

Durf je de confrontatie
met *jezelf* aan?

Niets is toeval – het valt je toe

yogalerares

Voor mijn dochters:

♪ **Katy Perry – Firework**¹ ♪

Je bent Vuurwerk!

Laat alle Kracht, Licht en Liefde eruit komen!

Wanneer je verdrietig bent of je buitengesloten voelt,

weet dan dat je stemmetje tegen je praat.

Jouw Kracht, Licht en Liefde zitten in je,

alleen jouw stemmetje overschreeuwt ze.

Zorg dat je geen aandacht geeft aan dat stemmetje.

Ga dansen, zingen, ...

dan hoef je niet naar dat stemmetje te luisteren.

Probeer niet te denken, negeer je stemmetje.

Iedereen is Kracht, Licht en Liefde!

Ons stemmetje wil graag aandacht en zegt dingen zoals:

“Ik ben beter dan jij.”

“Ik heb meer dan jij.”

of:

“Ik word altijd gepest.”

“Ik ben niet goed genoeg.”

Jij bent niet jouw stemmetje.

Jij bent Kracht, Licht en Liefde.

Onthoud dat goed!

Inhoud:

1	Inleiding
5	Deel 1: Onze Bestemming
6	Hoofdstuk 1: Het begin: onze zoektocht
8	Hoofdstuk 2: Werking van onze hersenen
16	Hoofdstuk 3: Ego - Nirwana
21	Hoofdstuk 4: Ons Ego
27	Hoofdstuk 5: Heilige huisjes
34	Hoofdstuk 6: Frustraties
38	Hoofdstuk 7: Nirwana
44	Hoofdstuk 8: Balans
47	Hoofdstuk 9: Eindelijk samen
52	Vragenlijst Deel 1
55	Deel 2: Nachtelijke Inzichten
56	Het Proces
57	Ego / Linkerhersen helft – Rechterhersen helft / Jonge ziel – Oude ziel
59	Relativeren
60	Ethiek versus Humor
61	Het activeren van de RH
62	Het Totale Plaatje
63	Vertrouwen
64	Eenvoud
66	Jin Shin Jyutsu
67	Opruimen
68	Informatie
70	Onbewust – Bewust
71	Alles is Eén
74	Even aarden
75	Revolutie

78	Revolutie II
79	Heimwee
80	Positief Denken
83	Seks
85	Euthanasie
87	Kritiek
88	Rechtsom
90	Dans & Muziek
91	Idealisme
93	Mediums
94	Talenten
95	Proces II
98	Vragenlijst Deel 2

101	Deel 3: Schema 's & Nawoord
-----	--

102	Een simpele voorstelling van zaken
103	Hoe kunnen we onze beide hersenhelften gebruiken?
104	Zielsniveau
105	Nawoord: De Boodschappers
107	De Schrijver
108	Bronvermelding

Helder Inzicht

Interactief boek: gebruik van internet is aan te bevelen!

Copyright © 2010-2011 Anne Marie van Soomeren

Druk: www.pumbo.nl

ISBN 978-90-817778-0-3

www.helderinzicht.info

Inleiding

Op het moment dat ik “alles” op papier wilde gaan zetten, was mijn missie een boek te schrijven voor mensen die informatie **niet alleen** uit geschreven teksten halen.

Uit eigen ervaring weet ik, dat informatie die op een andere manier wordt aangeboden, bijvoorbeeld via dvd, luister-cd of filmpjes, voor meer mensen beter te begrijpen is.

Het begint opeens te leven ...

Het is van belang dat we meerdere zintuigen aanspreken. In Deel 1 wordt uitgelegd wat de reden hiervan is. Verder gaat het in dit deel over wat onze bestemming is en hoe we die kunnen bereiken. Het schrijven van deel 2 was een bijzondere ervaring. In deze periode kreeg ik dagelijks inzichten binnen, die belangrijk zijn voor het boek.

