

Altijd een keuze



# Altijd een keuze

Overstijg de dualiteit tussen angst en liefde  
en ontdek nieuwe mogelijkheden

Liesbeth van der Vliet

Schrijver: Liesbeth van der Vliet  
Coverontwerp: De Creatieve Assistent  
ISBN: 9789402183955  
© Liesbeth van der Vliet  
2e Druk - 2024  
(1e druk - 2018)  
Uitgegeven via Brave New Books

## Inleiding

Heb je ook vanbinnen het gevoel dat er iets niet helemaal klopt in de wereld en voel je dat er meer in je zit dan eruit komt? Verlang je meer in en van het leven dan wat er nu gebeurt? Ben je spiritueel al wat onderlegd en wil je graag met beide voeten op de grond blijven? Wellicht heeft ook coaching of therapie je niet opgeleverd wat je graag zou willen?

Zoek een goeie plek om te zitten, pak een bak koffie of thee, een goed glas wijn, bier of wat dan ook en laat je meevoeren in de gevoelservaring, verrassen en verwonderen. Het kritische oog? Ja, laat die ook maar meelesen, wel zo verstandig. ;-)

Door de dialoog die in mij plaatsvond, uit te schrijven ontdekte ik het principe van de twee concepten in mijn leven en de positionering ervan in mijn onderbewuste. Dit besef gaf mij antwoord op de vragen die de meeste coaching en therapeutische technieken niet konden beantwoorden. Het was de koppeling die ik zocht, waarmee ik veel meer eenvoud kon brengen in mijn leven, zodat er meer tijd is voor mijn wensen, dromen en verlangens.

Dit boek gaat over besef van twee basisconcepten in ons onderbewuste, zodat we de werkelijkheid zoals wij hem kennen op een andere manier waar kunnen nemen. Een manier waardoor o.a. welzijn, geluk, gezondheid, voorspoed en succes een heel andere aard krijgen en de manier hoe we omgaan met onze problemen veranderd kan worden. Dit boek geeft een andere subtiele kijk op de wereld, het leven en alles wat erin gebeurt, wanneer het vanuit een ander concept benaderd wordt. Subtiel met vergaande en illusie doorbrekende gevolgen, waardoor plezier, liefde en welzijn fundamenteel en vanzelfsprekend zijn. De vragen die opkomen krijgen een antwoord, het proces wat plaatsvindt krijgt zichtbaarheid.

Lijkt het onmogelijk voor je? Lees dan vooral verder en laat je verrassen.

Voor mij was het fundamentele inzicht over de concepten allesomvattend. Door mijn eigen ervaringen in het leven, mijn interesse in de menselijke psyche en opleiding tot psychodynamisch therapeut ben ik dagelijks bezig met waarnemen, onderzoeken, experimenteren, luisteren, etc. om de mysteriën van het leven te ontrafelen. Gelukkig is dat zo mysterieus, dat er altijd wel weer iets nieuws te ontdekken valt.

De innerlijke dialoog bleef in mij altijd maar doorgaan. Op het moment dat ik iets begreep over onze geest, bracht dat altijd ook weer een tegengesteld idee op. Waardoor mijn puzzel nooit af was. Nu is de puzzel van het leven nooit af, maar dat gevoel dat er iets niet klopt en het gevoel dat er meer in me zat dan dat eruit kwam, was een drijfveer verder te gaan dan dat ik kon zien.

Dat onze negatieve gedachten ons niet verder helpen, wordt steeds meer alom bekend. Dat ook onze onbewuste overtuigingen, gedachten en waarheden over wat we ooit zijn gaan geloven en geleerd hebben, invloed hebben op ons gedrag wordt meer en meer erkend. Toch heeft het onderbewuste een grote invloed op ons dagelijks leven, meer dan we misschien denken. Aangezien we genetisch ook het een en ander meekrijgen en dit al generaties lang wordt doorgegeven, is de database van het onderbewuste immens groot.

De meeste mensen zijn gaan geloven dat onze problemen en overwinningen ons hebben gemaakt tot wie we zijn. Tot op heden wil ik dat niet ontkennen, want juist de gemiste kansen daarin hebben me ertoe aangezet, verder te kijken dan dit. Hoe kan het makkelijker? Hoe kan het leuker? Klopt het wel dat we zoveel tijd en energie geven aan alles wat niet goed gaat? En de momenten dat het wel goed gaat...dat is toch niet alleen maar toeval?

Dit boek laat zien hoe het proces bij mij heeft plaatsgevonden. Ik heb mijn innerlijke dialoog uitgeschreven. Door kritisch te zijn, door mijn gevoel bespreekbaar te maken en te vragen en luisteren, hebben de concepten zich onthuld. Dit heb ik letterlijk beschreven. Van ongeloof tot vastlopen in mijn hoofd en de ervaring van hoe het wel kan en welk positief effect dat heeft op mijn gezondheid en relaties om mee te beginnen.

