

Jezelf leren accepteren

Het leren accepteren van jezelf is één van de moeilijkste dingen die er is en de gemakkelijkste weg is net doen alsof dit niet zo is.

We leven in een periode van uitgebreide evaluatie op de weide van wat je aan keuzes hebt gemaakt in de duizenden jaren die hieraan vooraf zijn gegaan. “Boven” heb je steeds meer zicht op de dingen die je in de afgelopen duizenden jaren *zelf* in werking hebt gezet. Ook al ben je in je dagelijkse leven volstrekt niet bezig met spirituele ontwikkeling, dan nog weet je “boven” in grote lijnen welke keuzes je in de afgelopen duizenden jaren hebt gemaakt in de levens die je op onze Aarde hebt doorgebracht.

Velen van ons hebben in vorige levens talloze mensen in koelen bloede vermoord, ook de mensen die nu om het hardst roepen dat afgescheidenheid niet bestaat en er slechts eenheid, licht en liefde is.

Veel Zieners hebben zich in vorige levens de vingers gebrand aan het in werking zetten van afgrijselijke vervloeking, die vaak in groepsverband werden uitgevoerd en waarbij gewoonlijk ook mensenoffers werden gebracht, met als doel de goden gunstig te stemmen en daardoor vermeende tegenstanders voor al hun toekomstige levens vleugellam te maken en zo veel mogelijk te breken.

Veel priesteressen die in onze generatie luidkeels verkondigen dat er slechts liefde is in het universum, hebben hier in vorige levens doelbewust aan meegedaan, ook al zijn ze zich hier misschien niet meer zo van bewust.

Honderden priesters en hogepriesters die in de Egyptische oudheid verbindingen onderhielden met de goden, zijn nu opnieuw in incarnatie in Nederland. Velen van hen zijn nu genezer, paragnost of medium of iets dergelijks en hebben nog steeds verbindingen met verkeerde krachten. In het verre verleden deinsden ze er niet voor terug om mensenoffers te brengen om “hun” goden gunstig te stemmen, hoewel ze nu misschien van de daken schreeuwen dat iedereen gelijk is en dat iedereen goed is zoals die is.

Dit zegt iets over de normen en waarden die leven in de diepte van het hartcentrum, ongeacht wat de lichtwerkers in hun dagelijkse leven blijven roepen. Bij het overgrote deel van de groep is er een schrijnend contrast tussen wat er leeft in de diepte van het hartcentrum en wat er in het dagelijkse leven wordt verkondigd.

***De zoete woordjes en de vriendelijke maskers
waar de lichtwerkers zich nu vaak mee tooien,
vormen een schrill contrast
met de vaak gewetenloze keuzes
die er in vorige levens zijn gemaakt
als gevolg van een sterk verduisterde visie.***

Merkwaardig genoeg staan de vele priesters en priesteressen uit de oudheid er *niet* bij stil dat wanneer je in voorgaande levens herhaaldelijk verbindingen met goden bent aangegaan, je daar dan *niet* zomaar weer vanaf bent. Deze goden zullen je in de levens nadat je die verbindingen vanuit vrije wil bent aangegaan om daar de één of andere gunst mee te verwerven, NIET zomaar weer laten gaan.

Gewoonlijk zit je dan vast aan een contract voor onbepaalde tijd. Dit betekent dat wanneer je van jezelf weet dat je bijvoorbeeld in de Egyptische oudheid een priester of priesteres bent geweest, je ervan uit mag gaan dat je dan nu – in 2026 – nog steeds vastzit aan zo'n god of godin.

Dit betekent in praktijk dat zo'n godheid dan allerlei rechten heeft en allerlei dingen met jou kan doen waar je het misschien niet mee eens bent, maar die dan toch in werking kunnen worden gezet als onderdeel van de afspraken die ooit in het verre verleden voor onbepaalde tijd zijn aangegaan.

Voor nagenoeg iedereen is het verschrikkelijk om dit onder ogen te zien zoals het in werkelijkheid is. Je zou dan graag willen dat je een herkansing zou krijgen en dat is nu precies wat er gaande is in de komende jaren tot eind 2028.

