

DE NAAKTE WAARHEID VAN MIJN REIS



VOOR WIE VOELT DAT ER MEER MOGELIJK IS EN DE MOED
HEEFT OM DAT LEVEN TE REALISEREN

✧ **De reis in het kort** ✧

Geen handleiding.

Geen “10 stappen naar verlichting”.

Geen glossy filter of spiritueel sausje.

Alleen een mens.

Op blote voeten.

Die viel, vervloekte, voelde, en weer opstond.

Soms struikelend over ego.

Soms zwevend op licht.

Wat volgt is niet de waarheid.

Maar *mijn* waarheid.

En misschien... raakt er iets van jou.

Welkom!

De Naakte Waarheid van mijn Reis
Copyright © 2026 Hanneke Rajah'es
ISBN: 9789465312026
Eerste druk, 2026
Uitgegeven via Bookmundo (Nederlandse editie)

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen
in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt
in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch,
mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere
manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de
auteur.

DE SPRONG NAAR HET ONBEKENDE

Al een tijd voel ik me onrustig en schommelend in mijn emoties. Het is alsof ik op een wankelende boot sta, op golven die ik niet kan voorspellen. Nu is dat niet helemaal nieuw voor me -- ik ben hypergevoelig. Voor de astrologen onder ons: mijn zon staat in Kreeft, ascendant in Kreeft, maan in Vissen en nog meer water... Soms verdrink ik letterlijk in alle emoties die over me heen spoelen.

Het goede nieuws? Ik kan goed met mezelf omgaan. De rest van de wereld... dat is nog werk in uitvoering.

Omdat ik mezelf uitstekend gezelschap vind, besluit ik iets drastisch te doen: vier maanden alleen op reis gaan.

Een fantastische artiest en healer zei ooit tegen me: "ik zie dat je naar Portugal gaat voor een tijd en op een heel liefdevolle plek belandt, met gelijkgestemden -- een community." Plotseling beginnen andere mensen in mijn omgeving ook over Portugal te praten. Ik ben altijd zeer alert op dit soort signalen, en dit raakt me diep. Het hakt er letterlijk in.

Het wordt tijd om te onderzoeken of ik deze mogelijkheid voor mezelf kan creëren.

Onmiddellijk bemoeit mijn verstand zich ermee en fluistert dat dit onmogelijk is vanwege mijn werk. Ik negeer deze beperkende gedachte resoluut en besluit met een volledig open mind op onderzoek uit te gaan.

Hmm, een community... dat klinkt intrigerend. Mensen die me werkelijk zien en voelen zoals ik in de kern ben -- dat klinkt ook niet vervelend. Een Google-zoektocht naar "communities in Portugal" levert een overweldigende hoeveelheid resultaten op. Waar moet ik in godsnaam beginnen?

Na een week googlen en innerlijk voelen, merk ik dat vier communities mijn aandacht vragen. Iets in me resoneert met hen. Ik mail ze allemaal en deel mijn persoonlijke verhaal -- kwetsbaar, maar oprecht.

De volgende dag ontvang ik een bijzonder vriendelijk bericht van een van de aangeschreven communities: Healing Circle Sanctuary. De persoon die de community leidt, stelt voor om te bellen. Leuk!

De dag daarop bel ik met Will, de visionair en spil van de community. Onmiddellijk voel ik een mooie, bijzondere connectie met haar. Op een natuurlijke, vloeiende manier delen we onze diepste gevoelens en persoonlijke processen. Mijn hele wezen weet: hier mag ik naartoe.

Mijn verstand herinnert me er vriendelijk maar dringend aan dat er nog allerlei andere opties zijn. Ja-haaa! Het zal je niet verbazen dat alle andere communities afwijzend of helemaal niet reageren.

Oké, de plek is geregeld. Ik zou voor een paar maanden naar deze community kunnen gaan. Nu nog mijn werk...

Ik weet dat het binnen het bedrijf waar ik werk absoluut niet gebruikelijk is om op afstand te werken. En zonder inkomen leven is voor mij geen optie. Maar mijn functie als bedrijfsjurist? Die kan prima op afstand uitgeoefend worden. Wie niet waagt, die niet wint, toch?

Op mijn werk krijg ik verbazingwekkend snel groen licht. Alle deuren zwaaien open alsof het Universum meewerkt. Ineens is het niet langer alleen een vage droom -- het begint serieuze, realistische vormen aan te nemen.

Nu wordt het spannend.

Ik besluit eerst een week naar de community te gaan, om een gevoel te krijgen voor wat me daar wacht.

WANNEER MASKERS MOGEN VALLEN

Will haalt me op bij het treinstation. Er komt een auto aangereden met een hyperenthousiast zwaaiende vrouw achter het stuur -- dat moet haar zijn! Wat een hartelijke, open en liefdevolle ontvangst. Ze is precies de vrouw zoals ik haar telefonisch aanvoelde: warm, authentiek, stralend van levensenergie. Ze is van Nederlandse afkomst, dus we babbelen meteen lekker los in het Nederlands.

Eenmaal bij de community aangekomen, kijk ik mijn ogen uit.

Ik word niet alleen verwelkomd door allemaal prachtige mensen die daar verblijven -- het is ook een gezellige beestenboel van activiteit. Iedereen beweegt vrij door het huis: de een is aan het koken, de ander zwemt tussen de kikkers in de natuurlijke pool, weer een ander maakt muziek. Iedereen doet precies waar hij of zij zin in heeft, en het loopt op een wonderlijk harmonieuze manier door elkaar heen.

Het voelt als een familie waar mensen oprecht voor elkaar zorgen. Degene die kookt, zorgt ervoor dat niemand iets tekortkomt. Anderen voelen zich vanzelf geroepen om de afwas te doen. Wil iemand naar het strand? Dan wordt dat in een app gezet of vrolijk door het huis geroepen. Jemig, wat een andere wereld en manier van leven. Ik word er diep door geraakt.

Will's denkwijze en groepsbewustzijn zijn bijzonder inspirerend. Wat een uitzonderlijke vrouw, die iedereen volledig accepteert en Azarmt zoals deze mens werkelijk is. Wat me opvalt, is dat iedereen zijn rol neemt -- niet vanuit een "moeten", maar vanuit een oprecht "willen". Ieder mens brengt zijn unieke talenten en passies in, en samen vormt dat een levend, ademend geheel.

Hier ervaar ik voor het eerst hoe het voelt om de authenticiteit van een mens écht in te zetten. Om vanuit die authenticiteit te leven, in plaats van voortdurend verschillende rollen aan te nemen -- de echtgenote, de werknemer, de moeder. Zoveel mensen zijn (bewust of onbewust)

geneigd maskers op te zetten. Hoe bevrijdend is het om te kiezen voor slechts één rol: die van jezelf.

Het was op momenten ook confronterend. Ik besef me hoe individualistisch mijn denkwijze op sommige punten nog altijd is. En dat terwijl ik mezelf beschouw als een vrijgevig, harmonieus mens die vanuit het hart leeft. Best schokkend, eigenlijk.

Het is heerlijk om 's ochtends wakker te worden en je te begeven tussen deze familie die je al vroeg zingend goedemorgen wenst, of je begroet met een warme, spontane knuffel. Ik word onmiddellijk vrolijk van deze vrije, positieve en speelse zielen.

De week vliegt voorbij en ineens zit ik weer in het vliegtuig terug naar Nederland.

Thuis aangekomen besef ik me dat de ervaring van het community-leven in Portugal behoorlijk overweldigend was. Ik voel me plotseling ontzettend moe van alle opgedane indrukken -- alsof mijn systeem tijd nodig heeft om alles te verwerken.

Het is goed om weer terug te keren bij mijn eigen gevoel en me af te vragen: "Wat past werkelijk bij mij?"

Ik realiseer me dat dit een unieke, kostbare ervaring is geweest. Ik wil dolgraag de verbinding met Healing Circle Sanctuary behouden. Tegelijkertijd voel ik dat ik meer wil ontdekken -- dat mijn reis van vier maanden op verschillende plekken doorgebracht moet worden.

Maar eerst moet ik nog iets anders regelen...

DE GEBROEDERS EDUARD & ERNEST

Wat is het lastig om je (in mijn geval harige en pluizige) kinderen achter te laten. De gebroeders Eduard & Ernest zijn ragamuffins die net als ik zeer gevoelig zijn. Een golf van schuld spoelt over me heen -- ze zijn al zo vaak verhuisd met mij, en nu moeten ze weer naar een vreemde

plek. De kattenkenners onder ons weten: katten zijn niet bepaald dol op verandering.

Op dat moment realiseer ik me iets fundamenteels: transformatie en persoonlijke groei gaan altijd gepaard met moed, en ja, ook met een zekere pijn of verlies. Als je eenmaal hebt geproefd van de sprongen die je in je transformatieproces kunt maken, wil je alleen nog maar verder springen. En ik voel diep in mijn botten dat deze reis me naar plekken gaat brengen waar ik nog nooit ben geweest. Innerlijk, bedoel ik.

Het wordt tijd om mijn veilige vijver te verlaten en te ontdekken waaruit de oceaan bestaat.

Oké, de stap is gezet. Ik ga een liefdevol thuis voor mijn kinderen vinden. Natuurlijk wil ik dat ze terechtkomen bij mensen die ik ken en vertrouw.

Op mijn werk staat de datum van vertrek vast. De tijd begint te dringen en ik heb nog steeds niemand gevonden die de zorg voor de katten kan opnemen. Ik begin te twijfelen: misschien is dit hele plan niet voorbestemd. Als het immers de bedoeling is dat ik naar Portugal ga, zou dit toch ook moeiteloos moeten verlopen?

Er gaan een paar dagen voorbij en ik merk dat ik mijn gedachten begin te stretchen. Ken je dat gevoel? Je stelt allerlei voorwaarden aan iets en bent ervan overtuigd dat het alleen onder die voorwaarden mogelijk is. Alleen als aan die voorwaarden wordt voldaan, is het een optie -- maak je jezelf wijs.

Ik betrap mezelf op de beperkingen die ik aan de situatie opleg. Een van mijn voorwaarden was dat ik degene die voor mijn katten gaat zorgen moet kennen. Ik moet namelijk weten of diegene de sensitiviteit en liefde voor deze bijzondere dieren bezit.

Waar ik eerst alleen in mijn nabije kring zocht, ontstaat nu een nieuw idee: een bericht plaatsen in een groepsapp van mijn sjamanistische

breathwork opleiding -- allemaal fijne, sensitieve mensen. Nog diezelfde dag reageert iemand dat ze ervoor openstaat!

Vaak ligt de oplossing voor het oprapen. Het zijn slechts je eigen gedachten die je belemmeren.

Ik kan het niet geloven -- YESSS: IK GA NAAR PORTUGAL...

VISIOEN

Ik lig in bed, in mijn huis in Eindhoven. Over een paar dagen is het zover -- dan moet ik het huis verlaten. Poeh, die gedachte landt zwaar. Ik besef me hoe thuis ik me hier voel. Niet omdat de omgeving voldoet aan mijn ideaalbeeld, maar het jaren '30 huis zelf is gezellig, knus en eigenwijs met al zijn onverwachte hoeken.

Ik lig dus in bed en neem zoals altijd een moment om een paar keer diep adem te halen en te voelen wat er te voelen valt. Op dat moment flitst er een man door mijn mind's eye. Ik zie hem haarscherp -- wow, hij lijkt op een bekende acteur. Wat is zijn naam ook alweer... dit zoek ik later wel op.

Ik voel een hartconnectie met hem. Zou hij mijn toekomstige partner zijn? Zijn energie straalt vrijheid uit en ik zie hem op een motorfiets rijden. Ineens dringt tot mijn verstand door dat hij een witte man is, en ik voel algehele weerstand.

