

**Van een haastig bestaan naar dieper inzicht**

**Paranormaal studiecentrum De Aura**  
Website centrum: [www.hetspirituelepad.nl](http://www.hetspirituelepad.nl)

**Paranormale/spirituele boeken van paragnost en helderziende Ron Malestein.**

**Allerlei paranormaliteiten**

**Ik ben hooggevoelig geboren**

**Haastig bestaan naar dieper inzicht**

**Op paranormale wijze berichten opvangen!**

**Jezelf leren afsluiten voor allerlei energieën**

**Tips voor een vermoeide aura**

**Liefde en spiritualiteit (door de ogen van een helderziende bekeken)**

**Jouw karma of vrije wil?**

**Paranormale en spirituele Ebooks / Epubs**  
**Cursus numerologie**  
**Cursus Jouw paranormale ontwikkeling**

**Website praktijk Ron Malestein:**  
[www.ronmalestein.nl](http://www.ronmalestein.nl)  
**Telefoon praktijk: 06 – 40 79 10 11.**

# Van een haastig bestaan naar dieper inzicht

(over hedendaagse spirituele bewustzijnszaken)

**Ron Malestein (helderziende)**

Titel boek: Van een haastig bestaan naar dieper inzicht  
Auteur: spiritueel schrijver/paragnost Ron Malestein

© 1999 - 2024, Ron Malestein (tweede druk)

Info website: [www.hetspirituelepad.nl](http://www.hetspirituelepad.nl)

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd,  
opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand  
en/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 uitgever.



# Inhoudsopgave

Woord vooraf .....	9
Hoofdstuk 1 - Heelzijn .....	11
Je eigen pijn voel je het hardst .....	11
Wat je wel hebt .....	13
Te grote verwachtingen .....	14
Toon meer blijheid en dankbaarheid .....	15
Toeval of zelf veroorzaakt? .....	16
Hoofdstuk 2 - Diverse problemen met anderen .....	18
Onder invloed van anderen .....	18
Opnieuw werken aan je toekomst .....	19
Geluidsoverlast .....	20
Drankmisbuik .....	21
Blijf aan je huwelijk werken .....	23
Problemen met je partner .....	25
Maak tijdig goede afspraken .....	28
Een zieke partner .....	30
Vraag om extra steun .....	32
Hoofdstuk 3 - On-rust .....	34
Voorzorgsmaatregelen .....	34
Onrustige energie .....	35
Een gezonde slaap .....	36
Geneeskrachtige kruiden bij onrust en slaapproblemen .....	38
Een praktijkgeval .....	39
Hoofdstuk 4 - Bewustzijnszaken in vogelvlucht 1 .....	42
Vecht voor je eigen identiteit .....	42
Zekerheid .....	44
Onder te grote druk .....	46
Echte aandacht .....	47
Richt je op het positieve .....	48
Zoek rustig naar een uitweg .....	50
Te snel in het diepe .....	52
Gedachten zijn ook energieën .....	53
Hoofdstuk 5 - Bewustzijnszaken in vogelvlucht 2 .....	55
De kerk is verouderd .....	55
Vrijgevochten land .....	58

