

SPIRITUELE BEVRIJDING

Een wegwijzer naar Spirituele Bevrijding

Spiritueel Coach Mano

SPIRITUELE  BEVRIJDING

Een wegwijzer
naar
Spirituele Bevrijding

www.spirituele-bevrijding.nl

Een wegwijzer naar Spirituele Bevrijding

Auteur: Mano Mahadew
Email: info@spirituele-bevrijding.nl
Website: www.spirituele-bevrijding.nl
Coverontwerp: BnB
ISBN: 9789464053692

© 2020 Mano Mahadew
Uitgeverij Brave New Books

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en /of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie of welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Met dank aan
Neelakanth Mahadew
Bij het opzetten van dit bijzondere intitiatief

Index

Voorwoord 9

Introductie spiritueel coach Mano

Deel 1 11

Het unieke initiatief de 'Spirituele Bevrijding'

1 De vier psychologische vermogens 15

1.0 Inleiding

1.1.1 De innerlijke verbeelding (knowledge)

1.1.1 De innerlijke verbeelding (experience)

1.2.1 De innerlijke conversatie (knowledge)

1.2.2 De innerlijke conversatie (experience)

1.3.1 De innerlijke stemming (knowledge)

1.3.2 De innerlijke stemming (experience)

1.4.1 De innerlijke drang (knowledge)

1.4.2 De innerlijke drang (experience)

2 De zoektocht naar het Zelf 49

2.0 Inleiding

2.1.1 Ik-gevoelens (knowledge)

2.1.2 Ik-gevoelens (experience)

2.2.1 Eigen gevoelens (knowledge)

2.2.2 Eigen gevoelens (experience)

2.2.3 Zelfgevoelens (knowledge)

2.2.3 Zelfgevoelens (experience)

3	De route naar Spirituele Bevrijding	75
3.0	Inleiding	
3.1.1	On-the-earth (knowledge)	
3.1.2	On-the-earth (experience)	
3.2.1	Up-to-the-sky (knowledge)	
3.2.2	Up-to-the-sky (experience)	
3.3.1	In-the-heaven (knowledge)	
3.3.2	In-the-heaven (experience)	
<hr/>		
	Deel 2	95
	De drie trajecten	
<hr/>		
1	Het traject van Opgroeien	97
	Bespreking	
2	Het traject van Openstaan	105
	Bespreking	
3	Het traject van Ontwaken	115
	Bespreking	
<hr/>		
	Deel 3	119
	Vraag & Antwoord	
<hr/>		
1	Vragen aangaande het initiatief 'de Spirituele Bevrijding'	121
2	Vragen aangaande spiritualiteit	125
<hr/>		
	Over Spiritueel Coach Mano	129
<hr/>		

SPIRITUELE BEVRIJDING

Voorwoord

Introductie Spiritueel Coach Mano

Welkom bij dit nieuwe en unieke initiatief, waarin ik je meeneem op een psychologische reis met als eindbestemming: de Spirituele Bevrijding.

Als spirituele coach zal ik je begeleiden langs een boeiende pad met als streven een innerlijke staat waarin rust heerst, een continu vredig gevoel en tegelijkertijd een ongekennde vreugde. In de loop der tijd heb ik een eigen psychologische aanpak ontwikkeld waarmee zo een staat van bevrijding binnen handbereik is.

Hoe ga ik te werk?

Middels het aanreiken van psychologisch kennis en psychologische tools laat ik je die gebieden zien in je eigen innerlijke, die je mogelijk zal inspireren en je interesse zal wekken om te zoeken naar die ene bewustzijnsstaat waarin volstrekke stilte en vrede heerst.

De wijze van aanpak is uiteraard individueel verschillend, immers ieder persoon is uniek en beschikt mogelijk over een bepaalde spirituele en psychologische achtergrond.