De mensen die me kennen, weten dat ik niet discrimineer, maar wel een lichte voorkeur heb voor zwarte mannen. Hmm, ik verander "licht" in een sterke voorkeur. Als je een blik werpt op mijn historie, kom je vanaf eind jaren twintig vrijwel alleen zwarte mannen tegen, haha. Hun manier van bewegen, hun sterke, krachtige postuur, maar vooral de passie, sensualiteit, power en... Oelala.

Ik dwaal weer af. Dat gebeurt me vaker.

Ik zoek de acteur op waar deze man sprekend op lijkt. Sebastiaan Labrie -- dat is hem!

Een paar dagen later zie ik hem opnieuw in een visioen. Ik ga hem ontmoeten in Portugal; dat voel en weet ik. En misschien wordt het tijd dat ik mijn blik ga verruimen. Dat zal niet makkelijk zijn vanwege deze sterke fysieke voorkeur, maar ik ga mijn best doen.

ONDER MAMA'S VLEUGELS

Een week voordat mijn reis naar Portugal van start gaat, logeer ik bij mijn moeder. Oh, wat is het heerlijk om me onder te nestelen in de veiligheid, vertrouwdheid en zorgzaamheid van mama. Waar ik het normaal gesproken wat saai vind om in het dorp waar ik opgroeide te zijn, geniet ik er nu met volle teugen van.

Ik moet lachen -- het dorp is niets veranderd. Het is mijn perspectief en mijn behoeften op dit moment die het dorp ineens een ander gevoel geven. Ik ken iedere straat, zelfs de medewerkers in de supermarkt zijn nog steeds dezelfde mensen met wie ik twintig jaar geleden heb samengewerkt. Veel vertrouwder kan het niet.

Ik zuig het vertrouwde op als een spons, wetende dat ik me na deze week op volledig onbekend terrein begeef.

De hele week kruip ik onder de dekens bij mama, met een kop thee, terwijl we B&B volgen op televisie. Ik heb al jaren geen tv gekeken, maar dit voelt fantastisch. Even overweeg ik serieus: ik blijf hier en ga niet meer naar Portugal! Mijn ego wordt zo blij van deze gedachte.

Maar ik weet en voel dat ik dit avontuur mag aangaan. Ik kan mijn innerlijke groei al in de energie ervaren. Het zal mijn leven veranderen, en dat kan ik niet uit de weg gaan.

Heel even lijkt het alsof het toch niet zo mag zijn. Een van mijn katten -- Ernest -- heeft het zwaar bij het oppasgezin, en tegelijkertijd hoor ik

dat er enorme bosbranden in Portugal woeden. Twijfel kruipt naar boven en ik voel dat dit me iets wil zeggen.

Ik neem de tijd om in te voelen wat er met Ernest aan de hand is. In mezelf ontdek ik dat ik energetisch een verbinding met hem in stand houd -- en dan bedoel ik een beperkende verbinding. Ik voel me schuldig dat ik ze in de steek laat; zo voelt het tenminste. Is het niet egoïstisch dat ik voor mezelf kies en hen de dupe laat zijn? Voor mij is een connectie met dieren voor het leven, niet alleen wanneer het uitkomt.

Ik doe een proces met mezelf, gericht op zelfvergeving. Meer en meer ontstaat er ruimte in mezelf en voel ik dat ik mezelf deze reis mag gunnen. Het besef ontstaat dat ik energetisch vasthoudt aan Ernest omdat ik bang ben voor verandering in mijn leven. De innerlijke saboteur, dus. We kennen hem allemaal wel.

Ik voel aan alles dat de reis levensveranderend gaat zijn. De ervaring heeft me inmiddels geleerd dat dit altijd gepaard gaat met groeipijn en loslaten. Verandering -- ook al is het je eigen keuze -- brengt altijd consequenties mee die minder fijn zijn. Het accepteren van het geheel zorgt ervoor dat je daadwerkelijk uit je comfortzone kunt treden en die enorme sprong kunt maken die je diep van binnen verlangt.

DE SMAAK VAN VRIJHEID

Mijn auto is volgeladen en ik ben klaar voor vertrek. De eerste paar kilometers dringt het nog niet tot me door dat ik op pad ben, op avontuur. Pas als ik Luik nader, begint het me te dagen.

WAAAAAAHHHHHHH! FREEDOM!

Ik ben het écht aan het doen! Het landschap verandert langzaam en de geel-zwarte kentekens verdwijnen steeds meer uit beeld.

Meer en meer voel ik de opwindning. Het voelt zo bevrijdend om alle structuur los te laten -- weg te rijden van een systeem waar het

"normale", routine-matige leven inhoudt dat je een woning bezit, een fulltime baan hebt waarbij je amper tijd hebt om stil te staan bij wat het leven werkelijk inhoudt, en van die paar weken vakantie per jaar jezelf moet opladen om vervolgens weer hetzelfde te doen als voorheen.

In mijn ogen houden we onszelf zo in het gareel. Doordat de menigte dezelfde zogenoemde rat race loopt, staan we er soms niet eens bij stil dat er andere vormen zijn waarop je kunt leven. Begrijp me niet verkeerd -- ik keur een dergelijke levensstijl niet af. Het gaat me erom dat mensen zich ervan bewust zijn dat er allerlei verschillende mogelijkheden zijn om je leven vorm te geven, en dat je kunt voelen dat deze mogelijkheden er ook voor jou zijn (zonder jezelf ervan uit te zonderen). Als je vanuit die positie een keuze maakt, dan is alles goed.

Voordat ik het weet, arriveer ik al op mijn eerste bestemming: een tantra retraitecentrum genaamd "Sadhaka", gelegen in hartje Frankrijk. Het ligt werkelijk fantastisch, midden in de natuur.

Een vriendin van mij geeft hier tantramassages en ik ontmoet haar ieder moment. Wandelend door de natuur kom ik hier en daar een naakt mens tegen, omringd door kippen. Ik voel dat ik even moet wennen -- hmm, daarom ging ik altijd in badkleding naar de sauna. Heb ik een probleem met naaktzijn?

"Heeyyyy Sabine!" gil ik! Zo leuk om haar weer te zien. Ik verblijf superknus een paar nachten samen in haar camper.

Die avond is er een ecstatic dance feestje. Sabine is aan het werk, dus ben ik alleen in het gezelschap van deze naakte strangers, haha. Grapje -- deze keer is iedereen gekleed. Ik stap de dansvloer op en begin lekker te dansen. Wederom overvalt me een gevoel van vrijheid. Wat heerlijk dat ik hier ben aan het dansen en me prettig voel als vreemde eend in de bijt.

Dit avontuur kan nu al niet meer stuk.

AANPASSINGSPIJN IN HET PARADIJS

Woehoeeee! Ik passeer het grensbord: PORTUGAL!

Het rijden ervaar ik als puur genot. Podcasts luisteren, muziek, mantra's zingen -- ik ga als een speer. Het is heerlijk om wegbewijzing te zien met onbekende namen. Dat geeft me het gevoel dat ik werkelijk een avontuur beleef, wat natuurlijk ook zo is. Een enorme kracht stroomt door me heen -- het besef dat ik dit allemaal op eigen kracht doe.

Mijn eerste locatie in Portugal is Porto. Ik loop hyper door de stad, alsof ik onder stroom sta. Ik ben nog niet geland en het lukt me nog niet om het besef te laten doordringen dat ik de komende maanden in Portugal doorbreng. De impulsen van de stad maken dat ik helemaal opgewonden word en als een dolle door de straten beweeg. Ik geniet vooral van het heerlijke veganistische eten en de chille vibes van de stad.

Ik zet mijn reis voort naar een van de populairste surfoorden van Portugal: Ericeira. Ik heb me voorgenomen om het surfen hier verder op te pakken. In Ericeira heb ik een kamer geboekt in een gedeeld huis. De eigenaresse is een prachtige, zongebruinde surfchick die helemaal in het plaatje past. En ja, ze legt zo haar benen in haar nek - - zo flexibel is ze.

Onmiddellijk bekruipt me een bekende onzekerheid. Ook de mensen die in- en uitlopen hebben diezelfde surfvibes en bijbehorende looks (je weet wel). Hmm, ineens voel ik me weer een tiener die erbij wil horen -- je kent het gevoel misschien. Ik word keihard geconfronteerd met een oude, pijnlijke waarheid: "me niet goed genoeg voelen".

Ik besluit dichtbij mezelf te blijven en niet vanwege dit onwaardige gevoel uitspraken te doen of acties te ondernemen om in de smaak te vallen.

Op de prachtige stranden wordt druk gesurfd. Ik betrap mezelf erop dat ik er helemaal geen zin in heb. Ik wil lekker lui zijn en niet die koude oceaan in -- ja, die is zelfs in de zomer koud, brrr. Daar heb je natuurlijk wetsuits voor, maar nee -- ook nu besluit ik mijn behoeften te volgen en gewoon niets te doen.

Ondanks dat ik in een prachtige omgeving ben, alle vrijheid heb en geen zorgen ken, kan ik nog niet volop genieten. Jemig, wat ondankbaar dat ik niet kan genieten terwijl ik hier ben en er zoveel mensen op de wereld in erbarmelijke omstandigheden leven. Nu voel ik weerstand tegen het gevoel dat ik nog niet kan genieten.

IK MOET NU GENIETEN!!

Dat werkt niet -- het niet-genieten wordt er alleen maar door versterkt, zoals dat geldt voor elk gevoel dat er van jezelf niet mag zijn. Ik moet lachen om mezelf, want nu wil ik ook nog van die weerstand af. Pfff, wat is het soms een gedoe om alles te voelen.

Zoals ik dat geleerd heb in een van mijn opleidingen, zeg ik "hallo" en "welkom" tegen het gevoel van "niet-genieten", zodat ik het kan erkennen en accepteren. En vervolgens ook weer zacht zijn naar mezelf dat het niet meteen verandert.

ANGST VOOR EEN NIEUW LEVEN

Het gaat niet goed met mijn kat Ernest. Ik ontvang dit bericht van het oppasgezin terwijl ik nog in Ericeira ben. Hij plast in huis, op willekeurige plekken. Dat is niets voor hem. Ik weet dat een kat in huis kan gaan plassen als de stress of verandering hem te veel wordt.

Mijn hart breekt van dit bericht. Wederom voel ik me zo schuldig dat ik hem in de steek heb gelaten.

Ik stuur mijn lieve vriendin en raadgever Jacqueline een bericht. Zij geeft aan dat het een voorbeeld is van territorium afbakenen, en dat Ernest mij hierin spiegelt. Waar Ernest zijn territorium afbakent, durf

ik dit wellicht nog niet. Ze stelt vragen als: "Waar heb jij moeite mee? Waar eindigt je grens en waar begint een nieuw avontuur? Ben ik nog gehecht aan mijn oude leven? Door welke weerstand durf ik nog niet heen te breken?"

Gelukkig ben ik op het strand en kan de rust die van de zee uitgaat me kalmeren tijdens het doorvoelproces. Overheersend is misselijkheid bij de gedachte om naar Nederland terug te keren -- dat zou voelen als een droom die in duigen valt. Ik voel zo sterk dat deze paar maanden levensveranderend gaan zijn. Dat kan ik niet opgeven. Ik beloof mezelf alles op alles te zetten en het proces met mezelf aan te gaan.

Een hoop verschillende emoties en een innerlijke verdeeldheid neem ik waar. Ik voel een natuurlijke drang om er voor mijn beestjes te zijn, en tegelijkertijd moet dit avontuur vervolgd worden.

