onszelf, die alleen kan plaatsvinden door onze eigen liefdeskracht. Zo zijn deze kaarsen daar een symbool van.’

De eerste kaars – aan uw rechterhand – symboliseert de 'Eenheid van het Zijn'. De eenheid van het Zijn in onszelf met het Goddelijke, met de totaliteit van de schepping die wij in ons dragen. Al het werkelijke is één.

De tweede kaars – aan uw linkerhand – symboliseert het 'Licht van het Bewustzijn' daarvan, dus ook in ons denken, juist ook in ons denken.

En de punt van de driehoek – de kaars die naar u is gericht – symboliseert de 'Liefdeskracht' om dit ook werkelijk te kunnen realiseren.'

De kaarsen worden in eenheid met alle betrokkenen aangestoken.

Aan het einde van iedere lezing worden de kaarsen in omgekeerde volgorde gedoofd door degenen die de kaarsen ook hebben aangestoken.

De hierna volgende teksten over
de zeven kernkwaliteiten van de mens
zijn samengesteld uit lezingen die
Zohra Noach heeft gegeven
in de periode van
20-01-1998 tot 12-11-1998 te Velp

Straal als de ster die je bent

Zuiverheid

Dag lieve mensen, gegroet in liefde.

Vandaag zullen wij spreken over zuiverheid in de mens.

Zuiverheid in gedachten en gevoelens, in het eigen begrip en in het eigen oordelen.

Zuiverheid is de eerste van de zeven kernkwaliteiten, die mij ooit zijn doorgegeven en die wij mensen kunnen gebruiken om in onszelf vernieuwing en transformatie aan te brengen.

Wij hebben allemaal schaduwkanten in ons. Het herkennen van deze schaduwkanten is het begin van het pad van spiritueel bewustzijn. Na de herkenning en de erkenning daarvan, komt nu het leren gebruik maken van de kernkwaliteiten, de deugden die wij bezitten. Wist u dat u deugden bezat? Deze deugden hebben wij in ons, want onze afkomst is Geest.

In Geest is alles wat goed is aanwezig.

In de vertaling daarvan, de verdichting in het menselijk zijn, sluipen daar helaas ook schaduwkanten in, de schaduw van de deugden, de ondeugden. Ik zeg altijd: wij zijn ware engelen, maar wij moesten bengelen worden om goed en kwaad te leren onderscheiden, om tot het bewustzijn te kunnen komen van wat de kracht van liefde in ons kan uitrichten.

Zuiverheid is een ontzaglijk groot begrip. Voor de hedendaagse mens op weg naar een dieper spiritueel bewustzijn omvat het veel meer dan wij zo zouden kunnen denken.

Vroeger in de kloosters en in onze oude religies werd aangegeven dat zuiverheid vooral lichamelijk moest zijn. In de kuisheid en dergelijke.

De mens van de jaren tweeduizend krijgt gelukkig een wat groter, meer omvattend beeld van wat zuiverheid kan betekenen voor de mens in zichzelf. Zuiverheid houdt in dat je als de mens die je bent direct en duidelijk kunt gaan herkennen en ervaren wat werkelijk vanuit jouw geestzijn in jezelf aanwezig is. Van waaruit je denkt, spreekt of handelt.

En ook heel duidelijk kunt gaan herkennen wat 'onzuiver' opgelegd is vanuit datgene wat naar je toekomt, maar vooral datgene wat als passieve trillingen, herinneringstrillingen in het eigen etherische veld, het eigen onderbewustzijn, aanwezig is. Het zijn passieve trillingen, maar pas op, ze liggen steeds klaar om bij het minste of geringste teken weer actief te kunnen worden.

Waarom is dit zo?

Is dit een kwalijk spel van duivelse machten of iets dergelijks? Welnee. Het is juist het samenspel vanuit Geest, ziel en persoonlijkheid, waardoor deze passieve herinneringstrillingen in het bewustzijn van de mens kunnen komen om uiteindelijk getransformeerd te worden door de liefdeskracht die wij hebben. Die wij zeer groot in onszelf aanwezig hebben.

Hiertoe behoort het besef dat wij mensen in onze volle waardigheid staan als de mens die wij zijn in de materie, komend vanuit Geest in een altijd durend samenspel met onze onsterfelijke ziel. Hoe wij vanuit dit samenspel uiteindelijk de weg van inwijding kunnen volgen die voor elk mens op een geheel eigen wijze zal plaatsvinden. Die weg is de weg van de mens die komt vanuit Geest, worstelt door de materie en haar schaduw en duisternis, maar toch in zichzelf het licht en de liefde weer kan herkennen en ook kan gaan hanteren in zijn leven.

De mens van nu heeft niet genoeg meer aan grote filosofieën, aan wijsheid en kennis alleen. Die mens van nu wordt geacht om juist vanuit de gelijkwaardigheid tussen Geest en materie, nu te kunnen handelen vanuit de eigen verantwoordelijkheid voor het weten van geestzijn.

Dat kan pas als de mens de liefdeskracht zodanig ontplooit dat er zuiverheid kan komen en zuivering in wat er in de mens aanwezig is en in zoals hij existeert.

De cyclus van de zeven kernkwaliteiten zal zodanig worden belicht, dat in de mens een nieuwe kracht kan gaan groeien. Het is mooi om dat allemaal te horen, maar je moet ook die kracht in jezelf gaan stimuleren om hem te realiseren in je leven. Zodat je niet iedere keer, wanneer de twijfel binnensluipt, terugvalt in een neerwaartse spiraal van twijfel: 'Kan ik het wel, ben ik het wel, heb ik het wel?' Twijfel holt uit. Twijfel maakt dat er bijna niets overblijft van je eigen kracht, je liefdeskracht.

Ook angst is zo'n insluiper en soms merk je het niet eens: 'Ik kan het leven niet aan, wat doe ik in dit leven, er is niemand die mij helpt, ik ben helemaal alleen.'

Angst maakt je zo klein. Waar is dan je kracht, je liefdesgevoel, je besef dat je een wezen van licht bent? Hoe kunnen wij vanuit zuivering in onszelf te werk gaan met deze insluipers?

Deze zuivering houdt in dat er in de mens vanuit een heel diep weten, heel direct en duidelijk herkend kan worden: het zijn in Licht, de Godsvonk die wij zijn in onszelf.

Vanuit dit vertrekpunt is de mogelijkheid ontzaglijk groot aanwezig om de overgebleven insluipers – die stiekem in onszelf op de loer liggen – te gaan herkennen en te veranderen en tenslotte te gaan transformeren.

Zuiverheid houdt in: een eindeloos respect voor het eigen zijn, voor de waardigheid die jij als mens hebt in dit leven – in alle levens, maar nu in dit leven – dat jij bent deze vonk Gods. Wanneer je dit heel duidelijk tot een directe beleving kunt maken, dan komt er een energie vrij waarmee je daadwerkelijk kunt gaan werken. Geest in materie realiseren.

Het betekent dat je juist vanuit dit begrip zuiverheid gaat leren kijken naar wat daar in jouw persoonlijkheid, het mensje dat wij allen zijn, nog ligt aan aankeefsels en onzuiverheden. Waarvoor wij in onze persoonlijkheid de schijn van respect en waardigheid ophouden, maar dat in werkelijkheid niet zijn.

De zuivering – vanuit de mate van respect dat wij hebben voor de vonk Gods die wij zijn – houdt in dat er ook besef en begrip gaat komen voor de eigen verantwoordelijkheid om vanuit dit respect te leven. Hoe wij omgaan met datgene wat in ons leven steeds weer opnieuw ons tracht te ondergraven, los te weken van het besef de vonk Gods te zijn.

Wat is het dat ons als het ware steeds besluipt?

Ik noemde onze angst en twijfel, waardoor wij niet de verantwoordelijkheid aan kunnen, durven of mogen van onszelf, om in het respect voor de eigen waardigheid te staan.

In ons etherisch veld, of onderbewustzijn, liggen de passieve herinneringstrillingen verborgen die wij vanuit andere levens – in de continuïteit van leven – hebben meegenomen.

Deze hebben wij niet voor niets meegenomen in dit leven. Want de bedoeling is dat juist in dit leven al datgene naar ons toe zal komen, waardoor wij het begrip, het inzicht, maar uiteindelijk ook de daadkracht gaan ontwikkelen om ons van de zwaarte van deze oude trillingen te kunnen verlossen. Uiteindelijk zullen wij ze totaal elimineren.

Hoe lang dat duurt, weet ik niet.

Waar ik naar toe wil is ons dagelijkse leven. Hierin worden wij steeds geconfronteerd met hetgeen in onszelf aanwezig is en wat steeds opnieuw, ten goede of niet ten goede, geprikkeld en gestimuleerd wordt. Wat naar ons toekomt, heeft altijd een resonantiepoint in wat er diep in onszelf aanwezig is, bewust of onbewust. Heel belangrijk. Onthoudt u dat.

Dit betekent dat, wanneer wij uitgaan van deze hoge kosmische en diepe spirituele achtergrond, wij dan ook beïnvloed worden door datgene wat naar ons toekomt. Het betekent dat omstandigheden, mensen, alles wat in ons leven zo sterk is aangeraakt en gestimuleerd dat wij er verdriet of pijn van hebben, ons helemaal bepalen.

Wanneer het besef dat er altijd een resonantiepoint in onszelf aanwezig is, duidelijk wordt, krijgen wij een bepaalde innerlijke ruimte om er op een andere wijze naar te kunnen kijken.

Dan ontstaat er een verschuiving van energieën in onszelf, waardoor er krachten vrijkomen om ermee te kunnen werken.

Welke hulpmiddelen kunnen wij gebruiken om onze herkenning en erkenning van ons eigen hoger Zelf en de integratie daarvan in onszelf, tot een werkelijke realiteit te maken?

We denken zo in ons dagelijkse leven dat het allemaal aan ons voorbijgaat, maar toch is dat absoluut niet het geval.

Het is wel zo dat wanneer een bepaald spiritueel bewustzijn alleen blijft hangen in ons mentale zijn en als het ware langs de emoties heen glijdt, het zich dan niet werkelijk kan gaan realiseren in de menselijke persoonlijkheid. Dat is absoluut noodzakelijk.

Zuiverheid houdt in: een innerlijke zuiverheid die gebaseerd is op de werkelijke integratie van het eigen hoger Zelf in onze eigen menselijke persoonlijkheid. Dat houdt in dat ons eigen corrigerend vermogen naar het Zelf wordt gericht. Dus er ontstaat dan een zelfcorrigerend vermogen, of nog iets verder, een bepaalde mate van zelfdiscipline.

Zelfdiscipline houdt in dat de mens vanuit het eigen hoger Zelf, vanuit die integratie dus, zélf de baas is in het zelf. Het corrigerend vermogen dat wij hebben, richten we bijna altijd op iets buiten onszelf.

Het gegeven is nu, dat de spiritueel bewuste mens, die werkelijk dat hoger Zelf, die vonk Gods, het weten een lichtdrager te zijn, in zichzelf heeft geïntegreerd, zich dan ook helemaal van daaruit profileert in zijn persoonlijkheid. Geen enkel mens kan dat helemaal doen, want dan zou hij al volmaakt zijn.

Wat wij als mens wél tot stand kunnen brengen – dat is van een heel grote importantie – is dat we daarmee het gehele energetische veld van ieder mens, dus van onszelf maar ook van het collectieve bewustzijn, tot vernieuwing kunnen brengen.

Integratie van ons eigen hoger Zelf heeft grote invloed op ons menselijk zijn. Heeft invloed op zowel ons emotionele – als mentale reactievermogen.

Deze reactievermogens gaan samen met het realiseren van ons hoger Zelf in ons menselijk zijn. Onze manier van reageren heeft een bepaalde invloed, een zeer sterke invloed zelfs, op ons lichamelijke zijn. Het beïnvloedt alles wat er met ons gebeurt, zowel lichamelijk, psychisch, dus mentaal in onze denkpatronen, maar vooral emotioneel.

De diepste integratie van het eigen hoger Zelf heeft een ontzaglijke invloed op onze zonnevlecht.

U weet wel, ons emotiecentrum, de plexus solaris, iets boven de maag. Deze zonnevlecht zou ik het oog van God willen noemen. Niet de man op de troon, dat zie ik niet zo. Het is het oog vanuit de Geest, de poort eigenlijk, waardoor er in de mens de macht of de onmacht ontstaat om zelf baas in eigen huis te zijn.

De zonnevlecht is een krachtcentrale in onszelf, een zenuwknoppunt, een energetisch punt van kracht. Het is, ik wil niet zeggen afhankelijk, maar in totale eenheid met het wezen van de mens die zich wel of niet bewust is een lichtdrager, een Godsvonk, een hoger Zelf te zijn.

Het is in werkelijke eenheid met de wijze waarop een mens zichzelf kan herkennen, erkennen en dus tot integratie van het hoger Zelf in zichzelf kan komen.

Als de mens op het punt van werkelijke herkenning van het eigen hoger Zelf gaat komen en die herkenning vanuit zijn diepste innerlijke religieuze beleving plaats gaat vinden, dan vindt er een heel grote verandering plaats.

Dat gebeurt geleidelijk aan, maar we kunnen dat al voelen en herkennen in onszelf.

De zonnevlecht keert zich langzaam naar het hart. Dus naar de liefde, de liefdeskracht die in ons aanwezig is. Vaak is dat in onze levens nog niet zo tot uiting gekomen, we hebben het niet zo ondervonden of we konden het misschien niet geven, maar het is wel heel groot in ons aanwezig.

Wat houdt het in wanneer de zonnevlecht zich langzaam keert tot het hart? En 'God zij dank' gebeurt alles vanuit de kosmische wetmatigheden in evenwicht met ons eigen zijn. Het houdt in – ik moet het ook heel goed zeggen – dat daar een mate van realisatie gaat optreden van het besef, het weten te staan, te zijn in de waardigheid van het hoger Zelf.

Aspecten die altijd aan ons hebben geknabbeld en ons hebben uitgehold, bijvoorbeeld via pijn of ontkenning, via onwaardigheden die naar ons toekwamen of die we zelf vorm gaven, of de fysieke constellatie waarin we zitten, verstarren ons waardoor we ons niet meer kunnen openen. Dit soort aspecten vreten als het ware aan ons.

Nu komt dan de integratie van het hoger Zelf.

Alle cellen in ons, de neurotransmitters die van alles doorgeven in ons hele zenuwstelsel, krijgen plotseling een andere opdracht, een andere baas. Dit is niet zo maar iets, dit geeft allerlei consternatie in ons hele ecosysteem.

De consternatie lijkt dan allerlei weerstanden op te roepen, zowel lichamelijk, emotioneel, als in ons denken, waardoor er een paniek kan gaan ontstaan in onszelf.

Bijvoorbeeld: 'Tjee waar zijn we nou mee bezig, wat gebeurt er nou met ons, kan ik dat wel aan?'

Er werd mij gezegd: 'Vreest niet want dit zijn de werken des Godes.' Dan hoor je zoiets en dan denk je: Oh, wat doe ik met de 'werken des Godes?' Het betekent dat het die energieën in ons aanraakt, die ons in een bepaalde verstarring, in een bepaald patroon hebben gehouden.

Ik noem dat soms een overlevingsstrategie die je jezelf hebt aangemeten om in jouw rol te kunnen staan. Noodgedwongen of omdat het zo beter uitkwam, omdat alles van buitenaf jou daartoe bracht of omdat je van binnenuit die rol voor jezelf het meest aannemelijk vond om te kunnen overleven. Daar komt dan nu verandering in. Het gaat stap voor stap.

Dat is verschrikkelijk veel. Je hebt jezelf altijd als zo en zo gezien en nu komt er door dat bewustzijn – de integratie van het hoger Zelf – iets van: 'Ik ben eigenlijk ook zus. Hoe rijm ik dat, wie ben ik dan echt?'

Niets kan bij ons komen – u moet dat heel goed onthouden – wat niet vanuit onszelf een punt van affectie heeft. Dat punt is bij de spiritueel bewuste mens: de acceptatie van de integratie van het eigen hoger Zelf. Daar moet je dan mee gaan werken.

Werk je daar niet mee en dat klinkt dan misschien wat negatief, dan gaat het zich tegen je keren. Werk je daar wél mee, dan heb je bepaalde hulpmiddelen nodig om een en ander in goede banen te kunnen leiden die voor jou van belang zijn. Zo werden mij de zeven kernkwaliteiten aangereikt.

Wat kun je met zuiverheid doen als hulpmiddel?

Het begint daarmee dat weten dit hoger Zelf in jezelf te zijn, er dan een nieuwe verantwoordelijkheid vrij gaat komen in je persoonlijk beleven daarvan. Het is je verantwoordelijkheid om in een bepaalde mate van affiniteit met dat hoger Zelf te komen. Dat houdt in dat je naar jezelf gaat kijken met een ander brilletje op. Nu vanuit een opening in jezelf, vanuit die zonnevlecht die naar het hart is gekeerd:

‘Hé, ik ben dus eigenlijk een lichtwezen.’ Hoe eng dat ook mag klinken.

Nelson Mandela zei eens, dat de mens nog eerder bevreesd is voor het licht dan voor de duisternis. Dat is heel erg waar. ‘Goh, is dan alles wat ik heb gedaan en zoals ik heb geleefd dan allemaal voor niets geweest?’ Welnee, daarmee heb je heel veel ervaring opgedaan. Maar we groeien toch steeds verder? We evolueren toch?

Nu komt dan een nieuwe evolutie op gang en dat is de bewuste beleving, realisatie van de integratie, dus indaling van dat hoger Zelf. Het corrigerend vermogen gaan we dan – als we willen, want iedereen is vrij – niet alleen richten naar de kwalijke zaken buiten ons, maar zonder oordeel, in liefde, in compassie, in bescherming, richten naar onszelf.

Zelfcorrectie, zuiverheid. Dat heeft dan vooral betrekking op de magie van ons denken.

Als we begrijpen dat iedere gedachte een ontzaglijk grote magische invloed heeft op het geheel, op je omgeving en vooral op je dichtstbijzijnde omgeving en op jezelf, dan kunnen we nu die zelfcorrectie gaan opbrengen om daar anders mee te gaan werken.

Iedere gedachte die niet gebaseerd is op liefde, maar gehoor geeft aan de persoonlijke drang – die eigenlijk elk mens wel heeft – om jezelf of die ander afhankelijk te maken van jouw denken, van jouw gevoelens, kan nu gecorrigeerd worden.

Liefde is jezelf en de ander totaal te gunnen jezelf of die ander te zijn. Stel: je bent ziek, je hebt misschien al heel lang iets en dat doet zeer. 'Waarom heb ik dat toch, waarom kan ik niet zijn zoals een ander, vrij en los van dit alles?' Dan komt dat corrigerend vermogen op gang – wanneer wij dat willen – vanuit dat hoger Zijn, dat hoger Zelf in ons: 'Dat is wel waar, ik ben ziek, maar ik kan dit waardig accepteren.'

We hebben, vanuit onze religie, door onze godsdienst geleerd om te berusten. Berusting is haast een vals woord. Berusting is: alles miniseren en op een heel laag pitje zetten, zodat je het aankunt. Nee, wanneer je beantwoordt aan je hoger Zelf, dan kom je in waardige acceptatie:

'Ik accepteer dit en kan vanuit mijn eigen innerlijke hoger Zelf, mijn diepste integratie daarvan, nu in mijzelf de kracht gaan opbrengen om daar, althans in mijn denken en in mijn emotionele beleving daarvan, licht in aan te brengen.'

Letterlijk te verlichten. We kennen het dan niet meer de zwaarte toe, zoals we dat tot nu toe steeds hebben gedaan vanuit een mate van overlevingsstrategie.

Want blijkbaar moest dat zo.

‘En nu breng ik daar verandering in.
Ik hoef niet meer op die manier te overleven.
Ik overleef nu vanuit mijn eigen innerlijke kracht
en waardigheid.’

Hoe doen we dat? Ik kan u alleen aanreiken: je moet het proberen. Als je het niet probeert, dan wordt de kracht van die indaling, die integratie van het hoger Zelf, versluierd.

Als je een baby geen voedsel geeft dan gaat hij dood, gaat hij weg. Je moet het dus zelf voeden. Iedere keer opnieuw als je merkt in jezelf dat de oude patronen van je angst, je berusting, twijfel aan jezelf, je onwaardig voelen weer greep op je krijgen, waardoor je weer helemaal ingepakt wordt en je daardoor het besef van het hoger Zelf kwijtraakt, zeg dan in jezelf:

‘Nee, ik ben de baas, ik ben in mijzelf de baas.
Mijn hoger Zelf geeft mij nu de kracht
maar ik moet het wel realiseren.
In de materie ben ik als mens het enige wezen
die dat kan doen.’

Er zit nog een addertje onder het gras. Als je het corrigerend vermogen naar jezelf richt uit schuldgevoel en weer vanuit die oude aspecten als: ‘Zie je wel, ik heb het wéér niet goed gedaan’ of ‘ik kan ook niks en ze hadden toch wel gelijk, ik ben het niet waard’, noem maar op. Weet je wat er dan gebeurt?

Dan geef je extra voeding aan de verkeerde kant van dit begrip. Eigenlijk zijn we hele grote magiërs die in ons de kracht en de macht hebben om stralende, witte lichtmagie te beoefenen of onszelf te verliezen in duisternis.

Er wordt gevraagd dat u even stil wordt in uzelf en nagaat wat dit voor u kan betekenen. Het gaat erom wat uzelf daaruit kunt halen om een wat gelukkiger en vrijer leven te kunnen leiden. Misschien in meer waardigheid, in balans met uzelf. Ik wil u vragen om u daarop meditatief te richten.

Richt u vooral op:

'Ik weet dat ik dit licht ben.
Heer van het Licht in mijzelf
geef mij de kracht
dat ik kan zien wat ik daarmee kan doen.'

'In de stilte van het Zijn
bloeit 'de Lotus van het Bewustzijn'.
Langzaam gaat zij open
en omvat ons met haar stralen.'

Uit de dialoog

Vraag: Ik wil graag weten wat ik verkeerd doe. Therapeuten en sterke mensen reageren slecht op mij. Ze proberen me af te breken en onderuit te halen.

Z: Zo-even zei ik dat in alles wat naar ons toekomt een resonantiepunt in onszelf aanwezig is. Het is goed dat u het naar uzelf richt. Je kunt toch de ander nooit veranderen.

Je kunt alleen bij jezelf nagaan waarom je iets uitzendt waardoor het gebeurt. Tegelijkertijd is ons hele leven en alles wat we ondervinden, hoe klein ook, een lering.

Mensen van onze leeftijd hebben in onze jeugd meegekregen dat wij ons behoren op te offeren. Wij zijn eigenlijk niet zoveel waard, zijn afhankelijk van het boven ons gestelde gezag, religieus of maatschappelijk. Dit nemen wij ook mee uit andere levens; dit is duizenden jaren zo geweest.

Ik heb vaker gesproken over hoe wij vastzitten aan onze denkpatronen en emoties vanuit cultuurhistorische, maar vooral religieuze achtergronden.

Nu staan we op het punt door te breken in een nieuwe revolutie. Een spirituele revolutie, die ook maatschappelijk en in menselijk opzicht een gehele vernieuwing tot stand zal brengen. Wat nu speelt bij u, vanuit uw achtergrond, is dat u uzelf niet zoveel waard vindt? Wat is het positieve wat er uit uw situatie met die therapeuten komt?

Energetisch gebeurt er namelijk het volgende. Zij ervaren, ik denk onbewust, de trilling van uw eigen vermeende onwaardigheid. Het is niet echt zo, maar u vindt dat zo vanuit uw achtergronden.

Zij pakken het op en dat heeft invloed op hun eigen macht of onmacht. Dat zijn twee componenten van hetzelfde.

Bij de één zal het in een zodanige macht komen dat hij u echt overheerst; bij de ander raakt het zijn eigen onmacht aan en zal hij proberen om u op een stiekeme manier onderuit te halen. Beide zijn dus gelijk.

