

VERSLAG VAN DE
LEZING VAN
23.11.2005

DE
THUISREIS
Lenne Gieles



WijzeR
Stichting
Voor spirituele groei en bewustwording

Inleiding van de lezing door Janny met een gedichtje van Ed Hoornik.

Vergeefs

Langer blijf ik op reis,
verder van huis sta ik stil.
Heimwee dwarsboomt mijn wil.
Heengegaan om een gril,
om een bloem, om een wassende maan,
om de schijn van een ander bestaan.
Ben ik alleen die ik ben, voortlevend,
om het gemis dat er de drijfveer van is.

Lenne,

Goeienavond allemaal, fijn dat jullie in zo'n grote hoeveelheid gekomen zijn, om je bezig te houden met de thuisreis. De titel roept misschien al direct iets op. Het woord thuis. Thuis is een magisch begrip. Als je voelt thuis, dan kun je jezelf zijn, dan voel je, je veilig. En toch is dit niet het thuis, het fysieke huis op aarde wat hiermee bedoeld wordt. Niet alleen dat, het is meer. Het woordje reis dat duidt op onze ziel. Onze ziel die wel degelijk een reis maakt. Een reis vanuit haar oorsprong in de verdichting van de aarde, in de dualiteit van de aarde en daar door heen de weg terug weer weet te vinden. Door gewaarzijn. Nou zeggen sommige mensen, ja maar ik ben toch al thuis. Ik ben toch al waar ik zijn moet, ik ben allang waar ik hoor. En ook dat is waar. Dus vanuit een bepaalde laag zijn we d'r al. We leven allang in dat thuis wat geen naam heeft, wat geen vorm heeft. Wat door de indianen wordt genoemd Nagual, dat wat geen naam heeft. Dus we zijn al thuis. Op dit moment worden wij gevoed, volledig gevoed en ondersteund door thuis. En op de oppervlakte, aan de oppervlakte zoals we deze zaal zo inkijken, lijken we allemaal afgescheiden van elkaar. Afgescheiden persoonlijkheden te zijn en toch op een diepere laag daaronder is dat diepere thuis. Waar we alleen maar naar kunnen wijzen maar waar we het niet over kunnen hebben. Het is niet iets, het is geen ding, het is geen fysieke woning. Het thuis waar we het over hebben is een aanwezigheid een pure totale grenzeloze aanwezigheid en tegelijkertijd een scheppende potentie waar alles uit voortkomt. Dat thuis, daar verlangen we naar. Daar zijn we naar op reis als ziel. Op reis terug naar huis. En nu werk ik als spiritueel begeleider al iets van twintig jaar met mensen en heel vaak komt er dan iemand bij me met zo'n verzuchting. Van ooh, ik verlang zo naar rust. Een groot verlangen spreekt daar uit. Ik verlang zo naar even niks en dat verlangen is heel belangrijk want naar mijn gevoel begin je met dat verlangen je gewaarzijn te richten op je reis. Dat verlangen is eigenlijk in de diepte een verlangen naar huis. Een verlangen naar niets wat tegelijk alles is. Dus ik vind het altijd mooi als iemand dat zo aan het begin van een therapieessie verzucht. Dan weet ik hij of zij staat ergens voor. Het verlangen mag sterker worden. Soms is het een wanhopig verlangen en hoe wanhopiger de situatie is en hoe sterker dat verlangen, vaak is dan de doorbraak, door die weerstand van de aarde, zo sterk dat iemand zich omkeert. Zich omkeert naar zichzelf. Misschien kennen jullie dat verlangen ook allemaal wel. Soms is het heel erg verstopt en komt het alleen naar boven in situaties die heel moeilijk zijn en soms is het zo een soort ondertoon die je meedraagt en die je altijd precies de juiste beslissingen laat nemen, omdat je ziel weet; ja, ga daar maar heen. Ook al zegt je verstand, da's niet zo verstandig. Dan toch neemt jouw ziel die beslissing. En dat heeft te maken met de intentie van je ziel. Want je ziel kwam hier op aarde met een lichtje bij zich. Dus iedereen hier in de zaal heeft het lichtje bij zich.



