

Lichtwerk en de ziel

In deze reeks van negen artikelen wordt iedere keer een nieuwe kant van lichtwerk onderzocht. In het vorige artikel hebben we de rol van het ego onderzocht. Dit vanuit de gedachte dat als je de staat waarin jouw ego zich bevindt, kunt herkennen je eraan voorbij kunt gaan. Als je dat lukt, ga je langzaam maar zeker meer vanuit je ziel leven.

De unieke trilling van jouw ziel

Je ziel is dat deel in jou dat onsterfelijk is. Je ziel incarneert gedurende vele (duizenden) levens en is hier om levenservaring op te doen. Ze heeft een unieke trilling, die jou maakt zoals je bent. Vanuit deze trilling, vanuit dit Zijn, voldoe je aan jouw levensopdracht op aarde. Door deze unieke trilling beïnvloed je (vaak onbewust) de wereld om je heen. Hierdoor zet je gebeurtenissen in beweging die alleen maar door jouw trilling in beweging gezet kunnen worden.

We kunnen onze ziel niet letterlijk waarnemen, we kunnen haar alleen ervaren op energetisch niveau. Onze ziel is overal in en om ons heen. Ze omvat ons en is groter dan ons lichaam. Je ziel is datgene wat jou als mens bij elkaar houdt. Probeer dit niet rationeel te begrijpen, maar kijk eens of er ergens in jou een gevoel van herkenning is.

Tegelijkertijd is jouw ziel niet begrensd; ze vloeit als het ware over in de zielen van andere mensen, dieren en planten. Je hebt het al ongetwijfeld vaker gehoord: we zijn echt allemaal 1.

De toneelspeler en het toneelstuk

Je ziel heeft een zeer hoge energiefrequentie, maar heeft zich door middel van het fysieke lichaam aangepast aan deze driedimensionale wereld. Jouw mentale, emotionele en fysieke lichaam is helemaal perfect voor de opdracht die je hier te doen hebt. Hoewel dit de voor jou kenbare werkelijkheid is – de manier waarop je denkt, voelt en handelt, is dit niet wie je bent. Je bent immers een ziel. Het is alsof je een toneelspeler in een toneelstuk bent: voor jouw optreden op de bühne (= jouw aanwezigheid in de wereld) leef je je helemaal in het personage; je kleedt en gedraagt je alsof je hem echt helemaal bent. Maar dat wil niet zeggen dat *jij* dit bent!

Contact maken met je ziel

Als je contact wilt maken met je ziel, zul je je moeten afstemmen op een hogere frequentie dan je dagelijkse realiteit. Met jouw gewone 5 zintuigen kun je geen contact maken.

Om de subtiele energie van je ziel te kunnen waarnemen, mag je verstillen. Door je

regelmatig naar binnen te keren, verhoog je jouw energiefrequentie. Mediteren en visualiseren helpen je hierbij.

In je energieveld zit je persoonlijke frequentie; wanneer je jouw aandacht naar licht en je ziel verlegt (de zogenoemde hogere dimensies van bewustzijn), verschuift je persoonlijke frequentieniveau en waarnemingsvermogen automatisch mee omhoog. Hoe ruimer je bewustzijn en waarnemingsvermogen, des te hoger en sterker jouw trillingsfrequentie.

Meditatie

Mediteren is een beproefde methode om je aandacht te focussen. Lang niet iedereen 'heeft echter iets' met mediteren. Mediteren is voor velen echt een uitdaging. Vooral omdat wanneer je eenmaal besluit te gaan mediteren, je eerst door een laag van onrust en verveling moet zien te komen. Velen geven het dan op. Echter, de eerste laag die je altijd ontmoet als je alle externe impulsen uitschakelt, is die van onrust en verveling. Desondanks gewoon blijven zitten, rustig en diep blijven ademen en gefocust blijven, is hierin de uitnodiging. Je neemt waar wat er zoal aan gedachten en gevoelens in jou aanwezig zijn. Wanneer je innerlijk stiller wordt, kun je subtiele signalen van de ziel makkelijker waarnemen.