Jacqueline spreekt over een nieuw leven. Is dat zo? vraag ik mezelf af. Ik heb het niet eerder gevoeld als mijn oude leven loslaten, omdat ik eerst Portugal wil ervaren en vanuit die ervaring wil handelen. Misschien is de conclusie wel dat mijn "oude, huidige" leven prima past.

Zodra ik deze gedachte denk, voel ik tot in mijn tenen dat het niet zo is. De energie loopt vooruit op me. Het weten is er, het voelen nog niet.

Ik doorvoel waar ik aan gehecht ben in het oude leven en of ik bereid ben alles los te laten wat ik ken, wat vertrouwd is, zodat ik vanuit vrijheid me kan openstellen voor alles wat naar me toe komt. Dat is nogal een kluif, maar het lukt me.

Ik heb door mijn eigen verzonnen en opgelegde barrières geramd!

Diezelfde dag nog heb ik een "aha-moment". Een tijd geleden las ik een boek dat gechanneld was vanuit een kat, waarin werd aangegeven dat ook het dierenrijk over gidsen beschikt. Zo logisch -- waarom zouden alleen mensen gegidst worden en dieren niet?

Terwijl ik me dit realiseer, maak ik contact met de gids van het kattenrijk. Onmiddellijk zie ik een grote katachtige verschijnen in mijn derde oog. Ik leg de situatie rond Ernest uit en vraag om een krachtige healing. In de energie zie ik dat hij zich over Ernest ontfermt en ik zie het werk dat wordt verricht.

De volgende dag herhaal ik dit en vraag om een signaal te ontvangen dat er daadwerkelijk contact wordt gemaakt met zijn energie. [Ik blijf sceptisch gezien mijn sterk ontwikkelde analytische, rationele brein.]

Diezelfde dag ontvang ik van de oppasvrouw een bericht dat zij in haar derde oog een grote, mystieke kat heeft waargenomen. De dag daarop hoor ik dat Ernest ontspannen is, niet meer onder het bed gaat liggen, zich laat knuffelen én niet meer in huis heeft geplast.

Wauw!!

WANNEER DE NATUUR SPREEKT

Ik ben in Sintra, een plaats in de buurt van Lissabon. Sintra kan ik het beste omschrijven als mysterieus en sprookjesachtig. Wandelend door de straten hangt er een ietwat onheilspellende sfeer. Het valt bijna niet uit te leggen hoe ik me hier voel, maar ik doe een poging.

Mijn fysieke ogen nemen prachtige natuur waar: de groenste wouden die in het gebergte opsteken, een koninklijk paleis dat eruitziet alsof ik Aladdin ben binnengestapt, en een Moors kasteel dat de oudheid van Sintra onthult. En toch klopt er iets niet. Ik heb het gevoel dat op elk moment deze schoonheid kan omslaan in iets donkers. Heel vreemd.

Het kasteel omvat de meest wonderlijke tuinen. Ik wandel erdoorheen en wederom valt het me op dat er iets niet klopt. Ik bedenk dat er geen insecten of vogels te zien of te horen zijn. Hmm, zouden zij deze plek hebben verlaten vanwege hetzelfde gevoel als dat ik heb? Het is toch op zijn minst vreemd te noemen dat er in de nazomer, in een weelderige, immense tuin als deze, geen enkel wezen behalve de mens te vinden is?

Ik laat het rusten en loop verder.

Zonder er ooit bij te hebben stilgestaan, word ik me ineens intens bewust van het feit dat de Aarde mij en ons allemaal draagt, en wat een gewicht erop rust. Misschien denk je nu: "Ja, natuurlijk is dat zo." Het is ook niet dat het nieuwe informatie betreft, maar vaak beheren we kennis zonder die écht te laten doordringen.

Ik bedoel: we leren als kind dat wortels, een stam van X hoogte en een kroon samen een boom vormen, maar hebben we ons ooit gerealiseerd dat een boom zich niet kan verplaatsen? Dat hij zijn hele leven op die ene plek staat, die misschien overschaduw wordt, waar een zendmast staat met onaangename straling? Deze boom zal niet klagen en enkel zijn lot accepteren, in volledige overgave zijn.

Zo voelde ik dat ook ten opzichte van de Aarde. De Aarde accepteert al het handelen en nalaten van de mens en blijft ons als een moeder dragen. Dit besef stroomt zo krachtig binnen dat de tranen over mijn wangen stromen.

Een paar dagen later heb ik een soortgelijke ervaring bij de oceaan. Ik zit op het strand en ben als vanzelf gefixeerd op het ritme van de zee. De kracht van de oceaan beneemt me letterlijk de adem. De kracht waarmee de golven tegen de rotswand slaan, klinkt en trilt door in mijn hele lichaam. Het is overweldigend.

Ik blijf gebiologeerd naar de oceaan kijken en vraag me af of deze kracht me zo beangstigt omdat ik wellicht bang ben om mijn eigen kracht te voelen en ervaren. Mijn lichaam stemt in met deze gedachte, en met dat besef kijk ik opnieuw -- dit keer met een ander perspectief.

Meer en meer kan ik het ritme van de zee voelen en er bijna in verdwijnen. Ik word de oceaan. De kracht gaat in eerste instantie over me heen; onder de golven is het rustig en veilig. Een moment later voel ik dat ik de golf word en kan ik enkel nog rust ervaren in de kracht. Er schuilt een enorme sereniteit in de kracht, zodra je je erin overgeeft.

Wauw. Ik dank de natuur voor deze nieuwe ontdekkingen in mezelf.

De oceaan geeft me deze dag nog een groots cadeau. Wanneer ik ruimschoots een uur heerlijk voor me uit heb zitten staren (ik kan heel goed passief actief zijn, haha) en luister naar het geluid van de oceaan, vang ik met mijn parazintuigen een geluid op. In eerste instantie kan ik het niet plaatsen. Het geluid blijft aanwezig, zodat ik de tijd heb om het waar te nemen.

Het is het geluid van een walvis.

Op datzelfde moment voel ik de connectie met de walvis-spirits van de oceaan, die doordrenkt zijn van de wijsheid van de Aarde. Op dat moment weet ik het: ik moet en zal ze in levende lijve ontmoeten en kennismaken met hun bijzondere bewustzijn.

Een simpele Google-zoekopdracht levert meteen resultaat: ik ga naar Madeira!

MADEIRA – MIJN NIEUWE THUIS?

Het vliegtuig landt en nog voordat ik een stap op de bodem van Madeira heb gezet, rollen de tranen al over mijn wangen. Ik heb werkelijk geen idee waarom, maar ik kan er niet mee stoppen. Het voelt als een ander soort huilen -- niet vanuit mijn mens-zijn, maar vanuit mijn ziel-zijn.

Dit is de tweede keer in mijn leven dat ik dergelijke tranen ervaar. Als je dit meemaakt, vergeet je het hoe, wat, wanneer en waarom nooit meer.

De eerste keer overkwam me dit in Sicilië, in 2022. Het was een gewone dag met een ongewone ervaring. Ik stond 's ochtends op en begon als een idioot te huilen. Ook toen kon ik rationeel niet bedenken wat de aanleiding was. Echter, na een liter te hebben uitgehuild, kwam de realisatie vanuit mijn tenen omhoog: ik hoor niet meer thuis in Nederland. Ik voelde zo sterk dat ik ergens anders naartoe mag. Niet

Sicilië -- dat voelde niet als mijn plek. Het was een uiting, een diep verlangen van mijn ziel die naar mijn bewustzijn opsteeg. Nu het onderdeel van mijn bewustzijn is, is het zaadje geplant en kan het groeien als dat mag gebeuren.

En dit is de tweede keer dat ik zielstranen ervaar. Het voordeel van zielstranen ten opzichte van menstranen is dat je er niet lelijk van wordt, haha. Ik ben niet een van die mensen die mooi kan huilen -- bij mij vertrekt mijn gezicht helemaal. Het werkelijke voordeel is natuurlijk dat je ziel een boodschap voor je heeft en het nu tijd is om er gewaar van te worden.

Het huilen zet zich voort terwijl ik mijn koffer pak, in de taxi stap naar mijn Airbnb en door de hoofdstad van Madeira loop. Ik voel me zo intens gelukkig. Mijn ziel reageert sterk op de energie die hier hangt - - zo zacht, lieflijk en vredig. Het voelt als thuiskomen. Ik weet dat ik hier in vorige levens heb gewoond, of in dit leven hier mag gaan wonen.

Ik straal puur geluk uit als ik door de straten van Funchal slenter. Dat moet wel, want mensen lachen me toe, spreken me aan. Ik ben één en al aantrekkingskracht voor licht en liefde, nu ik niets anders dan dat in mezelf voel en waarneem.

Oh ja, gek genoeg zoemen de muggen hier zoveel hoger dan op het vasteland van Portugal. Zou zelfs de frequentie van muggen anders zijn?

De dag erna verandert dit gelukzalige gevoel in lichte paniek. Mijn gedachten slaan op hol: "Dit was niet het plan", "Je kent hier helemaal niemand", "Hoe moet ik in vijf dagen ontdekken of ik hier mag wonen?"

Jemig, Han, hou je kop! denk ik. Mijn hoofd gaat zo met me aan de haal. De gedachte om ergens -- misschien hier op Madeira -- een leven te starten terwijl je nog geen verbindingen met mensen hebt en geen ingangen voelt, is eng. En dat is oké.

Ik weet mezelf te kalmeren door mezelf toe te spreken: "Je hoeft het nu nog niet te weten", "Neem de tijd", "Geniet van je ervaring hier" en het zo kloppende cliché: "Als het tijd is, dan weet je wat je te doen staat."

Na het kalmeren komt er een nieuw visioen over me heen -- van een andere man. Dit keer zie ik het uiterlijk niet zo scherp als in het vorige visioen. Ik weet wel meteen dat het een andere man betreft. Hoe kan dit nu? Wat een verwarring.

Oké, ik kijk verder naar het beeld en gevoel dat deze man me geeft. Ik zie volle lippen, lang donker haar en sprankelende, ietwat ondeugende ogen vol levenslust. Ik voel me erg aangetrokken tot deze zwarte man en voel zelfs een soort verliefdheid -- iets wat ik bij die andere man niet voelde.

Net als het niet weten of ik in dit leven in Madeira thuishoor, laat ik het visioen ook los. Het zal vanzelf op een zeker moment duidelijk worden.

Ik ben helemaal opgewonden, want ik heb een boottocht geboekt om walvissen te zien en hopelijk met dolfijnen te zwemmen. Tijdens de boottocht zien we in de verte een walvis, maar het lijkt wel alsof mijn mede-bootgenoten niet voor deze bijzondere creatures komen, maar voor de opwindende snelheid van de boot geeft. De stuurman heeft door dat de gemiddelde deelnemer dit veel leuker vindt en schenkt weinig aandacht meer aan de dieren. Jammer!

Mijn derde boottocht is raak. Ik zie dat een hele groep dolfijnen ons opzoekt en nieuwsgierig is. Ze komen dicht en dichterbij -- wow, wat een enorme speelse, vrolijke energie en nieuwsgierigheid voel ik bij hen. Mijn hart stroomt over van liefde bij het voelen van hun energie.

Niet lang daarna heb ik het enorme genoegen de walvis te mogen ontmoeten. Ik ben zó onder de indruk. Waar de dolfijnen een lichte en speelse energie lieten voelen, ervaar ik bij de walvis dat ze meer op zichzelf zijn, een enorme geschiedenis kennen en een berg aan wijsheid en informatie bevatten. Er is een bepaalde zwaarte die ik

waarneem -- niet in de zin van donker of neerslachtig, maar in spirituele "rangorde". Ze voelen als de gidsen van de zee, het oorspronkelijke volk van de oceanen.

