

# EEN

*Dat de kraaien van zorg en kommer  
over je hoofd vliegen kun je niet beletten,  
maar dat ze zich in je haar nestelen  
kun je verhinderen*

*~ Chinees gezegde*

RIA ROELOFS

© 2024 Ria Roelofs

Illustraties: Ria Roelofs, Wik en Joop

ISBN: 978 94 650 1718 1

NUR: 728

De teksten uit dit boekje mogen gebruikt worden ter inspiratie voor jezelf en anderen.

# EEN

Wat is de betekenis van Een-zijn, Eenheidsbewustzijn in de huidige tijd in relatie met de aarde, de natuur en de samenleving. Is daar een nieuwe taal voor nodig? Hoe ziet vanuit het Eenheidsbewustzijn het handelen met betrekking tot actuele maatschappelijke vraagstukken, persoonlijke dilemma's, de verhouding van de mens met zichzelf en de aarde en de planeet eruit?

# VOORWOORD

Het is alweer even geleden. In de jaren 1993 en 1994 gaf ik een zestal weekenden met als titel 'Los en Natuurlijk Zijn'. Door een vaste groep werd in die weekenden een weg bewandeld. Elk weekend had een thema. De essentie van deze thema's heb ik samengevat in een boekje.

In 2023 werd ik door een oud deelnemer aan deze publicatie herinnerd. Na herlezing blijkt dat de tekst niets van haar helderheid en kracht verloren heeft. Als kernthema staat het begrip Eenheidsbewustzijn centraal.

Het boekje vraagt om een heruitgave. Er volgen in kleine kring gesprekken over de vraag wat de betekenis is van Eenheidsbewustzijn in de huidige tijdsperiode in relatie met de aarde, de natuur en de samenleving. Is daar een nieuwe taal voor nodig? Hoe ziet vanuit het Eenheidsbewustzijn het handelen met betrekking tot actuele maatschappelijke vraagstukken, persoonlijke dilemma's, de verhouding van de mens met zichzelf en de aarde en de planeet eruit? Om daar antwoord op te geven wordt een nieuw hoofdstuk aan het boekje toegevoegd, dat ik samen met Daan Vosskühler geschreven heb.

Het zal de lezer niet ontgaan dat dit boek is geschreven in spreektaal. Daar heb ik aan vast gehouden om de woorden toegankelijker te maken. Dit mede door herhalingen die cadans geven waardoor de essentie van de tekst, voorbij het denken, binnen kan komen.

Met dank aan Agnes die mij de tip gaf nog iets met het boekje te doen. Met dank ook aan Ton en Ellie die destijds hun liefde en vele uren hebben geïnvesteerd om de oorspronkelijke uitgave tot stand te brengen. Ook bedank ik graag Wik en Joop, die naast de tekeningen die ik maakte, voor passende tekeningen zorgden bij het beschreven thema.

Daan heeft kritisch gekeken naar de taal waarin deze uitgave geschreven is en mij van begin tot het einde actief ondersteund in het proces tot aanvulling en heruitgave van dit boekje. Tessa Vosskühler heeft met veel zorg en aandacht dit boekje vormgegeven.

*Ria Roelofs, Amersfoort, 2024*

# INHOUD

OORSPRONKELIJK ZIJN • eerste weekend •	8
VREUGDE EN PIJN, LEVEN EN DOOD • tweede weekend •	11
VERTROUWEN & OVERGAVE • derde weekend •	24
LIEFDE-WIL-KRACHT-VORM • vierde weekend •	28
WAARNEMING EN DE WAARNEMER • vijfde weekend •	44
LOS EN NATUURLIJK ZIJN • zesde weekend •	55
DE KERN VAN HANDELEN VANUIT HET EENHEIDSBEWUSTZIJN • toegevoegd hoofdstuk •	66
INSPIRATIEBRONNEN	78



# OORSPRONKELIJK ZIJN

## • EERSTE WEEKEND •

Je diepste verlangens en behoeften. Je weerstanden om vanuit deze diepste behoeften en verlangens te *Zijn*. Dat is het thema van dit eerste weekend.

### LOS - BEWUST - NATUURLIJK - ZIJN

Als je de inspanning loslaat doe je je best niet meer. Dan laat je alles een gebeuren zijn. Je spant je in als je vecht, als je jezelf iets oplegt, als je oordeelt. Waarom leg je jezelf iets op? Wees oplettend in ieder moment. Oplettend betekent niet dat jij jezelf iets oplegt. Het betekent dat jij je totaal bewust bent in ieder moment. Al je patronen, normen, conditioneringen, je leugens en je karakter loslatend.

Leeg. Zo kun je in ieder moment natuurlijk en los een beslissing nemen. Niets is goed of slecht. Er is wijsheid en onwetendheid. Onwetendheid is niet bewust zijn. Wijsheid is er als je eerlijk jegens jouw wezen bent, authentiek bent. Dan draag je verantwoordelijkheid.

Als je de moed en het lef hebt om authentiek te zijn zul je ervaren dat je oordeel vervalst. Je vecht niet meer, maar je bent eerlijk jegens jouw wezen. Jouw wezen dat verbonden is met alles wat zichtbaar en niet zichtbaar is. Je accepteert alle menselijke uitingsvormen zonder dat je er één verheft. Je bent je er bewust van. Je laat de leugens los die je rondom jezelf hebt opgebouwd. Je bent los en natuurlijk. Bevrijd van al het moeten.

Je bent je bewust van jouw wezen, jouw essentie, die verbonden is met alle essenties van het bestaan. Jij bent een deeltje van het geheel en zoals alle deeltjes voortdurend in beweging. Je probeert



de beweging niet meer af te remmen, stop te zetten, te manipuleren. Je beweegt mee, *bewust, alert* van alles wat er is in jou, in de situatie, in het moment zelf. Je geeft weerklank, je neemt bewust deel. Je beslist wat wijs is in het moment zelf. Niet wat goed of slecht is maar wat wijs is, wat liefdevol is voor jou en het geheel.

Je bent leeg. Leeg. Vanuit die leegte krijgt jouw wezen, jouw essentie de ruimte om zich te manifesteren met haar diepste verlangens en behoeften. Jouw wezen krijgt de kans te bloeien.

Het gaat om bewuste overgave aan wie je in essentie bent. Bewuste overgave aan de menselijke vorm waarin je nu leeft, met alles erop en eraan. Bewuste overgave aan de voortdurende cyclische beweging van leven en dood.

Bewuste overgave maakt dat je je wezen opnieuw herkent, met haar diepste verlangens en behoeften en haar de ruimte geeft om tot bloei te komen.

Haar diepste behoefte en verlangen is om steeds nieuwe verbindingen aan te gaan, deze weer los te laten en zich opnieuw totaal te verbinden met andere essenties. In vreugde, in liefde met alles wat in de beweging die er is, aanwezig is. *Omdat zij zich verbonden weet.*

**Los - Bewust - Natuurlijk - Zijn, voortdurend in beweging, in vertrouwen, in overgave, stromend, in liefde, in vreugde.**

Wie ben ik en wat zijn mijn diepste behoeften, verlangens? Wat is de weerstand die ik ervaar om vanuit die diepste behoeften en verlangens te zijn? Wat is de weerstand die ik in mij ervaar om los, bewust en natuurlijk te zijn? Om dit te ontdekken zul je het lef, de wil en de moed nodig hebben om al je persoonlijke behoeften en verlangens te durven ervaren en te Zien, zodat je de essentie van de behoeften en verlangens herkent.

*Vecht niet, durf te Zien.*