

Website

toenwasertijdover.nl

BLOG (november 2019 - december 2022)

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.

.....

1. Het eerste jaar

November 2019. Ik ben nu ruim een jaar met pensioen. Hoe was het om geen strakke volle agenda te hebben? Ik heb inderdaad tijd over en dat wil ik graag zo houden! Ik noem het 'tijd achter de geraniums', schijnbaar volkomen leeg en zinloos, maar dat is het niet. Het gaat over tevredenheid en dankbaarheid, en het werkt alleen als dat niet het doel op zich is. Het is doelloos en juist dan gaat het borrelen en is er ruimte voor nieuwe dingen. Ik heb inmiddels het vertrouwen gekregen dat het 'van zelf' goed komt en er altijd beweging is. Ik leer steeds beter te luisteren naar wie of wat er op mijn pad komt en hoe het 'klikt'. De nieuwe dingen hebben weer hun eigen agenda, maar dan zonder het gehijg in mijn nek van 100 onaffe parallelle zaken. Ik wil graag met anderen delen wat ik hieraan beleef.

2. Reset

27 november 2019

Aan het begin van mijn pensioen heb ik gewoon uitgerust. Ik moest bijkomen van 60 jaar 'gareel'. Alles schuift en schakelt: verantwoordelijkheden, prioriteiten, dagindeling, energie. Er zijn mensen die wel AOW krijgen, maar niet met pensioen gaan. Zij gaan bewust door, hooguit in een wat lagere versnelling. Dat doe ik duidelijk niet. Ik grijp dit moment aan om te

resetten. Ik had een zinvolle baan en werd gewaardeerd. Het afscheid was definitief en goed. Het enige dat niet is veranderd, is de mantelzorg voor mijn bejaarde buurvrouw. En ik krijg ook niet 'opeens' de behoefte om veel te reizen. Ik laat de stilte vallen en sta open voor onweerstaanbare 'kriebels' om weer iets te gaan doen... soms is het een oude passie, een hobby, een goed idee van een ander, een missie....

3. Protestgeneratie

27 november 2019

Ik heb mij laten vertellen dat ik van de 'protestgeneratie' ben. Wellicht is de titel 'toen was er tijd over' mede een protest tegen het schaarste-denken van deze tijd. Ik durf te beweren dat als wij als mensheid écht al onze kennis en wijsheid gebruiken, in het besef dat we een eenheid vormen samen met de Aarde, er van alles genoeg is voor iedereen. Dan stappen we dus af van alle systemen die schaarste promoten en in stand houden..... Het gaat er uiteindelijk om wat we als mens verdienen, en niet wat we 'er aan' verdienen.

Ik ga er vanuit dat ik nog relatief lang te leven heb en in die ontspanning doe ik eigenlijk heel veel, waardoor het ook goed is als blijkt dat ik relatief nog maar kort te leven heb.

En hoe zit het dan met het klimaat? Is er nog tijd over om dingen te herstellen? We moeten de tijdsdruk toch serieus nemen? Het gaat niet alleen om het NU, maar ook het verleden om er van te leren en de toekomst om ons zorgen over te maken?

Ik ben me bewust van wat we als mensheid met elkaar creëren en hoe moeilijk soms ook... ik houd mijn ogen en oren open voor het positieve en het negatieve, voor het hoopvolle én de puinhoop. Ik ben er van overtuigd dat ieder mens een talent heeft, dat kan worden ingezet. Wetenschappers ontdekken zaken die echt helpen en lichtwerkers scheppen voorwaarden door er voor te zorgen dat liefde en dankbaarheid voorop gaan. Dat geeft ruimte om ons hart te laten spreken.

4. All-in one

27 november 2019

Het eerste jaar van mijn pensioen heb ik gebruikt om een autobiografie te schrijven. Al mijn dagboeken uit de jaren 80 en 90 had ik al weggegooid, want dat had zijn werk gedaan. Nu gaat het om reflecteren vanuit een senior-standpunt. De structuur kwam vanzelf: eerst een 'houtschoolschets', dan een aantal thema's, vervolgens de verhalen en tot slot de samenvatting. Al schrijvende werd ik steeds blijer. Wat een rijkdom! Door deze structuur kwamen dezelfde voorvallen meerdere keren terug, maar telkens in een ander licht.

In het dagelijks leven laat mijn geheugen het nog wel eens afweten, maar daar was hier geen sprake van! Er kwamen steeds meer herinneringen en het was beslist geen 'oude koeien uit de sloot halen', maar eerder omarmen van alles wat er is: licht en zwaar. Ik heb het de titel meegegeven: I am, all-in one. De samenvatting heb ik opgebouwd in perioden van 7 jaar met telkens een korte samenvatting, die ik steeds eindig met 'het geschenk' en de slotzin: 'Het licht behoud ik, de zwaarte laat ik los. Voor nu is het af: 150 pagina's in Word. Dit is een geschenk aan mezelf.

5. Zingen

27 november 2019

Tja, en nu voel ik de kriebel om weer te gaan zingen. In een (groot) koor zingen gaat niet meer, want dan word ik duizelig. Dus wat zijn de opties? Zingen in m'n uppie is niet genoeg. Ik wil weer voor het voetlicht met eigen teksten en muziek, samen met anderen. Ik heb

zangles genomen. Daar kom ik mezelf opnieuw tegen met een 'oud stuk' onzekerheid, maar de innerlijke 'kriebel' is sterker dan de angst, dus hier moet ik door heen.

De teksten en de muziek zijn er al. Nu stap ik op mensen af en vraag hen mee te denken of mee te doen. Ergens in mij zit de kennis van het enneagram, de elementen, de creatiespiraal.... Zij voeden mijn intuïtie en houden mij op koers. Het is stap voor stap en zo leuk! Het gaat er om dat ook andere mensen hier warm en blij van worden en dat het aanslaat in relatie tot vandaag. Dat is tevens de titel van het geheel: VANDAAG.

Mijn kleinzoon van zes zingt de sterren van de hemel. Elke week is hij een middag bij mij. De speelhoek in de kamer met lego en duplo is een vaste plek voor hem. En dan hoor ik hem in zichzelf mijn kinderliedjes zingen. Ik beschouw dit als een grote eer. Hij is mijn beste publiek.

6. Creatie

27 november 2019

Wat is het toch een wonderlijk proces hoe een programma met teksten en muziek tot stand komt. Het is een onuitgesproken intentie om af te stemmen op een diep innerlijk weten, waarin bepaalde keuzen al bij voorbaat voor de hand liggen. Ik wilde nu vooral Nederlandse teksten. De volgorde wijst zich vanzelf. Diverse thema's fladderen rond en uiteindelijk worden die scherper als ik hierover in dialoog ga met andere mensen. Het is duidelijk. De verzameling teksten onder de titel 'Vandaag' gaat over eenheidsbewustzijn. Wat kan helpen om dit eenheidsbewustzijn te laten landen? Deze vraag is eigenlijk bizar.... We zien in alles dat we EEN zijn: in onze financiële systemen, in de kwantummechanica, in de klimaatveranderingen, digitaal.... maar om allerlei redenen houden we in ons denken en handelen het 'afgescheiden zijn' in stand. En dit schrijnt het meest als we kijken naar onze kinderen én ons eigen innerlijk kind.

7. Mantelzorg

29 november 2019

Ik ben mantelzorger voor een goede vriendin die alleen woont en aan dementie lijdt. Daarmee is meteen heel veel gezegd. Het is afscheid en ontmoeting tegelijk. De spirituele lessen van in het Hier en Nu zijn, gaan hier helemaal vanzelf. Wat over blijft is speelsheid en een ingesleten verleden. Echter, alles wat actueel bewustzijn van tijd vraagt, verdwijnt. Dus afspraken maken, agenda begrijpen, inhoud van voorraadkast en koelkast overzien, geld besteden en financieel overzicht houden, zaken in huis opbergen en weer terugvinden...gaat gebrekkig of niet. Ik blijf met haar overleggen, tot het punt dat het voor ons beiden pijnlijk wordt. Dan is er geen redelijk gesprek meer te voeren en moet ik het loslaten. Dat is het moeilijkst als de redelijkheid en logica verdwijnen. Tegenwoordig loop ik vaak onopgemerkt door haar huis om te checken op 'vreemde dingen', want de thuiszorg, die tweemaal per dag komt en de schoonmaakhulp, die eenmaal per week komt, kijken niet buiten hun 'boekje'. Het is bekend dat veel mensen van mijn leeftijd mantelzorger zijn. Ik ervaar aan den lijve hoe belangrijk het is om een vast contactpersoon te hebben bij de formele zorg, die de mantelzorg als gelijkwaardige zorg ziet. Gelukkig heb ik zo iemand.

8. Zondagmiddag

8 december 2019

Er is altijd iets mysterieus aan de zondagmiddagen. Het zal met mijn jeugd te maken. Ik schreef ooit dat ik vanuit de zondagmiddagen ben gegroeid. Dan hoefde er niets, dan mocht ik Zijn. Anderen met een gereformeerde opvoeding, zoals ik, zullen misschien zeggen dat het precies andersom was: we mochten niets op zondag en we moesten naar de kerk. Zo

heb ik het niet in mijn herinnering. De zondagmiddag was het moment dat ik als (lagere school)kind lange wandelingen maakte met mijn vader en dat ging bijna stilzwijgend. Het was geen beklemmende stilte. Het was in stilte genieten van een volmaakte vrede met alles en iedereen om ons heen. Ik wandelde in pure onschuld en vertrouwen. We liepen altijd vanaf ons huis in Amsterdam Zuid via de Rijnstraat naar de Utrechtse brug en dan langs de Amstel en weer terug. Het waren lange wandelingen van wel twee uur, maar mijn beentjes konden het kennelijk aan. Nu nog groei ik vanuit de zondagmiddagen.....in bewust zijn. De hectiek in de wereld lijkt wat geluwd en ik leun achterover, genietend van een lichtval door de ramen, een kind dat buiten speelt, Bach en Mozart.... Ik ben op alle niveaus van mijn bestaan Thuis. Dit gun ik iedereen!

9. 2020

29 december 2019

Een jaar met een dubbel getal, zoals 1010, 1111, 1212, 1313.....1919....De dubbele getallen intrigeren, zoals de dubbele getallen op de klok. Als ik 's avonds in bed stap en op de klok kijk, is het dikwijls –meer dan toevallig- 22 uur 22 of 22 uur 44.... Als ik de computer opstart is het vaak 11 uur 11. De symmetrie ontroert me telkens weer en laat me glimlachen. Hoe krijg ik het voor elkaar? Het zal ongetwijfeld mijn vaste dagelijkse routine zijn, die mij in de buurt brengt van deze dubbele getallen. Maar achter het uiteindelijke moment dat ik kijk, schuilt een geestkracht die getuigt van een wonderbaarlijk gevoel voor schoonheid en harmonie.

Herbert van Erkelens neemt ons in zijn boek 'De dertien tonen van de schepping' aan de hand mee door de wereld van het getal: de wiskunde, de symboliek, de mystiek, en als een geestelijke dimensie in de tijd.

Zelf ben ik ooit geboeid geraakt door de numerologie en dan met name het boek "De Goddelijke Driehoek' van Faith Javane en Dusty Bunker. Mensen vroegen mij op basis van hun naam en geboortedatum het numerologisch verhaal te vertellen. Dat was aanleiding tot vele 'gesprekken aan de keukentafel', die leidden tot verrassende inzichten, verwerking en verlichting.

In het medicijnwiel van de sjamanen is het getal 20 De Voleinding. Daar verbindt de schepping zich weer met haar bron in het getal NUL. Als we het getal 2020 numerologisch terugbrengen naar 4, bevinden we ons in het noorden van het medicijnwiel. Dat betekent wijsheid, trefzeker handelen, duidelijkheid in doen en laten, het gezonde verstand, strategieën die uit het hart, ons centrum komen. In het noorden van het medicijnwiel leren we van de dierenwereld. *"Als wij weer de 'dierlijke natuur', de kracht van het instinct in ons kunnen oproepen en inzetten, kunnen onze handelingen uit ons middelpunt voortkomen en in de details telkens de kern van het geheel behouden."* (Marie-Lu Lörler)

Numerologisch is het jaar 2019 het getal 3 ($2+1+9=12=1+2$). En het jaar 2020 het getal 4 ($2+2$). We gaan dus van 3 naar 4. Herbert van Erkelens heeft daar een apart hoofdstuk aan gewijd en ziet de stap van 3 naar 4 als een psychologisch belangrijke overgang.

"... daarom is het getal vier het getal van eenheid. De gespletenheid tussen drie ontwikkelde psychologische functies en de ene minderwaardige psychologische functie als brug naar het onbewuste is overwonnen. De instantie die hierbij bemiddelt is het Zelf. In plaats van eeuwige waarheden te verkondigen treedt het ik-bewustzijn in dialoog met de eeuwigheid. Dat is het verschil. Op het niveau van de vier ben je zelf in je eigen wereldbeeld betrokken. Je kunt geen scherpe scheiding meer maken tussen de wereld of het onbewuste aan de ene

kant en jezelf als waarnemer aan de andere kant. Je neemt deel aan het geheel en het accent verschuift daardoor van intellectuele theorievorming naar inzichten die individueel gerealiseerd zijn...”

Ik hoor de hartverwarmende woorden van Krishnamurti en Shri Nisargadatta Maharaj, wanneer zij vertellen over Zelfrealisatie, over hun staat van ZIJN, waarin het waarnemen en het waargenomene voortdurend in elkaar opgaan.

Lauren Carolyn Gorgo (<https://thinkwithyourheart.love>) schrijft:

“...2020 is a universal 4 year, a foundation-building year from which a much higher level Truth will be revealed...the real truth of our inborn divinity. Four is an extraordinarily powerful numeric for physical change...this will be a no-holds-barred year where soul meets body, spirit meets matter, Heaven meets Earth. In Christianity, 3 symbolizes the heavens and 4 represents the body. In Chinese philosophy, 4 is the number of the Earth. In Hinduism, 4 is totality→the meaning/purpose of life is 4-fold. According to Pythagoras, 4 is perfection.

2019 (universal 3 year) was a masculine energetic in which the Divine Child was made manifest through triangulation (The Holy Trinity). In 2020, under a feminine energetic, the Holy Trinity (of GOD) takes form/4m. (Four is the number of matter in numerology...it represents the 4 seasons, 4 elements, 4 directions, and the 4 sides to a cube.) This is the year we begin implementing the new triality structures/systems needed to support the Feminine Force of (Mother) GOD to lead...the set up of a whole new trajectory for humanity's ultimate liberation in 2021 (universal 5 year, FREEdom)....”

Numerologisch niet helemaal correct ben ik toch geïntrigeerd door de twee 2-en achter elkaar. Het getal 22 valt als meestergetal volgens de Tarot symboliek samen met de getalswaarde voor de NUL. In de Tarot is dit de Dwaas of Zot. Zij staat op zichzelf en stelt de Godskracht voor. De 22 schijnt te ontbreken; daar echter de cirkelvormigheid de essentie van het leven is, kan er geen einde bestaan. In die zin heeft zij dezelfde betekenis als het getal 20 in het medicijnwiel.

Wat zegt ‘2020’ mij nu? Mijn nieuwjaarswens is geïnspireerd door zowel de 20 als de 22 in het nieuwe jaar. Ik wens: ‘... dat er vrede mag zijn in kracht en kwetsbaarheid..’ Kracht en kwetsbaarheid als dualiteit, dus eigenlijk zeg ik: ‘... dat er vrede mag zijn in alle dualiteit...’ Alsof we een punt in onszelf aanspreken, van waaruit we de dualiteit overstijgen en opnieuw verbinding aangaan, als een voortdurende beweging. Daarvoor moeten we zowel onze kracht als onze kwetsbaarheid –tot het ‘hoogste goed’- omarmen en laten ZIJN. Zo schreef ik ooit:

*‘en dat is al’ als je aan het eind begint
al het andere daarvoor
mocht je willen dromen
was een kans om over de brug te komen
een manier om te worden bemind*

*zo waren er twee tweeën
die maakten vier om drie
het spel werd ras gevreeën
bi-o-logie*

10. Spin

12 januari 2020

Meestal aan het begin van het nieuwe jaar neem ik de rust om te vragen welk dier dit jaar (extra) bij mij wil zijn en wat dit dier mij kan leren. Dat geldt dubbel voor dit jaar 2020, numerologisch een 4-jaar, in het noorden van het medicijnwiel, waar wij leren van de dierenwereld. Om dit te weten te komen, maak ik gebruik van 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 dit jaar wil vergezellen. Vervolgens vraag ik hoe vaak ik de kaarten moet schudden, zodat dit dier naar voren kan komen. Voor dit jaar 2020 kwam – na 14 keer schudden (ik moest er om lachen, zoveel keer?!) - Spin naar voren.

*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”.

Wat betekent dit? Ik word er eerlijk gezegd nerveus van. Ik voel het als een appèl op mijn scheppingskracht, op mijn verantwoordelijkheid om creatief te zijn, mijn talenten te benutten..... in plaats van dit te ontvangen als een positieve aanmoediging, word ik er moe van! Dat is dus allemaal plichtsgevoel. Zo voel ik me juist gevangen.

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 gewoven en werkelijkheid worden.

Het herinnert mij aan het laatste bericht van Steve Rother (espavo.org), waarin we worden uitgenodigd om te observeren: “sitting on the fence”. Onze dagelijkse werkelijkheid is als een (gras)veld waarin van alles en nog wat gaande is... en daar omheen staat een hek... ga daar nu eens even op zitten en observeer. Dat relativiseert onmiddellijk al het gedoe op de vierkante centimeter. En het feit dat ik dit als mens kan, geeft meteen ook zicht op de bredere onderstroom, namelijk het Weten dat ons bewustzijn groeit en verlicht.

11. De drie R'en in praktijk

25 januari 2020

Ooit bedacht ik aan het eind van mijn opleiding tot bezielingscoach dat je met mensen een goed gesprek kan hebben over 'ruimte, richting en ritme' in het leven.

Ik stel mezelf nu ook die vraag: 'hoe staat het aan het begin van dit nieuwe jaar met 'mijn ruimte', 'mijn richting' en 'mijn ritme'?