Er is ook een donkere kant aan dit vreugdemoment. Bij een van de walvissen constateer ik een diepe wond in zijn rug. Ik vraag de organisatie ernaar en wordt verteld dat de walvis door een propeller van een boot is geraakt. Mijn hart scheurt. Ik kan wel janken om wat wij mensen deze dieren aandoen -- zelfs in hun eigen territorium worden ze niet met rust gelaten. Deze constatering geeft een nare nasmaak aan alles en het lukt me niet om het los te laten.

Terug in mijn appartement raak ik als vanzelf in contact met de energie van de walvissen. Er was een bizar hoog niveau van acceptatie. Wat vaker gebeurt als ik contact maak met walvissen, gebeurt nu weer: het wordt mij toegestaan om op de rug van de walvis de onderwaterwereld te ontdekken. Ondertussen stel ik vragen aan de zeegids.

Ik vraag hem of hij wenst dat mensen dergelijke boottochten niet meer maken. Tot mijn verbazing geeft hij aan: "Nee, hoezo?"

Ik antwoord: "Omdat we in jouw leefgebied schade aanrichten."

De walvis blijft bij zijn standpunt. Ik snap het niet en zeg: "Julie richten toch ook geen schade aan in onze habitat, onze woningen?"

Wijs wordt geantwoord dat de wateren niet toebehoren aan de walvis. Het feit dat zij daar leven, wil niet zeggen dat het hun gebied is. De natuur is niemands bezit -- het is een ervaringsgebied. Dus als mensen hier willen zijn met boten, dan is dat prima.

Wat hij wel meegeeft, is dat vooral de geluidsgolven die van boten afkomstig zijn (hij zegt dat het geluid dat mensen creëren vaak niet harmonieus klinkt), in combinatie met boten uit andere richtingen en golven die met elkaar interfereren, een verstoring kunnen opleveren in de natuurlijke navigatie van de walvis. Het zou dus helpen als er niet te veel boten tegelijk op de open wateren varen.

Ik dank hem.

Ik heb me al van kleins af aan ontzettend verbonden gevoeld met dieren. Vakanties bepaalde ik aan de hand van de vraag of er bijzondere dieren te zien waren die niet in Nederland voorkomen. Dieren kennen in mijn ogen zo'n pure schoonheid. Ze handelen vanuit instinct, vertrouwen blindelings op hun intuïtie en leven altijd in het nu.

Meermaals is mij getoond hoe het zou zijn om als verschillende dieren door het leven te gaan. Dat klinkt wellicht vaag, maar het werd mij heel duidelijk gemaakt. Tijdens deze ervaringen werd telkens herhaald dat ik de stem van het dierenrijk ben. Destijds begreep ik niet wat hiermee werd bedoeld.

Het wordt me ineens helder dat ik de boodschappen van dieren onder de mensheid wil verspreiden door het channelen van het collectief van iedere diersoort. Ik voel zoveel vreugde als ik eraan denk om dit te doen. Niet alleen om contact te maken met alle prachtige en bijzondere dieren, maar ook om een bijdrage te leveren aan het vergroten van het bewustzijn onder mensen dat dieren intelligente, bezielde en emotionele wezens zijn met een stem waar we naar mogen luisteren. Waar we naar zouden moeten luisteren.

Ze zijn gelijk aan ons -- we lenen allemaal de Aarde om te leven. Wij zijn niet beter, intelligenter of superieur. Sterker nog: dieren zullen ons meer te leren hebben dan andersom het geval zal zijn. Kunnen wij immers navigeren met onze ogen dicht, of het magneetveld van de Aarde letterlijk zien? Wij mensen zijn over het algemeen zo ver verwijderd geraakt van onze natuur en van het werkelijk gebruikmaken van onze wonderlijke zintuigen.

Hoe vaak neem je echt de tijd om de geur van een bloem op te snuiven, of je geliefde of gezinsleden écht goed in je op te nemen? Dat je ogen de tijd nemen om alles waar te nemen? Of dat je het ritme van de oceaan volgt met je zintuigen? Waarom worden deze aspecten als onbelangrijk weggezet?

WAAR MAGIE EN HEALING SAMENKOMEN

Eenmaal terug in Portugal voel ik me ontzettend eenzaam. Ik word met een leeg en eenzaam gevoel wakker. Ook al weet je dat je mensen om je heen hebt die je dierbaar zijn, helpt dat op dit moment niet. Het lukt me nu even niet om me vervuld te voelen met liefde -- het enige wat ik kan doen is accepteren hoe ik me voel.

Aan mijn energie en mijn lichaam neem ik waar dat ik ergens doorheen "moet". Ik weet dat ik iets mag gaan voelen en mag gaan loslaten. Wat dat is, weet ik niet, maar ik krijg duidelijk het signaal dat ik de komende tijd in stilte mag zijn en mezelf door dit proces mag helpen.

Ik moet zo deze accommodatie verlaten en heb nog geen andere accommodatie gereserveerd. Met dit signaal ga ik op zoek naar een wat afgelegen plek in de natuur.

Gevonden! Ik heb een prachtige locatie gevonden en daar voor één nacht een gezellige tent gereserveerd. Omdat het een zeer afgelegen plek is, heb ik bewust slechts voor één nacht gekozen -- even aftasten hoe ik me daar voel.

Ik doe de voordeur open en er ligt wonderbaarlijk een kat op de deurmat. Dat is een aangename verrassing, zeker omdat deze kat ook nog eens heel aanhankelijk blijkt te zijn en me overlaadt met heerlijke knuffels en kopjes. Mijn gemoedstoestand verschuift onmiddellijk naar een voldaan en blij gevoel. Je kunt me niet blijer maken dan met knuffels van katten.

De eigenaren van de Airbnb vragen me om bij een café in Troviscais af te spreken, aangezien je geen signaal hebt tijdens je route naar de accommodatie en het anders nogal lastig vindbaar is. Dit klinkt als een avontuur.

Het café wordt niet herkend op Google Maps of een andere navigatietool. Ik moet gewoon het dorp inrijden, wordt aangegeven, en dan zien we je vanzelf. Haha, het voelt alsof ik terug in de tijd ga en

zonder hulp van navigatietools mensen ga ontmoeten. Geweldig! Ik rijd het dorp binnen en zie midden op de weg een persoon enthousiast naar me zwaaien.

Het zweet staat me op mijn voorhoofd als ik hen volg naar de accommodatie. Pfff, dit is een offroad vol stenen en kuilen, en ondertussen maak je ook nog bochten waarbij de afgrond geen grap is. Ik bid hardop dat mijn auto zonder schade en ongelukken hieruit komt, inclusief ikzelf. Tegelijkertijd bedenk ik me dat ik weinig eten en water bij me heb en geen enkele manier deze weg nog een keer op en neer ga rijden. Ik moet dus wel na één nacht vertrekken.

Oké, bezweet en mijn spieren nog vol spanning kom ik aan. Mijn auto ziet eruit alsof hij door de woestijn heeft gereden, maar het belangrijkste is dat ik veilig ben aangekomen. Ik word naar mijn tent gebracht en kijk mijn ogen uit. Een ongelooflijk mooi uitzicht beneemt me de adem -- op de top van deze berg. Ik sta werkelijk versteld. De tent is supergezellig en ik heb mijn eigen platform met bankje om te chillen of bijvoorbeeld yoga te doen. Er is verder helemaal niemand; de rust komt me tegemoet.

Er woont een stel met honden en katten op dit stuk off-grid land. De vrouw die hier woont, is de liefste, zachtste en puurste persoon. De energie die hier heerst is buitengewoon vredig en magisch. Ik ben er stil van en bedenk me dat ik hier echt wel langer dan één nacht wil blijven. Dan maar honger lijden, haha.

De eerste twee dagen voel ik een enorme fysieke zwaarte. Ik besluit de hike die ik door de bergen wilde doen uit te stellen en toe te geven aan de lichamelijke behoefte om te liggen en rusten. Het enige waartoe ik mezelf heb aangezet, is om deze spannende weg nog een keer te rijden om boodschappen te doen. Ik wil hier tenslotte echt langer blijven. Ik doe een kort schietgebedje en kom gelukkig weer veilig aan op mijn plek.

Het is niet makkelijk om aan de moeheid toe te geven, nu ik eigenlijk volop van deze geweldige omgeving wil genieten. Maar ik weet dat

mijn lichaam me iets te vertellen heeft en dat ik hiernaar moet luisteren. Ik ga in de acceptatie en slaap twee dagen vrijwel aaneengesloten.

Een bijzonderheid is dat uit het niets een energetische gouden bal uit mijn keelgebied wordt gehaald en wordt gezegd: "Deze bal heeft als bescherming gediend en heb je nu niet meer nodig, omdat je je stem gaat gebruiken waarvoor die bedoeld is." Ik begrijp het niet -- het wordt vast een keer helder.

De dag erop voel ik me anders en heb ik energie om eropuit te gaan. Ik besluit mijn eerder geplande wandeling alsnog uit te voeren. Onderweg kom ik de lieve eigenaresse tegen en maak ik een praatje. Ze geeft aan dat off-grid wonen fantastisch is, maar dat het watertekort een probleem is. Het heeft nu al maanden niet geregend, vertelt ze.

Ik vertel haar dat ik altijd regen met me breng op de droogste plekken en dat ik haar belofte spoedig voor regen te zorgen.

Na te hebben gewandeld in mijn totaal niet daartoe uitgeruste outfit en schoenen, kom ik aan bij een ander platform met een nog mooier uitzicht dan het platform bij mijn tent. Ik plof neer en geniet volop van de schoonheid van de natuur.

Terwijl ik daar geniet, komt er ineens van alles in me naar boven. Zo baal ik ervan dat ik me niet heb ingeschreven voor de lichttaal cursus, die inmiddels volgeboekt is. Tijdens een sjamanistische ademsessie kwam ik voor het eerst in aanraking met lichttaal (doordat ik een paar woorden sprak) en sindsdien heeft het mijn interesse.

Ik vraag me af waarom ik er zo van baal en het niet kan loslaten. Wat zit daaronder? Het is een gemiste kans om mezelf te ontwikkelen, antwoord ik in mezelf. Verder dan dit antwoord kom ik niet. Er komt geen emotie, gevoel of iets in mijn lichaam los en ik weet dat ik de diepere grondslag van dit thema nog niet te pakken heb.

Even later voel ik dat ik die ontwikkeling zo graag wens omdat ik mezelf nog steeds niet goed genoeg vind. Vanuit een gevoel van mezelf onwaardig vinden, wil ik dus de cursus volgen -- in de veronderstelling dat ik me, wanneer ik lichttaal zou spreken, ineens wel goed genoeg zou voelen.

De beperkende overtuiging "niet goed genoeg te zijn" draag ik al lang bij me, en daar is hij weer. Het enkele besef dat ik de cursus wil volgen vanuit die belemmerende geloofsovertuiging, brengt een ontlading in mijn lichaam teweeg. Na deze ontlading verandert mijn gehele gevoel bij het missen van deze cursus. Waar mijn eerdere intentie ego-gebaseerd was, kan ik nu enkel nog een puur verlangen en interesse voor lichttaal waarnemen -- niet gebonden aan tijd of verwachting.

Niet lang daarna duikt een ander thema op. Degene die voor mijn lieve katten zorgt, heeft me een paar dagen geleden geappt dat het toch niet goed voelt voor haar. Ze geeft aan dat het veel aanpassing brengt en dat ze dit gevoel met me wil delen. Ik heb daarop vrij snel gereageerd, maar heb al dagen niets van haar gehoord.

