

De wereld van levende energie

Incasjamanisme in de praktijk

Inge Teunissen & Peter Geraedts

De wereld van levende energie

Incasjamanisme in de praktijk

© 2022 en © 2024 Inge Teunissen & Peter Geraedts

Eerste druk juni 2022, tweede druk december 2024

Omslagontwerp en illustratie Peter Geraedts

Illustraties binnenwerk Peter Geraedts

Opmaak binnenwerk Inge Teunissen

ISBN 9789403778532

NUR 728 / Spiritualiteit

Niets van deze uitgave mag gepubliceerd, openbaar worden gemaakt of uitgegeven worden zonder nadrukkelijke toestemming van de auteurs.

INHOUDSOPGAVE

| | |
|---|-----------|
| Inleiding | 13 |
| Deel 1 – Een pad van het hart | 17 |
| 1. Profetieën van de Incasjamanen | 18 |
| De omwenteling naar de nieuwe tijd – Mosoq Tiempo | 18 |
| 2. Kosmologie van de Incasjamanen | 20 |
| Geschiedenis | 20 |
| De wereld van levende energie | 21 |
| Sami en hucha | 21 |
| Drie werelden | 22 |
| Sterrenkinderen | 22 |
| De zonnegod | 22 |
| Moeder Aarde en de bergen | 23 |
| Soorten paqo's | 24 |
| De zeven godinnen van de Andes | 24 |
| Pad van het hart | 25 |
| 3. Ceremonieën en rituelen | 26 |
| Het creëren van een heilige ruimte | 26 |
| Tawantin Suyukuna (de 4 windrichtingen) | 27 |
| Het aanroepen van de windrichtingen | 28 |
| De wiraqocha | 30 |
| Een despacho ceremonie | 31 |
| Het Saminchakuy ritueel | 34 |
| Uitvoering | 34 |
| Het Muki ritueel | 39 |
| Uitvoering | 40 |
| Het Anchanchu ritueel | 43 |
| Uitvoering | 43 |
| 4. De mesa | 47 |
| Vorming, samenstelling en voeding | 47 |
| Jij bent de mesa, de mesa is jou | 47 |
| Mesastenen ontmoeten | 47 |
| Samenstelling | 48 |
| Luisteren naar khuya's | 48 |

| | |
|---|-----------|
| Voeding en reiniging | 49 |
| Samay – khuya's in rust | 49 |
| Vervanging van khuya's | 50 |
| Een nieuwe of bestaande mesa | 50 |
| De energetische mesa | 50 |
| Spelen met de khuya's | 50 |
| De khuya's van de windrichtingen | 51 |
| De oostkhuya – Alto khaja khuya | 51 |
| De zuidkhuya – Pukara mesa | 51 |
| De westkhuya – Una khuya | 52 |
| De noordkhuya – Wayra of Q'ente khuya | 52 |
| Contact maken en wennen aan de khuya's | 53 |
| Slapen met de khuya's | 53 |
| De khuya's voeden met de vier elementen | 53 |
| Oefeningen met de khuya's 1 t/m 4 | 54 |
| De oostkhuya | 54 |
| De zuidkhuya | 55 |
| De westkhuya | 56 |
| De noordkhuya | 57 |
| Gebruik van de khuya's op afstand | 59 |
| | |
| 5. Spirituele Quechua woorden | 60 |
| Meditatieoefening | 60 |
| Spirituele woordenlijst | 60 |
| | |
| Deel 2 – De essentie van het hart | 67 |
| | |
| 1. De 9 tempels van het hart – Sonqo T'aqwari | 68 |
| Overzicht | 68 |
| Tempel 1 – vreugde | 68 |
| Tempel 2 – bescheidenheid | 69 |
| Tempel 3 – zoetheid | 69 |
| Tempel 4 – dankbaarheid | 69 |
| Tempel 5 – harmonie | 69 |
| Tempel 6 – angst | 69 |
| Tempel 7 – boosheid | 70 |
| Tempel 8 – verdriet | 70 |
| Tempel 9 – wijsheid | 70 |
| Oefeningen met enkele tempels van het hart | 71 |
| Oefening met de tempel van zoetheid | 71 |

| | |
|---|----|
| Oefening met de tempel van angst | 71 |
| Oefening met de tempel van boosheid | 71 |
| Oefening met de tempel van wijsheid | 72 |
| Ritueel met de 9 tempels van het hart | 72 |
| 2. De regenbooglaag van de aarde | 73 |
| Overzicht van de 7 regenboog sublagen | 74 |
| Sublaag 1 – De tempel van Qollary | 74 |
| Sublaag 2 – De tempel van de hucha mikhuy | 74 |
| Sublaag 3 – De tempel van K'anचाq | 75 |
| Sublaag 4 – De tempel van de muki's | 75 |
| Sublaag 5 – De tempel van Kuyuq | 76 |
| Sublaag 6 – De tempel van Kawaq | 77 |
| Sublaag 7 – De tempel van Uma Kawaq | 77 |
| 3. Sjamanistische reizen | 79 |
| Stappen om te reizen | 79 |
| Meditatie – aandacht naar de ademhaling en het nu | 79 |
| Een mindfulness meditatie | 79 |
| Zintuigen openen – zien, voelen, horen, ruiken, proeven | 81 |
| Toestemming en intentie | 81 |
| Visualisaties bij sjamanistische reizen | 82 |
| Afsluiting van een reis | 82 |
| Traditionele Incamanieren van reizen | 83 |
| Oefeningen, meditaties en rites in de regenbooglaag | 84 |
| Oefening om de kamers te ervaren | 84 |
| Rite met de kristallen grot | 84 |
| Geleide meditatie in de 'green house' | 85 |
| Meditatie om contact te maken met je levensboom | 87 |
| Oefening om je te verbinden met visie | 87 |
| Oefening met de zevende sublaag | 87 |
| 4. De 3 innerlijke schijven | 90 |
| De gouden schijf | 90 |
| Innerlijke zielen- of zonnenschijf | 90 |
| De zilveren schijf | 90 |
| Traditionele Incameditatie met de drie schijven | 90 |
| Symbool om jezelf te centreren, variant 1 | 91 |
| Cirkel 1 | 92 |
| Cirkel 2 | 92 |

