

Website

toenwasertijdover.nl

BLOG (deel 2: 2023, 2024, 2025)

In de AOW

Toen was er tijd over

(uit de voorstelling "Toen was er tijd over" in 2010)

'Nog niet zo lang geleden en niet ver hier vandaan leefde in een gewoon huis in een gewone straat een oude vrouw. Het leek alsof ze er niet om gevraagd had, maar ze had tijd van leven over. Ramen gelapt, vloeren geschrobd, kleren gewassen, gehuild, gelachen, getrouwd, kinderen gebaard, geld verdiend, een leven geleefd. En er was nog tijd over voor de vraag 'wat blijft er over?' Alles is vergeven, de cirkels zijn rond. Soms gaat alles een bepaalde kant op en ga je rekenen op de dingen, die gaan gebeuren en dan gebeurt er plotseling iets niet. Na het vergeven zou het nu toch tijd moeten zijn voor het grote vergeten of niet? De oude vrouw weet de weg nog in haar huis. Van het bed naar de WC, van de keukentafel naar de stoel in de kamer, van de douche naar de keuken, van het bed naar het raam, en weer terug naar de stoel in de kamer. Nog steeds is er tijd over. Wat blijft er over?'

Ik kwam op deze tekst door een boek van Frank Herbert, 'Zweepster'. Ik weet niet meer precies hoe, maar er is een verbinding tussen dit boek, dat ik voor het eerst in de jaren 80 las, en het moment dat de zin 'toen was er tijd over' in mij opborrelde. Ik weet wel wat er daarna gebeurde. Net zoals in het boek van Frank Herbert stond ik in een wijds landschap van wonderlijke innerlijke dialogen en vergezichten. De hoofdfiguur in het boek begrijpt dat hij communiceert met een ster en hij beseft dat voor dit ster-bewustzijn de communicatie met hem moet zijn als praten met een molecuul in je eigen mond. Ik ging in 2007 de innerlijke dialoog aan en uiteindelijk stond er in 2010 een voorstelling met eigen teksten en muziek. De innerlijke dialoog met – 'hoger', 'breder', 'dieper' - gaat door. Het hoort bij mij.

Dit weblog is begonnen in november 2019.

.....

Gemoedelijkheid

16 januari 2023

Januari is een maand om heerlijk weg te dromen, voorbij de drukte van feestdagen, leuk maar soms ook spannend. En nu -om energie te sparen- met een dekentje en een kruik op de bank, dagdromen, lezen, puzzelen, schrijven, TV kijken....en hier en daar in mijn agenda een afspraak om bij te praten, lief en leed te delen, maar ook een afspraak met de pedicure en de tandarts....

Ik zou het allemaal willen samenvatten in het woord 'gemoedelijkheid', op het internet omschreven als: gezellig, vriendelijk, zachtvaardig, fijngevoelig. Meer hoeft ik in januari niet, dan me heerlijk koesteren aan deze gemoedelijkheid.

Ik sta op de maillijst van 'Treesforall.nl'. Daar kon je een vragenlijst invullen: "bereken je uitstoot" (hoe verzint iemand het...!). Ik heb de vragen beantwoord en mijn uitstoot is minimaal. Dat klopt ook wel. Ik vlieg niet, zit onder een dekentje, eet 1x per week vlees, en moet mijn auto elke week even 'uitlaten', anders kom ik niet aan de minimale 20 kilometers per week. Ik ben aan het nadenken over een alternatief.

Mijn gemoedelijkheid gaat ook over alles wat er even niet (meer) hoeft. Afgelopen week zag ik in huis dingen die konden worden opgeruimd. Ik vond lesmateriaal en notities van diverse afgeronde opleidingen en was opnieuw opgelucht: ik hoeft niet meer te groeien! Ik hoeft niet meer te worden

wie ik al ben! Het is een misverstand om te denken dat je dan stil staat. Een circulaire economie, niet gericht op groei, staat ook niet stil. Er is altijd vooruitgang in kennis en bewustzijn. Vandaag hoorde ik het bevestigd: zelfs met nog veel meer mensen op aarde, hoeft er geen schaarste te zijn! Wetenschappers hebben het berekend.

Ik vind het erg als mijn gemoedelijkheid wordt weggezet in de hoek van 'nostalgie', 'kop in het zand', of wordt geïnterpreteerd als exclusief voor het eigen kringetje. Er is zoveel te winnen met oprechte gemoedelijkheid. Een gemoedelijke houding getuigt van onvoorwaardelijk vertrouwen in de medemens, van voldoende innerlijke vrijheid om ruimte te laten voor de ander. Ik zal niet zeggen dat het me zelf altijd lukt, maar ik snap hoeveel goed het kan doen. Ik hoop op meer gemoedelijkheid in onze samenleving en dat begint natuurlijk bij mezelf. Het mag moeiteloos.

Op de website heb ik bij 'ter inspiratie' het volgende gedicht geplaatst:

Ont-moeting

*Aan harten ontbloeit de liefde
aan stem ontkluistert de ziel
aan voeten ontspringt een levenspad
ontkiemt waar het oog op viel*

*Aan gezichten ontmaskert bedoeling
aan rimpels onthult zich de tijd
aan glimlach ontbrandt verlangen
ontwapent, ontmoet in strijd*

*Aan illusie ontspint geweten
aan schaduw ontvalt licht
aan gedachten ontleent zich vrijheid
ontsluiert innerlijk zicht*

*(..maar bovenal:)
Aan handen ontvangt een medemens
aan aandacht ontrijst de zon
aan bewustzijn onthecht lijden
ontwaakt in stilte, aan bron*

Alles aan het licht

7 februari 2023

... 'als woorden ontbreken, omdat ze verbleken, alles aan het licht'. Zo heb ik geschreven in het lied 'Onder vleugels van de tijd'. Stil, op de bank, ervaar ik de dagelijkse werkelijkheid, sprakeloos. Dikwijls denk ik: 'dit kan niet waar zijn'. En telkens schakelt mijn geest een tandje ruimer om een volgend pakketje te bevatten. Het is net als bevallen van een kind. Steeds weer meer ruimte maken om het proces te vertrouwen en de pijn er in mee te nemen. Ik weet dat er niets nieuws onder de zon is, maar de schaal waarop dit gebeurt is wel nieuw.

Komen onderste stenen nu boven, of worden bovenste stenen juist onder geschoffeld? Worden de verschillen van dag en nacht groter of is er juist geen verschil meer? Alles komt aan het licht. Mijn geest wordt moediger om de tegenstellingen om te durven zetten in paradoxen: Alles gaat door én langs me heen. Ik neem afstand (alles is illusie) én tegelijk geen afstand (alles is lichtvoeding). Er is onthechting en tegelijk diepe gronding.

De paradoxen pruttelen in mij als in een alchemisch proces. Ik kan onmogelijk zien waar het naar toe gaat én weet tegelijkertijd dat er een oerscript is. Ik geef me er aan over én laat het actief gebeuren. En dat doet wel en niet goed.... Het doet er niet toe en tegelijk doet alles er toe! Het lijkt een woordspel, maar het is in mijn lijf tastbaar en voelbaar en vruchtbaar...

En in dit tumult is er de behoefte aan controle! Ik kan me de film herinneren "As It Is in Heaven", een Zweedse film uit 2004 onder regie van Kay Pollak. Een film waarin gaandeweg alles aan het licht komt. De rol van de dorpsdominee is exemplarisch voor hoe de behoefte aan controle –onder het mom van rechtschapenheid- dood en verderf zaait. En dan het lied van Gabriella die alle controle ontwapent door te kiezen voor het leven.

De 'vrouwen' hebben in deze tijd meer wijsheid in pacht dan 'mannen'. Ik zet het tussen aanhalingstekens om daarmee duidelijk te maken dat het vooral gaat om vrouwelijke en mannelijke energie, die we allemaal in ons hebben. Toch bedoel ik het ook letterlijk. Vrouwen hebben de potentie om kinderen te baren en controleverlies aan te kunnen. Nu alles aan het licht komt, is ook zichtbaar hoeveel angst deze potentie bij veel mannen –in een door mannen gedomineerde wereld- oproept. De tegenkracht is groot: vrouwen worden ingekapseld en verdwijnen uit zicht. De vrouwelijke oerkracht, die eigen is aan Moeder Aarde, wordt gedegradeerd tot 'bezit'. Het is niet nieuw. Door de menselijke tijden heen, heeft dit altijd gespeeld. Maar nu in een nieuw bewustzijn komt alles – de lichte en de duistere kant- aan het licht.

Als de waarheid boven komt, is het nog niet altijd wijsheid. De laatste tijd begin ik me te ergeren als mannen (meestal met uitgesproken ego) gaan paraderen met de oude –oermoeder- wijsheid. Ik vind dat ze even een stapje opzij moeten doen om ruimte te geven aan vrouwen, die deze wijsheid vanzelfsprekend in zich dragen.

Het is eigen aan deze energie om pas naar voren te komen als er ruimte wordt gegeven. Er moet om heling worden gevraagd. In de film 'As It Is in Heaven' wordt Gabriella nadrukkelijk uitgenodigd om naar voren te komen en haar levenslied te zingen. Haar wordt een podium gegeven. En dan is het meteen onverwoestbaar mooi!

Ik lees op dit moment het laatste boek van Michelle Obama 'Het licht in ons'. Haar wordt podium gegeven, een beetje meer dan haar lief is. Ze beschrijft heel goed hoe ingewikkeld dat kan zijn voor een 'zachte kracht'. Ik zie het voor me hoe ze al breiend (ook letterlijk) steeds de draden uit het verleden oppakt en doorhaalt naar het heden. Zo maakt ze er een steekhoudend verhaal van. En dat geeft haar levensmoed, onverwoestbaar mooi. Michelle, dank je wel!

Minstreel

25 februari 2023

Zanger, dichter, kunstenaar.... dat zijn de betekenissen die in Wikipedia staan. En altijd dienstbaar, aan een 'broodheer'. Ik voel me een minstreel, dienstbaar, met de aarde als 'broodvrouw'.

Na een voorstelling is er altijd even een dip, waarin ik opnieuw nadenk over de volgende stap. De tekstbundeling 'Aan de kant van het water' is zo'n volgende stap. Hiermee worden de intentie, de inhoud en de vorm van mijn ingevingen zichtbaar. Ook wordt voor mezelf duidelijk dat ik voorkeur heb voor kleinschalige optredens en 'gesloten beurzen'.... Het optreden in de Keizersgrachtkerk, in de zomer van 2022, is een goed voorbeeld hoe alles voor mij -als minstreel- in balans is, en voldoet aan de tekst die nu onder de menuknop 'contact' staat. Dat is een soort verzoek om dienstbaar te mogen zijn.

Het was even een zoektocht in mezelf wat ik wel en niet wil, of aankan. De laatste zin in mijn verzoek luidt: *'Op deze manier hoop ik een bijdrage te leveren aan een gevoel van vrede en mildheid in onszelf en daarmee in de wereld om ons heen'.*

Zo voelt het goed en heb ik tevens het gevoel dat ik 'goed doe'.

Zes jaar geleden werkte ik als beleidsadviseur bij de gemeente Almere. Er was een beleidsnota met de titel 'Doen, wat nodig is'. Op zich niet verkeerd, maar er was een aanleiding om de titel te wijzigen in 'Doen, wat goed is'. Wat bedoelden we er toen mee? Ik kan dat moeilijk terughalen in mijn herinnering, maar de vraag leeft nog steeds. Hoe kunnen we 'doen, wat goed is'? Dienstbaarheid (niet te verwarren met slaafsheid..) is voor mij een aanknopingspunt en als ik dan Moeder Aarde als 'broodvrouw' beschouw... kom ik een heel eind.

Het voelt als het minste wat ik kan doen, als ik de wereld om me heen zie. Het geeft door alles heen tegenwicht tegen het gevoel van onmacht, zoals in het lied Kindervuur.

*In ons leeft het Kindervuur
als zon en maan tegelijk
ons gezicht verwarmen,
als alle goden in ons hemelrijk
de vrede op aarde omarmen.*

*In ons leeft het Kindervuur
als engelenstemmen hoorbaar zijn
en van de toekomst zingen,
als wij elkaar voor altijd
met liefde willen omringen.*

*In ons leeft het Kindervuur
als hét verhaal van hét begin
ons steeds weer thuis doet komen,
als in het diepst geheim van de nacht
je wakker wordt van stoutste dromen.*

*In ons leeft het Kindervuur
als hoofd en hart tegelijk
de wijsheid toebehoren,
als van ons leven elke dag opnieuw
de mens in ons herboren.*

*In ons leeft het Kindervuur
als de wereld vol en rond is,
zonder eind en niets verdwijnt,
als de wereld op z'n kop...
sta jij recht overeind.*

Draagwieg

21 maart 2023

"Zacht en warm en vrij van binnen is er een droom van kracht. Daar laat ik zilveren draden spinnen voor duizend en één nacht. Op handen gedragen is er nieuw leven in stille tevredenheid, opgevangen en verweven met de eeuwigheid."

Dit is een couplet uit het lied "vrij van binnen".

Het schoot me te binnen bij het lezen van een artikel, geschreven door Llewellyn Vaughan-Lee, in een recent nummer van tijdschrift BRES:

“.....Naarmate de toekomst zich ontvouwt, zullen er buitenposten van licht overblijven, kleine enclaves, vaak verborgen, of zo gewoon lijkend dat niemand het opmerkt, behalve natuurlijk de engelen. Zij zien wat niet te zien is, waar het zichtbare en onzichtbare elkaar ontmoeten, waar de zaadjes van de toekomst geplant kunnen worden. Waar de ‘songlines’ zijn. En met het licht dat overblijft kunnen we weten wat er gered kan worden..... Er is een plek waar de werelden samenkomen en magie geboren kan worden..... buiten de tijd, voorbij de stijging en daling van de getijden en de cyclus van de seizoenen....Het scheppingslied zal herboren worden.... met de vonk van de sterren..... Als we goed luisteren, met een hart afgestemd op liefde, dan kunnen we de muziek van de ontwakende wereld horen, nog steeds verborgen en embryonaal, als het geluid van een fluit, die gedragen wordt door wind in de verte..... waar de ziel en de zintuigen in harmonie zijn, waar ons aanwezig-zijn geen spirituele oefening is, maar een eenvoudige manier om te zijn.”

En tegelijkertijd kwam er het beeld van de Moeder Aarde kaart, van Jamie Sams, nummer 27:

“Draagwieg”. De ondertiteling bij Draagwieg is:

“Draagwieg van de schepping, behoed dit kind voor kwaad. Kindje van de toekomst, slaap veilig, zoet gebaad. En als het dan de tijd is, dat je weer wakker wordt, dan antwoord je de mensheid met eend’re zorgzaamheid.”

Dit gaat over verantwoordelijkheid, oftewel het vermogen tot antwoorden.

Deze teksten samen voelen als een soort drie-eenheid, die troost geeft, en waaruit hoop en moed spreekt voor de toekomst: Verantwoordelijkheid en zorgzaamheid worden in één adem genoemd; spiritualiteit is ons ‘eigen’ en eenvoudig een manier van zijn; er is leven zichtbaar in stille tevredenheid, verweven met de sterren en de eeuwigheid...

Draagwieg dringt aan op het geven van antwoorden, ter bescherming van de kinderen.

“Eigen”

2 april 2023

Recent heb ik mijn Youtube kanaal (aerlim09) weer opgefrist met nieuwe liedjes en opnames. Daarvoor heb ik onder andere het lied “Healing energy” opnieuw opgenomen. Dit lied schreef ik in 1994 en de volgende zin voelt heel actueel: ‘There’s the spirit of darkness and the spirit of light; I have to keep up my spirit so no more fight...’