Ik hoop dat het je inspireert, dat je zo je eigen vragen kunt stellen. Dat jij je eigen waarheid kunt ontdekken, waar mogelijk overlap zit met wat hier beschreven is. Ik hoop dat het je aanzet om je helemaal te realiseren dat je altijd een keuze hebt en het je op die manier alles brengt wat je verlangt.

## 1.

Mijn reis hier begint op het moment, dat ik de zoveelste mislukking meemaak. Gedreven door een diep gevoel dat niet alles eruit komt wat erin zit en het voel-weten dat er nog meer moet zijn dan steeds vallen en opstaan. Ik begin te schrijven over de twee kanten in mij die in strijd met elkaar zijn. Het is de innerlijke dialoog tussen mijn verstand, welke gericht is op de buitenwereld en mijn innerlijke wijsheid. Door deze twee los te maken van elkaar en eens echt te luisteren waar de dialoog nou over gaat, ontdekte ik de intelligentie die erbij vrijkwam. Door het met pen en papier opschrijven wat er zich normaal in razend snel tempo in mijn gedachten afspeelt, ontstond er rust en duidelijkheid.

De dialoog heb ik chronologisch weergegeven zoals ik het heb geschreven, zodat de lezer (die mogelijk een vergelijkbaar proces doormaakt) ontdekt dat het om de kracht van de herhaling gaat. Soortgelijke vragen komen voorbij en steeds wordt er een laagje aan toegevoegd. Zoals bij een schilderij elk laagje verf weer een andere nuance zichtbaar maakt.

Tijdens mijn vakantie ervoer ik een staat van zijn in vrede waarvan ik wist, dit is mijn basis. Als ik hierin kan blijven, dan kan ik de hele wereld aan. Een soort van onderstroom, zo heb ik het genoemd. Iets wat voor mij gevoelsmatig het verschil kan maken in het leven wat ik nu leid. Het voelde als belangrijk. Ik wilde er meer over weten.

De diep rustige ervaring voelde als iets waar ik al zolang naar zocht en die ben ik gaan volgen. Het voelde alsof het de basis was, als een bron van rust en vrede en ook van creativiteit en levenslust. Ik wilde helderheid over wat ik als deze onderstroom ervaar, precies is. Of het echt wel handig is mijn gevoel te volgen, omdat ik al zolang geleerd heb verstandige keuzes te maken en de onderstroom en mijn gevoel te negeren, want dat is immers niet concreet. Concreet zijn, was de opdracht die ik kreeg in de buitenwereld: 'Wat wil je dan concreet en formuleer dat eens SMART?'



Het idee dat ik mijn eigen vragen beantwoord, vind ik in het begin vreemd. Al gauw kom ik in de flow en ontdek ik een diepere waarheid, die ik graag met je wil delen. Een waarheid om te overwegen en wellicht het idee om ook de dialoog in jezelf eens te beluisteren en misschien wel uit te schrijven.

Er zijn eigenlijk zoveel vragen dat ik haast niet meer weet waar ik zal beginnen. Het is net alsof ik aan een tafel zit met een heleboel puzzelstukjes. Puzzelstukjes over filosofie (1), alle kennis die ik heb opgedaan tijdens mijn opleiding als psychodynamisch therapeut (2) en daarna, mijn eigen ervaringen, neurowetenschap (3), kwantumfysica(4) en de wet van de aantrekkingskracht(5). Het is een wirwar, ik weet zo ongeveer hoe het eindresultaat eruit zal zien maar er zijn nog gaten. Het enthousiasme springt in me rond en mijn hoofd zit vol ideeën en ook vol vraagtekens.

(Ik vraag met mijn dagelijkse bewustzijn) Ik besluit bij het begin te beginnen, waarvan ik denk dat het begin is.

Ik neig het meeste naar de bron en de bronenergie, wat is het en waar komt het vandaan?

- (Ik antwoord vanuit de intelligentie van mijn gevoel) Alles is begonnen met een concept, een idee.

Wie was de bedenker?

- Het is niet zozeer wie, maar wat en dat is in wezen een oneindig intelligent energieveld (6) dat zichzelf wilde ontwikkelen, leren kennen, vormgeven, uitproberen. Met als resultaat dat de aarde er is zoals die er is in het universum zoals die er nu is en met jullie zoals jullie nu zijn en wat jullie doen.

Laat je verbeelding even meewerken en het geeft niet als je het niet in een keer snapt. Door de voorbeelden gaat het meer leven en kun je gaan zien dat het veld er eigenlijk altijd al was zonder dat je het wist.

De oneindige intelligentie van het veld is wat de impuls gaf vorm te geven aan de energie die in het veld aanwezig is. Het veld is de aanduiding van de energie, die overal in en om aanwezig is. De

energie in alle atomen, moleculen en de ruimte daartussen waaruit wij en de dingen bestaan.