| | |
|---|------------|
| Cirkel 3 | 92 |
| Sluiting van de cirkels | 93 |
| Symbool om jezelf te centreren, variant 2 | 94 |
| Cirkel 1 | 94 |
| Cirkel 2 en 3 | 94 |
| Cirkel 4 | 95 |
| | |
| 5. Geluid en vibratie | 96 |
| Vier muziekinstrumenten | 96 |
| De drum | 96 |
| De fluit | 97 |
| De ratel | 98 |
| Belletjes | 98 |
| Ritmes en hun betekenis | 98 |
| De vier ritmes op de drum | 99 |
| Drumoefening met de gouden en zilveren schijf | 100 |
| | |
| 6. De mesa | 102 |
| De mesa – jouw heilige kosmos | 102 |
| Overzicht khuya 5 t/m 8 | 102 |
| Tweede bliksem khuya – Warmi khaya khuya | 102 |
| Berg khuya – Apu khuya | 102 |
| Eerste ñusta khuya – Lloq’y ñusta khuya | 103 |
| Pachamama khuya | 104 |
| Oefeningen met khuya’s 5 t/m 8 | 104 |
| Oefening met elke khuya | 104 |
| De tweede bliksem khuya | 104 |
| De berg khuya | 104 |
| De Pachamama khuya | 105 |
| Extra oefeningen | 105 |
| Een apachita bouwen | 105 |
| Een glas met water | 106 |
| | |
| Deel 3 – Openen voor kosmische energieën | 107 |
| | |
| 1. De hucha rumi | 108 |
| Eenvoudige zuivering met de hucha rumi | 109 |
| Intensieve zuivering met de hucha rumi | 110 |
| Geboorteritueel, zuivering en extractie met de hucha rumi | 112 |
| Combinatie hucha rumi zuivering met vibratie 1 | 115 |

| | |
|--|-----|
| Combinatie hucha rumi zuivering met vibratie 2 | 116 |
| Ritueel met het element hout | 118 |
| 2. De Plejaden – Qotokuna | 121 |
| De sterren van Qotokuna | 122 |
| Ster 1: Asterope – Puriq qoto | 122 |
| Ster 2: Taygeta – Tarpuq qoto | 122 |
| Ster 3: Maya – Ñawi qoto | 123 |
| Ster 4: Celaeno – Munay qoto | 123 |
| Ster 5: Electra – Llank’aq qoto | 123 |
| Ster 6: Merope – Yllari qoto | 123 |
| Ster 7: Alcyone – K’anचाq qoto | 124 |
| Ster 8: Pleione – Mama qoto | 124 |
| Ster 9: Atlas – Kuraq qoto | 124 |
| Een waarzegging met Qotokuna | 124 |
| 3. De initiatie van de Orion gordel | 126 |
| Het geven van de Orion initiatie | 127 |
| 4. K’anचाq illuminatie | 129 |
| 5. De 7 lagen van de bovenwereld | 131 |
| Laag 1 – De tempel van Muju | 131 |
| Kamer 1 – Sumaq Paqariy | 131 |
| Kamer 2 – K’anचाq | 132 |
| Kamer 3 – Animo | 132 |
| Laag 2 – De tempel van Puri | 132 |
| Kamer 1 – Paqaskan Ñan | 132 |
| Kamer 2 – Mosqoy | 132 |
| Kamer 3 – Yachachiq Qhari | 133 |
| Kamer 4 – Yachachiq Warmi | 133 |
| Kamer 5 – Rimanakuy | 133 |
| Kamer 6 – Qespi Khawana | 133 |
| Kamer 7 – Sumaq Yachay | 133 |
| Laag 3 – De tempel van Muju Chakuy | 134 |
| Kamer 1 – Uchuy Wawa | 134 |
| Kamer 2 – K’oňy | 134 |
| Kamer 3 – Maňakuy | 134 |
| Laag 4 – De tempel van Sumaq Kallpa | 134 |
| Kamer 1 – Munay Kallpa | 135 |