Wat betreft ruimte:

Mijn huis wordt op dit moment grondig gerenoveerd. Het is een huurhuis en het is mooi dat het gebeurt, maar er zit een flinke portie onvrijwilligheid in. Ik zie mezelf in de weerstand gaan en wegvluchten. Ik ga letterlijk twee weken ergens anders heen, de natuur in. Als ik blijf, voelt het als een te grote invasie op mijn persoonlijke ruimte en 'trek ik het niet'. Ik verwacht ook niet van mezelf dat ik dit moet kunnen. Dus bescherm ik mezelf. Ik merk hoe belangrijk mijn huis is als rustplek om te 'cocoonen', als stille plek, als plek om anderen te ontvangen en iets te geven. Op de verhuisdag naar dit huis, 33 jaar geleden, stond ik met een vriend in de kinderslaapkamer en ik zei tegen hem: 'Het huis geeft nu al'. Het is een thuis. Maar ook voel ik dat er nu verandering in de lucht hangt. De buurt waarin ik woon verandert en ik ben zelf veranderd. De vraag is of 'mijn ruimte' nog wel past bij dit huis..... de tijd zal het leren.

Wat betreft mijn richting:

Met mijn plannen voor een nieuw muziekproject draait mijn intuïtie op volle sterkte. Het is verbluffend hoe dingen samen komen; synchroniciteit alom. Ik weet precies welke richting het op gaat en wat de onderliggende bedoeling is. Ik lees de woorden van Shri Nisargadatta Maharaj als antwoord op de vraag: "Waardoor ben ik geboren?"

"De herinnering aan onvervulde verlangens uit het verleden bindt een wolk van energie en die neemt weer de vorm aan van een persoon. Als diens energie uitgeput raakt, sterft die persoon. Onvervulde verlangens worden meegenomen naar een volgend leven. Vereenzelviging met een lichaam schept steeds weer nieuwe verlangens en daar komt geen eind aan, tenzij de werking van deze gebondenheid duidelijk wordt herkend. Helderheid bevrijdt, want je kunt verlangens niet overboord gooien, tenzij je hun oorzaak en gevolg duidelijk onderkent. Ik beweer niet dat het dezelfde persoon is die opnieuw geboren wordt. Hij sterft en sterft voorgoed. Maar zijn herinneringen overleven en zijn angsten en verlangens. Die verschaffen nieuwe energie voor een nieuw persoon. De Realiteit heeft daar geen deel aan, maar maakt het mogelijk, doordat ze aanwezig is als het Licht in dit gebeuren."

Er is een verlangen van een andere orde nodig om de bevrijdende helderheid, die Maharaj beschrijft, te beleven. En daar zit de innerlijke puzzel. Zijn focus op 'IK BEN' voelt als een stap in de goede richting.

Wat betreft mijn ritme:

Op dit moment heb ik het gevoel dat ik in mijn dagelijks leven bots met de wereld. Het eerste dat in me opkomt is dat ik me voortdurend erger als ik op weg ben met de auto. Ik rijd binnen de bebouwde kom netjes de maximumsnelheid en op de snelweg 100 km/uur voor het milieu. Zo doende word ik voortdurend bumper-gekleefd, gepasseerd en 'afgesneden'. Als ik dus 'op weg' mijn eigen ritme volg, wordt mijn ruimte ter discussie gesteld. Dramatisch vind ik dat!

Daarnaast besef ik hoeveel meer ruimte ik heb gekregen voor mijn eigen ritme sinds mijn pensionering. Het vrije ritme van de kunstenaar in mij krijgt een kans en wordt voelbaar. De afwisseling van stilte en 'rumoer', alleen zijn en samen zijn, kan vrij ontstaan. En als het te serieus wordt, is er de humor, het medicijn van Heyokah, dat me laat glimlachen om de drama's, waarmee ik mezelf soms vastzet en mijn ritme verlies.

12. De drie R'en in praktijk (vervolg)

27 februari 2020

In Ruimte zit stilte en 'geweten' om te herinneren dat we in essentie heel zijn en 'al het werk is gedaan'....er is speelruimte.

In Richting zit intuïtie en tegelijkertijd redeneren met ons volle verstand.

In Ritme zit gevoel voor timing, humor en geluid, zoals muziek en taal waarmee we elkaar kunnen bereiken en raken.

Ruimte...

Ik ben weer thuis na de grondige renovatie in mijn huis. Alles staat weer op z'n plek en het is inmiddels redelijk schoon. Er is energetisch veel gebeurd. Ik kan nu beter kiezen wat wel en niet past in deze nieuwe ruimte, die tegelijkertijd in essentie niet is veranderd. In meditatie stroomt de energie met alle eigenheid op puur gemak. Het leek alsof het huis zich niet zoveel had aangetrokken van al het gedoe. Het gedoe was er in gekomen, er door heen getrokken en weer weggegaan. Ik hoefde alleen maar op te ruimen en schoon te maken en onmiddellijk daarna gaf het huis weer 'thuis'. Ik was blij dat te voelen, want ik zelf was behoorlijk overstuur. Ik reageer niet alleen fysiek met veel hoesten op al het fijnstof, maar ook mentaal merk ik hoe belangrijk het is om een fysieke plek te hebben waar ik me thuis voel. Het voelt dan gemakkelijker en veiliger om mijn eigen ruimte in te nemen. Dat kan ook een plek in de natuur zijn. Daar voel ik de ruimte om te spelen en te creëren.

Richting...

Ik ben er van overtuigd dat als ik goed in mijn ruimte en ritme zit, de richting in mijn leven zich vanzelf aandient..... áls mijn verstand tenminste dienstbaar wil zijn en niet blijft ratelen. Het is de strijd tussen controle en vertrouwen. Ik kan mezelf steeds beter zien in dat stille Midden, beter luisterend, in alle richtingen.

In gesprek met vrienden stellen we onszelf vragen over het verschil tussen DOEN en ZIJN.

In het gesprek klinkt de twijfel: 'met alleen ZIJN, gebeurt er niets'. Daar doemt het beeld op van de kluizenaar in z'n uppie op een berg en er komt niets uit zijn handen. Mijn maag krimpt samen. Hoe kan ik uitleggen dat ik hier eigenlijk geen tegenstelling zie? ZIJN omvat alles en is allerm minst passief. Als ik er helemaal BEN, is er de aantrekkingskracht die laat zien wat en wie op dat moment bij mij horen. Mijn wilskracht kiest automatisch de weg van de minste weerstand om samen met anderen stappen te zetten en iets tot stand te brengen. Als ik moet duwen en trekken, klopt er iets niet. Ik span me wel in, maar doe niet aan 'moeite'.

..... Zó is de situatie als ik er helemaal BEN. De afgelopen tijd was ik er vaak niet. Het voelde verloren, maar ik weet ook dat het over gaat. Vandaag kreeg ik het bericht dat ik ben uitgenodigd om in de Keizersgrachtkerk in Amsterdam dit jaar een zomerdienst te vullen met mijn muziek.

Ritme....

In gesprek met vrienden hebben we het over depressie. Hoe het leven dan stolt en stil valt, en dreigt te eindigen in de conclusie dat je er maar beter niet kan zijn. We hebben het over

de onmacht die je als naaste kunt voelen.... je geeft alles, maar er komt niets terug. De verbinding is verbroken. Het is alsof de hartslag van het contact kwijt is. Om toch dichtbij te blijven, moeten we op zoek naar diepere lagen in ons eigen hart.

We zien het als maatschappelijk probleem dat het individu teveel individualiseert. De zorg voor anderen is verworden tot een eenrichtingsverkeer-product. Zowel hulpverlener als zorgbehoevende lopen er op leeg. Geen wonder dat er niet genoeg geld is! Geld is energie. In verbinding zijn en samen zijn geeft levensritme. Als het goed is, stroomt de energie wederzijds. Zo laden we onszelf op en is er geen schaarste. Dat is onze 'natuurlijke stand'. Wat is er maatschappelijk aan de hand dat die 'natuurlijke stand' zodanig wordt belemmerd dat het mensen (fataal) ziek maakt?

(2010) In gesprek met Aerlim, mijn innerlijke geliefde:

En toen ik twijfelde aan alles, omdat het me niet lukte echt eerlijk te zijn. Zelfs niet toen ik in heel mijn systeem 'ja' had gezegd en al mijn programmeringen had vervangen, liet Aerlim mij wijselijk alleen.

Later zei Aerlim: 'vertel mij over depressie en verdriet.' Ik besloot: ik doe helemaal niets. Mijn aandacht onbeweeglijk. Ik kan niets meer bijdragen aan deze zwaarte die Al is. Ik laat haar mijn volledige vrijheid. Haar omvang dijt uit voorbij mijn taalgrens en de lengte van mijn armen. Zij bestaat in een begin en een eind, maar ook daar kom en ga ik niet. En in dit stille midden, schijnt een valse zon en verleidt mij tot bewegen, tot vervoering en extase.

Tevergeefs. Mijn ziel is onbeweeglijk gevangen. Voorbij de hoop op die ene ademtocht, onmiskenbaar uit de bodem van mijn bestaan, die mij mijn naam geeft en er niets voor terug vraagt. Die voelt als een arm vol genade en troost.

Hoe welkom is dan het verdriet! Het eerste geluid van een pasgeborene. Wat ben ik dan blij, als het verdriet mij overspoelt en mijn uitgangen te klein zijn, dan zal het misschien kunnen blijven hangen in mijn ziel als teken van eeuwig leven.

13. Corona-stilte

15 maart 2020

....Spin vertelt mij om naar de rand van het web te gaan en daar in stilte de kansen en mogelijkheden te zien.....

Er staat in mijn boekenkast een stripboek van Asterix en Obelix uit 2017 met de titel 'De race door de laars'. Asterix en Obelix nemen deel aan een wagenrace door Italië. Caesar doet gemaskerd mee onder naam Coronavirus..... wie bedenkt zo iets?!

'Op de rand van het web..':

observeer ik de lange rijen voor de supermarkt;

zie ik hoe een oudere man twijfelt bij de lege schappen;

voel ik de stilte op straat neerdalen;

hoor ik vogels.... de lente gaat door.

Er is het leed van mensen die naar adem happen;

er is de zorg om naasten;

en tegelijkertijd vertraagt de wereld en ademt eindelijk uit;

deadlines verzachten.....

het heeft ook iets vredigs.

14. Corona-stilte(2)

22 maart 2020

De wereld splitst zich in de groep mensen die zich drie keer in de rondte rennen om al het werk gedaan te krijgen en de groep mensen die zich thuis muisstil houden. Ik behoor tot de relatief stille groep.

Ik kan alleen maar schrijven in impressies. Het gaat steeds meer alleen om 'Vandaag'.

Vandaag was prachtig weer en heb in de voortuin ook een stoel buitengezet voor mijn buurvrouw van 88: goed voor de vitamine D. Iedereen die langsloopt houdt even een praatje, op gepaste afstand.... zo ziet en hoort ze nog wat.

In de supermarkt is er tijd voor een praatje met de kassa-mevrouw. Ik zeg tegen haar dat dit een verademing is, omdat er niet iemand in mijn nek staat te hijgen als ik ook boodschappen haal voor een ander, die apart moeten worden afgerekend. Voorheen stond het huilen me vaak nader dan het lachen.... nu niet meer!

Het omgekeerde gebeurt ook: een man die heel snel door de supermarkt laveert, alsof hij zo het virus te slim af kan zijn....?

Er is het juiste moment om een foto te maken van de eerste hommel op mijn bloeiende ribes.

Er is oog voor het zonlicht in de planten op mijn vensterbank.

Er is plezier om een groeps-app met lieve vrienden.

Er is tijd voor telefoongesprekken met nog meer vrienden die zich muisstil houden.

En dan zijn er de kinderen die vrolijk buiten spelen en rondrennen als een schijnbaar buiten deze virus-werkelijkheid staande groep op zich, en net even iets meer van zich laten horen dan anders, of is dat doordat al het andere zo stil is.... ?

Ik geniet met volle teugen van de gegeven stilte. Er is dubbel zoveel dankbaarheid voor mijn gezondheid en veerkracht. Ik voel de kracht van compassie en hoe die verbindt. Humor en creativiteit helpen voortdurend.....

15. Tijd van bezinning.

28 maart 2020

Ik herinner mezelf als jonge moeder met een doodziek kind. Uiteindelijk was het nooit een optie om me te laten leiden door angst. Een kind ruikt dat en het helpt niet. We gingen 'in gesprek' met de ziekte: 'Wat moet en kan er gedaan worden om het in dit leven een plek te geven?' En ook elke ziekte daarna hebben we zo benaderd en werd zoveel mogelijk uitgezocht. We vonden natuurlijke en vanzelfsprekende antwoorden. Uiteindelijk werden we er altijd wijzer van. Mijn kind zag ik sprongen maken in zelfbewustzijn en ikzelf zocht in mijn leven naar meer bezieling. Ik zag dat er iets te winnen was en had er vertrouwen in.

Shri Nisargatta Maharaj zegt: 'Toen ik geboren werd, heb ik gehuild. Als ik sterf zal ik lachen.'

Maharaj zegt dat vanuit een zijnstoestand in de ultieme Realiteit, daar waar geen dualiteiten zijn. Als ik het voor mezelf in een beeld vertaal (per definitie in tegenspraak met zichzelf), dan zie ik een energetische 'oersoep', wat wij 'liefde' noemen. De geest borrelt daarin duale illusies van materiële bouwsels omhoog in allerlei vormen, die wij als mensen vervolgen

werkelijkheid noemen. Er plopt van alles op en het gaat allemaal weer ten onder, want wat een begin heeft, heeft ook een einde.

Het advies van Maharaj is om te focussen op 'ik ben', niet meer en niet minder. Dat helpt om het duale geborrel te relativiseren en meer te ZIJN in de rol van Waarnemer. Het is een stap in de richting om met beide voeten in de oersoep van liefde te blijven staan en zo de duale werkelijkheid te bezien. En waar liefde is, is geen angst.

Als ik in deze tijd van corona-geborrel 's avonds ga slapen, is mijn focus op 'ik ben'. Het geeft me rust. Ik slaap er goed op. Dat is nodig, want ik ben me terdege bewust van mijn eigen kwetsbaarheid en de dierbaren om mij heen. Ons lichaam heeft een begin en dus ook een einde. Ik kan het verdriet om al het afscheid voelen. Ik voel tegelijkertijd geen weerstand in mezelf bij de uitspraak van Maharaj dat wij in de ultieme Realiteit nooit geboren zijn en dus ook niet sterven.....

Tja, en dan is taal niet meer toereikend. Het doorstroomt mijn lichaam loopt over... licht op.....mijn geest is stil....

Gaan we in gesprek met het coronavirus? Naast al het verlies, valt er veel te winnen! Je zou ook kunnen zeggen: 'Laten die verliezen niet voor niets zijn!' Het is een wake-up call voor meer bezieling en meer hart voor onze omgeving. Die beweging is nu gaande en voelt aan als een wezenlijke verandering in het menselijk bewustzijn. We maken een sprong en voelen weer die oersoep van liefde in onszelf. En we beseffen: 'We zijn nooit iets anders geweest!'

Deze helderheid van geest maakt dat virussen en bacteriën minder vat op ons hebben in termen van angst. Ze horen bij het leven en we moeten zoeken naar antwoorden om hen een plek te geven, die minder levensbedreigend is voor mensen. Daar horen ook materiele antwoorden bij, zoals het ontwikkelen van een vaccin. Maar ze laten zich niet uitbannen en zullen altijd blijven fungeren als wake-up call. En dat is Goed.

16. Het verhaal van Judas

11 april 2020

Zoals het ons in de Bijbel wordt verteld, is het een 'plat' verhaal: Er is een goed mens, Jezus, en een boosdoener, Judas. De één verraadt de ander en dat leidt tot de dood van de ander. Het wordt wel vreemd als de dood wordt overwonnen door een opstanding en een hemelvaart. Wat heeft Judas in 's hemelsnaam bezielde?

In de apocriefe teksten (verborgen en niet opgenomen in de Bijbel) wordt verteld dat Judas als enige door Jezus wordt ingewijd in hogere kennis. Jezus zegt: 'Ik zal je onderwijzen over de geheimenissen die niemand ooit heeft gezien.... Aan jou is alles gezegd... Jij zult hen allen overtreffen, want jij zult offeren de mens die mij draagt....' Judas wordt beschreven als de enige ingewijde, iemand die verlicht is. Pas daarna pleegt hij het 'verraad'.

Er wordt hier een breder perspectief neergezet, voorafgaand aan 'goed' en 'kwaad'.

Het is een spiralende beweging. Bij de doop van Jezus door Johannes de doper daalt de bron van de heilige Geest in de mens Jezus neer. Het verhaal van de kruisiging en de opstanding vertelt ons vervolgens dat de mens sterft en dat er in de Realiteit (van de bron) niemand is gestorven. Geboorte en dood zijn een illusie. Judas is gezien als de enige die sterk genoeg is 'om apart te worden gezet' en 'om de volmaakte mens voort te brengen'. Met

de hemelvaart en de uitstorting van de heilige Geest (Pinksterfeest) wordt verteld dat iedereen die 'volmaakte mens' in zich heeft.

Het verhaal van Judas is op deze manier een ware inspiratie voor eenheidsbewustzijn. Hoe extreem het verschil ook kan zijn tussen goed en kwaad, hoe hard de oordelen hierover ook kunnen zijn.... Er is een breder perspectief dat alles overstijgt en ons verbindt.

Zie ook:

Het evangelie van Judas, vertaling en toelichting door Prof. Dr. J. van Oort.

De Nag Hammadi geschriften, vertaling en toelichting door Jacob Slavenburg en Willem Glaudemans.

*Aan handen ontvangt een medemens
aan aandacht ontrijst de zon
aan bewustzijn onthecht lijden
ontwaakt in stilte, aan bron
Nelly*

17. De Violette Vlam

19 april 2020

Etty Hillesum, Saint Germain, Pierre Pradervand.... In mij komen ze bij elkaar om 'dat onverwoestbare in mij'.

Begin jaren 80 werd het dagboek van Etty Hillesum gepubliceerd. In die tijd hield ik ook dagboeken bij om mezelf te 'redden' in moeilijke tijden. Ik was euforisch over de herkenning die ik had bij het lezen van Etty's dagboek: dezelfde gedachtegang en bijna dezelfde woorden in mijn dagboek.....