Er zijn nog steeds herkansingen om heel moeilijke stukken verleden opnieuw door te werken en een nieuwe en betere keuze te maken dan in een vorig leven waarin dat om wat voor reden dan ook niet is gelukt.

In de komende paar jaar worden er nog allerlei heel moeilijke stukken verleden doorgewerkt, waarin het niet gelukt is om het innerlijke weten te blijven volgen om welke reden dan ook.

Dit betekent dat er dan gevoelsmatige herhalingen zijn van een vorig leven met allerlei aspecten die daarbij horen. Deze aspecten worden ingevlochten in jouw dagelijkse leven, zodat je in een vergelijkbare situatie terechtkomt als in het vorige leven waarin het verkeerd is afgelopen; verkeerd in de zin dat destijds het innerlijke weten *niet* is gevolgd, waardoor er altijd veel schade ontstaat.

Wanneer je op de weide weet welke keuzes je in voorgaande levens hebt gemaakt en deze keuzes botsen verschrikkelijk met het innerlijke weten, dan vertaalt dit zich naar een heel diep gevoel van falen. Deze gevoelens beïnvloeden je gevoel van eigenwaarde.

Dit zet zich vast in een dieperliggende overtuiging waarin je vaak een soort van rapportcijfer geeft aan jezelf, zonder je hiervan zo bewust te zijn.

***Bij veel lichtwerkers heeft dit als gevolg
dat ze een heel laag zelfbeeld hebben,
zonder zich zo bewust te zijn
van hoe dat zo gekomen is.***

Wanneer je eenmaal deze overtuiging hebt ontwikkeld in de diepte van jouw hartcentrum, dan beïnvloedt dit je hele dagelijkse leven. Het wordt dan veel moeilijker om goed voor jezelf te zorgen en duidelijke grenzen aan te geven aan je medemensen.

Velen proberen dit lage zelfbeeld te overcompenseren door iets uit te willen stralen van stoerheid en kracht, waarmee ze hun dieperliggende overtuigingen proberen te overschreeuwen.

***Wanneer je in die situatie terecht bent gekomen,
heb je globaal twee paden vóór je
waar je uit kunt kiezen.***

Op het ene pad probeer je zo goed mogelijk verder te gaan in het gewone dagelijkse leven alsof er niets aan de hand is, terwijl je jezelf aanpraat dat je goed bent zoals je bent en je een leven kunt scheppen zoals jij dat wil.

Dit is de weg die veruit de meeste lichtwerkers volgen. Ze praten zichzelf en elkaar aan dat ze een “godsvonkje” zijn, wat dat dan ook mag zijn. Ze roepen naar elkaar dat ze in staat zouden zijn om hun inwonende goddelijkheid te manifesteren in een dagelijks leven dat in overeenstemming is met hun comfortzone, want daar komt het dan op neer.

De lichtwerkers die deze weg volgen, zijn absoluut *niet* van plan om op zoek te gaan naar de dieperliggende oorzaken voor hun dieperliggende gevoelens, waarvan ze zich op hun beste momenten eigenlijk heel goed bewust zijn, ook al proberen ze die zo ver mogelijk weg te stoppen en net te doen alsof ze die niet opmerken.

Wanneer je dergelijke diepe gevoelens eigenlijk helemaal niet WIL voelen en je bovendien geen goede verbinding met jouw stoffelijke lichaam hebt opgebouwd en je veel te veel in je hoofd zit, dan ontstaat er een situatie waarin je dergelijke dieperliggende gevoelens uiteindelijk ook steeds minder gaat ervaren.

Dit kan nog in aanzienlijke mate worden versterkt door allerlei dingen die door de goden in werking kunnen zijn gezet, zoals het “verstenen” van je hartcentrum of zelfs het aanbrengen van een borstplaat waardoor je niet meer bij dieperliggende gevoelens kunt komen.