Dus wat gebeurt daar? De trilling in uzelf die u vanuit uw denken van eigen onwaardigheid uitzendt, heeft invloed op de ander die zich met u bezighoudt, dus ook op u gericht is, want dat is ook nog een verschil. Die trilling raakt bij die ander zijn macht of zijn onmacht aan. Beide hebben dezelfde invloed, waar zij dan consequent op reageren.

Het is voor u de lering dat u in uzelf echt moet gaan werken aan de zuivering van deze onwaardigheid, die in u aanwezig is terwijl het niet echt zo is. Die komt zowel uit een ander leven, maar ook van nu. U kunt zuiverend gaan werken met uw liefdeskracht en met een eindeloos respect voor uw eigen waardigheid van Licht te zijn.

Wat er gebeurde met die therapeuten was eigenlijk een hele goede les. Het deed wel pijn, maar het was eigenlijk heel goed. Daardoor kwam u toch tot het bewustzijn van: 'Wat moet ik ermee, dit kan zo niet.'

Hier hoort u hoe dat haarfijn op elkaar aansluit en wat u er zelf mee kunt doen. Wij hebben nu, vanuit ons weten een wezen van licht te zijn, absoluut de verantwoordelijkheid om er ook mee te werken en wij kunnen dat, want die kracht van liefde hebben wij.

Vraag: Wat kan ik nog doen om mijn genezing te bevorderen? Het duurt allemaal zo lang. Het gaat om de laatste stappen naar daadwerkelijk handelen.

Z: U moet natuurlijk begrijpen dat materie zwaar is. Wat zich eenmaal genesteld heeft in de materie is er niet zo gauw meer uit te werken. Dat duurt lang, dat vergt tijd.

Vernieuwd bewustzijn is ook niet één twee drie van de ene dag op de andere zover dat het werkelijk in alle cellen van ons zijn tot transformatie kan overgaan.

De persoonlijkheid, dus gewoon je menselijke zijn van alledag en onze gemakzucht, veelal geestelijke gemakzucht, hebben dat eigenlijk liever niet zo. De geestelijke gemakzucht, waar wij allen aan lijden, geeft ons dan van die doodoeners: 'Ach, het is zo erg niet, je kunt ook dit of dat gaan doen.'

Dan lijkt het allemaal niet zo erg, maar het verlamt je om werkelijk met je eigen kracht te gaan werken. En als je dat merkt, breng dan toch de kracht op om te zeggen: 'Nee, dit wil ik niet langer.'

Ons gevoel van semi-veiligheid trekt zich liever weer terug in oude patronen en denkbeelden, dan zich te begeven in het nieuwe. Iets nieuws is bijna altijd eng en het oude, hoe akelig ook, is bekend. Wij mensen hebben in ons dat wij dan liever in het oude akelige blijven zitten dan ons in het nieuwe te begeven dat we niet kennen.

Nu weer terug naar de genezing van u. Het spirituele pad is best een moeilijk pad. Want het vraagt van je dat je steeds alert bent. Alert op dat wat er in jezelf gebeurt en hoe je erop reageert. Dat is dus zuiverheid, de zuivering die je aanbrengt.

Dat kan niemand anders voor u doen, dat moet u zelf doen. De genezing waar u op hoopt, is voor een deel bezig. Of zich dat helemaal in de materie zal voltrekken dat kan ik nu niet zien. Wat ik wel weet is dat hieruit een zeer directe en diepe genezing in uw etherisch veld zal gaan plaatsvinden.

Dat heeft invloed en consequenties op uw lichamelijk welzijn.

Vraag: Ik ben de laatste tijd zowel lichamelijk als geestelijk snel moe. Ik weet niet goed of ik iets in de omstandigheden moet veranderen of dat ik van binnen moet beginnen.

Z: Het is beide. Het één beïnvloedt het andere.

Wat van binnen bij u is, is ook een te grote intimidatie in uzelf, die u nu kunt gaan veranderen, doordat u andere inzichten krijgt. Waardoor er ook in uw omstandigheden verruiming kan gaan plaatsvinden. U lijdt nogal onder de zwaarte van deze omstandigheden.

Dus die ruimte moet eerst innerlijk plaatsvinden, zodat er ook uiterlijk als consequentie daarvan, ruimte kan gaan komen.

Altijd van binnen beginnen. Buiten luistert naar binnen.

Binnen luistert ook naar buiten, maar het begint van binnen. Dat is juist onze waardigheid en ons geestelijk zijn, dat juist wij mensen die kracht in ons hebben om het te veranderen. 'Van binnen' mag zich niet afhankelijk stellen van iets van buitenaf.

Vraag: Gisteren overkwam het me weer dat mijn gedachten helemaal gefixeerd zijn, ingesponnen zitten, vastzitten. Je kunt wel tegen jezelf zeggen: 'Hier houd ik mee op, hier stop ik mee', maar is er ook nog een andere manier? Ik kom er vaak alleen maar uit door naar buiten te gaan en er de tijd voor te nemen. Ik vind het soms niet te dragen, zo moeilijk.

Z: Ja, dat is mij ook zo overkomen na de dood van mijn man. Ondanks alles wat ik weet, kostte het me ontzaglijk veel moeite om het echt te doen. Het in jezelf zeggen dat het moet ophouden, is natuurlijk wel een onderdeel van het geheel.

Maar daarnaast moet je werkelijk alles te baat nemen om het ook in de materie verder te veranderen. Begin bij het denken, bij de fixatie op dat ene punt, bij het ingesponnen zitten en probeer dat denken op wat anders te richten. Dat is heel moeilijk, maar oefening baart kunst en hoe meer je dat gaat doen, hoe gemakkelijker het zal gaan worden. Dat beïnvloedt dan al je emotionele reacties daarop, je gehele systeem zal ik maar zeggen.

Hoe richt je nu je denken, heel bewust, op iets anders?

Je kunt je bijvoorbeeld concentreren op de verjaardag van je neefje, ik zeg maar wat. Wat ga ik voor hem kopen, je gaat je dat heel duidelijk voorstellen, een autootje, weet ik wat. Of je gaat een kruiswoordraadsel oplossen en echt bewust met een woord bezig zijn waarvan je niet weet wat het is. Daar helemaal induiken.

De gewenning van de boodschappers, de neurotransmitters, wordt dan doorkruist door iets wat je bewust doet in je denken. De kracht van die gewenning verzwakt daardoor, ook al is het maar een klein beetje. Hoe vaker je dat doet en dat kan met van alles en nog wat, hoe meer verzwakking er optreedt in de eeuwigdurende zelfde boodschap die de neurotransmitters doorzenden. Breng er dus steeds heel bewust iets anders in aan als je merkt dat je denken weer een web aan het spinnen is en er een fixatie ontstaat.

Vraag: U vertelde over niet meer voeding geven aan oude gedragspatronen en emoties en dat er dan ruimte komt voor het nieuwe. Is het ook zo dat als ik een andere baas krijg in mijn oude huis, dat die oude baas gaat opspelen en dat er dan een spanningsveld ontstaat?

Z: Natuurlijk. Die 'oude baas' wil er niet uitgegooid worden, want die heeft uw hele leven in uw huis gezeten. Dat geeft inderdaad een spanningsveld en dat uit zich dan ook heel vaak lichamelijk. Daarom geef ik het advies om dan niet teveel eiwitten te nuttigen en te zorgen voor veel ontspanning en buitenlucht.

Het is goed om dan te wandelen en te fietsen en vooral ook het denken te ontspannen. Maar ook om in een bepaalde mate van dankbaarheid te komen, van vreugde. Dat is een hele positieve trilling.

Wanneer je met dankbaarheid kunt terugkijken naar dingen die gebeurd zijn en beseft dat in alles wat negatief lijkt te zijn geweest, ook iets positiefs zit, dan heeft die trilling van dankbaarheid een enorme zuiverende werking. Die heeft dan weer invloed op de zonnevlucht en op het denken en daardoor op de emoties.

Het spanningsveld dat ontstaat wanneer de 'oude baas' moet opstappen zodat de 'nieuwe baas' zijn plaats kan innemen, zien we ook in het dagelijkse leven in onze maatschappij. Als je dan heel bewust in je onwankelbaarheid gaat staan, want het wringt dan en alles gebeurt allemaal tegelijk, dan ontwikkel je een ontzaglijk grote kracht in jezelf.

Vraag: Zohra, dat corrigerend vermogen, dat valt dan overdag nog wel eens toe te passen, maar 's nachts vind ik het heel moeilijk.

Z: Ja, dan mag ik misschien aanbevelen om voor het slapen gaan lichtoefeningen te doen.

Wanneer u dat niet kunt zien, voeloefeningen te doen. Ja, als je niet kunt visualiseren – er zijn heel veel mensen hoor die dat gewoon niet kunnen – voel dan dat je bent in een warmte, in een tederheid. Soms, als je de natuur ingaat en het is stil, dan kun je een soort tederheid voelen, iets heel zachts. Voel dat weer na in jezelf.

Kun je dat niet voelen, richt je dan bijvoorbeeld op iets waar je heel blij mee was. Wat je dankbaar heeft gestemd. Iets waar je van houdt. Het zijn dus trillingen die zo positief werken dat die trillingen van angst en zorgen, van pijn en wat dan ook, gaan veranderen. En niet in één keer, want je moet die baby steeds weer voeden. Zo werkt dat.

Vraag: Je kunt een ander niet veranderen, dus het enige wat erop zit is te proberen een innerlijke houding te ontwikkelen waardoor je minder lijdt onder het gedrag van een ander. Ik ken een heel dominant persoon. We wonen nu uit elkaar, maar door omstandigheden zijn we kortgeleden weer een paar dagen bij elkaar geweest. Dan komt die eigenschap nog weer sterker op mij af. Ik ben wel sterker geworden in mijzelf, waardoor het minder pijn doet als die persoon de baas speelt. Moet ik nu iets aangeven over wat het gedrag van die ander met mij doet?

Z: Zeker, natuurlijk, hoe wilt u dat anders doen?

Vraag vervolg: Door mezelf steeds zo te veranderen tot ik sterk genoeg ben?

Z: Ik heb gezegd dat het van beide kanten komt, dat het een wisselwerking is.

Natuurlijk zit er in uzelf altijd dat punt van resonantie waardoor het kan gebeuren. Maar het is wel zo dat je altijd met elkaar moet uitwisselen. Want dat vindt nu ook plaats op die subtielere niveaus, daar is ook uitwisseling. Dus zeker ook in de materie, wanneer twee mensen een conflict met elkaar hebben.

In feite bent u bezig om, vanuit spiritueel begrip, uzelf op te offeren. Dat betekent dat u geen respect hebt voor uw eigen zijn. Dat mag niet. Dat houdt zelfs in dat u medeverantwoordelijk bent voor het karma dat tussen u beiden speelt. Jezelf dus opofferen voor de lieve vrede, door het alleen maar bij jezelf te leggen, is niet goed.

Dat hebben we echt lang genoeg gehad, tweeduizend jaar lang. We gaan nu naar iets nieuws toe. Naar de waardigheid van de mens in zichzelf. Naar het eindeloze respect van de mens voor het eigen Licht zijn.

Dat betekent niet dat u tegen die ander moet zeggen dat hij dit of dat fout doet. Dat moet die persoon zelf uitzoeken.

Maar wel uitleggen dat datgene wat naar u toe plaatsvindt in wezen een daad van liefdeloosheid naar u is, zonder dat u die ander daarom veroordeelt. Dus niet veroordelen, wel registreren en uitleggen en dus uitwisselen. Vaak is de eerste reactie van de ander dan boosheid, of angst of ook wel schuldgevoel, maar blijft u dan toch in liefde naar die persoon.

Ieder mens werkt vanuit het eigen zijn. Hoe meer ik iets vanuit liefdeskracht in mijzelf tot stand breng, hoe meer ik ook de ander in het gezamenlijke karma vrijmaak, maar daardoor ook mijzelf. Vrijmaken.

Dus je maakt jezelf en ook de ander vrij, wanneer je jezelf niet meer plaatst in het belang van je eigen persoonlijkheid. Niet meer willen hebben, willen zijn, slachtoffer zijn, noem maar op.

Plaats jezelf in de zuivering van de Godsvonk die je bent, daardoor maak je bij die ander iets vrij. Als je die ander ruimte geeft, dan geef je dat ook aan jezelf en daardoor wordt het karma in de ongeziene gebieden getransformeerd en dat heeft dan consequenties in ons materiële zijn.

Wees als een kind
accepteer, laat los
ervaar jouw kracht, jouw licht, jouw liefde

De liefde in je eigen hart
is de enige poort
waardoor je tot vernieuwing
in jezelf kunt komen

Mededogen

Na de 'zuiverheid' kom ik vandaag op mededogen, ook wel barmhartigheid of compassie genoemd.

Mededogen kunnen we beschouwen als het zachte geruis van 'de vleugelslag van de heilige geest' in onszelf. Mededogen met wie, met wat? Met alles buiten je, al die ellende? Natuurlijk, maar eerst naar binnen gericht naar jezelf, wetend dat jij als mens bent gekomen vanuit dat Licht. Het is een geweldige sprong die je hebt gemaakt om in dit leven te durven komen.

Dit is de eerste vorm van mededogen: de mens komend uit het Licht, die min of meer in de duisternis van de materie afdalt en met een heel klein lampje op zoek gaat naar dat eigen licht. Het mededogen wat dan wordt betracht, houdt in dat de mens juist vanuit het weten van dat licht in zichzelf, het mededogen naar zichzelf kan gaan ontwikkelen.

Wanneer wij, zoals wij gewend zijn, in de onwaardigheid van ons zijn blijven hangen en daardoor onszelf steeds in onze schaduwkanten plaatsen, kunnen wij nimmer de kracht – het mededogen – opbrengen om ook het licht te laten schijnen op onze lichtkanten. Het laten schijnen op de vreugden, de schoonheid en de liefde in onszelf. Dan zullen wij nooit tot een werkelijke transformatie kunnen komen.

Er werd aangereikt:

'Mededogen naar uzelf houdt in
dat in u een zeer groot medeleven en mededogen
met uw persoonlijkheid en omstandigheden
kan gaan groeien en bloeien.

Hierdoor kan er ruimte komen
om naar uw schaduwkanten te kunnen kijken
en ze nu op een wat ruimere wijze te kunnen beleven.'

Dit is heel belangrijk. Eerst is er de zuivering, het weten te zijn in het licht. Vanuit dat weten brengen we dan – werkend met ons mededogen – de moed op om datgene wat onszelf in schaduwkanten dompelt – de pijn, de eenzaamheid, alles wat daar naar ons toekomt vanuit oude aanwezige trillingen die passief slapen in ons onderbewustzijn – te kunnen veranderen.

In dit leven kom je niet schoon en leeg op de wereld, nee je komt met zo'n rugzak waarin dan aspecten zitten vanuit andere levens. Juist die aspecten die je nu hebt uit te werken om in jouw licht en waardigheid te komen, om in het mededogen van jouw hart te komen, van jouw liefde. Dat is je werkelijke, innerlijke opdracht.

Dan denken we dat dit de wreedheid van het noodlot is, maar dat is niet waar. Het is de liefde van de eenheid van het Zijn, dat dan juist datgene naar je toekomt – al vanaf je vroegste jeugd – waardoor je je bewust gaat worden: 'ze moeten me niet, ze zien me niet, ze erkennen me niet, ik ben waardeloos, enzovoort.' Want daar moet je eerst heel duidelijk bewust van zijn, voordat je er iets mee kunt, nietwaar?

Juist door datgene wat naar ons toe is gekomen, wat pijn en verdriet heeft gedaan en ons helemaal onderuit heeft gehaald, kunnen we nu tot het besef gaan komen: verdraaid, als dat niet zo was geweest, dan was ik het me niet eens bewust geworden.

Dit kan een nieuw licht werpen op datgene wat jou gebeurt, waardoor je in jezelf tot een nieuw besef kunt komen. Door deze vernieuwende energietrilling geef je aan jezelf – terwijl je met compassie kijkt en steeds probeert om vanuit het weten van het licht jezelf moed te geven – een kans om niet geheel ondergedompeld en meegesleurd te worden in jouw pijn, verdriet en wanhoop.

Dan blijf je weten:

‘Ik ben in dat licht
en ik heb in mij de kracht
vanuit het mededogen met mijzelf.
Want ik mens ben vanuit Geest neergedaald in materie
om in de materie van mijn persoonlijkheid
iets van mijn geest weer te kunnen herkennen.
Weer in God te zijn.’

Zo met jezelf bezig zijn is echt heel moeilijk. Ik denk dat dit alleen mogelijk is wanneer je er werkelijk vanuit gaat en van binnen gaat weten, dat dit allemaal in je is en dat iets in jezelf als het ware heel zacht roept, zodat die slapende trillingen worden gewekt en gestimuleerd.

Dan komt er in ons eigen energieveld, in ons eigen zijn, een nieuwe kracht los. Een spiraalvormige energie, die ons helpt om in onszelf tot het mededogen, de zuivering, maar vooral de acceptatie van dat licht in ons te kunnen komen.

Die acceptatie gaat in gradaties van niveau. Vaak zijn wij mensen banger voor het licht dan voor de duisternis. Waarom zijn we zo bang voor het licht?

Vanuit onze cultuurhistorische, religieuze achtergronden hebben we eigenlijk nooit anders geleerd dan dat wij zeer onwaardig waren omdat wij mens zijn. Onwaardig aan Geest, aan God. Dit is ons als het ware in onze genen ingeprent. En nu komt er een nieuw bewustzijn, een nieuwe tijd en dat gaat niet zomaar.

Eerst zullen wij moeten durven accepteren dat wij wezens van licht zijn. Dat duurt een poos en al is het maar een klein puntje, dan heeft dat toch al een speciale kracht. Als we dan beginnen te accepteren heeft dat enorm veel consequenties. Eén van die consequenties is dat je dan wel verantwoordelijk bent voor dat licht in jezelf.

Je neemt die verantwoordelijkheid op je en dan gaat het beginnen, want Geest en persoonlijkheid spelen samen een rollenspel, een kosmisch spel. Geest, Godsvonk en persoonlijkheid, de mens die we zijn. De ziel is de middelaar.

Geest geeft altijd door aan de menselijke persoonlijkheid – en ik noem dat ‘de vleugelslag van de heilige geest’ – dat die mens een wezen van licht is. Vaak begrijpt die mens dat niet en verzet hij zich daartegen, want hij heeft dat nooit geleerd.

De ziel speelt daarin haar eigen rol mee en dat uit zich via al die aspecten, elementen eigenlijk, die slapen in het onderbewustzijn en dan geprikkeld gaan worden door de werking van ‘de vleugelslag van de heilige geest’, om in het bewustzijn door te dringen.

Dat is de essentie van de werking van de spiraal.

Deze spiraalbeweging zorgt ervoor dat er kleine veranderingen komen in het bewustzijn. Een begin van acceptatie van het licht, soms heel klein, dat maakt niet uit. Daardoor kan er gewerkt gaan worden met die zeven kernkwaliteiten: zuivering, de correctie in het denken en daardoor in de emotiegebieden. Dan volgt het mededogen met jezelf en later ook met de ander.

Dan begint de erkenning dat er een ontzaglijke bron van innerlijke kracht in je is, die alleen door jezelf tot werking gebracht kan worden, waardoor het gaat stromen. Het gaat erom dat in ieder mens deze diepte van het bewustzijn van licht in zichzelf, in kracht gaat komen. Dus de integratie en dan de transformatie door dat bewustzijn.

De kracht van het Zijn, van het eigen licht, van de liefde in onszelf, gaat nu – door onze spirituele ontwikkeling – een grotere plaats innemen dan de zwaarten van de schaduwkanten hebben gehad. Deze kracht, deze liefdesenergie die in de mens aanwezig is, is juist nu over de gehele wereld heel groot als een energetisch gegeven aanwezig.

Vanuit de leringen die ik mag brengen zal het zo zijn dat vanuit het mededogen van het hart, het erbarmen van het hart, de liefde zodanig in de mens gaat werken, dat deze dit niet alleen als een weten zal hebben – al is dat wel een eerste vereiste – maar dit vooral in zichzelf tot een reële wijze van bestaan kan brengen. Een reële wijze van bestaan, wat houdt dat dan in?

Je kunt als mens het weten van 'een licht te zijn in jezelf' zodanig gaan realiseren, dat het jou als mens die plaats geeft waar jij vanuit dit bewustzijn hoort te staan en te zijn.

Maar dat het daarnaast jou die kracht zal geven om jouw naasten niet te overtroeven met jouw kracht, of mededogen van het hart.

Dat jij, vanuit dat medeleven, náást de ander staat die dat nog niet in zichzelf heeft herkend of van zichzelf weet. Dat is een heel groot gegeven en komt in alle kleinigheden naar voren.

Waarom wordt dit nou zo gegeven? Ieder bewustzijn in de mens, of dat nou je gewone ontwikkeling is, je studieontwikkeling of je plaats in de maatschappij, hoe dan ook, geeft een bepaalde energie die meebouwt aan jouw waardigheid. Maar die daarom ook kan afbouwen aan de waardigheid van de ander.

De mens komt dan op een trilling die als het ware knabbelt aan de waardigheid van de ander. Maar die tegelijkertijd knabbelt aan de eigen waardigheid. Hoe kan dat nou? Alles wat jij als mens in jezelf jou doet verheffen boven die ander, al doe je dat nog zo onschuldig, vernedert de ander, maar ook jezelf. In onze maatschappij speelt dit overal: op de werkvloer, op scholen, universiteit, in het gezin. Het is een heel subtiele uitstraling van deze trillingen die bij de ander iets oproept, waardoor er daarop wordt gereageerd. Waardoor de trillingen van de ander mee resoneren.

Wat doe je nou met zo'n spiritueel gegeven?

Daar kunnen we alleen iets mee wanneer wij in onszelf de begeerte om datgene wat wij zijn, vanuit het mededogen van het hart, in onze persoonlijkheid durven los te laten. Want dat is niet hetgeen wat ons bepaalt. Dat denken wij wel. Dat is een onderdeel in ons maatschappelijk zijn.

Daar worden wij in een hoekje gestopt: die is dat en die kan dat. Dat is niet waar, dat is een denkpatroon, een sociaal model dat ons vanuit ons maatschappelijk bestel als het ware is opgelegd. In werkelijkheid wordt de mens bepaald door de innerlijke vrijheid hiervan, door het mededogen van het hart. Door de zuiverheid in zichzelf en de zelfdiscipline om steeds weer opnieuw vanuit deze liefde tot zelfcorrectie te kunnen komen, zonder dat hij de ander daarin betreft.

Natuurlijk heeft eenieder een bepaalde specialiteit. De een kan vreselijk lekker koken en de ander kan prachtig harp spelen en weer een ander heeft een universitaire graad of is een geweldige opvoedster, ik zeg maar wat. Soms heb je van dat alles niks, maar dan ben je gewoon een heel fijn lief mens. Dat is net zo belangrijk.

Hoe ga je nu om met iets wat je hebt en wat die ander misschien niet heeft. En vooral, wat doe je waardoor die ander toch in zijn eigen waardigheid kan blijven en met jou in een mate van onbevangen collegialiteit, familieverband of hoe dan ook, kan zijn. Onze hele wereld, dit hele zonnestelsel, wordt als het ware bij elkaar gehouden, in stand gehouden, door de energie van liefde, de eenheid van het Zijn.

Dus alles wat 'knabbelt' aan die eenheid van het Zijn, ontdoet deze eenheid van de werkelijke waarden. Het vervelende hiervan is dat dit invloed heeft op jezelf.

Want jij behoort tot die eenheid en tot het morfogenetisch veld, dat hele grote energieveld waar wij allemaal toe behoren.

