

een universum van schoonheid en perfectie.

Denk deze gedachten; zeg ze telkens opnieuw. Overspoel je geest met gedachten als ‘Dingen zijn positief, dingen werken ten gunste van mij, alles is orde en harmonie.’ Hoe meer je je vult met positieve gedachten, des te zachter zul je het volume van je emoties zetten. Afslimer spirituele waarheden en de principes van de ziel, zoals harmonie, balans en vrede. Als je hoge woorden blijft zeggen, zal de vribratie daarvan je emoties langzamerhand kalmeren. Het vereist discipline en oefening. Je moet werkelijk de intentie en de wil hebben om hogere niveaus te bereiken, dan zullen de resultaten die je wilt, volgen.

16. Ontvangen van leiding uit de hogere sfieren

Je kunt leren leiding te ontvangen uit de hogere regionen van het universum. Net zoals er telepathische ‘uitzendingen’ van mensen zijn, zijn er vele hogere ‘uitzendingen’ waarop je kunt afstemmen. Hoge niveaus van leiding en informatie zijn ieder moment aanwezig. Net zoals je een radiogolf niet kunt zien of aanraken, kun je deze ‘uitzendingen’ niet zien of aanraken – tenzij je de wil en intentie daartoe hebt.

Wat zijn deze ‘uitzendingen’? Er zijn verschillende niveaus van informatie; sommige hebben betrekking op de wetenschap, andere op het bedrijfsleven, allerlei soorten onderricht, visies van vrede. Alle kennis die er is en zal zijn, is voor je beschikbaar als je op deze niveaus afstemt. Deze niveaus worden universeel bewusstzijn genoemd, het collectieve geheel van levensenergie, dat buiten tijd en ruimte bestaat. Vele grote wetenschappers hebben gebruik gemaakt van dit niveau voor hun wetenschappelijke ontdekkingen. Veel nieuwe ontdekkingen, ideeën en concepten komen voort uit afstemming op deze frequentie. Je kunt informatie verkrijgen om je te helpen bij je zaak of je te helpen je creativiteit te verhogen, of welvarend te worden. Degenen van jullie die denken aan vrede op de aarde en eraar streven vrede in je leven te brengen, kunnen gebruik maken van de beschikbare ‘uitzending’ van vrede.

155

Speelse oefeningen

1. Focus je op hoe je vanochtend wakker werd. Hoe voelde je je? Welke gedachten had je over de dag?

2. Wie heb je vandaag ontmoet of gesproken? Hoe is je energie veranderd voor, tijdens en na de ontmoeting? Kun je voorbeelden vinden dat je hun energie opgenomen hebt? Maak een lijst van wie je ontmoet hebt en hoe je je voelde.
Person die ik ontmoet heb:
—

Hoe ik me voelde:
—

3. Neem de gevoelens of gedachten die je niet prettig vond terwijl je bij hem of haar was en stel je voor hoe je die emoties en gedachten inlicht doet oplossen. Adem diep en voel je terugkeren naar een evenwichtig, gecenterd gevoel.

Een ‘uitzending’ van healing is te allen tijde beschikbaar. De essentie daarvan is liefde, compassie en vrede. Als je hulp, leiding of liefde nodig hebt, is deze altijd beschikbaar als een energie waarop je kunt afstemmen om je energie te verhogen en daarmee wat liefde nodig heeft, te helen. Healers en veel psychotherapeuten maken in hun

werk vaak gebruik van dit niveau; iedereen kan zich erop afstemmen. Als je je afstelt op deze frequentie, heb je het gevoel dat je weet wat je moet doen of zeggen met een zekerheid die komt van een niveau dat ontstijgt aan je bewuste weten.