Je kunt je het veld ook voorstellen als klei, waarmee er steeds nieuwe vormen ontstaan, omdat jij die vorm eraan geeft. In de tweede dimensie zou je het zichtbaar kunnen maken als een plat vlak, wat je van de zijkant ziet als een horizontale lijn.



**Het veld neutraal met alle mogelijkheden in zich.**



**De creatie en neutralisatie van het veld.**

Afb.1 Zijaanzicht van het veld.

Dat lijkt wel de life-line, de weergave van een hartslag.

- Ja dat is een mooie vergelijking. In de werkelijkheid ziet het eruit als een soort berglandschap waarin alle vormen omhoog komen. De vormen hebben een bepaalde frequentie wat maakt dat iets 'iets' is. Het werkt ook als een hartslag, het komt op en het verdwijnt wanneer je het benadert in de tijd. Zo gaat het als universele wet van energie, het is altijd in beweging, altijd in verandering. De enige constante is dat het veld aanwezig is.

Maar hoe zit dat dan? Het veld zorgt dus dat wij ook bestaan, dus ook het veld zijn en wij bezitten dezelfde kracht als oneindige intelligentie die dit alles 'bedacht' heeft.

- Dat klopt. Hiermee vallen al jullie ideeën samen en dat kan ook niet anders want het bestaat uit dezelfde energie, het is hetzelfde alleen steeds uitgelegd vanuit een ander perspectief. Simpel gezegd, heeft iedereen gelijk.

Het begon met een idee van OI (Oneindige Intelligentie, als neutrale benaming voor iets waar ook God, Allah, het Universum, Spirit, Bron etc. in herkend zou kunnen worden) om zichzelf vorm te

geven. Het veld was vlak en onzichtbaar en het eerste punt kwam omhoog. Dat werd zichtbaar als een speldenknopje in de ruimte zoals een bevruchte eicel zichzelf deelt en ontwikkelt. Zo is het idee van het universum zoals het nu als werkelijkheid bestaat in de ruimte, zich vorm gaan geven.

De oerknal?

- Ja zo zou je dat aan kunnen duiden.

Maar hoe zit dat dan met het idee, dat was nog daarvoor?

- Klopt, hier komt bijvoorbeeld het scheppingsverhaal uit de Bijbel van de Christenen dichtbij de benadering. God (Wat je kunt opvatten als de OI) had een idee om zichzelf vorm te geven. God schiep het beeld in zijn verbeelding en zag dat het goed was, zoals in de bijbel te lezen is.

OI verbeelde zich hoe zichzelf te ervaren er hoe dat er dan uit zou zien. Wat zou de ideale situatie zijn om zichzelf te ervaren? Door hier vorm aan te geven, ontstond geleidelijk aan (evolutie) wat oorspronkelijk het idee was.

Als een soort zelflerende biologische computer?

- Ha ha! Ik snap je vergelijking, al zal de technologie nooit helemaal tippen aan het natuurlijke wezen van de dingen, de mogelijkheden van het veld.

De 'denkfout' die velen van jullie maken is dat intelligentie buiten jezelf ligt bijvoorbeeld in de vorm van supercomputers. In de wereld die tot nu toe door ons allen gecreëerd is, is de benadering briljant, dat zeker.

Jullie bouwen bruggen (technologie) maar hebben nog niet volledig ontdekt dat jullie zowel de ene kant als de andere kant van de kloof zijn. Jullie connectie met mij OI, de bron, het veld, is het vermogen met en door het veld te creëren.

Jullie maken doorgaans creaties van bestaande vormen.

Dus we recyclen er maar op los?

- Ha ha! Ja, leuke opmerking. Jullie reageren op wat jullie zelf gecreëerd hebben. En de resultaten daarvan zijn bijzonder knap bedacht. Toch zit er meer in jullie dan dat.

Ik denk dat ik het begrijp. Hoe ik er tegenaan kijk over wat je vertelt, zou het een heleboel verbinden, waar nu nog zoveel strijd en verschil heerst.

- Absoluut. Het vergt wel openheid om vanuit dit perspectief te kijken, maar dat lukt wel. Er zijn al vele mensen die hiermee aan de slag zijn. Het is de volgende stap in de evolutie.

Ik zie het nog wel als een idee, nog niet als toepasbare werkelijkheid.

- Dat komt wel, het begint immers altijd met een idee, het concept, de conceptie ;-)

Je spreekt steeds over jullie, waarom? Als we toch één zijn, verbonden in het veld?

- Goed opgemerkt ;-)

Ik duid het aan in jullie perspectief zodat het begrijpelijk wordt voor je. In deze conversatie tussen jou en mij bedoel ik met jullie de mensheid die zichtbaar is in de buitenwereld.

Jullie refereren aan het tijd en ruimte vacuüm waarin de vorm zichtbaar is van het veld. Wat jullie zien en ervaren, is jullie referentiekader en aan de hand daarvan probeer ik antwoord te geven op jouw vragen.