Het zit me dwars dat ik maar niets verneem. Het lukt me niet om het los te laten en ook hier stel ik mezelf de vraag: wat zit hieronder? Waarom wil ik hier controle op hebben?

Ik besef me al gauw dat de inhoud van haar appbericht mij onveilig doet voelen en mijn reis doet wankelen. Want wat moet ik in godsnaam doen als ze besluit niet meer voor mijn katjes te willen zorgen? Alleen de gedachte al veroorzaakt paniek.

Ik voel dat ik het vertrouwen uit mezelf mag halen en vertrouwen mag hebben in het grotere plan. Dat wanneer deze reis de bedoeling is, er een oplossing komt, wat de oppasdame ook besluit. Ineens kan ik voelen dat het fijn is dat ze het met me heeft gedeeld, dat het oké is dat ze niet reageert en recht heeft op haar eigen proces. Mijn eerdere gevoel van controle, onveiligheid en paniek wordt neutraal.

Leuk feitje: een uur nadat het gevoel was getransformeerd, ontving ik een app van haar waarin ze aangaf dat het goed gaat met de katjes.

Met het loslaten van dit alles ontstaan de tranen. Mijn emoties en stress zijn gevoeld en bevrijd. Terwijl mijn tranen rollen, kijk ik naar de lucht -- die de gehele dag al helder is geweest -- en op dat moment weet ik dat de wolken samen met mij beginnen met loslaten.

Nog geen minuut later begint het te regenen. Je kunt je voorstellen dat ik me als een regenboog voel -- lachen door mijn tranen heen.

De magie van deze dag eindigt hiermee niet. Ik lig die avond in mijn heerlijke bed, mezelf helemaal ingestopt met dekens omdat het enorm afkoelt in de avond. Ik besluit lichttaal van Andromeda wezens te luisteren, en warempel! Ik begin zelf lichttaal te spreken. Er komt een onbekende taal uit mijn mond en telkens ontvang ik daarna een vertaling in het Engels.

Er zijn al heel wat tranen gevloeid die dag, maar die stelden niets voor ten opzichte van deze ontlading. Het spreken zelf is niet het meest interessante -- dat is wat er energetisch gebeurt. Mijn hartenergie expandeert zo enorm dat ik het gevoel heb dat ik de hele Aarde met deze energie kan verwarmen. Ik beleef een ongelooflijk zuivere vorm van liefde en vreugde. Wauw, dat het mogelijk is om liefde in deze hoedanigheid te ervaren. Dit is ongekend.

Ik lig de hele nacht wakker van deze ervaring, en je kunt je misschien voorstellen dat het bijna onmogelijk is om na zo'n grootse ervaring de volgende ochtend mijn juridische werkzaamheden op te pakken.

Twee dagen beleef ik de magie opnieuw. Ik voel hoe mijn zintuigen verhoogd zijn en ben me sterk bewust van alles om me heen. Bewust van de schoonheid van de bergen, bewust van het watertekort terwijl er op andere plaatsen overvloed is, bewust van het feit dat ik maar weinig nodig heb om me gelukkig te voelen, bewust van de verbinding met de vogels, de geuren van de planten, mijn eigen geest en energie.

Ik luister die avond opnieuw naar lichttaal, omdat ik het heerlijk vind om in me op te nemen. Nu moet ik zeggen dat ik de lichttaal van slechts een aantal mensen graag hoor -- van de meesten komt het niet bij me binnen. Jamye Price is mijn favoriet.

Voor de vierde keer beluister ik haar Faery Light Language. Ineens: BOEM. Het maakt iets ongelooflijks in me los. Opnieuw die zielstranen -- en mijn nek en hoofdgebied wordt gloeiend heet. Het is alsof er een infraroodlamp onder me ligt. Het wordt zelfs zo warm dat mijn verstand even gaat checken of de tent niet afbrandt.

Ik mag genieten van dit gevoel en laat het helemaal over me heen komen. Nu verspreidt de warmte zich naar mijn rug. Ik lig in een kom van warmte en licht. Gedurende een half uur (denk ik) vindt er een diepe healing plaats, die wordt opgevolgd door trillingen en elektrische schokken door mijn lichaam.

Het is overweldigend en intens, maar doordat ik het volledig toelaat, geniet ik volop. Ik weet namelijk dat ik hierna nooit meer dezelfde zal zijn, dat dit weer groei heeft teweeggebracht, maar bovenal dat ik een buitengewoon mooie ervaring heb gehad.

AFWIJZING ALS SPIEGEL

Ik heb eerder gedeeld over mijn overtuiging dat ik niet goed genoeg zou zijn, dat ik niet voldoe, dat ik mezelf niet speciaal genoeg vind. Hoeveel innerlijk werk ik ook op dit patroon verricht, ik krijg het nog niet uit mijn systeem en loop er nu weer keihard tegenaan.

Aangekomen op een nieuwe locatie bevind ik me, na een hele tijd op mezelf te zijn geweest (veelal in stilte), ineens in een menigte van mensen. Het is een supermooie locatie in de wouden van Monchique, op Marokkaanse stijl ingericht -- helemaal mijn ding. Wat dat betreft voel ik me volledig op mijn plek. Ik heb een privékamer met badkamer en er is een gemeenschappelijke woonkamer en keuken. Een aantal jonge vrouwen doet vrijwilligerswerk en geeft healingssessies. Verder

zijn er gasten aanwezig die voor de retraite komen en gasten die, net als ik, verblijven.

De energie overweldigt me en ik voel een stortvloed aan afwijzing naar me toekomen. Mensen zijn al vrij hecht met elkaar, de vrijwilligers hebben een soort "bond" en ik als nieuwkomeling moet me hier tussen wurmen -- althans, zo voelt het. Deze angst om afgewezen te worden trekt meteen situaties aan die hiermee resoneren.

Zo onderbreekt een dame met wie ik kennismaak me midden in een verhaal met de woorden: "Je verhaal is te lang, dus ik luister niet."

Eerst ben ik lichtelijk in shock van deze naar mijn smaak onbeleefde reactie. Maar al snel daarna kan ik de schoonheid zien van hoe zij haar grenzen bewaakt. Oké, het zou nog steeds niet mijn stijl zijn, maar zij bewaakt wel aan wie zij energie besteedt en wie niet. Ondanks dat ik me snel bewust word van mijn potentiële groei in deze zeer korte conversatie, ben ik weer gevoed in mijn onzekerheid en mijn "niet-goed-genoege-zijn"-stuk.

Vermoeiend dat ik dit patroon blijf tegenkomen. Ik kan niet wachten op het moment dat het me lukt om boven deze automatische gewoonten en programma's uit te stijgen en het zich niet meer laat zien.

De eerste twee dagen hier voel ik me eigenlijk ellendig. Niet alleen mijn eigen automatische programma's spelen op, maar zeker ook die van anderen. Temeer omdat deze plek een playground is om ieders programma's bloot te leggen, voelt het als een grammofoonplaat die blijft hangen in ieders slachtofferschap. Er hangt een ietwat zware energie waarin iedereen probeert te slagen in het controleren van hun ego-brokken.

Hierdoor merk ik dat ik in een oude, bekende valkuil stap: ik probeer mensen te redden en te helpen. Het is, zoals Jan Geurtz dat zou zeggen, een bedekking van mijn ego. Want ik wil de pijn niet hoeven voelen van het niet-goed-genoege-zijn, en door het bestrijdingsmiddel

"helpen" voel ik me kortstondig bevrijd van deze pijn -- mits de mensen me natuurlijk erkenning geven voor mijn hulp.

De grap en paradox is dat de inzet van het bestrijdingsmiddel "helpen" me alleen maar slechter doet voelen. Het is namelijk een kortstondige bevrijding van de onderliggende pijn (een oplossing voor een emotioneel probleem), en daarna keert het probleem gewoon weer terug. Plus: ik wijs mezelf vervolgens af voor het feit dat ik vanuit dit ego-stuk mijn hulp heb aangeboden.

Mijn oorzakelijke probleem -- zelfafwijzing en me niet goed genoeg voelen -- wordt dus alleen maar versterkt door mijn hulp aan te bieden. Ik weet dat de uitgang voor dit patroon is om mezelf niet meer af te wijzen en te stoppen mezelf te veroordelen.

Niet lang daarna ontvang ik voor de derde keer een bericht van de kattenoppasser -- alleen dit keer een definitief bericht dat ze niet langer meer voor hen wil zorgen. Op de een of andere manier voel ik me er rustig onder en ben ik vol vertrouwen dat er een oplossing komt. Ik weet namelijk dat deze reis in Portugal echt voor mij is weggelegd en noodzakelijk is om te ervaren in het kader van transformatie. Het moet dus goedkomen.

Meteen app ik een vriendin die eerder heeft aangegeven open te staan om voor de katten te zorgen, mits ze zich beter voelt. Fingers crossed!

De volgende ochtend besluit ik het prachtige, ongerepte en immense woud vol kurkbomen in te lopen. Het voelt als een sprookjesbos -- de bomen lijken bijna getekend. Ik voel me hier helemaal op mijn plek. Vanuit de organisatie heb ik een getekende route meegekregen om het uitkijkpunt te bereiken en besluit deze te volgen.

Eenmaal daar aangekomen laat ik de route voor wat het is en wandel ik er lekker op los. Alsof er een wekker in mijn lichaam afgaat, voel ik een natuurlijke roep om langzaam terug te keren alvorens het donker wordt -- want hier is het echt pikkedonker. Fluitend en zingend begin ik aan mijn terugreis.

Totdat ik me realiseer dat ik niets meer herken van de heenweg.

Zo moeilijk kan het niet zijn -- ik open Google Maps op mijn telefoon. Ah, easy. Er rolt een route uit en ik volg deze braaf. Maar dan kom ik op een weg terecht die helaas niet leidt tot mijn bestemming. Ik herken deze weg van toen ik met de auto aankwam en mijn navigatie me toen ook verkeerd stuurde.

Shit, en nu? Het begint al te schemeren. Gelukkig heb ik een banaan bij me, schiet door mijn hoofd.

Ik zie een huis en besluit aan te bellen om de weg te vragen. Niemand. Dat is het enige huis in deze omgeving. Leuk, die wouden, maar niet als je verdwaald bent.

Over ego gesproken: ik voel te veel trots om de organisatie te bellen. Ik geloof dat ik dan nog liever de nacht tussen de bomen doorbreng. Die gedachte verandert echter al snel als het écht donker begint te worden. Ik wil gewoon naar huis, roept mijn kind-zijn.

In de verte zie ik een auto! Ik besluit de auto aan te houden. Het is GNR, een tak van de politie in Portugal. Enigszins beschaamd vraag ik om hulp, en een half uur later probeer ik ongezien mijn kamer in te duiken. Ik ben ze erg dankbaar.

Wat kan een warme douche dan heerlijk zijn. Ik geniet volop -- ook van mijn avontuur. Deze dag in de natuur heeft me zoveel goed gedaan. Ik voel me weer helemaal opgeladen en mezelf. Terug in mijn eigen energieveld, met weer nieuwe opgedane ervaringen en inzichten.

De volgende dag is alles anders. Omdat mijn eigen perspectief is veranderd, benaderen mensen me op een andere manier. Ik heb de mooiste en fijnste gesprekken, en als hoogtepunt zie ik een reusachtige arend die minutenlang in mijn gezichtsveld blijft.

Wauw -- de arend is mijn meest aanwezige spirit animal. Het werkt echt zo: van binnen, zo buiten. Je binnenwereld is je buitenwereld.