Uit de dialoog

Vraag: Zohra, we hebben zojuist naar een lied geluisterd dat gezongen werd door Lenny Kuhr. Wat voor tekst was het? Of is dat moeilijk te herhalen?

Z: Nou, zij zingt dan, dat is een lied waarvan ik in de jaren tachtig de woorden en de melodie heb doorgekregen:

‘Give me a heart for sharing my bread’
geef me een hart dat ik mijn brood kan delen
‘Give me peace in my life and death’
geef mij vrede in mijn leven en ook in de dood

Maar waar het vooral om gaat is: laten wij werken aan onszelf, opdat er een wereld van liefde zal komen, waarin de een zal willen delen met de ander. Dat er geen haat en geweld meer zullen zijn.

Dat er een transformatie komt – daar blijven wij in geloven – waardoor er liefde en werkelijke menselijkheid op aarde zal kunnen zijn. Dat begint zo klein in onszelf, in onze eigen omgeving. En dan groots en werelds. In dit lied wordt ook aangegeven dat de mens werkelijk in zijn eigen licht moet gaan staan. Dat hij daarvoor moet strijden. Niet vechten met de weet ik wat, maar strijden in de zin van: durven te staan in je eigen licht. En de schaduwkanten die dat willen verhinderen in jezelf, dat je die ook in je persoonlijkheid, in je menselijk zijn, durft te ‘bevechten’, durft te verlichten.

Vraag: Als ik mijzelf in het licht zie, zie ik bij mijn voorhoofd een zwarte vlek en voel ik een zwaarte.

Z: Als ik naar u kijk, dan zie ik dat uw oude denkpatronen uw inzicht versluieren. Deze zijn er bij u als het ware ingehamerd. Zij vormen het besef dat u niet waard bent te zijn die u bent. Dit is vanuit uw jeugd en vanuit andere levens, vooral een religieus leven dat sterk in u aanwezig is. Het heeft te maken met de angst om in uzelf in God te durven zijn. Het was altijd iets boven of buiten u. Iets waar u eigenlijk alleen maar op uw knieën in angst en beven of in boosheid naar kon kijken. Maar niet dat het een ontzaglijk grote liefdeskracht in uzelf is.

Nu is het voor u van belang dat dit denken, dit inzicht, gaat veranderen. Daarvoor is nodig dat u vanuit uw gevoelsgebied uzelf in het licht durft te plaatsen. Dit is weer die hele wisselwerking, een rollenspel.

Het lijkt mij goed voor u dat u oefeningen doet die uw denken steeds weer drukken op het punt: 'Ik ben in het licht.'
Tegelijkertijd plaatst u zichzelf in de energie die stimulerend werkt op uw gevoelsgebieden.

In de lichtvisualisatie wordt een dergelijke oefening gegeven en er zijn meer van deze oefeningen. Misschien is het goed voor u om hier begeleiding in te krijgen, zodat u nu afstand durft te doen van het, ik zou haast zeggen vastgeroeste, misplaatste weten: 'ik ben het niet waard te zijn die ik ben.'

Vraag: Mededogen ten aanzien van mijzelf. Ik heb veel last van buikpijn en ben dan vaak boos. Ook ten aanzien van mijn eigen man en zijn drie zoons. De middelste woont sinds enige tijd bij ons en ik vind het heel moeilijk om dat mededogen ook naar hem te voelen.

Z: Ik wil eerst het mededogen naar je zoon behandelen. Het uit zich bij jou toch wel sterk in datgene wat jij vindt dat goed voor hem is, dat dát met hem zal gebeuren. Neem mij niet kwalijk, dat is niet echt mededogen. Dat is, ja het klinkt niet aardig, zelfbevrediging. Het is bevrediging van de eigen onlustgevoelens. Als moeder heb je allemaal van die schuld- en miskenninggevoelens, en ook jij hebt die naar de zoons.

Werkelijk mededogen is dat je hen stimuleert in hun eigen respectvolle waardigheid en innerlijke vrijheid. Dat vraagt wel dat je van binnen jouw grip op hen moet loslaten. Moeilijk, hè? Ik heb het negen keer beleefd, dus ik kan ervan meepraten. Het is echt zo.

Wanneer je dat kunt opbrengen komt er zo'n grote ruimte, dan is het net of de rozen gaan bloeien. Het mededogen naar jezelf is, dat je jezelf niet meer alles kwalijk neemt. Niemand is volmaakt, we hebben allemaal dingetjes. Dan hebben we buikpijn en dan hoofdpijn, zitten niet lekker in ons vel of vinden iemand erg vervelend op dat moment. Misschien is hij dat helemaal niet, maar zit het in jezelf.

Het is het mededogen daarin, dat je het jezelf durft te vergeven. Niet alleen vergeven met de mond en met het denken, nee, dat je werkelijk in jezelf zegt:

‘Vanuit mijn acceptatie van het licht,
vanuit mijn mededogen
durf ik mijzelf ook echt te accepteren
met mijn schaduwkanten,
die horen toch ook bij mij!’

Niemand is helemaal van licht, hoor. We zijn op weg naar het Licht en moeten de schaduwkanten ervaren om de helderheid van het licht te kunnen zien.

Vraag: Wat ik merk is dat ik soms in het meedogenloze een ontzettende kracht voel die ik wel als heel authentiek ervaar, terwijl ik als ik mededogen ervaar, altijd worstel met het 'bedekken van iets met de mantel der liefde'. Ik vind het moeilijk om daar een evenwicht in te vinden.

Z: Dat zijn de denkpatronen waar wij onszelf mee hebben opgezadeld in onze maatschappij. Mededogen met de ander betekent tolerantie. Tegenwoordig spreken we toch steeds over tolerantie en gedoogbeleid? Dat houdt dan in dat je alles maar goed moet vinden, ook al is het helemaal niet goed en dat je een houding aanneemt van: 'Het zal wel goed komen, ik moet maar geduld hebben.' Nee!!

Werkelijk mededogen houdt in dat je heel duidelijk onderscheidt wat er niet goed is. Dat je dat juist heel duidelijk in jezelf moet registreren. En dat je daar ook, wanneer dat zo gevraagd wordt, over moet kunnen spreken met degene waar dat mee te maken heeft. Maar dat moet dan wel plaatsvinden zonder oordeel en veroordeel. Dat is echt mededogen. Dat betekent dat je niet vanuit je eigen beperking van je zijn daar een oordeel aan vastknoopt naar die ander toe.

Je mag als mens wél, vanuit je onderscheidingsvermogen, kenbaar maken dat datgene wat daar plaatsvindt in jou dit of dat oproept. Daardoor plaats je de verantwoordelijkheid bij jezelf. Dat is zoals jij het ziet, voelt of denkt.

Dan geef je de ander ruimte om in de eigen verantwoordelijkheid te komen. Dat heeft niets te maken met gedoogbeleid en tolerantie en dergelijke.

Die meedogenloosheid waar je het over hebt, ik denk dat je je daarin verwart. Daarin dient een steeds grotere onderscheiding te komen van: 'Hé, dat klopt niet.' Wanneer je ziet dat in iets wat er gebeurt, of iets wat iemand zegt helemaal geen liefde en respect aanwezig lijkt, dan is dat meedogenloosheid. Nu gaan we nog een stap verder. Wanneer houdt onze verantwoordelijkheid op en begint die van de ander?

Een mens zal altijd vanuit het eigen erbarmen van het hart, dus vanuit het mededogen, vanuit het licht, vanuit de liefde, vanuit het eigen onderscheidingsvermogen moeten blijven signaleren wanneer liefdeloosheid de basis is van datgene wat er gebeurt. Hij mag daar dan echter niet, vanuit eigen achtergronden en aspecten, onmiddellijk veroordelend mee bezig gaan. Dit is heel moeilijk.

Het is echt op het scherp van de snede.

Toch is het blijkbaar iets wat mensen die in een nieuw spiritueel bewustzijn komen moeten leren om in deze wereld een vernieuwing te kunnen aanbrengen die doorwerkt in alle disciplines van onze maatschappij.

Vraag: Mijn kleinzontje is vlak voor de geboorte overleden. Ik heb toen hele mooie belevenissen gehad. Ik kan er goed mee omgaan en het verdriet loslaten. Ik heb de kinderen zoveel mogelijk geholpen, maar merk dat het mij kwalijk wordt genomen dat ik niet zwelg in verdriet.

Z: Je zou duidelijk in je onwankelbaarheid kunnen gaan staan. Dat betekent dat je vanuit het mededogen met jezelf de moed zou kunnen opbrengen om te staan voor dat waar jij in gelooft en dit ook duidelijk naar voren te brengen.

Je voelt je ergens schuldig en ook miskend dat zij niet inzien dat jouw verdriet op een andere manier verwerkt wordt. Tegelijkertijd, zo zijn wij mensen nu eenmaal, brengt die ander zoiets naar je toe en daar reageer je op, dus dan gaan die oude schuldtrillinkjes natuurlijk ook meetrillen.

Nu wordt er iets van je gevraagd. Dat zijn de testen die het hoger Zelf ons geeft middels de ziel en de elementen die daar liggen. Ik kan je dit aanreiken:

‘Gebruik dan je innerlijke kracht.
Gebruik het licht dat je in je hebt.
Sta daar in.’

Breng correctie aan: zuiverheid in je denken en gevoelens en heb mededogen met jezelf. Dat houdt voor u in dat u heel duidelijk datgene wat zij naar u toebrengen bij hen laat en daar innerlijk niet meer op reageert. Ook uiterlijk niet.

U hoeft u niet te verdedigen. Het is vaak zo, dat wie zich verdedigt, zichzelf al bijna beschuldigt. Houd daar mee op. Zeg tegen zo iemand: ‘Nou ja, dat is zoals jij dat denkt, ik niet.’ Probeer dan van binnen ook zo te zijn.

‘Ik niet, ik verwerk het op mijn manier en dat is van mij.’
Dat is de werkelijke eigen waardigheid.
Die moet je vasthouden.

Vraag: Zohra, ik ben vaak zo moe. 's Ochtends begin ik de dag vol enthousiasme en geleidelijk aan het eind van de dag raak ik helemaal op. Heeft dat met dit proces te maken?

Z: Ja, u bent 's nachts ook erg veel bezig, onbewust. Ik denk dat u in de Hal van Lering zit. Dat zijn bepaalde kosmische gebieden waar esoterische leringen aan ons mensen worden gegeven. Dat gebeurt vrijwel onbewust, maar wij ervaren dat ook wel in ons lichaam en in onze reacties.

In deze Hal van Lering krijg je esoterische leringen, spirituele kennis, waar je niet echt voor toegerust bent in je persoonlijkheid en wat vermoeidheid geeft en soms een soort apathie overdag. Eerst begin je enthousiast en ik wil je aanraden om dat enthousiasme te verdelen over de hele dag, dan gaat het wat beter.

Waarom ben je daar niet zo goed voor toegerust? Omdat er in jezelf nog aspecten zijn die nog niet zijn verwerkt. Dat zijn die oude akelige schuldtrillingen en je miskennis, je twijfel, je angsten, enfin het bekende negatieve rijtje. Ook ben je niet echt stevig geïncarneerd, als ik het zo mag zeggen.

Je kunt dat onder meer bereiken door je heel bewust, de hele dag door, te concentreren op de gewone dagelijkse dingen die je doet. Bij het stofzuigen bijvoorbeeld, kijken naar elk pluisje. Dat geeft vanuit de hersenen een bepaald signaal, een heel directe energie naar dat hele zenuwstelsel en naar het zijn in de stof. Dit is heel noodzakelijk voor je.

Dan is veel in de buitenlucht goed. En jezelf in compassie, in mededogen met jezelf brengen.

En niet, dat zie ik ook, als je iets leuks voor jezelf wilt, denken: 'O nee, dat mag niet' of 'dat kan niet.'

Je hebt een negatief en een positief rijtje. Het positieve rijtje zijn de kernkwaliteiten. Wanneer je merkt dat negatieve gevoelens opkomen, wanneer je denken je weer meesleurt in zo'n negatieve spiraal, dan kun je daar onmiddellijk correctie in aanbrengen vanuit het weten:

'Ik ben in het licht
ik ben een mens van liefde
van schoonheid, van licht.'

Dan heb je mededogen met jezelf.

Vraag: Zohra, ik heb eigenlijk twee vragen. De eerste is: ik heb altijd een beetje moeite met het verschil tussen de persoonlijkheid, de ziel en de Geest.

Z: Ja, het is een heilige drie-eenheid in onszelf, eng hè?

Vraag vervolg: Ik heb altijd gedacht: als je op de wereld komt, dan heb je een goddelijke Vonk in je, maar ik heb nu begrepen dat Geest, dat is de goddelijke Vonk, en dan heb je je persoonlijkheid en wat is dan de ziel?

Z: De ziel is de verdichting van Geest, van die goddelijke Vonk. De ziel verdicht zich vanuit het spirituele niveau. Vanuit die kosmische hoogste gebieden daalt die Godsvonk in, naar beneden zal ik het maar noemen. Het neemt steeds meer vorm aan, het wordt dus steeds minder subtiele – dus heel fijne – energie: het wordt dichter en dichter.

Uiteindelijk wordt het dat etherische veld, de ziel, die twee componenten heeft. Dat betekent dat die ziel als het ware in tweeën is gedeeld. Eén deel is gericht naar de materie, naar de persoonlijkheid, want anders kan hij geen mens worden, het moet in die mens dalen. Dat andere deel is steeds een eenheid met de Godsvonk, met het hogere Zelf, met God dus, om het zo te noemen.

Het is een samenspel, alles is eigenlijk een samenspel. De component van de ziel, die gericht is naar de persoonlijkheid, naar de materie, die heeft de mens ontzettend hard nodig, want anders kan er niets gebeuren. Dat deel van de ziel ligt in ons onderbewustzijn aanwezig als de passieve herinneringstrillingen waarmee wij worden geboren.

In de continuïteit van leven is het onze opdracht om, in ieder leven opnieuw, die aspecten te gaan transformeren die ons in een ander leven te veel en te zeer hebben beheerst. Datgene wat naar ons toekomt, wat ons in dit leven overkomt, heeft in onszelf een heel klein trillinkje waardoor het dan gebeurt. Dat kleine trillinkje is in wezen de liefde die in ons vanuit het hoogste Zijn aanwezig is.

Want door dat ene kleine trillinkje komen we tot onderscheidingsvermogen waarom en wat het is waar wij nog zo door worden beheerst. Wat ons van onze kern weghoudt. Dan pas kunnen we er mee gaan werken.

Dat is een ontzaglijk liefdevol samenspel. Het geheel is één groot liefdesspel eigenlijk om die mens vanuit de materie weer tot het diepste bewustzijn van dat Licht in zichzelf te brengen.

Vraag: Ik heb het gevoel dat ik sterk karmisch verbonden ben met onze jongste dochter. Daar spelen ook schuldgevoelens bij. Ik heb nu het gevoel dat ik haar niet meer kan helpen.

Z: U kunt uzelf innerlijk van haar vrijmaken, daardoor maakt u haar ook vrij. Want de onvrijheid die tussen u beiden bestaat komt omdat u vanuit deze oude karmische schuldgevoelens zich teveel met haar bezighoudt.

Probeer alstublieft om dat te veranderen, om van binnenuit in uzelf te zeggen met compassie, met mededogen:

‘Ik heb respect voor jou.’

Dat is mededogen, dat is barmhartigheid:

‘Jij bent die jij bent
ik laat jou vrij.
Daardoor geef ik jou de ruimte
maar maak ik mijzelf ook vrij.’

Dus weer barmhartigheid en compassie naar uzelf toe. Dit is heel moeilijk, want ik kan het zo herkennen, ik had negen kinderen. Ik heb ook lijfelijk ondervonden dat, wetend van dit alles, hoe ontzaglijk moeilijk het is om dat in de materie te realiseren. Vooral wanneer je sterk karmisch verbonden bent dan is de druk ook erg groot om je van binnenuit steeds als het ware daaraan vast te houden, ermee te bemoeien. Het is voor u heel belangrijk om de bemoeienissen van binnen los te laten en dus ook van buiten.

Alles wat je van binnen in onvrijheid brengt, door je te sterk te richten op iets van buiten, verzwakt het eigen energieveld. Verzwakt ook de eigen spirituele kracht, de lichtkracht die je in je hebt. Zij is een mens, u bent een mens; u bent nu in dit leven wel verbonden als moeder en dochter, ook karmisch sterk, maar u heeft nu de verantwoordelijkheid om haar los te laten in respect voor haar zijn, dat zij kan zijn wat zij is. Dat lukt ook. Dat u niet meer verdrietig bent is al een hele grote stap voorwaarts.

Mijn hartewarmte
schenkt mij nieuwe kracht

Laat mij niet begeren
wat mij niet wordt gegeven
Laat mij zijn een rode roos
trillend van Uw leven

Bescheidenheid

De derde kernkwaliteit is de bescheidenheid. Bescheidenheid betekent niet alleen dat u niet het laatste taartje neemt of het grootste deel van iets wat wordt aangeboden. Dat is de oppervlakkige bescheidenheid. Het heeft een diepere ondergrond. Wij willen allemaal in onze persoonlijkheid duidelijk realiseren wie wij zijn.

Dat is ook de opdracht van de mens als hij incarneert. Hij heeft dan de opdracht om zichzelf als de persoonlijkheid die hij is, ook werkelijk in de materie te realiseren. Gebeurt dat niet, dan heb je het heel erg moeilijk en mis je een deel van de levensenergie die je nodig hebt.

Wat houdt bescheidenheid dan in? Het is bijna een contradictie. Je moet je wel bevestigen als de mens die je bent vanuit je eigen waardigheid en je zelfrespect. Het respect en de waardigheid te weten te zijn die hoge Goddelijke kern in jezelf, die door al de lagen heen uiteindelijk in de mens is ingedaald.

Daarnaast bescheidenheid. Dit houdt in dat de mens, juist vanuit het besef dat hij deze hoogste waardigheid in zichzelf is, zelfrespect als consequentie daarvan hoog houdt en zich met bescheidenheid richt naar datgene wat hem of haar in de persoonlijkheid overkomt, wat hij zelf wil, uitstraalt en vraagt. Hoe kun je dit nu gebruiken?

U weet wel als er verdriet op u afkomt of als er moeilijkheden zijn, dan kan het soms helemaal oeverloos zijn. Het gaat helemaal door je heen, het sleurt je mee.

Je hebt gewoon geen innerlijke weerbaarheid om stevig te kunnen blijven staan. Dat overkomt iedereen op zijn eigen manier.

Die innerlijke weerbaarheid bestaat daaruit dat een stuk bescheidenheid naar je eigen persoonlijkheid wordt gericht. Dan ga je met de kernkwaliteit van bescheidenheid werken in jezelf om in datgene wat je overkomt als mens – je pijn, je verdriet, je wanhoop – niet oeverloos en totaal mee te gaan.

Maar stel heel duidelijk:

'Ik ben dit Licht in mezelf.
Ik ben deze waardigheid in mezelf.
Ik heb dit zelfrespect
want ik ben meer dan alleen datgene
wat mij nu gebeurt
en wat mijn identiteit lijkt uit te maken.'

'Mijn identiteit is
dat ik een mens ben gekomen vanuit Geest
vanuit dit goddelijk principe, deze Godsvonk
en dus in mijzelf alle kracht aanwezig heb
om sterk te staan in datgene wat mij gebeurt.'

Tja, dan komt het verdriet, je geliefde overlijdt, of wát ons zo kan gebeuren. Waar blijft die kracht dan? Hiervoor werden mij deze zeven kernkwaliteiten aangereikt.

Werk eerst met die zuivering, corrigeer je denken en je emoties:

'Het pakt me helemaal.
Moet ik hierin meegaan voor de volle honderd procent?

Nee, ik ben toch dit Licht in mijzelf.
Ik heb deze kracht in me ook al voel ik dat niet,
ik weet het wel.
Dus er moet iets in mijzelf gaan gebeuren,
gecorrigeerd worden waardoor ik die gedachten,
die emoties die mij zo totaal plat dreigen te krijgen
nu even anders kan benaderen.'

Dan komt de compassie, dat mededogen:
'Als ik werkelijk die waardigheid
deze Godsvonk ben
dan heb ik daar toch ook liefde naar
dan heb ik daar toch ook respect naar.
Als ik dat werkelijk ben dan kan ik er iets mee.'

En dan komt de derde kernkwaliteit, de bescheidenheid:
'Dus dan moet ik bescheiden zijn
in het oeverloos op mij laten toestromen.

Het oeverloos, helemaal in al mijn ellende meegaan
juist daarin moet ik dus
een bepaalde bescheidenheid gaan aanwenden
om niet mijn gehele identiteit daarin te plaatsen
maar mijn werkelijke, innerlijke stuk vrij te houden.
Vrij te houden van deze invloeden.
In mijzelf te staan in dat Licht in mijzelf.'

Wanneer je in jezelf kunt kijken naar wat er in je leven is gebeurd, wat je zelf hebt aangereikt of uitgestraald, zonder schuldgevoel, boosheid, angst of enorme twijfel aan jezelf, dan ben je dus bezig om deze drie deugden daarin aan te brengen.

Wat heel, heel erg duidelijk in ons als basis moet zijn is dat het weten van deze Godsvonk te zijn, deze waardigheid in onszelf, dat zelfrespect, ontwikkeld kan gaan worden. De zuivering ontwikkeld kan gaan worden, net als de compassie en de bescheidenheid.

Wat hebben deze deugden, deze aanreikingen ons dan te zeggen? Het zijn natuurlijk maar hulpmiddelen. Er zijn zoveel hulpmiddelen. Je kunt werken met metaforen, met symbolen. Dat heeft allemaal invloed op ons innerlijk. Maar deze deugden – ik noem ze dan maar ouderwets deugden – zijn aspecten die in onszelf aanwezig zijn.

Dat is het grote verschil. Ze zijn in onszelf aanwezig. In onszelf is zuiverheid, is mededogen, is bescheidenheid. Zo nog de vier andere. We hebben misschien nooit zo geleerd vanuit onze cultuurhistorische, religieuze achtergronden om daar werkelijk mee te kunnen werken.

In de leringen die ik mag brengen gaat het vooral om de zelfwerkzaamheid van de mens op die momenten dat hij kracht behoeft, dat hij denkt overgeleverd te zijn aan pijn en aan ellende. Om dan juist de kracht te gebruiken die de mens in zichzelf heeft. Dat houdt in dat er nu een gelijkwaardigheid komt – ik zou haast willen zeggen een samenwerking – van Geest en materie. En dat wij mensen dat in ons hebben. We moeten het ontwikkelen, dat wel.

In wat zojuist gegeven is, is het van het hoogste belang dat de bescheidenheid ook gericht wordt naar – wat wij vinden – het positieve in onszelf: de vreugde, de kennis, hetgeen we verworven hebben in het leven.

Want alles wat zich in onze persoonlijkheid vasthaakt, heeft de neiging ons weg te trekken van ons innerlijk zijn. Vaak is het zo dat wat wij denken dat geluk is voor ons, ons in wezen niet de werkelijke vrede brengt.

Dit zijn dus twee kanten van hetzelfde gegeven.

Uit de dialoog

Vraag: In bescheidenheid omgaan met je emotie. Ik ondervind de laatste tijd dat het me overkomt. Ik kan niet ingrijpen of er bescheiden in zijn.

Z: Het overkomt je. Kijk, dat is ook het samenspel tussen het hogere Zijn en onze persoonlijkheid. Hoe die persoonlijkheid, wanneer hij tot een nieuw weten komt, ermee omgaat. Natuurlijk overkomt het je. Een emotie, die overkomt je, dat gebeurt niet vanuit je denken want dan is het geen emotie.

Dat is de verantwoordelijkheid die wij mensen naar onszelf hebben – niemand anders – dat wij weten deze waardigheid te zijn en dat we dan ook de verantwoordelijkheid hebben om ermee te gaan leren werken. De emotie overkomt je, daar kun je niets aan doen, natuurlijk niet en het is ook niet negatief. Het is wel een aanreiking om tot onderscheiding te kunnen komen.