| | |
|---|------------|
| Kamer 2 – Servicio | 135 |
| Kamer 3 – Ayllin Kallpa | 135 |
| Laag 5 – De tempel van de bergen, Apukuna | 135 |
| Overzicht van 12 bergen | 136 |
| Laag 6 – De tempel van de sterren, Chaskakuna | 138 |
| Laag 7 – De tempel van Huñunakuy | 139 |
| Oefeningen, meditaties en rites in de 7 bovenlagen | 139 |
| Oefening om de kamers te ervaren | 139 |
| Oefening met het lichtkoord, tempel van Muju | 140 |
| Balansoefening, tempel van Puri | 141 |
| Oefening Sonqo Kichay, tempel van Sumaq Kallpa | 142 |
| Oefening met 12 bergen, tempel van de Apukuna | 143 |
| | |
| 6. De mesa | 144 |
| Overzicht khuya 9 t/m 13 | 144 |
| Tweede ñusta khuya – Panya ñusta khuya | 144 |
| Payala khuya | 144 |
| Machula khuya | 144 |
| Phiero khuya | 145 |
| Lineage khuya – Pacha estrella | 145 |
| Oefeningen met khuya's 9 t/m 13 | 147 |
| Oefening met elke khuya | 147 |
| De Phiero khuya | 147 |
| De lineage khuya | 148 |
| | |
| Deel 4 – Zegeningen van de mesa | 151 |
| | |
| 1. Inzegeningsceremonie van de volledige mesa | 152 |
| Uitvoering | 152 |
| Twee mesa's | 153 |
| Energetische check-up van de mesa | 153 |
| Doop van nieuwe khuya's en zegening van de mesa | 154 |
| Doop van nieuwe khuya's – rumi ununchay | 154 |
| Zegening van de mesa – yawarchakuy of mesa ch'allay | 155 |
| Een mesa op reis | 156 |
| | |
| 2. Zuiverings- en helingstechnieken | 157 |
| Zuiveringen | 157 |
| Kuti despacho | 157 |
| Zuivering met 5 stenen – pichay | 158 |

| | |
|--|------------|
| Helingen | 159 |
| Traditionele heling met vier khuya's | 159 |
| Illuminatie met kristallen | 162 |
| Heling voor het openen van het reservoir met nectar | 163 |
| Rituelen om projecties en triggers te helen | 166 |
| Ritueel met K'anचाq qoto en Ñawi qoto | 167 |
| Ritueel met 5 stenen | 167 |
| 3. Deeltechnieken tijdens helingen | 169 |
| Het doorsnijden van energetische koorden | 169 |
| Extractie van entiteiten | 171 |
| Ritueel voor extractie van voorouderlijke entiteiten met twee stenen | 172 |
| Ritueel voor extractie van voorouderlijke entiteiten in het maaggebied | 174 |
| Extractie van voorouderlijke entiteiten met de machula en de payala khuya, variant 1 | 175 |
| Extractie van voorouderlijke entiteiten met de machula en de payala khuya, variant 2 | 176 |
| Traditionele manieren om een zielsdeel op te halen | 176 |
| Ritueel 1 – een zielsdeel ophalen met een despacho | 177 |
| Ritueel 2 – een snelle manier om een zielsdeel op te halen | 179 |
| 4. Traditionele Incameditaties | 181 |
| Meditatie voor vergeving | 181 |
| Meditatie met de drie werelden | 181 |
| Meditatie om jezelf te omarmen – Inti Mama Mañakuq | 182 |
| 5. De Hatun Karpay – De drie grote inwijdingen | 183 |
| Munay – Yachay – Llank'ay | 183 |
| Zuiveringsritueel voor inwijdingen | 184 |
| De Munay Karpay | 185 |
| De Yachay Karpay | 185 |
| De Llank'ay Karpay | 185 |
| De Mosoq Karpay | 186 |
| Schema's | 187 |
| Schema 1: Betekenis en werking van alle khuya's | 188 |
| Schema 2: Positie van khuya's bij helingen | 192 |
| Schema 3: De 9 tempels van het hart | 195 |

| | |
|---|------------|
| Schema 4: De 7 regenboog sublagen van de aarde | 196 |
| Schema 5: De 7 lagen van de bovenwereld | 198 |
| Schema 6: Quechua namen van sterren en planeten | 202 |
| Schema 7: De symbolische betekenis van getallen | 203 |
| Schema 8: Quechua namen en de symbolische betekenis van kleuren | 204 |
| Quechua woordenlijst | 205 |
| Bronvermeldingen | 221 |
| Ter overdenking | 227 |
| Over de auteurs | 229 |
| Inge Teunissen | |
| Peter Geraedts | |

Inleiding

Een aantal decennia geleden daalden de Q'ero sjamanen, daartoe aangespoord door een eeuwenoude profetie, af uit hun dorpen in de hoge bergen van de Peruaanse Andes. Zij kwamen naar beneden om hun traditionele Incawijsheid en kennis in de wereld te brengen. Vanuit een diepgevoelde roeping dat hun oude wijsheid positieve invloed kon hebben en een belangrijk verschil kon maken in de nieuwe tijd die op komst was, reisden zij met tolken naar West-Europa en Noord-Amerika om helingen, inwijdingen, workshops en trainingen te geven aan westerse mensen.

Zo kwamen zij al snel twee keer per jaar naar Nederland en in 2011 startten ze een eigen, authentieke training om westerse mensen te onderwijzen en in te wijden op het pad van de Pampamesayoq. Hun oude wijsheid werd in die jaren, via de Engelse vertaling van hun toenmalige tolk Dennis Alejo Mango, opgetekend door Inge Teunissen in een vierdelige Engelstalige serie *The Path of the Energetic Mystic*. Inmiddels heeft hun oude kennis en wijsheid zich in het Nederlandse taalgebied verder verspreid. Wat in het eerste decennium van deze eeuw in huiskamersetting begon, verbreidde zich. Afgestudeerden van de Q'ero sjamanen gingen op hun beurt workshops en trainingen geven in de Nederlandse taal, zowel in Nederland als in België. Om verschillende redenen was er behoefte aan een Nederlandstalige training in deze bijzonder mooie, oude genezerstraditie.