Er zijn in deze tijd zoveel redenen om –terecht- in gevecht te gaan. Toch komt steeds vaker een Loesje-tekst in mijn gedachten: ‘Stel er is oorlog, en niemand gaat er naar toe’. Maar we blijven gaan, steeds weer! Met woorden, met vuisten, met geweren.... Van Kooten en De Bie maakten er in 1981 met “De Tegenpartij” een parodie op. Iedereen lijkt tegenwoordig van de tegenpartij.

Ja, er wordt in onze overheidssystemen veel gelogen. Ja, menselijkheid en gerechtigheid is vaak ver te zoeken. Ja, er is reden om intens verdrietig en boos te zijn. Eigenlijk wil niemand dit op deze manier. Hoe gaan we niet naar de ‘oorlog’ en maken we toch een verschil?

Ik laat me inspireren.

Allereerst door mijn eigen teksten. De teksten voelen als een geschenk uit een niet-alledaagse werkelijkheid en geven me iedere keer weer een nieuw perspectief. Ik zeg wel eens voor de grap: er is niets waar ik zo van opknop dan te luisteren naar mijn eigen liedjes. In het lied ‘Healing energy’ hoor ik de aansporing om mijn eigen spirit vitaal te houden, door mijn grenzen aan te geven, door in de spiegel te kijken, door mezelf te gronden, door te beseffen dat er een bron is van liefde.....

Ik lees in dagblad Trouw (23 maart j.l.) een column van Babah Tarawally: 'Liever in een cirkel dan tegenover elkaar', over het Afrikaans besluitvormingsproces 'indaba'. Marie-Lu Lörler beschrijft in haar boek Praktische natuurmagie eenzelfde soort besluitvormingsproces op basis van de oude wijsheid in de oerreligie. Het is een aansporing om weer schouder aan schouder te gaan zitten en te luisteren naar ieders inbreng voor een 'groter goed', een wereld zonder oordelen, waarin kinderen vrij en gelukkig zijn. Volgens de dochter van Desmond Tutu kunnen we dat alleen door 'a change of heart'.

Het boek van Michelle Obama, met name het laatste hoofdstuk, inspireert mij. Zij roept op om 'er bovenuit te stijgen' als het grimmig wordt. Zij beschrijft ook de weerstand die mensen voelen bij deze oproep. Ergens boven uit stijgen lijkt op vluchten en niets doen. Zij legt uit dat het hier juist niet gaat over arrogantie of onverschilligheid, maar om het verschil tussen enerzijds meteen reageren (als de tegenpartij), en anderzijds ruimte maken in jezelf –voor een bredere blik- om een effectief antwoord te kunnen geven.

Dit zijn voorbeelden van wat Lee Harris (www.lee-harris-energy.com) benoemt in zijn maandelijkse energy-update voor april: De energie van (ver)oordelen is een gevaarlijke en ook doodlopende weg. Wat we zien is het ontwaken van het volgende niveau van menselijk bewustzijn. *Kracht* staat tegenover *Genade*, een keuze die we individueel en collectief maken.

Op mijn Youtube kanaal is nu ook het lied 'Dear K. and me' te horen ter nagedachtenis van Krishnamurti. Het beschrijft een levensechte droom, die ik had ergens in de jaren negentig. Net als K. zit ik het liefst schouder aan schouder, als twee vrienden naast elkaar....het maakt dan niet uit welke antwoorden ieder op het leven geeft. We delen ze wel met elkaar en luisteren naar de ander. Dat maakt het leven rijker en beter.

Ik heb het lied opgenomen rond 2008 en halverwege kan ik heel goed de verandering in de energie horen en voelen:

.....

*We watch together as one by one,
people join us on the steps,
stepping out of duality and separation,
heading straight for togetherness.
Clearing the road for all of mankind,
no one lost or astray.
In the middle of creation,
in the middle of the stream,
in the middle of a traffic way.*

*And we are dazzled by the beauty of this event,
display of empowerment.
We look at the essence of humanity,
the power of turning around.*

.....

Omgekeerde wereld

1 mei 2023

Ik zie veel mensen die alleen 'geloven' in de zichtbare en tastbare wereld. Al het onzichtbare, zoals bewustzijn en intuïtief weten, komt bij hen voort uit de materie. Het onzichtbare vraagt in hun ogen juist om geloof en bewijzen. In deze wereld is er voor de geboorte en na de dood niets. En wat betreft de toekomst....'het zal hun tijd wel duren'.

Vanaf de plek waar ik 'kijk' is het onzichtbare veel groter dan het zichtbare deel. Alleen 'geloven' in het zichtbare en tastbare deel genereert angst en de behoefte aan controle of macht. Het is wat mij betreft 'de omgekeerde wereld'. En als de toekomst van deze omgekeerde wereld (te) ingewikkeld wordt, is er onmacht en onverschilligheid.

Er worden echter in deze tijd geslaagde(!) pogingen gedaan om het onzichtbare, dat we wel ervaren, maar niet kunnen zien en aanraken, wetenschappelijk te verklaren en een plek te geven. De kwantumfysica speelt hierin een belangrijke rol. Het is meteen duidelijk dat de huidige wetenschappelijke methodieken niet voldoen, omdat zij hun grondslag hebben in de zichtbare materiële wereld. Met determineren en namen geven kom je er niet en doe je het onderzoeksveld tekort.

Het enige dat het zichtbare en het onzichtbare voor mensen met elkaar verbindt is liefde, vertrouwen en overgave. Liefde is een trilling die resoneert op grenzen en over grenzen heen in het totale veld van bewustzijn. Het is de tegenhanger van angst. Er zijn wetenschappers, zoals Ervin Laszlo, die dit begrijpen. Zij geven nieuwe namen, maar determineren niet 'kapot'. Zij laten het mysterie heel en blijven zich verwonderen. Zij zijn niet bang.

Ik herhaal wat ik op 29 november 2022 schreef:

Ervin Laszlo (1932) is een Hongaars wetenschapper en filosoof. Een recent boek heet 'De intelligentie van de kosmos' (2017). Net als veel wetenschappers is hij op zoek naar de 'Theory of all'. En daar slaagt hij naar mijn idee in doordat hij werkelijk met heel zijn hart en ziel luistert naar alle kennis en wijsheid die er op dit moment in de wereld is. Hij denkt en voelt inclusief.

Ervin integreert wetenschappelijke kennis met spirituele inzichten. De wereld is in dit concept een samenhangend geheel en wordt geïnformeerd door kosmische intelligentie. De mens maakt daar deel van uit. We zitten er middenin en zijn er onlosmakelijk mee verbonden.

In de wereld van Laszlo vertrouwen mensen op hun lichaam als fysieke zender en ontvanger in het gehele spectrum van bewustzijn. Als het lichaam sterft, gaat er qua bewustzijn niets verloren.

Deze manier van kijken helpt ook om de godsdienstige beelden van hemel en hel bij te stellen. Als mensen zeggen dat er niets is voor de geboorte en na de dood, dan klopt dat in die zin dat er geen oordeel is buiten jezelf. Alle levens-beleving van angst en liefde, verdriet en blijheid, goed en kwaad... zingt door in onze ziel en 'vergaat' in pure informatie. De grenzen tussen leven en dood zijn glijdende schalen tussen wat wel ruimte en tijd inneemt en wat niet. De informatie gaat echter niet verloren.

Een mooi voorbeeld hiervan vind ik de ogen van een pasgeboren kind. Ook al is bekend dat een pasgeboren kind zelf niet veel ziet, zien de ouders er vaak heel veel in: '...alsof je recht het universum in kijkt...!' Het kind komt uit een diepere ruimere staat van bewustzijn en dat wordt gezien en gevoeld. Het roept verwondering op.

Dit voorbeeld is geen wetenschappelijk 'bewijs' van een doorgaand bewustzijn, maar ik ben Ervin Laszlo dankbaar dat hij wel de moeite heeft genomen om met talrijke geverifieerde voorbeelden een alom tegenwoordig bewustzijn, het zogenaamde 'Akashaveld', aannemelijk te maken voor de huidige wetenschap. Zie ook zijn boek 'Onsterfelijke geest' (2014).

Laszlo zet onze omgekeerde wereld weer 'recht overeind': Eerst was er bewustzijn, daarna materie en uiteindelijk zijn deze twee –in onderlinge uitwisseling– één geheel.

Dit is niet nieuw. Het is in essentie terug te vinden in alle oude wijsheid en esoterische kennis. Heel veel mensen weten en voelen de waarheid en logica in deze zienswijze, en heel veel mensen doen

hun best om deze oude wijsheid opnieuw in verbinding te brengen met ons huidige bewustzijn. Laszlo noemt dit 'bewuste onsterfelijkheid'. Als we dat omarmen, hoeven we niet meer zo bang te zijn en kan er meer vertrouwen zijn en zorg voor de toekomst.

Pinksteren

28 mei 2023

Een zegen, uitgesproken door een dominee op het Schotse eiland Iona: *'On your head and your household, the blessing of God; In your coming en going, the peace of God; In your life and believing, the love of God; At your end and new beginning, the arms of God to welcome you and bring you Home. Amen'*

Het doet zo goed om een hand boven je hoofd te voelen met woorden die jou het beste toewensen. Dat is de geest van Pinksteren. Er wordt iets over ons uitgestort, dat ons wijzer en lichter maakt. Het is een stroom van liefde die verbinding zoekt, en waarin we wonderbaarlijk geïnspireerd boven onszelf kunnen uitstijgen.

Ik las over het laatste muzikale album van Paul Simon (81 jaar) met als titel 'Seven Psalms'. De inspiratie kwam via dromen en Paul heeft deze dromen serieus genomen. Hij noemt het 'een gesprek met zichzelf over geloof'. Ook hier weer die stroom van liefde en passie, die verbinding zoekt. Een mooi Pinkster-verhaal.

Ik vertel andere mensen dat ik op dit moment 'in de luwte sta'. Het liefst heb ik geen afspraken buiten de deur. Voor de buitenwereld ga ik uit verbinding. Kort geleden schreef ik: 'Veel dagen zijn stil, maar vanmorgen dacht ik: vandaag is een stille dag'. Alsof er een overtreffende trap van stilte is.... zo maakte ik er een punt van in een tot dan toe betekenisloze reeks. Een punt, niet als probleem, maar als iets wat getuigt van bewustzijn en waar aandacht is. Het wordt gezien zonder oordeel.

In de luwte staan is niet hetzelfde als wereldvreemd. Er wordt tegenwoordig van alles over ons uitgestort. Ik weet het, ik zie het en het raakt me. Het is mijn intentie om de 'luwte' in alle donkerte en zwaarte verder te brengen dan vlucht of zelfbescherming. Als ik twijfel en me afvraag of mijn luwte toch niet problematisch kan worden, zijn dat meestal de stemmen van buitenaf. In mij van binnen stroomt alles prima door. Er is altijd die stroom van liefde die dagelijks over mij wordt uitgestort en verbinding zoekt met mijn innerlijk verzamelpunt van mildheid. Als dat verzamelpunt van mildheid wordt open gehouden, kan de stroom 'aankomen'. Ik voel me op die manier een gezegend mens, en dat werkt geestverruimend, naar binnen én naar buiten.

Ik herinner me wat ik op 18 mei 2020 schreef over het medicijn van Vleermuis:

Vleermuis leert ons dat zwaarte en licht beide in ons zijn. Er is geen 'wij en zij'. We zijn niet in oorlog. Er is alleen uitwisseling van zwaarte en licht, zoals in de Inca cultuur. De Inca mystiek, ofwel 'het Andespad', kent geen goed of kwaad, geen positieve of negatieve energie. Het oordeel ontbreekt. Er is alleen lichte ("sami") en zware ("hoocha") energie. Zwaarte –dat eigen is aan het leven op aarde– is in voortdurende transformatie naar lichtheid en ons lichaam fungeert als recyclingperron. Men noemt dat de kunst van AYNÍ.

Het verhaal eindigt ook niet in een Apocalyps, maar in een verhoogd bewustzijn van de mensheid als soort. De cirkel is dan rond en begint op een verhoogd niveau opnieuw.

De kracht van Vleermuis in ons zegt: 'Laten we dit nu even serieus nemen, hier ligt een kans, zowel individueel als maatschappelijk.'

Ik durf te beweren dat wat we ook doen, linksom of rechtsom, met drama of lichtvoetig, met of zonder vaccin, we uitkomen bij die wedergeboorte, want het moet fundamenteel anders. En Vleermuis gaat als symbool voorop.

*“Heilige Vleermuis... vloog naar mij,
vanuit het duister van de grot.
Bespiegelingen uit de baarmoeder,
antwoorden gaf hij.
Geboorte, dood, wedergeboorte,
cycli van het geheel...
Eeuwig durend,
net voorbij,
de reis van de ziel.”*

Keerpunten **24 juli 2023**

70 jaar, 7 keerpunten. Niet met gelijke tussenpozen, maar wel onmiskenbaar. Het is dan alsof iemand of iets in je leven een ruk aan het stuur geeft. Jij zelf had het idee rechtdoor te gaan en opeens word je gestopt en een andere kant op geduwd. Ik ken mensen die dat nooit meemaken in hun leven, maar de meeste mensen weten wel wat ik bedoel.

Keerpunten zijn voor mij meer dan tegenslag. Het zijn koerswijzigingen en naar mijn idee heb ik dat 7 maal in mijn leven meegemaakt. Als je steeds het gevoel hebt dat het alleen iets van buitenaf is, is de kans groot dat je verdwijnt als slachtoffer. Je kunt ook verzeilen in de waarom-vraag – waarom ik? Het kan een gevoel van schuld en schaamte geven: ‘Stom dat ik dit gedaan heb of niet gezien heb’ of ‘Ik heb iets helemaal fout gedaan. Dit is mijn straf!’

Een ongeluk in het verkeer, waarbij je letterlijk dacht rechtdoor te kunnen gaan en plotseling overreden wordt....;
Vanwege bezuinigingen je baan verliezen, waar je nog maar korte tijd juist helemaal op je plek was....;
Door ziekte je leven on-hold gezet, en het gevoel hebben dat je naar een andere dimensie getransporteerd bent.....

Ik voel me geen slachtoffer en ook geen schuldige. Het is meer dan een kwestie van acceptatie en stug doorgaan. De stemmetjes zeggen: ‘Je leven is er rijker door en zelf ben je er wijzer van geworden. Meer hoeft het niet te zijn. Het leven is EN-EN, je moet het een plek geven... Het past in het verhaal van karma en de ziel.’

.....

In deze innerlijke dialoog zie ik mezelf in gesprek met tal van innerlijke figuren, beschikkend over een breed scala aan kwaliteiten, deskundigheden en wijsheden. Ik zie ze op een rij staan, ieder een eigen positie veroverd gedurende mijn 70 levensjaren. Voor een gezonde persoonlijkheid is deze innerlijke dialoog nuttig en wellicht onmisbaar. Het is een rijke bron, niet alleen voor de persoon zelf, maar ook als je schrijver of hulpverlener bent. Er zijn prachtige boeken en toneelstukken uit voort gekomen en veel mensen in psychische nood zijn daadwerkelijk geholpen.

Toch ontbreekt er naar mijn gevoel iets. Het verhaal van de innerlijke dialoog en de psychische ‘afhechtingen’ voldoen niet om te beschrijven wat ik ervaar. Gaandeweg, dwars door alle keerpunten heen, is er iets – als in een alchemisch proces – in mijn leven toegevoegd en radicaal veranderd.

Onder het kopje 'ter inspiratie' op deze website heb ik iets geschreven over de nadrukkelijke uitnodiging in deze tijd om elkaar te zien en te ontmoeten als spirituele wezens.