Liever milieuvriendelijke brandstoffen.....	59
Geeststof .....	61
Te groot verschil in welvaart en welzijn.....	63
Hoofdstuk 6 - Geheime leer, gelukkig niet meer .....	65
Veel toegankelijker .....	65
Minimale controle .....	66
Een innerlijke roep.....	68
Vanwege verschillende bewustzijns niveaus .....	70
Wennen aan het idee van overgaan.....	74
Afstand en tijd zijn illusies .....	77
De aarde een oord om te leren .....	79
Hoofdstuk 7 - Medicijn gebruik.....	82
Opwaardering van geneeskrachtige planten .....	82
Meer aandacht voor afbouwen van medicijnen .....	83
Praktijkgeval .....	85
Hoofdstuk 8 - Meditatie.....	88
Een weg naar meer harmonie.....	88
De eerste stap is moeilijk .....	89
Meditatie oefeningen (visualisaties) .....	90
Hoofdstuk 9 - Luisteren naar je binnenste .....	93
De innerlijke stem .....	93
De eerste indruk/intuïtie.....	94
Zakenmensen en intuïtie .....	95
Intuïtie zintuiglijk of parazintuiglijk? .....	97
In de kern is iedereen paranormaal .....	98
Enkele vormen van paranormaal verkregen indrukken .....	103
Intuïtie of toeval.....	104
(Symbolische) beelden.....	105
Vreemde gezichten .....	107
Een waarschuwende droom .....	108
Onverwachts bezoek .....	109
Hoofdstuk 10 - ‘Weer tussen de mensen’ .....	111
De eerste stap .....	111
Creativiteit .....	115
Goede energie .....	118
Hoofdstuk 11 - De dood.....	122
Verdriet nooit wegdrücken .....	122

Reïncarnatiegedachten .....	124
Maak het ook voor kinderen bespreekbaar .....	125
Een praktijkgeval .....	126
Hoofdstuk 12 - Op zoek naar het alternatieve .....	130
Angst voor het onbekende .....	130
Nieuwe tijds gedachten .....	133
Er ook werkelijk naar leven .....	137
Hoofdstuk 13 - ‘Nieuwe’ geneeswijzen.....	139
Niet afhankelijk maken .....	139
Erkennen .....	140
Geen zoete inval.....	142
Goede voorbereiding/charlatans .....	144
Enkele alternatieve therapieën in het kort.....	147
Hoofdstuk 14 - Bijzondere gaven .....	153
Magnetische krachten .....	153
Twee voorbeelden uit mijn praktijk:.....	159
Een zetje.....	160
Lichtuitstraling rond mens en dier .....	162
Psychometrie.....	164
Hoofdstuk 15 - Krantenartikelen .....	167
Signalen uit de krant .....	167
Huisartsen schieten tekort/jongeren met problemen.....	167
Door lijkwade verlost van zonde .....	169
Verboden te stemmen .....	171
’Landschapbeheerders’ .....	172
Hoofdstuk 16 - De jeugd en de toekomst .....	174
Méér begeleiding nodig .....	174
De invloed van de televisie .....	175
Nawoord.....	178



## Woord vooraf

In dit boek *Van een haastig bestaan naar dieper inzicht* tref je allerlei bewustzijnszaken aan die op jouw eigen leven kunnen slaan. Het is de bedoeling om meer inzicht in het leven met de daarbij behorende levensvragen te geven. Als je iets leest wat betrekking heeft op je eigen leven dan kan dat een bijzonder goed gevoel geven. Je ziet dat je er niet alleen voorstaat, we hebben allemaal onze strijd te leveren. Het is belangrijk datgene wat je ervaart met anderen te kunnen delen. De oudere generaties onder ons liepen vaak vast, omdat er geen aandacht aan hun persoonlijk gevoel werd geschonken. Zij moesten gewoon maar meelopen en hadden geen enkele inbreng. Gelukkig is er vandaag de dag veel veranderd. Er is meer aandacht voor eigen persoonlijk gevoel of mening en er is meer ruimte gekomen om onszelf te ontwikkelen.

In dit boek word je in een vogelvlucht met allerlei problemen en (paranormale) bewustzijnszaken geconfronteerd. Het kan een aanzet en stimulans zijn om verder te groeien.

Wees vooral bewust van je eigen mogelijkheden en kijk niet tegen een ander op. Het leven is één grote zoektocht naar liefde (genegenheid) en kennis (zelfinzicht).

Haal eruit wat je op dat moment goed kunt gebruiken laat de rest even rusten. We kunnen maar één stap tegelijk zetten. Neem de tijd voor iets en werk het goed uit. Op het pad van geestelijke ontwikkeling kan je toch geen stappen overslaan. Respecteer elkaars mening en tempo

van groeien. Volg vooral je eigen koers. Je kunt het allemaal alleen maar op jouw eigen unieke manier doen. Ik hoop van harte dat je er zaken uit kunt halen die voor jou van betekenis zijn en dat het je in moeilijke tijden zal sterken.