En dat licht is een speciale zielenkwaliteit waarmee je op aarde komt om die te manifesteren om daarmee zelf verder te komen en om daarmee de aarde verder te helpen. Die intentie wordt ook wel bv. door Hillman een schrijver, je Daimon genoemd, niet je demon maar je Daimon (God-gelijkend). Dat is degene die jouw ziel stuurt, die jou steeds van hogerhand als een soort gids begeleid en zegt: toe maar. Een duwtje hier en een duwtje daar en dan doe je ongelooflijk vreemde dingen waarvan je achteraf zegt, goh, hoe heb ik dat nou kunnen doen, hoe heb ik dat gedurfd. Dat is je Daimon die dat aangeeft, die dat aanreikt. Meester Eckhart uit de middeleeuwen, de mysticus, die had er een ander woord voor die noemt het; je Tugent. Dat is moeilijk te vertalen. Ik heb het met mensen, die daar verstand van hebben, doorgesproken. Het kan net zo goed vertaald worden met je deugd, deugd die je bij je draagt, als met drang. Dus je hebt een drang. Dat licht wat je bij je draagt dat is verbonden met een innerlijke drang. En dat zie je soms al bij kleine kinderen, die drang. Ik zie dat als oma nu bij m'n kleinkinderen dat ze allemaal zo'n specifieke aard met zich meedragen die ook maakt dat ze op een bepaalde manier reageren, zich gedragen. Dat ze heel willig zijn om te leren, om bepaalde dingen te leren. Dus die drang die we bij ons dragen, die is er, daar kun je gebruik van maken en in de loop van je leven kan die drang wel eens worden tot dwang. Herkennen jullie dat? Dan wordt het een beetje dwangmatig. En dan is er ook weer een omkering naar jezelf terug om te voelen wat was nou mijn intentie. Waar kwam ik nou toch voor? Eigenlijk zal die dwang, die voorkomt uiteindelijk uit die drang, die drang die weer voortkomt uit de oorsprong. Uiteindelijk zal die dwang maken dat je tegen de muur loopt. Dat je niet meer verder kunt. Dat is een heel genezend moment als je niet verder kunt. Dan heb je misschien wel succes maar d'r knaagt iets, je bent niet blij. Of je hebt iets heel moois neergezet maar je loopt vast in je eigen schepping. Het wordt een dwang, het wordt een moeten. Je gaat te snel, je verliest in mijn termen het vrouwelijk bewustzijn. De traagheid, de rust, de zijns-kwaliteit. Het wordt te gespannen, je verliest de ontspanning. Het gewoon kunnen genieten van het leven. En toch is die dwang ook weer de wegwijzer, dat merk ik in mijn therapie sessies met mensen als ze daar mee zitten, dan zijn we eigenlijk met een kwartiertje al bij de oorspronkelijke drang. De Tugent, de intentie. Die is o zo belangrijk, als we die weer kennen dan hebben we tegelijkertijd een heel stuk zelfkennis teruggehaald en hebben we onze stilte teruggehaald.

Dus het verlangen en de intentie zijn eigenlijk allebei een soort startblokken om de reis te beginnen. En dat is niet éénmalig die reis maar je begint 'm iedere keer weer. Tot je weer tegen een muur loopt van de verdichting hier op aarde, alles wordt te vast. Je hebt bv. een vaste relatie, een vaste baan, vaste ideeën over jezelf, een vast zelfbeeld. Je hebt allerlei vaste gegevens om je heen gecreëerd en op een gegeven moment is het geheel niet meer in beweging te krijgen. Dat wil dus niet zeggen dat je je baan moet opzeggen, je relatie moet verbreken en al dat soort dingen meer. Dat wil wel zeggen dat er waarschijnlijk vanzelf beweging gaat komen zodat je terug gaat naar jezelf en voelt wat je oorspronkelijke tugent is die jou bezielt. Wat is jou bezieling? En dan merk je dat als je tegen die muur aanloopt als het een dwang is geworden dat je bewustzijn gewoon toe is aan een volgende stap.