Een Nederlandse vertaling van de serie leek voor de hand te liggen. Dat die nu voorligt in de vorm van 'een werkboek' komt door een ontmoeting tussen beide auteurs. Peter Geraedts, schrijver van verschillende boeken en afgestudeerd bij een Belgische sjamaan op het Incapad, kwam in contact met de uitgever waar de Engelstalige serie van Inge Teunissen was uitgegeven. In gesprek met de uitgever over de publicatie van zijn roman *De pelgrim en het ongeziene*, bracht Peter zijdelings naar voren dat hij een uitgebreid Nederlandstalig uittreksel had gemaakt van de ceremonieën, rituelen en helingstechnieken uit de serie. Tevens vertelde hij dat enkele Q'ero sjamanen hem hadden aangemoedigd om hun oude kennis en wijsheid als schrijver te delen en te verspreiden. De geïnteresseerde uitgever bracht Inge en Peter met elkaar in contact. Samen peilden ze of zij – op basis van Peters uittreksel en de vier Engelstalige boeken – een Nederlandstalig boek konden/wilden schrijven. Dat werd een volmondig 'Ja!'

Wij kenden elkaar niet, maar onze samenwerking om dit boek tot stand te brengen bleek verrassend aanvullend. De werksessies verliepen heel soepel, waren inspirerend en vol passie en bewondering voor dit oude medicijnpad van de

Inca's. Vanuit die passie is dit Nederlandstalige boek geschreven. Het is een ode aan deze traditionele, natuurgeneeskundige wijsheid die voor ons beiden een diepgaande, positieve invloed heeft op ons persoonlijke leven. Daarom bedanken wij vanuit ons hart alle Q'ero sjamanen die in de loop der jaren zijn afgereisd naar een totaal andere wereld dan die van henzelf en die de moed hebben opgebracht de cultuurschok te doorstaan om hun wijsheid te verspreiden en te delen met westerlingen zoals wij.

De intentie van dit boek is verdere verspreiding van het Incasjamanisme in het Nederlandse taalgebied, omdat wij van mening zijn dat de wijsheid van de Q'ero sjamanen een groot verschil kan maken in de levensomstandigheden van mensen, op de maatschappij en op het milieu. Het pad van de Incasjamanen is doordrongen van liefde en leven vanuit het hart, van dankbaarheid voor alles wat de aarde en de ons omringende kosmos ons geeft, van bescheidenheid en van een eenvoudige en op wederkerigheid gebaseerde leefstijl – het zogenoemde ayni.

Het is bedoeld als studieboek voor Nederlandstalige studenten op het pad van het Incasjamanisme en als naslagwerk voor helers op dit pad. Voor degenen die in het Nederlands trainingen of workshops geven in het Incasjamanisme kan dit boek een handleiding zijn. Het is ook bedoeld voor beoefenaars van andere sjamanistische richtingen, voor geïnteresseerden in dit pad en voor mensen die zelfheling willen toepassen. De mensen die nog onbekend zijn met deze materie, maar graag dit pad willen gaan lopen, raden wij aan om de begeleiding van een ervaren leraar of lerares op het Incapad te zoeken voor het oefenen met de rituelen, ceremonieën en helingstechnieken en hun vorming als sjamaan.

Zoals gezegd is het boek gebaseerd op de vierdelige serie *The Path of the Energetic Mystic*. Die boeken zijn de weerslag van een één-op-één vertaling van de leringen van de Q'ero sjamanen. Dat is dit boek nadrukkelijk niet; het is beschrijvend van aard. Achter in het boek is per deel en per hoofdstuk een lijst met bronvermeldingen opgenomen die verwijzen naar de serie, zodat de originele Engelse tekst gemakkelijk terug te vinden is. Hoewel de indeling van onderwerpen in de serie in hoofdlijnen is aangehouden, hebben wij sommige thema's of rituelen een andere plaats gegeven, omdat dit hier logischer was. Daarnaast hebben we extra kennis en wijsheid opgenomen vanuit onze aantekeningen, waarvan de meeste zijn gemaakt tijdens onze training op dit pad. Enkele oefeningen, rituelen en helingstechnieken zijn niet eerder gepubliceerd. Ook wordt wat uitgebreider ingegaan op het onderwerp sjamanistische reizen en meditatie-beoefening, omdat de Q'ero sjamanen daar tamelijk summier over waren. Als er sprake is van het gebruik van aantekeningen zijn deze eveneens vermeld in de lijst met bronvermeldingen.

Deel 1 is een introductie op het sjamanistische pad van de Pampamesayoq, ook wel hoeder van Moeder Aarde genoemd. De thema's in dit deel over de profetieën en de kosmologie van de Q'ero sjamanen bieden een kader waarbinnen de ceremonieën en rituelen die erna beschreven worden een duidelijke plaats en betekenis krijgen. De ceremonieën en rituelen die aan bod komen vormen de eerste stappen op dit pad.

De essentie van deel 2 wordt gevormd door het energetische hart en de cyclus van emoties die wij als mens doorlopen om te groeien naar wijsheid. Daarnaast wordt uitgebreid ingegaan op hoe te reizen in de lagen van Moeder Aarde en hoe te werken met de vele pure aarde-energieën, wezens en energetische instrumenten ter ondersteuning van helingsprocessen. De oefeningen en rituelen in dit deel zijn vooral gericht op zelfheling.