*Tallose priesters en priesteressen
die in voorgaande levens “hun” goden aanbaden,
hebben een “versteend” hartcentrum gekregen,
waardoor ze niet meer zo goed
bij hun dieperliggende gevoelens kunnen komen.*

Het is in zo’n situatie moeilijker om jezelf te ervaren zoals je in wezen bent. Het is dan ook veel moeilijker om jouw innerlijke weten, je Geweten, jouw innerlijke kompas te blijven voelen in de loop van de dag.

Je bent dan veel vatbaarder voor allerlei mentale overwegingen, waar iemand met een geopend hart niet meer zo gevoelig voor is.

Veruit de meeste lichtwerkers kiezen voor *deze* weg, tegen beter weten in. Ergens in de diepte van hun hartcentrum weten ze heel goed dat ze langs deze weg niet verder komen en eigenlijk op een doodlopend spoor zijn beland.

Vaak zijn dit ook de mensen die vorige levens proberen te ontkennen of die daar zo bang voor zijn dat ze hier niets mee te maken willen hebben en hier met een grote boog omheen proberen te lopen.

Dit zijn de mensen die op de vlucht zijn voor zichzelf en dit eigenlijk op hun beste momenten ook wel weten in de diepte van hun hart.

Je blijft in zo’n situatie een gevangene van de keuzes die je in het verleden hebt gemaakt. Door hier *niet* naar te willen kijken, kun je geen nieuwe keuzes maken en kun je *niet* leren van wat je zelf in werking hebt gezet.

Je vermijdt daarmee het leerproces, juist nu je prachtige mogelijkheden hebt om hier verder mee te komen, omdat er nu heel veel extra begeleiding is en ons evolutieproces nu heel goed werkt.

De lichte kant kan nu alle inspanningen van de lichtwerkers om zichzelf beter te leren kennen beantwoorden met extra faciliteiten om hieraan te werken.

Wanneer je ~~deze~~ weg volgt, ervaar je dat je in jouw dagelijkse leven meer ruimte krijgt dan je had verwacht om verder te kunnen gaan met het beter leren kennen van jezelf. Wanneer jij dat per se wil en jouw motivatie voldoende sterk is, dan wordt er een weg aangelegd om het mogelijk te maken dat je verder komt met het beter leren kennen van jezelf.

*Er is een kleine minderheid van de lichtwerkers
die de moed heeft om eerlijk onder ogen te zien
wat er in voorgaande levens in werking is gezet
door jezelf en door anderen waar je nauw aan bent verbonden.*

Wanneer je deze weg volgt, dan krijg je in meditaties, in dromen of in regressie-sessies meer zicht op wat er in voorgaande levens is gebeurd, waar je nu nog steeds de gevolgen van ondervindt.

Wanneer je in vorige levens keuzes hebt gemaakt die verschrikkelijk botsen met jouw innerlijke weten, dan is het akelig om onder ogen te zien wat er is gebeurd, maar juist door dit te doen, kan er als het ware zuurstof bij komen, waardoor oud zeer verwerkt kan worden dat zich heeft vastgezet in jouw energiebanen. Wanneer het gaat om heel belangrijke keuzes, dan kan dit jouw energieleidingen al duizenden jaren hebben verstopt.

*Er is in zo'n situatie van verkeerde keuzes in voorgaande levens
eerst meer zicht nodig op wat je ZELF in werking hebt gezet,
vóórdát de verstoppingen in jouw energieuishouding
die hier het gevolg van zijn
langzaam kunnen worden opgelost.*

Dit is ook precies de reden waarom “healing” - die zo hartstochtelijk wordt aangeboden door allerlei lichtwerkers - NIET kan werken. Er is nagenoeg altijd eerst meer zicht nodig op jouw eigen verantwoordelijkheid voor dergelijke verstoppingen mogen worden weggewerkt.

Wanneer je eenzijdig het slachtoffer bent van vervloeking die door anderen in voorgaande levens in werking zijn gezet, met als gevolg een heel slechte energiedoorstroom in jouw systeem, dan kun je in deze jaren meemaken dat dit vanzelf verbetert, omdat dergelijke vervloeking in deze jaren helemaal worden afgebroken.

