

E-zine Pak je geluk

Nr. 152

24 aug 2020

Vandaag over de stadia van spirituele groei en hoe 'alledaagse' dingen dat beïnvloeden.

Thema: spirituele groei

Michael Beckwith (de visionair uit de film/docu 'The Secret' voor degenen die hem hebben gezien – overigens nog steeds te zien op Netflix) hanteert 4 stadia van spirituele groei (of niveaus van bewustzijn):

1. Slachtoffer Bewustzijn

Het eerste stadium, het slachtoffer bewustzijn, wordt getypeerd door het idee dat dingen ons overkomen. Het gebeurt (tegen) ons. Wij zijn het slachtoffer van onze omgeving, van de wereld, van de burens, van het virus, van de goden, van de sterren, van.....wij zijn machteloos en kunnen er niets aan doen.

Laat ik voordat ik doorga eerst even zeggen dat we allemaal alle 4 deze stadia van bewustzijn bezitten, maar dat in elk deel van ons leven wellicht een ander stadium past, en van moment tot moment mogelijk verschuift.

Denk daarbij aan de volgende items:

- a. Spiritueel, het spirituele besef/idee
- b. Ego – (klinkt negatief, maar) is belangrijk voor onze bescherming als uniek individu, onze persoonlijkheid, zonder daarbij inferieur of superieur te zijn
- c. Levensonderhoud
- d. Relaties
- e. Lichaam
- f. Financiën
- g. Overtuigingen
- h. Gemeenschap, en ons aandeel daarin, onze bijdrage

Het slachtofferbewustzijn heeft ook alles te maken met wijzen, met verwijten, met iemand de schuld geven. Met rationaliseren – alles verklaren via het verstand, via de rede. Maar ook met schuldgevoel. Met het zoeken van excuses om dingen niet te doen of juist wel te doen, om ongewenste zaken (verslavingen) niet op te geven, we kunnen er immers niets aan doen? Dit is ook duidelijk een stadium van afgescheiden zijn, 'ik en de buitenwereld'. En helaas wordt dit stuk dus behoorlijk gevoed in deze tijd. Pas op voor de ander.....

2. Meester (of manifestatie) Bewustzijn

Dit geeft ons al een stuk meer kracht, omdat we hierin beseffen dat we zelf dingen in de melk te brokkelen hebben, zelf dingen kunnen doen om het voor ons (en/of de wereld) beter te maken. We zijn in staat om te manifesteren, om dingen zo te laten gaan als we willen. Via visualisatie, via intentie, etc. Dingen gebeuren door óns, door ons toedoen.

Het blijkt dat alleen al intentie (bijvoorbeeld de 's ochtends uitgesproken intentie om die dag meer te lachen) iets in gang zet wat leidt tot verandering. Elke ochtend beginnen met een intentie uit te spreken kan je leven veranderen!

Natuurlijk kunnen we denken aan fantastische dingen die we kunnen bewerkstelligen, maar ook aan eenvoudige dingen als onze levenswijze. Voldoende slaap, gezond eten, supplementen, etc. Leer mensen dat ze zelf dingen kunnen veranderen en het wordt al een stuk beter.....

*Alles wat we horen is een mening, geen feit. Alles wat we zien is een perspectief, niet de waarheid
- Marcus Aurelius*

3. Kanaal Bewustzijn

Dit bewustzijn geeft ons het gevoel dat dingen dóór (via) ons gebeuren. We kennen dat van wanneer we in de flow bezig zijn met iets. Dingen lijken dan soms vanzelf te gaan. Ook dit is een niveau wat we allemaal wel met enige regelmaat ervaren (hoop ik). Het is een soort van overgave. We stellen ons open, we geven ons over in vertrouwen. Soms volledig onbewust overigens. Niet omdat we niets in te brengen hebben, maar omdat we erop vertrouwen dat het goede zich via ons kanaliseert.

Bij een ernstige ziekte kun je je bijvoorbeeld overgeven aan de ernst van de ziekte, aan het feit dat je er niets aan kunt doen, dat de artsen alleen iets kunnen doen (stadium 1). Maar je kunt je ook overgeven in de zin dat je erkent dat je ernstig ziek bent en dat je met je eigen inbreng (stadium 2) en je openstellen voor hulp 'van boven' (stadium 3) mogelijk in staat bent aanzienlijk te genezen. En je één voelen met het universum (de oneindige bron van alle mogelijkheden) maakt het nog beter (stadium 4).