In het kader hiervan bied ik je een aantal producten aan:

Te beginnen met online spirituele consulten, dit houdt in één of meerdere losse contactmomenten via mail, social media of beeldbellen om in te gaan op issues op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en spiritualiteit. Je kunt bij consulting spirituele adviezen verwachten waarmee je verder kunt op je eigen spirituele traject. En wellicht is dit een mooie gelegenheid om nader kennis te maken met en te gaan voor een volgende stap, namelijk spirituele coaching, dat betekent begeleiding op een constante basis. Dit alles met als streven je eigen spirituele bevrijding.

Waar bij counseling het beperkt blijft tot een enkel los contact, gaat spirituele coaching veel verder. Bij counseling kan het beperkt blijven tot één of enkele contactmomenten met als doel het oplossen van persoonlijke spirituele issues die je mogelijk ervaart op je eigen spirituele traject. Daarbij kunnen allerlei spiritueel getinte onderwerpen die jouw belangstelling hebben, besproken worden.

Bij spirituele coaching gaan we samen een traject in, die we ook samen uitstippelen en je de begeleiding krijgt naar de genoemde bewustzijnsstaat dat verlichting of bevrijding heet. Let

Een wegwijzer naar Spirituele Bevrijding

wel: het is een streven, het een en ander is slechts haalbaar afhankelijk van jouw eigen specifieke kwaliteiten, ik noem er een aantal: een mate van discipline, oprechtheid, open staan voor informatie op gebied van psychologie en spiritualiteit, bereidheid om een traject in te gaan en te laten coachen.

Waar de coachingsessies een individuele aanpak kent, kun je er ook voor kiezen een workshop van drie modules te volgen. Voor meer details over de onlinecursus, verwijs ik je naar de informatie op onze website www.spirituele-bevrijding.nl Daar vind je informatie over de inhoud van de modules.

Op de website vind je overigens ook informatie die je gratis verstrekt wordt onder andere middels onlinevideo, maar ook blogs en artikelen. Tevens kun je een whitepaper downloaden waarin al deze informatie nogmaals globaal vermeld staat en mogelijk je interesse kan wekken.

Ik hoop je te ontmoeten via één van de zojuist genoemde wijzen.

SPIRITUELE BEVRIJDING

deel 1

Het unieke initiatief de 'Spirituele Bevrijding'

SPIRITUELE BEVRIJDING

Inleiding

Het unieke initiatief de 'Spirituele Bevrijding'

Welkom bij de introductie van dit nieuwe unieke initiatief met als titel: de Spirituele Bevrijding. Een initiatief dat gericht is op het verkrijgen van stabiele permanente innerlijke rust, en dit gepaard met een intense innerlijke vreugde.

Niet op basis van de gangbare methoden zoals yoga en mindfulness, maar op basis van door psychologische kennis verkregen inzichten en van de herontdekking van een verborgen aanwezige entiteit, het Zelf. Een initiatief dat daarin uniek is.

Er is al een geruime tijd een ontwikkeling gaande dat mensen belangstelling hebben voor het verkrijgen van innerlijke rust. Je ziet dan ook een duidelijke toename van de aantal aangeboden meditatie en mindfulness cursussen. Velen hebben of denken daar baat bij te hebben om al is het van tijdelijk aard, even ontspanning en rust te vinden. De realiteit toont aan dat ze ondanks al die cursussen en oefeningen, vervolgens toch weer vervallen in hun oude denk en gedachtepatronen. Ook aan het gedrag is ondanks al die sessies niets veranderd, dat wil zeggen, ze vervallen ook weer terug op hun oude vertrouwde soms schadelijke gedragspatronen.

Een stabiele en permanente innerlijke rust kan daarom niet verkregen worden via die weg. Het dient anders aangepakt te worden, op een geheel andere wijze.

Vandaar dat ik dit nieuwe initiatief gelanceerd heb, op basis van een nieuwe aanpak, de integrale aanpak.

De integrale aanpak is een combinatie van drie benaderingswijzen ter realisatie van Spirituele Bevrijding.

