

thuiskomen
in
jeZelf

Alles behalve de persoonlijke gebeurtenissen van de schrijver
mogen voor positieve doeleinden gebruikt worden. Voel je
vrij om in elk geval rechtstreeks contact op te nemen met de
schrijver zelf via: jamie.jennis@gmail.com

Schrijver: Jamie Jennis

Coverontwerp: samengesteld door + foto van
Jamie Jennis - afbeeldingen van Canva

ISBN: 9789403629452

© Jamie Jennis

thuiskomen
in
jeZelf

een innerlijke reis naar geluk en acceptatie

Jamie Jennis

INHOUD

voorwoord

6-7

inleiding

9-17

de eerste vergeten sleutel

18-37

de tweede vergeten sleutel

39-46

de derde vergeten sleutel

48-108

de vierde vergeten sleutel

109-131

de vijfde vergeten sleutel

133-135

tien gezonde tips

136-139

nawoord

140-141

Wanneer je jou verloren en bezorgd
voelt.. geen zorgen, want je bent al
thuis.

✦ Iya Terra

VOORWOORD

aan jou, dierbare ziel

Ik wens je uit het diepste, van de zetel, in mijn hart, dat wanneer je gaat toepassen wat je mag ontdekken achter de woorden in dit boek, je instaat zult zijn om te worden wat je nooit durfde dromen. Je (spirituele) levensreis zal zich een weg banen tussen de mooiste sterren, en zo verlicht als jij hem zelf maakt zal je licht ook weerschijnen op zelfs de donkerste paden van de grauweste dagen. Je zal bereid worden je brein haar capaciteit te vergroten en vervolgens alle magische voordelen ondervinden die daaraan verbonden zijn. Je ziel zal eindelijk bevrijd worden uit de gevangenis die je eigen brein doorheen je leven voor jou heeft gecreëerd, zonder dat je dit zelf beseft. Vergeet alles wat je denkt dat je weet. Vergeet alles wat je denkt dat je gelooft, want niets is wat het lijkt. Er is zoveel meer dan wat je ziet, en je ziet het niet omdat alleen jijzelf je ogen ervoor gesloten houdt. Het is tijd om te evolueren en de touwtjes weer in handen te nemen. Stop met denken en begin met Zijn. Open je geest. Alleen zo zullen jou ogen zich openen, en zal de ware essentie van het bestaan zich voor jou gaan ontrafelen. Lees dit boek niet vluchtig of gehaast, maar laat mijn woorden tot diep in je binnenste doordringen. Week je geest in deze andere manier van denken, tot dat je hele Zijn de kracht ervan heeft geabsorbeerd.

Laat je ogen wederom verhelderd leren rond kijken alsof je net ter aarde bent gekomen. Zorg voor een rustig moment wanneer je mij vastneemt om met genot te doorbladeren en laat niets je nog afleiden van dit belangrijke moment in je leven. Zo kan ik mijn wijsheid het beste aan jou doorgeven. Wat ik je ga aanbieden in dit boek is wat ik 'de vergeten sleutels' ga noemen. Het zijn sleutels die voor jou verschillen deuren zullen openen, en vooral wanneer je ze allemaal gebruikt zal de belangrijkste zich magisch voor jou ontgrendelen. Ik noem ze 'vergeten' omdat ze zo eenvoudig zijn maar toch zo weinig mensen er gebruik van maken dat het wel lijkt alsof iedereen ze vergeten zijn. Het lijkt dat dit gebeuren zich heeft afgespeeld tijdens onze volgroeing als mens, want we hadden dit al perfect van bij onze geboorte mee, volgroeid maar steeds verder en verder van volmaakt. Misschien is het wel zo dat onze samenleving 'vergeet' ons deze sleutels aan te leren of te ontwikkelen?
Misschien zoeken we allen wel gewoon verkeerd..?

Van dit laatste, ben ik zeer beweeglijk zeker. En jij, mijn liefdevolle lezer, na dit boek ook.

Neem nog eens drie maal diep adem in, laat al je oude energie weg vloeien en dan wens ik je ontzettend veel lees plezier, veel geluk en veel liefde.

ik ben liefde, ik ben vrede, ik ben
harmonie, ik ben balans
ik ben liefde, ik ben vrede, ik ben
harmonie, ik ben balans
ik ben liefde, ik ben vrede, ik ben
harmonie, ik ben balans