Het denken moet eerst benaderd worden met deze bescheidenheid waardoor de invloed van de emoties minder gaat worden. Want het centrale zenuwstelsel geeft almaar seintjes door. Daar reageert het lichaam op en ook onze gevoelsgebieden.

Dus wanneer wij in het centraal zenuwstelsel iets kunnen veranderen dan zijn de seintjes naar ons hele ecosysteem ook anders.

Vraag: De bescheidenheid waar u over sprak heeft voor mij een groot gevaar. Ik ga rekening houden met: 'zou ik het wel goed doen? Hoe kan ik verder zonder andere mensen te kwetsen?' Ik wil vooruit maar durf niet, ik ben bang. Ik vind mezelf soms te bescheiden. Ik weet er geen raad mee.

Z: U richt uw bescheidenheid verkeerd. U richt het op uzelf om u daarin terug te trekken en niet degene te zijn die u werkelijk bent. Hierdoor gaat het opspelen. Het moet eruit maar dan komt het op de verkeerde manier, te dwangmatig. Daar zit de kneep. Bescheidenheid heeft twee kanten: aan de ene kant richt je dat naar de invloed van de emoties en gedachten in jezelf. Wat inhoudt dat je die emoties en gedachten kunt gaan transformeren, gaan miniseren waardoor ze niet zo'n enorme invloed op je hebben. Niet zo gulzig zijn daarin.

Aan de andere kant is er valse bescheidenheid jezelf niet te durven zijn en te laten zien. Zonder – en daar komt dan weer de andere vorm van bescheidenheid bij – de ander daardoor in jouw energieveld te zuigen en van zichzelf af te halen. Het evenwicht hiertussen vinden is moeilijk.

In uw leven heeft u het erg druk gehad waardoor u als het ware gedwongen werd tot verkeerde bescheidenheid, dus overdruk op uzelf. Daardoor kon u niet genoeg uw zelfrespect ontwikkelen. Nu moet u anders, dat is moeilijk.

Ik kan u twee dingen aanreiken.

Natuurlijk de hulpmiddelen die hier aanwezig zijn.

Maar daarnaast in uzelf het besef te ontwikkelen dat u deze diepe waardigheid in uzelf bent, de Godsvonk. Dit mag niet inhouden dat u daardoor anderen verandert of aan u bindt of dat anderen voldoen aan uw verwachtingen. Wanneer je een leven hebt gehad waarin je steeds onderdrukt bent geworden, dan is het ontzettend moeilijk om die menselijke waardigheid te kunnen herkennen.

De consequentie daarvan is dat wanneer dit besef een beetje boven gaat komen, het zich kan gaan vastzetten in het ego en dit ego dan wil gaan overheersen. Het verlangen in de mens om tot vernieuwing en tot herkenning van Gods zijn in zichzelf te komen, is een ontzaglijk grote, wonderbaarlijke energie.

Die doet iets in je, daardoor komen er veranderingen in je energieveld. Er komt een bepaalde kracht los. Dat kan wel eens een tijd duren, maar het werkt wel. Dus wanhoop nooit. Dit verlangen is de roep:

'Klopt en u zult worden opengedaan.

Vraag en u zult worden gegeven.'

Dat is echt zo.

Vraag: Ik heb een vraag die te maken heeft met een stukje innerlijke waardigheid en ook de bescheidenheid daarin, denk ik. Ik ben nu al vijftientig jaar getrouwd en we zitten allebei met de vraag: 'gaan we dit voortzetten of gaan we ieder ons eigen weg.' Dat is zo'n worsteling.

Hoe bescheiden ben je en wanneer mag je nu eens zeggen van: 'dit is voor mij goed?'

Z: Ik geloof dat ik nog even moet uitleggen dat bescheidenheid niet gezien moet worden als jezelf altijd op de achtergrond houden. Dat heb ik er echt niet mee bedoeld. Bescheidenheid houdt in dat je bescheiden bent in de overheersing van je emoties en je denkpatronen. Die bescheidenheid richt je naar jezelf vanuit de liefde en je innerlijke waardigheid. Er wordt dus niet bedoeld dat je nog meer jezelf moet opofferen of wegcijferen of niet mogen bestaan.

Ik zie dat er basistrillingen zijn van liefde, maar dat er van beide kanten wel hard aan gewerkt moet worden. Ik kan u adviseren – dat geldt voor u beiden – u niet teveel te richten op de ander, in dit geval uw man, dat hij dit of dat moet of niet moet. Dat werkt niet. Dat kunt u alleen naar uzelf richten.

Dat houdt in dat er heel noodzakelijk verandering moet gaan komen in uw verwachtingspatronen naar hem toe, in uw afhankelijkheid daarvan. Dat u uw innerlijke waardigheid nu zo sterk in uzelf gaat stellen dat u niet wankelt door wat hij wel of niet doet, zegt of juist laat.

Daardoor wordt in hem een weerstand gestimuleerd om zich te verzetten. Die weerstand ontstaat doordat er van u uit een claim, een sterke trilling wordt uitgezonden, om hem te krijgen zoals u het graag zou willen. U glimlacht en herkent dit dus?

Dat doen we allemaal hoor. We willen toch allemaal dat de ander zo is zoals wij dat leuk vinden. Dat is heel menselijk. U moet het ook niet negatief zien en ook niet dat u zich daar schuldig over moet voelen. Wel de bescheidenheid, maar niet om u onder de tafel te zetten, niet om u weg te cijferen.

Juist in je innerlijke waardigheid staan, maar het daar bij houden en niet van hem verlangen dat hij dan dit of dat, zus of zo, wel of niet doet. Dan hebben de energieën van liefde, die ik bij u zie en die ik ook naar hem kan zien, wel kans. Het is uw verantwoordelijkheid wat u daar mee doet.

Vraag: Ik heb veel last van zwarte dromen. Ik weet dat het licht en de kracht in mij zijn, maar er is ook iets heel erg donkers dat die dromen veroorzaakt. Ze zijn er elke nacht, ik word er soms wakker van en het beïnvloedt mijn hele dag.

Z: Ik zou u aanraden om 's avonds, voor u gaat slapen, een warm bad te nemen. Echt helemaal ontspannen in een warm bad met kamillebloesem. Daarna een lichtoefening doen.

De lichtoefeningen zijn hier op een kaart, maar u kunt het ook met een CD doen. De een leest liever, de ander luistert liever. Doet u dan vooral mee, niet alleen luisteren of lezen, maar meedoen vanuit uzelf. Dat kan heel goed ontspannend en verheffend werken.

Het zwarte, duistere dat bovenkomt, zijn de dingen die wij in onze levens hebben meegemaakt. Dat zit nog in ons onderbewustzijn. Vanaf uw jeugd is dat oude duidelijk aangeraakt? Dat heeft u kunnen herkennen. U heeft geprobeerd om daar verandering in aan te brengen. Dat is u niet helemaal in dank afgenomen? Ja. Nu is het nodig dat u daar afstand van neemt.

Dat is de bescheidenheid. Bescheidenheid naar uzelf, naar uw eigen 'vastzitten aan'. Dat betekent dat er in uzelf een zelfcorrectie en een zelfdiscipline kan gaan komen.

Dus wanneer u weer datgene van buiten naar u toe krijgt, u in uzelf zegt:

‘Nee, dat is van jullie,
ik ga daar niet in mee.’

Dat geeft u kracht.

Vraag: Ik heb last van een verstopping aan de rechterkant van de buis van Eustachius. Dat is best lastig. Ik probeer de achtergrond ervan te vinden en dan denk ik zo: het trommelvlies, dat is de buitenkant naar de buitenwereld en die verbinding naar binnen toe heeft ook te maken met leren luisteren naar mijzelf, naar mijn innerlijk. Ik weet niet precies wat ik, naast homeopathische middelen en zorgen voor een goede conditie, nog meer hieraan kan doen?

Z: Ik ga iets heel lelijks zeggen. Laat nu eindelijk je aarzelingen eens los en stop die vermeende bescheidenheid naar jezelf weg in een kast en zeg tegen jezelf: ‘Nu kan ik het.’

Je herkent dat? Heel duidelijk zelfs?

De aarzelingen en de vermeende bescheidenheid zijn gebaseerd op oude denkpatronen en heel vervelende emotionele kriebeltjes, die je helemaal niet meer nodig hebt. Dat is oud. Dat kun je loslaten. Dat weet je ook wel. Waarom doe je het dan niet? Omdat je blijft hangen in de vermeende bescheidenheid die jouw werkelijke waardigheid onderdrukt.

Vraag vervolg: Toch heb ik wel het gevoel dat ik zover ben, dat ik wel mijn plaats inneem in het licht en rechtop sta.

Z: Ja dat is waar, dat is nog van binnen en nu komt de tijd, dat datgene wat van binnen klaar is nu ook naar buiten kan. Je moet het toch ook in de materie tot stand brengen. Je bent door heel veel heen gegaan. Heel veel inwijdingen hebben er plaatsgevonden. Nu is de tijd daar, dat je zonder trots of ego of wat dan ook, tegen jezelf kunt zeggen:

‘Ik heb nu een punt bereikt dat ik datgene
wat in mij is en van mij is
ook werkelijk in de materie mag gaan realiseren.
Daardoor kan ik anderen gaan helpen.’

En dan niet iedere keer weer terugvallen in die twijfel aan jezelf en die onmacht, dat is echt niet meer nodig.

Laat mij niet dansen op een andere toon
niet handelen vanuit een andere macht
Ontwaak mijn zijn
leef vanuit mijn eigen kracht

Onwankelbaarheid

Vandaag gaan we verder met de vierde kernkwaliteit: onwankelbaarheid. Dat is een groot gegeven.

Onwankelbaarheid houdt in: weten te zijn die je bent.

‘Ik ben die ik ben
ik ben het waard te zijn die ik ben.
Want ik, mens
ben de drager Gods
de Godsvonk
het licht in mijzelf.’

Dat vraagt wel bepaalde verantwoordelijkheden. Dat vraagt ook een bepaalde zuiverheid. Dat vraagt liefde, compassie om daartoe te kunnen komen. En het vraagt vooral een bepaalde onwankelbaarheid. Dat betekent dat je, wetend te zijn die jij werkelijk bent, met alles wat je bent en hebt, je schaduwkanten, je lichtkanten, je pijn en je vreugde, dat je die mens die je bent in jouzelf, moet gaan plaatsen in de eenheid Gods.

Steeds weer opnieuw vanuit het grote weten een lichtdrager te zijn, moet, moét gaan plaatsen, steeds weer opnieuw, in de eenheid Gods.

Dat kan niet zomaar. Dat gebeurt ook niet zomaar een, twee, drie. Dat is een weg van inwijding. Wat is inwijding? Dat is dat de mens meer en meer bewust gaat worden dat hij deze eenheid Gods is. Dat hij het in zijn eigen innerlijke macht heeft om deze eenheid Gods tot realisatie te brengen. Gewoon in het dagelijkse leven en nergens anders.

Het toont zich in de manier waarop je met jezelf omgaat. In de manier waarop je daardoor uitstraalt naar de ander. In de manier waarop je de ander in de eigen waardigheid kunt laten en je jezelf in je eigen waardigheid kunt laten.

Deze onwankelbaarheid hebben wij in deze ontzettend hectische tijden waarin wij leven erg hard nodig. Het is tevens onze innerlijke weerbaarheid. Onwankelbaarheid is in ons de kracht die ons als het ware vasthoudt in het zijn van het licht in ons.

Het geeft ons dan ook de kracht om, wanneer de storm over ons heengaat, het lijden naar ons toekomt, er onverwachte aspecten gebeuren die ons mee willen zuigen in onmacht en twijfel, ook de twijfel aan onszelf, dan te zeggen:

‘Heer van het Licht,
zie ik ben waardig dat Gij in mij zijt
want ik ben Uw drager
ik draag Uw Licht in mij
dus moet ik het waard zijn.’

De onwankelbaarheid hiervan houdt in dat de mens daardoor een vernieuwd, vernieuwend inzicht kan krijgen in het Gods-, mens- en maatschappijbeeld waarin hij leeft. Dat hij ervaart dat hij niet alleen maar afhankelijk is van datgene wat hem gebeurt. Dat de mens niet afhankelijk is van de emoties en denkpatronen die in hem spelen en die hem dreigen te overmeesteren.

Dat de mens ook niet afhankelijk is van datgene wat boven hem is.

Dat is een heel groot gegeven. In de nieuwe tijd, het Aquarius-tijdperk waarin wij nu leven, houdt dit in dat er vanuit de sferen een gelijkwaardigheid van Geest en materie wordt aangereikt. Ons hele leven lang hebben wij, vanuit onze cultuurhistorische en religieuze achtergronden, geleerd dat wij het goddelijke boven ons hadden, dat wij daaraan hadden te gehoorzamen en anders niets.

Nu komt er een spirituele revolutie die ons aanreikt: nee mens, je bent in gelijkwaardigheid. Je bent er niet gelijk aan, natuurlijk niet. Hier zijn we ook niet allemaal gelijk nietwaar? We zien er allemaal anders uit, we hebben andere achtergronden en dat moet ook, anders zijn we niet uniek. Maar de gelijkwaardigheid bestaat hieruit dat Geest, het hoogste Zijn, zich slechts door de materie kan gaan realiseren. En in die gelijkwaardigheid staan wij nu, de nieuwe mens van het nieuwe tijdperk.

Hoe werkt dat in het dagelijkse leven? Dat betekent echt niet dat de mens in het dagelijkse leven plotseling heilig wordt, of vleugels krijgt en plotseling helemaal vervolmaakt is, dat is natuurlijk onzin.

Het houdt wél in dat er in de mens een ontzaglijke kracht gaat komen, een enorme innerlijke weerbaarheid, die bestaat uit werkelijk durven staan in dat wat je hebt en bent. En daardoor onvoorwaardelijk jouw leven durft te accepteren.

Dat is nogal wat. Hoe kan je dat nou 'onvoorwaardelijk'?

Als je voorwaarden gaat stellen in de trant van: als dit gebeurt dan zal ik zus of zo kunnen doen, als dat gebeurt dan heb ik meer ruimte om dit of dat...

Dat zou best in de materie waar kunnen zijn, maar je mag dan vanuit je eigen acceptatie een lichtdrager te zijn, het ego niet de baas laten worden over juist jouw innerlijke eenheid met het goddelijke en jouw onwankelbaarheid.

En nooit kun je zeggen: die heeft het zwaarder of lichter dan ik, want voor een ieder is het eigene het zwaarste of het lichtste. Juist in onze eigen dagelijkse omstandigheden is het van het grootste belang dat wij durven staan in ons innerlijk weten en onze acceptatie dat we in onze menselijke waardigheid het waard zijn om een lichtdrager Gods te zijn.

Wij zijn allemaal op weg naar een spiritueel bewustzijn, groeien daarin. Maken zo van jaar tot jaar van alles mee, waardoor wij innerlijk soms zodanig geschokt kunnen worden dat er een verwarring kan ontstaan.

De herkenning die wij in onszelf kunnen hebben, kan daardoor soms wat flauwer worden, wat meer versluierd zijn. Wij maken soms periodes mee, dat we eigenlijk niet meer weten wie we zijn. Datgene wat op ons afkomt, in ons leven speelt, heeft zo'n grote invloed, dat het ons van onszelf dreigt weg te halen.

Dan is het zaak om in jezelf te gaan kijken waarom dat zo is. 'Wat is de reden dat ik mij zo laat gaan in die pijn? Is het alleen de pijn? Of is het dat er in mijn eigen ontvangstation nog iets zit – onbewust misschien of onbegrepen – van heel oude pijn of onwaardigheid?'

Naast deze zelfherkenning, die dus met zuiverheid en zelfcorrectie te maken heeft, ga je in jezelf kijken: 'Deel ik mijn eigen persoonlijkheid wel met mijn hoger Zelf? Is dat een eenheid?'

Dan ga je verder en kom je in het mededogen. Dat betekent liefde naar jezelf: kun je jezelf zodanig accepteren dat je dat met liefde doet? Of doe je dat vanuit je pijn, schuldgevoelens, miskennis, twijfels, angsten, je onwaardig voelen?

Dan is het zaak dat je liefdeskracht zo duidelijk gaat worden dat je deze naar jezelf kunt richten. Hierdoor kan er een ontvangstation zijn om de liefde ook naar de ander te kunnen richten. Het is zo gemakkelijk wanneer het leven je toelacht. Wanneer alles goed gaat in je leven, alle dingen zo plaatsvinden dat alles in vreugde kan gebeuren. O, dat is heerlijk, ik wens het iedereen toe.

Maar helaas – of misschien moet ik niet eens helaas zeggen – gebeurt het dat er in ieders leven aspecten zijn, soms zeer grote, die een mens helemaal onder in de kelder zetten. Dan is het zaak om bij jezelf te blijven en daarin onwankelbaar te staan. Wat betekent dat?

Als je tot het bewustzijn bent genaderd dat je in jezelf een Godsvolk, een lichtdrager bent, dat dát jouw erfgoed is, je afkomst, dan is dat niet iets om daar alleen in de goede tijden ‘mee rond te leuren’, zou ik haast willen zeggen. Niet iets om daar in de vreugde alleen naar te willen kijken en dit te beleven. Juist in de tijden dat het leven je niet meer toelacht, maar zwaar is, is het zaak om in de onwankelbaarheid te staan. Om dan werkelijk – en daar is best moed voor nodig – te durven staan in dat werkelijke Zijn dat je bent.

‘Hoe weet je wie je bent?’ kun je je afvragen. Tja, een mens zoals je in het dagelijkse leven bent, dat weet je wel.

Maar wie ben je echt? Dat kan natuurlijk nooit iemand voor een ander zeggen. Maar wat wel zo is, is dat in ieder mens dat Licht is, de vonk Gods en daardoor ook de kracht aanwezig is.

Wij moeten dan nog leren om die kracht te gebruiken en zodanig dat die kracht ons werkelijk door de duisternis, de zware tijden, de pijn, de onwaardigheid die wij soms in onszelf voelen, heenbrengt, vol liefde en vol tedere bescherming.

Hoe kom je daar, als gewone mens, nou in hemelsnaam bij? Hier zijn natuurlijk legio hulpmiddeltjes voor. Wanneer de mens het denken als het ware aan één stuk door richt op het licht in zichzelf, dringt dit heel diep door. In het denken zijn de ontvangstations van de boodschappen die wij ontvangen, de neurotransmitters. Het denken geeft vorm aan die boodschappen. Wanneer het denken, ik wil bijna zeggen is 'geïnfiltreerd' door het weten van:

'Ik ben het licht in mezelf
ik heb de kracht en de mogelijkheid in mezelf
om mij niet alleen staande te houden
in deze zware storm die mij bezoekt
maar het geeft mij juist de kracht
om daar met liefde doorheen te kunnen gaan.'

Wat brengt je dat dan? Het is een energie die zich langzaam, helaas langzaam als het ware door het oude denken heen probeert te realiseren. Het komt langzaam aan in ons hele zenuwstelsel, in ons gevoelscentrum, onze gevoelsgebieden. Dan gebeurt er iets: er komt ruimte vrij in die gevoelsgebieden, in de emoties die eerst te zwaar waren en ons dreigden te overmeesteren. Er komen als het ware kleine openingtjes.

En het denken: 'Ik ben in het licht, ik heb de kracht in mijzelf' voedt het. De kleine openingetjes worden groter en groter. Op een gegeven moment – en ik weet niet hoe lang dat duurt, bij eenieder is dat verschillend – neemt ook het gevoelsgebied dat over. Dan krijg je een samenspel van het denken: 'Ik ben in het licht, ik heb de kracht' en de emoties. In ons gevoelsgebied, de zonnevlecht, ontstaat dan een samenspel van:

'Ik heb deze kracht in mijzelf
ik heb dit licht in mijzelf
ik heb dus de liefde in mijzelf.'

De ruimte die daardoor ontstaat geeft de mens de mogelijkheid om op een nieuwe wijze – want het opent nieuwe perspectieven – naar de eigen situatie te kunnen kijken en ook te doorleven en op een nieuwe lichtende positieve wijze te beleven. Daar moeten wij naar toe.

Wat is nou de onwankelbaarheid?

Dat is dat je juist en altijd door, ondanks de pijn, ondanks de zwaarte, ondanks de duisternis, zo blijft kijken. Een hulpmiddel is dan: ga voor de spiegel staan en kijk diep in je eigen ogen. Kijk niet naar de materiële zaken die daar omheen zitten. Dan kom je je ziel tegen, dat hele diepe in jezelf. Je zult merken dat er daardoor kracht loskomt, jouw levenskracht, levensmoed en levenswil. Dit is waarvoor wij op aarde zijn gekomen, om juist in dit leven dwars door de stormen heen, onwankelbaar te staan in het licht dat wij zijn.

Vreugde is prachtig. We hebben vreugde nodig anders halen we het niet. De vreugde die ons leven ons geeft hebben wij erbij als iets heerlijks, warm of teders. Dit is wat er óók is.

Maar de kracht die wij nodig hebben om door ons leven heen te gaan, is de mate waarop wij door het lijden heen gaan. Niet het lijden op zich, dat is wel een ontvangststation wat daardoor kan doorgeven hoe onze kracht kan gaan werken. Maar de levenskracht in onszelf, de onwankelbaarheid van het durven, willen staan in het licht, is de kracht die ons door de stormen en door de duisternis heenbrengt. Daar moeten wij mensen naar toe.

Ik heb wel eens naar de begeleiding gevraagd: 'Hoe lang nog moet een mens lijden, kunnen wij niet vanuit de vreugde leven?' Er werd geantwoord:

'U zult lijden zo lang en zo diep
totdat het zijn in Mij – dus in het goddelijke –
in uzelve al het andere zal overstemmen.'

Dat is heel veel. Wie haalt dat? Allemaal maar een klein beetje, misschien net genoeg om in je eigen leven onwankelbaar te staan. Om in een mate van vertrouwen te kunnen staan in datgene wat naar je toekomt en wat je zo graag anders had gewild.

Vertrouwen. Wanneer in ons, door het weten van het zijn in Licht, het denken dat over gaat nemen – en dat duurt een poosje – dan worden onze emotiegebieden daarin meegenomen. We komen dan in een spiraal omhoog en komt er vertrouwen. Wanneer wij in dat vertrouwen zijn, dan gebeurt er een wonder. De kracht in onszelf is dan zo groot dat wij, vanuit een positief, lichtend en direct zijn, in een mate van stille en bewuste acceptatie kunnen zijn van datgene wat in ons en met ons is.

Dit zijn in het Licht, de kracht die daardoor in de mens kan komen, het vertrouwen dat hierdoor ontstaat, dat is de basis waarop de mens in de jaren tweeduizend zal moeten staan. Alles wat over ons heen komt aan natuurrampen, geweld, criminaliteit, dat zal toenemen totdat er een heel groot morfogenetisch veld – ‘morfo’ is vorm en ‘genetisch’ is bepalend – vormbepalend energieveld over de wereld van het collectieve, lichtende zijn van de mensheid komt.

Dat begint bij elk mensje hier op de stoel, gewoon op zijn eigen plek. Dat collectieve zijn in het Licht, dat is het einddoel. Ik weet niet hoelang dat duurt, maar dat is werkelijk de basis waarop de mensheid kan overleven, waarop deze planeet kan overleven. Wij hebben dat in ons. We hebben het misschien nooit geleerd, maar we hebben het in ons.

Uit de dialoog

Vraag: Ik ben al een tijd bezig met bewustwording, alleen trap ik steeds in dezelfde valkuilen.

Z: Dat je steeds weer in dezelfde valkuilen trapt is eigenlijk een spelletje dat je met jezelf speelt. Er is in je persoonlijkheid nog een weerstand waardoor je steeds weer opnieuw in dezelfde valkuil moet stappen om eindelijk te kunnen loslaten.