Doordat ik, OI, mezelf ben gaan vormgeven en op een natuurlijke wijze volgens de natuurwetten heb laten ontwikkelen, heb ik in de vorm mijn OI niet als bewuste intelligentie meegenomen. Zo heeft de vrije wil van de mens zich kunnen ontwikkelen. In ieder mens zit een sprankje van mij, OI, en door te leren en ervaren komt die vanzelf tevoorschijn. Het sprankje kennen jullie als de ziel. Deze kan als leidraad gevolgd worden als de persoon in kwestie dat wilt. Het sprankje is het eerste aanknopingspunt om de ervaring van het

veld en de mogelijkheden te leren (her)kennen. In werkelijkheid is het volgen van het sprankje de totale ervaring van de energie van het veld.

Dus we moeten of hoeven er niet per se wat mee?

- Nee, je mag doen wat je wilt. De keuze is aan jou, je mag ervaren wat je wilt, want dat is de bedoeling van dit concept hier op aarde.

Oké, dat klinkt heerlijk, geen druk!

- Precies, het is bedoeld om te spelen, ieder op zijn/haar eigen manier, je bepaalt je eigen regels.

Goh dat is anders dan dat ik altijd heb gedacht...

Ik heb geleerd en ben gaan geloven dat ik me moet bewijzen, fysiek hard moet werken en me aan de regels moet houden die me opgelegd zijn. En het stomme is dat die regels voor mij zo middeleeuws aanvoelen.

- Begrijpelijk. De vrije wil van de mens heeft zich zo ontwikkeld dat het de boventoon is gaan voeren. Bij de meesten van jullie is intelligentie zich gaan vestigen in het brein. Daar wordt de voorkeur aangegeven. Het brein maakt regels en wetten en stelt een leider aan die dit controleert en bestuurt. Zo werken de meeste systemen over de hele wereld vandaag de dag nog steeds. Het veld is continu in beweging en laat die systemen (die vastgelegd zijn) steeds steunen en kreunen.

Op het moment dat iets werkt, ontstaat er op een andere plek in het systeem weer een breuk.

Dit ontdekken jullie steeds meer en zo worden de systemen steeds flexibeler zodat het mee leert bewegen. Fantastisch bedacht! Echt waar, maar zoals ik eerder zei, het is nooit zo constructief dan wanneer je iets creëert met de OI in het veld.

En dat is jullie voorland, dat is de mogelijkheid om op over te gaan.

Ik begrijp het helemaal, maar dat is een enorme organisatie om dat te bewerkstelligen voor de hele mensheid.

Ik voorzie bijvoorbeeld al 'problemen' bij de machthebbers, want de macht zoals zij die nu bezitten komt dan te vervallen. Ik denk dat ze dat uit alle macht willen tegenhouden.

- Klopt, ook dat is al gaande. Totdat ze het sprankje in zichzelf gaan zien/voelen/ervaren, zullen ze de macht verdedigen en rechtvaardigen. Daarom zijn er mensen zoals jij om het concept van OI en het veld, uit te werken en gestalte te geven, zodat ze het gaan zien en vervolgens ook over willen stappen.

Het biedt ze, net als iedereen, een nieuw perspectief zodat ze niet verliezen, want dat is waar ze eigenlijk bang voor zijn en dus de macht in stand houden. Daarop huist macht; de angst om te verliezen.

Goh ja, klinkt logisch.

Wat kan ik dan nu doen?

- Wat je nu doet, met mij in contact blijven, mij leren kennen en ontdekken hoe je ermee kunt vormgeven. Want dat ben je toch; een vormgever!

Ja dat ben ik!

## 2.

Hoe maak ik contact met het kwantumveld(1) of de onderstroom(2) (wat het ook maar is) zodat ik meer veiligheid ervaar en dat ik er een onderdeel van wordt, als een energiebron, kennisbron en bron van leven?

- Er mee in contact zijn zoals je nu doet, door erom te vragen.

Kan dat niet vanzelf?

- Ja zeker, na verloop van tijd nadat je het je eigen gemaakt hebt, gaat het vanzelf.

Oké. En hoe kan ik dat het beste doen, zodat het snel gaat. Voor mij voelt het nu als een eerste levensbehoefte.

- Blijf afgestemd op lichte blije en vrolijke energie, het maakt niet uit welke mood (de combinatie van (onbewuste) gedachtes en gevoelens) dat is, als het maar licht aanvoelt.

Bepaal voor jezelf wat je wilt. Bijvoorbeeld 'Ik blijf met de bron verbonden' en voel welke mood daarbij hoort wanneer je dat bereikt zou hebben. Houdt de focus zacht, met zachte en rustige aandacht. Beweeg in deze zachte aandacht, dan ben je al in de bronenergie. De bronenergie is zacht wanneer je merkt dat je situatie verhard, verstart en zwaar voelt, begin dan opnieuw.

Je kunt methodes als Ho'oponopono (30) gebruiken om de energie uit het harde te halen, daarmee erken je het en los je die harde verstarte energie op, zodat je het niet wegstopt. Het is oké om even terug te vallen.