Echt of gefantaseerd contact met je ziel

Veel mensen twifelen als ze met hun ziel contact maken of ze dit nu wel echt doen of dat ze dit fantaseren. Eigenlijk haalt dat niet uit. Je ziel is namelijk rechtstreeks verbonden met je voorstellingsvermogen; dus ook in geval van een 'gefantaseerd' contact is er contact.

Wanneer jij je afstemt op jouw ziel (of het beeld wat je daarvan hebt/bedenkt of fantaseert) verhoog je jouw energiefrequentie richting de frequentie van je ziel. Uiteindelijk zul je dan in staat zijn haar waar te nemen. In staat zijn om gedurende langere tijd je aandacht te focussen, is hierin van doorslaggevend succes. Je onderbewustzijn maakt geen onderscheid tussen gedachten/gevoelens die je je inbeeldt of de feitelijke gebeurtenissen. Het effect van een innerlijk beeld is dus vergelijkbaar met een situatie die echt plaatsvindt.

Leven vanuit licht

Wanneer je in staat bent om steeds weer aan je ego voorbij te gaan, ga je steeds meer vanuit je ziel leven. Je ziel heeft als verlangen alles wat het conceptueel al weet (namelijk alles), dit om te zetten in ervaring. Vandaar dat het zo belangrijk is zo open mogelijk in het leven te staan en alles helemaal te doorvoelen. Het leven is dus een scheppingsproces, geen ontdekkingsreis. Jij hebt namelijk in iedere gebeurtenis de kans te beslissen wie je bent. Ervaar je de gebeurtenis met een open hart en geef je je eraan over of laat je je ego aan het woord en ga je er wat van vinden, oordelen of verwachtingen aan koppelen?

Als je een ervaring afkeurt of ze wegschuift onder de noemer, 'dit had nooit mogen gebeuren', keur je jezelf af, omdat jij jouw ervaringen scheidt. Soms doe je dat in dit leven zelf, door middel van bepaalde (veel herhalende) gedachten en overtuigingen en soms hoort een gebeurtenis bij jouw zielenopdracht; het doel dat jouw ziel zich gesteld had dit keer te leren op aarde. Wanneer je het oordeel dat je hebt over de

situatie of gebeurtenis wegneemt, kun je gaan ervaren dat de pijn minder wordt. Uiteindelijk verdwijnt de pijn vaak helemaal. Het meest intense lijden zit 'm niet eens zo zeer in de gebeurtenis, maar vooral in jouw weerstand en oordeel erover.

Alles wat gebeurt accepteren

Wanneer je in staat bent om alles wat zich in jouw leven voordoet, te kunnen omarmen of accepteren (ook de niet leuke dingen) dan ga je bemerken dat je steeds ontspanener in het leven kunt staan. Je lichaam ontspant zich; het wordt als het ware transparant; ieder gevoel dat naar boven komt, stroomt er doorheen en zonder al te veel woorden en gedoe stroomt het weer eruit. Hoe meer je in staat zult zijn om te ontspannen, hoe meer je bewustzijn zich zal uitbreiden. Hoe meer je ziel naar voren kan treden.

Accepteren is overigens niets meer en niets minder dan zonder al te veel oordeel dealen met de dingen die er in je leven gebeuren. Het is een open houding wat zegt: 'het is okay' ook als iets helemaal niet okay voelt. 'Het is wat het is' is hierin de ondersteunende gedachte.

Lichtwerk

Hoe meer je vanuit je ziel leeft, hoe lichter het om je heen wordt. Alle conflicten, problemen en weerstand die je vanuit je egoervaarde, verdwijnen langzaam maar zeker naar de achtergrond. Doordat je jouw gevoelens door je heen laat stromen en vastgeroeste pijnlijke overtuigingen en denkpatronen ontmanteld hebt, groeit jouw levenslust en plezier. Je gaat steeds meer stralen en wordt in ieder opzicht 'lichter'. Ben jij er klaar voor om ook vanuit je ziel te gaan leven? Ben je bereid om jouw innerlijk doel van je aardse reis te gaan verwezenlijken? Moge 2019 voor jou hierin een doorslaggevend jaar zijn!