Tot slot: de namen die ik in de praktijkgevallen heb gebruikt zijn fictief, dit is om de privacy van de personen te beschermen. De aangehaalde voorbeelden kunnen eigenlijk op iedereen slaan.

Ron Malestein, (paragnost/helderziende en magnetiseur), 2021.

## **Hoofdstuk 1 - Heelzijn**

### **Je eigen pijn voel je het hardst**

Hier in het westen ervaart de jeugd het leven meestal als redelijk zonnig. Op andere plaatsen in de wereld kan het voor jonge kinderen al vroeg mislopen. Te denken valt aan honger en kinderarbeid. Maar over het algemeen voelt een kind zich vrij en blij; dat is nodig want anders loopt het kind groei- en gedragsstoornissen op. Kinderen kunnen zich nog lekker ‘heel’ en ‘vol’ voelen. Naarmate ze ouder worden wordt het moeilijker om dat ‘heelzijn’ vast te houden. Het is maar net in hoeverre men tegen teleurstellingen en tegenslagen bestand is. We reageren allemaal zo op onze eigen wijze op voor- en tegenspoed. We krijgen in het leven allemaal veel te verduren. Soms lijkt het erop dat jij persoonlijk meer ellende te verwerken krijgt dan een ander. Dit kan in sommige gevallen wel zo zijn. Je eigen pijn voel je nog altijd het meeste en de één kan meer in zijn leven hebben dan de ander. Persoonlijk geloof ik dat in het gezegde: ‘kruis naar kracht krijgen’ een kern van waarheid zit. Je kunt je hoofd breken over het feit of er een centrale macht in het universum is, die onze levens overziet en regelt, of dat alles louter toeval is.

Bij sommige mensen lijkt het er zo op het oog op dat het goed met ze gaat; ze hebben een leuk gezin, goede contacten, een grote woning en een aardige auto. Je zou dat jezelf ook willen wensen. Je kunt je hierin behoorlijk vergissen, want wat je ziet is waarschijnlijk niet meer dan de buitenkant. Er kan zich veel bij mensen iets afspelen wat misschien niet naar buiten mag of kan komen.

Bijvoorbeeld voor het oog onzichtbare chronische ziekten of vervelende ouders, broers of zussen. Ik wil hiermee zeggen: laat je niet te veel afleiden door het uiterlijk. Ieder mens heeft in zijn leven een bepaalde hoeveelheid sores te verwerken. De kunst van het leven is om zo veel mogelijk 'heel' te blijven of na verdrietige momenten weer zo snel mogelijk 'heel' te worden. Wij mensen laten ons door van alles gemakkelijk afleiden. We zouden langer moeten genieten van de goede momenten in het leven en dat gevoel zo lang mogelijk proberen te koesteren. Wij zijn doorgaans veel te veel op onze hoede voor nieuwe problemen. Op deze wijze kun je je nooit lang goed voelen. Als het voor korte of langere tijd goed gaat bederf je in feite zelf vaak de goede momenten door je eigen 'verkeerde' gedachtegang. Over het algemeen kom je vaak mensen tegen die door de vele problemen in het leven uiteindelijk erg vermoeid, depressief of gedesillusionneerd zijn geraakt. Ze missen vaak kracht om door te gaan en wantrouwen alles en iedereen. Langdurige problemen zijn zenuwvretend, het gooit je ondersteboven. Toch vind ik dat mensen nogal gemakkelijk zelfmedelijden hebben en de wereld te veel door een donkere negatieve bril zien. Zou het niet beter en veel gezonder zijn om van de positieve dingen van het leven uit te gaan! Het is prettiger om van de dingen uit te gaan die je wel hebt dan die je niet hebt. We vergeten door onze problemen de leuke dingen en momenten van het leven. Je kunt gerust zeggen dat het leven vaak bijzonder zwaar is, het kan enorm tegen zitten, alsof er maar geen einde aan lijkt te komen. Als je door pijn of gebrek aan vertrouwen jezelf door een verkeerde manier

van denken in nog meer negativiteit dompelt dan kom je er helemaal niet meer uit. Het valt niet mee om zelf uit zo'n zware bui te komen. Soms heb je medicijnen nodig om jezelf te beschermen.