INLEIDING

Lees mij in Liefde, lees mij in Vrede, lees mij in Harmonie en lees mij in Balans. Vertel je niet dat dit moeilijk is. Vertel je ook niet dat dit makkelijk is. Terwijl je dit doet maak je hoofd leeg en verlos jezelf van alle zorgen die alleen maar ontstaan door onnodige gedachten. Verlos jezelf van onnodige emoties zoals afgunst, haat, spijt, verwarring, angst, twijfel, bezorgdheid, minachting, jaloezie, macht, dwang, oordeel, spanning, stress, hebzucht, zelfzucht,.. Verlos jezelf van ego, want dit is niet wie jij werkelijk bent. Je lichaam, is niet wie jij werkelijk bent. Je brein, is niet wie jij werkelijk bent. Creër ruimte en tijd voor nodige en belangrijke zaken die vooral eenvoudige vormen aannemen zoals ontspanning en plezier. Gun je wezen de rust die het drukke leven al zo vaak van je afneemt, en laat die niet ook nog eens toenemen op momenten die volledig van jou alleen zijn. Onder drukte kunnen we deze tijden vaak niet uit, maar laat ons er niet gebukt onder verblijven wanneer het brein niet kan loslaten door die eigen toevoer aan gedachten. Wanneer je jou in chaos bevind en verliest wat te doen, herhaal mijn mantra:

*ik ben liefde, ik ben vrede,
ik ben harmonie, ik ben balans*

Vraag je zelf:

Ben ik liefde? Is wat ik doe en hoe ik handel liefdevol naar mezelf toe? Ben ik vrede? Is wat ik doe en handel in vrede met mijn grens? Ben ik harmonie? Crëerd wat ik doe en hoe ik handel een harmonieuze staat van Zijn? Ben ik balans? Crëerd wat ik doe en hoe ik handel een gebalanceerde Zelf?

*ik ben liefde, ik ben vrede,
ik ben harmonie, ik ben balans*

Wanneer je de antwoorden intern hebt gevonden en beantwoord, vraag je deze dan ook af naar de buitenwereld toe. Is wat je doet, je handeling, je bezigheid, je mate van bewustzijn of waar je gedachten verblijven ondertussen in al deze vormen aanwezig?

*ik ben liefde, ik ben vrede,
ik ben harmonie, ik ben balans*

Waarschijnlijk identificeer jij wie je bent met je lichaam en brein, gedachte en gevoelens. Al deze componenten beschouw je vast als de persoon wie jij bent hier op aarde, maar wie jij werkelijk bent dat is natuurlijk niets van dit alles. Dit zijn enkel de attributen die je reis hier op aarde mogelijk maken. Wie jij werkelijk bent is een pure vorm van energie dat we kunnen benoemen als ons bewustzijn. Om meer precies te zijn: jij bent je hoger bewustzijn.

Het deel dat jou instaat maakt om zonder moeite te ademen. Het deel - die ruimte - dat jou instaat maakt om zonder moeite signalen te versturen naar je brein en verder naar je lichaam. Wij Zijn moeiteloos en natuurlijk merk je dan al snel op dat onze levenstructuur zeer tegenstrijdig is met onze natuurlijke bron van oorsprong. Alles wat je kan doen en wat voor jou moeite kost, is datgene dat je ook weer kan stoppen zonder moeite, omdat dit niet hoort te zijn. Alleen stoppen met ademen kost je moeite en lukt je niet te stoppen zonder moeite omdat dit wel hoort te zijn. Jij bent gecreëerd zonder moeite, jij bent geboren zonder moeite, jij bent gegroeid zonder moeite, jij 'bent' zonder moeite en jij zal ook heengaan zonder moeite. Het universum 'is' zonder moeite en haar planeten dansen - zonder moeite - om en door elkaar heen. Terwijl de sterren hun toekijken in een moeiteloze staar van liefde. Zoals lucht - zonder moeite - bij elke ademhaling om en door je chakra's heen stroomt, en jij (hoger bewustzijn) enkel toekijkt met liefde. Wanneer je alles doet zonder moeite dan word jij wat jij eigenlijk al bent: alleen maar liefde. Die open ruimte waarin je hoger bewustzijn zich bevindt wordt ook wel je *gewaarzijn* genoemd. Dat open gewaarzijn is dan ook niets meer of minder dan pure liefde. Wat jij bent is wat jij reflecteert.

Wie jij bent, vloeit verder in alles waar jij voort mee in aanraking komt. Jij bent de ervaarder, niet de ervaring.

*zo kan het zijn, zo mag het
zijn, zo is het voorbestemd*

Wanneer je dit beseft word alles in en om je heen dus ook liefde. Wanneer alles liefde is, word alles ook vrede, wanneer alles vrede is, word alles weer harmonie en wanneer alles weer harmonie is komt alles terug in zijn oorspronkelijke balans terecht. Als ieder van ons - in onze wereldbevolking - dit zou toepassen, zou niemand nog leed kennen. Niemand zou nog leed dragen en verspreiden, en het belangrijkste is dus dat niemand het nog zou hoeven ervaren en dus zelf worden. Dit is waarvoor ik dit deel. Het is mijn jarenlange zoektocht geweest die zonder besef van wie ik ben nooit heeft kunnen plaatsvinden. Het is waar ik voortaan voor leef: de samenleving inspireren door het delen van eenvoudige liefde tegenover alles, plus het verspreiden van vrede en besmettelijke gelukzaligheid.