De kern van deel 3 wordt gevormd door de wijsheid van de Q'ero sjamanen over de kosmos en hoe als heler met de pure energie van sterrenstelsels, planeten en hemelwezens te werken. Daarnaast wordt in dit deel uitgebreid stilgestaan bij twee rivierstenen, de hucha rumi, waarmee een reeks diepgaande zuiveringsrituelen kan worden uitgevoerd.

Het laatste en vierde deel gaat hoofdzakelijk over de volledige mesa. Uitgebreid wordt ingegaan op hoe helingen te geven met meerdere mesastenen en deeltechnieken toe te passen tijdens helingen. In dit deel wordt daarnaast een overzicht gegeven van de drie grote inwijdingen op dit pad van de Pampamesayoq.

Over de opbouw van een eigen medicijnbundel, de mesa, wordt in elk van de vier delen van dit boek uitgebreid ingegaan. De mesa is immers het belangrijkste medicijn van een Pampamesayoq. Alle ceremonieën, rituelen, oefeningen en helingstechnieken die worden beschreven, zijn voorzien van een korte introductie waarin de intentie ervan wordt verwoord.

Omdat de Q'ero sjamanen en de mensen die zij helen tot beide geslachten behoren, wisselen wij in de tekst willekeurig af tussen hij/hem en zij/haar.

Tot slot is een Quechua woordenlijst met Nederlandstalige uitleg opgenomen.

Thans ligt er een tweede druk van dit werkboek voor, heruitgegeven bij Bookmundo. Met een nieuwe omslag en kleine aanpassingen in de tekst. Opnieuw hebben wij er met enthousiasme en passie aan gewerkt, gestimuleerd door de goede ontvangst ervan in de afgelopen jaren. Wij hopen dat de lezer dit boek als een waardevolle aanvulling ervaart op het pad van het Incasjamanisme.

Inge Teunissen en Peter Geraedts

Deel 1 – Een pad van het hart

Het eerste deel van dit boek is een introductie op het sjamanistische pad van de Pampamesayoq, hoeder van Moeder Aarde, volgens de traditie van de Q'ero sjamanen uit de hoge Andes van Peru. De thema's in deel 1 over hun profetieën en kosmologie bieden een kader waarbinnen de ceremonieën en rituelen die erna beschreven worden een duidelijke plaats en betekenis krijgen. De ceremonieën en rituelen die aan bod komen, vormen – naast het leren van een aantal belangrijke spirituele woorden – tezamen de eerste stappen op dit pad voor studenten en geïnteresseerden.

1. Profetieën van de Incasjamanen

De Q'ero indianen zijn de directe afstammelingen van de oude Inca's. Bij de Spaanse verovering van Zuid-Amerika in de zestiende eeuw vluchtten ze naar plekken hoog in het Andesgebergte. Daar waren ze onvindbaar voor de Spaanse veroveraars. De oorspronkelijke leringen van hun voorouderlijke medicijnmannen en -vrouwen werden onveranderd van generatie op generatie doorgegeven. Door het eeuwenlange isolement is hun kennis en wijsheid authentiek gebleven. Een deel van deze mondeling overgeleverde wijsheid betreft hun profetieën. We bespreken één belangrijke profetie, namelijk de omwenteling die wordt aangeduid met 'de nieuwe tijd'. Volgens de Q'ero sjamanen is het een tijd waarin de Inca's, hun voorouders, terugkeren.

De omwenteling naar de nieuwe tijd – Mosoq Tiempo

Een van de profetieën van de Q'ero sjamanen – die in hun eigen taal 'paqo's' worden genoemd – spreekt van een omwenteling. Deze periode – 'pachakuti' in het Quechua – breekt volgens de profetie aan als de gletsjers van de hoge Andes gaan smelten en de temperatuur op aarde gaat stijgen. Deze pachakuti is een tijd van veranderende kosmische energie en vibratie. Tevens is het een periode waarin mogelijk nieuwe ziektes kunnen ontstaan, zoals huidziekten. Ook kunnen hormonale veranderingen optreden. Tijdens de pachakuti krijgen mensen de mogelijkheid om te communiceren met voorouders en met overige overleden zielen. Ook onze verbinding met Pachamama, Moeder Aarde, wordt in die periode meer voelbaar voor ons. Volgens deze profetie is het een tijd om hun oude kennis en wijsheid met anderen te gaan delen.

Inmiddels is het alweer ruim dertig jaar geleden dat deze pachakuti aanving. Toen begonnen de ijskappen in het Andesgebergte te smelten. De Q'ero paqo's verlieten hun dorpen hoog in de bergen om na vijfhonderd jaar van afzondering hun kennis en wijsheid te gaan verspreiden. In eerste instantie gebeurde dat in nabijgelegen steden in Peru. De Q'ero paqo's kregen leerlingen buiten hun eigen dorpen, Peruanen en buitenlanders. Ze gaven helingen aan de plaatselijke bevolking. Door contact met westerlingen, onder wie Joan Parisi Wilcox, Elisabeth Jenkins en Alberto Villoldo, zagen ze mogelijkheden om de profetie verder te vervullen door hun kennis en wijsheid buiten Peru te verbreiden. Momenteel reizen veel Q'ero paqo's over de wereld om hun kennis te delen om op die manier Pachamama en de mensheid te helpen.