Ware healing houdt compassie en liefde in, zowel voor jezelf als voor anderen

Als je je handen gebruikt bij lichaamswerk of massage, als je helen-de informatie of energie kanaliseert, mensen helpt met je stem, gedachten of woorden, maak je gebruik van wat wordt uitgezonden. Ieder van jullie die anderen op de een of andere wijze helpt, door je werk, gezin of vrienden, stemt zich af op deze energie van healing en liefde. Telkens als je anderen dient, vang je deze energie op en begin je haar helende kwaliteiten uit te stralen. Als je op deze niveaus van healing afstelt, vergroot je zowel je zelffiede als je vermogen tot genezen.

Er is tevens leiding beschikbaar van vele grote meesters en leraren, zowel zij die fysiek aanwezig zijn op de aarde als degenen die in anderere gebieden zijn. Vele hoge zielen die niet langer in leven zijn, blijven volledig gericht op vrede en liefde en zijn beschikbaar voor persoonlijke begeleiding. Jullie noemen hen gidsen, omdat ze helpen een hoge visie van de mensheid in stand te houden en er zijn voor iedereen die een beroep op hen doet. Jullie hebben allen een gids, of je daar nu wel of niet bewust van bent. Er zijn veel verschillende manieren waarop je gids je informatie kan sturen. Alle antwoorden die je zoekt, alle informatie die je wilt, is altijd aanwezig. Er wordt voortdurend informatie naar je gezonden. De gidsen willen je helpen je bewust te worden van je vermogen hogere niveaus van kennis en ervaring te bereiken, je helpen je eigen wijsheid en de voortdurende begeleiding van je ziel te ontdekken. Ze zullen je nooit je lessen ontneien, maar ze zullen je helpen zien wat je leert, zodat je je lessen sneller kunt leren. Als je hun daarom vraagt, kunnen ze je een ruimer

perspectief tonen van iedere situatie, een perspectief dat je in staat stelt te begrijpen wat er gaande is en te handelen met meer liefde en compassie. Wanneer je een situatie vanuit dat wijze, verruimde perspectief beziet, is het mogelijk pijn los te laten en jezelf te onthelzen als een warm en liefdevol persoon.

Alles wat je hoeft te doen om leiding te ontvangen is erom vragen en dan luisteren

Je kunt je afstemmen op elk van deze niveaus van leiding en informatie als je daartoe de wil en intentie hebt. Wat is wil en intentie? Wellicht heb je een beeld van je wil als dat deel dat zegt: 'Ik zal mezelf ertoe dwingen dit of dat te doen.' Het juiste gebruik van wil is, als je iets zo leuk vindt, dat je het doet zonder het te hoeven willen of jezelf te dwingen. Je weet wat voor resultaten iets oplevert als je het leuk vindt om te doen en je weet wat er gebeurt als je iets eigenlijk niet wilt, maar jezelf ertoe dwingt. Je produceert geen goede resultaten als je jezelf ergens toe dwingt of als je er besluiteloos over bent. Sommigen van jullie zeggen dat je bepaalde dingen graag wilt, denken er vaak aan en vragen je dan af waarom je ze niet krijgt. Hoe onzekerder je bent over krijgen wat je wilt, des te langer duurt het om het te krijgen. Als je duidelijk bent en je wil is gericht, trek je datgene wat je wilt aan. Stel je voor dat de wil, als hij zich ergens op richt, het universum in gaat, het vindt en dan je lichaam er magnetisch voor maakt. De wil kan je alles brengen wat je verlangt, inclusief telepathische ontvangst van en verbinding met de hogere regionen van het universum.

De healers, leraren of therapeuten onder jullie hebben een hoge motivatie, intentie en verlangen die jullie healing mogelijk maken. Healing kan iets zijn waar je bewust voor kiest, of waar je tegenaan leek te lopen, maar om er bedreven en goed in te worden heb je er veel van je intentie en wil op moeten focussen. Er is geen magische for-

mule om een paranormaal kanaal, een healer met je handen, geest of woorden te zijn. Als je iets graag wilt zijn – schrijver, actrice, atleet, medium, succesvol zakenman – hoeft je slechts de wil en intentie te hebben, gevolgd door actie, om dat te worden. Wat de hogere niveaus uitzendend om je naar je hoogste pad te leiden is altijd beschikbaar voor ieder die dat wil en erom vraagt. Je wil om iets te zijn of iets te doen begint je automatisch af te stemmen op de ‘uitzending’ die voor jou geschikt is.