Als ik dat toepas op mezelf en in gesprek ga met de spirituele essentie (zoals ik dat ooit heb gedaan in gesprek met Aerlim), dan is het alsof er rond het hele verhaal van de innerlijke dialoog een sluier wordt weggetrokken. De sluier gaat over oordelen, over ego, over de menselijke behoefte aan grond en reden, waarbij er de behoefte is aan 'afhechten' eerder dan 'onthechten'.

Ik zie voor me hoe de sluier wordt weggetrokken en alle gebeurtenissen hun betekenis in de oude zin van het woord verliezen. Niets doet er toe, terwijl tegelijkertijd alles er toe doet.

Op dat punt vind ik mezelf terug in de dialoog met Aerlim op het moment dat ik afdaal in één lichaamcel, steeds dieper...

(uit de voorstelling Toen was er tijd over, 2010)

".....En iemand zegt: het is niet moeilijk. Het kan allemaal met één woord. Eén enkel woord is genoeg. Het is het woord waarmee we elkaar groeten. En ik zag het woord overal om mij heen. Ik pakte het uit de ruimte en nam het mee mijn lichaam in. Ik groette mijn lichaam met dit woord. En ik liet al dit HALLO door mijn lichaam omhoog bewegen op een speelse manier, groot, klein, door mijn benen, bekken, buik, organen, hart. Overal een warm HALLO. Ik liet het echoën in mijn schouders, armen, handen, nek, hoofd, gedachten. HALLO aan alles wat er is. En het woord bleef hangen op een plek achter mijn hart, waar het zachtjes heen en weer bewoog. De plek waar het gemakkelijk is om onvoorwaardelijk van mezelf en anderen te houden. De stem stopt even om te kijken of ik nog wel luister. Ik schud mezelf wakker en iemand zegt: Gebruik nu echt je verbeeldingskracht en stel je voor. Je neemt het woord mee in één van je lichaamscellen. Ik aarzel niet. Ik kruip met mijn aandacht steeds dieper in één lichaamcel en neem het woord mee. Steeds dieper, steeds kleiner, ik zie de celkern, de atomen, de kleinste deeltjes. Des te dieper ik ga, des te meer beweging komt er. Ik voel de trillingen in de kern van de cel. Ik tril gemakkelijk mee en ik voel de doorgang van vaste materie naar energie. Ik ben nu door de poort gegaan en ik kijk rond in een open ruimte. En iemand zegt: Besef dat deze ruimte helemaal van jou is. Je bent door de poort van je eigen lichaamcel gegaan. Deze ruimte ziet er net zo uit als het universum dat je kent, als je omhoog kijkt vanaf de aarde. Met sterren, zonnen, planeten, manen. Reis door deze ruimte. Begroet het als een plek waar je kunt thuiskomen. En ik laat me meevoeren. Het woord reist als een licht voor mij uit en in dit licht zie ik in de verte een glinstering. Het is als een horizon die dichterbij komt. Het is een golvende zee van kristallen en ik sta aan de rand van deze zee en de kristallen raken zachtjes mijn voeten aan. Ik zie ontelbaar veel mensen om mij heen. Samen zijn we aan de voet van de kristallen zee, en laten ons begroeten. Samen luisteren we naar dit verhaal."

Tja, en dan wordt het ingewikkeld om te beschrijven en uit te leggen hoe deze 'andere' toestand dan is. Ik hoor mensen het vaak omschrijven als een intens liefdevolle innerlijke vrijheid, die je alleen kunt laten zien door het 'zijn'. Je hoeft er beslist geen 'supermens' voor te zijn of 'uitverkoren' of 'verlicht'. Iedereen kent het al van Ergens, Ooit.

De 'onzichtbare wereld'

4 september 2023

Ik schrijf er vaak over. Iedere keer weer anders. Als ik 's avonds ga slapen met een hardop uitgesproken intentie om 's morgens op een bepaald tijdstip wakker te worden, gebeurt dat ook op de minuut precies. Het is alsof iemand me in de ochtend precies op dat tijdstip op de schouder tikt en ik mijn ogen open doe.

Als ik de kookwekker zet voor het bereiden van eten, sta ik stevast 3 seconden voor het afgaan van de wekker in de keuken en zie de laatste seconden wegtikken, ongeacht wat ik ondertussen aan het doen was en onbewust van het feit dat ik naar de keuken werd 'geroepen'.

Dit gaat over de onzichtbare wereld en ons astraal lichaam, dat wat we geërfd hebben als sterrenkinderen.

(Lied: It's all information)

*Moving the lines, carrying the fields
balancing beyond all figures,
creating the symbols, to fold and behold,
embracing tenderly a whole new world....*

Een vriendin zegt: "ik voel me door al het gedoe in de wereld alleen maar 'omhoog' geduwd, lichter, vrijer..."

Ooit begon het met bewustzijn, de Geest over de wateren, en langzaam kwam de verdichting tot een lichaam en een wereld van fysieke zintuigen. Dat brengt vergetelheid. Echter, de herinnering aan het totale spectrum van wie wij zijn, wordt door de tijd heen gedragen, in rituelen en symbolen en verhalen.

Ik lees op dit moment het boek 'De macht van niets doen' door Jenny Odell, met als ondertitel: 'Een radicaal verzet tegen de aandachtseconomie'. Dit boek is een kritiek op de krachten die om onze aandacht strijden, waardoor we altijd 'aan' staan en economisch/maatschappelijk productief moeten zijn. Jenny beschrijft een alternatief. Hoe er vrije aandacht kan zijn in het hier en nu, zonder de huidige maatschappij te ontvluchten.

(Uit: het boek Aerlim)

*Aandacht slaat opnieuw aan
en trekt mij, een en al,
in het bewuste zijn
! En niet voor niets:*

*Glimlach kruipt over de rand
met een boodschap dat
alles is geweten
en de wind huiswaarts waait
dat een nieuw geluid in wording
leven zaait
nog stil
net boven de horizon
nog in de kleuren
van innig verwachten
nog glanzend van de zee
waaruit zij rijzen kon
min duizend gedachten
Glimlach stroomt over als een rivier
over mijn gezicht
de aarde rond
over de rand van Opgetogen Hart
over
tot het mijn ziel stut en grondt
Aandacht is opvallend stil
elke gedachte voorbij*

Ik merk dat ik in het dagelijks leven steeds meer ruimte maak voor deze 'vrije aandacht', schijnbaar doelloos en volkomen nutteloos, maar meer menselijk en waardevol dan ooit. Gewoon doen waar ik op dat moment 'ongedwongen' aanwezig kan zijn: de avondzon achter de bomen zien zakken, mijmeren over alle kleuren groen, kijken naar de libelle die elke middag op dezelfde tijd op de tuinbank neerstrijkt, verrast worden door een mooie wolkenformatie en naar buiten rennen voor een foto, kikkers tellen in het gras, maar ook: kijken naar de Repairshop op BBC-TV (hét voorbeeld van liefdevolle aandacht), piano spelen, krant lezen, en aan de keukentafel in gesprek met een terminaal zieke buurvrouw.

Dit alles is beslist geen luxe, exclusief voor een elite. Het is juist een menselijk geboorterecht om ongedwongen aanwezig te zijn. En ik ben er heilig van overtuigd dat dit uitstraalt in mijn omgeving en de wereld 'goed' doet.

Ook als gepensioneerde voel ik de maatschappelijke tegenkrachten. Door schijnbaar inactief te zijn, ga ik tegen de stroom der verwachtingen in: 'Met al jouw ervaring en talenten wil je toch nuttig zijn in de maatschappij??!'

Nou, nee! Ik voel een heel groot NEE in mezelf.

Terwijl ik in mijn beleving meer aanwezig ben dan ooit tevoren, maak ik het tegelijkertijd niet maatschappelijk productief of zichtbaar. Ik verwacht ook geen 'waardering'.

Het manifesteert zich alleen via de onzichtbare wereld.

P.S.

Naast natuurlijk de dagelijkse routine van koken, eten, slapen, poetsen, tuinieren, boodschappen doen, familie- en vrienden-dingen....

Aarden en ontaarden

13 oktober 2023

Ontaarden, mooi woord is dat, en de laatste tijd veel gebruikt meestal in negatieve zin. Veel is los gezongen van de oorspronkelijke eenheid. Van God los. Los van Aarde, onze moedergrond.

..... (uit het lied *I give in*)

I give in to these times, I confess to what I know

I open up to planet earth, from the beginning my home

I give in to my love for all that exists

I open up to the sounds for eternal bliss.

I give in to you, I confess to be lost

I open up to let you in, from the beginning I trust

I give in to your arms that draw me nigh

I open up to the sound of our wings to fly.

.....

Ik merk dat ik steeds minder samenhangend en meer associatief schrijf. Er is niet zoveel logica meer in de reeks van gebeurtenissen. Ik hoef het ook niet meer sluitend te krijgen. Mijn gevoel gaat alle kanten op.

.....

De cirkels in mij breken open

en door de gaten stroomt intens meegevoel.

Alle honger sterft in weten wat te doen.

.....

Ik heb veel behoefte aan 'aarden' en 'gronden' zoals mij ooit is geleerd in de intuïtieve trainingen in de jaren 90 van de vorige eeuw. Ik haak aan bij het middelpunt van de Aarde en het middelpunt van de kosmos.... zo blijft er beweging, de doorgaande stroom van leven. Alles is en ik ben die ik ben, los van welke betekenis dan ook. En dan voel ik handen in mijn handen in een kring van medemenselijkheid, groter en groter tot het de aarde omspant.

Mooi wat Lenny Kuhr zegt nu haar kleinzoon in Israël gewond is geraakt: 'geen politiek, alleen licht, deernis en hoop'. In diezelfde sfeer brand ik iedere dag een kaarsje naast het beeldje van Kuan Yin, de godin van oneindige genade en troost.

De verharding en ontaarding heeft een intrinsiek einde. En dat voelt als het einde van de gehele mensheid, maar dat is schijn.

.....(uit het lied Sanctuary)
*Well, can you feel all the human coming through,
how the whole world's smiling,
there's a Sanctuary in place, so it be.
Please, let us share the wisdom to reveal,
that the whole world is in our hand,
there's a Sanctuary in place, so it be.*
.....

In hetzelfde lied schrijf ik dat 'the whole world is fading..' Ik speel graag met de paradoxen in dit verhaal, die bestaan bij de gratie van ons materialistisch denken. We hebben nog steeds alles in eigen hand en toch tegelijk ook niet. Het is maar net hoe je 'all the human' en 'the whole world' definieert.

Ik blijf voor me zien hoe alles aan het licht komt en 'all the human' een kans krijgt te manifesteren.

.....
*een droom van werkelijkheid
die rusteloos en machtig
mijn leven lam legt
die niet weet en niet vergeet
en los geslagen ook niet echt meer vecht
want de tijd is nieuw
en de jongste van haar dagen
komt in mij op om alle ouden te verjagen*
.....

Ik blijf voor me zien hoe er een dragende kracht is, zoals de Draagwieg (symbool in de Indiaanse traditie). Dit gaat over het vermogen tot antwoorden en in je kracht gaan staan.

.....(Moeder Aarde kaarten, Jamie Sams)
*Draagwieg van de Schepping,
Behoed dit kind voor kwaad.
Kindje van de toekomst,
Slaap veilig, zoet gebaad.
En als het dan de tijd is
Dat je weer wakker wordt,
Dan antwoord je de mensheid
Met eend're zorgzaamheid.*
.....

Ongetemde wijsheid

1 november 2023

Een mooi boek van Mirabai Starr 'ongetemde wijsheid', voor vrouwen die de mystieke essentie van alle religies en andere wijsheidstradities liefhebben. Het verklaart voor mij veel, waarom ik de laatste tijd vaak in woede uitbarst... Ik verander dan in de Afrikaanse godin Oya, de grote Zee-moeder, de krijgsgodin. Zij heerst over bliksem en donder, stormen en orkanen. Zij brengt de wind van Verandering. Om een nieuwe werkelijkheid te scheppen is er eerst chaos en daar dwars doorheen worden de elementen van een oude werkelijkheid herschikt.

De tijdelijke chaos die Oya schept, gaat over transformeren. En precies zoals Mirabai het zegt: het gaat juist **niet** over transcenderen. Je 'overstijgt' helemaal niets, maar je blijft er met je hele hebben en houwen middenin zitten tot er een andere wind in bewustzijn gaat waaien. We ademen door de pijn heen naar een nieuwe geboorte.

Je vecht vóór jezelf en moeder Aarde (en niet tegen jezelf of anderen). Je herstelt de balans tussen de mannelijke en vrouwelijke kwaliteiten in ons menszijn.

Het boek van Mirabai maakt dat ik mezelf weer kan horen dwars door de dagelijkse grimmigheid.

"Zoals we zagen, hadden de meeste grote wereldreligies de neiging de nadruk te leggen op het ontstijgen van het lichaam en andere aardse afleidingen. Dat is geen verrassing, aangezien hun belangrijkste leiders in het verleden mannen waren die vastbesloten waren hun innerlijke hartstocht te bedwingen om de ontmoeting met het goddelijke waardig te zijn. Intussen zijn het de vrouwen in de keuken die het levende hart van de religie doorgeven, de kaarsen aansteken, gebeden opzeggen, de nageboorte opruimen en de doden wassen. 'God leeft tussen de potten en de pannen', zijn de beroemde woorden van Theresia van Avila."

"Stormen die zich regelmatig voordeden, zorgden ervoor dat je volledig van mening veranderde. Je stortte vele malen in, waardoor je uiteindelijk nog maar één optie had en dat was versmelten. Wie wist dat versmelten zo zoet kon zijn."

"...Middenin de bodemloosheid stort de mystica zich in het hart van het mysterie en is er die opwelling van bewondering als een natuurlijke hercirculatie van de nectar van genade, die onze ware natuur is."

Om jezelf te kunnen verbinden, is het soms nodig om te sterven. De vrouwelijke mystiek vindt dat geen probleem.....In plaats van met veel moeite het eigen ego opzij te schuiven, prijzen vrouwelijke mystici de wederzijdse verbinding.

Het is niet nodig om via speciale inwijdingen en seminars toegang te krijgen tot een plek waar we de werkelijkheid kunnen ontmoeten en er ja tegen kunnen zeggen.....Zoals de soefi's zeggen: 'het is de liefde van de Geliefde zelf die de Geliefde in mij liefheeft'... "

"Maria (de moeder van Jezus) krijgt de boodschap van de engel en heeft van angst en schrik, maar ze blijft aanwezig. En vervolgens zegt ze: 'hier ben ik, uw wil geschiede'. Dat moment tussen Maria's 'o, nee' en haar volmondig 'ja' is de donkere nacht van de ziel. Het is een periode vol spiritueel mysterie, radicale onwetendheid. Het is de onvoorwaardelijke overgave. Ze doet dit niet in haar eentje. Ze is verbonden met alle moeders, overal, vooruit en terug in de tijd. De wereld heeft momenteel grote behoefte aan de moederlijke zorg van ons allen."

"... 'Laat je niets wijsmaken, zei Asha tegen me. 'De meeste spirituele boeken die van invloed waren op ons, zijn geschreven door mannen uit maatschappijen waar vrouwen werden

buitengesloten. Je bent geprogrammeerd door heel veel overleden mannen die geen idee hadden wat het is om vrouw te zijn. Vrouwen leren opnieuw de gewone ervaringen van hun lichaam te heiligen..... we zien het gezicht van de Heilige in de gezichten van onze baby's en onze beminden, onze oudsten en onze collega's, de vuile vaat en de diepe stilte die neerdaalt over onze huizen wanneer iedereen ligt te slapen en wij bij het raam naar de maan staan te kijken.'..."