Dat is het spel, door zacht te zijn ten opzichte van hardheid, lost deze op en hoef je er niet meer tegen te vechten. Zo blijf je steeds meer in de energie, dit wordt dan je voorkeurspad.

Oké. En dan? Wat gaat dat me opleveren dan?

- Om te beginnen veel meer rust, het zal de pieken en dalen in je moods, dat opgejaagde gevoel wat je regelmatig hebt uiteindelijk doen verdwijnen.

Die pieken worden aangejaagd door je angst. Jouw angst dat je lot al is bepaald en je geen andere keuze hebt dan erin mee te gaan. Terwijl je in jezelf voelt dat het niet klopt. Nu weet je dat dit de aanjager is én je weet dat deze soort angst een illusie is. De werkelijkheid wordt gevormd door wat je uitstraalt. De angst laat de illusie aan jou zien in de buitenwereld!!!! ;-)

Nu kun je ernaar kijken en al het andere even stopzetten zodat je de tijd kunt nemen om er even bij stil te staan. Wanneer je stilstaat kun je zien wat echt is en wat niet. Je hebt de tijd om de energie te laten stromen, los te maken en laten bewegen (= emotie voelen) zodat de energie weer terug kan gaan naar de oorspronkelijke staat van zijn = bronenergie.

Jouw gedachten laten de energie bewegen en een vorm aannemen tot het moment dat je denkt: "Whoooooohhh fuck nee, dit wil ik niet!" En dan stop je de stroom zodat de energie verstart. Het 'bevriest' in de toestand waarin het verkeerde op het moment dat je de stroom afsnijdt. De verstarring wordt in stand gehouden door de angst die dit beeld of deze gebeurtenis bij je oproept. Op die manier blijft het bestaan.

Tenzij je het beeld weer in beweging brengt.

Soms zijn beelden alleen nog merkbaar in een bepaald gevoel en dan gebruik je het gevoel in plaats van het beeld. Doe in je verbeelding maar mee met een voorbeeld, dat gaat als volgt:

- Merk op hoe het beeld er nu op dit moment uitziet van wat je niet wilt en ervaar wat je erbij voelt.
- Realiseer je (en dit is belangrijk voor de snelheid waar je om vroeg) dat dit beeld uit dezelfde energie (dezelfde klei) bestaat als de bronenergie. Het is de bronenergie. Alleen is deze gevormd door jouw angstgedachte/mood.
- Het staat stil, dus er gebeurt niks en kijk ernaar. Kijk, voel en ervaar wat er in jou gebeurt. Neem het waar, ervaar het en adem rustig door.
- Alles wat je nu voelt neutraliseert de bronenergie weer, het geeft ruimte. Je kunt nu golven van emotie voelen. Laat ze komen en



gaan. Doordat je je tegelijkertijd realiseert dat alle energie uit de bron komt (en dus de lichte kant ook altijd aanwezig is, door deze simpelweg te ervaren) komt de energie weer terug naar de oorspronkelijke staat.

- Het beeld/de ervaring zal verdwijnen zoals jij hem vastgezet hebt. Doordat je beseft dat alle energie in het begin en aan het einde hetzelfde is, weet je dat je nooit afgesneden bent van de bron. Je ervaart het alleen zo als je vanuit angst de energie van vorm laat veranderen. Dan is angst bedoeld in de breedste zin van het woord; verdriet, boosheid, frustratie en andere soortgelijke emoties zijn afgeleid van angst.

En zo ben ik meester van mijn eigen lot?!

- Juist, altijd!!

Maar dan is alles eigenlijk een illusie...toch?!

- Ja dat klopt.

Ergens stelt me dat teleur...

- Oh ja? Hoezo?

Nou, mijn beeld van geluk, liefde enzovoort is zo himmelhoch jauchzend dat het zo in en in goed en geweldig zijn ten opzichte van angst en haat en nijd. Het roept contrast op. Het stelt me teleur dat liefde en geluk ook een illusie zouden zijn.

- Ik begrijp het goed hoor, dat je dat zo ervaart. Ik zal er wat meer over vertellen.

Jullie angst is zo zwaar en dramatisch voor velen van jullie geworden dat de balans ook uitschiet naar het andere uiteinde, de liefde. De balans is er altijd in de perceptie van dualiteit tussen angst en liefde. De perceptie van de huidige tijd, het angst-concept. Daar komen we later nog op terug.

Eenzijds is deze perceptie van dualiteit fantastisch omdat je zo ontdekt hoe uitgebreid jullie 'ervaringsbereik' is met zoveel nuances....prachtig!

Anderzijds belemmert het jullie omdat het lijkt alsof de kloof zo groot is tussen het één en het ander dat jullie steeds opzoek zijn naar de overbrugging. Realiseer je dat de energie uit dezelfde bron komt, het is één 'ding'. Dat dicht meteen de kloof.