Het is goed om in jezelf te gaan kijken: wat zou die weerstand kunnen zijn? Vaak spelen we een rollenspel in onszelf waarin de persoonlijkheid het beter denkt te weten dan het hoger weten in onszelf.

Onze persoonlijkheid gelooft dan nog steeds niet, vertrouwt en rekent niet op de kracht die daar in het hoger weten aanwezig is om niet meer in die valkuilen te hoeven stappen. Je gelooft gewoon niet, ondanks je talenten, dat jij in jezelf het waard bent om deze talenten en dat licht in jezelf te dragen.

Als je steeds maar bezig bent met: 'Ik ben het niet waard en ik kan het niet', dan vergroot je dat ook. Het zoekt zich onmiddellijk een compagnonschap met soortgelijke energieën. Dus nu is de verantwoordelijkheid voor onszelf.

'Ik wil echt met mijzelf door het leven gaan
in liefde, in waardigheid, in vertrouwen.'

En dan, want dat hoger Zelf van ons test onze persoonlijkheid, dan komen er toch weer van die testjes. Maar dan herken je direct de valkuilen. En dan is het zaak om te zeggen: 'Hallo, nee hoor, dat gaat niet door, daar val ik niet meer in, ik vertrouw mijzelf.' En dan zwakt het af. Wij bepalen hoe sterk of zwak het is wat naar ons toekomt en wat onze valkuilen zijn.

De hele mensheid heeft – vanaf het begin dat daar de splitsing kwam tussen Geest en materie zodat Geest kon indalen in materie en mens kon worden – een schuldbesef.

Het schuldbesef dragen we biljoenen jaren bij ons. Je zult zien dat in alle oude godsdiensten en dergelijke het schuldbesef altijd werd uitgewerkt in het offers brengen aan de goden, om schoon te zijn. In onze godsdienst hebben we, op een gelukkig enigszins andere manier, dat ook zo gekregen. Dat schuldbesef zit in onze genen, in de genen van de gehele mensheid.

Maar het werd ook in ieder leven, vanaf de vroegste tijd tot nu, gestimuleerd door datgene wat je zelf deed en wat je overkwam. Dat stimuleerde het schuldbesef én de miskenning daarvan, die twee gaan altijd samen.

Ik heb me afgevraagd waartoe zo'n enorme lange cyclus voor de mens dient. Steeds weer opnieuw door dezelfde 'prut' heen te moeten om tot het besef te komen dat hij een waardig, lichtend wezen is. Als antwoord kreeg ik dat de splitsing alleen al zodanig was, dat er in de mens het schuldbesef van onwaardigheid kwam.

Nu is de mens, na ik weet niet hoeveel miljoenen jaren, zover gekomen dat het bewustzijn op zo'n wijze is geëvolueerd dat we hiermee tot vernieuwing en verandering kunnen komen. Dat is een groot revolutionair gegeven, want het moet het oude schuldbesef dat in de mens aanwezig is, totaal transformeren. Dit is ontzaglijk moeilijk. En toch moeten we daar naar toe en zullen we er uiteindelijk ook in slagen.

Vraag: De ene keer lukt het me te staan vanuit het diepste in mijzelf en dan val ik weer in mijn oude patroon terug.

Z: Dat vallen en opstaan is gezond, dat hebben wij nodig want we kunnen niet altijd op een top staan of steeds in een dal blijven. Het vallen en opstaan heeft een energetische waarde. Wanneer wij tot een bewustzijnsflits komen – als het ware even op een topje staan – geeft dit een grote energie. Je kunt ineens wat dingen van jezelf overzien en komt er een grotere herkenning.

Het vallen – eigenlijk jammer dat wij het vallen noemen – houdt in dat de mens even door de diepte terug moet, vanaf die top, om dit weten helemaal te laten doordringen in alle aspecten die in hem of haar aanwezig zijn.

Daarom is dat heel gezond, want zouden we het niet doen, dan dreigt er een overcompensatie aan licht te ontstaan, aan teveel weten. Dat is niet zo gezond voor ons denken en onze emoties. Onwankelbaarheid betekent niet dat je steeds in jezelf moet zeggen: 'Ik ben nu in het licht en daar blijf ik in', dat kan niet. Onwankelbaarheid bestaat daaruit dat, al is de val nog zo diep of sta je op de top – en daar zit een hele hoge verleiding in van het ego – je toch steeds zegt:

'Ik ben een lichtdrager Gods.'

Hoe dieper je valt hoe hoger je weer opklimt. Het houdt zo verschrikkelijk veel in, niet alleen een groot spiritueel bewustzijn, een geweldige kennis of bijna vleugels hebben, maar ook deze zeven kernkwaliteiten.

Het houdt ook in dat het ego, de persoonlijkheid, moet gaan leren onderscheiden waar het nodig is om als mens te kunnen bestaan én waar de persoonlijkheid zich als het ware wil gaan verrijken en vergroten. Vallen en opstaan is heel goed voor ons, daar hoeft u zich ook geen zorgen over te gaan maken. U maakt zich wat ongerust over de terugval. Waar gaat het nou in wezen om? Het is ook een deel van de onwankelbaarheid dat je niet blijft hangen in de terugval.

Vraag: U had het net over 'voor de spiegel staan'.

Wanneer je daar voor staat en positieve dingen tegen jezelf zegt, omdat je bijvoorbeeld nog niet genoeg van jezelf houdt, dan is het een kosmische wetmatigheid dat je met gedachtekracht dingen beïnvloedt door ze alleen maar positief te benoemen.

Dan ontstaat er een veranderingsproces in je onderbewustzijn, die dat dan weer doorgeeft naar je waakbewustzijn, die dat dan mag integreren naar je dagbewustzijn?

Z: Goed zo. Het waakbewustzijn is als het ware de middelaar en die component van de ziel die vanuit het hogere bewustzijn, dat hoger Zijn, de middelaar is tussen het dagbewustzijn en het onderbewustzijn. Datgene wat in het onderbewustzijn aanwezig is aan latente oude aspecten en trillingen geeft impulsen naar het dagbewustzijn, omdat in het dagbewustzijn herkenning moet gaan komen, zodat de mens daar in zijn persoonlijkheid mee kan gaan werken.

Als je voor de spiegel staat en in je eigen ogen kijkt, dan gebeurt er wat. Dan krijg je contact met je ziel, via je waakbewustzijn. Dat kan niet direct plaatsvinden vanuit het hogere bewustzijn, want daar heb je niet zomaar direct contact mee.

Daar is die middelaar voor, die heeft daarin een stimulerende rol. Als je dan voor de spiegel in je eigen ogen kijkt en alle materiële dingen daaromheen loslaat, dan vindt er als het ware een zuivering plaats in de ontvangst van de boodschappen die je vanuit het hoger Zijn krijgt.

Wat er dan gebeurt is dat de fotonen, de lichtdeeltjes, afdalen en in ons bewustzijn komen.

De neurotransmitters vangen de boodschappen van deze fotonen op en brengen ze door ons ontvangstation heen in ons dagbewustzijn om er reëel mee om te kunnen gaan en dat te kunnen verwerken.

De mate van ontvangst van het ontvangstation dat wij zijn, bepaalt de grootte van lichtwaarde die deze fotonen, via de neurotransmitters, aan ons zenuwstelsel doorgeven.

Ik ga het anders zeggen. De manier waarop je in je eigen waardigheid staat en begrijpt dat jij een wezen van Licht bent, maakt uit hoe de kracht van dat wezen van Licht in jou, tot werking kan komen.

Stel je staat weer voor die spiegel. Je hebt net iets beleefd wat heel pijnlijk, vervelend, boos enzovoort is. Je kijkt in je eigen ogen. Dan moet je eens zien hoe daar langzaam in die emotie, bijvoorbeeld in die boosheid van jou die eerst te zien is wanneer je in de spiegel kijkt, verandering gaat komen. Want je kijkt in de diepten van jouw ziel. Daar is geen boosheid, daar is schoonheid, daar is liefde, daar is eenheid.

Je hebt er vaak geen tijd en gelegenheid voor of er zelfs maar een idee van dat je dat allemaal bent. Kijkend in de spiegel vindt er dan, vanuit de kosmische wetmatigheden, het volgende plaats. De energieën vanuit deze eenheid van het Zijn waar je toe behoort, kunnen in jouw ontvangstation komen in de mate die jij op dat moment kunt realiseren.

En wat zijn dan die kosmische wetmatigheden?

Dat zijn de energieën waaruit wij bestaan en waar, waaruit wij, waarin wij met elkaar verbonden zijn. Alles, iedereen, dit hele zonnestelsel.

Vraag: Ik wil een gevoel delen. U was aan het uitleggen over onwankelbaarheid.

Ik ben al een tijd aan het zoeken naar innerlijke rust via de spirituele weg eigenlijk en ineens kreeg ik een heel sterk gevoel van die onwankelbaarheid in mijzelf. Het was net of die innerlijke rust die ik zocht op dezelfde plek viel en toen kreeg ik een heel sterk gevoel en kracht in mijzelf en ik dacht, dat moet ik even zeggen.

Z: Wat heerlijk, dank u wel.

Er is een 'Eenheid van het Zijn'. Ik keek even naar de drie kaarsen, vol dankbaarheid. Die 'Eenheid van het Zijn' daar behoren wij allemaal toe. En het 'Licht van het Bewustzijn' ja dat moet soms even gestimuleerd worden door bijvoorbeeld zo'n bijeenkomst als deze. Dan kom je in de kracht van de 'Liefde' en dat is daardoor dan tegelijkertijd je onwankelbaarheid.

Dank u wel.

Hoop gloort aan de horizon
Zij verwarmt ons hart

Dankbaarheid voor het leven

Deze keer gaan we spreken over de ‘dankbaarheid voor het leven’. Dit is de vijfde kernkwaliteit. Ik heb er ooit zeven doorgekregen en wij gaan daarbij op zoek naar de ‘verborgen schatten van de hoop’ die wij allemaal in onszelf hebben.

De eerste vier kernkwaliteiten waren zuiverheid, mededogen, bescheidenheid en onwankelbaarheid.

Zuiverheid houdt niet in – zoals dat gewoon is in ons denken – zuiverheid in seksualiteit, celibaat en dergelijke. Zuiverheid betekent dat je in jezelf de schaduwkanten kunt herkennen en daar, vanuit het goddelijke Zijn in jezelf, dan ook de wilsimpuls gaat krijgen om dat te gaan veranderen. Dus zuiveren van oude aankleefsels, oud zeer, oud slib, van alles wat we zoal hebben meegemaakt.

Mededogen houdt in: liefde en respect voor jezelf hebben om juist de schaduwkanten te gaan herkennen. En dat is niet mis hoor, om in jezelf je eigen schaduwkanten te gaan durven zien en daar dan ook de moed voor op te brengen om er wat mee te doen. Dat is mededogen. Dat doe je dan juist vanuit liefde en respect voor jezelf vanuit je eigen waardigheid.

De derde kernkwaliteit is ‘bescheidenheid’.

Bescheidenheid betekent niet alleen dat je niet drie auto’s neemt en twee huizen en vijf vrouwen of mannen of zo – nou ja ik zeg maar wat – maar dat het er vooral om gaat dat je die bescheidenheid in jezelf aanbrengt. Wanneer wij leed hebben, in pijn, verdriet en eenzaamheid zijn, dan kan dat zo sterk worden dat het ons helemaal beheerst en meevoert.

Dan blijft er zo vreselijk weinig over van die eigen waardigheid en dat zelfrespect. Bescheidenheid in deze context houdt in dat je in jezelf een mate van terughoudendheid gaat leren. Want dat moet je ook nog leren, dat komt niet zomaar. Leren betrachten dus. Proberen om een mate van bescheidenheid aan te leggen in jezelf naar juist jouw eigen pijn, naar alles wat daar aan ellende en verdriet in jezelf is. Hoe dan?

De bescheidenheid, als een van de kernkwaliteiten die je in jezelf dus kunt gaan realiseren, houdt in dat je niet meer toestaat om, vanuit dat eigen zelfrespect en die waardigheid in jezelf – Gods Zijn in jezelf – helemaal onderuit te gaan. Dat is een geweldige stap hoor.

Onwankelbaarheid is de vierde kernkwaliteit. Het klinkt allemaal zo groot en toen ik het doorkreeg dacht ik ook: 'nou, dat moet wel even op aarde gebracht worden.' Onwankelbaarheid houdt eigenlijk in dat je daar dan ook in blijft staan en niet meer meegaat in dat wat die ander jou wenst aan te doen. De moed die je dan kunt opbrengen wanneer je in jezelf tot de diepste erkenning van jouw eigen waardigheid bent gekomen. Ben je een poppetje aan een touwtje, lach je om wat een ander zegt, huil je om wat een ander doet, dan bind je je zelf. Daar zit je waardigheid in: om te bepalen wie jij bent. Niets en niemand anders buiten jou. Want dat wat daar in jou is, dat is jouw Godsvonk, jouw licht.

Dan nu de vijfde kernkwaliteit: de dankbaarheid voor het leven. Ik hoor u denken: 'Nou, nou, dankbaarheid voor het leven, met alles wat ik daarin heb meegemaakt!' Ja, daar wil ik juist op ingaan.

Wij dragen 'verborgen schatten van de hoop' in ons.

Dankbaarheid voor het leven betekent dat door de herkenning in onszelf via de zuivering, de liefde en het zelfrespect, via het mededogen, de bescheidenheid en de onwankelbaarheid, dat daardoor die 'verborgen schatten van de hoop' in ons duidelijk realiseerbaar gaan worden. Hoop alleen is niet voldoende. Je moet iets gaan doen met de perspectieven die hoop jou aanreikt. En daarin zit de dankbaarheid voor het leven.

In elk probleem, alles wat wij naar ons toe krijgen, zit de verborgen schat van hoop: in de pijn, eenzaamheid, wanhoop, het sterven van je kind of je geliefde, of men erkent je niet. Wat wil het je zeggen? Niet dat je bij de pakken moet neerzitten en het maar laten gebeuren. Maar dat er iets in je wakker wordt wat vraagt: 'Waarom ben ik op aarde, wat heb ik hier te zoeken, waarom wordt dit nu naar mij toegebracht? Wat moet ik ermee?' Dáár zit de kiem in, de punt van vernieuwing.

Vroeger was het zo: 'Nou ja, God stuurt dat naar je toe en dat moet je dan maar ondergaan.' Dat is een interpretatie van een diepe mystiek die daar achter zit. God stuurt niet als een meeneer op een troon ergens boven, buiten, beneden je.

De Godsvonk in jezelf, het hoger Zijn in jezelf, zorgt er op een energetische wijze voor dat juist datgene naar je toekomt – met je gebeurt – waaruit jij jouw lering kunt trekken om jeZelf te kunnen worden.

Nu kun je zeggen: Ja, nou praat je al het kwaad en alle ellende goed, en eigen schuld dikke bult en zo.

Dat wrijft men New Age vaak aan. Daar ben ik het absoluut niet mee eens, dat is een exces daarvan. Het is niet eigen schuld dikke bult.

Wij zijn een energieveld, zenden energieën uit en trekken ze aan. Alles wat in ons is heeft een respons met wat daarbuiten is en andersom. Wij kunnen het kwaad, de liefdeloosheid, de haat, het geweld op aarde niet zomaar veranderen wanneer wij niet diep in onszelf de kleine mate – soms is het groot – van de liefdeloosheid die wij naar ons toe hebben gekregen, kunnen vergeven. Dat geldt voor alles wat wij in ons hebben aan agressie, macht en onmacht. Wie van ons heeft dat niet?

Wanneer er in onszelf niet de kiem van vernieuwing en verandering aanwezig is, de ‘verborgen schat van de hoop’, zou er geen verandering zijn. In al datgene wat mij vanuit Geest is aangereikt wordt steeds weer opnieuw gegeven: Geef aan degenen die naar u toekomen dit ene mee:

'Mens, diep in jezelf
is zo'n enorme grote mate
van schoonheid, liefde,
van werkelijk Gods Zijn verborgen.'

Dat betekent dat je in jezelf enorme scheppende krachten hebt. Enorme vernieuwende energieën die je moet gaan gebruiken, anders blijven ze slapen. Want die energieën zijn, denk ik, een beetje lui. Als je er niets mee doet dan gebeurt er niets. Zoiets als een wiskundeknobbel. Ieder mens begrijpt eigenlijk wel wat van wiskunde, maar als je het niet ontwikkelt en dus ook nooit gebruikt, dan atrofieert het. Het verdwijnt.

Wanneer wij de scheppende, vernieuwende energieën in onszelf niet gebruiken, dan blijven wij steeds weer opnieuw, van leven tot leven, in dezelfde spiraal van schaduwkanten draaien. De schaduwkanten die wij nog niet met onze vernieuwende scheppingskrachten hebben veranderd.

De leringen die ik mag brengen zijn in wezen een eigentijdse vertaling van iets heel ouds: de oerreligie, gnosis, de kennis van God, Geest. Ik noem het God, de kennis van Geest in de gehele schepping, in gradaties van niveau van bewustzijn daarvan. In de mens in het hoogste bewustzijn.

De gehele mensheid heeft daar steeds opnieuw een eigentijdse vorm aan gegeven, cultuurhistorisch bepaald door de eigen achtergronden. In de natuurlvolken noemen we het 'sjamanisme', wat in wezen 'helend' betekent. Helende energieën werken met de krachten van de natuur. Wij zijn ook natuur, dus die krachten leven ook door ons. Alleen hebben we dat misschien nooit zo gezien of gevoeld.

Het is niet iets vreemds, voor niemand vreemd, want het zit in onszelf. Alles zit in onszelf. Het is het oeroude beginsel waarmee wij op de aarde kwamen.

Toen Geest besloot om via de sprong vanuit het Kosmisch Vuur in te dalen in materie, werd dit beginsel meegenomen. Daar hoef je helemaal niet moeilijk over te doen of veel over gestudeerd te hebben. Dit is iets wat je zo kunt begrijpen. Geest vanuit het hoogste Zijn, het Kosmisch Vuur, kreeg naar zich toe of straalde uit – hoe dat precies ging weet ik natuurlijk niet, dat is een liefdesenergie – om zich te willen delen.

Delen is liefde. Wij delen met elkaar, je deelt het brood met elkaar, je deelt in je gezin met elkaar. Liefde. In dit delen kwam het oerprincipe, Geest – ik noem dat God – in gradaties van niveau door alle dimensies heen, door al de niveaus heen, uiteindelijk in de materie. ‘In gradaties van niveau’ kun je bij wijze van spreken vergelijken met de streepjes van de thermometer.

Materie wordt gevormd door de natuurrijken: het mineralenrijk, het plantenrijk, het dierenrijk en het mensenrijk. Het mensenrijk, het hoogste bewustzijn, kan er nu iets mee. De andere natuurrijken kunnen het alleen ondergaan. Wij mensen daarentegen kunnen daar nieuwe scheppingskrachten in brengen. Dat kunnen alleen wij mensen op deze planeet. Ik weet niet hoe het er op andere planeten uitziet.

Nu zitten wij met een groot gegeven dat ook weer een grote verantwoordelijkheid oproept. Want je kunt zo’n gegeven niet zo maar even naast je neerleggen. Daar moet je wat mee. Vooral niet naar een ander toe, nee, naar jezelf toe.

Want ieder ander heeft zijn eigen scheppingskrachten, zijn eigen hoger Zelf. Heeft vanuit de eigen waardigheid en het Zelfrespect, Zelf met een hoofdletter, de mogelijkheid en ook de beperking, om dat in zijn leven te gaan realiseren.

Alles wat u tot nu toe is aangereikt, vraagt wel dat u daar zelf iets mee gaat doen. Als u dit alleen maar zou consumeren en aanhoren, dan heb je er niet zoveel aan, echt niet. Het ‘er zelf iets mee doen’ daar zit nou juist je waardigheid in, je respect, je eigen licht, je scheppingsmogelijkheden.

Kijk naar alles wat hier gegeven is als zijnde een soort lampje en kijk daar nu mee in jezelf. Doe dat zonder schuldgevoelens, zonder gevoelens van miskennis, zonder schaamte. Doe dat fier en trots in jezelf. 'Ik ben deze mens, ik heb natuurlijk schaduwkanten en beperkingen, maar ik heb ook de mogelijkheden van het Licht in mijzelf.'

Je kunt niet in één keer al je schaduwkanten verlichten. Dan zou je zo meteen ten hemel stijgen.

Je kunt wel juist de zwaarte van bepaalde schaduwkanten – van pijn die je hebt gehad of misschien nog hebt, of jouw eenzaamheid – verlichten. Die zwaarten letterlijk 'verlichten'.

Vanuit de geest heb ik het ritueel van de drie kaarsen gekregen. Dat is mooi natuurlijk, maar waar het om gaat is het beleven, het ervaren daarvan.

Wanneer ik werkelijk wil dat de zwaarte van mijn schaduwkant, eenzaamheid, het onbegrepen zijn, mij niet zodanig overheerst en naar beneden duwt dat er niets meer van mijzelf overblijft en ik mijn eigen scheppende, vernieuwende krachten helemaal niet kan gebruiken, dan denk ik aan die drie kaarsen. Dat is mijn recept.

'Dan ben ik, kleine mens
– en vertaalt u dat 'ik' naar uzelf –
absoluut in de Eenheid van het Zijn.' (eerste kaars)

'Dan heb ik, kleine mens,
dat Licht van het Bewustzijn in mij.' (tweede kaars)

'En dan heb ik, kleine mens,
de Liefdeskracht in mij
om de zwaarten zodanig te verlichten
dat ik weer dat wezen van Licht kan worden,
deze mens die schoonheid en liefde in zich heeft.'
(derde kaars)

Niet ik speciaal, maar wij allen. De mens heeft de mogelijkheid in zich om alle liefdeloosheid in onze wereld, al het geweld, al die haat te kunnen transformeren.

Dat begint in ons eigen kleine ik. Ik zei u al: 'we zijn een energieveld.' We vormen met elkaar een heel groot bepalend veld van energieën.

Wanneer in ieder mens die kracht gaat ontwaken, de 'verborgen schatten van de hoop' nou eindelijk eens herkend gaan worden vanuit het begrip, het inzicht, van de eenheid van zijn en de eigen scheppende energieën in jezelf, dan staat de werkelijke mens op.

Wat houdt dat in? De werkelijke mens is de indaling van Geest in materie, die de materie zodanig zou gaan begeistere dat zij totaal bezwangerd zou worden van Geest, waardoor materie uiteindelijk transcendent en weer Geest zou worden. Vreselijk moeilijk, maar ik zal proberen het te vertalen.

De bedoeling van de indaling van Geest – ik zou haast willen zeggen: de splitsing tussen Geest en materie – was om in materie geest te brengen opdat geest en stof weer tot de werkelijke eenheid zouden kunnen terugkeren. Wat een lange weg en waarom moet dat zo moeilijk, denk je dan, want kon dat niet op een andere manier.

Blijkbaar niet, maar het betekent wel dat hierdoor in de mens het besef van Geest te zijn, Gods Zijn in jezelf, een werkelijk besef kon gaan worden. Wij hebben duizenden jaren nodig gehad van allerlei vormgevingen van religies die allen hun eigen enorme waarden hadden en hebben. Het laatste was voor ons westerlingen het Christendom; de grote Avatar, de Verlosser, de historische Christus die is geweest en de Liefde predikte. Hij gaf niet de vormgeving. Hij gaf de zuiverheid van de liefde.

Zo zijn er nog anderen. Ik ben daar sterk mee verbonden en ook met de Heer Boeddha, die de kennis gaf van het eigen Zijn opdat de mens met de kennis en de liefdesenergie die in hemzelf is, de weg terug tot God in zichzelf zou kunnen vinden.