4. Zijn(s) Bewustzijn

Gaat nog een stukje verder. Je bent je bewust van je eeuwigheid en je leeft in overeenstemming met wie je (echt) bent. Je bent onderdeel van alles, van het geheel, van het universum. Je zou dit ook Godsbewustzijn kunnen noemen. We zijn allen een lichtstraal van het grote licht, een golfje van de grote oceaan, etc. We zijn allen met elkaar verbonden en bovenal met de natuur en het universum verbonden. We zijn er één mee, er onderdeel van. We weten dat wat we een ander toewensen of toedoen z'n effect op onszelf heeft. Dat als we iets goeds doen dat positief op onszelf terugwerkt. Omdat we allen verbonden zijn, allen één zijn, is het nuttig om samen te werken in plaats van te strijden, om de natuur te eren en beschermen in plaats van alleen maar voor ons (kortzichtige, want uiteindelijk nadeel) voordeel te gebruiken.

Het is op zich leuk om bij jezelf eens na te gaan op welke gebieden van je leven je in welk stadium (vooral) zit. En daarbij te proberen zoveel mogelijk uit stadium 1 te komen en te blijven al zal dat nooit helemaal lukken, want het is lekker af en toe iemand de schuld te geven van iets of even zielig te zijn. Of de verantwoording af te schuiven op anderen. Maar het is mooi als die behoefte steeds minder wordt....

Want hoe hoger we in de stadia zitten, hoe meer kracht we naar ons toe trekken, hoe meer we ons eigen leven vorm kunnen geven, ook al is dat rekening houdend met alles om ons heen. Het is dus positieve en constructieve kracht. Via manifesteren (3) reiken we naar het 'onbegrensde potentieel', waar nog veel meer mogelijk is (4).

Vraag je met enige regelmaat eens af waar je gedachten zitten. Waar ben je over aan het denken en hoe denk je, wat zijn je woorden? Waar zit je meeste aandacht? Als dat zit bij verwijten, bij schuld of bij klagen, dan leidt dat af van de essentie. Dat maakt je niet gelukkig.

Het is nuttig dingen te doen die maken dat je meer het gevoel krijgt één te zijn met.... (helaas mag samen zingen niet meer, maar je kunt je voorstellen dat anderen met je samen zingen als je zelf zingt, of als je mantra's zingt) en zoals door middel van meditatie of Qigong-vormen. En om bekrachtigende vragen te stellen aan jezelf, zoals "als dit zo blijft, welke gedachte moet ik dan hebben om gemoedsrust te hebben"?

Of “Hoe kom ik hieruit?”. Of “Wat kan ik hiervan leren?”. Of “Welke stap kan ik nu nemen in positieve richting?”.

Door allemaal alleen al meer uit stadium 1 te blijven zal de wereld een stuk mooier worden, maar het belangrijkste blijft de eigen inbreng, al dan niet via visualiseren of gevoelens van één zijn met..... Als we de wereld willen verbeteren, moeten we bij onszelf beginnen.

Zoals we in de loop der geschiedenis vaak zien, lijkt het alsof er steeds iets gebeurt waardoor mensen worden belemmerd of tegengewerkt in hun spirituele ontwikkeling. Eeuwenlang zijn intelligente en spirituele vrouwen als heksen verbrand.

Alles wat nu gebeurt onder het mom van COVID-19 zorgt ervoor dat we meer in de lagere stadia van de spirituele groei worden ‘geduwd’. Vooral het eerste (minst ontwikkelde) stadium wordt sterk gevoed door de schuld bij een virus en de oplossing bij een vaccin te leggen, door angst voor elkaar te kweken, door natuurlijke zaken als zingen en elkaar knuffelen te verbieden of ontmoedigen.

In feite gebeurt er al maanden niets negatiefs rond het virus. Na de lockdown zijn we gaan zien dat massa’s jongeren zich verenigden, het is drukker op straat, op de wegen, in parken en in de winkels geworden, mensen worden de maatregelen steeds meer zat en ook ouderen negeren steeds vaker de regels. En toch is er niet of nauwelijks toename van opnames op de IC of sterfte.

Maar via het meten en publiceren van zogenaamde besmettingen (wat op zichzelf niets zegt – het feit dat je besmet bent wil bijvoorbeeld niet zeggen dat je besmettelijk bent) blijft angst gecreëerd worden.