Ikzelf had een prachtig centrum in Havelte en een mooie opleiding neergezet. En ik voelde het als een dwang de laatste jaren. Het was niet goed meer voor me. Maar m'n verstand zegt me, ja maar Lenne, alles staat nu eindelijk als een huis, het is fantastisch. Maar ik voelde me er niet goed bij. Mijn tweelingzusje kwam bij me logeren en zei tegen me; Lenne, jij zingt niet meer. Ik zeg nee, dat klopt. En dat heeft mij geconfronteerd dat mijn schepping klaar was. Dat ik die best wel kon overdragen en dat ik gewoon weer naar een volgende stap door kon gaan. Zo soepel als ik het nou vertel loopt dat natuurlijk niet want het is gepaard gegaan met gewetenswroeging en met de nodige problemen. En toch ben ik daar ontzettend blij mee



achteraf, dat ik die onvrede had, dat ik door wilde. Want uiteindelijk wil mijn ziel naar huis en het volgende station op die reis aandoen. En het volgende station was een, niet eens een leraar die nog leeft maar dat was een man waarvan ik een boek las. Die man heet Ramana Maharshi. Die heeft haast niks geschreven, dat boek is erg dun. En als je het samenvat is het maar één zin. En die zin is: just stop and be still. Dat kwam bij mij binnen als een mokerslag. En nog steeds, het is een aantal jaren geleden dat deze zin tot mij kwam, heb ik het gevoel dat ik mijn hele leven d'r mee vooruit kan.

Omdat, doordat te gaan beoefenen, ik langzaam maar zeker leerde stoppen. Nou zul je zeggen stoppen? Waar moet je dan mee stoppen? En toch heb ik het gevoel als ik tegen jullie nu zo zeg dat je wel ongeveer zelf, da's voor iedereen anders, begrijpt waar je mee te stoppen hebt. Misschien met alsmaar doordenken, misschien met jezelf te spannen en in te spannen. Misschien ga je stoppen met jezelf te versnipperen dat weet ik niet maar bij mij gebeurde het zo dat het steeds op fijnere niveau's ging doorwerken, dat stoppen. Dan voel je op een gegeven moment als je gewoon via je gewaarzijn bij jezelf bent, dan voel je wat je allemaal doet wat niet nodig is. Dus het volgende wat hier staat (op de flapover) is gewaarzijn. Je gewaarzijn wordt steeds sterker. Je gewaarzijn gaat je helpen om naar huis te gaan. Om te ontspannen in die diepte, in de stilte. Just stop and be still.....wat een opluchting om echt te kunnen stoppen. Uiteindelijk is het voor mij stoppen met doorgaan. En landen in het moment, aankomen waar je bent. Zoals jullie hier nu zitten, je mag gewoon nu stoppen. En dan ga je misschien ineens de zwaartekracht voelen van de aarde, die jou roept, die je aantrekt. Je gaat de stilte horen en dat is zo voedend daar knap je echt van op. En je merkt dat het hoofd dat alsmaar door die intentie van stoppen toch beïnvloed wordt. Die hersenen zijn geprogrammeerd op doorgaan, het gaat niet eens ergens over maar ze gaan maar door. Kennen jullie dat? Het gaat maar door, het gaat maar door als een automatische piloot. En het kenmerk van alle weerstand is dat ie automatisch is en onbewust. Dus je gewaarzijn helpt je om daarmee ook te stoppen. Te merken van oh okay, daar is ie weer, stop maar even het is goed zo. Misschien merk je dat je jezelf steeds overeind houdt of uit de aarde wegtrekt, je voetzolen bv. krampachtig houdt. Heel veel mensen merken dat als eerste, dat hun voeten niet meer open zijn. Daar mag je mee stoppen, je voeten mogen gewoon los op de grond en ook vanuit de aarde komt dan een energie bij je binnen en dat is ongelooflijk voedend. Want d'r gaan door ons heen twee stromen, die ene waar ik het net over had, dat voedende uit het veld uit de bron, aanwezigheid, God hoe je het ook noemt en die andere stroom komt uit de aarde en die verbindt ons met aardekrachten. Dus kijk eens of die voeten gewoon los mogen zijn, zacht, zachte voeten en in je voeten is je hele lichaam vertegenwoordigt, alle organen, bloedbanen, lymfe, spieren, alles zit in die voeten. Dus we gaan stoppen met onze voeten, dus ons hele lichaam daarmee, te spannen, daar stoppen we mee. En in het begin is het even wennen dan denk je d'r niet aan maar het went gauw want het is heerlijk om zo ontspannen te zijn en te stoppen.