Dat houdt tegelijkertijd in dat je daardoor jezelf, in allerlei gradaties van niveau, vrij kunt maken van jouw zwaarten. Van de schaduwkanten die je in dit leven hebt meegekregen, maar die ook in dit leven zijn gestimuleerd, opdat je door de herkenning de kracht zou krijgen er iets mee te gaan doen. Het is dus een spiraal die almaar draait.

Wat gebeurt er als we dat gaan doen?

Het karma van de mens – karma betekent ‘werk’ – het werk dat de mens in zichzelf heeft te doen om steeds meer van zijn schaduwkanten te kunnen transformeren tot licht in zichzelf, maakt dat die mens daardoor in een grotere innerlijke ruimte van vrijheid kan komen. Het is interessant dat de hersencellen die nu nog niet werken – en dat zijn er nogal veel – als het ware zodanig belicht gaan worden dat zij gaan werken.

Moeten we dan nog meer wetenschap hebben, meer technologie? Nee.

Dan gaan juist die hersencellen werken waardoor het mogelijk zal worden dat de hedendaagse wetenschap en de technologie in een eenheid van verbinding kunnen komen, waardoor de mens een enorme kwantumsprong gaat maken.

Ach, denkt u dan, wat heb ik met een kwantumsprong te maken? Ik moet zien dat ik mijn kinderen te eten geef en Jantje was weer zo vervelend, hoe ga ik daar nou mee om?

Wat ik hier duidelijk wil maken is dat het kleine steeds de basis is voor het grote. En dat het een niet zonder het andere kan.

Nu wil ik weer even terug naar het energieveld dat wij zijn, naar de energieën die wij uitstralen. Deze leringen dienen om in de mens die krachten vrij te maken, waardoor hij of zij tot een vernieuwing en tot een grotere mate van eigen schepingskracht kan komen. Healing dus, genezing in jezelf, heel maken. Dat werkt in je relatie, op je werk, met je collega's. Dat werkt thuis, met je kinderen, je ouders.

Misschien hebben jullie wel eens gehoord van de 'Celestijnse belofte', 'Het tiende inzicht'. Daar wordt heel leuk op zijn Amerikaans iets verteld van: vandaag of morgen ben je plotseling helemaal bevrijd van alles. Dat kan natuurlijk niet.

Wat wel vaststaat is dat de trillingen in onszelf – vanuit ons onderbewustzijn, niet bewust wetend – heel bepalend zijn voor onze manier van denken, handelen en spreken. Dit geldt vooral voor de latent aanwezige trillingen vanuit andere levens die wij hebben meegenomen naar dit leven.

Dat houdt in dat wij niet alleen maar een mensje van nu, van dit leven zijn, maar dat wij in een doorgaande cyclus leven, van leven tot leven.

Dat betekent dat wanneer wij in het leven van nu herkennen dat wij ons bijvoorbeeld altijd miskend of minderwaardig voelen, wij nooit kunnen zien wat onze eigen waarden zijn. De basis daarvan ligt in het onderbewustzijn. In andere levens is dat zo geweest. Wie weet hoe onverwerkt de emotietrillingen daarvan nog zijn en hoe die juist nu, in dit leven, in je bewustzijn komen.

Dat ervaar je vaak als pijnlijk, opdat je nu in de herkenning ervan de kracht gaat krijgen om het te veranderen. Dat is een 'verborgen schat van de hoop', waardoor wij mensen – en nu kom ik terug naar de beginzin – dankbaarheid voor het leven kunnen krijgen.

Je ziet al die ellende om je heen, al die verschrikkingen en alle kinderen die van honger omkomen, waar blijf je dan als mens met de 'dankbaarheid voor het leven?'

Als wij mensen allemaal zouden kunnen weten dat wij in onszelf een onvoorstelbare kracht hebben, een bron van Licht, waarmee we in onszelf datgene wat donker is kunnen veranderen.

Stel je dan eens even voor hoe dat als een enorm morfogenetisch veld over de hele aarde zou zijn, hoe dat mondiaal zou werken. Verbeter de wereld, begin bij jezelf, zeggen we. Het kan alleen maar bij het kleine 'ik' beginnen. En vergis je niet, hoe klein dit 'ik' ook lijkt, het is een enorm, stralend licht in onszelf. Probeer in jezelf, wanneer je de zwaarte voelt van datgene wat je pijn doet, heel duidelijk te stellen:

‘Ja, het is zo.

Ik kan het niet ontkennen en het doet pijn.

Maar ik ben toch dit lichtwezen in mijzelf

en ik heb toch deze kracht in mijzelf

en ik zal die gebruiken.

Want ik – u, wij allen – weet dat ik dit lichtwezen ben
en die kracht in mijzelf heb.

Ik moet het alleen gaan leren gebruiken.’

Wat is de gemakkelijkste weg om mijn lichtkracht te gaan gebruiken zodat de spiraal kan gaan draaien?

Dat is dat ik probeer mij innerlijk, dus van binnen, terug te trekken – in bescheidenheid weet u wel, de derde kernkwaliteit – van het leed, de pijn, de ontkenning, noem maar op wat we allemaal bij ons hebben. Dus innerlijk een stapje terugtrekken.

Dat moet je heel bewust doen: ‘Ik wil daar niet helemaal in meegaan, ik ben groter in mijzelf dan de pijn die ik heb, dan datgene wat met mij is gebeurd.’ Dit is een poort om tot vernieuwing, tot ruimte, tot heling in jezelf te kunnen komen.

Uit de dialoog

Vraag: Waarom wilde ik niet geboren worden?

Z: Het is vaak zo dat vragen herkenbaar zijn, omdat anderen ze ook hebben. Ik wil eerst een algemeen antwoord geven. Het is natuurlijk zo dat we in deze tijd van vrijheid – we pikken allemaal de energieën op – denken dat wanneer je je in liefde met een ander verbindt, je daardoor gebonden zou worden.

Kijk, daar zit het hem in. Je moet je met elkaar verbinden, maar niet gebonden zijn. Het 'gebonden zijn' geeft innerlijke onvrijheid. Soms ook uiterlijk.

Wat is dan het verschil tussen verbondenheid en gebondenheid? Verbondenheid is vanuit je eigen waarden en Zelf, met een hoofdletter, en vanuit respect daarvoor, met de ander willen delen en samengaan zonder jezelf te verliezen in de ander. Gebondenheid houdt in dat je jezelf als het ware helemaal aan de ander geeft, waardoor je jezelf verliest.

Ik zie dat bij u niet helemaal verwerkte emotionele trillingen in uw onderbewustzijn aanwezig zijn. Dit is vanuit een leven waarin deze gebondenheid u vooral spiritueel zodanig heeft beheerst en belast dat u in dit leven gekomen bent met een verlangen naar spiritualiteit, doch ook met een grote weerstand voor de gebondenheid daarin. In het andere leven werd u zo gebonden door bepaalde wetten en ordening die daar plaatsvond, dat het diepste verlangen naar spiritualiteit bij u niet los kon komen. In dit leven heeft u dat hetzelfde. Het trekt u verschrikkelijk aan en tegelijkertijd heeft u er zo'n afweer tegen. Dat strekt zich emotioneel ook uit naar een liefdesverbinding. Ik zou u willen adviseren om, nu u dit weet, anders naar uzelf te kijken. Als je iets weet, dan kan je er wat mee.

Dus kijk op een andere manier naar jezelf, hoe je reageert, hoe je vooral bang bent dat de liefde een te grote invloed op je zal hebben waardoor je jezelf kwijtraakt.

Er is iets gebeurd toen u zich voor de volle honderd procent gaf, met liefde en juist in die spiritualiteit, waardoor u met dit achtergebleven proces bent teruggekomen.

Wat heel duidelijk speelt is de onvrijheid die u zelf hebt gehad in een ander leven, waardoor ook anderen in deze onvrijheid werden betrokken. Het heeft te maken met verborgen schuldgevoelens en miskennis, waardoor u het moeilijk vond om weer in te treden in dit leven, liever niet geboren wilde worden. Maar juist dat u het wél hebt gedaan is een groot, positief gegeven. Houdt u daar aan vast.

U hebt uw vrije wil wel gebruikt om te incarneren. Nu kunt u uzelf dus bevrijden van de overlast, de zwaarten van deze oude gevoelens die de gebondenheid u heeft gegeven.

Vraag: Ik voel me innerlijk verscheurd en het maakt me heel moe omdat ik het niet in relatie kan brengen met mijn omgeving. Mijn dankbaarheid is ver weg.

Z: Er vinden veranderingen in jezelf plaats waardoor je oude zelfbeeld, je imago verandert. Dit geeft een enorme moeilijkheid om ten eerste dat zelf te kunnen herkennen, maar dan ook nog te kunnen plaatsen in je gewone persoonlijkheid. Anderen hebben daar net zo veel moeite mee. Als er binnen in een mens iets verandert en hij daardoor een andere wijze van zijn ontwikkelt, dan heeft de ander moeite om het oude beeld los te laten. Maar dat heb je zelf ook. Omdat je zelf daar zo'n moeite mee hebt zend je dat uit, wat de ander weer opvangt en dus dezelfde moeite erover geeft. Dat zijn weer de kosmische wetmatigheden, de uitwisseling, de energieën die elkaar raken en elkaar daardoor beïnvloeden.

Nou kan ik niet naar de anderen praten, maar ik wil aan jou heel duidelijk zeggen dat de veranderingen die in je plaatsvinden, veroorzaakt worden doordat het bewustzijn anders wordt.

Je krijgt een ander spiritueel bewustzijn. Dat zet heel veel op zijn kop. Want alles waarvan je hebt gedacht dat je zus of zo bent of moet zijn, dat is het dan niet meer.

Wees daar alsjeblieft niet bang voor. Begrijp dat de gehele kosmos, het hele zijn, wij mensen, alles wat is, bestaat in de eenheid door de liefde. Dus wat daar in jezelf gebeurt, is niet liefdeloos, iets waarvoor je bang moet zijn of je onveilig door moet voelen.

Het komt omdat wij ons vasthouden aan denkpatronen, aan tradities, aan achtergronden en dat beperkt ons. Durven we dat los te laten? Dan bedoel ik helemaal niet dat je persé bijvoorbeeld uit de kerk moet gaan of dat je je baan moet opgeven. Maar wel dat de gebondenheid van binnen daaraan, loskomt. Dan krijg je ruimte van binnen. Dan kan het nieuwe bewustzijn werkzaam worden. Want anders, als je er niks mee kunt, kan het een gevoel van onveiligheid geven.

Zodra je in jezelf een mate van zekerheid krijgt doordat je begrijpt dat dit in je plaatsvindt en je je daar niet onveilig in opstelt, zal je merken dat de ander, van buiten af dus, dat accepteert. Die ander accepteert jou niet zolang hij bij jou voelt dat er onzekerheid bij je zit. Zo werken de energieën.

Vraag: Ik heb het idee niet helemaal gereïncarneerd te zijn. Net alsof ik word teruggefloten en ergens is ook een gevoel van: ik wil eigenlijk ook niet hier zijn.

Z: In een ander leven is er een grote ontkenning in liefdeloosheid geweest, met zeer onplezierige dingen daaraan vastgekoppeld.

Dit is nu nog in uw onderbewustzijn aanwezig. Er zit bij u een onbewuste angst dat het in dit leven weer zo zal zijn. Zo nu en dan krijgt u als het ware signalen die hier een beetje op lijken en die u herkent. Wat vooral belangrijk is, is dat u diep in uzelf zegt:

‘Nee, dat is geweest, ik ben nu.
Ik ben deze mens van nu
en ik ben het waard deze mens te zijn.’

U kunt tegen uzelf zeggen:

‘Ik ben F. en ik ben het waard om F. te zijn. Ik heb de moed gehad om in dit leven te komen. Waarom?

Niet alleen om dansend door het leven te gaan, maar vooral om datgene wat mij zo vreselijk pijn heeft gedaan, nu in dit leven tot een bepaalde mate van harmonie te brengen. Dat kan ik. Want ik F. ben dit wezen van Licht. Ik heb God in mijzelf.’

Zeg dit iedere keer, bid dit 's avonds voor u gaat slapen.

Zie jezelf in dat licht staan en zeg in jezelf:

‘Heer van het Licht
ik ben in U
Uw kracht is in mij.
Laat mij dit ook zijn
in mijn persoonlijkheid.’

Roep de Christus aan: ‘Help mij’ en dat zal gebeuren. Probeer die vluchtende gedachten en gevoelens die je energieveld verzwakken, als het ware weer bij elkaar te graaien:

‘Nee hier, ik ben nu hier, ik ga nu dit doen.’

Dat is discipline die je aanbrengt in je eigen hersenen, je centrale zenuwstelsel, in je denkpatronen en daardoor ook in je gevoelsgebieden. Ja? Het lukt wel!

Vraag: U zei iets over de Geest die zich in de materie wil manifesteren. Maar hoe kan materie bestaan zonder dat eerst Geest heeft gezegd: Er zij dit en er zij dat? Ik dacht dat materie niet zonder Geest kon bestaan?

Z: Het is een onlosmakelijk geheel. Geest heeft alles in zich, dus ook de mogelijkheid tot realisering van materie. Geest moet wel indalen door al die dimensies heen opdat het werkelijk een materiële vormgeving kan krijgen. Materie kan niet zonder Geest bestaan.

Wat ik hier probeer uit te leggen is dat wij allen – alle materie in gradatie van niveau van bewustzijn – vanuit Geest zijn.

Vraag vervolg: We zijn het ons alleen maar nooit bewust geweest?

Z: Ja, dat komt omdat het steeds boven ons en buiten ons werd geplaatst.

Wordt vrij
vrij om te luisteren
naar de stem van je hart

Blijmoedigheid

De zesde kernkwaliteit is de 'blijmoedigheid'. Wij zullen spreken over de blijde moed die wij in ons menselijk zijn soms werkelijk moeten opbrengen om verder te kunnen gaan.

Blijmoedigheid kun je op alle mogelijke manieren vertalen, maar in datgene wat mij werd aangereikt is duidelijk dat je het woord kunt scheiden: de blijde moed. Waartoe is deze blijde moed nou nodig, zou je je kunnen afvragen. Blijde moed is noodzakelijk om het oude te kunnen loslaten, opdat je het nieuwe stuk aan kunt gaan zoals dat voor ieder mens in het kosmische zijn is. Wij zijn namelijk niet iets statisch, alles gaat verder, een mens groeit ook steeds verder.

Hij komt steeds tot nieuwe stukjes in zichzelf die hij vanuit het eigen bewustzijn, de eigen inspiratie, mogelijkheden en natuurlijk ook beperkingen kan gaan invullen.

Om blij en moedig, vol goede moed aan iets nieuws te kunnen beginnen, is het noodzakelijk dat het oude wat er heel lang is en ons heeft gevormd en bepaald, losgelaten kan worden. Daarna kan er ruimte komen voor het nieuwe stuk. Zoals wij mensen in elkaar zitten, zijn wij nogal gesteld op datgene wat wij weten. Ook al zou dat weten en het beleven daarvan misschien bepaalde schaduwkanten hebben, dan nog verkiezen wij dat vaak eerder dan zo maar in het nieuwe te stappen.

Dit laatste vraagt veel van je. De levenservaring die je als mens krijgt door al je levens heen, maar natuurlijk ook in dit leven, heeft meegeholpen aan de vorming van de mens die je bent.

Juist de schaduwkanten hebben een enorm aandeel gehad in de levenslessen die wij als mens in onze levens moesten krijgen. Nu komen wij mensen in een vernieuwd bewustzijn.

Werkelijke spiritualiteit vraagt om een absoluut, innerlijk 'agreement'. Een overeenstemming in jezelf dat jij Geest in de materie van je persoonlijkheid bent. Vanuit die invalshoek kan spiritualiteit op een geheel andere wijze beleefd worden. Wel in de blijheid van het zijn en van je leven, alsjeblieft.

Wij denken vaak dat spiritualiteit gepaard gaat met een uitgestreken gezicht, met vreselijk heilig doen. Dat is uiterlijke schijn. De spirituele mens van deze tijd is een mens die vol waardigheid durft te staan in de eenheid van Geest en materie. Daarin tot een overeenkomst kan komen, zoiets heet een 'gentleman's agreement'. Ook een 'gentlewoman's agreement' natuurlijk, voor de vrouw.

Het houdt in dat de mens het juk durft af te werpen van wat twintig eeuwen bepaalde cultureel historische religieuze achtergronden ons hebben gegeven: een onwaardig mens, eigenlijk niet adequaat om dat goddelijke Zijn tot werkelijkheid te brengen.

De nieuwe mens van nu gaat dat met de blijde moed tegemoet. Doet dat vanuit een absoluut weten dat dit wel zo is in jezelf, maar dat het zich slechts kan verwerkelijken wanneer je dat zelf tot stand brengt. Een ander kan het niet doen.

Wanneer je je afhankelijk stelt van een ander, heeft het erg weinig zin.

In ieder mens is een onafhankelijk gegeven, niet eens een mogelijkheid maar een gegeven, van indaling van Geest in die mens, waardoor hij of zij zich ook als zodanig kan profileren.

Goed, wat houdt dat allemaal in, in onze maatschappij? Psychologisch zie je dat de mens van nu heel langzaam tot ontbolstering gaat komen van die eigen pit van binnen. Er zijn natuurlijk vele, vele manieren en vormgevingen waarop dit kan gebeuren.

De werkelijk spiritueel bewuste mens kan zichzelf vanuit zijn diepste religiositeit, zijn diepste innerlijke verbinding, tot een zodanige vernieuwing brengen, dat hij zich niet meer afhankelijk hoeft op te stellen van datgene wat van buitenaf of van bovenaf aan hem of haar wordt opgelegd. Elk mens heeft deze religiositeit in zich, 'religare' betekent verbinden.

Dit is een heel groot gegeven en het geeft aan de mens van nu ook een grote onveiligheid, want hij is dat niet gewend. Wij zijn al eeuwenlang gewend dat wij van alles wat daar buiten en boven ons werd gesteld afhankelijk waren en daaraan moesten gehoorzamen. Nu komt daar werkelijk een innerlijke en straks ook een uiterlijke revolutie, die tot een enorme chaos zou kunnen leiden in het bewustzijn van de mens. Maar die ook door de trillingen die worden uitgezonden, haar respons krijgt in onze maatschappij en in de natuur. Alles wat wij doen, denken, spreken en wat gebaseerd is op vergroting en verrijking van materie alleen, wat gebaseerd is op de begeerte van het overwicht daarvan, remt de mens absoluut af in zijn werkelijke spirituele eenheid met het hogere wat in hem is.

Dan bedoel ik niet dat het fout is om een alleszins normaal inkomen te hebben, je normaal te kunnen voeden, kleden, ontspannen en je kinderen groot te brengen.

Wij leven nu in een tijd waarin de materie steeds groter wordt geacht. Er beginnen trillingen te komen waardoor de grootheid van de materie wel eens wat zou kunnen gaan schudden. Dat heeft te maken met de conjuncties, zou ik haast willen zeggen, van ons innerlijke interstellare stelsel en met de verandering die daardoor plaatsvindt in ons bewustzijn. Dat is een heel groot gegeven.

Dat houdt in dat er in de gewone mens van alledag een vernieuwing, een verlangen gaat komen naar verlossing in zichzelf. 'Verlossing in jezelf' houdt in, dat de ziel van de mens, die in onze godsdiensten toch altijd wel een wat vaag gegeven is geweest, nu steeds duidelijker van zich zal doen spreken en zo in de persoonlijkheid van de mens ook een duidelijke plaats wil krijgen.

Dat betekent dat in de persoonlijkheid van de mens inzicht en begrip gaan komen voor het zielewezen in hem of haarzelf. Waar komt dat vandaan? Waar sluit dat op aan? Wat moeten we daarmee?

Vanaf nu – en dat is die revolutie – komt er, soms heel langzaam en soms heel snel, het bewustzijn dat zegt:

'Dan ben ik niet alleen een materieel wezen, maar een wezen van Geest dat niet vernietigd kan worden ook niet door de stoffelijke dood.'

Dat houdt ontzaglijk veel in en geeft een mens ook een nieuw gevoel van verantwoordelijkheid. Voor veel mensen is het nu zo dat als je straks dood gaat, nou ja dan is alles weg en voorbij, dus leef maar zo prettig mogelijk en neem het ervan. Als dat dan eigenlijk niet meer zo is, maar als er een voortzetting is, hoe ga je daar dan mee om? En wat is dan jouw verantwoordelijkheid daarin? Dit zijn allemaal gegevens, geen mogelijkheden maar werkelijke gegevens, waar de moderne spiritueel bewuste mens nu mee geconfronteerd wordt.

In de leringen die ik mag brengen werd door de geestelijke begeleiding vooral de nadruk gelegd op de essentie van het Zijn in die afdaling van Geest. Dus Geest in de menselijke materie. Dat is van een zo enorme grootheid, met zo'n enorme straling, dat door het bewustzijn daarvan steeds meer en meer te stimuleren, er in de mens krachten gaan vrijkomen, waardoor hij zelfs fysiek veranderingen, vernieuwingen en regulatie aan kan brengen in zijn eigen leven.

Dat betekent dat de mens 'baas wordt, is, zal zijn, in eigen huis', in zichzelf. Ik zie dan vaak bij mensen angsten, twijfels, miskenning- en schuldtrillingen, zo van: 'Kan ik dat wel? Vroeger zeiden ze al dat ik toch niets kon en dat ik.....'

Vaak word je in je jeugd negatief gestimuleerd, meestal niet eens uit kwade opzet, maar doen ouders dat om een kind juist nog meer – zo denken zij dan – naar het goede te stimuleren. Vaak pakt dat heel verkeerd uit. Hoe kunnen wij daar nu mee gaan werken als mens in de maatschappij. Daar zijn we absoluut op elkaar aangewezen door de energieën die wij uitzenden en ontvangen.

Ik had het zonet nog over onafhankelijkheid, hoe rijm je dat hier nu mee? Dat lijkt wel met elkaar in tegenspraak. Nee! Wanneer er in de individuele mens een vorm van onafhankelijkheid komt naar datgene wat hem wordt opgelegd of datgene wat nog rommelt in het eigen onderbewustzijn, dan betekent het dat er vanuit de nieuwe bewustzijnsinzichten mee gewerkt kan worden. Dan versterkt die mens zich in zijn onafhankelijkheid.

Die versterking roept dan in hemzelf een zodanige straling op – die hij of zij dan ook uitstraalt of uitzendt, vaak totaal onbewust – dat die nou juist de respons oproept welke er van de ander naar hem of haar toe zal gaan. Als het bewust zou gebeuren, zou dat in macht kunnen ontaarden.

In onze maatschappij wordt veelal vanuit het ego, de persoonlijkheid, gewerkt om zich zo weerbaar mogelijk op te stellen en vooral om zich niet te hoeven laten zien. Waardoor je je – dat is een idee – niet hoeft te verdedigen. Ik heb gezien dat er een nieuwe manier van omgaan en relatie tussen mensen onderling kan komen. Geen enkel mens hoeft, wanneer die werkelijk sterk staat in zichzelf, angst te hebben om zich te laten zien zoals hij is. Zelfs in zijn kwetsbaarheid. Dat roept juist niet bij de ander op om daar meteen op in te hakken, maar eerder een mate van herkenning, waardoor er een mate van gemeenschap kan optreden.

Vanuit die herkenning kan er, misschien niet direct vriendschap, maar een werkelijke herkenning komen, waardoor je naar elkaar je façades kunt loslaten, je masker af kunt werpen en gewoon mens kunt zijn zoals je bent.

'De blijde moed', zei vanmorgen iemand tegen mij, 'zakt soms wel heel diep in mijn schoenen.'

'Ja', zei ik toen, 'als je dat negatief bekijkt, dan zakt de moed in je schoenen, maar als je het positief durft te bekijken dan zakt die blijde moed niet in je schoenen, maar in je voeten. Met je voeten sta je op de aarde, stevig als de mens die je bent.

Dus daar komt die blijde moed in.'