Velen van jullie zouden directer betrokken willen zijn bij het helpen van mensen. Velen van jullie hebben werk waarvan je niet het gevoel hebt dat het in overeenstemming is met je levensdoel. Je vraagt je misschien af of je iets anders zou moeten doen, of er een missie is die je zou moeten vervullen, zelfs al weet je niet welke dat is. Het feit dat je deze gedachten hebt, is een indicatie dat je een healer bent en dat je als zodanig aan het werk moet. Er bestaat geen toeval of geluk in deze zaken. Als je wilt ontdekken waarvoor je hier bent, of als je wilt beginnen aan je pad van dienstbaarheid en healing, is het eerste wat je te doen staat, besluiten dat je dat gaat doen. Je moet beginnen op de plek waar je bent – met het dienen en helpen van iedereen in je omgeving.

Als je bijvoorbeeld in contact wilt komen met je gids is het enige dat je hoeft te doen, besluiten dat je dat wilt en het universum vragen je naar die ervaring te leiden. Het zal gebeuren als je daar je wil, intentie en vastberadenheid op richt. De mate van zekerheid dat je een gids wilt aantrekken, is bepalend voor de snelheid waarmee je er een in je leven trekt. Je kunt naar verschillende boeken of mensen geleid worden om je te helpen de weg te zien.

Hoe focus je je wil? Eén van de eerste manieren is je een moment te herinneren waarop je je hebt ingezet voor een doel en het gerealiseerd hebt. Als je aan die ervaring in het verleden denkt, breng je die energie in je huidige realiteit. Herinner je een situatie waarop je de duidelijke intentie had iets te krijgen en het ook kreeg. Stel dat je een nieuwe auto wilde. Je ging erop uit en keek om je heen, je raakte auto's aan, je reed erin, dacht erover, las erover en kreeg het geld om er

een te kopen. Kijk hoeveel toewijding je erin stopte om iets te krijgen en je weet wat nodig is om iets te krijgen wat je nu wilt. Sommige van de dingen die je wilde, hebben misschien een lange tijd gevvergd. Je kunt terugaan en je realiseren dat je niet zeer geconcentreerd bezig was om iets te krijgen of er misschien niet veelvuldig aan dacht. Misschien heb je er ook wel vaak aan gedacht, maar zonder te geloven dat je het ook kon krijgen.

*Je hebt 40.000 tot 50.000 gedachten per dag
Als 1.000 tot 2.000 van die dageijkse gedachten
op een doel gericht zijn,
zul je het snel bereiken*

De meesten van jullie denken ergens één, misschien twee of drie keer per dag aan en vragen je dan af waarom het zo lang duurt om het te krijgen. Gedachten zijn energie. Hoe meer je over iets denkt, des te meer energie mobiliseert je uit je innerlijke wereld om datgene waar je aan denkt, te creëren in de buitenwereld.

Het aantal gedachten dat je ergens in investeert, het geloof erin en de intensiteit van de emotionele energie bepalen hoe snel je het creëert. Het emotionele geloof dat je iets zult krijgen, is heel belangrijk. De emoties lanceren gedachten in de realiteit door de intensiteit van je geloof. Hoe minder je twijfelt of je iets krijgt, des te sneller zal het komen. Stel je een doos voor die vertegenwoordigt wat jij wilt. Iedere keer dat je denkt over wat je wilt, wordt de doos voller en als een kritieke massa is bereikt, wordt de doos werkelijkheid. Als er iets is waar je voortdurend aan denkt, zal het zich op een zeker moment manifesteren; hoe lang dat duurt hangt af van de mate waarin je gelooft dat het komt. Dit gaat niet op als wat je wilt van iemand anders moet komen. Je hebt alleen controle over je eigen realiteit, niet over die van een ander. Iets van mensen willen dat zij niet willen geven, zal hen gewoonlijk van je verwijderen.