"In plaats van de spirituele oefenpraktijk te benaderen als iets om ons naar boven weg te schieten uit deze beperkte wereld, verschijnt de mystica precies daar, in het centrum van de ervaring van de menswording. We zegenen het ontstellende wonder van dit alles, de ervaring van het mens-zijn. We zien hier het gezicht van de Heilige."

"Evenmin als de Grote Moeder zelf ziet de mystica de schepping niet als een beschadigd voorwerp, maar als een geliefd kind dat zorg nodig heeft."

"Het mannelijk paradigma is gebaseerd op schaarste, terwijl het vrouwelijke geworteld is in genoeg voor iedereen."

Juliana van Norwich: 'Alles komt goed, en alles komt goed, en alle dingen komen echt goed'.

"Verzamel je last in een mandje in je hart, zet dat aan de voeten van de Moeder en zeg: 'Neem dit aan, Grote Moeder, want ik kan deze puinhoop niet meer aan.' Vervolgens kruip je op haar brede schoot, nestel je je tegen haar brede boezem en doe je een dutje. Als je wakker wordt, staat het mandje er nog steeds, maar de helft van wat er in zat, is weg. En de andere helft lijkt niet langer meer een vreselijk gemeen verhaal. De moeder zal de rommel opruimen en schoonmaken, maar alleen als je ze haar zelf aanbiedt."

Ik heb de behoefte om heel veel woorden en begrippen schoon te boenen van alle lagen ontspoorde mannelijke energie en verwrongen vrouwelijkheid, van alle bitterheid en angst, en ze dan in hun ware eer(bied) te herstellen. Zoals:

Liefde, macht, samenzijn, seks, dienstbaarheid, vrouwelijkheid, mannelijkheid, heiligheid, spiritualiteit, passie en verlangen, overgave, dualiteit en verbinding.....

Ik heb de behoefte aan een godinnen-hoekje in mijn huiskamer met een kaarsje er bij om de boel weer in evenwicht te krijgen. Naast het beeldje van Oya staan nu:

Witte Tara, in het boeddhisme de verlichtende wijsheid, de redster, compassievol, moeder van het Tibetaanse volk.

Kuan Yin, de Chinese godin van eeuwige genade en troost, de Moeder Maria van het Oosten.

Ardhanarishvara, de hindoe godheid, half man, half vrouw, beiden in balans met elkaar, de wortel en schoot van de schepping.

(Zie bundeling van liedteksten)

Zo licht als de veer van Ma'at,
liefdevol als een bakermat
gaat binnen mijn tijd de wereld
als een waardevolle schat.

Er is een schat aan wonderen, wachtend op geloof
voorbij een berg aan gedachten;
voorbij al die gedachten is er de verwondering,
voorbij die gedachten.

Er is een schat aan onschuld, verwekt in ieder kind
voorbij de val in zonde;
zoals in de hemel is de aarde bemind,
zoals in de hemel.

Er is een schat aan vrijheid, achter ieder 'neen'
voorbij een zee aan illusies;
in werkelijkheid zijn wij niet alleen,
in werkelijkheid.

Er is een schat aan woorden, in ieder verhaal
voorbij de angst voor stilte;
vrij van angst verstaan wij elke taal,
vrij van angst.

Er is een bron van vreugde, verborgen in ons zijn
voorbij elk verlangen;
einde in begin als een tijdloos refrein,
einde in begin.

Er is een schat aan wijsheid, van zelf sprekend waar
voorbij de grens van ons verstand;
boven ons verstand is het zonneklaar,
boven ons verstand.

“Tot het hoogste Goed”

1 januari 2024

In de jaren 90 gebruikten we in de intuïtieve trainingen het zinnetje ‘tot het hoogste goed’, juist ook om de goede bedoelingen van ons energiewerk te benadrukken en in het besef dat we niet alwetend waren over het uiteindelijk effect.

We gaven het over aan ‘supreme being’, het wezen met een breder overzicht, buiten of in onszelf (dat deed er niet zoveel toe). De mentale houding was vergelijkbaar met het Bijbelse ‘uw wil geschiedde’. Ik herinner me nog de sessies met een terminaal zieke buurvrouw en hoe gelukkig zij was toen zij door het energiewerk haar doopnaam weer herinnerde en ik die voor haar kon uitspreken. Hoe tijdens de sessies haar hond op mijn voeten ging liggen en zo mee hielp om de energie te gronden. Dat voelde als het hoogste goed.

Als ik om me heen kijk, zie ik mensen die oprecht het beste voor hebben en er ook het beste van weten te maken. Zij doen dat dwars door het kabaal heen van de mensen die het hoogste goed in pacht denken te hebben en het van de daken schreeuwen uit arrogantie of uit wanhoop..... ‘het hoogste goed’ wordt zo naar beneden gehaald, de zwaartekracht in, om ergens tégenaan te kunnen gaan. Ik ben niet vies van protesteren, maar het blijft moeilijk in te schatten wat ‘de goede zaak’ is.

Op 1 november j.l. citeerde ik Mirabai: *“Verzamel je last in een mandje in je hart, zet dat aan de voeten van de Moeder en zeg: ‘Neem dit aan, Grote Moeder, want ik kan deze puinhoop niet meer aan. Vervolgens kruip je op haar brede schoot, nestel je je tegen haar brede boezem en doe je een dutje. Als je wakker wordt, staat het mandje er nog steeds, maar de helft van wat er in zat, is weg. En de andere helft lijkt niet langer meer een vreselijk gemeen verhaal.”*

In plaats van ‘uit mijn dak te gaan’, ga ik hier slapen en vertrouw op het proces van de zachte krachten, om daarna weer ergens in méé te kunnen gaan.

Het fascineert mij nog steeds: die eerste foto in de jaren 60, vanuit de ruimte, planeet Aarde vol en rond in beeld, als één geheel, geen grenzen tussen landen...

Natuurlijk zit dat beeld al vanaf de schepping in ons bewustzijn. De natuur-volks-mensen, de sjamanen, de oermoeders, onze voorouders, maakten in dromen bewust reizen en met hen ‘zien’ wij vanuit de ruimte en door meerdere dimensies, los van de zwaartekracht.

Onze essentie kent de beelden.

De verleiding van de zwaartekracht is groot. We laten ons er iedere keer weer in vallen. Het getuigt van moed én vertrouwen. Geboorte en dood, begin en einde, het ritme van de tijd als troost en genade.

In die zwaartekracht maken we onderscheid in licht en zwaar, goed en fout, wij en zij, normaal en abnormaal. We begrenzen, organiseren en handelen naar beste weten, totdat –vaak zonder dat we dat echt willen of in de gaten hebben- er mensen buiten de boot vallen. We zien opeens een wereld buiten ons eigen ‘goed en normaal’. Onze vanzelfsprekendheid is weg. Dan is er een noodkreet en horen we anderen en onszelf zeggen: “Als jij niets (extra’s) doet, ben ik buitengesloten en kunnen we niets samen doen”.

Ik vraag heling ‘tot het hoogste Goed’.

THUIS

28 januari 2024

Ooit schreef ik: ‘mijn missie in dit leven is genieten van THUIS’. In een gemakkelijke stoel voor het raam met een kop thee in stilte genietend van de namiddagzon. Als kind op een schoon bedje voor het raam met de arbeidsvitaminen op de radio. En later met mijn eigen kind een verhaaltje en een

liedje voor het slapen gaan. Het thuiskomen na een kampeervakantie en genieten van alle gemakken in de keuken en die eigen warme douche.

Eeuwig dankbaar dat ik altijd een dak boven mijn hoofd heb gehad.

Eeuwig dankbaar dat ik vrede ken.

Eeuwig dankbaar dat ik kan genieten (dus meer dan enkel 'ervaren').

Toen ik dit laatst aan iemand vertelde, besepte ik opnieuw dat – hoe rijk dit 'aardse dak' ook is – het voor mij altijd meer is geweest dan dat.

Begin van deze eeuw schreef Steve Rother zijn eerste boeken 'Her-inneren' en 'Welkom Thuis'.

THUIS is hier de ontastbare wereld, waar we als spiritueel wezen zijn 'geworteld'.

De stroom van berichten langs deze kanalen zijn er steeds op gericht om te laten zien hoe de tastbare en ontastbare thuis-werelden samen komen in ons menselijk bestaan, en hoe we in essentie als spirituele wezens in harmonie zijn. Zo breed mag het zijn. Als dit tot ons doordringt, ontroert het diep.

De conflicten zullen blijven ontstaan en ik ga ze niet uit de weg, maar er is tegelijkertijd een dimensie van waaruit we er 'anders' naar kunnen kijken.

Ik kijk graag naar de interviews van Annemiek Schrijver in het TV programma De Verwondering. Je kan zeggen dat het gaat over mensen die via prestaties duidelijk zichtbaar én thuis zijn in de aardse werkelijkheid, maar zich tegelijkertijd kunnen verwonderen en laten inspireren door een ruimere thuis-wereld. Het maakt dat hun persoonlijke beleving herkend wordt als universeel.

Als we in onze geest
naar elkaars handen reiken en elkaars ogen zoeken
om de vrede van het grotere geheel
dan zien we hoe thuis-werelden samen komen

.....

Met je rug tegen de muur en dan één stap verder terug,
is alles liefde.

Thuis (vervolg)

25 februari 2024

Dit jaar, ergens in april, is het 52 jaar geleden dat door een verkeersongeluk mijn leven werd gereset. Een bijna dood ervaring, die de klok van mijn leven weer op NUL zette. Het duurde heel lang voor ik mijn kinderjaren kon terughalen in beelden en gevoel. Die beelden en dat gevoel van de kinderjaren zijn de laatste tijd steeds sterker geworden met geur en al....

Ze voelen als een reddingslijn over dat nulpunt heen in 1972 en nu in 2024. Want de gebeurtenissen in het heden voelen weer als dat nulpunt, de geboorte in een ander bestaan. De 52 jaar, een volle cyclus in de Maya-kalender, komen tot een afronding.

Precies zoals ik het ook ervaren heb in het jaar 2004, mijn 52^e levensjaar. Alle zekerheden vielen weg om ruimte te maken voor iets nieuws. Ik maak deze cyclus in dit leven twee keer –overlappend- mee.

Het is nu ook 52 jaar na het Sirius experiment, beschreven door Drunvalo Melchizedek.

Het is een wonderlijk verhaal dat Drunvalo Melchizedek beschrijft in zijn boek Geometrie van de schepping, deel 2. Hoe er vanuit Sirius een experiment plaatsvindt met de Aarde. Om de Aarde te redden van een gevaarlijke zonne-expansie wordt al het leven in een hologram geplaatst en tijdelijk de menselijke vrije wil buiten spel gezet. Tot eind 1974. Het menselijk bewustzijn evolueert daarna exponentieel tot in 1989 het Christus rasterwerk compleet is... dat opent de mogelijkheid tot Christus bewustzijn voor iedereen.

In 1972 heb ik vlak voor de geplande 'eindtijd' in het verkeersongeluk mijn bijna dood ervaring. Ik kies bewust voor het leven. De eenzaamheid daarna is onbeschrijfelijk. Mijn totale werkelijkheid is verschoven. Gedurende een aantal jaar voel ik me in tweeën gesplitst. Analoog aan het verhaal van de Aarde op dat moment....

In gesprek met een vriendin benoemen we dat gevoel van gespletenheid. Wel op Aarde thuis en aanwezig zijn, maar tegelijk het gevoel dat het net niet 'past'. Niet als een psychisch defect, maar als een realiteit waardoor je op zoek gaat. Er is een deel van leven dat ergens anders thuis is. Het voelt als een voortdurende wake-up call.

Het mooiste cadeau ter bevestiging kreeg ik ooit in een aurareading. Een medestudente gaf mij een reading, maar 'zag' niet bijster veel..... Een docent ging naast haar staan en opperde: 'kijk eens naar de plek achter haar hart'. En daar was het beeld van een bootje op een oceaan aan leven. Het lied 'An ocean inside' is hieruit voortgekomen.

Ik heb 'om een hoekje' leren kijken, in mezelf, maar ook in anderen om de meerdere dimensies van bestaan te zien. In de bijna dood ervaring heeft dit een spirituele dimensie gekregen. Het scheelde niets of ik ging zelf 'het hoekje om'.

*There's an ocean inside and I'm sailing it
quiet on the wind of truth
my inner-eyes wide open
knowing what course to choose*

Wat een prachtig interview vandaag in De Verwondering (Annemiek Schrijver) met Karima el Fillali. In verschillende culturen en geloven grootgebracht, en –zoals ik het voor me zag- steeds opnieuw stappen achteruit zetten om het bredere diepere zelfbeeld te vinden, waarin alles een thuis krijgt, net zolang totdat het 'past' en naar buiten toe kan stralen in een authentiek geluid.

Ik droomde dat ik samen met een ander in een lege ruimte was. We pakten met onze handen allebei een punt boven ons hoofd en begonnen te draaien, eerst langzaam en toen steeds sneller en sneller, tot alles wegviel en de ruimte gevuld was met bollen van licht om ons heen. Het was een sterke levendige herinnering toen ik wakker werd.

Waar ben ik overal thuis? Het voelt grenzeloos.

Verlangen

2 april 2024

Het begint altijd met een verlangen.... Verlangen als heimwee naar vrede, nabijheid en lichtheid. Ook dit woord zou ik willen ontdoen van alle vervormingen, zoals begeerte, dwang of gebrek. Verlangen is het begin van leven. In de vormloosheid is er een heilig verlangen naar vorm en diversiteit en kleurrijkheid.

In de afgelopen paasdagen schakelde ik vaak op TV op zoek naar mooie muziek (*), meestal in een kerkelijke setting. En bijna iedere keer plonsde ik midden in een referaat over onze zondigheid en hoe dat voor ons is opgelost door het kruis en de opstanding. Het begon me tegen te staan, steeds die nadruk op onze gebreken. Ik weet het wel: het is bedoeld als troost, maar voor mij werkt het kennelijk niet. Het doet me teveel denken aan een Bijbelse uitleg over wat goed is en wat fout. Zo is ooit het verhaal van hel en verdoemenis begonnen en dat richt nog steeds veel schade aan.

De Dominicuskerk in Amsterdam is dan een verademing. Ik keek de paasviering online terug en was extra gefocust op dat 'goed en fout'. Het ging helemaal goed, geen allergische reactie in mijn systeem. Alles bleef mooi vrij en neutraal in 'licht en zwaar' (**). En Eva Martens belichtte in haar uitleg heel helder de 'witte ruimte', die in het paasverhaal ontstaat als de vrouwen stil en sprakeloos bij het lege graf staan.

Verlangen is het begin van schepping, het is de behoefte om iets te creëren uit het niets. Eva beschrijft hoe de evangelisten de vrouwen als eerste bij het lege graf zien staan en hoe zij de opdracht krijgen om aan dit gebeuren woorden te geven en het verder te vertellen. Hoe geef je woorden aan dit onmogelijke, aan deze witte sprakeloze ruimte, waar nog niets van bekend is, wat niemand nog ooit gezien heeft? Hoe geef je ruimte aan woorden waar nog geen woorden zijn? Kennelijk is het ze gelukt. Hier zijn vrouwen aanwezig om te getuigen, als symbool van de oerkracht om iets nieuws te baren.

Er is een verlangen om leegte en sprakeloosheid van betekenis te laten zijn en niet te laten verworden tot 'zwijgen'. Het is het 'niet-weten' van Krishnamurti dat ik hier herken. Zonder de beleving van die witte ruimte in onszelf is er alleen maar een herhaling van zetten, een doodlopend spoor.