Het draaipunt, dus de voorbereiding van de reis: verlangen, intentie en gewaarzijn en op een gegeven moment merk je in je leven dat zich iets radicaal omdraait. Het kan heel groot zijn maar het kan ook heel klein zijn op celniveau. Het kan ook heel dagelijks zijn, heel gewoon maar d'r gebeurt iets in de energie die 180 graden omdraait.

Lenne laat een tekening zien met een grote cirkel er op welke vanuit het middelpunt opgedeeld is in steeds groter wordende cirkelbanen. De binnenste cirkel, wat Licht is noemt ze de bron maar de bron is ook de buitenste cirkel en dat betekent dat de bron overal is. De bron is zowel middelpunt als omtrek.



Lenne vertelt: We starten vanuit de bron en we gaan op reis, we gaan op reis eerst in het gebied van de ziel dat is een iets verdichte vorm, ons astrale lichaam is iets meer verdicht dan ons lichtlichaam weer en ons lichtlichaam is weer iets meer verdicht dan de bron. Dus de bron gaat zichzelf scheppen in een ziel. En die ziel is als een druppel in de enorme zee van de bron. De ziel wordt geschapen en die gaat op weg naar verdichting en uiteindelijk komen we op dat punt waar die verdichting op z'n sterkst is en we lopen hier tegen de muur. Dus we zijn op reis gegaan in die verdichting, we hebben de hele verdichting doorgeleefd. Misschien eerst vrij onbewust maar op een gegeven moment steeds bewuster en op een gegeven moment merken we dat die verdichting ons te benauwd wordt, ons te krap wordt. Dat we verlangen krijgen naar licht. En dat draaipunt is altijd een punt hier, de buitenste kring van de cirkel in de verdichting, waar je jezelf omkeert, omkeert terug naar huis. Je keert jezelf om naar je ziel en je ziel keert zich om naar haar schepper, naar de oorsprong. Dus dat draaipunt ligt vaak op een punt van sterke verdichting, vaak is het een ziekte. Ik heb erg veel mensen die ernstige ziektes hebben doorgewerkt en juist in zo'n ziekte, een verhardende ziekte b.v. als kanker, dat is op z'n hardst als het ware, je lijf gaat zelf ook nog verharden en andere ziektes hebben dat ook. Je loopt dus tot de grens van je lichaam en dat is een punt waar je kunt omdraaien, waar je kunt keren. Dus vaak komen mensen dan juist tot zelfinzicht en de wens om aan zich zelf wat te doen. De wens om weer bij zichzelf uit te komen. En dan maakt de energie een 180 graden draai naar het "Zelf" toe. Naar het lichaam en door de cellen van het lichaam heen in iedere celkern naar de bron. Want in iedere celkern, in eigenlijk ieder stukje materie is die lichtkern aanwezig. Dat is dus ook in het klein aanwezig. Dat draaipunt kan dus in het groot voorkomen en in het klein voorkomen.