De volgende dag overkomt me iets vreemds. Het is ochtend en ik ben in mijn kamer. Ik voel me goed en loop naar mijn koffer, wanneer ineens een elektrische scheut door mijn onderrug gaat -- alsof ik door de bliksem word getroffen. Ik val op de grond. Voor een paar seconden ben ik verlamd en kan me niet bewegen. Even heb ik het gevoel dat het gedaan is met mijn mobiliteit, totdat ik de moed vind om me te bewegen.

Oké, ik ben niet verlamd, maar kan nauwelijks lopen.

Tijdens de elektrische schok weet mijn brein dat dit met mijn healing te maken heeft. Het voelt onmiddellijk alsof het te maken heeft met mijn basisbestaan -- met hoe ik me in het leven beweeg, wat mijn fundament is en wie ik in dat geheel ben.

Mijn boek over de emotionele oorzaken van fysieke klachten, "De sleutel tot zelfbevrijding", heb ik nu niet bij me, dus ik zoek op internet naar de holistische betekenis van rugpijn. Ik begrijp de boodschap meteen -- mijn brein heeft het me al verteld.

HET IS HEM!

Ik heb Sebastiaan Labrie ontmoet! Nou ja, een kopie daarvan dus. Het was zo'n aparte samenloop van omstandigheden. Ken je dat gevoel dat je iets opmerkt maar ook weer niet?

De laatste avond op deze plek in Monchique is aangebroken. Ik besluit dat het gezellig is om me te mengen onder de gezamenlijke diners die worden georganiseerd, omdat ik de volgende dag Monchique verlaat. Eerder die dag zijn er twee gezellige Nederlandse vrouwen gearriveerd en ik raak tijdens het diner met hen in gesprek.

Vanwege mijn hooggevoeligheid heb ik altijd moeite gehad met groepen mensen. Ik raak dan snel overprikkeld vanwege alle

informatie, emoties en geluiden die ik binnenkrijg. Ik besluit het mezelf makkelijk te maken en me te richten op deze twee leuke vrouwen en me verder af te sluiten van de andere energieën -- zo ook van Sebastiaan. Evenmin merkt Sebastiaan mij op; zijn oog valt op een van deze Nederlandse vrouwen. Ik neem dit waar zonder er enige notie van te hebben dat hij de look-a-like van Sebastiaan is.

De volgende ochtend heb ik een thee-date in de gezamenlijke woonkamer met een Franse vrouw die ik hier heb leren kennen. Haar naam is Julie -- waarover later meer. Ik plof neer op een van de heerlijke loungesofa's in de woonkamer en wacht op haar.

In plaats van Julie ploft Sebastiaan neer op het andere deel van de sofa.

Zonder hem aan te kijken vraag ik uit beleefdheid of hij thee wil. Eigenlijk wil ik gewoon weg -- mijn koffer staat al klaar en ik heb zin om weer de zeevibes te proeven. Nadat zijn "ja" in mijn oren klinkt, schenk ik thee voor hem in en zet het voor hem neer.

Dit is het eerste moment dat ik écht in zijn ogen kijk, en ik schrik me een ongeluk.

HET IS HEM!

Ik kan mijn ogen niet meer van hem afhouden en hij ook niet van mij. Zonder dat we woorden met elkaar hebben gewisseld -- we hebben ons niet eens aan elkaar voorgesteld -- blijven we elkaar voor zo'n twintig minuten onafgebroken diep in de ogen aankijken (eye gazing). Mijn hartgebied expandeert en ik moet af en toe een moment van rust inbouwen om bij te komen van deze intensiteit. Ik probeer er woorden aan te geven, maar kom er niet uit. Gelukkig bevrijdt hij me uit deze stamelactie en geeft aan dat er geen woorden nodig zijn.

Dat is ook zo. Dit is beyond words.

Ondertussen pakken we elkaars handen vast en beginnen deze liefkozend te strelen. Het wordt steeds intenser en handen worden vervangen door het vasthouden van elkaars armen. Voordat ik het weet zit ik op het kleed tussen zijn benen en heb ik mijn handen op zijn schouders gelegd. Alle andere mensen in de woonkamer zijn compleet vervaagd en doen er niet toe. Ik zie, hoor, ruik en voel alleen hem.

We geven elkaar een innige knuffel en ik wil hem het liefst zoenen.

Huhhhh? Ik vind hem niet eens aantrekkelijk, zegt een stem in mijn hoofd.

Zonder te hebben gezoend geef ik hem mijn mobiele nummer. Hij vraagt me om te blijven en niet te vertrekken, en het is heel gek, maar ik voel dat het prima is om te gaan en dat het bij dit ene bijzondere moment blijft. Ik begrijp zelf amper wat hier gebeurt, maar dat komt later wel. Ik volg mijn gevoel en laat Sebastiaan achter, met de mededeling dat ik wellicht over twee dagen ook naar de ecstatic dance ga waar hij naartoe zal gaan en hem dan weer kan zien.

De avond van de ecstatic dance voel ik me niet fit en heb ik geen behoefte om naar dit event te gaan. Daarnaast is de drang ook niet aanwezig om Sebastiaan te zien. Ik snap er weinig van, omdat het zo'n mooie ervaring was.

Weken erna heb ik getwijfeld of ik er wel goed aan heb gedaan om weg te gaan uit Monchique en van de man uit dit visioen, en niet naar de ecstatic dance te gaan. Aan de andere kant heeft hij ook geen contact opgenomen, dus wellicht is ons gevoel wederzijds.

De vraag die maar door mijn hoofd blijft spoken, is waarom ik een visioen van iemand krijg als het bedoeld is voor slechts een eenmalige ontmoeting. Mijn verstand neemt de overhand en via via lukt het me om zijn mobiele nummer te achterhalen.

Ik heb zijn mobiele nummer en na een paar dagen heb ik nog steeds geen contact met hem opgenomen. Typisch: ik kom tot de conclusie dat ik vooral bang was dat ik mezelf een kans had ontnomen om weer met hem in contact te zijn. Nu ik die opening weer voor mezelf heb gecreëerd (door het verkrijgen van zijn nummer), voel ik het niet meer.

Het is dus geen puur en zuiver verlangen om weer met hem in contact te zijn. Ik word bevestigd in mijn gevoel dat dit echt iets eenmaligs was en geen vervolg hoeft te krijgen. Dit is het moment dat ik het kan laten rusten.

ZELF-RETRAITE

In mijn reis tot nog toe ben ik erachter gekomen hoe krachtig het is om met jezelf in stilte te zijn. Het is de moeilijkste maar snelste weg om jezelf te transformeren. Het kost eerst wat tijd om te onthechten van alle afleidingen, en zodra je door die fase heen bent, kun je je volledig richten op je binnenwereld.

Er zijn weinig mensen die dusdanig sterk mijn interesse wekken dat ik de behoefte voel om ze te volgen -- of dat nu via hun boeken, podcasts of via Instagram is. Ik vind het vaak zonde van mijn tijd om te luisteren naar een ander, terwijl ik het in mezelf te ontdekken heb.

Soms kan het luisteren of lezen van een boek ook ontzettend leerzaam zijn, omdat woorden of beelden net die ene klik in je systeem kunnen maken als ze komen op het juiste moment. Maar als jij in je proces nog niet rijp bent om die klik te maken, dan kun je zoveel boeken lezen en zoveel cursussen volgen als je wilt -- die klik zal er dan niet komen.

Je kunt de informatie met je verstand opnemen, maar het daadwerkelijk tot in je cellen voelen en laten doordringen is heel wat anders. En dat laatste is nodig om werkelijk die transformatie te kunnen maken.

Een van de mensen die ik af en toe volg, omdat ze telkens weer weet te raken met haar pure verschijning, is Amanda Lorence. Ik moet

lachen als ik haar hoor zeggen dat een zelf-retraite de beste manier is om jezelf te ont-wikkelen. Zij geeft woorden aan de dingen zoals ik ze eerder heb gevoeld, en ik voel bewondering voor haar als ze aangeeft dat ze nog nooit een boek heeft gelezen, een cursus op bewustwording of spiritualiteit heeft gevolgd, of iemand volgt op welk kanaal dan ook.

Alle informatie die zij deelt, is op een authentieke manier tot haar gekomen (al dan niet via haar gidsen). Het mooie ervan is dat je zonder deze invloeden en informatie van buitenaf op een zuivere manier jouw deel van de waarheid kunt gaan vormen.

Het is namelijk onmogelijk om eerder geziene afbeeldingen of informatie over een bepaald onderwerp te deleten uit je systeem. Het is ergens opgeslagen, waardoor de kans aanwezig is dat je je eigen ervaring inkleurt met informatie en afbeeldingen die je hebt gezien.

Nu is het in de huidige wereld van technologie bijna onmogelijk om je te onthouden van informatie, en zo ver hoeft het ook niet te gaan. Wees je alleen bewust van alles wat je opzuigt en blijf dit zo bewust mogelijk onderscheiden van je eigen pad en werkelijkheid.

Ik moet denken aan een documentaire die ik eerder heb gezien over de leefwijze van een bevolkingsstam. Vanaf de geboorte tot volwassen leeftijd groeien kinderen op in het donker. Dit om zonder afleidingen volledig in contact te zijn met je binnenwereld -- om je zintuigen vanuit stilte optimaal te ontwikkelen. Zelfs in stilte valt er nog veel naar te luisteren. Zelfs in het donker valt er nog veel te zien.

Er werd ook niets tot weinig gedeeld vanuit de ouders naar het kind, zodat het kind volledig zijn of haar eigen waarheid kan vormen zonder over een referentiekader te beschikken. Bijvoorbeeld het kader dat de zon gevaarlijk is of de zon juist helend is. Of dat bomen een goed middel zijn om van te leven (bijvoorbeeld het hout), of dat je bomen altijd intact moet laten, enzovoort.

Zodra het kind is opgegroeid tot jonge vrouw of man, stapt hij of zij het licht in en wordt zijn of haar belevingswereld gevormd. Het

bewustzijn is dusdanig ruim en de zintuigen zijn dusdanig ver ontwikkeld dat er volledig contact is met de innerwereld, en daarom kan ook een volledige samensmelting met de buitenwereld plaatsvinden.

Voor mij was het enorm inspirerend om dit te zien en het raakte me, omdat wij andersom opgroeien. We leven logischerwijs op een dusdanige manier als kind dat we zoveel mogelijk willen voldoen aan de verwachtingen van onze ouders. We willen immers erkenning en liefde ontvangen, en bovendien: als baby en klein kind ben je daadwerkelijk afhankelijk van je ouders om voorzien te worden in voeding, onderdak -- je basisbehoeften.

Dus: je vertoont het gedrag dat nodig is om in je basisbehoeften te worden voorzien.

Vervolgens komt het schoolsysteem om de hoek kijken en vindt verdere indoctrinatie plaats. En op een zeker moment stelt iedereen zich wel de vraag: "Wie ben ik nu werkelijk?" En dan begint het innerlijke werk voor degenen die de moed vinden om zichzelf te ontdekken.

In mijn ogen is de beste manier om met deze ontwikkeling te starten: alles vergeten wat je hebt geleerd en blanco beginnen. Hetgeen onmogelijk is, want alles is opgeslagen in je onderbewustzijn. Echter, als je je bewust bent en je het onderscheid kunt maken -- of bijvoorbeeld het verlangen om piano te spelen écht jouw verlangen is, of misschien de droom van je moeder die jij nu leeft -- dan word je weer je eigen creator van jouw leven.

Ik wijk uit -- dit is een onderwerp waar ik over kan blijven praten of schrijven. Het heeft me altijd geïntrigeerd hoe het menselijk systeem werkt. Het punt dat ik wil maken, is dat deze bevolkingsstam kinderen niet "opvoedt", maar op een dusdanige manier laat opgroeien dat het volledig in contact is met zichzelf. Het zette mij aan het denken, zonder het een of het ander als goed of fout te kwalificeren.