Een leugen die vaak genoeg verteld wordt, wordt op de duur zelf waarheid

Vladimir Ulyanov Lenin

Door die angst zijn mensen niet meer in staat rationeel ‘nuchter’ te denken (ze zitten in hun vecht en vlucht modus), en slurpen ze alle media-informatie als zoete koek naar binnen, de angst nog versterkend. We horen dat dit alles leidt tot meer ‘korte lontjes’, meer agressie, meer verzet, en dat lijkt me logisch. We leven in een rare wereld met rare regels. Ver van wat ‘normaal’ zou moeten zijn.

Ik merk zelf dat ik kriegel word van al die mensen die klakkeloos al die media-info tot absolute waarheid verheffen en angst verspreiden. Intelligente mensen die een stap achteruit doen als je dichterbij komt, die vinden dat er nog meer mondklappers gedragen moeten worden, vrienden die je niet meer kunt knuffelen, etc.

Alles wat er nu gebeurt zal uiteindelijk wel ergens goed voor zijn, misschien is het uiteindelijk een wake-up call voor mensen om zelf hun verstand en intuïtie te gaan gebruiken in plaats van als een kudde de media te volgen, maar op dit moment schaadt het op alle fronten de gezondheid, en alle vormen van gezondheid.

Overigens is de belangrijkste kracht die we met elkaar kunnen ontwikkelen die waarbij we zoveel mogelijk juist die hogere stadia opzoeken. Ons één voelen met elkaar, de hogere frequenties (liefde, vrede, rust, waardering, blijheid) opzoeken, mediteren, mantra’s zingen, Qigong in de juiste staat doen, etc.

Dat gezegd hebbende, wil ik attenderen op de brandbrief die op 24 juli al door meer dan 2300 artsen (incl. een aantal hoogleraren) en medische professionals is ondertekend over COVID-19: www.opendebat.info. Ik doe dat vooral omdat de media erin uitblinken deze brief te negeren. Terwijl de kranten vol staan over dat handjevol ‘specialisten’ dat de dienst uitmaakt in Nederland, ben ik niets tegengekomen over deze brief van artsen die hun eed/gelofte zeer serieus nemen en zeer belangrijke vragen stellen. Ik deed ook een gelofte en nam dat altijd heel serieus. Vandaar mijn dubbele gevoelens over alles wat er gebeurt.

Ondanks alles: geniet van je leven, van de tijd met je geliefden, van de natuur(!).....heb lief.

Guy Finley:

De pijn van een duister moment is gewoon een leugen. Wij hebben altijd en overal het recht enige vorm van ontmoediging in te ruilen voor het besef dat niets ervan behoort tot wie we echt zijn.....

www.guyfinley.com

Links:

Naar de samenvatting over de ziekten van vandaag de dag en wat je er zelf aan zou kunnen doen:
<https://www.praktijkmonsma.nl/index.php/blog-jouw-gezondheid/2-ongecategoriseerd/242-auto-immuunziekten-uitgebreid-samengevat>

De intentie van deze E-zine is enerzijds het bewustzijn te versterken t.a.v. wat we zelf kunnen doen om ons leven aangenamer te maken; en anderzijds het leven een stukje positiever te benaderen, het gevoel van geluk een beetje dichterbij te brengen. **Te knipogen naar ons leven.** Maar ik ben ook arts (ook al is het 'in ruste') en soms moet ik iets vanuit mijn artsenhart kwijt.

Spreekt de E-zine je aan, attendeer dan anderen s.v.p. op deze E-zine, zodat de E-zine steeds meer mensen kan bereiken. De intentie is eens per 3-4 weken-. Aanmelden kan via aanmeldenEzine@praktijkmonsma.nl

Dank je wel dat ik dit mag doen!

Over "praktijk": ik geef Chi Neng® Qigong les en schrijf af en toe wat (4 boeken op de website, veel PakjeGeluk-"hulpmiddelen", en blogs over Homeopathie, Qigong, Numerologie, PakjeGeluk, Integrale Geneeskunde en Praktijkervaringen). Hanneke geeft ook Chi Neng® Qigong les en is daarnaast actief als NEI-therapeute. Als je geïnteresseerd bent, lees op de site www.praktijkmonsma.nl.

Wil je de E-zine niet meer ontvangen: afmeldenEzine@praktijkmonsma.nl
www.pakjegeluk.nl