### **Wat je wel hebt**

Het is een merkwaardig verschijnsel dat, wanneer er problemen zijn, men zich in stilte terugtrekt. Net alsof de wereld voor die periode niet meer bestaat. Je kunt altijd een ander opzoeken en je verdriet kenbaar maken. Misschien wil de ander het verdriet wel met je delen.

Het is zo jammer dat er zo weinig bekend is over de uitwerking van onze gedachten. We weten in verhouding veel meer over het functioneren van het stoffelijk lichaam dan van onze eigen geest. Als we eenmaal de sleutel vinden om positiever te denken en meer van het goede in het leven uit kunnen gaan, dan is vaak de helft van de moeilijkheden en problemen al overwonnen. Het is maar net hoe je naar de problemen kijkt: negatief of positief. Van problemen in het leven krijg je meer inzicht in jezelf. Door onwetendheid brengen we onszelf vaak in de problemen. We klagen liever steen en been dan dat we het probleem met beide handen willen aanpakken. De mens is een raar gecompliceerd wezen. Als men iets pertinent wil dan wringt men zich in allerlei bochten om het doel maar te behalen. We zijn daar bijzonder creatief en vindingrijk in. Maar als we zelf in de problemen zitten dan geven we niet thuis. Ons gedrag is soms volstrekt onlogisch. Niet zelden raken we, door onze handelingen de draad kwijt. Ga in ieder geval uit van hetgeen je wel

hebt. Kijk je alleen naar wat je niet hebt dan gaat al het andere moois in een grauwe mist verloren.

### **Te grote verwachtingen**

Tijdens de puberteit hebben we allemaal een flinke portie verwachtingen van het leven. De één zal meer noten op z'n zang hebben dan de ander. Niemand is gelijk. We hebben allemaal onze eigenaardige wensen. Niet alles kan serieus genomen worden. Gelukkig verdwijnen sommige wensen vanzelf naarmate we ouder worden. Veel mensen houden van dagdromen of hebben een levendige fantasiewereld. Fantaseren is gezond, zolang je maar de werkelijkheid van de fantasie kunt onderscheiden. Dit is een groot probleem voor sommige mensen. Van verwachtingen kun je behoorlijk teleurgesteld raken. Niet dat je geen verwachtingen over iemand of over bepaalde zaken mag hebben. Het is vaak zo, dat hoe groter de verwachting hoe groter de teleurstelling. Natuurlijk horen teleurstellingen bij eenieders leven, we leven tenslotte niet in een paradijs. Het is wel belangrijk dat je jezelf een beetje afschermt door je voor te bereiden op de nodige teleurstellingen in het leven. Het is een naar gevoel om grote verwachtingen te hebben waar in praktijk niet veel van terecht komt. Grote verwachtingen veroorzaken dikwijls grote teleurstellingen en irreële verwachtingen ook.

Om jezelf te beschermen tegen te grote verwachtingen, bijvoorbeeld binnen een relatie, is het belangrijk dat je zorgt voor grote openheid waarin jij en die ander elkaar kunt vertellen van je verwachtingen. Op die manier voorkom je dat je langs elkaar heen leeft.