Hoe meer je kunt geloven dat je iets krijgt, er opgewonden over bent,

er een voorstelling van maakt in je geest en je emoties van vreugde en anticipatie gebruikt, dies te sneller zal het komen. Maar herinner je dat emoties van angst en twijfel ook dat creëren waarop ze zijn gefocust, omdat je er telkens opnieuw aan denkt. Als je ergens bang voor bent, denk je aan wat je niet wilt dat gebeurt en dat vult een doos met het opschrift: ‘Datgene, waarvan ik niet wil dat het gebeurt.’ Die doos raakt dan vol en wordt werkelijkheid.

Als je wil duidelijker wilt richten, kijk dan naar je twijfels, de stemmetjes in je die zeggen: ‘Ik kan dat niet krijgen.’ Er zijn hier twee dozen – de doos met het opschrift ‘Ik kan’, die gevuld is met positieve gedachten en vreugdevolle emoties en de doos met het opschrift ‘Ik kan niet’, die gevuld is met angst en negatieve gedachten. Als je veel positieve gedachten hebt, maar deze worden in evenwicht gehouden door evenveel negatieve, zul je niets creëren. Het verlangen naar wat je wilt, dient sterker te zijn dan je angst ervoor. Iedere keer als je ergens bang voor bent, neem je iets weg van de energie die je investeert om het te creëren. Veroordeel deze angstgedachten niet, maar plaats er, iedere keer als je hen herkent, positieve gedachten naast.

Als je duidelijk weet dat je leiding wilt ontvangen en je staat ervoor open en voelt je er opgewonden over, dan zul je haar krijgen. Ontvangst van de ‘uitzending’ vindt plaats buiten de geest om, in een flits. Op het moment dat de geest zich van een idee bewust wordt, is de informatie al in je hogere centra gekomen; je hebt haar al ontvangen.

*Als je je blik omhoog richt
en je focus op de hogere regionen,
zul je, zo zeker als je ademt,
alle hulp of informatie die je nodig hebt, ontvangen*

De ervaring van de hogere regionen komt vaak in de vorm van *innerlijk zien*. Jullie kennen allemaal de ervaring van innerlijk weten, een

zesde zintuig, een gevoel dat er iets zal gaan gebeuren – en het gebeurt. Je kunt je er bijvoorbeeld van bewust zijn dat iemand met wie je bent, zich niet goed voelt. Soms kijk je naar mensen en weet je iets over hen dat je onmogelijk kunt weten, behalve door een extra dimensie van inzicht.

Je hebt voortdurend inzichten en openbaringen en nieuwe gedachten over je leven. Je ontvangt, zonder je er bewust van te zijn, voortdurend telepathische boodschappen. Ik kan je niet zeggen hoe je bewust kunt zijn van je telepathische ontvangst van hogere leiding, want deze vindt plaats buiten je bewustzijn om. Je wordt je er pas bewust van door je gedachten en je innerlijk zien. Plotseling heb je een nieuwe manier om met een probleem om te gaan of is er een verandering in je bewustzijn. Dit is voor de meesten van jullie de eerste aanwijzing dat je het uitgezondene ontvangen hebt. Als deze leiding in je emotionele zelf komt, zul je spoedig merken dat oude situaties niet meer dezelfde emotionele reactie oproepen. Als je het uitgezondene in je hart brengt, merk je dat je expandeert en in staat bent liefde en vergeving te ervaren waar je dat vroeger niet kon. Je begint ideeën op nieuwe en andere manieren aan mensen door te geven. Als je de informatie in je lichaam brengt, verander je vaak je fysieke lichaam of je gewaarzijn ervan.