In zo'n situatie hoef je niet per se te weten wat er in voorgaande levens is gebeurd en wat er destijds door anderen in werking is gezet. Je ervaart dan een steeds betere doorstroom in jouw leidingen en dat is dan voldoende om te ervaren. De achterliggende redenen zijn in zo'n situatie minder van belang om bewust te weten, hoewel je op de weide meestal *wel* weet wat er *is* gebeurd in voorgaande levens.

Er is moed nodig om onder ogen te zien wat je *zelf* aan keuzes hebt gemaakt in voorgaande levens, maar door dit *toch* onder ogen te zien, kun je veel oud zeer in beweging brengen en losweken, zodat het uiteindelijk schoon kan bloeden, want dat is wat er per se nodig is in zo'n situatie.

*Voor het ego is het verschrikkelijk
om funeste keuzes in vorige levens op te zoeken,
maar voor het inwonende bewustzijn
is het een ware bevrijding
wanneer dit toch gebeurt.*

Omdat het overgrote deel van de lichtwerkers het ego-pad blijft volgen, is er maar weinig belangstelling voor het beter leren kennen van jezelf en het onder ogen zien van wat je *zelf* in voorgaande levens in werking hebt gezet.

Voor de mensen die *toch* de moed hebben om deze moeilijke weg te volgen, is de beloning groot. Je zult dan merken dat heel diepe gevoelens aangeraakt worden en naar het oppervlak kunnen komen, waardoor je innerlijk veel meer ruimte krijgt.

Het schoonbloeden van heel diepe oude wonden kan alleen als jij daar ruimte voor wil maken. Zolang jij andere dingen belangrijker vindt, houd je daarmee *zelf* de deur op slot.

***Je kunt deze deur
naar jouw aller diepste pijnpunten -
die verborgen liggen
op de bodem van jouw hartcentrum -
openen
door het te willen.***

Jouw hogere deel kan heel voorzichtig van binnenuit aangeven dat er noodzaak is om moeilijkheden onder ogen te zien. Jij maakt dan bewust of onbewust een keuze in hoeverre je hiervoor open staat.

Wanneer jij dit per sé *niet* wil, dan zal jouw hogere Zelf het loslaten en jouw keuze respecteren. Misschien dat je nog een paar keer zo'n kans krijgt om oud zeer langs te laten komen en moeilijke dingen onder ogen te zien, maar wanneer jij dit voortdurend wegstopt en andere dingen belangrijker vindt, dan zal jouw hogere deel jouw vrije wil respecteren en terugtreden.

In praktijk komt het regelmatig voor dat mensen zich melden bij een regressietherapeut, maar in de diepte van hun hart eigenlijk NIET onder ogen willen zien wat ze *zelf* in voorgaande levens in werking hebben gezet.

Er volgt dan een regressie-sessie waarin het thema wel kan worden benaderd, maar waarin de aspecten waar het eigenlijk om gaat NIET goed duidelijk worden.

Iemand die vanuit deze achtergrond een regressie-sessie heeft aangevraagd, komt dan voor een keuze te staan.

Hetzij een volgende sessie inplannen, eventueel bij een andere begeleider van regressie-sessies, hetzij ermee stoppen en tegen jezelf zeggen dat je het hebt geprobeerd, maar dat het niet is gelukt.

Wanneer het gaat om heel belangrijke dingen die in veel levens invloed hebben gehad, zowel voor jezelf als voor anderen, dan is het raadzaam om meerdere sessies te doen waarin zo'n situatie vanuit verschillende invalshoeken wordt belicht. In een volgende sessie naar hetzelfde thema krijg je dan gewoonlijk meer zicht op de situatie en komen er bevestigingen van wat je al wist.

***Het is raadzaam niet enkel en alleen af te gaan op één stukje informatie
dat je in een droom of via meditatie of tijdens een regressie-sessie
aangereikt hebt gekregen,
maar steeds opnieuw bevestiging te zoeken
vóórdát je iets aanneemt als een stukje van jouw puzzel.***

Er is veel misleidende informatie in omloop en de donkere kant zal er alles aan doen om te verhinderen dat jij meer zicht krijgt op jouw eigen verleden. Wanneer het gaat om heel zwarte dingen uit het verleden, dan is een regressie-sessie aanzienlijk moeilijker dan wanneer het gaat om oppervlakkiger dingen.