De essentie van deze drie trajecten zijn samengebundeld in de integrale aanpak.

Hoe ziet de nieuwe aanpak eruit?

Binnen de integrale aanpak kunnen we drie trajecten onderscheiden, het zijn trajecten die parallel lopen gedurende de workshop en coaching, die we bij dit initiatief aanbieden.

Traject 1 noemen we het traject van opgroeien. Dit traject behelst het doorlopen van diverse bewustzijnsstadia naar de ultieme Spirituele Bevrijdingsstadium. Bij dit traject van opgroeien ligt de focus op de verschillende psychologische ruimtes, dat iedereen onbewust met zich meedraagt en waar we mee aan het werk zullen gaan. We zullen die psychologische ruimtes anders gaan invullen. Het doel van traject 1, het traject van het opgroeien is: spirituele volwassenheid.

Een wegwijzer naar Spirituele Bevrijding

Bij traject 2, het traject van ontwaken, geschiedt de spirituele ontwikkeling door ontwaken en expansie van het Zelf. Daarvoor zal eerst gezocht worden in je eigen innerlijke ruimte naar een psychologische entiteit, die we het Zelf noemen. Het proces van ontwikkeling bij dit traject vindt plaats via bewustzijnssprongen. We zullen starten bij het startpunt dat in de volksmond down to earth genoemd wordt.

Van hieruit maken we achtereenvolgens de volgende sprongen: 'on the earth' naar 'up to the sky' en uiteindelijk 'in the heaven'. Dit is het doel van traject 2, namelijk spirituele verlossing.

Bij traject 3, het traject van zichzelf openstellen, ligt de focus op de ontdekking van de verschillende innerlijke werkelijkheden. De openstelling gaat van de fysiek-materiële realiteit, vervolgens het zichzelf openstellen voor de psychologisch-mentale realiteit, dan de dieperliggende causaal-integrale realiteit, en vanaf hier maken we een duik naar de kern van het bestaan, de zogenaamde non duale-monistische realiteit. Dit is de realiteit waar het Zelf gehuisvest is. Het is een realiteit dat gekenmerkt wordt door innerlijke licht. Het doel van traject 3 is daarom: spirituele verlichting.

De integrale aanpak ziet men terug gedurende de coachingsessies, maar vormt ook de basis voor de workshop van drie modules, waarin informatie wordt verstrekt met betrekking tot de drie trajecten, en waarbij tools en oefeningen gegeven zullen worden.

De nadruk zal gedurende de coaching en workshop liggen op de ontwikkeling van de zelfgevoelens, immers daar ligt de sleutel naar innerlijke Spirituele Bevrijding, resulterend in een permanente en stabiele mentale rust.

Wat zijn zelfgevoelens die ik zojuist hebt genoemd? Is dat iets anders dan de voor ons bekende ik-gevoelens? Is het gevoel van eigen iets anders dan de ik-gevoelens? En waarom leggen we de focus op het aanwakkeren van Zelfgevoelens? Al deze vragen zullen beantwoord en uitgelegd worden gedurende zowel de workshop, als de coachingsessies.

Voor wie is deze cursus bedoeld? En wie komt ervoor in aanmerking?

Het gaat om de volgende vier groepen van mensen:

1. voor mensen die meer psychologische en spirituele diepgang willen van hun persoonlijk bestaan
2. voor mensen die niet het gewenste effect hebben bereikt middels yoga en mindfulness, en daarin teleurgesteld zijn
3. voor mensen die zich afvragen of er misschien meer is dan de dagelijkse realiteit
4. voor mensen die verrijking van het leven wensen met psychologisch-spirituele kennis

Het doel van zowel de workshop als de coachingsessies is, zoals gezegd, een bewustzijn te verwerven dat permanent rustig, kalm, evenwichtig, en vredig is.

Maar waarom eigenlijk? Je voelt je namelijk bevrijd, volledig onafhankelijk, vredig en voldaan. Je bent gelukkig, omdat je het Zelf gevonden hebt.