Ook al inspireer ik maar één ziel om zich te bevrijden zoals ik dat heb weten doen, dan is mijn missie geslaagd. Dan kan die ene persoon weer een andere persoon helpen, en zo verder en verder tot we allemaal weer onze pure Zelf kunnen zijn en de globale samenleving weer opklaart in helderheid en liefde.

*één creëert twee, twee creëert drie,
drie creëert alles*

Wat ik jou ga overhandigen zijn de eenvoudige aanpassingen die ik zelf in mijn dagelijkse leven heb toe gebracht. Welke ik benoem als: de vergeten sleutels.

Het zijn eenvoudige hulpmiddelen die jou het leven praktischer, mooier en gezonder zullen maken. Ze zijn toegankelijk voor iedereen en zeer makkelijk te hanteren. Als je ze goed gebruikt zullen ze altijd voor je zorgen, en jezelf en de samenleving weer naar grootsheid brengen. Die op zijn beurt het universum weer zal helpen haar grootsheid nog grootser te maken. Het zijn hulpmiddelen die je werkelijk echt overal kan gebruiken. Elk moment van de dag, elk moment wanneer jij er nood aan hebt. Je kan zelf kiezen hoe vaak je ze gebruikt en welke je gebruikt. Je mag ze (liefst) overal verspreiden waar je gaat en staat en leren aan wie zich openstelt om te ontvangen. Om te ontvangen leer je weer eerst jezelf als leerling beschouwen. Zolang je zelf blijft beseffen dat hoeveel jij ook weet, je altijd leerling zult blijven, word je zo ooit meester en zal je de ongekende pure kracht van alle wijsheid hanteren. Ik ben zelf nog nietig in al wat er te onthullen valt aan kennis maar vooral aan wijsheid, en dat beseff ik maar al te goed. Het maakt mij wel blij. Wetende dat ik nog zoveel kan en mag leren van mijn persoonlijke, prachtige, magische, leermeester, het universum. Die tevens de leermeester van ons allen is! Dit boek is dan ook geschreven van uit een statuut als ervaringsdeskundige. Iemand die voor lange tijd het leven liefdeloos heeft beschouwd, aanschouwd en aangevoeld. Iemand die tot eigen verwondering, en ik denk van velen, het tij heeft doen keren doormiddel van deze hulpmiddelen.

Spiritualiteit of toch mensen dat spiritueel beoefenaars waren en zijn, hebben doorheen mijn levensweg vaak een grote indruk op mij nagelaten. Vooral hoe deze personen zo ongelooflijk kalm konden blijven onder welke mogelijke omstandigheden dan ook! Aangezien ik de spanning zelfve was, leek me dit een onmogelijke taak, en leek hun bezig zijn voor mij iets wat hun magisch was overkomen, en niet iedereen het geluk had dit te kunnen. Blijkt dat ik ongelijk had. spiritualiteit, kalmte en rust creëren in je dagelijkse bezigheden, zijn er juist zeer eenvoudig in te implementeren. Het universum heeft iedereen er letterlijk voor in de wieg gelegd.

bereid je voor op echte magie

Zij die in alle vertrouwen aan het roer staat van mijn schip. Die koers vaart richting liefde, vrede, harmonie, balans, welvaart, geluk, vreugde, lichamelijke gezondheid, mentale gezondheid, verbondenheid, éénheid, verbroedering, omarming, ontspanning, natuur, spiritualiteit, waarheid, realiteit, eerlijkheid, wijsheid, helderheid, dankbaarheid, rust, rijkdom,...

*ik ben liefde, ik ben vrede,
ik ben harmonie, ik ben balans*

Is dat de richting waar jij ook maar al te graag wilt heenvaren? Wens jij diep of ondiep vanbinnen uit je hart dat dit ook wel mag voor jou? Voor al je mooie vrienden en je geliefde familie? Dat ieder gelukkig mag zijn, een goede gezondheid heeft, veel vriendschap, vreugde en geluk in zijn en haar leven? Dan wens ik je van harte welkom aan boord medereiziger! We zijn tenslotte allemaal verbonden aan elkaar en ieder van ons is hier om uiteindelijk diezelfde reis afteleggen. Allemaal samen. Of we nu aan de andere kant van de aarde verblijven, of het nu mens, fauna & flora of insect is. We mogen nooit vergeten dat wij samen één bron van pure energie vormen en dansen op de melodie die wij zelf componeren. We leven allen samen, elke dag en nacht op onze moeder aarde, dus laten we samen, dan ook prachtige muziek maken.

*energie die jij
de kosmos in zend
straalt tot op
planeten en sterren.
lichtjaren ver verwijderd
hier vandaan*