Wanneer je zo'n beladen stuk verleden opzoekt, dan krijg je in eerste instantie vaak te zien wat je er *toen* van vond. Mogelijk had je destijds een vertekend beeld van de situatie waarin je terecht was gekomen en had je dit niet goed in de gaten.

Wanneer je zo'n stuk verleden opzoekt, dan krijg je in eerste instantie vaak de visie te zien die je *toen* zelf had, ook als die visie eigenlijk helemaal niet juist is.

De begeleider van zo'n sessie kan dan al wel aanvoelen wat er gaande was en dat er sprake was van een verduisterde visie, op basis waarvan verkeerde keuzes zijn gemaakt.

Het is in zo'n situatie raadzaam om zo'n sessie gewoon verder te laten gaan, ook al weet de begeleider van de sessie dat de werkelijkheid iets anders is geweest dan waar degene die de sessie in gegaan is nu vanuit gaat.

In zo'n situatie is er een volgende sessie nodig, want het gaat erom dat de Waarheid uiteindelijk goed wordt belicht. Wanneer je in een regressie-sessie *zelf* moeite hebt om de Waarheid onder ogen te zien en jouw ego er daarom voor kiest om die Waarheid te verdraaien, dan is het aan de begeleider van zo'n sessie om dit te herkennen en hier goed op te reageren. Degenen die de sessie ingaat, heeft er uiteindelijk niets aan om zichzelf te misleiden door "om de hete brij heen te lopen". Het is aan de begeleider van zo'n sessie om hierover te waken.

Wanneer een begeleider van dergelijke moeilijke sessies *zelf* de Waarheid *niet* goed kan aanvoelen en afgaat op wat degene die de sessie ingaat aangeeft, dan is zo'n begeleider minder geschikt voor het begeleiden van dergelijke sessies. Een begeleider zou vanuit de eigen instroom moeten aanvoelen wat Waarheid is en wat niet.

***Wanneer een begeleider van regressie-sessies
zelf niet goed kan aanvoelen wat Waarheid is en wat niet,
dan is zo iemand minder geschikt voor het begeleiden van deze sessies.***

Uiteindelijk gaat het erom in zo'n sessie dat de Waarheid naar voren komt, hoe akelig die ook kan zijn. Wanneer de begeleider en degene die de sessie ingaat beiden kiezen voor de gemakkelijke weg, dan komt er een sessie waarin er een verdraaide weergave van het verleden naar voren komt, waar je eigenlijk niet zo veel aan hebt en die *niet* voldoende is om de problemen die er liggen effectief aan te pakken.

***Een begeleider van regressie-sessies
heeft daarom een goed ontwikkeld gevoel voor de Waarheid nodig.***

***Alleen dan kan iemand anderen goed helpen
om meer zicht te krijgen
op wat er in voorgaande levens is gebeurd.***

Er zijn verschillende manieren waarop je zicht kunt krijgen op vorige levens. Dit kan zijn vanuit het perspectief van degene die dit ervaart. Je kijkt dan letterlijk door de ogen van jezelf in zo'n stuk vorig leven.

Het kan ook zijn dat je als een waarnemer naar de situatie kijkt en misschien in eerste instantie niet eens in de gaten hebt dat het over jezelf gaat.

Zo'n waarnemer kan naar een situatie kijken met de visie die je destijds had, maar kan ook naar diezelfde situatie kijken vanuit een betere visie en de dingen zien zoals ze in werkelijkheid zijn, ook al zag je dat destijds misschien niet zo.

***Het onder ogen zien van de Waarheid in jouw eigen incarnatiereeks
is een BEGIN van het leren verwerken hiervan.***

Soms begint het schoonbloeden al vóórdát je precies weet wat er is gebeurd in het verre verleden, maar dienen de gevoelens die daaraan zijn verbonden zich al voor een deel aan.