Etty wenst dat door haar dagboek –als haar leven in de oorlog zou worden afgebroken– degenen na haar niet helemaal overnieuw hoeven te beginnen en het niet meer zo moeilijk hebben als zij. Dat is bij mij in ieder geval wel gelukt en ik denk dat veel mensen troost vinden in haar dagboek en brieven. Etty schrijft over 'dat onverwoestbare in mij', dat ondeelbaar is. Zij ziet het leven als één integraal geheel: 'alles en alles is in me als één krachtig geheel.' Zo vindt zij (ze durft het in Westerbork nauwelijks hardop te zeggen) het leven zinrijk en mooi.

Vandaag stuurde ik na enige aarzeling een appje naar vrienden en schreef dat deze tijd voor mij zo goed voelt... Het leven laat zich ALL-IN zien en dat op zich is mooi.

In deze tijd van bezinning kom ik opnieuw terecht in 'dat onverwoestbare in mij'. Opnieuw voel ik me geroepen om de 'hoogste versie van mezelf' te leven, wat dat ook is....

Ik kan het voor mezelf niet beter verwoorden dan in 2007:

"Met mijn rug tegen een muur... en dan één stap verder terug, is alles liefde"

In mijn slaapkamer hangt een afbeelding van Saint Germain. Hij wordt gekend als Heer van de Zevende kosmische straal. En de zevende straal laat zich zien als een Violette Vlam. In de mantra die bij deze kracht wordt gebruikt, is het statement 'I AM' een belangrijk iets. Dat is ook ondeelbaar en het is iets wat we allemaal kennen. Hoe je het went of keert 'We ZIJN'. Het is tevens de verbinding tussen onthechting en oneindige compassie. Door te beseffen dat we meer zijn dan alle tegenstellingen en dualiteiten in het leven en dat ons bewustzijn vrij daarvan kan waarnemen, verliezen we onszelf minder in angst en bezorgdheid. Dan wordt een weg zichtbaar van onvoorwaardelijke compassie en liefde. Dit is een transmutatie en de

Violette Vlam helpt daarbij. Dus elke avond, als ik ga slapen, stel ik me voor dat de Violette Vlam bij mij is en mij helpt vrij te zijn tot 'het Hoogste Goed'.

Pierre Pradervand schreef in 2003 'The Gentle Art of Blessing', in 2004 vertaald in het Nederlands met de titel 'De zachte kracht van de zegening'. Rond die tijd kwam het in de boekwinkel naar mij toe... Ook toen weer in een moeilijke periode in mijn leven. Er was alle reden om boos te zijn op hét leven. Het boek knarste in mij van binnen: moest ik opeens alle mensen die ik iets kwalijk nam, gaan zegenen....!? En toch heb ik het gedaan, omdat het alternatief van bitterheid en depressie geen optie was. Dat 'onverwoestbare in mij' stond dat niet toe. Op de achterkant van het boek staat een samenvatting: 'Iemand zegenen betekent dat je op een totale, onvoorwaardelijke manier het goede wenst voor iemand, vanuit het diepst van je hart. Als je de zachte kracht van de zegening gaat beoefenen, ben je minder geneigd te blijven hangen in oordelen en frustraties jegens anderen...'

Ik denk dat Etty Hillesum dat ook is blijven doen door alles heen, en zo in zichzelf heel is gebleven tot aan het onverwoestbare aan toe.

18. Vrede

27 april 2020

Vrede, in mijn lijf als ik deze woorden schrijf;
Vrede, op het bankje voor mijn huis in de zon;
Vrede, in de stilte van de stad;
Vrede, in het alleen zijn;
Vrede, in het -op afstand- samenzijn;
Vrede, in alle onzekerheid, onduidelijkheid, ongerijmdheid;
Vrede, als ik 's avonds slapen ga;
Vrede, als ik 's morgens wakker word;
Vrede, als een president roept dat we in oorlog zijn met een onzichtbare vijand;
Vrede, als iemand achter mij bij de kassa van de supermarkt haast heeft;
Vrede, als iemand op een racefiets rakelings langs mij zoeft;
Vrede, voor ieder die ziek is;
Vrede, voor ieder die bang, bezorgd, rusteloos is;
Vrede, voor ieder die nabijheid van geliefden mist;
Vrede, voor degenen die leidinggeven, onderwijzen en nieuws brengen;
Vrede, voor degenen die zorgen voor anderen;
Vrede, voor degenen die zoeken;
Vrede, aan degenen die het licht dragen;
Vrede, aan de (aanstaande) vaders en moeders;
Vrede, aan de nieuwgeborenen;
Vrede, aan degenen die sterven;
Vrede, in het afscheid nemen en in het welkom heten;
Vrede, met het verleden en wat de toekomst brengt;
Vrede, zodat er vergeven kan worden;
Vrede, zodat we in gedachten EEN kunnen zijn;
Vrede, zodat we respectvol zijn naar al het leven op Aarde;
Vrede, in het NU;
Vrede en alle Goeds!

19. Vrede (vervolg)

3 mei 2020

Het helpt om 's avonds voor het slapen gaan een intentie uit te spreken voor de nacht en voor de volgende ochtend. Zoals een gezonde ademhaling, heldere dromen, en zelfs het tijdstip waarop je wakker wordt, vitaal en tevreden. Ooit leerde ik in een sjamanistisch ritueel een gebed voor het slapen gaan. Het geeft juist ook in deze tijd zoveel troost en genade:

*Evening comes on silent feet
Slows me down and soon we'll meet
May your touch be soft and warm
Sweep away my daily harm*

*Night, companion of the day
On your threshold I am waiting
Put your veil of dreams on me
Let me travel, show me places
Take me with you, care for me*

*Let your breathe restore my soul
Give me wisdom, make me whole*

Het helpt mij om innerlijke vrede te bewaren in een tijd waarin veel angst is, om –fysiek en in gedachten- behulpzaam te kunnen zijn voor anderen die steun kunnen gebruiken.

20. Kracht en kwetsbaarheid

11 mei 2020

Aan het begin van 2020 wenste ik

'dat er vrede mag zijn in kracht en kwetsbaarheid...'; 'dat we zowel onze kracht als onze kwetsbaarheid –tot het 'hoogste goed'- omarmen en laten ZIJN....'

We gaan steeds dieper de corona-crisis in. Ook nu er versoepeling van de maatregelen komt, voelen we de druk en is er het besef dat dit kan leiden tot definitieve veranderingen, dus afscheid van het oude vertrouwde. Er ontstaat ook een nieuw élan om –als we toch moeten veranderen- dit een verandering ten goede te laten zijn. We horen de visies op een nieuwe economie, waarin we meer circulair bezig zijn in plaats van lineair groeien en ongeremd uitbuiten. Er is duidelijk een nieuw élan om elkaar te helpen en op elkaar betrokken te zijn, juist nu we elkaar minder mogen aanraken.

Ik had niet kunnen bedenken dat mijn wens voor 2020 zo indringend actueel zou zijn. En wat betekent het eigenlijk om vrede te hebben in kracht en kwetsbaarheid?

Deze maand Mei voelt voor mij als een stille maand. Er is nog meer besef van de soms schrijnende tegenstellingen tussen de situatie van de mensen die gezond zijn en de mensen met een zwakke gezondheid of zij die ziek op de ic's liggen. In de politiek wordt de ene groep aangesproken als krachtig en de andere groep als kwetsbaar, maar zo zwart-wit is het niet. De grootheden Kracht en Kwetsbaarheid lopen overal dwars door heen. We beseffen dat we als mensheid kwetsbaar zijn. Dat is een nieuw collectief besef. En we zien heel veel verschillende manieren om daar individueel 'krachtig' mee om te gaan. Dichtbij huis, in de supermarkt, zijn alle varianten zichtbaar: op oorlogspad, met bravoure, geïrriteerd, 'uit de

weg ik eerst', onzeker, gehaast, bedachtzaam, opmerkzaam, behulpzaam, schichtig, speels..... Veel mensen staan in de overlevingsstand. Die overlevingsstand kan ook veel positiefs brengen, en ongekende mogelijkheden in onszelf naar boven brengen.

Ik lees in de krant een artikel, waarin beschreven wordt hoe succesvol de mens is als soort en dat 'onze problemen rimpelingetjes zijn op een pad dat al heel lang naar iets beters leidt', aldus Gaia Vince, wetenschapsjournalist. Hetzelfde wordt gezegd door Lee Harris, vanuit transformatie-bewustzijn en energiewerk: 'The chaos has a design, it wants to reveal a better perfection of us'.

Ondertussen wordt er van ons –collectief- gevraagd om rekening te houden met elkaar en elkaar letterlijk en figuurlijk de ruimte te geven. Wat is er nodig in mezelf om dit te doen 'in vrede mét kracht en mét kwetsbaarheid'?

Ik bid net zoals Franciscus van Assisi(?): 'Geef me de moed om te veranderen wat ik kan veranderen; geef me de sereniteit om te accepteren wat ik niet kan veranderen en geef me de wijsheid om het verschil tussen beide te zien.'

Ik brand een kaarsje voor Quan Shi Yin, de krachtige hemelse moeder van genade en troost.

21. Vleermuis

18 mei 2020

Er is veel te doen over de vleermuis. In de medicijnkaarten van de indianen (Jamie Sams en David Carson) worden dieren beschreven als symbolen van helende kracht. Wat staat er geschreven over de vleermuis?

In Midden-Amerika is Vleermuis het symbool van wedergeboorte. Zij omvat het idee van sjamanistische dood. Het is de dood van oude manieren van leven en persoonlijke identiteit. De rituelen rond de dood van de sjamaan zijn vaak onmenselijk hard, met als doel het ego te laten verdwijnen. Dan pas kan het oude zelf worden omgezet in een wedergeboren wezen. "Het universum vraagt altijd van je dat je groeit en je toekomstige zelf wordt. Om dit te kunnen doen, moet je de dood van een sjamaan sterven."

"Vleermuis vliegt 's nachts. 's Nachts worden ook je dromen geboren. Door deze dromen kunnen toekomstige beschavingen tot stand komen, koester ze dus."

Het is schrijnend dat zoveel mensen fysiek moeten sterven om ons wakker te schudden dat de oude manieren niet meer voldoen. Tegelijkertijd blijf ik me erover verbazen dat we als mensheid massaal in de angst en controle schieten rond het coronavirus. In de jaren zestig stierven een miljoen mensen aan de Hongkonggriep en het leven ging voor de anderen gewoon door. Ons maatschappelijk gevoel over zekerheid en veiligheid is kennelijk veranderd. De behoefte aan controle en voorspelbaarheid is zo groot dat het (nu letterlijk) verstikkend werkt. En we weten geen ander antwoord dan alles op slot te doen. Met die lockdown zien we hoe kwetsbaar én kwetsend onze maatschappelijke systemen zijn. We vragen ons terecht af of het systeem nog wel voldoet. Het is (letterlijk) een verademing om de schonere lucht in te ademen en te genieten van de stilte, nu we als mensen even uit ons dagelijks hectisch systeem stappen. Ja, we worden abrupt op onszelf teruggeworpen, maar hoe ontroerend is het dan om te zien hoezeer we met elkaar verbonden zijn en gehecht zijn aan onderlinge nabijheid.

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 Andespada', 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."*

22. De drie R'en in praktijk (vervolg)

25 mei 2020

Ruimte, richting en ritme... hoe is het daar nu mee? Het gaat volgens mij nu vooral over ruimte-geven, intuïtie en gevoel voor timing.

In coronatijd wordt ons gevraagd afstand te houden van elkaar. Ik vind het fijner om te zeggen dat we elkaar de ruimte geven. Laten we elkaar ruimte geven om te bewegen, om stil te staan, om uit te praten (gaat vanzelf tijdens beeldbellen), om verdrietig, boos, bang en blij te zijn, om vaak onzeker en soms vast overtuigd te zijn.

In de jaren 90 van de vorige eeuw volgde ik intuïtieve trainingen. Dat wil zeggen dat we onze energie verhoogden, waardoor we gevoelig werden voor informatie uit een collectief reservoir van weten. Die informatie had altijd als doel om onszelf en anderen te helen. We brachten ons lichaam 'op stroom' waardoor het fysieke steeds meer etherische kwaliteit kreeg. Ik was me ervan bewust dat we een voorhoede vormden en dat in de toekomst dit gemeengoed zou zijn. Dat is de richting die we nog steeds op gaan. En als we het goed aanpakken, dat wil zeggen uitgaan van de positieve kansen en mogelijkheden, dan is deze coronatijd een nuttige katalysator.

De manier van contacten onderhouden in coronatijd vraagt veel gevoel voor timing. Ik leef mezelf bewuster in in de ander om te weten wat dit moment vraagt aan woorden, op welke toon of juist even alleen maar stilte. Soms lukt het, en soms ook niet. En als iemand vertelt dat de dood dichtbij is, gaan we samen op zoek naar de woorden, een verhaal, een lied....

“Wat als we met z’n allen heel hard in de mensheid gaan geloven”

Loesje

23. Pinksteren

31 mei 2020

“Heer, ik hoor van rijke zegen, die Gij uitstort keer op keer. Laat ook van die milde regen drupp’len vallen op mij neer...” Dit lied uit de Christelijke traditie komt dikwijls spontaan in me op. Vooral met Pinksteren voel ik het ‘stromen’. Die rijke zegen is dan de Geest die neerdaalt, waardoor mensen elkaar kunnen verstaan, waar ze ook vandaan komen en welke taal ze ook spreken.

“Hallo Dolfijn, neem mij mee op reis, op avontuur...” en Dolfijn neemt mij mee de diepte in, steeds verder, donkerder, en als ik even niets meer weet, ben ik tussen de sterren beland. Ik zwerf naar de rand van de Melkweg, door sterrenstelsels heen. Mijn lichaam dijt uit als het lichaam van Vlindervrouw. La Mariposa, als de Moeder der dagen, verbonden met de wilde natuur, alles omvattend.... en daar aan de horizon – een overweldigende herinnering – de kristallen zee. Met mijn voeten aan de rand van de kristallen zee krimpt mijn lichaam langzaam tot bekende proporties, een heel-al in zichzelf... En zoals altijd na een intense heling niest mijn lichaam mij vol overgave terug in de dagelijkse werkelijkheid, en kan ik mijn ogen weer open doen. Dank je wel Dolfijn.

Toen ik mijn ogen open deed na deze visualisatie waren er in Aardse tijd 20 minuten verlopen. Wat ben ik gewaar geworden? Mijn lichaam en ziel weten het als een rijke zegen.

24. Zingen (vervolg)

7 juni 2020

Afgelopen week de eerste zangles gehad in coronatijd. Het mag nu weer. Het voelt dubbel. Ik was gevraagd om een zomerdienst te verzorgen in de Keizersgrachtkerk in Amsterdam. Dat gaf extra drive voor nieuwe invalshoeken en teksten. Maar afgelopen week kreeg ik het bericht dat het niet door gaat. Er zijn te veel risico’s en onzekerheden. Dat geldt ook voor het optreden in kerkgebouw Goede Rede. Er zijn te veel onzekerheden en samen oefenen gaat nu niet. Ik laat nog even in het midden wat het dit jaar gaat worden.

En dan toch zangles, om de spirit er in te houden. Het is een wonder als je bedenkt hoeveel factoren meespelen om in je lijf klanken tot muziek te maken. En als mijn zanglerares dan via allerlei techniek mijn zelf gezongen liedjes snoeihard laat klinken via enorme luidsprekers.... is de neiging om mezelf in de weg te zitten voorgoed weggeblazen.

Ik laat me vertellen dat de maand juni een maand is van verbinding met het universum... hoe wij daar deel van zijn. Informatie verkrijgen uit universele bronnen is steeds meer een vanzelfsprekendheid. Ik weet hoe ik er ooit een naam aan gaf, Aerlim, om het concreter te maken voor mezelf en voor anderen. Ooit praatten we over ‘toegang krijgen tot’ en ‘channelen’... er was duidelijk nog een afstand te overbruggen.

Het voelt nu alsof er geen aparte naam meer nodig is. Er is geen afstand meer te overbruggen. Ik zeg JA en de lichtwereld is er. Ik voel onmiddellijk de rijke bron van waaruit ik schrijf en componeer. Het voelt nog altijd als die Innerlijk Geliefde.

Ik heb het lied 'Zijn lied' op de website toegevoegd. Het lied is relatief oud uit 1993. In het lied ben ik op zoek naar de vrouw in mij, maar telkens komt hij naar voren. Het is de dans in het medicijnwiel op de tonal-as (alledaagse werkelijkheid) en de nagual-as (innerlijke geesteskracht die leidt naar het onzichtbare, het niet alledaagse). Zo dans ik mezelf heel.

Ik luisterde sinds lange tijd weer naar dit lied en het ontroert me diep. In deze dans zien en horen we multidimensionaal. We strekken ons uit in de plek achter ons hart en we zingen het uit.

.....

Eens geboren om mens te zijn

ben ik nog steeds op weg.

Vrij gezongen door een lied van macht,

de woorden zijn gezegd.

.....

25. Verdriet

16 juni 2020

Er is een klaagmuur op internet, bedoeld als de digitale versie van die in Jeruzalem. Het valt me op hoeveel mensen dit verkeerd begrijpen. Zij verwarren dit met een klacht indienen, mopperen en boos zijn. Zo jammer, want veel wordt dan weer buiten onszelf gezet, wat onvervreemdbaar bij ons hoort.

De klaagmuur of westmuur in Jeruzalem is de plek waar je het dichtst bij de Tempelberg kan komen met daarin het Heilige der heiligen. Ooit treurde men hier om de verwoesting van de tempel. Nu schrijven mensen verzoeken en gebeden op een briefje en stoppen dit in de voegen van de muren.

Bij het klagen zie ik een jammerende stoet vrouwen achter de doodskist van een geliefde. Dit is de kreet van binnenuit die ruimte geeft aan de pijn en ruimte maakt voor het aanvaarden. Het is het rouwproces over de verwoesting van dat wat heilig voelt. Binnen dat rouwproces is er een caleidoscoop van gevoelens van verontwaardiging, woede, paniek, onmacht.... maar uiteindelijk zijn er de verzoeken en gebeden om heling. Zo krijgt het verdriet een plek.

In coronatijd zitten we in de 'replay' van al het verdriet, waardoor ons hart door de tijd heen is verscheurd. Connie Palmen beschreef het met een verbijsterende helderheid na de dood van haar geliefde, Ischa Meijer. Ook zij stopte al treurend en liggend op zijn dode lichaam, briefjes tussen zijn kleren, berichten aan dat wat niet meer is in het fysieke bestaan, maar wellicht nog wel gehoor zou vinden in het licht van een 'Heilige der heiligen'.