Kees van Ekris, theoloog des vaderlands, in gesprek met Annemiek Schrijver: 'Ik wil graag het zwijgen over God en Mysterie moeilijker maken'.

*er stroomt geen water
er is geen land
nergens een begin voor later
als de wind waait over 't zand*

*weggevaagd zijn alle zinnen
om te vechten lief en leed
niemand kwam daar mij beminnen
en mij zeggen hoe ik heet*

*op de bodem van het leven
moet ik wel van bron naar bron
als vanzelf weer opgeheven
naar waar het allemaal begon*

(*) Aan te raden een uitvoering van de Mattheus Passion onder leiding van Jonathan Miller en Paul Goodwin (BBC 1994)
<https://www.youtube.com/watch?v=K3SrPkdRqSU>

(**) Zoals in de Inca mystiek, ofwel 'het Andespad'. Dit pad kent geen goed of kwaad, geen positieve of negatieve energie. Het oordeel ontbreekt. Er is alleen lichte ("sami") en zware ("hoocha") energie. Zwaarte –dat eigen is aan het leven op aarde– is in voortdurende transformatie naar lichtheid en ons lichaam fungeert als recyclingperron. Men noemt dat de kunst van AYNÍ. Het verhaal eindigt ook niet in een Apocalyps, maar in een verhoogd bewustzijn van de mensheid als soort. De cirkel is dan rond en begint op een ander niveau opnieuw.

De Geest krijgen (Pinksterfeest)

20 mei 2024

Pinksteren, het mooiste feest in het christendom. Na hemelvaart is er nog dit. Het stopt niet bij ascentie. We stijgen niet alleen op, er komt ook nog weer iets naar beneden. We krijgen de geest....! En het is een geest met een universele taal, die ons herinnert aan eenheidsbewustzijn en onze essentie als spiritueel wezen.

Meestal wordt ascentie gezien als een ultieme gebeurtenis in de ontwikkeling van bewustzijn. Daaraan voorafgaand ontvangen we de Geest. In het bijbelverhaal is het omgekeerd. Na de hemelvaart is het indalen van de Geest het ultieme moment. Het gaat uiteindelijk om de mensen en de aarde. Uit de mond van een kind: 'het is het geest-feest van alle mensen'.

Pinksteren is het feest van ontvangen en doorgeven, de energie laten stromen. Marinus Knoope schrijft in zijn boek 'de creatiespiraal' dat dat de moeilijkste stap is: ontvangen. De opdracht is hier om volop te genieten van het behaalde succes, en het nog groter te maken door het te blijven doorgeven.

Vandaag, een prachtige zonovergoten Pinksterdag. Er is een innige stilte in mijn tuin. Het diepe besef dat Pinksteren gaat over 'ontvangen'. In mijn hoofd klinkt dat liedje van vroeger:

*Heer! Ik hoor van rijke zegen, die Gij uitstort keer op keer;
laat ook van die milde regen, dropp'len vallen op mij neer;
ook op mij, ook op mij, dropp'len vallen ook op mij.*

Ik lees op dit moment het laatste boek van Peter Toonen 'Opgesloten in een piramide'.

In de jaren 90 was Peter één van mijn leraren op het Centrum voor Intuïtieve en Creatieve ontwikkeling (CICO) in Utrecht. Zijn lessen waren liefdevol, wijs en met veel humor. Ik genoot er van. Aan het begin van de lessen was er ruimte voor het delen van ervaringen. Ik vertelde een droom, hoe ik mijn moeder in de wasmachine had gedaan en ik heel kalm op een krukje voor de machine zat te kijken hoe zij ronddraaide en alles werd schoon gewassen. Een prachtig beeld hoe de relatie met mijn moeder schoon werd van al het moeder-dochter-gedoe en tevens de meegekregen voorouderverwarring ophelderde. Mijn onderbewustzijn had het perfecte beeld gevonden en we konden er smakelijk om lachen.

Later was zijn kennis van de Maya-cultuur mede een bron van inspiratie voor mijn teksten en muziek.

En nu dit boek, waarin hij zorgvuldig de menselijke geschiedenis onderzoekt. Ik zie hoe hij de aard van de muren en grenzen verkent en geen blad voor de mond neemt. Hij spreekt zich uit en noemt zichzelf een vrij-spreker. Er is uiteindelijk maar één Waarheid, met tig menselijke interpretaties. Centraal staat de uitspraak van de theoloog Teilhard de Chardin (1881-1955): "We zijn geen mensen die een spirituele ervaring hebben, we zijn spirituele wezens die een menselijke ervaring hebben". Dit geluid hoor ik steeds meer om me heen.

Tussen de regels door

1 juli 2024

...Waar het regelrecht op niets uit liep, bleef alles bij het oude; maar tussen de regels door was er dit nieuw begin, waar ik voor altijd bemin.... Dit schreef ik in 1972 en nu 52 jaar later, is het opnieuw actueel*. De cirkel is rond. Er is een triomferend gevoel: ik heb alle begrenzing die mij als vrouw in dit leven is gesteld, doorstaan. De herhaling stopt. En meer dan dat. Ik heb het creatieve onbegrensde in mezelf behouden en doorgegeven. Het is zichtbaar in de wereld van tijd en ruimte. Het heeft een kleur en vorm en maakt geluid. In haar eigen ruimte is zij bewezen onaantastbaar, samen met alle angst die zij oproept en al het geweld dat haar is aangedaan. Zij is onbevangen.

(Uit: het lied Sterrenkind)

*Vertel me van het zilveren koord,
waarlangs ik je kon dromen.*

*Vertel me woord voor woord,
hoe ik je kan verwelkomen.*

*Wat zou je willen uitstralen voorbij onze tijd
als je kon verdwalen zonder tranen van afscheid.*

Welke regels ga jij dan bedenken voor het levensspel.

En wil je met me spelen, als ik tót tien tél...

Dit is een 'reset-moment' op alle niveaus van mijn bestaan. Iets om te vieren.

Ik dank de godin OYA, die ik aan het begin van dit jaar als oerbeeld heb verwelkomd. Zij is bereid om al het afgedane te vernietigen en nieuw leven te ontvangen.

*... Come and dance with me through the spirals,
step ahead in awareness and fall deep in love.*

*Only in the middle, only in the middle
we'll pick up the on-going sound...*

Bovenstaande voelt voor veel mensen als 'over the top' ik zie de wenkbrauwen omhoog gaan en hoor de tegengeluiden, kritisch, cynisch, twijfelend, gelaten, weg-zappend.....

We worden bestookt met boodschappen dat 'het te laat is', dat we in een trein zitten die doordendert, dat we grenzen nodig hebben voor onze veiligheid, dat we leven in een buitenwereld, die continu verantwoording vraagt en dat we ons moeten 'beheersen'. Op die manier hebben we veel begrenzing en regelgeving verinnerlijkt..... tot het spoor dood loopt in herhaling van steeds hetzelfde en we vaak letterlijk ademnood krijgen.

Het vraagt moed om te luisteren naar een 'eigenvrije' binnenwereld, die weet wanneer iets is afgedaan, wanneer je kunt omkeren en hoe je altijd opnieuw ruimte en tijd kan creëren.

En –als je hét moment herkent- is het belangrijk om er wél bij stil te staan en het te vieren. Om je te laten opgaan in het niet-weten van de oerbaarmoeder, waarin alles mogelijk is. Om het mysterie van het leven toe te laten in je dagelijks bestaan. Onbevangen en onbegrensd.

Elk liefdevol ritueel kan helpen. In de Indiaanse traditie is er de zweethut ceremonie, waarin zuivering de weg vrij maakt voor nieuwe levenskracht. Het haalt je weg van de angst en dat verandert ook meteen je omgeving.

(Uit: het boek AERLIM) "Al het werk is gedaan"

we zitten op het bankje

*tijdens 10 tellen uitademing
valt mijn lichaam uit elkaar*

*mijn moleculen verspreiden zich
eerst over de stad
dan over het land en verder
tot in de uithoeken van het universum*

*tijdens 10 tellen inademing
groeperen de cellen zich tot 'mijn lichaam'
en sluiten alle opgedane informatie in*

*informatie is licht
uit... in ... uit... in...
ik adem met de kosmos uit het licht in*

*zie ook weblog 25 februari 2024

Zij is een oude wijze medicijnvrouw, zittend onder een boom aan de kant van de rivier. Ik zit naast haar en vertel haar dat er tegenwoordig wordt gepraat over reguliere en alternatieve geneeskunde (.....) Hoe zou dit gesprek verder gaan? Het wordt een gesprek met veel vragen, spraakverwarring en verbazing, waarin de logica wordt gezocht en uiteindelijk veel onbegrijpelijk is. Het is eigenlijk bizar omdat alle vormen van geneeskunde oorspronkelijk uit dezelfde bron komen. Ze zijn ontstaan op basis van de kennis van de geneeskrachtige werking van planten, kruiden en mineralen, in combinatie met de kennis van ons menselijk lichaam (fysiek en energetisch).

In de reguliere geneeskunde zijn de bestanddelen van planten, kruiden en mineralen uit hun natuurlijke context gehaald, vervolgens ontleed en chemisch bewerkt. Er wordt getest op werking en bijwerking. De belangrijkste motieven: bestrijding en onderdrukking van fysieke symptomen en controle over leven en dood.

De huidige alternatieve geneeskunde bewerkt ook, maar eerder door middel van verdunning, zonder te ontleden. De werking wordt proefondervindelijk en met kennis van verschillende menstypen vastgesteld. Belangrijk motief: heling door de geest te laten werken (geest en lichaam zijn één). Symptomen zijn daarbij behulpzaam.

Zowel in de reguliere wereld als de alternatieve wereld zijn excessen bekend van financieel gewin door misbruik te maken van de angst van mensen voor ziekte en dood.

Het zijn twee werelden die ver uit elkaar zijn gegroeid en toch zitten ze allebei in mij.

Dus kan ik de innerlijke dialoog voeren!!

Ik bevraag de medicijnvrouw continu hoe ik moet omgaan met dat onderscheid: regulier en alternatief....En ik vind zo mijn eigen weg hierin, zoals de meeste mensen dat wel doen. Maar het is beslist onveilig om dit publiekelijk te bespreken. De uitersten (kwakzalverij en pharma-fraude) liggen onmiddellijk op de loer. Mensen oordelen snel en laten moeilijk iets in 'het midden'. Dat laatste wordt gezien als 'zwak'.

Als beiden werelden in mij zitten en daar een 'midden' vinden, is het pijnlijk als de buitenwereld mij dwingt om te kiezen. En dat geldt voor heel veel dingen die in onze wereld veruiterlijkt zijn in tegengestelden en vervolgens vertaald zijn in wel of niet verantwoord handelen. Tijdens de corona-periode zijn we elkaar moreel de maat gaan nemen, waardoor mensen van elkaar verwijderden, met als dieptepunt de corona-pas. Dat laatste was mij echt een stap te ver. Het voelde toen en nu nog steeds alsof ik van binnen wordt verscheurd. (Voor alle duidelijkheid: ik heb me wel laten vaccineren tegen corona, maar was tegen de corona-pas en heb er geen gebruik van gemaakt. Ik heb ervoor gekozen om meer binnenshuis te blijven.)

Het corona-verhaal heeft een omslag in de maatschappij gebracht. Bij het minste besmettingsgevaar, zoals nu bij kinderziekten, valt men terug op de corona-reactie-stand. Men 'isoleert' op allerlei manieren, zonder overleg. En men zegt dat het mag en juist heel goed is, want al het andere is onverantwoord. En degene die geïsoleerd wordt, moet dat toch meteen begrijpen. Dat daarnaast een ziekteproces ook een helende (signaal)functie kan hebben, is niet aan de orde. Elk risico moet worden geëlimineerd, met de schijn van veiligheid. Het heet dan 'dat men in ieder geval zijn best heeft gedaan'.

Er valt bijna niets meer tegenin te brengen, omdat het gesprek hierover bij voorbaat al meer dan 10 stappen verder is in een universum, dat niet het mijne is. Men gooit hier m.i. het kind met het badwater weg.

Boven de huidige uiterlijke wereld zie ik levensgroot de vraag: 'Hoe kan ik het beste iets of iemand buitensluiten?' En omdat dit verhaal ook in onszelf zit, is de kans groot dat er innerlijk overwegend de vraag is: 'Hoe kan ik me het beste voor iets in mezelf afsluiten?'

En ik zie het om me heen voortdurend gebeuren: uit zelfbescherming, zelfbehoud, onmacht, angst, pijn, verdriet....En de vraag is of je daar nu niet juist ziek van wordt.

De grootste stap die we in deze tijd kunnen zetten, en het grootste cadeau dat we aan onszelf kunnen geven, is alles in onszelf omarmen en BINNENsluiten... dan groeit vanzelf ons bewustzijn tot aan de randen van ons ZIJN, dichterbij de bron, de essentie, het hart en de ziel. Daar wordt alles meer diffuus, neutraal, vloeiend, zacht en mild. De geest kan dan weer haar werk doen. Het leven kan stromen.

De Inca mystiek, ofwel 'het Andespad' helpt hierbij. Dit pad kent geen goed of kwaad, geen positieve of negatieve energie. Het oordeel ontbreekt. Er is alleen lichte ("sami") en zware ("hoocha") energie. Zwaarte –dat eigen is aan het leven op aarde- is in voortdurende transformatie naar lichtheid en ons lichaam fungeert als recyclingperron. Men noemt dat de kunst van AYNÍ. Het verhaal eindigt ook niet in een Apocalyps, maar in een verhoogd bewustzijn van de mensheid als soort. De cirkel is dan rond en begint op een ander niveau opnieuw (zie ook eerdere weblogs).

Wat zou er gebeuren als we als mens het geheel in onszelf omarmen? Zoals:
dader en slachtoffer, overheerser en vluchteling, het vrouwelijke en het mannelijke, de volwassene en het kind, het reguliere en het alternatieve, Schepper en Schepsel, licht en schaduw, eb en vloed, arm en rijk, schuld en onschuld, de vader en de moeder, het geziene en het ongeziene, het zichtbare en het onzichtbare, het onverantwoorde en het verantwoorde, macht en onmacht, kracht en kwetsbaarheid, liefde en angst, leugen en waarheid, het Aardse stof en de Sterrenstof,
.....(noem maar op)

.... dan wordt geneeskunde weer Geneeskunst.

De medicijnvrouw onder de boom aan de kant van het water, knikt tevreden.....

.....

“In het namiddaglicht”
27 augustus 2024

“In den beginne en aan het einde, buiten ruimte en tijd, als eeuwig niets zijnde, als al-enige oergrond, waarin alle mogelijkheden van het leven, de leegte en de bron zijn, is “Wakan” – onze oergrootmoeder, het oervrouwelijke, waaruit alles geboren wordt. Wakan is de cirkel, het alles, het in zichzelf rustende, het ontvangende. En Wakan gaat voortdurend over in “Skwan”, onze oergrootvader, het oermannelijke. Hij is de oorsprong, de heilige schepping. Skwan is de spiraal, het actieve, het scheppende..... Wakan en Skwan houden van elkaar. Skwan schenkt zijn zaad aan Wakan, en als vrucht van hun liefde scheppen zij al het leven.”

Och, wat een heerlijke tekst is dit toch in het boek van Marie-Lu Lörler, ‘Praktische natuurmagie’. Hier heb je de drie-eenheid in al haar oorspronkelijkheid: het Ontvangende, het Scheppende en de Liefde. En in mijn gevoel veel beter dan Vader, Zoon, en Heilige Geest.