Ik sprak iemand die heeft b.v. als kleine jongen moeten werken in de kersenboomgaard van zijn ouders. Heel zwaar werk van 's morgens tot 's avonds en dat jongetje had iets anders bij zich, hij had een Tugent bij zich. En dat was niet kersenplukken z'n hele leven. En op een dag komt er een leraar langs met een schoolklas, dus zeg maar voor hem geleerde kinderen want die gingen tenminste naar de middelbare school en die leraar maakt een praatje met die jongen. En de leraar zegt tegen hem goh, wie ben jij en heb je het naar je zin. En de man die mij dit vertelde die schoot nog steeds vol tranen, nu nog zegt hij als ik het je vertel loop ik helemaal vol. Want wat gebeurt er, ik voel een soort energie bij me opkomen en ik hoor mezelf zeggen tegen die leraar; ja maar later ga ik studeren en wordt ik ook leraar. Dat is ongelooflijk in het milieu daar waar hij vandaan kwam, hij hoorde daar gewoon kersenboer te worden. Toen hij me dat vertelde en wij daar bij stil bleven staan kwamen we tot de conclusie dat, dat een heel groot draaipunt in zijn leven is geweest, hij kon niet verder. Het was op z'n ergst. 's Morgens vier uur opstaan en 's avonds bekap negen uur je bed weer in. Dat is geen leven. En daar heeft hij een draai gemaakt en dat jongetje is inderdaad leraar geworden en nadat hij leraar was geworden en daar ook weer tegen de muur aanliep van, ik kan niet verder, is die Tugent nog verder gegaan. En die heeft hem verder gedreven en nu is hij een spiritueel leraar. Die echt fantastische dingen doet.

Zo kun je het draaipunt in het groot tegenkomen in je leven, dat gebeurt misschien maar één of twee keer dat je merkt, hee, d'r is echt een omkering gaande maar ook in de kleine dagelijkse dingen kun je die draaipunten tegenkomen. Dan kom je ze tegen als keuzemomenten. B.v. je hebt een partner en het is vandaag niet zo leuk er zit een beetje strijd in de lucht. Je partner is niet al te aardig tegen je, dan kun je altijd twee dingen doen, je kunt heel erg verkrampen, dus de verdichting in gaan, nog meer die muur maken of je kunt omkeren. En dat lijkt heel klein maar dat is groots, dat is radicaal. Als je in zo'n situatie kunt omkeren en kunt zeggen goh; is het wel goed met je of heb je iets nodig of wat je nu zegt doet me pijn, i.p.v. harder worden. Dat zijn de dagelijkse draaipunten. En dan op nog fijnere niveau's kun je die



draaipunten tegenkomen. Op de niveau's van de cellen want iedere cel heeft een celgeheugen en dat celgeheugen herhaalt zichzelf. Het celgeheugen weet iets vanuit het verleden, vanuit misschien andere incarnaties en herhaalt zich daarin voortdurend. Die cel blijft altijd hetzelfde produceren ook al komen er steeds weer nieuwe cellen want de cellen vernieuwen zich en wordt diezelfde boodschap weer doorgegeven aan de nieuwe cellen. Hetzelfde, het blijft als vanouds. Nu kan het zijn dat als je iets bewust wordt en in jezelf omkeert dat op celniveau die boodschap verandert. Dat hebben we bv. meegemaakt met een vrouw die geen kinderen kon krijgen. Ze had echt alles al geprobeerd en ze kwam in een vrij diepe therapiesessie uit bij een boodschap in haar cellen die te maken had met geweld, afweer, verkrachting e.d. Het was helemaal geen heftige sessie, zou je misschien denken maar dat was het niet. Het was een heel fijn gewaarzijn van dat is gebeurd en daardoor denk ik nu nog steeds zo. Dat werkt dus echt, d'r was wel een baby na negen maanden. En daar ben ik erg verbaasd over en toch weet ik soms werkt het wel en soms werkt het niet want het ligt aan de intentie van de ziel. Sommige zielen komen met die boodschap en willen hem houden en andere zielen draaien de boodschap om en gaan dus weer verder en gaan aan een nieuw traject beginnen. Dus dat draaipunt, dat is heel goed om dat bewust te worden.