Want toen ik er verder over nadacht, realiseerde ik me dat "wij" in de westerse wereld -- die niet in duisternis opgroeien -- over enorme veerkracht hebben moeten beschikken om onszelf te ontdoen van de jas van verwachtingen en projecties, en de door jou ontworpen jas te durven gaan dragen.

Het hele proces om te komen tot je eigen design valt niet te onderschatten en is ontzettend waardevol.

WANNEER STENEN BEGINNEN TE SPREKEN

Vandaag ontdek ik een nieuw strand: Praia do Amado. Het is één en al magie hier voor mij. De mooiste gekleurde stenen zijn op dit strand te vinden. Ik had geen idee hiervan -- ik word compleet verrast en opnieuw sta ik versteld van wat de natuur te bieden heeft. Ik voel me als een kind in een snoepwinkel.

Ik zoek een paar mooie stenen uit en terwijl ik terugloop, denk ik aan hoe gaaf het zou zijn om hier een paar stenen uit te zoeken en mee te nemen, en een sacred cirkel met deze bijzondere stenen te maken als ik een vast stekje heb. De door mij verzamelde stenen leg ik met een lach op mijn gezicht op mijn strandlaken neer.

Het heerlijke aan (sommige) stranden in Portugal is dat er niet veel mensen te vinden zijn. En als je al mensen aantreft, dan is iedereen rustig en relaxed. Geen speakers, telefoons of hard gepraat -- althans dat geldt voor de Portugezen, niet voor de toeristen in de Algarve.

Voldaan en tevreden lig ik op het badlaken, totdat ik ineens in mijn hoofd een gesprek kan waarnemen. Gezien hetgeen wordt gezegd, merk ik op dat het van de stenen afkomstig is.

Als je me nog niet vreemd genoeg vindt, dan is dit wellicht het moment om af te haken en het boek dicht te slaan, haha. Voor mij is dit inmiddels niet meer vreemd -- ik ben gewend geraakt om te geloven in wat voor de meesten onmogelijk lijkt te zijn. Je waarheid wordt door je geloofssysteem bepaald.

Kijk alleen al hoe hypnose werkt en het placebo-effect. Dat zijn door de wetenschap geaccepteerde en bewezen effecten van hoe het verstand werkt. Dit is niet anders.

Feit is namelijk dat -- net als de mens -- alles uit energie bestaat. En energie heeft een bepaalde frequentie. En frequentie bevat altijd specifieke informatie. Alles uit de natuur, of het nu rotsen, bomen, water of stenen zijn, bevat dus informatie. Denk alleen al aan het feit dat kwarts een van de meest voorkomende mineralen op Aarde is en dat kwartskristallen veelvuldig worden gebruikt in elektronica, onder andere vanwege de capaciteit om data op te slaan.

Stel je nu de rotsen en stenen voor die duizenden of miljoenen jaren aanwezig zijn op Aarde. Kun je je nu voorstellen hoeveel informatie is opgeslagen in het brein van de stenen?

Terug naar het gesprek. Ik moet je eerlijk zeggen dat ik ook wel even gek stond te kijken toen ik dit hoorde. Ondanks dat ik eerder al met stenen communiceerde -- of ze gereinigd moesten worden bijvoorbeeld -- was dit van een ander niveau.

Ik kies één steen uit en neem hem in mijn hand. Eens kijken wat er gebeurt.

Deze steen geeft aan dat hij ingezet kan worden voor healing van de baarmoeder en blaas. Hij is specifiek voor de vrouw bedoeld en richt zich op thema's als vruchtbaarheid, seksuele trauma's enzovoort. Er wordt aangegeven dat de steen fysiek op het lichaam op de bewuste plek mag worden gelegd.

Een andere steen geeft aan dat deze werkzaam kan zijn bij het thema "onzekerheid" en dat het een steen is die iemand op een zachte manier kennis kan laten maken met dit thema. Weer een andere kwalificeert zichzelf als een "voelsteen". Tranen komen in mij los en ik voel dat ik al mijn dromen kan waarmaken en dat alles mogelijk is. Deze steen biedt houvast, hoop en is een rots in de branding. Er wordt aangegeven dat de steen in de hand of op het navelgebied mag worden gelegd.

Een andere steen geeft aan dat deze alleen gebruikt moet worden bij iemand die al redelijk ver in het proces is en er klaar voor is om met schaduwstukken geconfronteerd te worden. Een andere steen is een verbinder tussen twee chakra's.

De hele middag channel ik informatie van de stenen en schrijf ik alles op wat ze me te vertellen hebben. Het is een magische stranddag. Als ik in contact ben met alles om me heen, voel ik me zo compleet. Ik ben letterlijk één met alles en met alles in verbinding.

Ineens komt naar boven drijven dat ik een half jaar geleden mijn grootste verlangen op papier heb geschreven en gedurende twee weken iedere dag heb uitgedragen zodat het gemanifesteerd kon worden. Mijn intentie was toen: "I communicate easily and effortlessly with all beings, spirits, elementals, animals and stones."

Wauw! Ik onderschat mijn manifestatiekracht en vergeet soms welke dromen ik al allemaal heb laten uitkomen, alleen door gedachtekracht en het bijbehorende gevoel te ervaren. Soms sta ik te weinig stil bij mijn successen en ga ik te makkelijk door naar het volgende. Ik mag meer stilstaan bij dit soort magische overwinningen. Het zijn immers allemaal dromen die werkelijkheid worden, en dat mag gevierd worden.

UITSPREKEN OF NEGEREN?

Vandaag irriteer ik me mateloos aan een bericht van iemand. Dat deze persoon me irriteert, is niet voor het eerst. En nu irriteert het me dat hij me überhaupt nog kan irriteren. Ik snap niet dat hij me nog weet te raken, aangezien we al een tijd geen contact meer hebben gehad en ik bovendien meende dat ik hem uit mijn energieveld had gebanjourd.

Als iemand je weet te raken, ligt de oorzaak ervan altijd bij jezelf. Vandaag vind ik het zelfs irritant dat ik weet dat ik het bij mezelf moet zoeken. Kan ik niet gewoon iemand de schuld geven en het buiten mezelf zoeken? Pfff.

Na er even op te hebben gebroed, weet ik dat hij me nog raakt omdat ik mijn grenzen niet duidelijk genoeg heb aangegeven. Ik herken dit thema bij mezelf, met name bij mensen waarbij ik voel dat ze de door mij gestelde grenzen persoonlijk zouden kunnen opvatten. In dat geval kan ik soms in het belang van de goede vrede het erbij laten, tenzij het écht een grens overschrijdt. Als een andere uitkomst voor mij ook acceptabel is, dan ben ik geneigd om me hierover niet uit te spreken. Daarbij maakt het een verschil hoe diep en waardevol de connectie is.

Hier betreft het een man met wie ik meer dan een jaar geleden heb gedate en waarmee alle banden al waren verbroken -- althans, dat dacht ik. Voor mij maakt hij uit het niets de opmerking dat hij zijn koffer al aan het pakken is om naar mij toe te komen.

Ik denk bij mezelf: "Dit moet echt een grap zijn, want anders is hij blind voor signalen en het feit dat ik hem geen aandacht geef." Dus ik reageer niet op die specifieke opmerking. Ik wil ook helemaal geen energie of aandacht naar deze vreemde opmerking laten uitgaan. Deze opmerking komt out of the blue, zonder enige toelichting of een openbaring dat hij iets voor me voelt of wil onderzoeken of er iets tussen ons kan ontstaan.

Vandaag is de tweede keer dat hij aangeeft dat zijn koffer al klaarstaat. Wat moet ik hiermee? Heb ofwel de moed om aan te geven wat je van me wilt, of zeg niets. Deze opmerking irriteert me om die reden.

Ik besluit toch maar -- om het te kunnen afronden -- te vragen of hij serieus is. Dus ik vraag of hij serieus is over dat hij naar me toe wil komen. En toen was het hek van de dam. Natuurlijk was hij serieus, ik zou hem aan het lijntje hebben gehouden en het is ongelooflijk hoe ik met hem omga, enzovoort. Het was één en al verwijtend, en dit is precies de reden dat ik geen contact meer met hem wens. Als iemand zo sterk vanuit het ego reageert, valt er ook lastig een goed gesprek te hebben.

Oké, bedenk ik me -- dit is de ultieme testcase om te leren heel duidelijk te zijn. Voor mijn doen snoeihard, maar blijkbaar is dat nodig

bij mannen. Waar een vrouw voor 99% moet voelen dat de man haar ziet zitten om in actie te komen, komt een man in actie als hij 1% kans voelt. In mijn ogen lastig te bevatten, maar dat zal komen omdat ik biologisch gezien over een vrouwenbrein beschik.

Ik stuur hem een bericht nadat ik mijn eigen werk heb gedaan en weer liefde kan voelen voor deze mens. Ik dank hem voor de les dat ik me nog duidelijker mag en kan uitspreken. In datzelfde bericht geef ik aan dat ik hem oprecht alle liefde toewens, en ervoor kies om niet meer in contact met hem te willen zijn.

Ondanks dat het me nog niet op een natuurlijke, moeiteloze manier afgaat, heb ik geleerd hoe fijn het is om me vanuit liefde uit te spreken en aan te geven wat bijvoorbeeld zijn of haar gedrag met me doet, waarbij ik vaak een grens stel. Dit is de moeite waard om te doen, ook al voel ik dat de persoon niet meer actief in mijn leven zal zijn. Het is alleen al voor je eigen energiesysteem fijn en gezond om te doen.

Je neemt hiermee zorg voor jezelf, en ook al voel je liefde voor die mens (wat voor mij vaak zorgde voor de belemmering om mijn grens te stellen), je hoeft het gedrag van de mens daarmee niet te accepteren. Je mag er vanuit die zelfzorg voor kiezen om niet langer meer omringd te willen zijn met deze energie.

Je empowert met deze keuze je energiesysteem, je derde chakra, en als die verbonden is met het hartgebied, dan komt het stellen van de grens -- of de "nee" -- vanuit een flow van liefde. Het maakt dan niet uit of de ontvanger de boodschap wel of niet fijn vindt; het is overladen met de frequentie van liefde.

Ik ontvang meteen een nieuwe testcase. De kattenoppasser wordt ongeduldig en geeft aan dat mijn vriendin -- die wellicht voor de katten kan zorgen -- met een simpele ja of nee een antwoord kan geven en dat ze wil weten waar ze aan toe is. Ik schiet in een paniekmodus en ik weet dat ik even moet wachten voordat ik ga reageren.

Los van het feit dat de kattenoppasser volledig gelijk heeft in haar boodschap dat de katten mijn verantwoordelijkheid blijven, vind ik namelijk wel dat ze zich ook gecommiteerd heeft aan de zorg voor hen en dat ze -- gezien mijn situatie op afstand -- moet begrijpen dat ik niet even een-twee-drie een vervangend oppasadres heb geregeld.

Ook hier moet ik voelen waar ik goed aan doe. In hoeverre ga ik mijn geraaktheid hierin uitspreken? Op de vraag van mensen hoe ik mijn vrije dagen hier besteed, geef ik vaak het antwoord dat innerwerk een fulltime baan is. Nou, dit bedoel ik daarmee.

Mijn vriendin die ik een tijd geleden al heb gevraagd of ze voor mijn allerliefste katten wil zorgen, is slecht bereikbaar. Ondanks dat ze heeft aangegeven graag voor de katten te zorgen, hangen er wat donkere wolken boven haar hoofd die maken dat het wellicht niet mogelijk is. Ze is niet in staat me duidelijkheid te geven, voel ik, en ik besef me dat ik aan andere opties moet gaan denken.