Wanneer je voelt dat dergelijke gevoelens zich aandienen, zou je er goed aan doen hier zo veel mogelijk ruimte voor te maken, zodat dergelijke gevoelens langs kunnen komen, zo veel als maar nodig is.

Dit betekent ruimte maken voor jezelf en bijvoorbeeld op bed gaan liggen, zodat je even niets meer hoeft. Je maakt daar eigenlijk mee duidelijk dat je ervoor kiest om je open te stellen voor de vaak akelige gevoelens die dan langs komen in verband met droevige ervaringen uit vorige levens.

Wanneer je deze weg volgt, kun je merken dat er steeds meer ruimte komt in de diepte van jouw hartcentrum, met als directe gevolg een betere wisselwerking met jouw hogere deel, jouw hogere Zelf.

In het verlengde hiervan zal dan de energie in jouw leidingensysteem steeds beter beginnen te stromen en kun je energie gaan voelen stromen op plaatsen waarvan je niet wist dat dit kan.

***Bij het opzoeken van moeilijke stukken verleden
is het van groot belang steeds voor ogen te houden
dat ons dagelijkse leven een leerproces is.***

***Het is belangrijk dat je jezelf de ruimte geeft
om fouten te maken en daarvan te leren.***

Wanneer je onbewust van jezelf vindt dat je al veel te veel fouten hebt gemaakt in voorgaande levens, dan kun je op de overtuiging uitkomen dat je geen (nieuwe) fouten mag maken.

Zo'n overtuiging belemmert je leerproces. Wanneer je zo'n overtuiging hebt ontwikkeld, dan zorgt dit voor een enorme druk die je jezelf dan oplegt.

Ons dagelijkse leven is *niet* bedoeld om fouten te voorkómen.

***Ons evolutieproces is een leerproces
waarin het onvermijdelijk is
dat er heel veel fouten worden gemaakt
in de loop van vele duizenden jaren.***

Het is belangrijk jezelf ruimte te geven om fouten te maken en daarvan te leren door daar op een geschikt moment nog eens goed naar te kijken. Zo'n geschikt moment om veel te leren en opnieuw te kijken naar belangrijke stukken verleden waarin er iets helemaal fout is gegaan, is nu, in de jaren naar 2029. We hebben *nu* te maken met heel mooie mogelijkheden om heel veel te leren, in tegenstelling tot de afgelopen duizenden jaren, waarin er veel minder ruimte was om diepgaande lessen echt goed te leren.

We hebben nu te maken met intensieve begeleiding vanuit de lichte kant, zodat ieder die dat zou willen zichzelf aanzienlijk beter zou kunnen leren kennen en daardoor beter is voorbereid op volgende levens.

Er zijn daardoor nu heel mooie mogelijkheden om jezelf meer te leren accepteren dan voorheen. Zolang je jezelf niet kunt accepteren in de diepte van jouw hartcentrum, zul je ook anderen eigenlijk niet goed kunnen accepteren zoals ze zijn, ook al wil je dit misschien niet laten blijken en ook al kies je misschien voor zoete woordjes en een masker van vriendelijkheid en beleefdheid.

***Er is in praktijk een direct verband
tussen het accepteren van jezelf
en het accepteren van anderen.***

Er is bovendien een direct verband tussen het accepteren van jezelf en het zijn van een kanaal voor Genegenheid.

***Zolang je jezelf niet kunt accepteren,
kun je geen goed kanaal zijn voor Genegenheid.***

Dit betekent dat wanneer je jezelf geschikt wil maken om een steeds beter kanaal voor Genegenheid te zijn, het noodzakelijk is om te werken aan het beter leren accepteren van jezelf.

Omgekeerd is het zo dat naarmate je jezelf steeds beter gaat accepteren - ondanks wat er vanuit vorige levens misschien aan verschrikkelijke dingen in werking is gezet door jezelf - je daardoor een steeds beter kanaal kunt zijn voor Genegenheid.

