

Woede - gecontroleerd - laten uitbranden

Wanneer het niet gaat zoals je graag had gewild, kun je ontmoedigd raken. Misschien ervaar je zelfs onvrede met de situatie waarin je terecht bent gekomen. Wanneer onvrede zich ophoopt kan dit een structureel karakter krijgen. Onvrede gaat dan over in woede.

Meestal speelt dit zich af in de diepte van het hart en probeert iemand dit aan de oppervlakte te verbloemen. Maar deze strategie helpt niet en het laten smeulen van onvrede en woede zal na verloop van tijd gevolgen krijgen voor de gezondheid van jouw stoffelijke deel.

Wanneer je de onvrede en de woede vanuit het emotionele en het mentale gebied niet op een juiste manier behandelt, dan gaat zich dit manifesteren op het stoffelijk gebied. Daardoor ontstaan of verergeren allerlei lichamelijke aandoeningen.

Zoals bij alles in het spirituele leerproces helpt het om ook hierin eerlijk te zijn. Als er woede leeft in de diepte van jouw hart dan is het beter om daar aandacht aan te besteden dan dit zo lang mogelijk te ontkennen.

Een eerste stap is het erkennen dat er blijkbaar woede leeft in de diepte van jouw hartcentrum.

Een volgende stap is het langs laten komen van deze woede energie en hier heel bewust ruimte voor maken.

Dit betekent in praktijk ervoor gaat zitten of liggen en de gevoelens die zich dan aandienen de ruimte geven om langs te komen.

Dit kan soms heel heftig zijn en misschien zelfs ontaarden in haat.

Het is belangrijk dat je ondertussen blijft aanvoelen in hoeverre je te maken hebt met verwerkingsprocessen en in hoeverre je jezelf mee laat slepen in de woede die zich dan aandient.

Het is belangrijk opgehoopte woede langs te laten komen maar tegelijkertijd te voorkómen dat je hierdoor meegesleept wordt naar contreien waar je beter niet kunt zijn.

Het langs laten komen van opgekropte woede is niet zonder gevaar. Wanneer je hier te veel ruimte aan geeft en misschien zelfs gaat genieten van het ongeremd uitleven van woede, dan slaat dit door naar de verkeerde kant van de schaal.

De kunst is om ook hier de gulden middenweg te bewandelen.

Het is beter om opgekropte woede niet te laten bestaan in jouw hartcentrum maar het is tegelijkertijd ook goed om te voorkómen dat je meegesleept wordt in een uitbarsting van woede waarbij je jezelf volstrekt niet meer in de hand hebt.

De gulden middenweg kan hier worden gevonden door woede gecontroleerd te laten uitbranden.

Velen van ons worstelen in deze periode met allerlei moeilijkheden waar ieder van ons mee wordt geconfronteerd om allerlei hele verschillende redenen.

In principe zou je nu een innerlijke toestand kunnen bereiken van “Shalom”, wanneer je goed kunt aanvoelen waarom je in de situatie terecht bent gekomen zoals die nu is. Maar dit is vaak moeilijk, waardoor er toch allerlei vormen van woede ontstaan.

Het is belangrijk om ook hier eerlijk te zijn en goed voor jezelf te zorgen. Ook dit is doen wat nodig is in de situatie waarin je terecht bent gekomen.

*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.*