Midden jaren negentig kocht ik op het eiland Texel een regenboogobsidiaan, een ronde bol die nog net in de palm van mijn hand paste, met prachtige ogen aan onder- en bovenkant in de kleuren van de regenboog. Het is een diep zwarte bol. Ik heb haar op de camping begraven tussen de wortels van een boom, en na drie dagen bij zonsopgang weer opgegraven. Ik wilde haar opnieuw geboren laten worden. Sindsdien is zij bij mij als de Zwarte Madonna, zij die alle kanten van alle dingen ziet, met wijd open ogen.

“De Zwarte Madonna wordt vaak samen met haar Goddelijk Kleine Zwarte Kind verzocht om de ziel van een persoon helemaal tot op het bot te helen, om het probleem vanaf de wortel te openbaren, om de teruggedeinsde spirit te zegenen met de diepe zegening die nodig is voor herstel en opnieuw tevoorschijn komen, op manieren die de diepste betekenis heeft voor het individu.” (Clarissa Pinkola Estés, 2009)

In 2012 beschreef ik voor mezelf het diepe verdriet bij het wakker worden in de ochtend. Hoe het steeds -na die lege seconde van dat eerste ontwaken- als een natte deken op me viel en mijn lichaam onder stroom zette. Ik troostte mezelf:

*Als de wereld even stil staat,
dan doet zij dat voor mij.
Als de zon vandaag niet opgaat,
dan verbergt zij zich in mij.
Waar het leven zich terugtrekt,
in regels weglekt,
buiten dag en nacht...
daar houdt mijn wereld wacht.*

*Als de tijd vervaagt,
dan lost zij op in mij.
Als het ritme vertraagt,
is er een nieuw getij,
een natuurlijk verlangen,
onbevangen,
als een hartendief.....
daar heeft mijn wereld lief.*

*Als mijn lichaam aarzelt,
dan doet zij dat voor mij.
Dan staat zij even stil
en ga ik niet voorbij,
waar het ademt en klopt,
waar het ooit is gestopt
bij een nieuw begin....
daar heeft mijn wereld zin.*

26. Liefde

26 juli 2020

“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” Een fragment uit een lied dat ik schreef in 2010.

Het thema Liefde heb ik al een paar weken ‘klaar’ staan voor dit weblog, maar de woorden komen traag. Het zit nog teveel alleen in mijn gevoel en dan lijkt elk woord teveel of te weinig. Wat wil ik zeggen over liefde? Wat weet ik van liefde? Boeiend om op TV in het programma Zomergasten de verworven levensgrond van rapper Typhoon te horen. God is Liefde. Liefde is Licht en Verbinding. Typhoon vertelt hoe hij bij zijn geboorte een

hoeveelheid licht heeft meegekregen. Hij straalt het licht uit door steeds meer bewust zichzelf te laten Zijn.

Liefde op zichzelf stroomt. Ik heb ooit een foto genomen, terwijl ik midden in een stromende rivier in Frankrijk sta, met een prachtig uitzicht stroomopwaarts. De rivier stroomt, de tijd stroomt, alles stroomt, en alleen de foto bewijst dat ik er ben, zoals ik daar sta.

Het is iets anders als liefde stolt in een mentale vorm, zoals gehechtheid. Dan wordt liefde een aanleiding of een oorzaak van iets anders, zoals geluk, plezier, verlangen en ook pijn, verdriet, angst en boosheid. Leven met het coronavirus tilt dit fenomeen tot ongekende hoogten. Het is dualiteit ten top.

Mentaal zie ik mezelf bokkesprongen maken om niet vast te lopen of kort te sluiten in deze dualiteiten. Je kunt de wereldgebeurtenissen van zoveel kanten bekijken. Ik zie mensen door de valkuilen waggelen van harde oordelen uit naam van gestolde liefde. Men heeft iets te verliezen.

Dan sta ik opnieuw in het midden van de rivier en keer om.....en kijk stroomafwaarts ... en zie hoe de rivier uitstroomt in de zee. Het water masseert mijn voeten, de wind raakt mijn huid, de geluiden en beelden ontroeren door hun schoonheid..... telkens weer nieuwe kansen om te vertrouwen, te hopen, en samen te dromen....

*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*

*Will you meet me on the island of trust
walking the rhythm of our names
to dance and fall
and never be the same
will you meet me on the island of trust
There's an ocean inside.....*

*Will you meet me on the island of hope
and keep the warm fire burning
share the comfort of our soul
for sweet tender yearning
will you meet me on the island of hope
There's an ocean inside.....*

*Will you run ashore with me in a dream
bare hand and bare feet wandering
all word, all sound
as one whispering
will you run ashore with me in a dream
There's an ocean inside.....*

27. Troost

23 augustus 2020

Poeh, poeh,.... het zijn pittige tijden. Ook niet goed voor mijn zelfbeeld. Ik vlieg op de verkeerde momenten op een foute manier mentaal uit de bocht, waar ik dan vervolgens weer spijt van krijg..... Alles lijkt teveel....Het ziet er behoorlijk labiel uit. Op die momenten zoek ik troost.

Het is niet als excuus bedoeld, want ik blijf verantwoordelijk voor mijn gedrag, maar ik meen te begrijpen waarom dit zo gebeurt. Het voelt als een spagaat van binnen. Als in een tekenfilm-effect word ik uit elkaar getrokken.

In het 'grotere' plaatje vliegen we als mensheid op zielsniveau met de snelheid van het licht en in het 'kleinere' plaatje verdraag ik als individu tot bijna NUL. Misschien was dat relatief altijd wel zo, maar rekening houdend met een –onder druk- groeiend bewustzijn, is een steeds groter geheel in meer details zichtbaar én voelbaar. En onze tragere individuele 'geest' wil er dan ook wat mee.... continu, steeds opnieuw de behoefte om dingen te aarden en een plek te geven, om de bodem van ons bestaan te doorgronden. We hebben het er maar druk mee!

Ooit schreef ik, al mijmerend over non-dualiteit:

“Geredeneerd vanuit zelfrealisatie, heeft het dagelijks leven geen betekenis.

Het is ‘om niet’. Als we dat echt beseffen, kijken we naar een achterliggende werkelijkheid. Die achterliggende werkelijkheid is -inclusief ons dagelijks leven- van een overweldigende schoonheid.”

In dit licht is ook de behoefte aan troost 'om niet'.

Ik heb met veel plezier zitten kijken naar de herhaling van het gesprek met Luc Hessels in het TV-programma De Verwondering met Annemiek Schrijver. Het werkt bezielend om Luc te zien vertellen hoe hij zich vol overgave 'in een Aanwezigheid' voelt. Die Aanwezigheid heeft voor hem een Gelaat, waartoe hij zich kan verhouden. En Dankbaarheid is volgens Luc het enige dat de Mens in de juiste positie brengt om zich te verhouden tot het leven en de dood.

Vanuit mijn Gereformeerde opvoeding kan ik me de lering herinneren in de Heidelbergse catechismus:

Vraag 1. Wat is uw enige troost in leven en sterven?

Dat ik met lichaam en ziel zowel in leven als in sterven niet mijzelf toebehoor, maar het eigendom ben van mijn getrouwe Heiland Jezus Christus. Hij heeft met zijn kostbaar bloed voor al mijn zonden volkomen voldaan en mij uit alle heerschappij des duivels verlost. Hij waakt met zoveel zorg over mij dat zonder de wil van mijn hemelse Vader geen haar van mijn hoofd kan vallen, ja zelfs dat alle dingen mij tot mijn heil dienen. Daarom verzekert Hij mij ook door zijn Heilige Geest van het eeuwige leven en maakt mij van harte bereid om voortaan voor Hem te leven.

Vraag 2. Wat moet u kennen, opdat u in deze troost zalig (gelukkig, vreugdevol) leven en sterven kan?

Drie dingen. Ten eerste: hoe groot mijn zonden en ellende zijn. Ten tweede: hoe ik van al mijn zonden verlost word. En ten derde: hoe ik God voor zo'n verlossing dankbaar zal zijn.

Ruim 50 levensjaren later combineer ik dat in mijn hoofd en hart met alle esoterische kennis die inmiddels op mijn pad is gekomen. Het valt me op dat de tekst begint met de vraag om troost en eindigt met dankbaarheid, en daar tussenin zit heel veel overgave en veiligheid. Wat ik –vrij vertaald- moet doen is mezelf leren kennen en alles uitsluiten wat ik **niet** ben. Het feit van verlossing is tijdloos. Dankbaarheid is in de Aanwezigheid.

Wat kan mij dus in deze pittige tijden troosten?

Dat het levensproces vanuit de ziel gezien per definitie veilig is.....

Dat Overgave, Verantwoordelijkheid en Dankbaarheid zich in vrede met elkaar verbinden....

Dat alle kleingeestigheid in Aanwezigheid oplost....

28. Tevreden

7 september 2020

Een periode van ruim 20 jaar mantelzorg is afgesloten. Eerst was er de zorg voor mijn (reeds overleden) moeder en daarna de zorg voor mijn buurvrouw/vriendin, die verleden week naar een verzorgingshuis is verhuisd. Ik kan met een gerust hart zeggen dat ik mijn best heb gedaan, steeds tot volle tevredenheid.

Gisteren was het zondag, een rustdag in zoveel opzichten.... Deze zondagmiddag was er een opvallende diepe stilte in en rond mijn huis. De warme middagzon scheen naar binnen en verlichtte alles in de kamer met een volheid, zoals ik dat nog niet eerder had gezien. En toen ben ik in slaap gevallen als een klein kind.

Een uur later werd ik wakker met het gevoel dat er over mij en het huis was gewaakt, om deze Goedheid en Vrede te laten zijn.

29. Corona-stilte(3)

30 september 2020

De aangekondigde tweede golf van het virus is in ons midden. Als kind van een jaar of acht heb ik geleerd hoe je door de branding van de zee in de hoge golven kon duiken en de top van de golf over je heen kon laten gaan. Voor mij als kind waren de golven heel hoog. Ik moest wel duiken, mijn voeten los van de bodem. Gaan staan was geen optie. Er was moed voor nodig om dit te doen en erop te vertrouwen dat ik weer boven zou komen. Het is een levendige herinnering die diepe indruk heeft gemaakt. Onder water was het stil. Het enige geluid kwam door de druk op mijn oren. Ik was daar helemaal alleen, in de beweging van de zee. Ik weet nog hoe dolblij ik was en hoe ik steeds opnieuw die golven indook.

Ik voel intense dankbaarheid voor deze ervaring en het is zo waardevol omdat ik het als kind heb ervaren. Alleen als kind is er de openheid om voor je hele leven te beseffen dat -ook al duik je en laat je de bodem los- 'de bodem' er altijd is.

Ik duik opnieuw voor de tweede golf van het coronavirus en alles valt stil. We weten niet hoe lang het duurt. We kunnen overweldigd worden door de kracht van de natuur of onze eigen angst.... En dan is er dat kind van een jaar of acht, die ook onder water haar ogen open houdt en rondkijkt en met haar voel ik die eeuwige 'bodem' in mezelf.

30. De Tuin

12 november 2020

"...Ga nu op weg en vind het pad naar de enige en echte plek die bij jou hoort....jij alleen kent de weg en de plek...hier vind je rust..." Zo was de opdracht in de intuïtieve training ooit in de jaren negentig van de vorige eeuw. Ik weet nog hoe verrassend ogenblikkelijk ik een beeld had. Gretig en zonder enige twijfel volgde ik het langs hoge rotsen kronkelende pad en vond mijn zonovergoten plek, de bomen, het riet, het gras en het water, helder en in beweging... ik kon mijn voeten op de bodem zien. De geur van gras in mijn handen opsnuivend, zag ik de dieren komen: de waterjuffer, de vlinder, de adelaar, het hert, de wolf... voor de dolfin en de walvis maakte ik mijn plek groter en groter.....

Als je zoekt op internet naar 'innerlijke tuin' zijn er veel hits. Het is niets nieuws, maar destijds in de jaren negentig was het dat wel. Toen waren er grote groepen mensen die niets 'op hadden' met intuïtieve training. Het was niet aan hen om dit te ontdekken. Nu zijn er ook veel mensen die het onderwerp links laten liggen. Niet omdat het nieuw voor hen is, maar juist omdat het allemaal 'gewoon' is. Ze weten het wel.

Rond het jaar 2010 wist ik in mijn blogs altijd wel iets te brengen wat nieuw was en waardoor ik zelf en de mensen om mij heen geïnspireerd raakten. Ik herhaalde steeds dat 'al het (spirituele) werk was gedaan'. En via dat spoor kwam ik terecht bij de advaita (non-dualiteit) en termen als 'eenheidsbewustzijn'. Ik had er (heel veel) woorden voor, omdat het stiekemweg toch iets was voor de toekomst. Eigenlijk vergelijkbaar met Krishnamurti, die als 'twee vrienden' met ongelooflijk veel woorden het onnoembare, het verstilde, blijft benoemen zonder zichzelf letterlijk te herhalen. Aan het eind van zijn leven twijfelt hij of er iets van begrepen is.

Ik voel schaamte het is die ongepaste schaamte, waardoor mensen niet in hun liefdevolle kracht gaan staan: 'Mensen zijn banger voor hun licht dan voor hun schaduw' (Nelson Mandela). Het blokkeert me. Maar het is niet alleen mijn ZIJN in de tuin zelf, waardoor ik stil val, het zijn ook de dilemma's van het ondeelbare in een wereld van dualiteiten.

Die tuin van mij is licht en liefde... krachtig en kwetsbaar tegelijk. Iedereen heeft het in zich. Het is uniek en 'on-deelbaar'. Maar omdat het niet voor iedereen zo makkelijk bereikbaar is, lijkt het egocentrisch en arrogant als ik het niet deel met anderen. En nu realiseer ik me ook hoe exclusief de opdracht in de jaren negentig was. Je mocht aan niemand vertellen waar en hoe die plek voor jezelf er uit zag. Het doel daarvan was om –als kwetsbaar intuïtief persoon- je eigen ruimte te kunnen afschermen. Dat doel lijkt in het grotere geheel nu achterhaald.

In het tijdschrift BRES lees ik het artikel van Jaap Hiddinga over het inverté veld. De aanwezigheid van een dimensie die het totale tegendeel is van onze werkelijkheid, dus een super-dualiteit, waarin wij de ene helft zijn. Ik lees hoe deze twee dimensies elkaar raken en in elkaar oplossen in licht (wetenschappelijk aantoonbaar!). Het lijkt alsof we er niets voor hoeven doen....alles lost uiteindelijk op in licht. Dit is een troost maar ook een (ego)teleurstelling! Hebben we daar in de jaren negentig als voorhoede zo ons best voor gedaan....? Maar ik heb er wel iets mee gewonnen, namelijk het inzicht dat de liefde altijd zwaarder weegt dan de angst. En dat geeft levenslust.

Zoals Juffrouw Jollema in het gelijknamige kinderboek van N.M. Bodecker zit ik in mijn tuin, tevreden en ongegeneerd te genieten. Ik nodig anderen uit om deelgenoot te zijn.

31. 2021: Vrijheid

27 december 2020

“...Vrijheid is er aan het begin, niet aan het einde; De vrijheid is er, zorg alleen dat je haar ziet.” (Krishnamurti) Als ik denk aan het nieuwe jaar 2021, is er onmiddellijk het thema Vrijheid. En de tekst van Krishnamurti omschrijft het beste wat ik hiermee bedoel.

Meestal wordt vrijheid gezien als het einde van een proces, als een verworvenheid. Daar kunnen we in deze tijd van alles bij bedenken. We zijn straks vrij van beperkingen als iedereen zich nu aan de regels houdt, als het aantal besmettingen met het coronavirus minder wordt, als er een vaccin is... en zolang dat er niet is, zijn we onvrij.

Juist in deze tijd zoeken en ontdekken mensen een ander soort vrijheid, die er altijd is. Die vrijheid is er ‘aan het begin’. Het is de oorspronkelijke vrijheid, een oer-erfenis, een onvervreemdbaar menselijk geboorterecht. Als je deze innerlijke vrijheid eenmaal ziet, gaat zij niet meer weg. Zij laat zich overal en door iedereen geven en nemen. Het is een vrijheid zonder etikettes: wat er ook gebeurt, we kunnen het (de vrijheid) laten voor wat het is. Het is een vrijheid, die niets weet van ‘vluchten’, en die alles weet over het ‘hoogste Goed’ voor de aarde en alle levende wezens.

Deze vrijheid vraagt erom dat je in de spiegel kijkt en naar jezelf glimlacht. In de traditie van de sjamanen is er Grote Rookspiegel. Je kijkt naar jezelf en beseft dat alle levensvormen uit dezelfde bron ontspringen. Onze kritiek op anderen verliest gewicht in het ware licht van zelfbespiegeling. Grote Rookspiegel nodigt uit om licht en schaduw gelijkwaardig te aanvaarden. Beiden kunnen ons iets leren. Er is de uitnodiging om de illusie van de persoonlijke mythe achter ons te laten en niet meer terug te deinzen voor het lichtwezen dat we zijn.

Als we de boodschap van Grote Rookspiegel in ons hart laten doordringen, hebben we de vrijheid om innerlijke antwoorden zichtbaar te maken. Dat betekent niet dat we niet meer naar anderen luisteren. Juist het omgekeerde is waar: we hebben zelf meer ‘bodem’ om echt te kunnen luisteren naar de wereld om ons heen.

Daarom vind ik het ook zo mooi dat Krishnamurti openlijk het etiket ‘goeroe’ afzwoor. Hij beseft dat bewustzijn eerder groeit als je inzichten met elkaar deelt ‘als twee vrienden’.

Ik zie om me heen dat er een andere wind waait. Er is meer zelfreflectie en menselijke diepgang. Mijn wens voor 2021:

Dat het licht(e) in ons aanwezig en zichtbaar mag zijn.