Je moet actief bezig zijn met het boek! De teksten die je kunt beleven staan met 🎵 muzieknoten 🎵 afgedrukt. De meeste muziek en teksten kun je vinden op [Youtube.com](https://www.youtube.com), in andere gevallen staat de website bij het onderwerp vermeld. Soms is het even zoeken naar een mooie versie qua uitvoering en muziekkwaliteit. Laat de muziek goed tot je doordringen. Wanneer je een koptelefoon opzet, dan ervaar je het nog intenser. Bekijk eventueel ook de filmpjes die bij een muziekclip horen. Al deze dingen kunnen ervoor zorgen, dat je de tekst beter begrijpt. Graag had ik de songteksten met hun vertaling opgenomen in het boek om het nog duidelijker te maken, maar dat wordt te ingewikkeld i.v.m. copyrights e.d. Gelukkig kun je op [Youtube.com](https://www.youtube.com) de meeste liedjes met tekst (lyrics) laten afspelen. Je kunt deze vinden door achter de uitvoerend artiest en de titel, het woord: lyrics te typen. Of ga naar: www.helderinzicht.info waar de liedjes overzichtelijk onder elkaar vermeld staan en afgespeeld kunnen worden. Wanneer je de muziekkeuze niet kunt waarderen, lees dan in ieder geval de tekst (lyrics)! Deze kun je ook vinden via Google. Typ de uitvoerend artiest, de titel & dan het woord lyrics. Vertalingen kun je ook vinden op Google, alleen is het goed zoeken naar een goede vertaling. De meeste teksten zijn letterlijk vertaald en dan mis je net de diepere betekenis achter een lied. Ik hoop dat de uitleg tot nu toe voldoende is en ik wens je veel lees- en beleefplezier.

Nou ja, plezier? ☺!

Veel liefs, Anne Marie

Het Veld van Alle Kennis

Wanneer we spirituele boeken lezen, komen we vaak dezelfde begrippen tegen. Je leest bijvoorbeeld over: Het Veld van Alle Kennis, ook wel Ons Collectief Geheugen genoemd. Dr. Jill Bolte Taylor³, een van de boodschappers uit dit boek, geeft de volgende omschrijving van dit veld:

“Ik voelde me één met alle energie om mij heen.”

Wat is intuïtiegevoel eigenlijk? Sommige mensen hebben duidelijk het gevoel dat ze in contact staan met deze energie, die ze dan hun gids, beschermengel of zelfs God noemen.

Wat het ook is, uit dit veld mogen of eigenlijk kunnen wij, mensen, informatie halen.

Alle ingevingen, ideeën en ontdekkingen komen uit dit veld.

Veel mensen maken gebruik van dit veld zonder zich daar bewust van te zijn.

Zoals schrijvers, kunstenaars, songwriters, geleerden, mediums ...

Eigenlijk kan iedereen dat, wanneer we ons ervoor openstellen ...

Albert Einstein kreeg zijn meest briljante invallen, wanneer hij zijn gedachten uitschakelde en genoot van zijn wandeling in de natuur.

We denken dat originele ingevingen, ideeën, ontdekkingen van *onzelf* zijn.

Dit zijn *mijn* ideeën, dit heb *ik* ontdekt, dit was *mijn* ingeving. Is dat wel zo?

♪ **Natasja Bedingfield – Unwritten**¹ ♪

Reaching for something in the distance ...

Naast Het Veld van Alle Kennis kunnen we tegenwoordig ook gebruikmaken van een ander veld:

Het internet!

Gooi die encyclopedie-reeks de deur maar uit:

Google the question!

Boodschappen & Boodschappers

We gaan allemaal anders met informatie om. De één begrijpt het gelijk, terwijl een ander meer informatie nodig heeft, informatie die bijvoorbeeld op een andere manier wordt aangeboden. En dan wellicht na de 10^{de} of 50^{ste} keer, kan het kwartje vallen.

Spirituele onderwerpen zijn helemaal moeilijk te bevatten en iedere boodschapper probeert een manier te vinden om een bepaalde boodschap over te brengen. Als lezer zien we door de bomen het bos niet meer². Er zijn zoveel boodschappers en ze lijken allemaal andere dingen te verkondigen. Toch moeten we proberen de overeenkomsten te zien tussen de verschillende boodschappen en boodschappers. Wanneer je echt goed gaat “kijken” of “luisteren”, blijken ze allemaal overeenkomsten te hebben, alleen gebruikt iedere boodschapper andere woorden.

Eckhart Tolle¹⁰ heeft het bijvoorbeeld over “De Stilte”, terwijl Dr. Jill Bolte Taylor³ het over La La Land of Nirwana heeft. In songteksten gebruiken ze weer andere benamingen, zoals: Lost in the moment (Yeah, Yeah, Yeah van Chris Brown¹).

Waar Eckhart Tolle ons op het hart drukt dat we zoveel mogelijk in het NU moeten zijn, zegt Dr. Jill Bolte Taylor dat we naar onze Rechterhersenhelft moeten, en zegt Chris Brown dat we moeten gaan dansen.

Wanneer we goed gaan opletten, vinden we in songteksten de meest spirituele boodschappen. Maar ook in Spreekwoorden en Gezegden gaan veel waarheden schuil. Uiteindelijk zijn wij allemaal boodschappers, we moeten elkaar toch verder op weg helpen? En dat doen we allemaal op onze eigen manier.

Boodschappen kun je overal vinden,

een bepaalde zin die je raakt, in spreekwoorden en gezegden, in songteksten, in boeken, in gedichten, in reclames ...