## **Toon meer blijheid en dankbaarheid**

Door onze welvaart zijn we gemakzuchtig geworden, dat is niet goed voor onze ontwikkeling. Het is beter om persoonlijk ergens voor te knokken dan dat je, zonder eigen inzet, alles zo maar kan krijgen. We zouden beter van wat welvaart afstand doen. We staan er niet bij stil dat op geringe afstand het leven heel anders is dan hier in ons land. Daar is het elke dag weer een strijd om eten en hier struikel je als het ware over de lekkernijen die overal worden aangeboden. We denken te veel aan onszelf. Hiermee bouwen we voor de toekomst slecht Karma op. De wet van Karma heeft te maken met de reïncarnatie gedachte. Iets wat je in dit leven goed of verkeerd (of misschien wel nalaat) doet, komt tijdens de ‘verrekening’ in een later leven weer terug. Met andere woorden door de wet van oorzaak en gevolg bouwen we allemaal ons toekomstig leven op. Sommige mensen zien hier in dat er toch rechtvaardigheid in het heelal is. De wet van Karma is in het oosten bekender dan hier in het westen. Maar de laatste jaren neemt de belangstelling voor deze natuurwet snel toe.

We kunnen beter onze goederen verdelen met andere landgenoten en wereldbewoners. Dankbaarheid heeft te maken met geestelijk bewustzijn en materialisme of egoïsme met kortzichtigheid. Je doet in wezen jezelf ernstig te kort door niet gewoon dankbaar voor het leven te kunnen zijn. Niet dat het leven rozengeur en maneschijn is, het leven is soms verdraaid moeilijk. Het valt niet altijd mee om het hoofd boven water te houden. We gaan allemaal weleens, door allerlei problemen, onderuit. Juist de mooie momenten in het leven zijn de

momenten om eens langer bij stil te staan. Je kunt je blijheid en dankbaarheid toch weleens een keer naar buiten brengen! Doe je dit niet, dan gaat alles ongemerkt aan je voorbij. Anderen vinden het fijn als je je dankbaarheid voor iets laat merken. Het geeft hen ook nieuwe kracht. Er wordt zoveel gemopperd, geroddeld en gezeurd. Een dankbaar mens is meestal een gelukkig mens. Mensen die vreselijk in de put zitten, zijn zo met zichzelf bezig, dat hulpsignalen van anderen onopgemerkt blijven. Er zijn in veel gevallen tal van momenten geweest waar mensen een handreiking aangeboden hebben gekregen. Maar ze willen liever alles zelfs doen dan te reageren op de vriendelijkheid van anderen. Ook kan men kracht en inspiratie uit de natuur in al zijn facetten halen. Elk jaar groeien er weer gewassen die we kunnen eten of waar we naar kunnen kijken. De werking van de zon en de maan op aarde is toch zeer bijzonder. Eigenlijk zou iedereen dichterbij de natuur moeten leven. De natuur en de mens horen bij elkaar.

### **Toeval of zelf veroorzaakt?**

Ik kom in mijn praktijk mensen tegen die denken, dat een goed en mooi leven met toeval en geluk te maken heeft. Je wordt volgens hen in een goed of een slecht nest geboren, waar je het de rest van je leven maar mee moet doen. Als je dit oppervlakkig zo aan de buitenkant observeert, dan begrijp ik goed, dat je zo kan gaan denken. Het gelukkig of 'heel' zijn zoals ik het in dit hoofdstuk heb genoemd, geeft naar mijn persoonlijke paranormale waarnemingen een heel ander beeld.



Mensen worden niet met een schone lei geboren. Een klein wezentje dat je zo lief aan kan kijken doet dit wel denken. Maar géén enkel kind heeft een sneeuwwitte aura bij de geboorte; we worden allemaal met ‘verkleuringen’ geboren. Ieder wezen draagt ervaringen van vorige levens in de diepte van zijn ziel met zich mee. Nu kun je wel denken dat je niets van je vorige levens afweet. Dat kan wel zo zijn, maar in gevoelsherinneringen handel je feilloos naar je vorige ervaringen. Je hebt het helemaal niet door dat je continue, zonder daar mee bezig te zijn, ervaringen en gedachten die ergens opgeslagen zijn, in je ziel gebruikt.