Ergens op een bepaald moment –middenin alle drukte van het ‘scheppende’ van onze maatschappij- is dit ‘alles in zichzelf rustende’ bij me binnen gekomen. Meestal ’s middags rond 4 uur, in het namiddaglicht, stroomt deze kracht door me heen. Mensen vragen wel eens of ik niet te veel alleen ben, of ik niet iets mis.... Mensen denken daar ook van alles van als ik boos of verdrietig ben (zie je wel: ze is teveel alleen!)....

Tja, wat kan ik daar tegen in brengen? Het is bijna niet te verwoorden wat ik voel en beleef aan dat moment in het namiddaglicht.... Het is een wonderschoon samenzijn....

Ik heb de neiging om mezelf wat terug te trekken uit de uiterlijke maatschappij: minder netwerken, geen (vrijwilligers)werk, geen sociale media, alleen zorg voor mijn directe omgeving.... Mijn alledaagse werkelijkheid (de tonal-as in het medicijnwiel) is klein en redelijk op orde. Mijn alertheid zit nu meer op de nagual-as in het medicijnwiel, de innerlijke geesteskraft, het onzichtbare, het niet alledaagse. Tja, een beetje wereldvreemd? Misschien wel, maar ik vind het ook wel bij mijn levensverhaal en leeftijd passen.

Maar er is nog een andere verklaring, juist helemaal niet wereldvreemd. Op de nagual-as is een sterke onderstroom zichtbaar van LEVEN, met een grote urgentie voor mensen om te blijven uitstralen vanuit ieders Essentie. Iets wat in de alledaagse werkelijkheid vaak wordt geblokkeerd. Om te kunnen uitstralen vanuit je Essentie is het nodig om in het NIETS te kunnen verblijven. En tegelijk is dat het ALLES van het namiddaglicht, waarin iets nieuws kan worden ontvangen. Dat ‘nieuwe’ is er al en vraagt om te worden ontvangen. Het is de kunst van het Ontvangen zelf, zoals WAKAN in het scheppingsverhaal van de oerreligie.

Drunvalo Melchizedek beschrijft het helder in zijn boek ‘De Kundalini van de Aarde na 2012’. Het is de aards menselijke cyclus van 26000 jaar, waarin de accenten op vrouwelijke en mannelijke energieën elkaar afwisselen. Terwijl we dit in een menselijk lichaam onontkoombaar doorleven, zien we als spirituele wezens tevens het illusie-karakter van het geheel. We hebben een vrije wil!

Ik denk zeker wel dat er in deze wereld verpersoonlijkte krachten zijn die voortdurend bezig zijn om aardse almacht te scheppen en naar zich toe te trekken. Het is een soort macht die anderen overheerst. Er worden mensen misbruikt en vernederd, ook degenen die maatschappelijk besturen en leidinggeven.

In het namiddaglicht kijk ik er naar. En dan zie ik hoe ik een keuze heb om iemand te zijn, vrij van de ‘weerhaakjes’ voor dit foute machtsverhaal. De compassie is dan oneindig, in harmonie met de oorspronkelijke drie-eenheid.

In de boeken van Lynn Andrews zijn medicijnvrouwen aan het woord en ik luister in het namiddaglicht:

“We zijn net als die berg.... de reikwijdte van haar macht en haar schoonheid wordt aan het oog onttrokken; aan de bovenkant verliest ze zich in een droom. Voordat we tot onze aardse levensloop geboren worden, wachten we op een grote zegening: onze kans om op aarde te worden geboren. We weten dat we hier komen om verlicht te worden. Op het moment dat we geboren worden, begint de droom. Net als de wolk die de bergtop verbergt, vertroebelt de droom ons ware zien. We moeten een krachtige wind doen opsteken om de wolken te verdrijven. Dan kunnen we het totaal van ons zijn zien, werkelijk zien – de stille berg die we zijn. Dat is het waar het in het leven om gaat: het ontwaken uit de droom. We zijn hier gekomen om verlicht te worden, maar dat is nu juist waar we het meest bang voor zijn....”

“Zoals ik het zie, is persoonlijke macht het begrijpen van de geest van de magische energie die door alle wezens heen stroomt. Een medicijnman of –vrouw kan die macht omzetten in genezende en transformerende krachten om zichzelf en anderen daarmee te helpen.....”

“Macht is sterkte en het vermogen om jezelf te zien door je eigen ogen en niet door die van anderen. Het is het vermogen om een cirkel van magische kracht om je eigen voeten heen te trekken en niet de magische kracht van iemand anders cirkel te pakken. Ware macht is liefde....”

“De eerste les van macht is dat je alleen bent. De tweede les van macht is dat wij allen EEN zijn”.

“In het verhaal van de aarde is de vrouw het grondbeginsel en het uiteindelijke principe... Zij draagt de leegte”.

.....

♪ “I give in”

Zondag 22 september 2024

Altijd geaarzeld om met dit lied naar buiten te komen. Het lied kan zo’n beetje alle allergische reacties oproepen over de schaduwkant van rigide onderdrukkende religieuze uitingen. En toch was het lied er opeens in 2009. Het kwam uit mijn tenen, meer ‘van onderaf’ dan ‘van bovenaf’. Het kwam vanuit de overtuiging dat ‘overgave’ op zich, ook in spirituele zin, niet verkeerd is. We hoeven er niet bang voor te zijn. Ik wilde het toen uitzingen.... en de laatste tijd steeds meer...

Het is het gevoel dat we ‘schat-plichtig’ zijn aan de kracht van een groter geheel, de innerlijke rondheid van het leven zelf. Schatplichtig, als in dankbaar dat we bestaan in deze overvloed, deze kracht, deze schat aan leven.

Ervin Laszlo schrijft in zijn laatste boek ‘De grote verandering, op weg naar een betere wereld’ (2023):

“.....Er is een kracht in het universum – een tropisme of attractor – die niet-willekeurige interacties verleidt tot het vormen van complexe entiteiten, entiteiten die een samenhang vertonen, zichzelf in stand houden en zich ontwikkelen naar hogere niveaus van coherentie en complexiteit.Er is sprake van een evolutie die noch willekeurig, noch van buitenaf is opgewekt...”

Ervin citeert het 21^e vers van de Tao Te Ching:

“De grootste Deugd is het volgen van de Tao en alleen de Tao.
De Tao is schimmig en ongrijpbaar.
Ongrijpbaar en ontwijkend, en toch is er binnenin een vorm.
Schimmig en donker, en toch is er binnenin een vitale kracht.
Deze vitale kracht is echt en je kunt erop vertrouwen.”

Ervin schrijft verder:

“... dit is The Force, waarvan jonge mensen wensen dat die ‘met hen’ is. Het bestaan van deze kracht komt tegenwoordig opnieuw aan het licht in fantasy- en fictieboeken en –films, en was in de spirituele tradities al duizenden jaren bekend....”

♪ I give in
I give in to you, I confess to your light
I open up to your word, from the beginning to abide
I give in to your love, that makes my life whole
I open up to your sound, to be heard from the soul.

Dit eerste couplet kan nog wel thuis horen in een kerkdienst. Dan zou wel ‘You’ met een hoofdletter moeten worden geschreven. En ook het Woord zou met een hoofdletter moeten. Dan klopt ook het woord Abide, gehoorzamen. Maar geen van deze woorden staat hier met een hoofdletter, want het gaat over het lied van de ziel. Het komt niet van buitenaf.

I give in to my heart, I confess who I am
I open up to the stars, from the beginning my stem
I give in to the love, as a well from within
I open up to the sound and the joy it will bring.

Dit tweede couplet zou al wel verwarring oproepen in een kerkdienst. Mijn hart, wie ik ben... is het enkel kleinzieligheid? Om welk ‘ik’ draait het hier? Iemand zei ooit tegen mij dat hij niet houdt van een tekst die steeds met ‘ik’ begint, te egocentrisch. Diezelfde opmerking kreeg ik bij het lied “I cannot not”. Diegene hield ook niet van teksten met steeds een ontkenning er in... Wat moet ik dan zeggen?

We mogen allemaal het goddelijke in onszelf hardop belijden: ‘I am who I am’.
En de sterren die mijn ‘stam’, mijn herkomst zijn...? Er is hier sprake van een universele verwantschap. Het is de liefde die als een eeuwige innerlijke bron blij maakt.

I give in to these times, I confess to what I know
I open up to planet earth, from the beginning my home
I give in to my love for all that exists
I open up to the sounds for eternal bliss.

In dit couplet wordt gejuicht.... Ik ben een kind van mijn tijd en ik ga ervoor. Ik belijd mijn innerlijk Weten. Moeder Aarde –met alles erop en eraan- is mijn Thuis. Ik luister en verklaar mezelf gelukzalig.

I give in to you, I confess to be lost
I open up to let you in, from the beginning I trust
I give in to your arms that draw me nigh
I open up to the sound of our wings to fly.

In dit couplet komt de kwetsbaarheid en de nederigheid. Het is de Tao die schimmig, ongrijpbaar en donker is. Ik vertrouw op de kracht en de vorm daarbinnen en geef me eraan over. Het trekt mij naar zich toe en iedere keer weer is daar klank en geluid, nog eerder dan een woord. En dát geeft ons vleugels.

I hear truth in your confessions
I see grace as you create
I find comfort in your presence
I feel power to be great and to be humble,
to be strong and to stumble,
to be lost and to be found,
to be the one and never lonely,
to be restless and in peace only.

Dit deel van het lied is een soort intermezzo, qua ritme en melodie. Hier ben ik voorbij de Overgave. Ik sta te luisteren, te kijken, te voelen, in mijn volle essentie en omarm de aardse dualiteit en diversiteit.

*I give in to you, I confess to be lost
I open up to let you in, from the beginning I trust
I give in to your arms that draw me nigh
I open up to the sound of our wings to fly.*

Toen ik in 2009 werkte aan mijn eerste voorstelling, was ik steeds op zoek naar de plek waar de meeste energie was, zodat het hele proces met een team van 15 mensen moeiteloos zou verlopen. Als we in het productieproces moesten duwen en trekken, was dat een teken dat we met de verkeerde dingen bezig waren. We waren steeds op zoek naar het midden van de stroom. Ervin Laszlo noemt dat 'met de kracht meegaan'.

YouTube: aerlim09

Moederen

1 november 2024

Niet te verwarren met 'bémoederen', dat meer de betekenis heeft van betuttelen en begrenzen. Ik wil terug naar het eenvoudige 'moederen'. Daar hoeft je geen moeder, en ook geen vrouw voor te zijn. We zouden in deze tijd veel meer moeten moederen.

Ik bedoel: een schoot bieden, elkaar een veilige plek bieden om te groeien en te transformeren, daar waar kwetsbaarheid wordt erkend en beschermd, en ruimte wordt geboden aan liefdevolle persoonlijke macht. Het is een plek van 'Grace': genade en schoonheid en dankbaarheid in één. Moederen is omarmen en omarmd worden.

Terwijl ik dit schrijf, slaat de twijfel toe. Kan ik dit nog wel zo zeggen? Is er een maatschappelijke context voor? Wil nog iemand hiernaar luisteren?

In de jaren negentig heb ik tijdens de intuïtieve trainingen genoten van de oefeningen om in onszelf het onderscheid te voelen tussen de vrouwelijke en mannelijke energie. Wat een rijkdom om dit te laten stromen, te herwaarder en de innerlijke balans te herstellen in een omgeving, die gedomineerd werd door mannen. En dit gold zeker ook voor de mannelijke deelnemers.

In deze tijd zijn veel mensen aan het 'transgenderen', op zoek naar ware identiteit. De strikte tweedeling man-vrouw voldoet niet om het ware mens-zijn vorm te geven. De werkelijkheid is kleurrijk en dat wordt openlijk getoond. We doen daarmee niets nieuws. In vroeger tijden waren we hierin ongetwijfeld meer open en veel vrijer, dan in de laatste paar eeuwen.

Maar...! Wat mij verdriet doet is dat het onderscheid tussen vrouwelijke en mannelijke energie ook lijkt te verdwijnen. We zijn nu allemaal 'alleen maar' mens. En dan gooien we m.i. het kind met het badwater weg. In gesprek hierover met vrienden en bekenden, voel ik de grond onder mijn redenering langzaam verdwijnen. Ik krijg lege blikken.... geen context meer om te landen. Mijn verhaal blijft in de lucht hangen, en wordt op die manier 'zweverig'.

De kracht in het medicijnwiel van de inheemse bevolking van Amerika, met haar vier windrichtingen verbonden met vrouwelijke en mannelijke kwaliteiten, verliest steeds meer haar vanzelfsprekendheid.

Sinds kort heb ik weer contacten binnen een feministisch netwerk, nog zoekende wat ik daar kan halen en brengen. In de jaren zeventig en tachtig was ik actief in het vrouwenwerk met een duidelijke visie op de ontwikkeling van de positie van dé vrouw in de maatschappij. Door de jaren heen is voor mij het accent komen te liggen op zelfbewustzijn als het gaat om vrouwelijke en mannelijke energie, in onszelf en de kansen die de maatschappij geeft aan vrouwelijke en mannelijke energie in termen van kwaliteiten.

Ik heb het gevoel dat de discussie nu verwatert en tussen mijn vingers door wegglipt.....

Op 27 augustus schreef ik:

Om te kunnen uitstralen vanuit je Essentie is het nodig om in het NIETS te kunnen verblijven. En tegelijk is dat het ALLES van het namiddaglicht, waarin iets nieuws kan worden ontvangen. Dat 'nieuwe' is er al en vraagt om te worden ontvangen. Het is de kunst van het Ontvangen zelf, zoals WAKAN, het oervrouwelijke, in het scheppingsverhaal van de oerreligie. Drunvalo Melchizedek beschrijft het helder in zijn boek 'De Kundalini van de Aarde na 2012'. Het is de aards menselijke cyclus van 26000 jaar, waarin de accenten op vrouwelijke en mannelijke energieën elkaar afwisselen. Terwijl we dit in een menselijk lichaam onontkoombaar doorleven, zien we als spirituele wezens tevens het illusie-karakter van het geheel. We hebben een vrije wil!

Ik wil dat we ons bewust zijn van de wisseling van energie binnen de cyclus van 26000 jaar. Na 13000 jaar, waarin het accent lag op mannelijke energie, komt nu de tijd voor vrouwelijke energie om de boventoon te voeren.

Ik wil dat de bron van het 'moederen' nadrukkelijk herinnerd wordt, zoals in het scheppingsverhaal uit de oerreligie:

"In den beginne en aan het einde, buiten ruimte en tijd, als eeuwig niets zijnde, als al-enige oergrond, waarin alle mogelijkheden van het leven, de leegte en de bron zijn, is "Wakan" – onze oergrootmoeder, het oervrouwelijke, waaruit alles geboren wordt. Wakan is de cirkel, het alles, het in zichzelf rustende, het ontvangende. En Wakan gaat voortdurend over in "Skwan", onze oergrootvader, het oermannelijke. Hij is de oorsprong, de heilige schepping. Skwan is de spiraal, het actieve, het scheppende, en komt in ons zonnestelsel met de melkweg overeen. Wakan en Skwan houden van elkaar. Skwan schenkt zijn zaad aan Wakan, en als vrucht van hun liefde scheppen zij al het leven."

(Uit: 'Praktische natuurmagie' van Marie-Lu Lörler)

Ik wil dat de medicijnvrouwen worden gehoord:

"In het verhaal van de aarde is de vrouw het grondbeginsel en het uiteindelijke principe... Zij draagt de leegte".