De informatie is altijd aanwezig; de enige blokkade is jouw gebrek aan wil en intentie om te ontvangen wat wordt uitgezonden. Als je meer kennis wilt ontvangen, is het enige dat je hoeft te doen, besluiten dat je het wilt en je erop focussen. Als je merkt dat je alledaagse gedachten hebt die nergens toe leiden en die tijd nemen die je op een hogere wijze zou kunnen doorbrengen, denk dan in plaats daarvan aan iets waar je meer informatie over wilt. Word even stil en stel je open om te ontvangen wat wordt uitgezonden. Je zult binnen ongeveer twee uur nieuwe informatie of een inzicht ontvangen. Het is gummakkelijk om iers van universeel bewustzijn te ontvangen; je hoeft alleen maar te willen ontvangen. De informatie kan tot je komen via een vriend of een boek; je kunt haar horen of zien. Zij kan komen in de vorm van een nieuwe gedachte. Je kunt haar beter richten door stil

te worden, te ontspannen en je geest tot rust te brengen. Het is belangrijk te erkennen dat de informatie inderdaad gekomen is. Door haar in verband te brengen met je wil en intentie, versterk je je geloof in je scheppende vermogen. Je bent een onafhankelijk individu en je bepaalt je eigen leven en stemming door je wil en intentie. Hoe meer je je bewust bent van het verband tussen wat je wilt en de komst daarvan, des te meer zul je merken dat je vermogen te creëren wat je wilt toeneemt. Telkens als je een nieuw idee of een nieuwe gedachte hebt en deze erkennt, open je je om meer te ontvangen.

Het opschrijven van je doelen brengt ze sneller tot je

Wat je wilt, kan kennis zijn, meer gelegenheid tot dienen, of het verlangen een paranoрмаal kanaal te zijn. Het kan ook een zakelijke kans of een nieuwe loopbaan zijn. Schrijf je intentie op en maak er een duidelijke boodschap van naar het universum: 'Ik heb de intentie een boek te schrijven' of 'Ik heb de intentie mijn paranormale helde vermogens te ontdekken en ik doe dat nu.' Hoe helderder je bent dat je in een bepaalde richting wilt gaan, des te sneller kun je deze tot stand brengen. Je zult veel informatie en leiding aantrekken.

Een andere manier is in een rustige toestand in jezelf te affirmeren dat je nieuwe inzichten over je werk wilt. Wees bereid nieuwe inzichten te herkennen en laat het verzoek dan los. Sla gade welke gedachten er bij je opkomen gedurende de volgende halve dag of zelfs het volgende half uur, gewoon om te ervaren hoe het voelt om van de hogere regionen te ontvangen.

Velen hebben me gevraagd: 'Hoe kan ik het verschil weten tussen mijn gedachten en de hogere gedachten van het universum?' Want je vraagt je af: 'Was dat een openbaring, een inspiratie of was dat een wijze gedachte van mijn eigen geest?' Er is geen verschil. De telepathische ontvangst van hogere niveaus van kennis vindt plaats boven

het niveau van je bewuste gewaarzijn. Je wordt je er pas bewust van als zij je gedachtenproces raakt. Sommigen van jullie zijn je er sneller bewust van, bijvoorbeeld als je energie voelt tijdens het helen van iemand. Er zijn andere manieren om je er bewust van te worden, maar de feitelijke ontvangst vindt plaats boven het bereik van je bewustzijn. Je vraagt dus eigenlijk: 'Hoe herken ik het? Hoe kan ik beter ontvangen?' Als je beter wilt ontvangen, als dat je verlangen is, zal dat gebeuren. Als je je meer bewust wilt worden van je ontvangst van leiding, zal het gebeuren.