Dan is er geen kloof; enkel een blinde vlek omdat jullie de energie als twee verschillende dingen zien als in goed en fout. De dualiteit tussen liefde en angst binnen het angst-concept. Als dat geen illusie is?! ;-p

Het liefdes-concept heft de dualiteit op (één energie in verschillende vormen) en zo zijn er enkel mogelijkheden.

Mogelijkheden die jij voor de ontwikkeling van jouw wel-zijn kunt kiezen, wat je maar wilt en nodig hebt. Contrast (dat wat je niet wilt) bestaat dan nog steeds, maar je raakt niet meer zo van de wijs. Je leert zien dat dit juist een groei-moment inhoudt. Daarover later meer.

Ha Ha! Tja inderdaad zo had ik het nog niet bekeken, niet zo verrijnd in ieder geval.

- Zo simpel is het eigenlijk. Jullie beredeneren de situatie als een feit 'er is een kloof' en bouwen vervolgens de brug als oplossing. Je onderhandelt, doet concessies, etc. Dit werkt óók, maar het duurt wat langer (fantastisch hoe dat gaat hè?! Hoe dat brein coöperiert om toch tot een oplossing te komen).

En toch blijft het altijd breekbaarder en omslachtiger, want wanneer de twijfel toeslaat is alles wat jullie alleen met het brein maken instabiel. Leer daarom de bronenergie kennen zodat je ermee kunt scheppen. Dit is basismateriaal wat niet kapot gaat, alleen verandert het van vorm.

Wanneer je dit begrijpt, zal je weten dat jij er zelf voor zorgt dat die vorm verandert.

Dit zal je gaandeweg dit schrijven meer gaan begrijpen. ;-)

Dus alles is energie en mijn gedachten en intenties geven het energieveld de impuls om een bepaalde vorm zichtbaar te maken?

- Ja, naadloos en nauwkeurig vormt het zich naar jouw idee.

Alle oneffenheden en wat ik zie als imperfectie of afwijking heb ik dus zelf gecreëerd?

- Juist.

En ik ben dus ook in staat om dat te verbeteren en veranderen.

- Jazeker! Zie alle afwijkingen, zoals jij ze noemt, als verharde en verstarde energie in een vorm die je eigenlijk niet wilt. Denk aan de klei.

Ervaar wat je erbij voelt, want zo heb jij het vastgezet, door jouw mood. Door de emotie te voelen (en onthoud: zo komt de energie weer in de oorspronkelijke staat!) neutraliseer je de energie en kun je het weer hervormen in wat je wél wilt. In het voorbeeld van de klei, door de klei weer te kneden (in beweging te brengen) kun je het weer plat maken en wat nieuws creëren.

Met de energie werkt dat door je alleen maar voor te stellen wat perfect is voor jou.

Je hebt het over stilzetten van het beeld of de ervaring. Hoe zit dat dan in heftige situaties? Dan kan het allemaal zo snel gaan, zoveel emoties, zoveel wat er dan in rap tempo gebeurt. Dan kun je het toch niet stilzetten?

- Nee? Ook dat is een illusie, maar ik begrijp dat het nu zo voor je lijkt. Wanneer je een wat meer geoefende vormgever bent, zal je het ter plekke kunnen.

Terugkomend op je vraag; Daar is het fenomeen reflectie en verwerking voor. Na een gebeurtenis (een creatie = energie wat vormgegeven is) komt er altijd weer de neutralisatie van de energie; het voelen van de emotie. Dit is wat er gebeurt tenzij de energie vastgezet is, dan blijft er in jouw ervaring een ruis achter wat je als een soort onrust kunt waarnemen. In de neutrale periode waarin de energie zich weer in de oorsprong bevindt, kun je de creatie (situatie) weer voor je halen in je verbeelding. Dit kun je vooruit

spoelen, versnellen, pauzeren, etc. wat je maar wilt. Zo kun je waarnemen waar je iets vastgezet hebt, het vervolgens neutraliseren en weer iets nieuws creëren. Iets wat je wel wilt.

En hoe werkt het dan wanneer er andere mensen bij betrokken zijn? Zij zijn ook onderdeel van de creatie (situatie).

- Mooi hè?! Hoe alles zo op elkaar afgestemd is?

Er is een onderliggende oorzaak wat voor deze gezamenlijke creatie zorgt. Je kunt wel zeggen dat het diep gaat voor alle partijen. In relatie tot elkaar kunnen jullie zoveel van elkaar leren. Wanneer jullie weten hoe je dit ten gunste van jezelf en zo ook voor de anderen om kunt draaien, kunnen jullie fantastische creaties creëren.