Ik wil elke dag met de trommel als vrouw het lied zingen:

*In de Geest van het Zuiden, in onschuld en vertrouwen, als water
het kleine meisje in mij, hallo klein meisje
In de Geest van het Noorden, in wijsheid en kracht, op de top van een berg,
de vrouw in mij, hallo vrouw
In de Geest van het Westen, in de heilige droom, dood en wedergeboorte, in een bos, de man
in mij, hallo man
In de Geest van het Oosten, in de verlichting, op de vlakte met de opgaande Zon, de kleine
jongen in mij, hallo kleine jongen
Dat jullie in mij met elkaar verbonden mogen zijn,
Dat jullie mijn schilden mogen zijn.
Hallo Kracht, Hallo Kwetsbaarheid
Hallo Harmonie in kracht en kwetsbaarheid
Dat jullie mogen zijn als een rivier in mij en dat ik de rivier mag zijn.*

(voor de man is in dit lied het geslacht tegengesteld)

“... voor de ziel...”

30 november 2024

Als je herkent wat ik hieronder schrijf, doe het dan steeds vaker.... het is zo belangrijk in deze tijd:
elke dag een moment voor de ziel.

Voor mij is het dat kleine mooie uurtje voor de avondschemering.....een lichtval door de ramen, op ‘mijn plek’ in de kamer, soms muziek, soms stilte, kan ook met een handwerkje of een puzzel; heel anders dan (enkel) genot of ontspanning, eerder volledig op mijn gemak.

En daar dan met alles wat ik -op dat moment en helder bewust- ben, eenvoudig middenin zitten en ‘stromen’.

Ik moet denken aan een verhaal van Carlos Castaneda, hoe zijn leraar hem opdraagt om in huis zijn eigen machtsplek te vinden. Hoe Carlos zijn best gaat doen en op zoek gaat en uiteindelijk uitgeput ergens in slaap valt, precies op de goede plek.

Poezen zijn hier goed in. Niet voor niets kreeg ik dit gevoel, toen ik op school leerde schrijven en voor het eerst het woord *POES* schreef. Hoe ik het me helemaal EIGEN maakte, zodanig dat ik op elk moment kan teruggaan in de tijd en in de huid zit van dit kind. Later vond ik in Drenthe een houten beeldje van een opgerolde poes. Die is nog steeds bij me.

Het is een intens gevoel van ‘bestemd zijn’ zonder het woordje ‘voor’.

Het moment heeft geen toekomst, hooguit een verleden met ergens een herinnering aan eeuwigheid. Dit beleven zou ik willen doorgeven aan de eeuwigheid. Hiermee ben ik het leven op aarde ingegleden en met dit beleven zou ik er ook weer uit willen glijden.

Het is een alles-in-een gevoel van vrede en dankbaarheid.

Het is wat Leonie Jansen en Carel Kraaijenhof beleven aan het lied ‘Klaverveld’, ‘daar bij de dijk van de Beemster’. In het filmpje op Youtube is ook de schoonheid te zien wanneer twee mensen vanuit bezieling echt op elkaar betrokken zijn en samen iets moois creëren.

Het is de beleving van het Veld van Overvloed van de inheemse bevolking van Amerika. De wereld, die ons nu uiterlijk omringt en waarin wij uiterlijk leven, is doordrenkt van de gedachte dat er schaarste is. Voor de ziel is dat fictie, onwerkelijk. De potentie om te bedenken en te manifesteren is feitelijk oneindig. En met de intentie om te delen, is er geen schaarste, en ook geen neiging tot verkwisting!

Dit sluit aan bij het woord ‘stromen’ dat ik eerder gebruikte. In de intuïtieve trainingen leerden we onze eigen ruimte in (eigendom) te nemen en onze energie te laten stromen. Dat was goed voor ons zelf, maar het was beslist geen gesloten (ego)circuit. Juist het stromen benadrukte de verbondenheid met elkaar, planeet aarde en het universum....er was altijd de intentie van het delen met al het leven om ons heen. Het delen gaf een gevoel van rijkdom en overvloed.

Misschien helpt het dat ik een oktoberkind ben en zal ik altijd –zoals in het lied van Liselore Gerritsen- ‘een herfsttag als een lentedag bezingen....’

En zoals in dit oer-natuurlijke proces, waarin tegelijkertijd dingen sterven en er wordt geoogst, zo zet ik in mezelf steeds weer opnieuw die twee werelden van overvloed en schaarste naast elkaar. Ze overlappen elkaar en ik laat ze in vrede met elkaar.

Als neutrale energetische grootheden hebben ze elkaar nodig – als Yin en Yang - om een gezonde balans in het leven te houden.

Ik denk nu dat ik van jongs af aan heb geweigerd om die twee uit elkaar te halen!

De titel van mijn website en van de voorstelling in 2010 “Toen was er tijd over” is een statement van overvloed in mijn leven, tegenover de beangstigende en eenzijdige boodschap van schaarste.

Overvloed en schaarste in vrede naast elkaar ik heb het geprobeerd te verwoorden in de voorstelling in 2010 en in het voorwoord van mijn tekstbundel 'Aan de kant van het water':

"Het begint altijd met een diep verlangen. Elk woord en elke muzieknoot lijkt dit verlangen tekort te doen of dreigt het te vernietigen. En dan op een dag lukt het om een tekst en een melodie te maken die rust en vrede brengt. Voor even, want het verlangen komt weer terug, nog heviger. Het is zoet en bitter tegelijk, beiden op zoek naar bevrijding. In dit verlangen kristalliseren titels en zinnen, als boodschappers, uit een wereld waar het totale verhaal al bestaat. Ik hoef alleen maar te luisteren...."

Wens voor 2025

31 december 2024

Als wens voor 2025 zijn er de eerste drie coupletten uit het lied 'Kindervuur':

*In ons leeft het Kindervuur
als zon en maan tegelijk
ons gezicht verwarmen,
als alle goden in ons hemelrijk
de vrede op aarde omarmen.*

*In ons leeft het Kindervuur
als engelenstemmen hoorbaar zijn
en van de toekomst zingen,
als wij elkaar voor altijd
met liefde willen omringen.*

*In ons leeft het Kindervuur
als hét verhaal van hét begin
ons steeds weer thuis doet komen,
als in het diepst geheim van de nacht
je wakker wordt van stoutste dromen.*

.....

Tja, wat zijn de 'stoutste dromen' voor 2025? Misschien is er wel een antwoord in het vierde couplet:
In ons leeft het Kindervuur, als hoofd en hart tegelijk de wijsheid toebehoren....

"Zwart Licht"

11 februari 2025

"De Zwarte Madonna wordt zwart geportretteerd, omdat zij 'zwart licht' uitstraalt, dat ons toestaat om verder te kijken dan het wereldlijke, dat ons toestaat om voorbij het dagelijkse en het wereldlijke te gaan en te treden in de diepere aspecten van de wereld, van oprechte religiositeit, van spiritualiteit, van psyche die zowel pneuma als numen bevat.

Haar 'zwarte licht' verlicht. En onder dat zwarte licht kunnen we in daglicht of in nacht ook 'haar bron en de kracht van Zuivere Liefde' zien. Ondanks of door kleineringen van de Heilige Moeder met haar zwarte huid schijnt ze, vanaf het verbindingspunt tussen twee werelden, nog steeds haar ongewone licht over ons. Zodat we allen mogen kijken zoals zij kijkt. Volledig ontwaakt. Met wijdopen ogen. Alle werelden, alle waarden. Siempre. Altijd."

(Uit: "De kracht van de ongebonden vrouw", van Clarissa Pinkola Estés)

Ik droomde dat 'iemand' mij meenam naar een meest donkere plek. Ik vroeg waar ik was, ineen gerold. 'Iemand' zei: 'dit is de uiterste grens van jouw/het universum'. Toen ik wakker werd, besepte ik dat de grens weg was. Ik had het gezien.

Wat betekent dit? En waarom word ik zo blij van de tekst over de Zwarte Madonna?

Ik moet opnieuw denken aan de film "As it is in Heaven", een Zweedse film uit 2004 onder regie van Kay Pollak. Ik schreef er twee jaar geleden al over: Een film waarin gaandeweg alles aan het licht komt. De rol van de dorpsdominee is exemplarisch voor hoe de behoefte aan controle –onder het mom van rechtschapenheid- dood en verderf zaait. En dan het lied van Gabriella die alle controle en begrenzing ontwapent door te kiezen voor het leven.

Lee Harris geeft in zijn maandelijkse energie-update voor deze maand uitleg over de 'splitsing van werelden'. Volgens hem gaat het om de erkenning dat er om een dieper zelf-gevoel wordt gevraagd, en ware zorg voor het zelf. Het gaat niet om egoïstisch zijn. Het kan juist leiden tot meer onbaatzuchtigheid en begrip van de ander. Het is het begrijpen van de wereld als een zeer multidimensionale plek met overal verschillen.

En dan is er de uitnodiging om HET MAGISCHE EN HET MAGNETISCHE te omarmen en toe te staan, en hoe dat leidt tot beleving van synchroniciteit, hoog-energetische verbinding met anderen en een gevoel van diepere verwondering en dankbaarheid voor het leven.

Er is de genezing van VROUWELIJKE ENERGIE. Waar hebben we het vrouwelijke (persoonlijk en wereldwijd) verlaten? We zijn hier allemaal vanwege het vrouwelijk lichaam!

Clarissa vertelt in haar boek het schrijnende verhaal van 'de Heilige Moeder achter de muur', in de Onze Vrouwe van Guadalupe-parochie in Noord-Denver. De gewijde muurschildering van onze Vrouwe, -zoals ook wel genoemd de vrijheidsmoeder, de Ene die begrijpt-, geschilderd en volop levend van 1975 tot 2009 op de muur achter het altaar, werd afgedekt door een witte gipsplaten muur. Alle protesten vanuit de gemeenschap hielpen niet. De muur is er nog steeds. Op de muur is een afbeelding geschilderd van Christus aan het kruis. En het gezicht van de Vrouwe achter de muur is ernstig beschadigd.

Lee Harris schrijft over de OPKOMST VAN BEWUSTE WOEDE. Het laat ons zien waar we een grens moeten hebben en bewust kunnen zijn hoe we dat communiceren.

Ik maak het allemaal van nabij mee! En het 'zien' geeft troost en perspectief, zoals de blik van Zwarte Madonna, van niet alleen 'hier', maar ook in 'ver weg'. Zij kijkt op haar eigen ongewone 'zwarte manier'. Het zwart licht van het ultraviolette spectrum, dat door zijn onzichtbare lange golf uitzending de verborgen dingen, vormen, de aard van de kleuren.... onthult. Het zit op de scheidslijn van wakend bewustzijn en droombewustzijn. Het gaat over het heilige Nahuatl woord *Ometeotl*.

Ik maak het allemaal van nabij mee. Dwars door alle zwaarte, voelt het als een belofte die wordt vervuld.

In de schaduw 6 april 2025

Mijn buurman laat de bomen in zijn tuin zo hoog groeien dat ik geen zon meer heb in mijn tuin. Ik weet niet of ik er boos of blij van word. Een paar jaar terug heb ik er nog wel wat van gezegd, maar dat had geen effect. In die bomen zingen en nestelen nu vogels en op hete zomerdagen is er een natuurlijke beschutting. Ik mis alleen die ochtend-voorjaarszon, die nu niet meer in dat ene hoekje van de tuin kan komen.

Wat is er nog meer in de schaduw? Onzichtbaar en beschut.....

Soms struin ik op het internet rond, als in een boekwinkel. Onbewust doelgericht komt er dan altijd wel iets naar mij toe. Nu vond ik het boek 'Mijmeringen in de schaduw' van de Vlaamse filosoof Ulrich Libbrecht (1928-2017). Een boektitel, die refereert aan 'zowel letterlijk het dagelijks zitten en reflecteren in zijn tuin, als metaforisch het verdwijnen uit de spotlights van de maatschappelijke activiteit...' Hij schrijft:

"Ik heb in mijn leven grote verheven landschappen gezien, die mij overdonderden, mij een gevoel van kleinheid gaven en toch grepen ze mij niet in het hart en bleef mijn ontroering esthetisch. Bergen en woestijnen, wouden en meren zongen een goddelijk lied, maar ze zongen te luid. Mijn beek zong een kinderlied waarnaar mijn hart luisterde zonder er moe van te worden."

"... een landschap, waar de leegte domineert, waar de dingen in wegzinken en zichzelf 'nietsen'. Dit is het mystieke landschap dat alle ruimte biedt aan dat ontroerbare hart van mij. Er opent zich een dimensie die wij niet zien als we rusteloos over de oppervlakte rondrennen langs euclidische rechten. Doorheen dergelijk landschap kijkt men 'God' in het gelaat, proeft men het Grote Mysterie en klopt het hart mee met het ritme van de natuur."

Net als met Krishnamurti zou ik wel graag met Ulrich Libbrecht naast elkaar op een bankje zitten, als twee vrienden.

Ulrich vindt 'het' in de chinese wijsheid:

"ik denk dat de taoïsten met *wu-wei* bedoelen: laat het land met rust; dan wordt je hart rustig en hoor je de diepte."

Mijn gedachten gaan naar het medicijnwiel van de inheemse bevolking van Amerika, met haar tonal-as en nagual-as. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de zichtbare krachten op de 'tonal-as' (noord-zuid) en onzichtbare krachten op de 'nagual-as' (oost-west).

In combinatie met Groot Mysterie, 'de leegte van Al Wat Is'. Hier wordt onderscheid gemaakt met Grote Geest. Volgens het scheppingsverhaal van deze oerreligie begint het verhaal bij WAKAN, de oergrootmoeder, 'het alles in zichzelf rustende'. En WAKAN gaat voortdurend over in SKWAN, de scheppende geest....

"In den beginne en aan het einde, buiten ruimte en tijd, als eeuwig niets zijnde, als al-enige oergrond, waarin alle mogelijkheden van het leven, de leegte en de bron zijn, is "Wakan" – onze oergrootmoeder, het oervrouwelijke, waaruit alles geboren wordt. Wakan is de cirkel, het alles, het in zichzelf rustende, het ontvangende. En Wakan gaat voortdurend over in "Skwan", onze oergrootvader, het oermannelijke. Hij is de oorsprong, de heilige schepping. Skwan is de spiraal, het actieve, het scheppende..... Wakan en Skwan houden van elkaar. Skwan schenkt zijn zaad aan Wakan, en als vrucht van hun liefde scheppen zij al het leven....."
(Uit: Praktische Natuurmagie, van Marie-Lu Lörler)

In mijn gedachte begeeft Ulrich Libbrecht zich al wandelend in WAKAN, *wu-wei*....

Ulrich was in België hoogleraar in de filosofie van China, boeddhologie en comparatieve filosofie. Kende hij het verhaal van WAKAN en SKWAN? In zijn hart kende hij het in ieder geval wel. Hij schrijft:

"...weemoed is de notenbalk waarop ik zowel de lach als de traan schrijf, het draagvlak van al mijn ontroeringen. De weemoed is de grondklank van mijn wezen, maar wie of wat is de schepper van deze dragende klank?.... de mysterieuze on-grond, een oneindigheid...."

"Nooit word ik mijn eigen moeder, nooit word ik de zuivere ruimte, de reine oerkracht. En daarom is de weemoed mijn grondgevoel, het is heimwee naar de onvergankelijke echtheid.

Daarom ook koester ik de weemoed en laat niet toe dat ze zich vertaalt in vreugde en verdriet, gevoelens die gebonden zijn aan de dingen en mij onttrekken aan de diepte..."

.... en daar had ik nu wel –samen op een bankje- met hem over willen mijmeren.....over dit en over de wijsheid van de heks en de medicijnvrouw....

(wordt eventueel vervolgd)

In de schaduw (vervolg)

18 mei 2025

'Wat is er nog meer in de schaduw? Onzichtbaar en beschut....' Ik zie dan een klein kind, onder de jas van een moeder.