Waar bij jou zelf gebeurt dat, in het groot, in het dagelijks leven en ...heel fijn in je lijf? Daar kun je ook zelf mee werken, je kunt dus als je een pijntje ergens hebt, kun je daar heel diep in voelen. Ik noem dat direct ervaren. Je kunt heel diep in die pijn voelen en dan zul je merken dat wat er nou zo erg is aan pijn, dat is vooral de afweer tegen pijn. Zo gauw je daar bewust in gaat voelen dan wordt die pijn zacht, dat wordt opluchtend, gelukkig ik voel het. En dan komen d'r ook misschien beelden naar boven en je blijft gewoon aanwezig, je kijkt er naar, je voelt het. Misschien komen er overtuigingen naar boven..... kijk er naar en je gewaarzijn blijft en dat is een heel mooi gereedschap/instrument om een draaipunt heel fijn bewust te worden waar jij iets kunt omkeren in je zelf. Waar je terug kunt gaan naar jezelf, naar licht. Naar wat je bent. Wat ik net zei; het erbij blijven is heel belangrijk met wat er gebeurt. En dat erbij blijven wil eigenlijk zeggen dat je aanwezig blijft. Je gaat niet weg. Het klinkt heel simpel maar.....het is heel simpel. Je blijft aanwezig en dat is heel zeldzaam dat mensen aanwezig blijven. Het is heel gek maar ook bij iets heel moeilijks, als je aanwezig blijft, dan is daar toch vrede omdat je d'r bent, je bent thuis, je gaat niet van huis weg, je blijft. En die aanwezigheid van jou, jouw persoonlijke aanwezigheid, ook bij iets moeilijks, b.v. iemand die onder een scan moest met haar oog, het was heel naar en ik heb het met haar voorbereid en gezegd; kijk of je aanwezig kan blijven in die scan en als ze aan je oog komen, ga niet weg maar blijf aanwezig. Die persoonlijke aanwezigheid, die is direct gekoppeld aan die grote pure totale aanwezigheid van het universum. Daar krijg jij direct hulp aan de aanwezigheid van je gidsen, van wezens, zielen. Jouw aanwezigheid is energetisch gekoppeld aan dé aanwezigheid. De grote limietloze aanwezigheid, de scheppende kracht. Die scheppende kracht is puur stil dat wordt ook wel zeropointfield genoemd, het is nul, het is niks. Dat wil zeggen dat in dat niets van die pure aanwezigheid waar jij contact mee hebt door te blijven en niet je weerstand de overhand te laten nemen van nou es even kijken hoe laat het is, ik ga dadelijk weg, ik ben eigenlijk al weg. Nee, je blijft. Dat nulpunt is direct gekoppeld aan alle potenties dus aan alle mogelijkheden en vandaar uit kun je altijd nieuw gaan scheppen. Dus het nulpunt is het begin van alle creatie. Niet helemaal in het groot alleen, van toen kwam de aarde en toen kwamen de zeeën etc. de sterren en de hemellichamen maar ook in het klein in onze levens. Als wij dus aanwezig zijn, we blijven aanwezig, we voelen die grotere aanwezigheid (tegen het publiek; voel het maar nú) Je kunt het voelen heel direct niet straks zonder uitstel maar nú. Dan sta je in feite op een nulpunt in je leven, je staat aan het begin van een nieuwe geboorte. Een nieuw stuk leven, een nieuw stuk manifestatie. Je weet niet wat het wordt het is ragfijn maar een baby is eerst ook een draadje en na een aantal maanden is het



een baby. Het is ragfijn en je mag er eigenlijk niet op trappen. Je bent er dus voorzichtig mee. Mijn ervaring is dat aanwezige mensen voorzichtig zijn met leven, het leven zelf als levenskracht koesteren, de schoonheid ervan voelen.

Aanwezigheid, persoonlijke aanwezigheid. Ik heb eens een lezing van Thich Nhat Hahn bijgewoond en hij zei dat je eerst eens zou moeten zeggen: “ik ben er”. Tegen je partner; ik ben er dat wil zeggen; ik ben aanwezig en dat je vervolgens tegen je partner zou kunnen zeggen wat fijn dat jij er bent. M.a.w. je honoreert de aanwezigheid van die ander. Volgens hem is dat de basis van een grotere liefdeskracht. Ik ben er, wat fijn dat jij er bent. En ik dacht; ja dat is het, het is universeel. Iedereen zegt het weer met andere woorden omdat iedereen een andere ervaring heeft.