Ondertussen stuur ik de kattenoppasser een bericht terug waarbij ik enerzijds mijn begrip toon voor haar situatie en anderzijds aangeef dat ik ook begrip van haar nodig heb om tot een oplossing te kunnen komen.

Op dit moment is het in overgave zijn even lastiger uit te voeren. Desondanks voel ik zo sterk dat deze reis niet het einde kan zijn en dat ik (wederom) stevig mag neerzetten dat ik hoe dan ook deze reis ga voltooien en er een oplossing komt.

De volgende dag voel ik dat het tijd is om mijn blik te verruimen en me niet meer op die vriendin te focussen. Waar ik eerst dacht serieus geen andere opties te hebben voor een oppas, bedenk ik me dat ik een aantal vriendinnen kan appen die misschien weer iemand kennen.

Een vriendin die nog niet lang in mijn leven is, reageert meteen dat een vriendin van haar op dit moment bij haar op bezoek is en enthousiast is om op Eduard & Ernest te passen. Deze vriendin van een vriendin vindt het meteen helemaal leuk en vraagt foto's van ze.

Ik merk dat er een last van me afvalt en het me ontroert, met name omdat ik voel dat deze vrouw het oprecht leuk vindt en het niet als een last ziet. De afgelopen dagen heb ik een soort van gebedeld dat de katten bij mensen terecht konden, en ondanks dat iedereen zijn of haar beweegredenen heeft om het niet te willen, voelt het alsof men alleen de lasten ervan ziet en niet de enorme vreugde en liefde die mijn katten verspreiden.

Het gaat allemaal in sneltreinvaart. Deze nieuwe kattenoppas heeft ervaring met katten en ze heeft een soortgelijke energie als ik, stel ik vast. Wat bijzonder en grappig. Het voelt helemaal kloppend zo.

Al op de tweede dag dat de katten bij de nieuwe kattenoppas zijn -- ik noem haar graag bij haar werkelijke naam "Anna" -- merk ik op dat de katten al veel vrijer en relaxter zijn dan voorheen. Nadat we een paar dagen verder zijn, krijg ik al berichten van Anna dat ze komen knuffelen en hun vaste plekjes in huis hebben gevonden. Mijn hart wordt helemaal warm en blij van de liefdevolle connectie tussen Anna en Eduard & Ernest.

NIETS VALT TE PLANNEN

Kunnen jullie je nog de Nederlandse vrouw herinneren die interactie had met Sebastiaan Labrie? Van haar ontvang ik een bericht dat zij en haar vriendin gaan uiteten in Sagres. Ik voel een duidelijke "ja" in mijn onderbuik en, geheel in lijn met de sacrale autoriteit vanuit Human Design, weet ik dat ik dan niet meer hoeft te wachten en meteen kan terugappen dat ik erbij ben.

Vanuit Nederland heb ik een mooi reisplan samengesteld waarbij ik logischerwijs vanuit het noorden van Portugal langzamerhand naar het zuiden mijn accommodaties heb vastgelegd. Al snel kwam ik erachter dat een plan leuk is, maar niet werkt als je alles op gevoel wilt doen. Juist in die flow van behoeften en gevoel blijven, maakt dat je werkelijk de reis kunt maken die je hart begeert. Ik heb daarom vrijwel alle accommodaties geannuleerd.

Er is nog één niet-geannuleerde accommodatie die ik voor een hele maand heb vastgelegd. Ik was me hier totaal niet meer van bewust, totdat ik naar Sagres rijd en daar een wegwijzing zie: "Salema". De accommodatie die ik voor een maand heb staan, is genaamd "Salema Eco Camp". Als ik opzoek tot wanneer ik kan annuleren met teruggave van de kosten, dan is dat nog twee dagen. Dubbel dankbaar ben ik voor het etentje in Sagres.

Ik besluit Salema Eco Camp te annuleren en van het zuiden weer terug naar de westkust te gaan. Het is grappig, want ik kruis heel Portugal kriskras door, totaal niet in een lijn zoals vanuit Nederland bedacht. Wat ben ik nu al veranderd, zeg. Ik kan me niet meer voorstellen dat ik een reis zo zou willen vastleggen.

Weer aan de westkust aangekomen, ga ik naar een van mijn lievelingsstranden bij Rogil. Het strand is -- zoals vrijwel altijd -- verlaten en ik doe een vreugdedans. Ik voel mijn hart en ziel diep van binnen blij worden. De stranden in het zuiden zijn prachtig, alleen heeft de kustlijn in het westen mijn grote voorkeur. Ik ben meteen blij met mijn keuze om weer hier te zijn.

De volgende dag reis ik naar een plek in de buurt van Odemira. Ik heb daar een tipitent geboekt. Na weer een spannende offroad te hebben gereden, kom ik aan op een plek waar het land geheel verbrand is. Wat een triest gezicht is het om de kale, zwarte bomen te zien. Mijn tent is knus en gezellig en er is een buitenkeuken waarvan ik gebruik kan maken.

Eenmaal 's avonds in de tipi sta ik oog in oog met een immense spin. Hmm, ik ben niet bang, maar erg leuk vind ik het niet. Gelukkig hangt er een klamboe waarin ik me "veilig" kan nestelen. Die avond val ik in slaap met twijfels of ik hier wel wil zijn. Deze plek had ik namelijk uitgekozen om met mezelf in retraite te zijn, met de helende werking van de natuur.

In de ochtend typ ik een bericht naar de host van de accommodatie waarin ik uitleg dat de verwoeste natuur me verdrietig maakt en ik

juist geïnspireerd wens te raken. Terwijl ik dit bericht lees, voelt het dubbel en niet kloppend. Het klopt niet dat ik vanwege de verbrande bomen wil vertrekken. Ik verwijder het bericht weer met de gedachte dat het nog niet het moment is om deze plek te verlaten.

In plaats daarvan maak ik een wandeling door de verbrande wouden. Het lijkt wel alsof ik mijn ogen nu pas echt open voor mijn omgeving. Als ik goed kijk, zie ik namelijk in de top van de bomen weer groen blad verschijnen -- hetgeen me eerder niet is opgevallen.

Ik ben sprakeloos. De bomen zijn van top tot teen verbrand en desondanks zijn ze in staat om weer leven te geven en te herstellen. Ik begin te huilen. Vergankelijkheid is zo dichtbij en tegelijk gaat alles in de cyclus door. Wat een helende kracht heeft de natuur.

Een gevoel van troosteloosheid verandert in een gevoel van pracht en kracht. De vogels en libellen vliegen door de dorre, verbrande bomen en geven kleur en leven. Ik zie een prachtige rode libelle op een tak en besef me weer dat de natuur zo mooi is. Hoe kan een mens zich superieur voelen aan een dier of insect, terwijl een vliegtuig dezelfde bouw heeft als een libelle? Wie is hier nu eerst en authentiek? schiet door mijn hoofd.

De zon schijnt op de helft van de heuvel, de andere helft ligt al in de schaduw. Ook hier is de dualiteit zichtbaar. Ik zoek het contrast in mezelf op. De ene helft die graag deze plek wil verlaten en de duisternis niet wil zien en weer "schoonheid" wenst te aanschouwen, en de andere helft die voelt dat juist in de duisternis lessen te leren zijn. De ene helft die verdriet voelt van natuurrampen, en de andere helft die weet dat uit destructie nieuw leven voortkomt.

Een verrassende wending van deze wandeling.

De natuur reflecteert onmiddellijk en ik voel dat ik bereid ben om een deel van me te laten sterven, wetende dat het weer ruimte geeft voor groei en nieuw leven. Ik word misselijk en mijn hoofd tolt. Ik wil gaan slapen, maar een kriebel op of boven mijn kruin houdt me wakker.

Alsof er een grote spin over mijn hoofd loopt -- wat een vrij reëel scenario is. Een korte inspectie wijst gelukkig uit dat het geen spin is.

Het lijkt alsof mijn schedel open ligt. Ik hoor de woorden: "energetische operatie". Voor even ben ik niet in staat om me te bewegen. Ik herken dit en weet dat er energetisch gewerkt wordt. De energie is zóóó hoog: mijn lichaam kan zich nauwelijks aanpassen aan deze hoge frequenties. Het voelt werkelijk alsof iedere cel in mijn lichaam een eigen hartslag kent. Ik weet dat ik niets krijg wat ik niet aankan, maar ik moet bijna overgeven van de pulserende energie door mijn lichaam.

Via mijn kruin zie ik dat er energetisch verbindingen en lijnen ontstaan. Ik zie zestien lijnen in een cirkel, die elk met hun tweeën verbonden zijn (één mannelijk en één vrouwelijk). Aan de linkerkant zie ik dat er een setje van twee lijnen via mijn kruin wordt verbonden aan een liaan (Aarde-energie). Rechts zie ik dat er een setje van twee lijnen via mijn kruin wordt aangesloten met kosmische energie -- puur licht. Er zijn vier van de zestien lijnen aangesloten en geactiveerd. Ik hoor dat dit de fundering is vanwaaruit verder gebouwd kan worden.

Ik zie een beeld van een boomstronk waar jaarringen zichtbaar zijn. De jaarringen staan synoniem voor de energetische lijnen en verbindingen die zijn aangelegd. Iedere lijn staat voor een gerijpt moment voor aansluiting en kent een eigen frequentie.

Na deze wijze natuurlessen is het tijd om weer verder te gaan en verlaat ik deze plek.

DE ONZEKERHEID STEEKT WEER OP

Vandaag ga ik verder met het channelen van de boodschappen en wijsheden van de dieren. Ik besluit contact te maken met een van mijn krachtdieren: de arend. Ik zit op een yogaplatform en kijk uit op de natuur en ontvang druppelsgewijs informatie van de arend.

Ik hoor de arend vertellen over hun natuurlijke gave om zich te focussen, hoe ze overzicht behouden en ontspanning vinden in de hemel. Ineens hoor ik een stem die in mijn oor schreeuwt: "Dit wist je al allemaal van de arend", "Waarschijnlijk heb je dit allemaal zelf bedacht" en "Wie zegt dat dit bericht van de arend afkomstig is?"

Deze stem is misschien herkenbaar voor jullie. Soms is deze op de achtergrond aanwezig, maar nu klinkt er een schelle, irritante stem. Waar de arend kan focussen, ben ik volledig afgeleid. Nadat ik deze stem (mijn ego) heb gekalmeerd, ga ik weer verder.

Beïnvloed door het ego vraag ik de arend: "Kun je iets laten zien wat niet veel mensen van jullie weten?"

De arend laat me een specifiek beeld zien van hoe een arend lacht en plezier heeft. In plaats van dat ik dit als een bevestiging zie -- want dit is écht iets wat ik mezelf niet had kunnen bedenken -- gaat de vertwijfelde en sceptische ik op Google zoeken of dit wel juist is.

Ik word af en toe zo moe van mezelf.

En ja, ik vind bevestiging op het internet van het beeld dat mij door de arend werd getoond. Ik beloof mezelf plechtig in het vervolg te vertrouwen op de informatie die tot me komt. Ik ben helemaal klaar met het onzekere stuk in mezelf.

Vanwege mijn lichttaalontwikkeling en het sterke verlangen om nader contact te maken met mijn sterrenfamilie, voel ik de behoefte om met iemand te spreken die me kan ondersteunen in het multidimensionale veld. De woorden op de website van deze multidimensionale coach resoneren met me -- de kennismaking verloopt echter anders.

Zonder dat ik heb gevraagd om een analyse van mijn energieveld, worden er woorden naar mijn hoofd geslingerd zoals dat er onrust in mijn systeem zit, ik meer in de overgave mag, enzovoort.

WAAAAAAATTTTTT??!!