Iedere keer als je een gedachte hebt die buiten je normale bereik valt – je loopt bijvoorbeeld over straat en plotseling komt er een nieuw idee bij je op – heb je informatie uit een hogere sfeer ontvangen. Velen van jullie verwachten een stem uit de hemel te horen die je iets vertelt; meestal is het niet zo'n soort ervaring. Het voelt gewoonlijk als je eigen geest of verbeelding. Op het moment dat je je bewust bent van de ontvangst, is de informatie al in jullie wereld van vorm, die je gedachten aan je lichaam omvat. De ideeën voelen aan als je eigen gedachten, maar ze zijn van een hogere kwaliteit. Ze hebben een ander karakter; ze geven je een nieuwe manier om iets te bekijken of een liefdevoller perspectief. Als je een nieuwe gedachte hebt, is dat een teken dat je afgestemd bent op een hoger niveau van leiding. Hoe meer je dat op waarde schat, hoe meer je erkennt dat je telepathische boodschappen hebt opgevangen, des te meer zul je hen blijven ontvangen. Je zult merken dat het steeds saaier wordt op je oude niveau te blijven denken; je krijgt er genoeg van om steeds maar aan dezelfde problemen te denken als het ontvangen van inspiratie en inzichten je zo veel geeft. Verveling is vaak een hulpmiddel van de ziel om je naar nieuwe gebieden te lokken.

*Begin met rustig te zitten
als je leiding directer wilt ontvangen
of in contact wilt komen
met je eigen gids*

Er zijn veel toestanden van veranderd bewustzijn die je in de normale loop van de dag kunt ervaren. Als je helemaal opgaat in een boek, als je televisie kijkt, als je laat meedrijven op de geluiden van mooie muziek, als je dagdroomt, schildert of een muziekinstrument bespeelt, ben je in een toestand van veranderd bewustzijn. Deze toestanden zijn verbonden met de rechter hersenhelft en deze dragen het meest bij aan het ontvangen van hogere leiding. Leiding wordt ontvangen door de rechter hersenhelft, het creatieve deel; zij wordt dan door de linker hersenhelft van herinnering en logica vertaald in concrete informatie. Telkens als je rustig wordt, ben je in een meer ontvankelijke toestand.

Je uitdaging op die momenten is alledaagse en nutteloze gedachten stop te zetten en je aandacht omhoog te richten. Als je in deze rustige staat van ontvankelijkheid aan mensen denkt, kun je hun emotionele of mentale energie oppikken. Als zij depressief zijn of pijn ervaren verlaag je misschien je eigen energie als je aan hen denkt. Als je telepathisch ontvangt vanuit de hogere regionen van het universum ga je omhoog naar je hogere zelf. Als je meer liefdevol en met licht gevuld wordt, kun je de energie van anderen ook omhoog brengen. Ze gaan wellicht niet zo hoog (of sommigen gaan misschien hoger) maar je kunt de vibratie van iedereen in je omgeving verhogen door je gewaarzijn hoger af te stemmen.

Ga rustig zitten en vraag om leiding. Wees daarna bereid te luisteren. Misschien heb je een fysieke gewaarwording, zoals tintelingen, als je aandacht omhoog richt. Vraag om leiding, terwijl je je vraag duidelijk stelt. Laat toevallige gedachten je aandacht niet afleiden. Als kun je je slechts vijf minuten focussen op datgene waar je leiding over wilt, je zult in die korte tijd een nieuwe manier van denken ontvangen, een hogere visie. Je vraag wordt altijd gehoord; het enige probleem betreft je vermogen tot luisteren. Hoe kun je healing naar anderen uitzenden? Je raakt mensen aan, je praat met hen, je schrijft en je zendt je kennis naar buiten. Als het je intentie is met anderen contact te maken vanuit je hogere centra, kunnen je woorden, schrijfsels en aanraking vanuit die intentie. Je zult

misschien zeggen: 'Hoe weet ik of ik de juiste woorden zeg, of ik het lichaam op precies de juiste plek voor healing aanraak?' Als healing je intentie is, zullen de woorden en de aanraking altijd goed zijn voor die persoon. Op dit niveau worden er geen fouten gemaakt. Alleen je geest en je persoonlijkheid kunnen oordelen en fouten maken. Als je de intentie hebt tot healen, zul je dat doen, ongeacht welk proces je gebruikt en welke vorm of techniek je toepast. De ander moet de healing ook willen, want als hij of zij er niet klaar voor is, zal niets wat je probeert werken.