(♪)

*He, jij daar in de spiegel, dicht bij me, dicht bij me.
En als je me ziet, vertel me dan, geheimen, geheimen.
Want jouw ogen zijn meestal de mijne niet
met een boodschap die mij er buiten liet.
Pas als je naar me lacht en ik plezier heb voor twee,
dan weet ik dat ik het ben, daar in jouw ogen.*

*He, jij daar in de spiegel, verken je mij, verken je mij.
En als je dat kan, wat zie je dan,
Want jouw wereld is meestal de mijne niet
ook al zal ik de grenzen verleggen,
totdat je naar me lacht en ik plezier heb voor twee,
dan weet ik dat ik het ben, daar in jouw ogen.*

*He, jij daar in de spiegel, verbeeld je mij en stop je mij.
En als je dat niet kan, wat mis ik dan, aan mij voorbij, aan mij voorbij,
want te snel en te vluchtig is mij ontgaan
de blik die jou ziet staan.
Pas als je naar me lacht en ik plezier heb voor twee,
dan weet ik dat ik het ben, daar in jouw ogen.*

32. Een hutje op de hei

25 januari 2021

Er was altijd een droom van een hutje op de hei, in een stilte gebied, alleen met de geluiden uit de natuur en af en toe een verdwaalde wandelaar. Dat hutje op de hei is nu werkelijkheid, en ik heb er niet voor hoeven verhuizen. Het is een weldaad als al het menselijk gegons afneemt. De continue 'brom' waarmee men rekening houdt als grondtoon in de aarde...blijkt door mensen te zijn veroorzaakt en is nu even weg.

En weer moet ik denken aan de intuïtieve trainingen die ik volgde in de jaren negentig. In de eerste bijeenkomst zaten we in een kring. De opdracht was om je eigen ruimte neer te zetten, niet met muren maar met rozen voor en achter, links, rechts en boven en beneden. De opdracht was ook om alle energie die je had achter gelaten bij anderen, terug te halen en alle energie die bij je was van anderen, terug te geven. En zo zaten we daar in die groep. Het was een openbaring hoe in één keer de rust in de groep kwam. Iedereen had op een heel vrije en positieve manier en in alle openheid genoeg aan zichzelf. Geen verwarrende oordelen of verwachtingen, alleen maar een diep besef van menselijke verbondenheid.

Dat is precies wat deze corona-pandemie van ons vraagt, en tegelijkertijd als geschenk brengt. Ga even terug in je eigen ruimte en je eigen energie, en zie de rijkdom van het mens-zijn. Geniet van de stilte en de bijzondere lichtval in de ochtend en de namiddag. En heb mededogen in al het menselijk lijden. Ik voel me een bevoorrecht mens dat ik zo 'op mezelf' kan zijn, als in een zalig hutje op de hei.

En dan op TV de beelden van het grimmige geweld en de verbeterde gezichten.... alles moet kapot..... want 'alles wordt van ons afgepakt...?' Is dat het? Is het wel echt te begrijpen? Ik denk uiteindelijk wel uit alle menselijke verhalen. Elk verhaal een wereld op zichzelf.

Toch zoeken we naar een onderliggende waarheid. Opnieuw een droom: Het is een bekend huis met bekende mensen. Ik zit echter op de grond in een kale betonnen ruimte, met alleen een krakkemikkig (logeer)bed. Ik word huilend wakker: 'Er is niets van mij!' Is dat het algemene gevoel, dat we alles kwijt zijn...? Voelen we onbewust de dreiging van een klimaat-crisis als in een 'einde der tijden'? Herbeleven we de tijd van Atlantis?

En tegelijkertijd doet deze tijd mij herinneren aan alle veilige momenten in mijn jeugd. Met weinig bezit was er een gevoel van overvloed. Nu voel ik opnieuw die diepe tevredenheid en verwondering. Ik ben ervan overtuigd dat we alleen in die gemoedsrust kunnen zien wat deze tijd aan nieuwe mogelijkheden biedt. Terug, op onszelf, in essentie, en weet hebben van de verbondenheid, de eenheid in oorsprong. Alleen daar vinden we doorgangen naar andere niveaus van bestaan en een leefbare wereld.

*Zacht en warm en vrij van binnen schijnt een licht in mij.
Daar kan ik steeds opnieuw beginnen na honderd malen keerzij
en op mijn lippen ligt het leven van tranen vol en zout;
zo heb ik de eerste schreeuw gegeven dat ik van 't leven houd.*

*Zacht en warm en vrij van binnen brandt een vuur in mij.
Daar kan ik steeds de woorden vinden voor duizend maal 'dichterbij'
en onder mijn huid bruist het leven, van zoete herinnering;
Zo heb ik mijn eerste woord geschreven, tussen de lijntjes in.*

*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.*

*Zacht en warm en vrij van binnen schijnt een licht voorgoed.
Daar zingt mijn ziel van de liefde en de bron van overvloed.
Als nergens een begin voor later, mijn naam verwaait in het zand,
dan zijn wij als de zon in het water van het beloofde land.*

33. Onderstroom

2 april 2021 Goede Vrijdag

"Sterrenkind, wervelwind, draai eigen draai met de zon mee. Duizendtint, wondervrind, zin eigen zin en genoeg voor twee...." Er is binnen de familie nieuw leven op komst en het roept gemengde gevoelens op. Een baby in deze tijd.....?

De kinderen die nu verwekt en geboren worden, zullen altijd de 'corona-kinderen' worden genoemd. Het is juist in deze tijd extreem voelbaar hoe nieuw leven zich een weg baant tegen de stroom in. Er is kennelijk een Beter Weten, boven al het bekende beter weten. De komst van nieuw leven staat los van de maatschappelijke en rationele bovenstroom van

dualiteiten en oordelen..... Nieuw leven ontspringt op een onstuitbare onderstroom, waarin bewustzijn altijd verlangt naar een thuisbron van waaruit zij zich kan ontwikkelen.

In het tijdschrift BRES (nr. 326 over “Duurzaam bewustzijn”) maakt Jaap Hiddinga in een visioen –samen met zijn spiritueel begeleidster- een reis door een kosmisch zwart gat. Een zogenaamd zwart gat wordt hier gezien als een systeem waarin materie getransformeerd wordt om in een vernieuwde vorm te worden omgezet. Het verhaal doet ons beseffen dat “...er niet iets is als dood of leven, maar gewoon een continu proces van “zijn” in de materie en energie waarin een evolutie plaatsvindt. De materie en energie worden steeds ‘beter’, dat wil zeggen dat het steeds meegaat met het groeiende bewustzijn van de ziel. Omdat we als levensvorm in een universum wonen, zal dat universum zich dus ook steeds moeten aanpassen in dit hogere bewustzijn.... Niets gaat verloren. Zelfs geen atoom of atomair deeltje...”

Luisterend naar deze onderstroom van leven weten we dat de wereld niet verstandelijk maakbaar is. Nieuw leven leert mij om vertrouwen te hebben in de onderstroom, en als het gaat om de liefde verdwijnen alle rationele dooddoeners naar de achtergrond. Het is zinloos om me te laten leiden door angst. Nieuw leven leert mij dat het hebben van controle uiteindelijk een illusie is. Ter verantwoording spreekt alleen ons hart.

Vandaag op Goede Vrijdag gedenken we het sterven van Jezus. Een verhaal van een zwart gat, waarin al het goede leek te verdwijnen. Maar ook hier ging niets verloren. Bewustzijn transformeerde en evolueerde schijnbaar uit het niets in nieuw leven.

*Sterrenkind, wervelwind, draai eigen draai met de zon mee.
Duizendtint, wondervrind, zin eigen zin en genoeg voor twee.
Engelgroet, op vrije voet, aard eigen aard met de stroom mee.
Klankenwerk, zacht en sterk, wijs eigen wijs en genoeg voor twee.*

*Vertel me waar je hebt gezeten, vertel me waar vandaan.
Waar was je zonder het te weten, waar was je zonder Naam.
Wat zag je over mijn schouder mee, in gouden stralen van de tijd.
Welke stofjes zijn geweven, met draadjes uit de eeuwigheid.*

*En toen je wist waar, toen je wist waar vandaan
Toen je kon kijken over mijn schouder, is er een boekje open gedaan.
Vertel me van je namen, geschreven in het hemelboek.
Van je eigen gouden stralen, onverwacht om elke hoek.*

*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...*

34. Wonderen

25 april 2021

Begin jaren 80 las ik het boek "Op zoek naar het Wonderbaarlijke" van P.D. Ouspensky (1878-1947). Het boek kwam op een moment van grote veranderingen in mijn leven. Na een echtscheiding belandde ik een half jaar in een 'onderaards bewustzijn' en het boek van Ouspensky ging met mij mee. Het was tekenend dat ik dakloos raakte en tijdelijk noodgedwongen weer bij mijn ouders in huis woonde. Terug naar het begin. Op zoek naar de bron, de essentie, de oorspronkelijke verbindingen, het grotere geheel waar ik deel van ben. Zittend voor het raam in een kleine kinderkamer komt de informatie bladzij voor bladzij bij me binnen. Overdag werk ik fulltime in een zakelijke omgeving, die mij energetisch uitput, en waarvan ik me afvraag waarom ik dit nog doe, maar tegelijkertijd biedt het ook wonderbaarlijke ontmoetingen en geeft het mij de mogelijkheid om weer een eigen dak boven mijn hoofd te creëren.

Het boek van Ouspensky leest niet gemakkelijk. Hij is onwaarschijnlijk precies in zijn opsomming van wetenschappelijke feiten, uitgedrukt in getallen en wetmatigheden. Maar in mijn onderaards bewustzijn werd ik gegrepen door de harmonieën, de verbindingen, de vrede. Alles hangt met alles samen, volgt gelijksoortige paden en er gaat niets verloren. Het vulde en vervulde mij, daar waar ik was leeg gelopen, en het ging nog verder dan dat.... Het zette mij weer in een toekomst. Het gaf weer grond aan mijn hart en ziel.

Het boek kwam 'van buitenaf', en het maakte onvoorwaardelijk en in overvloed het wonderbaarlijke in mezelf wakker. Ik liet het gebeuren en het is nooit meer weggegaan. Ik geniet van het leven als een wonder.... hoe liefde en licht, ziel en DNA elkaar voortdurend opzoeken en zo iets fabriceren als 'de werkelijkheid', elkaar weerspiegelend in weerstand en dualiteiten. In mijn onderaards bewustzijn kijk ik er van een afstand en van onderen tegen aan. Het is als een bericht uit het centrum van Moeder Aarde en een herinnering aan een alles-omarmend Thuis. Zo boven, zo beneden. Zo buiten, zo binnen.

Onderstaand lied schreef ik in 2010, als opmaat naar het verwachtingsvolle 2012. Ik weet nog hoe ik mij al schrijvend liet vallen in die wonderbaarlijke zee van leven. Het gaat over 'informatie' als een oneindig proces van creatie. En alleen als je er middenin gaat staan, hoor je de universele klanken.

♪ *Lied: It's all information*

*Tracing the story, the word to begin,
unchallenged in true meaning
Life has been answered and the question was mine,
just risen from nowhere like a clear memory.
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*

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

*It's all information, it's never too much
it never will end, 'cause I will be in touch
It's breaking loose, it can't be stopped
we really did choose, it's already dropped.
It's all information, it all make sense
the puzzle will never fall to pieces again
The face of the earth is an open book.
Past, present and future, just have a good look
Must keep on dancing, must keep on the move
my body's a freeway, to phrase my own groove
numbers clicked in place, portals in time due
beacons on pathways, so old, yet so new.*

*It's all information, it's never too much
it never will end, 'cause I will be in touch
This over-soul light, it's all coming down
It really feels good, it's from my home-town.
It's all information, it all make sense
the puzzle will never fall to pieces again
In search of a pathway to flow free
flooding into matter, well it matters to me.
Must turn it inside out, reverse it in time
just keep it alive in all its Prime
it's all information like a smile coming through
so soft and easy, between me and you.....*

35. Moederschap

30 mei 2021

Barbara Rother is overleden. Barbara en Steve Rother zijn lichtwerkers. Zij reisden samen de hele wereld over en brachten hun boodschap van licht en liefde. Een paar weken geleden kregen wij het bericht dat Barbara ernstig ziek was en op 6 mei 2021 is zij overleden. Gisteravond was er op hun website - <https://www.espavo.org> - een in-memoriam door haar familie en naaste lichtwerkers. Ik vermoed dat er duizenden mensen hebben gekeken en diep zijn geraakt door de indrukwekkende en intens liefdevolle ode aan haar persoon, haar vrouwelijkheid en moederschap. Barbara was niet alleen de matriarch in haar biologische familie, maar ook binnen de espavo-gemeenschap ging zij over de hele wereld in die rol voorop. Zij kon zich ontfermen over mensen en hen bekrachtigen tegelijkertijd.

Vanaf het begin van hun actieve loopbaan als lichtwerker in 1996 voel ik me verbonden met hen. De keren dat zij in Nederland waren, ben ik aanwezig geweest bij een aantal van hun seminars. In 1999 logeerden Steve en Barbara bij een familie in mijn woonplaats. Ik had een afspraak voor een persoonlijke sessie bij Steve. Ik weet nog hoe ik maandagochtend vroeg aanbelde en tot mijn verrassing door hen beiden hartelijk werd ontvangen.

Er wordt in hun boodschap eenduidig en consequent een oproep gedaan tot 'her-inneren'. Herinner jezelf wie je in feite bent: een spiritueel wezen dat tijdelijk een fysiek lichaam bewoont. Herinner jezelf hoezeer alles en iedereen met elkaar verbonden is en een eenheid vormt in licht en liefde, en uiteraard met een lach en een traan. Dat is ons menselijk 'Thuis'. Steve bracht de gechannelde boodschappen van 'De Groep' en Barbara sprak uit haar hart. Zij bracht de allesomvattende liefde. Het maakte niet uit wie, wat, waar of hoe.... Het was waard om gezien en gehoord te worden, en in essentie te 'verlichten'.

Hun verhaal is op meerdere manieren voor mij herkenbaar. Zij zijn van mijn generatie. Barbara was twee jaar ouder dan ik. Ik herken het tijdsbeeld van het in-memoriën door de jaren heen. Zij leerden elkaar kennen in de jaren zestig en maakten samen muziek in de hippietijd. Steve speelde gitaar. Barbara zong. Zij waren meer dan 50 jaar bij elkaar.

Het is hun – ondanks hun wereldbekendheid – gelukt om benaderbaar te blijven. De vele anekdotes over hun leven getuigen van 'menselijkheid' in hoogte- en dieptepunten. Daarom heb ik ook nooit in mezelf weerstand gevoeld bij hun boodschap. De menselijke ondertoon zet hun Licht steeds weer in het juiste perspectief. Het mannelijke en vrouwelijke aspect waren in balans, spiritueel en aards tegelijk, in kracht en kwetsbaarheid. En dat zijn precies de juiste voorwaarden om Moederschap te laten stralen.

Barbara, dank je wel. Met blijdschap en enige jaloezie zie ik hoe jouw moederschap wordt geëerd, schaamteloos uitbundig en zonder enige spijt. Dat is in 'mijn wereld' niet altijd zo vanzelfsprekend. Jij was degene die altijd aanmoedigde om het hart te laten spreken en dapper door te gaan.

Ik brand een kaarsje voor jou, naast het kaarsje voor Quan Shi Yin, de krachtige hemelse moeder van genade en troost. Daar voel je je volgens mij heel erg thuis.

36. Mildheid

24 juli 2021

(Uit het boek Aerlim).... Dolfijn neemt mij mee, de zee in, diep onder water. Wij naast elkaar, steeds dieper tot op de bodem van de zee. Een stad. Al eerder besef van licht en duister: 'jij hebt al gekozen'. Voorbij de stad, steeds verder en dieper, de schuine wand van een piramide die zich opent voor mij. Als ik naar binnen ga, blijft Dolfijn achter als een wachter. Ik zie de wanden en de tekens aan de wanden langs mij heen gaan, en voel de ruimte groter worden. In het midden van de ruimte op een verhoging zie ik vuur: een vlam. Aan de randen van de vlam de heldere kleuren van de regenboog. Ik voel de aanwezigheid van anderen. Er is de diepe ontroering van ontmoeting. 'Wat is nu belangrijk voor mij?' Het antwoord echoot bij me naar binnen: '... om te herinneren de zachtheid en mildheid van je wezen...' En op de bodem van de zee huil ik.

Waarom huil ik? Het is een ontlading van spanning. Er is opluchting dat de zachtheid en mildheid er mogen zijn. Maar het is ook verdriet om het besef van verharding in de wereld, waardoor gewetenloze daden mogelijk zijn. Het is verwarrend om dat ook in mezelf te voelen gebeuren. Er is verharding uit verdriet en onmacht. Ik kan me voorstellen hoe alle gevoel verkilt en wordt uitgeschakeld.

Ik vraag een dier om raad. Daar is opnieuw de kikker. Kikker weet alles van water als medicijn. Dus tranen maken het leven weer vloeibaar. Er is altijd beweging, altijd eb en

vloed. Ook al zijn er mensen die ik niet kan vergeven, ik kan wel mezelf vergeven en steeds weer opnieuw –gewetensvol- de zachtheid en mildheid van mijn wezen herinneren.

37. Heimwee

12 september 2021

Ik weet niet of het komt door het ouder worden, maar onverwacht kan ik zomaar in een scene uit het verleden belanden. De herinnering is zo compleet dat het lijkt alsof ik daar zou kunnen blijven, in een ander heden. Als de toekomst korter wordt, buigt de tijd van leven zich kennelijk in een cirkel. Alles trekt een beetje krom, terwijl de sfeer van vroeger uitdijt.

Het zijn de passievolle momenten in mijn verleden die ik mij op deze manier herinner. Als ik op ze toekijk in het heden geven ze een diep heimwee. Het zijn waarschijnlijk de eerste momenten van zelfbewustzijn: 'hier ben ik'. Ik heb er al eerder over verteld, hoe ik met heel mijn lijf kan herinneren hoe ik op school leerde schrijven. Met een kroontjespen teken ik de letters en cijfers tussen de lijntjes op het papier.... de geur van de inkt.... het houten blad van mijn tafeltje met een laatje eronder, waar ik later nog een keer mijn cavia in verstopte, die ik stiekem had meegenomen naar school. Het lijkt meer dan een herinnering. Ik reis terug in de tijd en zit in de huid van dat meisje.

De eerste dag op de middelbare school in een witte jurk met zwarte stippen.... Urenlang de liedjes van Leonard Cohen oefenen op de gitaar, en mijn eerste zelfgemaakte lied zingen voor publiek...Mijn rijbewijs gehaald en dezelfde zomer naar Frankrijk rijden, en de afslag bij Orange nemen: het intense gevoel van thuis komen.