In een gezamenlijke creatie gebeurt heel veel. Verlangens spelen daarin een grote rol, vermengd met angst wordt het een chaos. Wat jullie doen is het resultaat wat gecreëerd is met angst, helemaal proberen uit te pluizen en daar breien jullie iets nieuws van. Er wordt bijvoorbeeld een schuldige aangewezen en op basis van wat jullie niet meer willen, bedenken jullie iets om een volgende keer een soortgelijke situatie te voorkomen. In plaats dat jullie uitgaan van wat dan wel de bedoeling is, zonder afspraken, regeltjes en wetten.

Vaak verwachten jullie van elkaar dat jullie water bij de wijn doen. Dat is een 'denkfout', want het water = de wijn en andersom. De kunst is om iets gezamenlijks te creëren, het gaat niet om het één of het ander, maar om iets nieuws. Dus bier of koffie of thee of allemaal, wat jullie beiden of alle betrokken partijen maar willen én daarbij alle verlangens vervuld zijn. Daarbij speelt loslaten van de uitkomst een grote rol.

Met jullie brein bedenken jullie de uitkomst, terwijl creëren in de bronenergie een meer vervullend resultaat brengt. Later hebben we het nog over de functie van het brein, want deze is wel een onmisbare factor bij de creatie van wat je wel wilt.

Ik heb een voorbeeld; Mijn fiets was kapot gegaan en echt aan vervanging toe. Op dat moment was ik financieel niet in de gelegenheid een nieuwe te kopen. Ik stemde me af op het gevoel

en de ervaring van dat ik fietste, snel en makkelijk kon schakelen, de zon in mijn gezicht, de wind door mijn haren, de vrijheid en soepelheid van het zoeven over het asfalt en over bosweggetjes. Ik vroeg daarmee om de ervaring van het hebben van een nieuwe of andere fiets. Wat ik elke dag doe is me afstemmen op rust en vrede, de mood van tevredenheid. Daarnaast heb ik in mijn omgeving verteld over mijn wens. Na een paar dagen sprak ik mijn vrienden en ze vertelden mij dat ze nog een fiets in de schuur hadden staan die daar al een jaar stond. Na een wiel verwisselen, wat olie op de ketting en een poetsbeurt, ging ik fietsen. En het was nog beter dan de ervaring die ik me had voorgesteld. Echt zo eentje waar je hart van gaat zingen, heerlijk en fantastisch om je verlangen in vervulling te voelen gaan, de soepelheid, de vrijheid.....

Ik vertelde mijn vrienden van deze heerlijke ervaring en dat ik de dagen erna al van vele kilometers had genoten. Ze zeiden: "We vinden het zo fijn dat jij er zo van geniet, bij ons staat hij maar weg te roesten, je mag hem hebben!"

Dan stroom je over van dankbaarheid...

- Zo werkt het veld, de bronenergie, zo creëer je je eigen realiteit. Door af te stemmen op het gevoel en in de tevreden-mood te blijven, ontstaan er mogelijkheden voor je die je niet zou kunnen bedenken of afdwingen.

En als je nou niet weet wat je echt wilt?

- Je weet altijd wel iets, het werkt niet zo als de geest in de fles, dat je maar drie wensen hebt en dat je beperkt bent.

Je creaties zijn oneindig, jij kiest. Dus het maakt niet uit waar je begint, hoe je begint, hoe groot of hoe klein. Soms helpt het te beginnen met iets onbenulligs in jouw ogen. Dan kun je ermee spelen en is het voor jou geen ramp als het niet in één keer lukt.

Hoezo dat het voor mij geen ramp is, als het zou mislukken?

- Mij maakt het niks uit al doe je het duizend keer niet op de manier met de gewenste uitkomst. Daar ben ik oké mee, altijd en oneindig.

Oké, maar waar begin ik dan?

- Ga zitten, staar naar buiten en stel jezelf de vraag wat je zou willen. Er komt vanzelf iets in je op. Richt je vooral op jezelf, door naar je gevoel te luisteren.

### 3.

Ik begin het steeds meer en meer te begrijpen hoe het werkt. Het is het ervaren van het veld (in de onderstroom van rust en vrede) en het idee dat het er is, wat het steeds duidelijker maakt.

De energie is kalm en vredig en inderdaad steeds in beweging. Vandaag bij een meditatie voelde ik (en nu nog steeds) de eenheid. Ik ben die energie en het bewustzijn. Bewustzijn, levensenergie, het veld, OI het zijn verschillende woorden, maar is het ook verschillend?

- Het is de veelzijdigheid ván het veld, het is bewustzijn, het is oneindig intelligent, het is levenskracht, het is energie. Het lijkt daardoor ingewikkeld en toch is het eenvoudig. De basis is liefde én vrede én vertrouwen én rust én sprankelend én bruisend én alles wat maar licht is. Je ervaart het echte contact in het aardse, de onderstroom zoals jij het eerder al opmerkte.

Dat zou wel eens de meest basale en neutrale omschrijving kunnen zijn, omdat er weinig perspectivische lading aan gehangen kan worden.