Als je daarentegen boos voelt en iemand iets betaald wilt zetten, is je intentie duidelijk niet helend. Als je probeert mooie woorden te gebruiken om je boosheid te verbergen, ben je niet helend. Op dit niveau kun je niet liegen. Als je rondwandelt met de intentie te helen, zul je waar je ook gaat – de kruidenier, het kantoor – een helende invloed hebben, ook al doe je dat misschien niet bewust.

Het is aan jou de specifieke vorm voor jouw werk te creëren

De leiding die voor je beschikbaar is, is onbegrensd, welke vorm of welk terrein je ook kiest, of het nu het bedrijfsleven, de geneeskunde, de uitvoerende kunsten, wetenschap, opvoeding of iets anders is. De wil om iets te doen maakt je magnetisch voor de informatie en leiding die je op dat terrein nodig hebt.

De belangrijkste functie van de hogere centra van telepathie is je achter te stemmen op je hogere doel, je te helpen ontdekken wat je op aarde komt doen en je de informatie te geven die je nodig hebt om dat te doen. Als je het werken op deze hogere niveaus ervaart, zal je vermogen een liefdevolle invloed op de mensen om je heen te hebben toenemen, evenals je vermogen met je innerlijke ogen te zien. Het enige dat nodig is om jezelf af te stemmen op de hogere niveaus van leiding is je intentie.

Speelse oefeningen

1. Denk aan vijf dingen – een beslissing, probleem of keuze – waar je het laatste jaar leiding voor gevraagd en gekregen hebt.
2. Denk aan iets waar je nu in je leven leiding voor wilt. Ga rustig zitten, vraag om leiding en merk op of er nieuwe gedachten bij je binnengaan. Schrijf ze hier op.

Eerder verschenen van Sanaya Roman:

LEVEN IN VREUGDE

Sleutels tot persoonlijke kracht en transformatie
Tweede druk, 152 bladzijden, gebonden
*

OVERVLOED

geld(t) ook voor jou!
248 bladzijden, gebonden
*

Phoebe Lauren

WORDEN WIE JE WERKELIJK BENT

104 bladzijden, paperback
*

Petey Stevens:

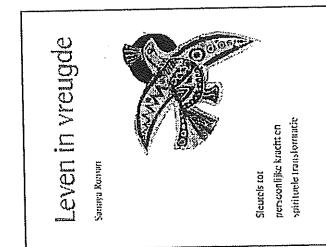
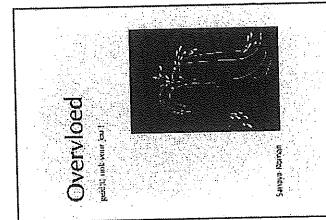
ONTDEK JEZELF

en ontwikkel je paranormale vermogens
Tweede druk, 184 bladzijden, gebonden
*

Julia A. Bondi/N. Altman

LICHT OP LIEFDE

Een speelse ontsluiting van het mysterie van seksualiteit en romantiek
316 bladzijden, gebonden



Uitgeverij Ankh-Hermes bv Deventer

een universum van schoonheid en perfectie'. Denk deze gedachten; zeg ze telkens opnieuw. Overspoel je geest met gedachten als 'Dingen zijn positief, dingen werken ten gunste van mij, alles is orde en harmonie.' Hoe meer je je vult met positieve gedachten, des te zichter zul je het volume van je emoties zetten. Afvormeer spirituele waarheden en de principes van de ziel, zoals harmonie, balans en vrede. Als je hoge woorden blijft zeggen, zal de vrijebratie daarvan je emoties langzamerhand kalmeren. Het vereist discipline en oefening. Je moet werkelijk de intentie en de wil hebben om hogere niveaus te bereiken, dan zullen de resultaten die je wilt, volgen.