Er is in onze samenleving grote behoefte aan kanalen voor deze heilzame energie. Naarmate meer lichtwerkers bereid zijn om de weg van Zelfkennis, zelfonderzoek en het leren accepteren van zichzelf in te gaan, komt er steeds meer ruimte om deze genezende energie te ontvangen en door te geven aan anderen.

***Wanneer je heel grote fouten hebt gemaakt
in voorgaande levens
en dit NIET hebt kunnen accepteren,
dan kan het zijn dat je je daardoor
tegen jezelf bent gaan keren.***

***Je bent dan vatbaar
voor allerlei vormen van zelfbeschadiging.***

Je bent dan vatbaar voor het onder druk zetten van jezelf, voor het kwellen van jezelf en voor het pijnigen van jezelf op allerlei mogelijke manieren. Vaak nemen mensen in zo'n situatie (onverantwoord) grote risico's - die anderen met meer acceptatie van zichzelf zouden weigeren - en stellen ze (onredelijk) hoge eisen aan zichzelf.

Dit manifesteert zich ook in het niet meer goed zorgen voor jezelf wanneer de situatie waarin je terecht bent gekomen moeilijker wordt.

In praktijk betekent dit dat de donkere kant dan gemakkelijker grip op je kan krijgen om je tegen jezelf of tegen anderen te keren.

*Naarmate je je meer tegen jezelf keert,
zul je ook geneigd zijn om je meer tegen anderen te keren
wanneer je in het nauw wordt gedreven
of wanneer je wordt opgezet tegen iemand.*

Wanneer je met heel diepgaande gevoelens rondloopt waarin je worstelt met jezelf en jezelf eigenlijk niet kunt accepteren, dan helpt het niet echt om tegen jezelf te zeggen dat je jezelf hebt vergeven voor alles wat je in het verleden aan fouten hebt gemaakt.

Zoiets is een mentale aangelegenheid, het is een redenering vanuit het hoofd waar je in praktijk niets aan hebt. Het is hol en leeg gepraat, waar je *niet* verder mee komt.

In zo'n situatie is het belangrijk om eerlijk tegenover jezelf te zijn en onder ogen te zien dat je een groot probleem hebt en daar mee aan de slag zou moeten gaan.

Wanneer je dit wegstopt en wegstijgt en alles weg wil redeneren met allemaal goed klinkende uitspraken, dan houd je jezelf voor de gek. Je kiest dan voor de weg van doen alsof, tegen beter weten in. Op die manier houd je jezelf voor de gek en speel je toneel.

Er is dan een andere weg nodig waarin je eerlijk gaat onderzoeken waar deze diepgaande gevoelens van falen mee te maken hebben. Je komt dan **ALTIJD** uit in voorgaande levens. Het is in zo'n situatie belangrijk ruimte te maken om heel bewust de confrontatie met je eigen verleden aan te gaan.

De grootste moeilijkheden die je nu tegen kunt komen, liggen gewoonlijk **NIET** in een situatie waarin anderen jou verschrikkelijke dingen hebben aangedaan, maar liggen in wat je **ZELF** in voorgaande levens in werking hebt gezet, ook al zou je daar graag zo ver mogelijk bij weglopen.

Wanneer je op zoek gaat naar de Waarheid, dan is ontspanning heel belangrijk. Ik bedoel daarmee de dieperliggende ontspanning van het inwonende bewustzijn, niet zo zeer de oppervlakkige ontspanning van het ego.

*Er is een groot verschil tussen
ontspanning van het ego
en ontspanning van het inwonende bewustzijn.*

Het ego voelt zich prettig en comfortabel wanneer het de eigen situatie redelijk goed kan overzien en merkt dat het de – voor het ego – goede kant op gaat. Tegelijkertijd kan het inwonende bewustzijn dan nog steeds onder grote druk staan.

Wanneer het ego erin slaagt om oude pijnpunten uit het verre verleden zo veel mogelijk te vermijden en een sterke comfortzone op te bouwen, dan kan het ego zich ontspannen voelen, terwijl er in de diepte een flinke spanning merkbaar kan zijn, waarin het inwonende bewustzijn in de knel zit.