1e stap: de aandacht 180 graden naar je zelf keren.

2e stap: stoppen. Stoppen is niet een lineair gebeuren. Stoppen kan een ingang zijn voor je thuisreis.

3e stap: nu-heid, in het nu komen kan ook een ingang zijn. Thuiskomen doe je nú. Nu of nooit dat ligt dus niet ergens in de toekomst. Dat vind ik altijd wel een prettig idee, niet eerst nog tig opleidingen, cursussen en meditatiedagen te volgen om thuis te kunnen zijn. Ik kan het wel doen natuurlijk maar ik kan mezelf nu richten op nú. Ik kan er in zakken. Ik ben er nu, helemaal, en dan merk je misschien dat onze aandacht, “ons denken”, is juist gericht op het verleden en op de toekomst. Ons denken houdt zich niet zo bezig met nu, ons gewaarzijn wel, onze aandacht wel, ons denken niet. Ons denken is geprogrammeerd op zoals het vroeger was en zo gaat het straks ook weer. Dus nu-heid, gewaarzijn van wat er nu is, zo eenvoudig als het is, wat het ook is. Het is er nu. Heel vaak hoor je mensen zeggen als ik nu eerst een goede studie heb gedaan en een goede baan heb, een leuke partner, een goed huis, fijne auto dan.....dan gaat het goed met me. En dat is gewoon voedsel voor desillusie want zo werkt het niet. Het werkt wel zo dat als je in het nu komt, dat vandaar uit je leven zich wat gemakkelijker ontvouwt omdat je in het nu bent. Dat dan de stroom van jouw ziel en de levenskracht jou daar leidt waar het goed is voor je. Het is precies omgekeerd. En zoals mijn moeder al zei van uitstel komt afstel, dat werkt niet. Dus we gaan thuiskomen ook niet uitstellen. Dat mag nu. Dat is nu-heid.

Direct ervaren, hoezo direct ervaren? Ik heb toch allerlei ervaringen dat is toch prachtig, ik wil nog veel meer ervaringen, dat vind ik leuk. Nog even een leuk filmpje halen en nog even dat, zoveel mogelijk ervaringen verzamelen, dat wil ik en het gekke is dat wil niet zeggen dat je ervaart. Direct ervaren is een uitnodiging, niet om ervaringen te verzamelen maar om dat wat er is, dat filmpje wat je dan ziet om dat dan echt te ervaren, heel direct op alle niveau's, niet alleen met je hoofd maar vooral op zielsniveau. Dus met de instrumenten die je hebt meegekregen, je zintuigen, je fysieke lichaam, je denken, je willen en je voelen. Waarbij het voelen en het echte diepe willen vaak wordt overgeslagen. Wat wil je nou ècht. Wat is het wat nou echt, ècht wat je wilt of moet je zoveel. Dus echt ervaren wat er is met die instrumenten die je hebt en direct ervaren dat werkt heel direct energetisch door je hele systeem heen ervarend wat er is en tegelijk loslatend wat er is. Tegelijk mag het weer verder stromen. Heel vaak gebeurt het zo dat je ervaringen niet helemaal ervaart en dat je ze onbewust vasthoudt. Bv. je hebt een hele leuke vakantie en nou wil je eigenlijk die vakantie nog vasthouden, het is zo jammer dat ie voorbij is. Maar ik weet zeker dat als je die vakantie tot op je botten ervaart en er echt van geniet dat je gemakkelijk weer naar huis gaat en dat je gewoon weer doorgaat omdat het ervaren, dat blijft, niet die ervaring die blijft niet, die is tijdelijk. Ervaren zelf is constant en dat lieert jou aan die constante energie van de bron die ook constant is. Ervaren is een directe link met het universum. Ik blijf ervarend, ook als het moeilijk is. Ik had