Het is opvallend dat het de passievolle magische momenten zijn die ik me zo kleurrijk herinner. Ik was EEN met mijn omgeving, en zo is ook de herinnering heel gebleven. Er zijn ook veel herinneringen aan gebeurtenissen die minder leuk waren. Maar daar ontbreekt de totaalbelevens. Alsof het beeld in de pijn uit elkaar blijft vallen. Ik zie en voel het, maar ik hoef er niet meer in te stappen.

Ik droomde recent dat ik deel uitmaakte van een groep mensen. We zaten in een kring. Ik zag hoe naast ieder, ook ik zelf, een 'dubbel' stond met prachtige vleugels van licht, en hoe die 'dubbels' in de persoon er naast stapten en er EEN mee werden. Ik voelde de levenskracht in mij stromen, zoals alle tijdelijkheid zich kromt in cirkels en spiralen. Die vleugels van licht zijn het oer heimwee.

38. Corona en inclusie

(13 november 2021)

We hebben de mond vol over inclusie, iedereen hoort er bij, maar met corona willen we alles uitsluiten. Ik probeer dat in mijn hersens bij elkaar te krijgen. Het virus is er. Dat gaat niet meer weg. We moeten het omarmen en leren om niet alleen te leven vanuit angst. Ik begrijp dat met de huidige ziekenhuiscapaciteit corona een ramp is voor de patiënten én voor de mensen in de zorg. En ik wens niemand toe om met corona op de IC te belanden. Echter: 1700 mensen in het ziekenhuis, 350 op de IC... op 17 miljoen inwoners.... Ik vind het voor een epidemie geruststellende aantallen. In dit licht betekenen duizenden besmettingen per dag iets heel positiefs, namelijk dat de meeste mensen deze ziekte inmiddels goed doorstaan.

Ik ben gevaccineerd uit vrije keuze. Ik hoop dat het voor ieder een vrije keuze kan blijven en ben daarom tegen het middel 'coronapas'. Ik heb de QR-code niet gedownload en maak geen gebruik van mijn 'voorrechten' als gevaccineerde. Ik beschouw mezelf al bevoorrecht als gepensioneerde, en dat ik het op mezelf en met mezelf goed kan vinden, zodat mijn fysieke sociale contacten minimaal kunnen zijn voor een groter 'Goed'.

Tot zover de maatschappelijke uiterlijkheden en mijn standpunt daarin. Wat zijn de berichten op zielsniveau? Volgens mij kijken we steeds meer vanuit een punt over de grenzen van leven en dood. Niet alleen het coronavirus, maar ook de klimaatveranderingen doen ons beseffen dat we ons leven niet kunnen laten stoppen bij onze persoonlijke dood. We zitten als mensheid in een nieuw vaarwater. Het wordt vreemd om te zeggen 'na ons de zondvloed'. Dat is eigenlijk al begonnen toen we fysiek in staat waren om de aarde vanuit de ruimte te zien. Er is momenteel (terecht) kritiek op ruimtereizen, maar de mensen die het hebben gedaan, getuigen van een breder bewustzijn als het gaat om het leven op aarde. Het is een dieper bewustzijn hoe alles met elkaar in verbinding staat en een EENHEID vormt.

Ik blijf heel blij met alle geluiden over de noodzaak tot andere economische systemen. We hoeven niet steeds maar te groeien. In plaats van 'koopkracht' zouden we meer gericht kunnen zijn op natuurlijke 'kringloopkracht' (niet te verwarren met de functie van medewerker in een Belgische kringloopwinkel).

Voor nu ben ik heel tevreden en leef ik verantwoord op 'kleine voet' met mijn 'kop boven het zand'. Ik ervaar dit als een luxe. Veel van de maatschappelijke hectiek om mij heen is gebaseerd op angst en schaarste. Dat is niet mijn wereld en in die zin raken de coronamaatregelen mij niet.

39. En God zag dat het Goed was

(21 december 2021)

Een risicovol zinnetje in deze tijd. Vanaf mijn vroege jeugd hangt deze tekst bewust boven mijn bed. Het is bedoeld als troost in een omgeving waar ik al snel dingen fout kon doen. In de Bijbel slaat deze tekst op de hele schepping, maar 's avonds in mijn bed was het iets persoonlijks en werd alles wat ik die dag fout gedaan had weer goed, omdat God dat zo zag. Ik, als deel van de schepping, was in mijn geheel Goed. Op onderdelen kon het fout gaan, maar in de kern en over het algemeen was het Goed. Echt een hele troost!

De zondeval in de Bijbel klopt, in die zin dat we –als we geboren worden- in een neutrale 'onvolledigheid' vallen. Er is een geestelijk deel van onszelf elders. Dat kan een pijnlijk heimwee zijn. In de Advaita is die dualiteit een illusie, die we kunnen loslaten. Er is een Goed dat er altijd is en er niet níet kan zijn. Dat Goed heeft niets te maken met 'goed of fout', hier of elders, toen of nu....

Het lied dat ik daarover heb geschreven, was een worsteling. Hoe ik het ook verwoord, er is een verinnerlijkt stemmetje, dat zegt dat op die manier alle slechtheid wordt goed gepraat. Het is moeilijk om in dit geval het verschil te laten zien tussen 'omarmen' en 'vasthouden'.

We leven in een tijd waarin de standpunten extreem goed of fout kunnen zijn. En we houden daar stevig aan vast, want de omgeving is onveilig. We kunnen al snel dingen fout doen. Ik merk dat ik me –voor zover mogelijk- wat terugtrek uit die werkelijkheid. Ik word er verdrietig

van. Ik geef er de voorkeur aan om 'het' níet te weten, om niet nog meer in die duale illusie, c.q. werkelijkheid te worden getrokken.

Ik bid 's avonds in bed om 'het Hoogste Goed'. Dat vraagt overgave en loslaten, want het kan ook zomaar een zondvloed zijn. Mijn persoonlijke belangen doen er dan niet toe. Voor het nieuwe jaar wens ik ieder dat 2022 hét jaar mag zijn om te herinneren hoe diep we zijn verbonden met Moeder Aarde... het is ons Thuis. Er is volgens mij niets mis met de Schepping. We zitten er alleen maar middenin. En een dal is al gauw een diep dal en een berg als iets om tegenop te zien. In het gedicht "Vrijplaats" sta ik geestelijk boven de wolken op de top van de berg.....

*Ik heb mijn bed neutraal verklaard
vierkant stil
in een zee van gedachten
die in vaste cadansen
aan komen rollen
wit op zwart
rond blijven tollen
als golf na golf mij bezet
drijft zij boven
mijn bed
en redt
en machteloost gedachten
verslindt in vurig wit hun vorm
laat stilletjes de dag verzachten
en knip-oogt in de storm*

40. Transformatie

(4 februari 2022)

Door regel-recht redeneren kun je op onzin uitkomen.... Onze maatschappelijke structuren staan er bol van. We vinden dat het anders moet, maar hoe? Als we alleen het schip willen keren, blijven we horizontaal rondjes draaien in meer van hetzelfde, alhoewel een oprechte 'beking' wel goed zou doen. We hebben onszelf vastgedraaid in juridische details, uit angst voor beschuldigingen en schadeclaims. Ik heb er zelf middenin gezeten, in waterdichte verordeningen en beleidsregels. Daar kwam letterlijk geen mens tussen! En ik heb gezien hoe trots iedereen was als het vakkundig was dichtgetimmerd. De laatste jaren voor mijn pensioen was ik er ziek van....juridisch correct, maar zo onrechtvaardig! Het tastte mijn gevoel van integriteit aan.

Midden jaren 80 beland ik als alleenstaande moeder met een chronisch ziek kind in de bijstand. Door een combinatie van externe omstandigheden en eigen keuzes klieper ik van de ene kant van de maatschappij naar de andere kant. Ik heb een dak boven mijn hoofd in de vorm van een flat, maar het is met een klein kind een eenzame plek. In die tijd heb je bij de gemeente nog een afdeling woonmaatschappelijk werk. Op een middag belt een ambtenaar mij blij op: zij heeft een huis met een tuin voor mij gevonden, vlak bij een school. Ik grijp deze kans met beide handen aan. Ook krijg ik de kans een opleiding te volgen, die mij uiteindelijk een baan oplevert. Ik ben blij als mijn ouders mij van hun kleine pensioen wat extra's geven....het komt niet in me op dat dit verkeerd zou kunnen zijn en de gemeente

vraagt er niet naar. Al met al krijg ik de ruimte om weer op eigen benen te staan. Sinds die tijd heeft de overheid haar investering in mij dubbel en dwars via loonbelasting terugverdiend. Als me dit in de huidige tijd zou overkomen, weet ik niet wat er van me terecht zou komen.

Augustus 2021 wordt mijn derde kleinkind in het ziekenhuis geboren. Alles gaat voorspoedig. Broer en zus zijn blij en trots. Het is een wolk van een baby....maar wel met een opvallend hikje. Er volgt een onderzoek. Conclusie: alles is oké. Daar had het moeten stoppen. Moeder en kind naar huis met de gebruikelijke kraamzorg..... Maar nee, er volgt nog een heel arsenaal aan onderzoeken gedurende 8 dagen. Moeder en kind worden gescheiden, kind aan de monitor, voor alle zekerheid antibiotica via een infuus, de dreiging van sondevoeding(??!), kortom iedereen in de stress en de borstvoeding mislukt. Het enige wat wij als familie zien, is een volkomen gezonde baby van 8 pond op de kinderafdeling tussen de prematuur geboren kindjes. De cijfertjes op de monitor laten een gezond beeld zien. De kinderarts en verpleegkundigen zijn op hun manier meelevend en super-vriendelijk. Na 8 dagen zegt de kinderarts dat 'zij geen reden ziet om dit kind langer in het ziekenhuis te houden'. Dat zijn dezelfde woorden die je gebruikt op een politiebureau bij een verdacht persoon.... !

Later hoor ik dat het ziekenhuis voor de zorg van mijn kleinkind ruim 20.000,- euro kan declareren bij de ziektekostenverzekeraar. En dat alles om er zeker van te zijn dat alles oké is (en achteraf geen schade kan worden geclaimd?). Iemand zegt dat we blij moeten zijn nu we zeker weten dat er niets aan de hand is. Ik zie alleen maar dat er iets moois is stuk gemaakt. Met mijn kleinkind in mijn armen, herhaal ik steeds zachtjes: 'Je doet het goed! Welkom in de 21^e eeuw.'

Is er nu –in menselijk opzicht- zorgvuldig gehandeld? En had het binnen het huidige systeem anders gekund? Ik denk helaas van niet. Ik ben in de jaren 80 moeder geworden. Het was een riskante thuisbevalling, maar met een lieve kundige vroedvrouw en vertrouwde huisarts. Hoe had dat nu uitgepakt?

Bij bovenstaande verhalen zijn nog veel details te noemen, die inkleuren en nuanceren. En er zijn ook nog veel andere gebeurtenissen in mijn leven die gaandeweg laten zien hoe regelgeving, protocollen en procedures geen recht doen aan nabijheid en menselijkheid. Het is goed als dit aan het licht komt.

Ik laat me vertellen dat –energetisch gezien- de instroom van licht op onze planeet sterk toeneemt. Zaken die in de schaduw staan, komen aan het licht. Er komt meer 'naar buiten'. Als we willen transformeren naar meer menselijkheid is dat een voorwaarde. Er is iets buiten en boven de bestaande orde nodig om (opnieuw) te zien hoe we met elkaar en met de aarde omgaan en verbonden zijn. Dan voelen we aan den lijve het verschil tussen bronnen van inkomsten en onze bron van leven. Ik hoor iemand zeggen: 'We are all of One'.

41. Vrede(2)

(1 maart 2022)

In de vorige weblog schreef ik dat de instroom van licht op onze planeet sterk toeneemt. Alles komt "aan het licht". Laten we ons hart niet alleen vasthouden, maar juist ook open en gericht zijn op Vrede. In gedachten bij de mensen in oorlogsgebieden: "We are all of One".

Op 27 april 2020 schreef ik over vrede.

Dat was een reactie op de oorlogstaal die werd gebruikt als het ging over het coronavirus.

Dan zit je in het vijand-denken en dat wil ik liever niet. President Poetin zit vast in het vijand-denken. Dan wil je alles overheersen en onder controle hebben. Hij maakt zichzelf tot vijand. Ik herhaal hieronder mijn tekst over Vrede.

Vrede, in mijn lijf als ik deze woorden schrijf;
Vrede, op het bankje voor mijn huis in de zon;
Vrede, in de stilte van de stad;
Vrede, in het alleen zijn;
Vrede, in het -op afstand- samenzijn;
Vrede, in alle onzekerheid, onduidelijkheid, ongerijmdheid;
Vrede, als ik 's avonds slapen ga;
Vrede, als ik 's morgens wakker word;
Vrede, als een president roept dat we in oorlog zijn met een onzichtbare vijand;
Vrede, als iemand achter mij bij de kassa van de supermarkt haast heeft;
Vrede, als iemand op een racefiets rakelings langs mij zoeft;
Vrede, voor ieder die ziek is;
Vrede, voor ieder die bang, bezorgd, rusteloos is;
Vrede, voor ieder die nabijheid van geliefden mist;
Vrede, voor degenen die leidinggeven, onderwijzen en nieuws brengen;
Vrede, voor degenen die zorgen voor anderen;
Vrede, voor degenen die zoeken;
Vrede, aan degenen die het licht dragen;
Vrede, aan de (aanstaande) vaders en moeders;
Vrede, aan de nieuwgeborenen;
Vrede, aan degenen die sterven;
Vrede, in het afscheid nemen en in het welkom heten;
Vrede, met het verleden en wat de toekomst brengt;
Vrede, zodat er vergeven kan worden;
Vrede, zodat we in gedachten EEN kunnen zijn;
Vrede, zodat we respectvol zijn naar al het leven op Aarde;
Vrede, in het NU;
Vrede en alle Goeds!

42. Het Medicijnwiel actueel

(22 maart 2022)

Ik lees de column van Nelleke Noordervliet in dagblad Trouw van 19 maart: "Waar het verhaal van macht en trots toe kan leiden". Daarnaast lees ik twee dagen later het profiel van de wetenschapper Aleksander Doegin, ook wel "Poetins brein" genoemd. Afgelopen zondag waren er in de Dominicuskerk in Amsterdam bijeenkomsten over Vrede en de 'menselijke maat'.

Nelleke Noordervliet haalt beelden aan uit de oorlog in Oekraïne. Het is volgens haar een nietsontziend mannelijk narratief, dat zorgt voor angst bij de tegenstander. Samenvatting in de krant: "Een man zonder hart en ziel in het Kremlin vermoordt een zwangere vrouw en haar ongeboren kind".

Volgens Doegin zijn er geen zogenaamde universele waarden. We botsen 'alleen maar' voortdurend met elkaar in gelijkwaardige waardensystemen die geografisch vast liggen. Het is het verhaal van regeringen. De menselijke maat is een (ondergeschikte) afgeleide daarvan.

Wat ben ik blij met de kennis van het medicijnwiel. Hoe de menselijke maat centraal staat. Hoe het mannelijke en vrouwelijke in onszelf in balans kan zijn. Hoe het kindervuur centraal staat: 'Er mag nooit iets worden gedaan dat de kinderen schaadt'.

Elke ochtend bezing ik het op mijn manier:

*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.*

Steve Rother (espavo.org) beschreef enige jaren geleden hoe in het collectief bewustzijn van de mensheid het besef van eenheid en de behoefte aan vrede en harmonie groeit. Dit zijn grootheden die horen bij de vrouwelijke aspecten in onszelf, de oergrootmoeder. Zij nodigt uit tot 'empowerment'. Wat we zien is dat de tegenkracht navenant groeit en dat dat gebeurt met 'force'.

Dit sluit aan op de oeroude kennis van het medicijnwiel en de inzichten over 'macht', zoals verwoord door Agnes fluitende Wapiti (in het boek De vlucht van de zevende maan, Lynn Andrews).

"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".

"De vrouw is het grondbeginsel en het uiteindelijke principe... Moeder Aarde behoort aan de vrouw toe, niet aan de man. Zij draagt de leegte".

43. De drie R'en in praktijk (vervolg)

(25 april 2022)

In Ruimte zit stilte en 'geweten' om te herinneren dat we in essentie heel zijn en 'al het werk is gedaan'....er is speelruimte. In Richting zit intuïtie en tegelijkertijd redeneren met ons volle verstand. In Ritme zit gevoel voor timing, humor en geluid, zoals muziek en taal waarmee we elkaar kunnen bereiken en raken.

Ruimte. De coronaperiode heeft mij veel ruimte gegeven om net als juffrouw Jollema (kinderboek van N.M. Bodecker) rond te scharrelen in mijn tuin, dichtbij het nest. Ik mocht achter de geraniums zitten en niemand die er iets van zei. Ik werd er zelfs om geprezen! Dat was een paar jaar geleden wel anders. In de media ging het meestal over beperkingen en ik weet dat het voor de meeste mensen moeilijk was, maar voor mij is het iets om tevreden op terug te kijken en naar terug te verlangen. Dan wel zonder de extreme gevolgen van het virus voor onze gezondheid. De huidige varianten van het virus geven ruimte om verder van het nest te zijn, en elkaar fysiek te ontmoeten en omarmen. Heerlijk, om familie en vrienden weer vrij te kunnen aanraken. Binnen mijn eigen kring van mensen zie ik hoe er op een nieuwe manier ruimte wordt gegeven aan elkaar en ieders eigenheid.

Ik zie mezelf stappen zetten om weer voor het voetlicht te komen met eigen teksten en muziek. Dit jaar word ik 70 jaar en dat voel ik fysiek. Het vraagt om een nieuwe balans, nieuwe ruimte in mezelf.

Tegelijkertijd komen de verhalen van mensen in oorlogstijd hard bij me binnen. Vergeving wordt een moeilijk begrip. De mensen die aanvallen, eisen ruimte op ten koste van de ruimte van anderen. Daarmee doen ze ook zichzelf geweld aan. Ik ben er kapot van en bid om 'spreekruimte' voor het menselijk geweten. In de gebieden met vrede wordt gevraagd om ruimte te maken voor de oorlogsvluchtelingen. En natuurlijk moeten we dat doen!

Richting.