In het begin van de jaren 90 van de vorige eeuw startte volgens de paqo's een periode van verandering voor mens en aarde. Deze ontvouwt zich in ver-

schillende fasen, gerelateerd aan de verandering van standen van diverse planeten en sterrenstelsels. Hierdoor werden kosmische poorten geopend die invloed hebben op de energie en vibratie van de aarde en van de mens.

Volgens hun profetie vond het belangrijkste omslagpunt plaats in het jaar 2012. Vanaf dat jaar begon de nieuwe tijd: Mosoq Tiempo. Gedurende de zonnenuwende van 21 juni 2012 stonden volgens de paqo's vier hemellichamen op één lijn: de zon, Venus, Orion en Mercurius. Ook op 21 december 2012 stond er wederom een aantal planeten op één lijn. Dit leidde volgens hen tot een frequentieverhoging van de aarde en de mensheid. Hierdoor konden mensen gevoeliger worden voor wat er in hen en om hen heen gebeurde. Zo voelen steeds meer mensen de pijn van Moeder Aarde, die wordt veroorzaakt door de manier waarop wij met haar om zijn gegaan en dat nog steeds doen. De Q'ero paqo's gaan er vanuit dat Moeder Aarde bewustzijn heeft en dat haar pijn aardbevingen, orkanen en rampen veroorzaakt. Eveneens worden meer mensen gevoeliger voor hoe wordt omgegaan met het dierenrijk en gaan velen steeds bewuster om met hun voeding.

In 2012 kende de transitie naar de nieuwe tijd drie fasen, waarin zich steeds kosmische poorten openden. Hierdoor kwam er een betere toegang tot zowel ons bewustzijn als ons onderbewustzijn en kwam er meer verbinding tussen ons fysieke lichaam en ons energieveld. De paqo's nodigen hun leerlingen uit actief mee te werken aan dit veranderingsproces onder meer door heling van emoties die de kop opsteken. Door meer bewustwording van onze schaduwkanten, projecties en egoïstische trekjes verbeteren we onze fysieke gezondheid en vergroten we onze betrokkenheid bij andere mensen en de wereld.

Ook achteraf is het mogelijk om contact te maken met de energie van de kosmische poorten die in 2012 zijn geopend en dit veranderingsproces in te gaan. Bovendien is de transitie niet beperkt tot deze fasen, maar gaat voortdurend verder. Ook nu ervaren we nog steeds frequentieveranderingen.

2. Kosmologie van de Incasjamanen

Geschiedenis

De ontstaanslegende van de Q'ero indianen vertelt dat in oude tijden de Andes werd overheerst door een krijgersstam, de Wari genaamd. Door hun oorlogszucht schiepen zij alom instabiliteit en chaos. Vader Zon en Moeder Maan stuurden daarom Manco Capac en Mama Ocllo tezamen naar het zuidelijk halfrond om harmonie te brengen. Mama Ocllo en Manco Capac hadden een gouden staf bij zich. Manco Capac gooide die staf vele malen tot hij in de aarde bleef staan op de plek waar nu de stad Cuzco is. Zo ontstond het Incarijk met deze stad als het centrum ervan. In die tijd stond de agrarische samenleving aan het begin en ontstond er een leefwijze gebaseerd op wederkerigheid tussen de vele stammen in de Andes. Het was een tijd van actieve ruilhandel tussen de indiaanse veetelers die hoog in de bergen leefden en de kleine landbouwers in de lagere gebieden. Dieren en huiden, aardappelen en graan, zout, suiker en kruiden werden geruild in lokale marktplaatsen. Er brak een tijd van vrede aan.

De voortzetting van het Incarijk in de middeleeuwen versterkte deze vreedzame tendens. Door het aangaan van huwelijken tussen familieleden van stamhoofden en van de koninklijke familie werden stammen in het rijk geïntegreerd en werd uiteindelijk een uitgestrekt en zeer goed georganiseerd rijk geschapen met wegen, waterwerken, architectonisch beroemde gebouwen en tempels en opslagplaatsen voor voedsel en kleding voor alle inwoners.

Na een welvarende periode van honderd jaar waarin arm en rijk het goed hadden, luidde de komst van de Spaanse kolonisten een tijd van roofzucht, geweld en ziekte in. Het Incarijk stortte snel ineen, het aantal doden onder de inheemse bevolking was enorm. De Spanjaarden kwamen aan de macht en introduceerden, eveneens op gewelddadige wijze, het katholicisme. De Inca's werden niet alleen fysiek gedood, maar ook het inheemse geloof, hun ziel, werd vernietigd.

Nog steeds worden de Inca's herdacht door sjamanen uit de Andes. Tijdens ceremonieën en rituelen besteden zij aandacht aan de heling van hun ziel. Ook inheemse vrouwen weven ter nagedachtenis en ter ere van de Inca's nog altijd symbolen in hun doeken.

Tijdens de verovering door de Spanjaarden vluchtten Incastammen hoog de bergen of diep de jungle van de Amazone in om aan de achtervolging van de Spanjaarden te ontkomen. Zo ook de Q'ero indianen, waarvan gebleken is dat zij directe afstammelingen van de Inca's zijn.