In de aura kun je allerlei goede en minder fraaie karaktereigenschappen aan de kleuren zien. Ieder klein wezentje draagt spanningen, nare ervaringen, tegenstrijdige gevoelens en angsten met zich mee. Het is maar net wat er al op die leeftijd aan de oppervlakte komt. Ik zie het zo: als je voor aardse begrippen je levenslessen grondig hebt geleerd en je ook van alle dingen op aarde hebt mogen genieten dan heeft het weinig zin om nog op de leerschool - die de aarde is - terug te komen.

## **Hoofdstuk 2 - Diverse problemen met anderen**

### **Onder invloed van anderen**

Het is merkwaardig dat je door sommige mensen zodanig naar beneden gehaald kan worden dat je jezelf er leeg door kunt gaan voelen. Mensen hebben een goede of slechte invloed op elkaar en alles wat daartussenin zit. Een goed contact met iemand kan je doen volstromen van warmte en geluk, maar een beroerd contact kan je radeloos maken. Het lijkt dan net of je in een donkere put bent terechtgekomen waar je, vanwege de uitzichtloosheid van de situatie, voorlopig niet uit denkt te komen.

Mensen zijn wonderlijke wezens met allemaal zo hun eigenaardigheden. Sommige eigenschappen zijn aangeboren maar het kan ook zijn; dat door grote problemen in het leven het karakter wat verworden is geworden. Stress, verdriet, eenzaamheid kortom ellende heeft grote invloed op ons doen en laten.

Problemen hebben ook grote invloed op de omgeving. Je kunt lichamelijke pijn of zielenpijn hebben. Een goed of slecht humeur beïnvloedt het gezin, familie, kennissen, collega's of clubgenoten.

Het is grappig dat we door toedoen van anderen ons rot kunnen gaan voelen en dat we door weer anderen opgepept kunnen worden. Dit is een raar proces en eigenlijk niet helemaal eerlijk. Probeer dit toch in een wat breder verband te zien. Wij helpen anderen en anderen helpen ons weer. Maakt het echt zoveel uit wie ons een beetje helpt? Dit is een eeuwig proces. We zijn allemaal schakeltjes van een hele grote ketting. Als er maar

iemand is, die ons datgene wat ons is afgenomen weer een beetje aanvult. Als mensen vervelend en rot tegen je doen dan valt het niet mee om daar op een goede manier mee om te gaan. Denk maar zo: het is hun eigen keuze. Je kunt kiezen met je gedrag voor het positieve (licht) maar ook voor het negatieve (duisternis).

### **Opnieuw werken aan je toekomst**

Velen kijken op hun leven terug met veel afschuw en pijn. Ze begrijpen niet waarom ze in al die conflicten terecht zijn gekomen. Door de vele moeilijkheden en problemen raak je gemakkelijk de draad kwijt. Soms ga je geheel onderuit en word je ziek. Voor de pijn, die ontstaat door alle conflicten, heb je tijd nodig om te herstellen. Het probleem is alleen dat velen het vertrouwen in het leven verliezen. Ze zijn zeer aangedaan en in een zwart gat terechtgekomen. Dat is onprettig en soms zelfs gevaarlijk, want uiteindelijk hoopt iedereen op een zonnige en prettige toekomst. We zijn door grote moeilijkheden snel geneigd het heden uit het oog te verliezen. We denken continue aan mensen die ons bewust of onbewust veel verdriet hebben gedaan. We kunnen of willen hen niet loslaten, zelfs als we soms al jaren 'bevrijd' zijn van hun tirannie en onredelijkheid. Het blijft maar door je hoofd malen. Het leven gaat, door deze begrijpelijke maar onjuiste manier van denken, vrijwel geheel aan je voorbij. Je scheidt geen heden maar ook geen toekomst meer. Als je dit niet inziet kun je gemakkelijk jaren van je leven weggooien zonder dat er nog iets leuks gebeurt. Na een lange periode van