Omgekeerd kan het inwonende bewustzijn na een pittige regressie-sessie veel meer ruimte hebben gekregen en veel meer in ontspanning terecht zijn gekomen, terwijl het ego zich verschrikkelijk voelt en het gevoel heeft dat alles in elkaar is gestort.

***Ontspanning en acceptatie
horen bij elkaar.***

Wanneer je jezelf in de diepste dieptes hebt geaccepteerd, dan is er ook ontspanning. De energie kan dan beter door jouw systeem stromen en je kunt andere mensen dan ook beter accepteren zoals ze zijn, inclusief alle fouten die ze dagelijks maken en in het verre verleden in vorige levens hebben gemaakt.

***Wanneer er acceptatie is van jezelf en van anderen
en er is ontspanning en sympathie voor je medemens,
dan kun je daardoor een steeds beter kanaal zijn voor Genegenheid.***

Ook hier geldt dat wanneer je af en toe – op de bovenkant van een golfbeweging – in de diepte van jouw hartcentrum het “Shalom-gevoel” hebt, dan weet je dat je de juiste weg volgt. Wanneer je al enkele maanden geen “Shalom-gevoel” hebt ervaren, dan mag je ervan uitgaan dat je *niet* de juiste weg volgt.

***Een ander herkenningspunt
van je vorderingen met het leren accepteren van jezelf
is dat je daardoor steeds meer in het hier en nu kunt zijn.***

Mensen die gekweld worden door grove fouten die ze in voorgaande levens hebben gemaakt, zijn vaak *niet* in het hier en nu aanwezig, maar voortdurend in hun hoofd. Het is in zo’n situatie nog veel moeilijker om goed plaats te nemen in jouw eigen hartcentrum, omdat je die dan deels hebt afgesloten.

In de diepte wil je dan eigenlijk niets meer voelen en vanwege deze dramatische keuze kun je ook het “Shalom-gevoel” dan niet meer zo goed ervaren. Je kunt dan ook jouw eigen innerlijke kompas minder goed aanvoelen dan voorheen.

Onbewust maken mensen die in vorige levens grove fouten hebben gemaakt, vaak de keuze om zich af te gaan sluiten. Er gaan dan deuren dicht in de diepte van het hartcentrum met als bedoeling alles aan dieperliggende gevoelens zo veel mogelijk op afstand te houden.

Eigenlijk is dit een vlucht voor wat er leeft in de diepte van jouw eigen hartcentrum. Je bent dan op de vlucht voor jezelf. Je bent dan eigenlijk een vreemde voor jezelf. Je kent jezelf dan niet. Je bent dan niet in verbinding met jezelf; er is dan geen aansluiting bij wie je in wezen bent.

Wanneer je dit na verloop van tijd steeds beter in de gaten begint te krijgen, kun je opnieuw een keuze maken hoe je hier mee verder wil.

Je kunt er dan bewust voor kiezen om te stoppen met het doen alsof er niets aan de hand is, en er bewust voor kiezen om weer meer ruimte te willen maken voor het dieperliggende gevoel.

Wanneer je deze moedige keuze maakt, kun je langzamerhand een ander deel van jezelf weer veel beter leren kennen. Het oppervlakkige toneelspel dat je dan lange tijd hebt opgevoerd in jouw dagelijkse leven, zal dan steeds minder voldoen.

*Naarmate je de weg naar binnen
en de weg naar het dieperliggende gevoel
verder ingaat,
vind je jezelf steeds meer terug.*

De weinigen die zichzelf hebben teruggevonden, hebben ondertussen alles aan fanatisme losgelaten. Ze HOEVEN niets meer en staan steeds meer vrij.

Ook *dat* is een herkenningspunt voor het vaststellen hoever je inmiddels bent gekomen met het leren accepteren van jezelf.

*Dit artikel is bedoeld voor alle mensen die hun innerlijke weten willen volgen.
Het is kennis die aangeboden wordt aan alle lichtwerkers.*

*Door dit zorgvuldig met jouw hart te onderzoeken,
kom je sterker te staan in het leren samenwerken met jouw Ziel, jouw hogere Zelf.*