Speelse oefeningen

1. Focus je op hoe je vanochtend wakker werd. Hoe voelde je je? Welke gedachten had je over de dag?
2. Wie heb je vandaag ontmoet of gesproken? Hoe is je energie veranderd voor, tijdens en na de ontmoeting? Kun je voorbeelden vinden dat je hun energie opgenomen hebt? Maak een lijst van wie je ontmoet hebt en hoe je je voelde.
Person die ik ontmoet heb:
Hoe ik me voelde:
—
3. Neem de gevoelens of gedachten die je niet prettig vond terwijl je bij hem of haar was en stel je voor hoe je die emoties en gedachten in licht doet oplossen. Adem diep en voel je terugkeren naar een evenwichtig, gecentred gevoel.

16. Ontvangen van leiding uit de hogere sferen

Denk deze gedachten; zeg ze telkens opnieuw. Overspoel je geest met gedachten als 'Dingen zijn positief, dingen werken ten gunste van mij, alles is orde en harmonie.' Hoe meer je je vult met positieve gedachten, des te zichter zul je het volume van je emoties zetten. Afvormeer spirituele waarheden en de principes van de ziel, zoals harmonie, balans en vrede. Als je hoge woorden blijft zeggen, zal de vrijebratie daarvan je emoties langzamerhand kalmeren. Het vereist discipline en oefening. Je moet werkelijk de intentie en de wil hebben om hogere niveaus te bereiken, dan zullen de resultaten die je wilt, volgen.

Speelse oefeningen

1. Focus je op hoe je vanochtend wakker werd. Hoe voelde je je? Welke gedachten had je over de dag?
2. Wie heb je vandaag ontmoet of gesproken? Hoe is je energie veranderd voor, tijdens en na de ontmoeting? Kun je voorbeelden vinden dat je hun energie opgenomen hebt? Maak een lijst van wie je ontmoet hebt en hoe je je voelde.
Person die ik ontmoet heb:
Hoe ik me voelde:
—
3. Neem de gevoelens of gedachten die je niet prettig vond terwijl je bij hem of haar was en stel je voor hoe je die emoties en gedachten in licht doet oplossen. Adem diep en voel je terugkeren naar een evenwichtig, gecentred gevoel.

16. Ontvangen van leiding uit de hogere sferen

Je kunt leren leiding te ontvangen uit de hogere regionen van het universum. Net zoals er telepathische 'uitzendingen' van mensen zijn er vele hogere 'uitzendingen' waarop je je kunt afstemmen. Ige niveaus van leiding en informatie zijn ieder moment aanwezig. Net zoals je een radiogolf niet kunt zien of aannemen, kun je de 'uitzendingen' niet zien of aannamen – tenzij je de wil en interdaartoe hebt.

Wat zijn deze 'uitzendingen'? Er zijn verschillende niveaus van informatie; sommige hebben betrekking op de wetenschap, andere het bedrijfsleven, allerlei soorten onderricht, visies van vrede. A kennis die er is en zal zijn, is voor je beschikbaar als je op deze niveaus afstemt. Deze niveaus worden universeel bewustzijn genoemd. Het collectieve geheel van levensenergie, dat buiten tijd en ruimte staat. Vele grote wetenschappers hebben gebruik gemaakt van dit niveau voor hun wetenschappelijke ontdekkingen. Veel nieuwe ontdekkingen, ideeën en concepten komen voort uit afstemming op de frequentie. Je kunt informatie verkrijgen om je te helpen bij je ziel of je te helpen je creativiteit te verhogen, of welvarend te worden. Degenen van jullie die denken aan vrede op de aarde en eraar staan vrede in je leven te brengen, kunnen gebruik maken van de beschikbare 'uitzending' van vrede.

Een 'uitzending' van healing is te allen tijde beschikbaar. De essen daarvan is liefde, compassie en vrede. Als je hulp, leiding of liefde nodig hebt, is deze altijd beschikbaar als een energie waarop je kunt afstemmen om je energie te verhogen en datgene wat liefde ingaat heeft, te helen. Healers en veel psychotherapeuten maken in h