Op incidenteel contact met de Spaanse kolonisten na, leefden de Q'ero indi-

anen afgezonderd van de rest van de wereld. Het eerste contact dat westers geschoolde wetenschappers hadden met de Q'ero indianen in de bergen dateert van 1955. Een expeditie onder leiding van cultureel antropoloog don Oscar Nuñez del Prado had een eerste ontmoeting met hen na eeuwen van afzondering. Het vermoeden over directe afstamming van de Inca's werd niet alleen bevestigd doordat de Q'ero de oude Incataal spraken, maar vooral door de quipu die bij hen nog in gebruik was. Omdat de Inca's geen geschreven taal kenden, gebruikten zij de quipu als geheugensteun; een groot koord met kleinere koorden eraan vast met knoopjes erin. De knoopjes staan onder andere voor gebeurtenissen, data of cijfers.

Voor wie meer wil lezen over de Spaanse verovering van het Incarijk en de profetieën van de Inca's raden wij de boeken *The Conquest of the Incas* van John Hemming en *The Secret of the Incas. Myth, Astronomy and the War against Time* van William Sullivan aan.

De wereld van levende energie

Volgens de Q'ero paqo's bestaat het gehele universum uit levende energie. Het is de bron waar alles uit voortkomt. De wereld van levende energie noemen zij kawsay pacha. Sterren en planeten, rivieren en zeeën, bergen en stenen, bomen en planten, huizen, meubels en voertuigen, voedsel, mensen en dieren, bestaan alle uit levende energie en staan energetisch in verbinding met elkaar. Zoals een vlinder die met zijn vleugels een lichte trilling in de lucht veroorzaakt wat de aanzet kan zijn tot iets dat aan de andere kant van de wereld kan uitgroeien tot een storm. De wereld van levende energie, de eenheid en verbondenheid ervan is de essentie van de kosmologie van de Q'ero paqo's. In ceremonieën, rituelen en helingen verbinden zij zich met deze kosmische energieën. Door deze te 'lezen' ontwikkelen zij zichzelf tot meesters in genezing op energetisch niveau. Het leren voelen van energie zonder iets aan te raken, is voor jonge leerlingen van de paqo's in hun eigen gemeenschap de eerste stap op het pad.

Een uitgebreide beschrijving van de wereld van levende energie vind je in het boek van Joan Parisi Wilcox, *Masters of the Living Energy. The Mystical World of the Q'ero of Peru*.

Sami en hucha

De Q'ero sjamanen onderscheiden twee hoofdsoorten van kosmische energie. Pure lichtenergie, in Quechua 'sami' genoemd, en zware energie, ofwel 'hucha'. Meestal zijn mensen de dragers van zware energie die wordt veroorzaakt door conflicten, geweld, competitie of boosheid. Soms kunnen ook dieren zware ener-

gie met zich meedragen en kan hucha voorkomen op bepaalde plekken in de natuur of in huizen en gebouwen. Dit onderscheid tussen zuivere en zware energie is niet het verschil tussen goed en kwaad. De paqo's verbinden er geen oordeel aan; beide zijn simpelweg energie.

Drie werelden

De Q'ero kosmologie kent drie werelden. De bovenwereld – 'hanaq pacha' in Quechua – de middenwereld – 'kay pacha' – en de onderwereld – 'ukhu pacha'. De onderwereld en de bovenwereld hebben voor de Q'ero paqo's een geheel andere betekenis dan in de christelijke religie. In dat geloof is de onderwereld de hel waar de duivel heer en meester is. Voor de paqo's is de onderwereld de binnenwereld van Moeder Aarde waar zich in diverse lagen tempels en wezens bevinden met zuivere, helende energie. Iets soortgelijks geldt voor hun bovenwereld. Een hemel zoals in de christelijke religie kennen zij niet.

De drie werelden hebben ieder een spirituele poortwachter die wordt geëerd en aangeroepen als de paqo's sjamanistische reizen tussen de werelden ondernemen. Voor die reizen is toestemming van deze poortwachters nodig. Zij beschermen de paqo tijdens zijn reis. Enkele van deze poortwachters zijn de Incakoningen van weleer.

Sterrenkinderen

In hun ontstaanslegende van het heelal schiep de god Wiraqocha de zon en de maan. Vader Zon en Moeder Maan gaven geboorte aan de sterren. De Q'ero paqo's beschouwen zichzelf als sterrenkinderen. Als je hen vraagt waar ze vandaan komen, zullen velen van hen zeggen dat ze van de Plejaden komen, het sterrenstelsel van de zeven zusters. Dit sterrenstelsel is in West-Europa in de wintertijd te zien en ligt dichtbij Orion. De astrologische kennis van de paqo's is zeer uitgebreid. De stand van de zon, de maan, planeten en sterrenstelsels is voor hen altijd bepalend geweest om tijdstippen en periodes te onderscheiden. Onder meer voor het zaaien en oogsten, het dagritme, voor de talloze vieringen en festivals, voor ontmoetingen en voor hun profetieën.

De zonnegod

De zon is voor de Q'ero sjamanen een belangrijke god. Zij beschouwen zichzelf als het volk van de zon en zien de zon als een medicijn god en een leraar. De beroemde ovalen gouden schijf die in de belangrijkste Incatempel van de stad Cuzco hing, de toenmalige hoofdstad van het Incarijk, stond hiervoor symbool. De gouden schijf vormde het tastbare symbool tussen de Inca's en de zonnegod.

De tempel Qori Kancha in Cuzco was het spirituele middelpunt van het Incarijk.