Daar houd jij wel van ;-)

Ja dat klopt. Ik vind het fijn als het zo eenvoudig en universeel mogelijk verwoord kan worden, omdat het eigenlijk iets heel gewoons is. Er wordt zoveel over gespeculeerd alsof het verachtelijk en zweverig is of juist het meest hoog haalbare en fantastisch en geweldig. En ik realiseer me dat dát ook allemaal waar is vanuit het perspectief waaruit het geschreven of bekeken is.

- Precies, vastheid is vaak maar een schijnveiligheid. Een gedachte waaraan men zich vasthoudt, een bepaalde mening bijvoorbeeld. Dat helpt tijdelijk, maar wanneer je je realiseert dat alles veranderlijk is, dan is vastigheid maar schijn. Terwijl als je je in de onderstroom begeeft als vaste constante dan maakt het allemaal niet zoveel uit, wanneer je het kunt bekijken in liefde over het geheel.

Wat is nou precies de bedoeling voor mij? Ik merk dat het me bezig houdt.

- Wat vind je belangrijk?

Mijn gezin.

Mijn gezondheid.

Mijn leefomgeving en hobby's.

Mijn familie en vrienden.

En dat loopt nu lekker, daar ben ik heel tevreden over.

Wat is de bedoeling in de zakelijke sfeer qua werk, financieel onafhankelijk zijn en zo?

Ik merk dat er druk op zit.

- In de zin dat je iets moet?

Ja ook en ook dat ik iets wil maar niet ten koste van het rijtje wat ik net noemde. Ik heb niet helder wat nou echt het doel is. Zelf te ontdekken hoe het werkt allemaal of mensen helpen en hoe dan?

- Het zijn veel vragen in één en het werpt op dat het gedreven wordt door het moeten ontsnappen aan jouw lot (dat het voor je bepaald is). Vind daar eerst rust in. Zie hoe je daar vanuit de vrijheid die er voor je is opnieuw betekenis aan kunt geven.

Wat wil je?

Blij zijn, blije mensen, oplossingen en comfort in mijn leven. Me niet meer inhouden en vooral relaxt leven.

Minimum input, maximum output, zoals mijn broer zegt. Maximum source-put, maximum output zoals ik er zelf van zou maken.

Moeiteloosheid, dat de sprankeling in mij stroomt en andere mensen. Dat het blijft, die vrede, dat het oké is, fun, plezier, liefde, een glimlach.

Ik merk dat als het om werk gaat er al gauw een angst bij komt kijken. En dat ik me nu realiseer dat ik de innerlijke beweging naar werk tóé wil maken, terwijl werk ook naar mij toe mag komen. Werk wat nodig is en wat ik moeiteloos en overvloedig kan beantwoorden en dus zo mijn waarde kan delen.



Mijn eigen gang gaan, eigen tempo, eigen tijd.

Wat zoveel geld oplevert dat het me comfort biedt op alle vlakken in mijn leven.

Dat voelt als vrede, zo voelt het als rust die ik in de bronenergie ervaar.

Feels like coming home!

Dat voelde ik ook toen ik een paar jaar terug de BZT training gaf, dat was zo heerlijk om te doen. Mensen inspireren en mogelijke oplossingen bieden.

#### 4.

Ik droomde vannacht heel veel. Ik sliep veertien uur en zag allerlei perspectieven; politiek, zakelijk, jeugd, relationeel tussen mensen, etc.

Het was zo ingewikkeld om vanuit al die gezichtspunten de 'oplossing' en zelfs het probleem te zien. Elk perspectief was waar en had gelijk vanuit het betreffende standpunt gezien. Hoe merken mensen dat het nodig is om het anders te zien?

- Hoe ben jij het anders gaan zien?

Omdat er gevoelsmatig iets niet klopte.

- Precies en doordat je steeds weer vanuit het perspectief waarin je bent het wil oplossen, lukt het niet en dat is de grote ontdekking nu; Zie het vanuit het perspectief van OI, de onderstroom, vrede 'het punt waarop het al opgelost is', 'de ideale situatie'. Get it? ;-)

Niemand zoals jij vindt het in de uiterlijke wereld, je ontdekt het op het moment dat je voelt dat er iets niet klopt, dan ga je over naar het perspectief waar het wel klopt en zie je een nieuwe werkelijkheid een ander concept. Het begint altijd bij een idee.

Stop met de wereld verbeteren buiten jezelf, wanneer je jezelf niet langer uit wilt putten. Verander je ideeën en settel daarin en vind er vrede in. Als het concept of idee rustig en vredig is, vindt het zijn weg naar vorm. Het handelen komt naar je toe wanneer dat nodig is. In de tussentijd zorg je voor jezelf; rust, beweeg, voed jezelf geestelijk en lichamelijk en heb lief en plezier.

Blijf verbonden met de bron, de onderstroom en voel de focus in de onderstroom. Laat je hoofd in rust zijn, wees toeschouwer van wat je ziet, beleef de ervaringen van waar je bent in je lijf, in de onderstroom.

Het komt goed hè?!

- Jazeker!