Ooit, ruim 40 jaar geleden, vroeg iemand aan mij of ik wel (genoeg) naar mijn schaduwkant keek. Het was een turbulente tijd in mijn leven, waarin ik mij kwetsbaar voelde. De opmerking had die dubbele bodem van goed bedoeld paternalisme: 'je doet iets niet goed en het zou wel goed voor je zijn!' Het kwam hard aan en voelde leugenachtig vanwege die dubbele bodem.

Maar nog steeds is er dat stemmetje van binnen: '...je hoort echt naar je schaduwkant te kijken!' Ik kom er steeds meer achter dat juist dit stemmetje dé Schaduw is.

In dit blog wil ik het graag hebben over de schaduw als beschutting, bescherming van het kwetsbare, het onzichtbare... en het verrast me hoe de schaduw-stem er steeds als stoorzender tussen zit. Kennelijk wil dit gehoord worden. En het zal bij veel mensen zo leven.

Ja, de schaduw die wordt gemaakt om te verhullen, te verzwaren, te (be)heersen en te vernietigen, is groot aanwezig. "Schaduw, we zien je en horen je. Jij bent de schaduw met een oorzaak, waarnaar we op zoek kunnen gaan binnen in onszelf en in de wereld. Wat jij verhuult, moet aan het licht komen."

.....

En nu de schaduw als beschutting van het kwetsbare, wat niet direct aan het licht hoeft te komen... je kan het alleen zien als je ook in de schaduw gaat zitten en het daar laat, beschermd, juist om te kunnen groeien in een unieke eigenheid. Als onder de jas van een moeder.

"Jij bent de schaduw die wordt gegeven; de schaduw die bestaat in een natuurlijke eenheid met de bron van het licht, binnen in mij en in de wereld om ons heen. Als ik jou voor op mijn pad zie, weet ik dat de zon in mijn rug is."

Vandaag hoorde ik opnieuw het verhaal van Prinses Irene in gesprek met Annemiek Schrijver. Over de beschutte plek bij een vijver, waar zij als kind vaak kwam. Hoe zij als volwassene een moment van eenheid beleefde in de Zwitserse Alpen en hoe zij in Afrika het had uitgeschreeuwd: 'Ik ga het zeggen!' Alles wat in de schaduw en beschut aan eigenheid had kunnen groeien, moest wel vanzelfsprekend (en juist niet als schaduw-stem) aan het licht komen.

Het herinnert me aan hoe ik me voelde in het jaar 2009 en naar buiten kwam met eigen teksten en muziek: 'Ik ga het zeggen, alles wat in de schaduw aan eigenheid is gegroeid!'

Het is een oproep, die ik de laatste tijd meer hoor aan iedereen: 'Als kwetsbaarheid en eigenheid van (zich)zelf mogen spreken, doe het dan'.

Zingeving?

9 juli 2025

Ik begin me te ergeren aan al die artikelen over zingeving. We moeten kennelijk iets doen, zodat we zin krijgen...in ons leven? Het voelt als een aanklacht tegen alle moeders die ons hebben gedragen en alle vaders die ons hebben verwekt. Ik hoor de tegenstemmen al: 'natuurlijk niet, die kunnen er ook niets aan doen!'

En daar zit precies mijn ergernis, om de stellige overtuiging dat we niet om dit leven hebben gevraagd. Volgens mij is dat slechts tot op zekere hoogte waar.

En als je in je ziel kijkt, zie je de vurige wens om hier nu op Aarde te zijn. Dit leven is gegeven met zin en al. Met je aanwezigheid is er een belofte aan jezelf vervuld, dus reden tot een leven lang betekenis en dankbaarheid! Dit is het zielsbesef waarmee je 's ochtends wakker wordt en roept: "Hoera, ik ben er".

Dit is wat we ons moeten blijven herinneren in dit leven met alle lichte én loodzware kanten. Door zwaarte verliest ons leven niet opeens haar zin, ook al vraag je je soms af hoe mensen de zwaarte in hun leven nog 'trekken'. Maar dat is heel wat anders. Die zwaarte doet een nadrukkelijk beroep op ons allemaal, op ons vermogen tot compassie, genade en vergeving.

Ik krijg de indruk dat de aanleiding tot al dat gepraat over zingeving vaak voortkomt uit verveling. Doordat we niet de kristalheldere eenvoud van onze incarnatie op Aarde omarmen, is er dagelijks een probleem: 'Hoe kom ik de dag een beetje nuttig door?'

Als ik op straat loop of in het openbaar vervoer reis en om me heen kijk, zie ik maar 10% gezichten, verder alleen gebogen hoofden boven schermpjes die de bedoeling hebben ons te vermaken. En als het ouders zijn, lopen kleine kinderen er zwijgzaam en volgzaam achteraan. Zij zijn de spiegel van onze verveling. Er is geen enkel excuus dat dit goedpraat!

Op dit bewustzijns-kantelpunt in de tijd snakken we naar nieuwe dingen. We kicken erop en zijn zeer gevoelig voor verslaving. Tenzij ik het helemaal fout heb en juist het uren koekeloeren op een schermje ons door het kantelpunt in de tijd heen sleept...?! We verdoven onszelf liever, dan met open zintuigen én verstand én gevoel én intuïtie midden in het tumult te staan.

Zielsbesef is geen voorwaarde voor hoogwaardige menselijkheid. Ik ken mensen die zonder bewust zielsbesef elke dag leven om het 'goede' te doen volgens een gezond moreel kompas. Misschien omdat zij hebben ervaren hoe anderen hen goed deden of juist het omgekeerde, en zij het daarom beter willen doen. Zielsbesef is ook geen garantie voor het hoogste Goed. Er zijn mensen mét zielsbesef, die de autonomie van andere mensen misdadig schenden, om redenen van macht. Dat herinnert me weer aan de prachtige uitspraak over 'macht' van een medicijnvrouw in de boeken van Lynn Andrews:

"Zoals ik het zie, is persoonlijke macht het begrijpen van de geest van de magische energie die door alle wezens heen stroomt. Een medicijnman of -vrouw kan die macht omzetten in genezende en transformerende krachten om zichzelf en anderen daarmee te helpen....."

"Macht is sterkte en het vermogen om jezelf te zien door je eigen ogen en niet door die van anderen. Het is het vermogen om een cirkel van magische kracht om je eigen voeten heen te trekken en niet de magische kracht van iemand anders cirkel te pakken. Ware macht is liefde...."

"De eerste les van macht is dat je alleen bent. De tweede les van macht is dat wij allen EEN zijn".

Dromen en wiegen

24 augustus 2025

Op 13 oktober 2023 schreef ik over 'aarden en ontaarden'. Net zoals toen heb ik nu behoefte aan 'aarden' en 'gronden' zoals mij ooit is geleerd in de intuïtieve trainingen in de jaren 90 van de vorige eeuw. Ik haak aan bij het middelpunt van de Aarde en het middelpunt van de kosmos.... zo blijft er beweging, de doorgaande stroom van leven. Alles is en ik ben die ik ben, los van welke betekenis dan ook. En dan voel ik handen in mijn handen in een kring van medemenselijkheid, groter en groter tot het de aarde omspant.

Net zoals toen brand ik iedere dag een kaarsje naast het beeldje van Kuan Yin, de godin van oneindige genade en troost.

Net zoals toen blijf ik voor me zien hoe er een dragende kracht is, zoals de Draagwieg (symbool in de Indiaanse traditie). Dit gaat over het vermogen tot antwoorden en in je kracht gaan staan.

.....(Moeder Aarde kaarten, Jamie Sams)

Draagwieg van de Schepping,

Behoed dit kind voor kwaad.

Kindje van de toekomst,

Slaap veilig, zoet gebaad.

En als het dan de tijd is

Dat je weer wakker wordt,

Dan antwoord je de mensheid

Met eend're zorgzaamheid.

.....

Het aarden en ontaarden van toen eindigde in mijn verhaal met dromen en wiegen.

En daar wil ik nu op doorgaan.

Ik ben op zoek gegaan. Het woord 'wieg' of 'wiegen' komt niet voor in Bijbel, ook niet in de Engelse vertaling 'cradle', en ook in de Nag Hammadi geschriften heb ik het niet kunnen vinden. Er is een kribbe, waarin Jezus in wordt gelegd bij gebrek aan beter, en Maria zal ongetwijfeld hebben gewiegd, maar het staat er niet. Het heeft ook niet die symbolische betekenis van een draagwieg. Het is in deze tijd hard nodig dat er 'gewiegd' wordt.

Wiegen is de oer-menselijke reactie op nieuw geboren leven, als bruggetje van de veiligheid in de baarmoeder naar de buitenwereld. Nu zie ik de beelden in het nieuws, hoe moeders hun stervende en dode kinderen wiegen in een laatste poging om veiligheid te bieden, om -tegen beter weten in- gerust te stellen..... en dan zie je het ergste gebeuren: hoe het wiegen noodgedwongen stopt, hoe elke beweging stopt.

Dan is het tijd om te dromen en te dichten:

*Zullen we de wereld wiegen
niet naar einde, maar begin
waar je knippert met je ogen
tegen licht in.*

*Zullen we de wereld wiegen
laten dromen als een kind
in een wiegje met een hemel
waar je vrede vindt.*

*Zullen we de wereld wiegen
dragen van hand op hand
dansend op een wiegeliedje
op blote voeten in het zand.*

*Zullen we de wereld wiegen
stil maar, luister goed
naar het ritme van de hartslag
naar het ruisen van het bloed.*

Médemenselijkheid is onze 'normaal-stand'. Laten we dat niet vergeten. Er wordt vaak gezegd dat niets 'menselijks' ons vreemd is. En dan bedoelen we meestal de gewelddadige liefdeloze dingen. Tegelijkertijd noemen we dat niet voor niets 'onmenselijk'. We moeten ons blijven realiseren dat we voor het doen van die onmenselijke dingen veel in onszelf moeten uitschakelen, zoals ons geweten en ons gevoel van verbondenheid. Dit uitschakelen brengt ons in 'lagere frequenties' van bewustzijn, zoals angst en haat. We halen onszelf daarmee letterlijk naar beneden. Laten we dus niet vergeten: Onze normaalstand als mens is om te groeien naar 'hogere frequenties' van bewustzijn, zoals mededogen en medemenselijkheid.

*Zullen we de wereld wiegen
laten groeien met een lach
al het nieuwe leven vieren
dat het bloeien mag.*

*Zullen we de wereld wiegen
hardop zeggen hoe mooi ze is
laten weten van de liefde
sinds mensenheugenis*

*Zullen we de wereld wiegen
in een eerste zonnestraal,
laat de regenboog verschijnen,
ook in dit verhaal.*

Oneindig

14 oktober 2025

“Daar doen we het allemaal voor: om uiteindelijk een meesterlijke val te maken en vol gratie ons oneindig uit te strekken.” Ik weet niet meer precies hoe.... deze uitspraak plopte in me op ergens in de voorbereiding van de voorstelling ‘Toen was er tijd over’ rond 2010, geïnspireerd door de innerlijke dialoog met Aerlim.

Het klinkt nog steeds als bestaansrecht en ultieme reden van menselijk bewustzijn. We vallen door vele lagen illusie heen en rekken ons uit als uit een diepe slaap. In het besef dat het universum absoluut inclusief is, durven we het wel aan, die meesterlijke val. Waar we ook terecht komen, het is thuis. Ik vermoed dat het vallen nog wel nodig is, om ons bange brein te overtuigen en mee te krijgen; Toch nog een gevoel van HIER naar DAAR.... hoe irreëel ook in het licht van de eeuwigheid.

Freek de Jonge vertelt in een conference het verhaal van een familie spinnen die huist in een stofzuigerzak. Op instructie van vader spin houdt iedereen zich stevig vast als de stofzuigerzak geleegd wordt. Op een keer redt één van de spinnetjes het niet. Hij moet wel loslaten. Na een vrije val komt hij terecht in de frisse open lucht, in het licht.

Soms raadpleeg ik de medicijnkaarten van Jamie Sams en David Carson. Zij geven prachtige beschrijvingen van de kracht van 44 dieren, van Adelaar tot Kolibrie.

Terwijl ik de stapel kaarten in mijn handen houd, stel ik me voor dat ik midden in de natuur ben en om mij heen alle dieren zich hebben verzameld. Dan vraag ik of één van de dieren mij wil vergezellen. Vervolgens vraag ik hoe vaak ik de kaarten moet schudden, zodat dit dier naar voren kan komen. En toen kwam SPIN:

*Spin, jij die webben van verrukking weeft,
weef me een wereld vol vrede.
Jij die in je web schepping draagt,
die wacht tot je haar bestaansrecht geeft.*

In de beschrijving wordt verteld hoe de mensen voor het eerst in het web van Spin het alfabet zagen, en hoe daarmee meer mogelijkheden kwamen om kennis vast te leggen voor toekomstige generaties. Spin is het symbool voor de oneindige mogelijkheden van schepping en vertegenwoordigt de vrouwelijke energie van de scheppende kracht. Tegelijkertijd is er een waarschuwing om niet gevangen te raken in het web van de illusie. De boodschap van Spin is “dat je een oneindig wezen bent, dat je eeuwig de patronen zult weven van het leven en het in leven zijn. Verlies de uitgestrektheid van het eeuwige plan niet uit het oog”.

Spin vertelt mij om naar de rand van het web te gaan en daar in stilte de kansen en mogelijkheden te zien: “Kijk met plezier naar de ideeën die in de universele taal van het web worden uitgedrukt”. Zie hoe dromen worden geweven en werkelijkheid worden.

Herfsttintels

30 november 2025

Een nieuwe tekstbundeling met de titel 'Herfsttintels' ligt bij de drukker. Het is een update van een eerdere bundeling. Ik wilde mijn werk nog één stap verder brengen naar een breder publiek, nu met een ISBN-nummer. En dat is gelukt via BoekXpress, een onderdeel van uitgeverij Boekscout. Het boek wordt dan uitgegeven in eigen beheer. Ik heb hiervoor gekozen, omdat ik een afwijkende opvatting heb over auteursrechten. In het colofon schrijf ik hierover het volgende:

Aan de lezer:

Er gelden geen auteursrechten. De teksten in dit boek kunnen vrij worden verspreid en geciteerd. Er is een vriendelijk verzoek om de bron te vermelden. Dank je wel voor het verspreiden van licht.

Iedereen kan de teksten lezen op de website en op YouTube. Ook de bundeling van teksten is straks te zien in een pdf-bestand. Als je er een mooi boekje (hardcover) van wil, kan dat. Ik vraag hiervoor de kostprijs.

Ik heb er ook duidelijk voor gekozen om deze bundeling los te zien van het boekje AERLIM (2010-2016). Alhoewel het in mijn hoofd (en hart) allemaal bij elkaar hoort, zijn het voor de buitenwereld twee aparte verhalen. De tekst van AERLIM staat ook integraal op de website voor degene die er in geïnteresseerd is.

In de aanhef van het boek 'Herfsttintels' benoem ik mijn inspiratiebronnen, onder meer:

.....

Ik ben een oktoberkind zoals in het lied van Liselore Gerritsen 'Oktoberkind': '...zal een herfstdag als een lentedag bezingen'. Het zijn de herfsttinten, de oogst en de overvloed, die mij doen tintelen. Het gaat over de innerlijke rondheid van leven, een voortdurend 'begin in einde' en 'einde in begin'. Deze bundeling van teksten voelt als oogst in mijn leven.

.....

En wellicht speelt ook het jaartal '2025' mee, numerologisch een 9-jaar. Dingen zijn voor nu afgerond, precies op de drempel van een 1-jaar, '2026'.

Ik ben nog aan het mijmeren en pruttelen over wat dit nieuwe jaar gaat brengen.

Het voelt als een overvloed aan mogelijkheden, dus ook veel ruimte om onze eigen keuzes te maken!