De zonnewendes in juni en december zijn voor de paqo's belangrijke feestdagen. Daarnaast eren zij ook Moeder Maan tijdens de volle maancycli met ceremoniën.

Moeder Aarde en de bergen

De Q'ero paqo's spreken over onze planeet als de Moeder en beschouwen de aarde als een baarmoeder. Pachamama voedt ons en geeft ons alles wat we nodig hebben. Om in een wederkerige relatie met haar te leven eren de Q'ero indianen haar veelvuldig met offerandes en gebruiken zij alles wat ze van haar ontvangen, ook door recycling. Deze wederkerige relatie wordt in het Quechua 'ayni' genoemd en is een centraal begrip in hun levenswijze. Als zij bijvoorbeeld 's ochtends voedsel klaarmaken wordt dit gedurende de dag helemaal opgegeten. Voedsel verspillen is voor hen hetzelfde als zware energie creëren en een uiting van disrespect.

Het medicijn van een Q'ero paqo wordt eveneens door Moeder Aarde geschonken: stenen en kristallen, cocabladeren, kruiden, bloemen, wol, dierlijke vetten en dierenhuiden. Zij geeft ons helende energie en als we opmerkzaam zijn, kan zij ons adviseren door ons signalen te geven. De Q'ero paqo's leven daarom in harmonie en in dankbaarheid met Moeder Aarde, wat zij dagelijks veelvuldig op verschillende manieren uiten.

Het pad van de Q'ero sjamanen is ook het pad van de bergen. Zij geloven in de natuurlijke kracht van de bergen – 'apu's' in Quechua – en eren hen zoals Moeder Aarde. Iedere paqo kent een geboorteberg, een berg waarbij hij vlakbij is geboren en waarmee hij energetisch nauw in verbinding staat. Elke berg in de Andes draagt voor hen een zekere helende energie, die overigens voor elke paqo weer anders kan zijn.

De berg Umantay staat voor veel paqo's voor wijsheid. Hebben zij vragen over hun werk als paqo dan maken zij een tocht naar deze berg, verblijven daar een tijd biddend en in contemplatie en maken een despacho of een apachita om de berg te eren. Een apachita is een bouwsel van op elkaar gestapelde stenen met de mesa er bovenop.

De berg Salkantay wordt door velen van hen beschouwd als een vrouwelijke berg. Het is de berg waar de godin Tomasa Huaman Tik'lla resideert, de godin van vrijheid. Deze berg kan worden bezocht om haar te ontmoeten. Soms, bij wijze van pelgrimage, klimmen paqo's naar de hoogste top van een berg om hun ziel te reinigen met salqa, de reinste energie op een bergtop. In ceremoniën, rituelen en bij helingen roepen zij de helende energie van de bergen aan.

Soorten paqo's

De Q'ero onderscheiden drie hoofdsoorten sjamanen. Zij die vooral met Moeder Aarde in contact staan worden Pampamesayoc genoemd; zij zijn hoeders van Moeder Aarde. Daarnaast kennen zij sjamanen die voornamelijk in contact staan met de bergen en de bovenwereld. Deze sjamanen worden Altomesayoc genoemd. Om Altomesayoc te worden moet je volgens de traditie drie keer achter elkaar door de bliksem worden getroffen. Slechts een enkeling overleeft dit. Tenslotte kennen zij de zogenaamde Kuraq Akulleq, wat wijze man betekent. Het is een paqo die veel ervaring heeft opgedaan op het pad en wordt gekozen door de Q'ero gemeenschap.

De zeven godinnen van de Andes

Naast kosmische goden, zoals de schepper Wiraqocha, de zon en de maan, kennen de paqo's zeven godinnen. Eén van hen resideert in het Titicaca meer, de anderen in de bergen van de Andes. Zij worden ñusta's genoemd. De paqo's kennen veel meer ñusta's, maar deze zeven godinnen zijn de belangrijkste helpsters van Moeder Aarde. Elke godin correspondeert tevens met een van de zeven hoofdchakra's. De paqo's geven initiaties om studenten en geïnteresseerden in te wijden in de heilige energie van deze godinnen.

| | |
|-----------------------|--|
| Mama Ocllo | : de godin van het licht en van gronding, chakra 1 |
| Doña Mujia | : de godin van emoties, chakra 2 |
| Mama Simona | : de godin van de oorsprong, van de voorouders, chakra 3 |
| Doña Teresa | : de godin van het hart, chakra 4 |
| Maria Sakapana | : de godin van de wind en van communicatie, chakra 5 |
| Huana Huaman Tik'lla | : de godin van visie, chakra 6 |
| Tomasa Huaman Tik'lla | : de godin van wijsheid en vrijheid, chakra 7 |

Het is mogelijk een aparte ñusta mesa samen te stellen. Karen van Doesburg beschrijft deze godinnen en de inwijdingen uitgebreid in haar boek *De 7 godinnen-inwijdingen uit de Andes. Kanchis Ñusta Karpay. Oude wijsheid voor een nieuw tijdperk*.

Bij ceremonieën, helingen en inwijdingen verbinden de Q'ero sjamanen zich met deze onzichtbare wereld van kosmische krachten en wezens, met Moeder Aarde, de bergen en hun godinnen. Zij roepen ze aan en ze komen meteen, zonder te hoeven smeken om hulp, zoals in het christelijk geloof. Want de Q'ero paqo's