Ik durf me niet uit te spreken over welke richting het met de wereld opgaat..... Naast het gevoel dat er alle reden is om te denken dat we als mensheid afstevenen op een nieuwe variant van de oerknal, is er die onderstroom van licht en liefde. Het één sluit het ander niet uit. Sterker nog: het hoort bij elkaar. Des te groter het contrast tussen licht en zwaar, des te meer weet ik de richting voor mezelf. Het contrast is geen absolute voorwaarde om richting te zien, maar het heeft wel dat effect.

Op 26 juli 2020 schreef ik over mijn eigen liedtekst:

*"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."*

Deze tekst leeft sterk in me.

Er is nog een andere liedtekst, die ik schreef in de jaren 90 en die nu steeds in me opkomt. Het lied getuigt van vrouwelijke intuïtie en een subliem gevoel voor richting:

*Na vele duizend jaren zijn wij teruggekeerd
stapvoets door de tijden zijn wij ongedeerd
de kennis die wij dragen, de kracht die geneest
uit oeroude bronnen, het is nooit weggeweest*

*wij zijn de priesteressen, de slang in het paradijs
vereerd als de godinnen, verbrand in hekserij
Maria is herboren, en Anne Frank bevrijd
de amazones voeren hun magische strijd*

*haar namen zijn verloren, gebroken is haar macht
vergeten in de boeken, en woord voor woord verkracht
haar geest ondergedoken, haar lichaam werd verkocht
maar jij kan haar nog vinden, die heil bij haar zocht.*

*het lied krijgt langzaam woorden, de sluiers opgelicht
toevallige herinnering aan ons ware gezicht
de maskers weggeleden, het licht aangedaan
zo tevreden, dat we samen kunnen gaan*

*na vele duizend jaren zijn wij teruggekeerd
stapvoets door de tijden zijn wij ongedeerd*

Tot slot: Ritme. Dit gaat over timing, humor en geluid.

Als ik voor het voetlicht ga om te zingen, doe ik altijd een schietgebedje naar de Hathors (zie o.a. de website van Tom Kenyon): dat zij bij me mogen zijn. Dat zij me de juiste timing mogen geven, in overeenstemming met het (levens)ritme van de mensen om mij heen. Dat er op die manier een glimlach mag zijn. (afbeelding: engel Uriël)

44. In de geest van...

(27 mei 2022)

We naderen Pinksteren. Het herinnert ons aan het Bijbelverhaal, waarin mensen de Geest krijgen. Als je in het woordenboek van spreekwoorden en gezegden zoekt naar 'geest', staat bovenaan 'de geest geven' met de omschrijving 'dood gaan'. Over 'de geest krijgen' staat niets (direct). Dat verbaast me. Ik krijg toch vaak heel duidelijk 'de geest' en beschouw dat als een gezegde en een zegen, zoals in het Bijbelverhaal.

Ik ken ook 'de tegenwoordigheid van geest'. Het is meer dan alleen maar de 'aanwezigheid', zoals in het woordenboek staat. Het zijn de momenten, waarop er schijnbaar iemand 'op je schouder tikt' en zegt: 'je moet nu handelen!' En dan wist ik precies wat ik moest doen. Het voelde als een universele taal.

Als ik 'de geest krijg', lukt het me om teksten te schrijven, waardoor andere mensen zich ook geïnspireerd voelen. De geest vermenigvuldigt zich als 'het Ware'. Als we er door de jaren heen iets anders van maken, het kleiner maken, raken we 'de geest' ervan kwijt. We blijven dan vaak zoeken en redeneren tot het helemaal stuk en dood is. Op deze manier overheerst de behoefte aan controle. Maar de geest laat zich niet beheersen. Zij verdwijnt dan juist. Gelukkig gebeurt het omgekeerde ook. Ik ken woorden, zinnen, titels....die in mij groeien, die 'winnen aan geest'. In het muziekprogramma Kindervuur, dat we dit jaar voor het voetlicht gaan brengen, zie ik teksten die 'winnen aan geest'.

Zoals het lied 'Breng een herinnering thuis', met in het refrein de Maya-groet:

"In Lak'ech Ala K'in". Dat betekent: 'Ik ben de andere jij en jij bent de andere ik'.

In dagblad Trouw lees ik de kop "Teleportatie bestaat". Teleportatie, zoals in de Star Trek series te zien is als sciencefiction, is nu technisch realiseerbaar.

"...het merkwaardige van quantumtoestand: ze liggen in het duister tot je ze meet, en als je ze meet is hun informatie verloren.... De quantumdeeltjes hoeven niet 0 of 1 te zijn, maar kunnen beide tegelijk zijn..."

Geweldig! Ik vind het een mooie pinksterboodschap. Het mystieke inzicht is in de materie ingedaald. Op quantumniveau is al het leven synchroon en speelt dualiteit geen rol.

De vraag is of we dit aan 'geest laten winnen' of dat het 'de geest gaat geven' in de behoefte aan macht, controle en beheersbaarheid.

Laten we daarom tegelijkertijd de woorden van Agnes fluitende Wapiti, die ik schreef op 22 maart, aan geest winnen:

"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”.

45. Wehon Chu

(26 juni 2022)

In de winter van 1995 bezocht ik een bijeenkomst, waarin gechannelde boodschappen werden doorgegeven. Het waren persoonlijke berichten. De spreker had voorafgaand aan de avond berichten ‘doorgekregen’ voor enkele bezoekers en tekeningen gemaakt van de ‘afzenders’. Tot mijn grote verrassing was er een boodschap voor mij. Het was een boodschap van Wehon Chu, een Zen Boeddhist uit Nepal. In zijn gezicht en uitstraling was zeker wel iets van mij zelf te herkennen. Ik had die avond heel bewust een gele trui aangetrokken en ook die kleur overheerste in de afbeelding. De boodschap luidde:

*Het dilemma is veelal de strijd tussen goed en kwaad.
Indien je er vanuit gaat dat het goede immer overwint,
zul je beseffen dat de strijd in wezen al beslist is.
Tenminste als je positief denkt.*

Je ziet: de oplossing is in wezen eenvoudig.

*Waar Liefde is, overwint het Goede,
want Liefde is altijd positief.*

*Wanneer de Mens zijn instelling dus corrigeert
en het ego-gericht zijn laat vallen,
zal er een positievere wisselwerking zijn
tussen de menselijke energieën.*

Dan is het begin bereikt waarop zo lang is gewacht.

God zegene je.

Wehon Chu

(bericht doorgegeven dd. 18 januari 1995)

De afbeelding en de boodschap heb ik vrijwel meteen in een lijstje gedaan en het staat nog steeds naast mijn bed. Als volwassene kun je de boodschap afdoen als een open deur, naïef en onhaalbaar. En de boodschap draagt natuurlijk ook altijd iets mee van ‘het kanaal’. Als je het daarmee zou afdoen, blijft er bij mij toch iets rinkelen..... het gevoel dat je iets over het hoofd ziet.

Er zit een kinderlijke directheid, puurheid en eenvoud in de boodschap, die je misschien samen met je eigen innerlijk kind moet lezen en alleen samen met dat kind goed kan verstaan. Deze boodschap van Wehon Chu is wat een nieuwtijdskind zou kunnen zeggen tegen een hele generatie wereldleiders. En ze zouden het niet zo maar naast zich neer kunnen leggen. En als ze dat wel doen, dwingt de boodschap tot het afleggen van verantwoording.

In ieder geval heeft de afbeelding mét tekst een vaste plek in mijn huis. Het is een herinnering aan de Zen Boeddhist, die ook ergens in mij zit. Soms verander ik de naam in Wehónja, want ik vind het gezicht erg androgyn....

Regelmatig vraag ik hardop: 'Wat denk jij hier nu van? En dan helpt de afbeelding om dingen weer in een juist perspectief te krijgen en te verzachten.

We zijn op dit moment druk met de voorbereiding van de voorstelling Kindervuur. Het medicijnwiel staat hierin centraal. Ik ben me opnieuw bewust van mijn innerlijk kind. Door het onderscheid in het medicijnwiel tussen het innerlijke kleine meisje en het innerlijke kleine jongetje is het ook prachtig om te zien hoe die –in mij- met elkaar spelen en in balans komen. Door het onderscheid ontstaat de kans op ontmoeting en heling. Het gekwetste kind en het pure kind houden elkaars hand vast en het ego-gericht zijn valt weg. Er is weer speelruimte.

Ik voel de intensiteit van de energieën die hier actief zijn. Naast het oefenen met teksten en muziek, vraagt dit –in de voorbereiding van de voorstelling Kindervuur- ook tijd en aandacht, om het te zien en een plek te geven.

46. NUL is niet niks

(24 juli 2022)

Ik kan het niet genoeg benadrukken: Hoe wij geboren worden of ooit zijn ontstaan heeft niets met (de dualiteit van) schuld of onschuld te maken. Woensdag 27 juli geef ik een lezing in de Keizersgrachtkerk in Amsterdam over het scheppingsverhaal van de sjamanen in Noord en Zuid Amerika. Opnieuw besef ik hoe de nadruk op lineaire processen, tellend vanaf 1, onze samenleving onder druk zet. We hebben niets om naar terug te gaan en daarmee verliezen we ook de kans om een werkelijk nieuw begin te maken.

Ooit schreef ik voor mijn kleinkinderen een liedje: "Nul is niet niks"

*EEN TWEE DRIE VIER, DRIE TWEE EEN NUL
NUL als een cirkel zo rond.
Mijn ogen, mijn buik, mijn billen en mijn mond,
ze zijn als een cirkel zo rond.*

*(Refrein) NUL is niet niks, NUL is er voor de lol.
Zet een NUL achter een EEN en je hebt twee handen vol.*

*EEN TWEE DRIE VIER, DRIE TWEE EEN NUL
We lopen in een cirkel rond.
Je bent het Begin, en je bent het Eind,
we lopen in een cirkel rond.*

*EEN TWEE DRIE VIER, DRIE TWEE EEN NUL
We laten de cirkel los.
Er is een Begin en er is een Eind,
we laten de cirkel los.*

*EEN TWEE DRIE VIER, DRIE TWEE EEN NUL
We zoeken elkaar weer op.
Een puntje in het Midden, als een bloem in de knop,
we zoeken elkaar weer op.*

*EEN TWEE DRIE VIER, DRIE TWEE EEN NUL
We maken een cirkel in het rond.
Zoek een plekje voor jezelf, zoek een plekje op de grond,
we maken een cirkel rond.*

Dat zou ik heel graag willen:

*'We zoeken elkaar weer op.
Een puntje in het Midden, als een bloem in de knop,
We zoeken elkaar weer op'.*

In al die lineaire denkprocessen, waarin we doelen stellen en denken beter en meer te worden, komen we vaak tot de ontdekking dat we alleen maar cirkeltjes lopen, en het gevoel hebben dat alles eindigt in een graf. We missen dat middelpunt, de NUL, de baarmoeder, waar er iets totaal nieuws, onbezoedeld kan opbloeien. Waar is toch onze vaardigheid om te transformeren?

De kringloopgedachte, de levensspiraal.... Het lijkt wel of we het gewoon hebben geskipt. Soms worden we door het leven zelf stil gezet, en dan moeten we wel. Terug naar het Midden, de Oerbaarmoeder, de Essentie....

(vrije associatie) Ik begrijp het debat over de abortus kwestie wel. Dat wat in de baarmoeder groeit is nog puur. Daar verlangen we allemaal naar en dat haal je dan weg...?! Dat wat we in ons bestaande leven denken niet meer te kunnen, projecteren we op het ongebooren leven, inclusief alle oordelen daarover. Pril leven op deze manier beëindigen is voor iedere vrouw traumatisch en háár verhaal is reden genoeg. Daar heb je geen wetten voor nodig. Er zijn geen strafbare feiten. En de zielen die het betreft, zullen zonder oordeel verder gaan.

Het lijkt wel alsof alles wat we doorleven in deze tijd - fysiek, psychisch en maatschappelijk - iets te maken heeft met het steeds indringender besef, dat het leven niet begint bij één, maar bij NUL. In de geschiedenis van de wiskunde en de getallenleer is het benoemen van een getal NUL een omwenteling. In de westerse geschiedschrijving wordt dit gedateerd ca. 700 na chr. Echter in de Mayacultuur is – voor zover na te gaan – vanaf het begin een telling gehanteerd, met een getal NUL. De Mayacultuur dateert van 1800 v.Chr. Het nulpunt van de Maya's kende een aparte God en de naam van die God was Hunab K'u. Het wordt ook wel genoemd: de Geest achter de Gedachte. Deze geest is vrouwelijk van aard. "Hunab K'u is het hart van de melkweg, de kosmische baarmoeder, de Ene Schepper van Maat en Beweging. De kosmische baarmoeder in de Mayacultuur wordt gebruikt in de betekenis van 'allesomvattende baarmoeder'. Het omvat het mannelijk en het vrouwelijk aspect van ons bestaan."

En als we staan in de stilte van dat nulpunt, zijn we zonder schild, open en bloot, pure liefde. Dan zijn wij ons bewust van onze ware goddelijke natuur, swarupa in het Hindoeïsme. Dan weten we van 'de zachte bries', 'de ademloze stilte', 'de zachte koelte', zoals in het Oude Testament van de Bijbel, waar Elia God ontmoet.

Er zijn absoluut mensen die dit uitstralen, en tegelijkertijd midden in het maatschappelijk leven staan. Dat zijn mensen, bij wie je je volkomen veilig voelt, omdat zij in hun eigen kracht staan. Zoals Lynn Andrews in haar boek een medicijnvrouw, Agnes fluitende Wapiti, citeert:

“.....Persoonlijke macht is het begrijpen van de magische energie die door alle wezens heen stroomt. Een medicijnman of –vrouw kan die macht omzetten in genezende 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 kracht om je eigen voeten heen te trekken en niet de 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”.

Het is inmiddels van levensbelang dat dit gedachtegoed opnieuw tot de bovenstroom van het leven gaat behoren.

47. Vergeving

(19 augustus 2022)

Elkaar vergeven en elkaar zegenen staan dicht bij elkaar. Als vergeving onmogelijk lijkt, is er nog wel de mogelijkheid tot zegening, als een soort bruggetje om dingen in het licht te zetten. In de voorstelling “Kindervuur” eindigen we met de zegen van de Essenen, het volk waaruit Jezus is geboren:

*Moge het licht jou omstralen
en ín je stralen
en je vervolmaken
tot het kind van het licht
dat je was
bent
en altijd zult zijn*

April 2020 schreef ik over het boek ‘De zachte kracht van zegening’ van Pierre Pradervand. Op de achterkant van het boek staat een samenvatting: ‘Iemand zegenen betekent dat je op een totale, onvoorwaardelijke manier het goede wenst voor iemand, vanuit het diepst van je hart. Als je de zachte kracht van de zegening gaat beoefenen, ben je minder geneigd te blijven hangen in oordelen en frustraties jegens anderen...’

Iemand anders zegenen is vaak gebruikt als middel om diegene alsnog te dwingen tot ‘beter’ gedrag en te laten zien hoe goed jij dan zelf bent in relatie tot die ander. Dat voelt als een ‘bevuilde’ manier van zegenen. Mensen, die op die manier worden gezegend (en dat is vaak gebeurd in kerkelijk verband), gaan terecht in de weerstand en lopen er boos van weg. Het voelt schijnheilig.

Alles komt in deze tijd aan het licht. En omdat de schaduw groot en lang is, voelt het als een puzzel. Het is niet goed te onderscheiden of het nu ochtend is of avond.... Of de zon opkomt of ondergaat...of het een einde is of een nieuw begin... een Genesis of een Apocalyps...

En daar sta ik dan met m'n Esseense zegen...

Eerlijk gezegd zijn er heel wat mensen, dichtbij en ver weg, die ik met deze zegen zou willen bombarderen.... Dus nog meer schaduw in de wereld van schaduw en licht! Niets menselijks is mij vreemd. Ik vraag me af hoe ik in godsnaam van A naar B kom, van schaduw naar licht weg uit deze conflicten en dualiteiten....

En dan is er in de voorstelling 'Kindervuur' het lied "En God zag dat het Goed was", en direct daarna een klankmeditatie met als grondtoon 'vergeving en vertrouwen'.

In het lied omarmen we alles wat er is aan licht en schaduw, en in de klankmeditatie nodigen we zonder woorden uit om te vergeven en te vertrouwen.

Als mysterietheater werkt het! Moeiteloos maken we de overgang. We hoeven niet na te denken hoe deze weg van A naar B is. Er is geen weg. Het is een overgang, buiten ruimte en tijd, en we kunnen het kennelijk!

Ik vond in het boek "Alchemie en Mystiek" van Alexander Roob een afbeelding van een Labyrint. Bij de afbeelding staat de naam van Dionysius Andreas Freher (1649 - 1728), een christelijk mystiek en alchemistisch schrijver, en de volgende tekst (vertaald):
"Tot het ene kom je niet met een sprong. En ook niet zonder dwalingen...."

Ons denken is doordrenkt van deze overtuiging dat we 'een weg moeten gaan'. En als er dan onverwacht een transformatie is zonder 'een weg' er naar toe, gaan we naarstig op zoek naar een verklaring. En alles wat we daar over zeggen, doet afbreuk aan de ervaring.

Ik ben dol op de Star Trek series op TV. In de serie Star Trek Discovery wordt een sporen-aandrijving geïntroduceerd voor de ruimteschepen. Met deze aandrijving is het mogelijk om onnoemelijk lange afstanden in één sprong te overbruggen. Dit is voor mij geen sciencefiction. De schrijvers van deze verhalen pakken (bewust of onbewust) een draad op uit een dimensie buiten ruimte en tijd. En zij zetten het in een sciencefiction verhaal. Zo is het verteerbaar.

In gesprek met Aerlim (2007-2014) heb ik aan den lijve gevoeld hoe instant-transformatie in realiteit werkt. In deze tijd moeten we m.i. die sprong maken. We doen het in essentie altijd al, we kunnen het en het mag bewust! Zo nestelen we ons bewustzijn op een plek voorafgaand aan de schepping en in deze bron geeft elke stap (nieuwe) grond. Hoe meer we het bewust doen, hoe gewoner het wordt.

Vandaaruit is alles vergeven.

48. Geluid en tegengeluid

(24 september 2022)

Zo vlak voor de voorstelling 'Kindervuur' op 12 oktober vraag ik me af: maak ik nu geluid of tegengeluid? Ik heb het gevoel dat de wereld bol staat van tegengeluid. Het is reactie op reactie op reactie.... We zoeken in woord en daad naar de kern en pretenderen die ook te hebben gevonden. Een kernreactie.... ??