De blijde moed houdt in dat de mens alles durft los te laten wat hij of zij heeft opgebouwd om zich maar te kunnen verdedigen en te kunnen bewijzen. Hij of zij kan dan in zichzelf zeggen:

'Ik ben een mens
met al mijn schaduw- en lichtkanten.
Ik ben in mijzelf dit licht Gods
en dat durf ik ook te zijn.'

Het vergt veel moed om daartoe te kunnen komen. Kom je daartoe, dan is het net alsof er allemaal wondertjes gaan gebeuren. Of je daardoor ineens tot een nieuw stukje van jezelf, op jouw weg, kunt komen. Het is heel wonderbaarlijk dat dan zulke dingen kunnen gebeuren. Hoe werken deze energieën?

De mens die zichzelf durft te zijn, is een mens waar je geweldig groot respect voor kunt hebben. Want zo'n mens heeft zich losgemaakt van alle dwangmatigheden en overheersende dingen die bij hem zijn. Daardoor kan hij deze mens zijn.

Eeuwenlang zijn we geboren met schuldgevoelens, angsten, twijfels of miskenning. Dat gaat door. Nou gebeurt er natuurlijk ook ontzaglijk veel waaraan de mensheid schuld heeft.

Maar, is mij duidelijk aangereikt, dat energieveld van schuld, van lijden – lijden door schuld of door ontkenning van het licht in jezelf – kan nu gaan veranderen omdat zo ontzaglijk veel mensen over de hele wereld tot dit nieuwe bewustzijn komen. Daardoor wordt er een heel groot nieuw morfogenetisch, vormgevend energieveld opgebouwd.

In de opbouw van dit veld is het voor elk mens die zich nu bewust in dit energieveld begeeft, noodzakelijk om het oude los te laten, de blijde moed op te brengen om in dat nieuwe stuk te gaan. Van ons allen wordt gevraagd: mens bezin je op de enorm grote kracht die hierin aanwezig is en die wij als mensen kunnen uitstralen. En die wij kunnen geven aan de dichtstbijzijnden om ons heen en juist ook aan degenen waar we niet van houden, die we niet zo graag mogen.

Hoe kan dat? Ben je dan niet huichelachtig bezig? Nee.

Wanneer er in jezelf de moed is gekomen om je oude schaduwkanten los te durven laten, dan krijg je zodanig vernieuwende scheppende energieën in je dat dit echt mogelijk is. Want schepping betekent dat je tot een nieuwe vormgeving komt – dus scheppend werkt – waardoor het niet mogen, het niet houden van of het niet kunnen doen, verandert.

Ik kom bijvoorbeeld Jantje tegen en ik voel in mijzelf: dit is niet mijn grote liefde. Nou ja, dat hoeft ook niet je grote liefde te zijn en datgene wat je voelt als antipathie, kan op zeer veel berusten. Inderdaad vaak op trillingen uit een ander leven, maar vooral op die trillingen, de basistrillingen van nu, die Jantje – misschien onbewust – aanraakt in jezelf.

Ha, dan komen we toch weer terecht bij eigen schuld, dikke bult. Dat is dan een consequentie ervan, denkt men. Dus het ligt helemaal niet aan Jantje, het ligt aan mij.

Zo is het ook niet, want het is een uitwisseling. Doordat je in jezelf, jezelf plaatst in de energie van je angsten, je twijfels en dergelijke, wordt er bij Jantje een trilling losgeweekt en gestimuleerd, die daarop reageert.

Alles bestaat uit twee componenten, twee helften. Wanneer bij de één de onmacht wordt uitgestraald, zal dat bij de ander de macht oproepen. Andersom ook.

Dat houdt dus in dat wanneer wij in een relatie op een andere manier met onze trillingen omgaan, wij verandering aanbrengen in de mate waarop wij in een relatie staan. Dit geeft een inzicht in hoe de eigen innerlijke energieën werken vanuit het gegeven dat de mens in zichzelf dat licht Gods is en dus de scheppingskracht heeft. Daar gaat het om, dat de mens dus in zichzelf die scheppingskracht heeft. Als de mens daar bewust mee omgaat en in zichzelf steeds weer duidelijk dat inzicht naar boven haalt, dan gaat de scheppingskracht ook anders werken. Eerder niet. Dan kun je naar tweehonderd lezingen van mij of van iemand anders gaan en alle oefeningen en cursussen volgen die er bestaan.

Wanneer je in jezelf 'dit is zo in mijzelf' niet tot duidelijkheid brengt, dan gebeurt er weer niks en dan heb je jezelf afhankelijk gemaakt. Dat is nou juist het laatste wat we willen. Dat hebben we al gehad.

Dan wil ik u nog iets vertellen over het schilderij dat u hier kunt zien. Een kruis waar een vrouwenfiguur aan hangt. Het past precies in alles wat ik doe. Een vrouwenfiguur, de ziel die daar wordt voorgesteld als de anima, het vrouwelijke in de mens, ook in de man, de vrouwelijke ontvangenis. De ziel, de anima is als het ware gevangen in al die oude energieën, kwetsbaarheden vanuit vorige levens. Maar tegelijkertijd in de afsluiting daarvan voor dit leven. De gevangenschap van de ziel in die oude ketenen en aspecten, verhindert de ziel om te stralen in de mens die je bent.

De goddelijke liefde, de kosmische ordening, zorgt er voor dat er door middel van wat wij negatieve aspecten vinden, maar die ik nu 'licht in de duisternis' wil noemen, nieuwe inzichten kunnen komen. Het lijden dat we ervaren, de nare dingen die we naar ons toe krijgen, vaak denken we: moet dat nou altijd zo, kan dat niet anders? Kennelijk niet. Het werkt blijkbaar alleen als we het ervaren door pijn, door moeilijkheden. In het lijden zitten die punten van licht, waardoor de duisternis van het lijden verlicht gaat worden. En dat hebben we blijkbaar tot nu toe nog steeds nodig.

De vrouwenfiguur aan het kruis draagt in het midden een goudglanzende steen. Op het schilderij is het een steen. Ik noem dat 'de gouden roos', de rosa mystica die in de mens aanwezig is. De rosa mystica is het diepste innerlijke besef van Geest in jezelf, van dat Licht in jezelf.

Dat is de rosa mystica, die alleen door de liefde – dat is dan weer de derde punt van de drie kaarsen – alleen door de liefde in de mens zelf tot werkelijke bloei gebracht kan worden.

Wat houdt die liefde in? Dat in de mens een zo groot liefdesgevoel komt vanuit de eigen waardigheid en het weten dat je dat grote Zijn, Geest in jezelf, in je hebt, dat je daardoor de kracht omhoog voelt komen om daarmee in jezelf te kunnen gaan werken.

Dan wil ik nog even de vorm van het kruis uitleggen vanuit zoals ik het heb mogen doorkrijgen. Tot nu toe, twintig eeuwen lang, wordt de vorm van het kruis gezien als het lijden. In dat wat nu wordt aangereikt, betekent het dat het kruis verticaal de indaling is van het Licht, de Godsvonk en horizontaal datgene wat de mens is en daarmee kan doen.

In het midden waar dan vanuit onze christelijke achtergronden de historische Christus hing, is dan hier de kluistering van de ziel geplaatst, de gevangenschap van de ziel en de rosa mystica, de liefde in het hart, de blijde moed, om tot vernieuwing te kunnen komen. Dus dat is een totaal ander gegeven of inzicht van zoals wij tot nu toe het kruis hebben gezien als het symbool van het lijden.

Uit de dialoog

Vraag: Ik heb een beetje een vreemde vraag. Alles werd net een beetje wazig en zag ik eigenlijk heel veel blauw, lichtblauw en roze. Wat is dat?

Z: Dat zijn de kleuren van de spirituele dimensies die om mij heen zijn. Die zijn gebaseerd op datgene wat ik breng. Blauw is het spirituele en roze is, hoe zal ik het zeggen, roze is de kleur van vriendschap, van zachte liefde, van verbinding.

Vraag: De huidige regel- en wetgeving komt bij mij steeds meer over als vierkante hokjes waar mensen maar in moeten passen. Het lijkt erop dat de wetgeving niet echt voor de mens is gemaakt. Klopt dat, of is het maar mijn fantasie?

Z: Regel- en wetgeving zijn natuurlijk wel vanaf de oudste tijden al zo gegeven, opdat het maatschappelijk in een bepaalde vorm kon plaatsvinden. Ik denk dat wat je voelt vooral de verontmenselijking is in deze regels en wetten. Dat betekent dat het zo bureaucratisch is geworden, dat de mens als mens daarin niet meer herkend, gevoeld en gezien wordt. Dat is ook waarom er zoveel hele nare dingen gebeuren.

Ik heb ooit eens in een dialoog met 'Boven' aangereikt gekregen dat pas wanneer de mens tot het diepste besef komt dat hij niet alleen maar als mens is gekomen om een toch vrij kort leven te leiden, om daarin zoveel mogelijk begeertes te bevredigen en in de materie te realiseren, hij kan komen tot het nemen van verantwoordelijkheid voor het zijn van Geest in zichzelf.

Pas dan kan er een vernieuwing komen in de vormgeving, in de wijze waarop wij mensen de maatschappij hebben ingericht. Pas dan zullen ook maatschappelijke vormgevingen kunnen gaan veranderen. Dan pas. Nu beginnen we daar eindelijk aan en eigenlijk is het pionierswerk.

Vraag: Mag ik daar een vraag bij aansluiten? Is het goed, dat ik vanuit mezelf probeer daar mee om te gaan?

Z: Ja natuurlijk, dat is juist de bedoeling. Dat kun je alleen maar vanuit jezelf, want iets anders is er niet.

Nee, je hebt en bent alleen maar jezelf. Word nooit afhankelijk van een ander, of van iets anders, maar voel in jezelf. Wat ik nu hier allemaal aan mag reiken, dat zijn inzichten, het kunnen werken met lichtvisualisaties en met energieën. Maar het kan alleen maar effect hebben vanuit jullie eigen zijn en de manier waarop je dat zelf invult. Dat kan niet op mijn manier, niet op andermans manier, alleen vanuit jezelf.

Vraag: Ik bemerk in een stukje van mijn spirituele groeiproces een verandering. U had het over blijmoedig loslaten om nieuwe dingen weer toe te laten. Ik heb sterk het gevoel dat ik voor een nieuw stuk sta, kunt u daar iets over zien of zeggen?

Z: Ja, u heeft al vele esoterische inzichten naar u toe gekregen. Daar heeft u zo het één en ander uitgehaald wat voor u belangrijk was. Dat is heel goed. Nu staat u op een kruispunt om ermee te gaan werken. Dus niet alleen de spirituele inzichten, maar juist datgene wat het in uzelf heeft aangeraakt en daardoor opengemaakt. Dat is heel duidelijk. Het betekent dat het verder gaat dan de esoterische achtergronden die u tot nu toe heeft gehad. Niet dat deze niet goed waren. Helemaal niet. Maar het verdergaan bestaat eruit dat er van u gevraagd wordt dat deze esoterische achtergronden niet alleen als een kennis worden gesteld, maar als een werkelijke doorleving en beleving in uzelf.

Dit houdt in dat u zich nog verder zou kunnen bekwamen in de leer van energieën zoals die door mij en ook anderen is gegeven. U moet zelf uitzoeken welke weg u kiest. Maar in elk geval kunt u zich bekwamen in het hoe wij kunnen werken met de energieën opdat er een spirituele vernieuwing en verandering in onze maatschappij gaat komen.

Dat is iets wat tot uw mogelijkheden behoort, maar het vraagt van u om met de blijde moed het oude los te laten en even in zo'n soort niemandsland te komen. Het ene loslaten en nog niet in het andere zijn, geeft zo'n niemandsland.

Vraag: Ik heb voor mezelf altijd het idee dat ik een bepaalde weg moet volgen. Ik vraag me af of ik daarmee op de goede weg ben, want het lijkt wel of twee ideeën om die weg te volgen elkaar voortdurend dwarszitten.

Z: Bij u speelt te sterk het moeten. U moet van uzelf, van binnen dus, die weg gaan volgen. De roep in uzelf om de spirituele weg te gaan volgen is inderdaad heel groot en daarnaast, ik wil niet zeggen dat u vastzit, maar door uw eigen twijfels en angsten blijft u teveel steken in het oude. Nu probeert u, en dat probeert u mentaal, om er maar het beste van te maken en de spirituele weg die u voor zich ziet en datgene waar u nog aan vast zit te koppelen. Dat is niet de bedoeling. Het is vanuit Geest de bedoeling dat u beide loslaat.

Ja, u schrikt. Het spijt me. Dat van binnen moeten om die weg te gaan volgen en datgene waar u nog zo aan vastzit, dat gaat niet samen. Daarom lukt het ook niet. Heb nou de blijde moed om het oude los te laten en wacht af wat het nieuwe zal zijn. Ga niet nu al zeggen: 'Ik ga dit en dat doen en zus en zo invullen', dat is niet zo goed. Want dat u het in uzelf zo zegt en wilt, is gebaseerd op het oude. Het nieuwe moet helemaal vrij kunnen komen, niet gebaseerd op het oude.

Vraag: Ik ben nu een paar jaar op het spirituele pad en steeds wanneer ik denk dat ik mijn pad heb gevonden, word ik met een klap een zijweg ingezet wat me uit mijn evenwicht haalt.

Dat vind ik moeilijk. Ik moet dan weer wennen met andere energieën om te gaan. Ik ben nu weer met iets nieuws bezig, dat vind ik leuk en ik hoop dat ik daarmee verder mag gaan.

Z: Ik moet een beetje een streng antwoord geven.

De begeerte in uzelf om dit spirituele pad te kunnen volgen is een verlangen en een nieuwsgierigheid en noopt u eigenlijk om zo hier en daar even te kijken van hoe het is. U gaat van het één naar het ander.

Wat ik in u zie is dat er een sterke afhankelijkheid zit aan datgene wat van buiten naar u toekomt. Uw eigen hoger Zelf, in de eenheid van het Zijn, wil dat niet en dus krijgt u iedere keer een duw waardoor u daar weer uit verdwijnt. Wat heeft het u te zeggen? Want dat is wat we er uit kunnen leren.

Dat u zich niet vanuit het denken en de beperktheid van onze denkpatronen moet begeven in bepaalde spirituele groepen of wat dan ook. U moet duidelijk stil zijn en het van binnenuit laten komen. Stel de vraag aan uw hoger Zelf: 'Is dit voor mij?' Verbind daar verder niets aan. Niet van: 'Ja maar dat is toch goed voor dit of dat.' Loslaten, helemaal weg, alles los. Ga dan heel stil zitten, dan komt het antwoord van binnen. Het tweede belangrijke is dat u zich daar niet afhankelijk van opstelt. Want dat zit er nog in, dat is niet goed voor u.

Ik wil nog even iets uitleggen aan u allen. Tot nu toe heb ik alleen de warmte, de veiligheid van het Licht aangereikt. Dat is de geestkracht in onszelf. Nu wil ik ook de andere kant daarvan aanreiken. Dat is de verkoeling en de vertroosting, de rust die daar in zit.

Ik heb gemerkt dat veel mensen die op het spirituele pad zijn, in welke vormgeving dan ook, zich vaak belasten met een te groot verlangen om maar zoveel mogelijk in dat spirituele te zijn. Waardoor zowel het denken als de emoties hierdoor zodanig worden gestimuleerd, dat het zelfs – ik wil niet zeggen verkeerd – maar toch andere vormen kan aannemen dan de bedoeling is.

Er werd me aangereikt dat alles twee kanten heeft, ook het Licht. Het Licht heeft de warmte, de veiligheid en ook de vertroosting daarvan. Maar het heeft ook de koelte, de verkoeling, de rustgeving, het kunnen loslaten, het in de aarde gaan als het ware, dus de andere kant. Het zijn de twee aangezichten van het goddelijke: het mannelijke en het vrouwelijke.

Wat ik probeer aan te geven is niet alleen inzicht hierin, maar dat je innerlijk voelt hoe noodzakelijk het is dat je in de koelte van het Licht komt, in de rust. En niet steeds in het vuur van: 'en nu wil ik zijn in het grote spirituele bewustzijn en daar alles mee doen.' Ja?

In de stilte van het zijn
zingt jouw eigen naam

De poort van het heden
is de toekomst van het verleden

Verdraagzaamheid

Vandaag spreken wij over de weerbarstige energieën in onszelf en hoe wij daar in verdraagzaamheid mee om kunnen gaan. Wat zijn deze weerspannige energieën? Wij hebben een stemmetje, een kwelduiveltje, dat ons vaak laat zijn zoals we niet zouden willen zijn. Dat klinkt bijna cryptisch.

Je had eigenlijk iemand willen zijn die gezien wordt door de ander, zichzelf kan zijn en kracht in zichzelf heeft. Maar dat is je dit hele leven niet zo gelukt. Waarom niet? Er waren dan weer weerspannige energieën zoals: 'Ik ben niet goed genoeg, niet groot, sterk of ver genoeg.' Deze energieën hebben vanuit de kosmische wetmatigheden een zodanige uitstralende kracht dat zij datgene oproepen wat er precies bij past. Dit is op zich een goed gegeven, maar voor de mens niet zo plezierig, want hierdoor worden al die vervelende weerspannige energieën in hem of haar sterk gestimuleerd.

Vanuit de continuïteit van leven krijgen wij van leven tot leven onze ziele-opdracht, die wij dan met onze persoonlijkheid niet moeten, maar mogen, kunnen, gaan realiseren. Het is een vraag van de ziel, een soort smeking van de ziel om de delen die nog vastzitten aan deze weerspannige energieën, te verlossen. Opdat de ziel in vreugde, schoonheid en harmonie kan zijn. Dit is de uiteindelijke bedoeling van de schepping, want de ziel is de verdichting van Geest, het goddelijke Zijn in ons.

De persoonlijkheid is de presentatie daarvan en de enige mogelijkheid om dit in de materie tot uitdrukking te brengen, te realiseren.

Van leven tot leven maken we van alles mee en blijft er van alles aan ons kleven – zo zou ik het willen noemen – want de ziel is een groot energieveld. Bij elke nieuwe incarnatie kiest de ziel juist die aspecten uit, waarvan de ziel aanneemt dat er in het huidige leven een bewustzijn in de persoonlijkheid kan komen, waardoor deze persoonlijkheid zich daarvan los kan maken.

Dat is een groot kosmisch gegeven. Een kleine mens komt op de wereld. Dit is de eerste inwijding, de geboorte, de eerste schreeuw, de eerste adem. Dat is Gods adem. De realisatie van Geest in de materie. Dan komt het hele leven naar hem toe waar hij in wezen bewust, ten dele bewust of onbewust – dat hangt af van de zoektocht die de ziel gemaakt heeft door de levens heen – voor gekozen heeft.

De ziel komt dus in dit leven en brengt precies datgene mee waarvan je zou zeggen: ‘Hé, waarom drukt dat nu op mij, waarom heb ik nu deze onmachtige gevoelens, waarom dit allemaal?’ Het is noodzakelijk dat het sterk in het bewustzijn van deze mens komt, omdat deze stukjes van zijn ziel nog in een onverloste staat zijn. Daardoor krijgt hij de impuls, de kracht en de mogelijkheid om zich daarvan te bevrijden. Hierdoor kan de ziel deze onverloste deelstukjes van zichzelf loslaten. Dit zijn de schillen waaruit onze ziele-persoonlijkheid bestaat.

Je gaat zo verder in dit leven. Je krijgt van alles naar je toe en merkt dat er altijd iets in jezelf is wat zich beweegt op – laten we zeggen – de kilte van de schaduwkanten van geluk in jezelf, van vreugde, van acceptatie in jezelf. Van het leven kunnen accepteren zoals het is, er blij mee zijn.

Wat zijn dan deze kilteplekken en schaduwkanten? Ik noem ze: weerspannige energieën, deelstukjes van onze ziel die vragen om verlossing.

De kracht van deze roep uit ons diepste Zelf wordt zo groot, dat het datgene aantrekt wat daar precies bij past. Het resonanceert, er is een uitwisseling. Niets komt uit zichzelf, het is altijd een uitwisseling. Het is de kosmische beweging waardoor er schepping kan zijn. Het trekt datgene aan wat het als het ware onbewust uitzendt. Dat lijkt wreed, want daar kunnen extreme en nare dingen uit voortkomen.

Wanneer wij het inzicht hierin krijgen kunnen wij voorkomen dat het een bepaalde wreedheid gaat krijgen. Hoe kunnen we dat? Wreedheid betekent in wezen een totaal gebrek aan liefde, een liefdeloosheid. Deze liefdeloosheid kunnen wij zelf voorkomen door de inzichten die wij krijgen. Deze inzichten leiden ertoe – dat is althans de bedoeling – dat de eigen kracht zodanig wordt gestimuleerd en wakker geschud, dat je daar zelf mee kunt gaan werken.

Deze kracht is vaak niet groot, want we worden allemaal geleefd door het leven, onze geconditioneerdheden, denkpatronen en emoties die daarbij aansluiten. Het is heel moeilijk om je daaruit te bevrijden. Wij mensen zijn méér, absoluut meer dan alleen het stuk mens dat geleefd wordt door zijn eigen geconditioneerdheden, denkpatronen en emotionele reacties daarop. Er is angst om in het licht te zijn, om jezelf te durven zijn. Er is angst om datgene waarvan je weet dat het in je is, die enorme scheppingsenergie, om deze ook werkelijk in de materie te kunnen, willen en durven brengen. Dat is zo moeilijk.

Waarom? Je zou toch denken dat de mens alleen maar het mooie en het goede wil. Dat moet toch zo maar kunnen? Helaas is dat niet zo want wij zijn weerspanning.

Ik moet even iets anders aanroeren want dit is de mystiek van het begin van de schepping. Geest maakte zich met de sprong los uit de eenheid van het grote Kosmische Vuur. En kreeg daardoor een bepaalde mate van individualiteit, waardoor Geest tot verdichting kon komen. De ziel en uiteindelijk de menselijke, materiële vormgeving ontstonden in deze verdichting. Helemaal onbewust ontstond er een ontzaglijk grote dualiteit, mét de daarbij behorende schuldgevoelens.

De hiervan onbewuste mens heeft in de miljoenen jaren van zijn bestaan deze dualiteit en schuldgevoelens willen opheffen door zich op een hogere macht buiten zichzelf te richten en daar offers aan te brengen. Meestal van het eigen zijn, van bloed, en dan liever van een ander dan van zichzelf. Dat offers brengen ging zo miljoenen jaren door.

De diepere mystieke waarheid hiervan is dat de mens in het offer brengen – in het offer van het loslaten van de macht van de materiële persoonlijkheid – de dualiteit kon overstijgen en zo in de eenheid van de eigen Geest, de eigen scheppingskracht kon komen.

In de jaren tweeduizend gaat er, met onze cultuurhistorische en religieuze achtergronden, een nieuw besef komen dat de mens deze dualiteit zelf kan oplossen. Hij hoeft zich niet meer afhankelijk op te stellen van iets buiten hem om of van almaar offers te moeten brengen. Hij kan nu begrijpen.

En met begrip wordt de kiem gelegd voor het kunnen doen, het kunnen realiseren van:

‘Ik mens
ben in mijzelf dit Licht
deze kracht en deze waardigheid
die daarmee samengaat
om mijzelf te kunnen bevrijden
van mijn eigen dualiteit.’

Wat is mijn eigen dualiteit? Ik noem de schaduwkanten van geest in onszelf zoals onmacht, schuldgevoelens, miskenning, angst, levensangst, de eigen dualiteit. Door de evolutie, door de ontwikkeling van ons verstand, door alles wat wij tot nu toe als mensheid hebben kunnen realiseren, wordt in deze jaren tweeduizend dit nu niet alleen herkenbaar, maar ook werkelijk realiseerbaar in ons handelen, met ons eigen Zijn.