Ik voel me er helemaal niet goed bij. Terwijl ik toch echt wel voor een tegengeluid ben, als iets helemaal niet goed is....

Krishnamurti staat naast me. Hij bleef in verbazingwekkend veelkleurig proza steeds herhalen dat alles wat wij doen herhaling is. Hij schreef het op in een dagboek zonder één enkele doorhaling. Kunnen we geluid maken zonder verstrikt te raken in een net van tegengeluiden binnen steeds dezelfde context? In 1994 schreef ik een lied:

*One day I stood before God to be seen and purified
to renew my prayers, to deepen my respect for all life
and when the veils were down again, daily life returned
with all its needs for words and names
and one memory more to be yearned.*

*Dear God, it has been a long way
and somewhere in the circle you picked me up
you showed me the way out into the spiral
thank you, for giving me the choice
as life rolls on colours are changing
a new light opens the door
and through all the ages comes this feeling
that already I am chosen for*

*The path is small, only one direction
the arrow hits me inside
right into pain and resistance
'cause I want to hold on, I want to hold on
The darkness of fear must be crumbled
I can see the beacons now of courage and joy
even God must get out of my footsteps
I want to go on, I want to go on*

*Dance with me
We'll stay together
all along the night
Dance with me
we change forever
right into the morning light*

Het is een kreet van verlossing, uit de cirkel, in de spiraalbeweging....

Het is een strijdkreet om door te gaan, nu ik de smaak te pakken heb.

Zelfs God moet me niet voor de voeten lopen..!

Ik wil dansen, het ochtendlicht tegemoet!

Het gaat beslist niet over persoonlijke uitverkorenheid.... Iedereen in deze tijd is uitverkoren.

En de pijlen van liefde en licht raken doel, precies in alle pijn en weerstand.

Welk geluid kan ik nu, anno 2022, nog laten horen zonder een stortvloed van tegengeluiden?
Wat borrelt er omhoog in de stilte van 'ik weet het niet'?

Welk geluid wil (eenvoudig) gehoord worden?

In de TV uitzending De Verwondering met Annemiek Schrijver d.d. 3 juli 2022, kwam Annette Nobuntu, partner van Jan Terlouw, aan het woord.

Zij sprak met een man die tegelijk gevangen zat met Nelson Mandela, en vroeg aan hem: 'Hoe kun je gewoon met mij praten, zonder mij als blanke te haten?' De man antwoordde: 'Als jij en ik vechten, hebben zij geen toekomst.' En hij wees daarbij op een groepje spelende kinderen, blank en donker van huid.

Dit geluid hoor ik graag, uit de cirkel, in de spiraalbeweging.....

49. Transformatie(2)

(10 oktober 2022)

Tijdens de voorstelling "Kindervuur" dragen we als uitvoerenden een armbandje met zoetwaterparels. Het verwijst naar het Lied van de parel, een transformatie-verhaal. In wikipedia staat een samenvatting van dit verhaal en daarbij een mooie omschrijving van de betekenis van de parel:

"De parel is waardevol: de getransformeerde mens. De resultaten van de strijd tussen licht en duisternis, tussen goed en kwaad (in zichzelf) en tussen vreugde en verdriet. Zoals de parel ontstaat door het gevecht van de oester – in zichzelf – tegen iets wat wezensvreemd is, bijvoorbeeld een zandkorreltje."

Volgens de informatie in Wikipedia is het Lied van de parel opgenomen in het apocriefe Bijbelboek "Handelingen van Thomas", en afkomstig uit het Syrisch Christendom.

Voor ons als uitvoerenden is dit verhaal heel herkenbaar. We komen in ons leven genoeg 'wezensvreemde dingen' tegen. En wat doen we er dan mee? De oester doet er iets mee, waardoor zijn wezens-eigenheid tot uitdrukking kan komen.

Het herinnert ons aan de Esseense zegen:

*"Moge het licht jou omstralen en in je stralen,
en je vervolmaken tot het kind van het licht,
dat je was, bent en altijd zult zijn."*

En daar gaat het denk ik om. Transformeren is niet alleen een lineair verhaal van het een naar het ander, maar juist herinneren wat we in wezen zijn. Ik heb op die manier genoten van de verhalen van Clarissa Pinkola Estés, zoals in haar boek 'De ontembare vrouw'.

In de voorstelling "Kindervuur" zit in elk lied wel een oproep tot een dergelijke herinnering.

Het eerste lied 'Ergens zul je altijd zijn' is een aansporing om de onbewuste kennis aan de bron, bewust te laten worden.

Het tweede lied 'Vandaag' is tegelijk begin en eind, volledig op rust in zichzelf, tevreden. Het maakt de voorstelling rond.

Het derde lied 'In ons leeft het kindervuur' staat beschermend in het midden van ons bestaan, met al die gekke tegenstrijdigheden....

Het vierde lied 'Breng een herinnering thuis' doet via de hart verbindingen een oproep om te herinneren onze oorspronkelijke eenheid.

Het vijfde lied 'Sweet gentle Silence' geeft moed om stil te zijn en je te laten zegenen...

Het zesde lied 'En God zag dat het Goed was' nodigt ons uit om midden in de strijd, in een dieper bewustzijn 'anders' te kijken...

Het zevende lied 'Foto's in mijn hoofd' getuigt volop van vrijheid, herinneren zonder vastleggen.

Het achtste lied 'Een spoor van kindervoeten' herinnert ons aan de dapperheid van ons pure innerlijke kind. We geven het ruim baan....

Het negende lied 'Vrij van binnen' voelt als 'uit de kast komen'. Ons wezen, diep van binnen, mag gezien worden.....

Het tiende lied 'DOEN' laat zien wat er gebeurt als je simpelweg achter jezelf gaat staan....

Het elfde lied 'Sterrenkind' is in gesprek met de ziel van een kind. Dan zijn we thuis.

Samenvatting Lied van de parel, uit Wikipedia:

Het lied wordt verteld door een koningszoon. Hij vertelt hoe hij genoot van de weelde van zijn vader, de koning van het Oosten, Parthië. Dan wordt hij door zijn ouders van zijn koningsmantel ontdaan, voorzien van proviand, en naar een ver land, Egypte, gestuurd. Hij krijgt de opdracht in Egypte een parel te zoeken die bewaakt wordt door een angstaanjagende slang. Ze vertellen hem dat hij zijn koningsmantel pas terug kan krijgen als hij die parel mee naar huis terugneemt. Hij zal dan ook weer verenigd worden met zijn tweelingbroer en samen zullen ze het koninkrijk erven.

Als hij in Egypte is aangekomen, weet hij inderdaad de slang te vinden, en gaat naast de slang zitten afwachten tot de slang in slaap valt. Hij verkleedt zich als Egyptenaar: die kleren worden "vies en onrein" genoemd. Maar toch wordt hij als vreemde herkend door de Egyptenaren. Zij geven hem te eten en hij valt in slaap. Hij neemt de zeden van het vreemde land aan en wordt zo een 'zoon van het land'. Daardoor vergeet hij wie hij in oorsprong is, waar hij vandaan kwam en wat zijn opdracht is.

Zijn ouders en zijn broer ontdekken wat er met hem gebeurd is. Zij schrijven hem een brief waarin ze hem oproepen om wakker te worden uit zijn slaap, zich te herinneren dat hij een koningszoon is, en dat hij in Egypte is om naar die parel te zoeken. De brief vliegt als een adelaar naar hem toe en begint bij aankomst vanzelf te spreken. De prins wordt wakker, herinnert zich wie hij is en weet ook weer wat zijn opdracht is.

Hij vindt opnieuw de slang, diep in de zee, spreekt een betovering uit waardoor de slang in slaap valt en neemt de parel uit de bek van de slang. Hij keert terug naar zijn geboorteland, geleid door de brief. Thuisgekomen doet hij zijn armzalige lompen uit en trekt weer zijn oorspronkelijke koningsmantel aan. Hij wordt verenigd met zijn tweelingbroer en samen worden ze koning.

50. Inspiratie

(7 november 2022)

Gek dat ik in deze weblog pas twee keer het woord 'inspiratie' heb gebruikt. Gisteravond bij een optreden van Lenny Kuhr geweest. Lenny is voor mij een wandelend toonbeeld van hoe inspiratie werkt. Tussen de liedjes door vertelt ze erover: ingefluisterd, gedragen en voorgegaan, toegezongen door de muze, de liefde..... En er is altijd het verlangen.

Gisteravond rolden de tranen over mijn wangen. Zo blij dat zij er is en dit op het podium doet. Lenny en ik kennen elkaar niet persoonlijk, maar het voelt dichtbij. Zoals in het lied 'Terug op mijn blote voeten'. Zij is er vanaf het moment dat we allebei rond dezelfde tijd een schoolsongfestival wonnen met een eigen lied. Ik herken de lichtheid en de speelsheid van

het (groot)moederschap, het beleven van schoonheid in de natuur toen de mensheid even stil viel door corona. Ik herken ook het 'wakker worden' in een dieper bewustzijn van non-dualiteit - gekust door de eeuwigheid – en dan de uitdaging om het woordloze en onzichtbare in een lied te laten klinken.

In 2010 schreef ik:

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 lang bestaat. Ik hoef alleen maar te luisteren. Ergens in het jaar 2005 ben ik gaan luisteren. En ik weet nog niet waarom dat deze keer zo nieuw was, zo overweldigend liefdevol, alsof iemand het licht aan deed. Ik hoefde alleen maar te luisteren naar een zee van overvloed, intens dankbaar voor ieders aanwezigheid in licht en liefde.....

Lieve Lenny, dank je wel!

51. Inspiratie (vervolg)

(29 november 2022)

Ik ben opnieuw de boeken van Ervin Laszlo (1932) aan het lezen. Hij 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 samenhangende 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 zijn boek 'Het Akasha-veld' (2007) beschrijft hij in hoofdstuk 7(!) op poëtische wijze een visioen: Hoe vanuit een vormloos plenum zonder geluid en zonder licht, waarin alles is vervat, een lichtbundel emaneert. Er worden superkosmische krachten vrijgemaakt die het plenum transformeren tot een dynamisch vormingsproces...

'.....de toenemende architectuur van energiepatronen verrijkt het holoveld, en het verrijkte holoveld in-formeert de evoluerende microstructuren.

....naarmate het universum veroudert, verdwijnen steeds meer complexe structuren en gedetailleerde afspiegelingen. En hoewel het oppervlak aan modulatie inboet, wordt het geheugen van de diepte er niet door aangetast....

....en dan wordt het plenum door een nieuwe lichtbundel verscheurd, zodat de vredige turbulentie er door wordt verstoord en het plenum tot nieuw leven wordt gebracht door een volgende formatieve explosie: er wordt een nieuw universum geboren.....

.... de rimpelingen en structuren die zich op het oppervlak van het plenum vormen, ontstaan niet lukraak. Ze zijn afkomstig uit een plenum dat geïn-formeerd is met de holografische informatiesporen van vroegere golven en rimpelingen.....'.

In 2010 schreef ik het lied: 'It's alle information', dat in mijn ogen precies hetzelfde beeld weergeeft als in het visioen van Ervin. Ik schreef het destijds vanuit mijn kennis en inzichten door de intuïtieve trainingen. Tijdens aura-readingen bezochten wij het Akasha-veld om informatie op te vragen. We noemden het toen de 'Akasha kronieken'. Het lied 'An ocean inside' verwijst hier ook naar.

Ik vind het een prachtig beeld. Hoe wij als mens en mensheid vanuit die vormloze sferen naar boven drijven, met een zeker bewustzijn, en daar weer in opgaan en iets toevoegen.... zonder dat er iets verloren gaat.

Dat doet ons Kindervuur Goed:

♪ In ons leeft het 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 kopsta jij recht overeind
In ons leeft het Kindervuur*

52. 70, met een groet aan 2023

(16 december 2022)

Ik weet nu hoe het is om 70 jaar te zijn. Toen ik 15 was, vroeg ik me af hoe het zou zijn als ik 50 was, nu al weer 20 jaar geleden. Bijzondere leeftijd voor mij, 70. Het getal 7 heeft in mijn leven een speciale betekenis. Mijn geboortedag is een veelvoud van 7. En toen ik zelf zwanger was en de vroedvrouw een bevallingsdatum uitrekende, die niet een veelvoud van 7 was, zei ik dat het niet klopte. En ik kreeg gelijk. Ook mijn dochter is geboren op een 'veelvoud-van-7-dag'. Volgens de numerologie is mijn persoonlijkheidsgetal een 7. Op 7-jarige leeftijd was ik ernstig ziek. Het is de leeftijd dat je als kind een sprong maakt in je bewustzijnsontwikkeling. Het was de vraag of ik die sprong 'wilde' maken. Ik koos kennelijk opnieuw voor dit leven. Ik ben er nog.

De 'sfeer' van het getal 7 is mij eigen. Ik begrijp het bezielende en mystieke van haar stilte en rust. Zij is de zondag in mijn bestaan, zoals in het lied 'Vandaag'. In de Christelijke traditie is het getal 7 heilig en staat voor 'compleetheid'. En nu staat er voor mij een nul achter die 7. Een nul in de betekenis van 'volheid'. Zoals ik schreef in juli van dit jaar: 'Nul is niet niks'. En dat voel ik nu ook in mijn leeftijd. Er is een zekere 'heelheid' ontstaan.

Toen ik in 2019 mijn levensverhaal opschreef, eindigde ik met een samenvatting in periodes van 7 jaar en beschreef van elke periode het geschenk, de zwaarte en het licht.

Volgend jaar 2023 is numerologisch een 7-jaar. Het grootste deel van dat jaar ben ik 70. Net als op 7-jarige leeftijd voelt het als een sprong in bewustzijn. Het is meer dan voor mij persoonlijk. Ook in het collectief bewustzijn van de mensheid lijkt er een omslagpunt te zijn. Er lopen dingen synchroon. Ik voel me een kind van deze tijd.

.....voor het raam koester ik me in de middagzon, ademen doorheen al wat is. Ik zie kinderen buiten spelen, schommelen, rolschaatsen, op muurtjes klimmen, van de glijbaan glijden, alles wat ik vroeger als kind ook deed.....

Dit is de 52^e weblog, numerologisch een 7.

Ik denk terug aan mijn 52^e levensjaar. Volgens de Tzolkin kalender van de Maya's zijn in het 52^e levensjaar alle levenscycli éénmaal doorlopen en een nieuw begin ligt voor de hand ligt. Nou, dat ging bij mij spectaculair. In dat jaar stort mijn maatschappelijke basis in. Ik word op mijn werk boventallig verklaard en dat betekent dat ik twee jaar de tijd heb om iets anders te vinden of anders word ik ontslagen. Net nu mijn dochter is begonnen aan een universitaire studie en ik financieel niet veel tegenslag kan hebben! In de 'natuurlijke tijd' is het dus niet vreemd, maar in mijn persoonlijk leven is het een ramp. Uit oogpunt van synchroniciteit is het leuk te vermelden dat dit verhaal in mijn autobiografie begint op pagina 70!

Ik hoor de cynische stemmetjes in mijn hoofd (meestal van anderen): 'Ja, als je maar lang genoeg zoekt, kun je wel alles aan elkaar linken....!'

En dat is natuurlijk ook zo! Alles is van nature aan elkaar gelinkt. En wij bepalen (bewust of onbewust) waar we naar kijken en welke trilling we versterken. We bewegen ons op een bredere onderstroom, waar alles in zit. Daar pikken we dingen uit op, individueel en collectief. Het is tegelijkertijd willekeurig en kieskeurig.

Deze manier van denken en vooral Weten is kenmerkend voor het Aquariustijdperk, die uitnodigt tot een kosmisch bewustzijn onder invloed van 'de 7^e straal'.

Net zoals vorige jaren heb ik kaarten getrokken voor het nieuwe jaar, 2023. Ook daar kun je verschillend naar kijken. Voorafgaand aan het moment dat ik de kaart trek, ben ik altijd even stil van binnen en houd alle kaarten omgekeerd in mijn handen. Ik vraag of er een kaart naar me toe wil komen, die me aanspreekt. En dan komt er één, maar er zullen ongetwijfeld meer kaarten zijn, die mij op dit moment aanspreken. Ik zie het niet als een voorspelling, maar meer als een hartsverbinding op dat moment. Dit zijn wat mij betreft de kaarten voor het nieuwe jaar:

Moeder Aarde kaart: Peyoteceremonie.

.....'Erken je onsterfelijke ziel en benut de talenten die je hebt ten volle.....'

Medicijnkaart: Kolibrie.

.....De kaart van 'Vreugde'; 'Kolibrie geeft ons de kracht om tegenstrijdigheid en dualiteit op te lossen.....'

Inner Child kaart: Zeven van zwaarden.

.....'Zoek de plaats in jezelf waar je in vrede bent....'

Het lijkt me heerlijk om mezelf in 2023 te koesteren aan deze trillingen.

Het verhaal van Ervin Laszlo resoneert nog in me. Het geeft inspiratie voor nieuwe teksten en muziek. Het is steeds gemakkelijker om in het Nederlands te schrijven vanuit het perspectief van de ziel, zoals ik dat ook deed in het lied Sterrenkind. Ik durf nu denk ik daarover meer open te zijn. Het geeft 'lucht', en de spirit 'licht op'. De ziel zingt. Er is een nieuw lied:

*Onder vleugels van de tijd, waait stof op
in en uit vergetelheid, we vertrouwen erop.
Onder vleugels van de tijd waait stof op
in en uit de waarheid, ja we rekenen erop.
Altijd hunkerend en verlangend, tot het stof weer neer daalt
in stiller water, zacht en loom, en boven drijft, een dieper onderstroom.*

*Als geen hand meer voor ogen, geen mededogen,
schuilend achter muren, tussen honderd vuren, de richting kwijt.....
Om uit te dagen, in brandende vragen,
als woorden ontbreken, omdat ze verbleken, alles aan het licht.....*

*Om wonden te helen, verdriet te delen,
genade te krijgen, en niet te hoeven zwijgen, om in vrijheid te zijn.....
Dwars door gevaren, schoonheid bewaren,
als veel is verloren, een lied blijven horen, in je moedertaal.....*

*Onder vleugels van de tijd, waait stof op
en met een blik op eeuwigheid, lichten sluiers op.*

Onder de menu-knop 'Muziek' is alles opnieuw geordend.
Er zijn nu vier verzamelingen liedteksten met bijbehorende muziek.