Dat houdt ook in dat er een hele fysieke verandering gaat komen in ons centrale zenuwstelsel, in onze hormonale regulering, in het werken met onze hersencellen, die dan op een andere manier gaan werken, andere cellen worden er dan actief. Hoe kan dat? Dat komt omdat in onszelf de enorme evolutie van het verstand, zoals wij die hebben meegemaakt, nu verbonden kan worden met de diepte van het gevoel. De verbinding tussen het verstand, de linker hersenhelft en de mystiek van het Zijn, de rechter hersenhelft, waardoor er weer Eenheid kan ontstaan in onszelf. Maar daar is wel wat voor nodig. Daar moet je wel voor werken. Dat werken bestaat eruit dat je in jezelf de aspecten herkent die jou niet zo stralend maken, die angst geven, je klein doen voelen.

Ik bedoel niet dat je je ego tot ik weet niet hoe grote hoogte moet laten stijgen. Je kunt in jezelf heel relativerend komen tot verdraagzaamheid ten aanzien van je eigen weerspannige energieën die er almaar tegenin willen gaan. Dat betekent dat je verdraagt dat het in jezelf aanwezig is, zonder er nog eens extra de negatieve gevoelens van schuld, pijn, angst en onmacht aan te geven. Die waren er al, die hoef je niet nog eens extra te gaan bevruchten.

Verdraagzaamheid houdt in dat er een enorme mate van acceptatie moet zijn van jouw zijn, dat jij bent zoals je bent. Daarvoor kwam je in het leven: om te zijn die jij bent met jouw mogelijkheden en beperkingen. Beperkingen zijn poortjes voor nieuwe mogelijkheden.

Als we op deze manier naar onszelf kunnen kijken zullen we merken dat in onszelf naast de acceptatie – wat daarvan de basis moet zijn – een groot gevoel van jezelf liefhebben, accepteren, kunnen verdragen gaat komen.

Niet verdragen omdat het moet, maar omdat je ziet hoe juist in jezelf al die mogelijkheden liggen. Hoe jij en alleen jij, de kracht hebt om jouw beperkingen te veranderen. Dat is een ontzaglijk groot gegeven. Dat is de mystiek van de schepping. De schepping die in onszelf aanwezig is, de scheppingskracht daarvan. Nu klinkt dat allemaal misschien wat abstract, maar breng het eens terug naar je eigen dagelijkse leven.

Kijk in jezelf hoe op je werk, in je relaties en familie, je beperkingen soms zo sterk kunnen zijn, dat ze de openingen naar je mogelijkheden als het ware helemaal dichtzetten. Kijk in jezelf:

‘Waar komt dat toch van? Ik weet wel dat ik mijn hele jeugd niet gezien ben.

Dat ik steeds een onbewust schuldgevoel in me heb. Natuurlijk, maar moet ik mij daardoor laten bepalen? Is dat nu werkelijk mijn leven? Dat ik mij van dag tot dag, van jaar tot jaar daardoor zo moet laten bepalen dat ik geen kracht heb? Dat ik niet kan stralen, niet in vreugde kan zijn en dankbaar voor mijn leven? Het leven is toch alles waard?’

Wanneer je zo naar jezelf kijkt, is het een levenskunst om dit niet met een extra schuldgevoel of tegenzin of boosheid te doen. Kijk dan naar jezelf en zeg:

‘Ach, lieve kind, ik houd toch van je.
Wat je ook hebt gedaan
of niet hebt kunnen doen
ik houd van je.
Ik heb niets anders dan jij
mijn spiegelbeeld, dat ben jij.

Dat ben ik, ik ben deze mens.
Ik alleen kan van deze mens een blij
een gelukkig mens maken.’

En heus geluk en blijheid hangen niet alleen af van onze omstandigheden. Die werken daar wel toe mee. Maar wanneer iets in ons deze kracht, dit vertrouwen in onszelf heeft, kunnen we ook onze levensomstandigheden aan. Hoe erg die ook zijn.

Ik zag laatst op de televisie een vrouw die haar kind in een modderstroom had verloren. Ze zat zelf zodanig gevangen dat ze niet los kon komen en ook bijna werd meegesleurd door die modder- en waterstroom.

Ze zei in het interview dat het haar kracht gaf door in zichzelf geestelijke liederen te zingen en te zeggen: 'maagd Maria red mij.' Dat is natuurlijk gebonden aan de eigen achtergronden. Maar het gaat om het vertrouwen, het zich boven die omstandigheden stellen. Zij zocht die kracht niet zozeer in zichzelf, dat bracht ze nog naar de maagd Maria, maar wat er vanuit haarzelf kwam was de kracht om de geestelijke liederen te zingen.

Het heeft mij heel diep getroffen. Want dit is bijna een bewijs dat een mens – of hij nu gered wordt of niet, dat wil ik even buiten beschouwing laten – de kracht in zichzelf zodanig kan activeren dat er iets van verlossing en vrijheid gaat komen. Innerlijke verlossing. Soms ook uiterlijk in bevrijding en redding.

In deze hectische tijden waar zoveel geweld is, zinloos geweld, zoveel liefdeloosheid, is het mogelijk dat in ieder mens deze liefdeskracht gaat werken. Hierdoor komt er in hem of haar een werkelijke transformatie, dus een verandering. Alles wat wij denken en voelen stralen wij uit. Dit deelt zich mee aan anderen om ons heen die daardoor worden aangeraakt. Hoe het gebeurt daar moet je je maar niet mee bemoeien, dat gaat vanzelf, onbewust. Want wij zijn met elkaar, in deze gehele schepping, toch die eenheid. Dus al het leed, alle zwaarte en liefdeloosheid balt zich als het ware samen tot één grote, wereldse liefdeloosheid die erop gebaseerd is dat het materiële

ego, de persoonlijkheid, zo groot mogelijk zal zijn en zoveel mogelijk zal hebben.

Nu komt het nieuwe bewustzijn dat deze materiële persoonlijkheid die wij zijn een realisatie is van iets wat veel dieper en groter is dan deze materiële persoonlijkheid.

Dat brengt ook een nieuwe verantwoordelijkheid. Deze mag niet drukken, mag geen verplichting zijn. Een verantwoordelijkheid zoals deze kan alleen in een liefdevolle, innerlijke gedragenheid zijn door het besef dat wij Gods aangezicht in onszelf zijn.

Nu denkt u misschien: ja, dat klinkt allemaal wel mooi, maar hoe doe ik dat nu in mijn uppie op mijn kamertje of in dat tehuis. Bij mensen die mij niet mogen? Bij mijn relatie die bij me weg wil gaan? Bij collega's waar ik het helemaal niet mee kan vinden?

Leg dan alstublieft niet jouw projectie op datgene wat buiten jezelf is, maar breng het naar jezelf. Niet met schuldgevoel, maar kijk naar jezelf:

'Heb ik wel liefde in mijzelf
heb ik in mij verdraagzaamheid naar mijzelf?
Houd ik eigenlijk wel van mijzelf?
Dan kan ik de ander misschien niet direct liefhebben
maar in ieder geval wel verdragen.
Wel toestaan dat de ander is
zoals hij in zijn eigen unieke zijn is.
Want dat wil en kan ik ook zijn.'

Dit is het nieuwe bewustzijn dat over de wereld gaat. Dat overal over de hele wereld door zeer vele mensen naar buiten wordt gebracht.

Het is een bewustzijn waar wij eigenlijk mee zijn ontstaan, maar dat door de evolutie van de mensheid versluierd is geraakt en dat nu weer terug kan komen in ons denken, ons gevoel en in ons mens-zijn.

Uit de dialoog

Vraag: Ik heb het gevoel dat ik steeds weer in hetzelfde proces zit. Ik ben een heel eind, heb een stuk afgerond en dan gebeurt het opnieuw. Doe ik iets fout?

Z: Alles heeft natuurlijk gradaties van niveau. Wij bevinden ons op een inwijdingsweg en begeven ons van het ene niveau naar het andere. Elk niveau heeft zeven gradaties. Ik noem dat de streepjes van de thermometer. Iedere keer lukt het je om in het volgende streepje te komen. In dat streepje wordt er van je gevraagd dat je je krachten nog sterker zult bundelen, zult laten stralen om hetgeen wat je heeft beheerst, het proces waar je in zit, dieper te kunnen uitwerken en daardoor nog meer te kunnen loslaten.

Als ik zo naar je kijk dan zie ik daarin dat je hier heel goed mee bezig bent, maar iedere keer twee stappen vooruit gaat en een stapje achteruit. Dat stapje achteruit is een angsttrilling. Omdat je twee stappen vooruit komt, ben je ineens in een andere lichtstraal, zo zal ik het maar noemen. En dan in die andere lichtstraal zeg je: 'O jee, wat nu?' We zijn banger voor het Licht dan voor de duisternis en dus doe je een stapje achteruit.

Dan is er de kosmische wetmatigheid en gaat het hele proces weer opnieuw beginnen totdat je die angst niet meer hebt.

Dan begrijp je ook dat je niet twee stappen vooruit moet doen. Dat is teveel. Eén is voldoende en dan hoef je ook geen stap meer achteruit te doen. Wat duidelijk speelt is de angsttrilling, de onveiligheidstrilling van in het nieuwe te zijn.

Helemaal onbewust, want zo doen wij, grijpen wij terug naar datgene wat we al kenden. Hoe vervelend, akelig of naar het ook was. Want dat is veilig en bekend. Zo verloopt deze hele ontwikkelingsgang. Dus ga niet meer terug, wees niet bang voor het komende.

Wat nu vooral in de herfst speelt – de natuurkrachten daar behoren wij zelf toe, die zijn ook in ons – is dat wij op weg zijn het oude werkelijk los te laten en ons daardoor onveilig voelen omdat het nieuwe zich nog niet helemaal heeft gerealiseerd.

Dan zit je in een tussenfase. Maar ook deze tussenfase heeft grote mogelijkheden tot geestelijke groei. In deze fase kun je in een bepaalde rust komen, kijken naar datgene wat je loslaat waardoor je als het ware kracht verzamelt voor het nieuwe stukje. Doe je dit vanuit onveiligheid, zit je met angst en beven in dat tussenstuk met een 'o jee, waar ben ik nu', dan herhaalt zich alles weer, dan val je terug.

Want de kosmische wetmatigheden zijn zodanig dat zolang de materiële persoonlijkheid wil lijden – wie wil er nu lijden, maar dat gebeurt dan onbewust – zolang gaan ook je eigen processen door. Totdat de persoonlijkheid zegt:

‘Nu wil ik het niet meer,
dan zit ik maar even in een tussenfase.

Ik kan, tot ik in het nieuwe kan komen
mij hier vanuit mijn eigen Licht
ook staande houden.’

Dan houdt het proces op van je steeds terugtrekken in het oude.

Vraag: U zei eens dat het ontwikkelen van je bewustzijn gepaard gaat met bepaalde lichamelijke kenmerken. Heeft het verschijnsel hypoglycaemie daarmee te maken?

Z: Ja, dat heeft daar ook mee te maken, met trillingen van onveiligheid. Je wilt je eigenlijk steeds verzadigen. Dit is niet mogelijk want je bent bezig met jezelf als het ware in een vernieuwing te brengen. Spiritueel houdt het in dat de mens die zich in de vernieuwing wil brengen daardoor de neiging heeft zich te willen verzadigen, op welke manier dan ook, terwijl het lichaam dat juist niet zo kan.

Hierdoor ontstaat dus een disharmonie waardoor hypoglycaemie die uitwerking heeft waardoor de mens zwak wordt en zich niet kan vestigen of bevestigen. Dus door de onveiligheidstrilling van je eigen procesvoering gebeurt er iets in jezelf waardoor het lichaam verlangt, snakt, naar verzadiging wat juist de tegenovergestelde werking heeft. Wat vooral voor jou nu spiritueel en ook emotioneel heel belangrijk is, is dat je in jezelf datgene waaraan je je wilt verzadigen – dat is het weten van ‘waarom’ – durft los te laten.

Want onbewust is er mentaal, maar vooral emotioneel, het idee binnengeslopen dat wanneer je nu maar precies weet 'waarom', dat je dan veilig bent. Want dan heb je het, dan weet je het. Dat is een manifestatie van de dualiteit.

Wanneer je dat in jezelf durft los te laten, komt er een vorm van eenheid, van acceptatie, van verdraagzaamheid. Want je kunt het niet verdragen dat je er niet bij kunt. Het is heel menselijk en gezond om weetgierig te zijn en ook wel nieuwsgierig. Maar wanneer het zulke obsessionele vormen aan gaat nemen van: ik moet dat weten, want dan gaat het allemaal goed.

Dat is niet goed. Je hecht daar dan een te grote energie aan die alle andere mogelijkheden in jezelf overschaduwet. Ik denk dat bij jou plaatsvindt, en dat is nu vanuit de mystiek:

'Gij zult huis en haard verlaten om Mij te volgen.'

Dat is uit de Bijbel en op alle mogelijke en onmogelijke manieren vertaald. Moet je nu echt op een slof en een schoen gaan rondzwerfen? Moet je in een klooster gaan zitten en jezelf met zweepen slaan?

In dit nieuwe bewustzijn is het dus duidelijk dat je niets mag stellen boven jeZelf. Dus onvoorwaardelijke acceptatie en overgave aan jeZelf in werkelijk, volledig vertrouwen. Dan hoor ik nu iets:

'Dan zal geschonken worden
wat gij tot nu toe nog niet mocht weten.'

Alstublieft.

Vraag: Ik zit op dit moment in een proces van veel loslaten. Ik heb zelfs het gevoel dat ik soms onverschillig word. De grens van onvoorwaardelijk liefhebben naar onverschilligheid is voor mij heel dun.

Z: Ik kan begrijpen dat je dat zo voelt en daar een beetje van schrikt. Het is namelijk het beschermende gulden vlies. Ik heb het misschien hier wel eens eerder gebracht. In de Griekse mythologie had je Jason die een gulden vlies had, een grote zak waarin de winden waren. Hij maakte de zak open en alle winden vlogen eruit en daar kwamen de vreselijkste dingen uit voort.

Wat doet de mens nu? Hij is bezig met een loslatingsproces. Ik zei het al, in de natuurkrachten, in de herfst speelt dat heel sterk. Dat moet ook want we moeten ons weer vernieuwen. Dat is de kosmische beweging waar wij in meegaan. Wanneer in dat loslatingsproces de energieën, die resoneren met onze diepere schaduwkanten, te sterk worden dan komt dat beschermende vlies als het ware in werking. Dat moet je jezelf dan ook gunnen.

Die onverschilligheid is geen onverschilligheid maar is een begin van vertrouwen hebben en daarin te durven meegaan. Niet meer bezig zijn met 'nu moet dit nog en dat.' Nee, dat loslatingsproces, omdat je het inzicht al hebt, gebeurt nu zonder dat je je ermee hoeft te bemoeien.

We zijn allemaal van die bemoeiallen, wij mensen willen ons daarmee bemoeien, het regelen en het zus en zo doen. Nee, laat het nu gaan, dat is onvoorwaardelijke overgave aan het eigen hogere Zelf. Dat houdt niet in dat je dan maar zo gaat zitten en nou ja, dan gebeurt alles wel. Nee, dat is het ook niet.

De grens is heel subtiel, want die kun je alleen zelf aanbren-
gen.

Vraag vervolg: Ik merk dat ik dan soms bang ben dat ik niets
meer heb om vast te houden. Wat blijft er dan nog over?
Alleen ikzelf?

Z: Ja, alleen jijzelf. Het lijkt ook heel paradoxaal want dan kom
je toch weer uit op wat ik zojuist zei: 'Gij zult huis en haard
verlaten om Mij te volgen.' Wie is die Mij nou? Dat is je eigen
Geest, het hogere Zelf.

Hoe kun je nu bij dat hogere Zelf komen als je vol zit met dit en
dat en zus en zo? Dat gaat niet want dan kun je dat niet zien of
horen. Dat is dan helemaal versluierd. Dus in elke periode
komt er een tijd dat je al die zekerheden los moet laten om
even weer helemaal in het 'Zijn in Mij' te kunnen zijn.

Wees maar blij. Het is heel moeilijk hoor. Maar als je het heel
ontspannen en verdraagzaam naar jezelf doet, dan zal je mer-
ken dat het daardoor gedragen wordt en gemakkelijker gaat.
Als je er aldoor mee bezig bent, dan is het niet goed voor een
mens. Dus ga alsjeblieft ook gewone, alledaagse gezellige
dingen doen.

Eenvoud
huis van rijkdom

Platform van vijf innerlijke elementen

1. Hoop

3. Innerlijke
ruimtelijke ordening

2. Vertrouwen

4. Nieuwe visie op de
eigen mogelijkheden
en scheppingsenergieën

5. Diepte van verzoening

De zeven kernkwaliteiten van de mens zijn als treden voor het eigen innerlijk Verzoeningsoffensief met het platform van vijf innerlijke elementen:

Eerste element: Hoop

In ieder mens is de hoop een basiselement van het leven. Zonder hoop zou een mens geen kracht hebben om zich tot het Licht te wenden en zijn/haar levensuitdagingen aan te gaan. Hoop brengt een mens tot het verlangen zichzelf en de eigen omstandigheden te vernieuwen.

Tweede element: Vertrouwen

Het vertrouwen is een zeer kostbaar gegeven. Waar haalt een mens het vertrouwen vandaan? De zeven treden van de zeven kernkwaliteiten die wij mensen allen hebben, kunnen daar een grote hulp bij zijn. Inzicht in de eigen aspecten die ons manipuleren, verkrijgen wij mensen niet zomaar vanzelf. Daar is herkenning van die aspecten voor nodig, wat ons soms een heel leven in de ban daarvan kan houden.

Met de zeven kernkwaliteiten kunnen wij een scala van mogelijkheden in onszelf herkennen en opbouwen, om zo onze manipulerende aspecten in liefde te transformeren. Dan zal het vertrouwen in het eigen kunnen versterkt worden.

Derde element: Innerlijke ruimtelijke ordening

Innerlijke ruimtelijke ordening gebeurt dan als vanzelf in ons eigen innerlijk. Het plaatsen van de eigen manipulerende aspecten, belicht vanuit de zeven kernkwaliteiten, brengt nieuw licht en nieuwe perspectieven in de eigen gedachten en emoties. Het handelen zal zich dan daaraan conformeren. Zo ontstaat een eigen innerlijke ruimtelijke ordening.

Vierde element: Nieuwe visie op de eigen mogelijkheden en scheppingsenergieën

Nu wordt het eigen licht en de eigen kracht zo sterk en stralend, dat er een geheel nieuwe visie op de eigen mogelijkheden en zeer zeker ook op de eigen beperkingen kan komen. Een nieuwe visie en een groter zicht op ons menselijk vermogen tot vernieuwing en transformatie in ons denken, spreken en handelen, zou daar een gevolg van kunnen zijn.

Vijfde element: Diepte van verzoening

Het Verzoeningsoffensief is de innerlijke strijd van elk mens om in liefde voor het eigen Zelf tot een eigen diepte van verzoening te komen: verzoening juist met de eigen beperkingen. Gedragen door de hoop en het vertrouwen in het eigen Licht. In de openheid van de innerlijke ruimtelijke ordening straalt het Licht van een mens in zijn/haar nieuwe scheppingsenergieën.

Zo zal er een nieuwe expressie kunnen komen in zijn/haar uitstraling, gedachten, emoties, spreken en handelen.

Liefde is de krachtigste energie van elk mens in verbinding met alle scheppingsvormen om tot een werkelijke eenheid in zichzelf te komen.

Helend handelen naar jezelf

Eigen innerlijk Verzoeningsoffensief

Ga ontspannen zitten en open uzelf om die energieën in uzelf te kunnen vrijmaken, die u in moeilijke momenten een bepaalde hulp kunnen bieden.

Plaats uw linkerhand op uw hart en leg uw rechterhand een moment open in uw schoot. Leg hem dan op uw zonnevlecht, even boven de maag. Dat is het centrum waar al uw emoties zich samenballen en bundelen.

Maar door de kracht van de liefde die u in uw persoonlijkheid als mens heeft kunt u, door uw linkerhand op uw hart te leggen, de kracht van de emoties – die u soms dreigen gevangen te houden en te overheersen – in uzelf tot vernieuwing, tot verlossing brengen.

Concentreer u terwijl u dit doet op het licht in uzelf.
En vraag dan hulp in uzelf:

‘Ik vonk van Licht, vraag aan U groot Licht
om in mijzelf mijn kracht wakker te maken
dat ik mijzelf kan verlossen
van het donkere wat in mij is
mijn lijden en mijn pijn.
Laat mij zijn, Heer van het Licht
één met u in mijn zijn.’

Draai vervolgens drie keer met uw rechterhand van rechts naar links over uw maag en laat het dan aan de rechterkant afvloeien.

Terwijl u dit doet zegt u in uzelf:

- | | |
|-----------------|--|
| De eerste keer: | In liefde
Dat in liefde de zwaarte
kan afvloeien. |
| De tweede keer: | In vertrouwen
Dat er eenheid komt
in mijzelf. |
| De derde keer: | In acceptatie
Dat ik in mijzelf sterk
kan staan in mijn waarden. |

Blijf even zo zitten en voel dat er vrede en rust in uzelf komt. Sta dat toe en laat uw gedachten zich bezighouden met vormen van schoonheid.

Zie licht in uzelf en weet van uw kracht. Weet van uw macht in uzelf om u vrij te maken van datgene wat u zo bedrukt. Wees dankbaar en in vrede.

Dit is een zuiverende, een helende energieoefening die u met uzelf kunt doen wanneer u maar voelt dat het goed voor u is. In momenten dat u het nodig vindt of dat u het misschien nodig hebt. En u zult merken dat er daardoor rust en een mate van vrede in uzelf komt.

Nadat we onszelf hebben gezuiverd, gereinigd van het donkere wat ons vasthoudt, kunnen wij ons nu in eerbied verbinden met het Licht in ons, om ons met elk mens over de hele wereld, in liefde en licht te verbinden.

'Dat er mag zijn vrede, mededogen
vertrouwen in onszelf, vertrouwen in ieder mens.
Kracht om door het lijden heen te kunnen komen.

Dat er dan zal zijn
een stroom van licht over de hele wereld
van hart tot hart
van ziel tot ziel
van geest tot geest.

Dat elk mens zich in de geest zal verbinden in dit Licht
opdat er eens zal zijn liefde en vrede in onze wereld.'

Laten wij met elkaar
een kring van energieën vormen
waarin de menselijke warmte
de poort tot broeder- zusterschap zal zijn

Dankbetuiging

Met grote vreugde en respect wil ik de groep medewerkers bedanken voor al hun werk, al hun zorg en liefde voor de realisatie van het grote gegeven Psychosofia.

Alle publicaties en boeken zijn gerealiseerd door een kleine groep geïnspireerde en betrokken medewerkers.

Ik weet niets van al het digitale werk, het afluisteren van geluidsbanden, het uitprinten en redigeren. Wel kan ik uit de grond van mijn hart zeggen: Dank voor alles wat wij samen mogen doen voor dit grote gegeven Psychosofia.

Zohra Noach



Sinds 1974 reikt Zohra Noach vanuit het College van Hogere Bewustzijns, zoals door haar genoemd, inzichten aan ter verwezenlijking van het innerlijk licht in verbinding met spirituele energieën in de persoonlijkheid.

In de vrijheid van het eigen zijn, ligt ook de directe spirituele verbinding in het innerlijk met de eigen menselijke waarden.

Met name de laatste jaren heeft Zohra Noach inzichten aangereikt ten bate van de reguliere wetenschap, maatschappij en religie.

Zohra Noach is de initiator van:

- De nieuwe onafhankelijke spirituele stroming Psychosofia, onafhankelijk van hiërarchische structuren, macht of gezag of lidmaatschap. Deze stroming kan bruggen aanreiken om maatschappelijke en religieuze geschillen te overbruggen.
- De Orde voor Universele Eenheid.
- De Stichting Zohra Noach Foundation.