in een thuisreis-dagje een vrouw die altijd heel vrolijk was en die zo bedrukt daar aankwam. Nu bleek dat haar man was vreemd gegaan wat voor haar vreselijk was. Er was eigenlijk geen licht meer te zien in haar, ze was helemaal verpletterd en ik heb haar uitgenodigd om te blijven ervaren. Meer niet, op zo'n moment is dat heel moeilijk want dan ervaar je dus pijn eigenlijk ondraaglijke pijn, je snapt het niet en er gaat van alles door je heen. Ik heb haar steeds maar weer gevraagd om te blijven ervaren hoe moeilijk het ook was, om aanwezig te blijven bij deze ervaring en die ervaring heeft haar en haar man ontzettend veel gebracht. Zij kwam door het ervaren zelf heen bij zo'n grote liefde, niet een liefde die nou alleen specifiek op hem gericht was maar een liefde in zichzelf en toen haar man die inmiddels uit huis woonde haar nog eens kwam opzoeken toen was hij helemaal perplex van de liefde die ze uitstraalde. Het is nog nooit zo goed geweest als daarna met hun. Het is zo mooi geworden, zo echt en ze voelden allebei dat er daarvoor toch iets tussen had gezeten en dat het niet voor niks was geweest. Zelfs bij zulke hele moeilijke ervaringen, toestanden, dingen die vast lijken te lopen kun je in het ervaren blijven. En kun je direct energetisch ervaren wat er is, hoe moeilijk ook. En dan merk je dat pijn meestal gekoppeld is aan liefde, dus als je door die pijn heen zakt dat je dan altijd bij liefde uitkomt. Het direct ervaren is ook een methode van essentie-coaching, mijn vak en dan coach ik mensen als het ware in dat ervaren, in het aanwezig blijven bij een ervaring. Dat is de basis van dit werk, het is heel eenvoudig maar oh zo moeilijk om echt te verwerven, om te blijven.

Hierna volgt een meditatie en de pauze.

Lenne begint de lezing met het beantwoorden van een vraag.

Vraag:

Mijn hersens stopzetten, ja dat wil ik maar wat als je telkens zo'n sterkverlangen hebt je dochter te zien. Nu na elf jaar haar niet gezien en gesproken te hebben voel ik wel dat ik weer vrolijk begin te worden. Maar dat verlangen....

Lenne:

Ja, dat is niet niks, je dochter. Dat is heel wat. En dat verlangen niet weg krijgen, niet weg proberen te krijgen maar dat verlangen durven ervaren omdat het liefde is. Dat is heel belangrijk. Dus het verlangen naar je dochter, durven ervaren als verlangen vanuit liefde en dan heb ik sterk de indruk dat het veld, die grotere aanwezigheid die ons allemaal verbindt, dat via dat veld jij dan je dochter bereikt. Op de één of de andere manier komt dat toch bij haar binnen, via dat veld. Onzichtbaar, onhoorbaar, zonder telefoontjes, zonder aanraking maar daar is een heel groot vertrouwen voor nodig. Vertrouwen in het feit, dat is dus die energie als een web van licht die verbindingslijnen legt tussen mensen vanuit die liefde. Want die liefde die in dat verlangen zit is de grondstof van het universum. Dus daar is eigenlijk voor nodig dat je niet gaat zitten piekeren, dus niet vast gaat zitten in je hoofd, dat je probeert om te zakken, dieper te zakken, door je ziel heen te zakken in dat veld. Want alle gepieker dat werkt juist tegen, dat is in feite een weerstand die je dan oproept. En het gekke is die is ook op afstand voelbaar.

Ik heb het heel sterk met mijn tweelingzusje, die woont in Engeland, dat is zo ver weg dat kan alleen via het veld, die communicatie. En we weten altijd precies bevellingen te timen of als de ander het moeilijk heeft dat belletje net op tijd. Ik moet zeggen ik heb een aantal cliënten die ook problemen met hun kinderen hebben dan, ja, nadat het verdriet erover verwerkt is, door direct te ervaren, die hebben dan via het veld contact gemaakt, in het vertrouwen dat die liefde die je voelt voor je kind, dat die vanzelf gedragen wordt door het veld en terecht komt



bij wie het nodig heeft. Dus bij dat kind wat het nodig heeft. En we hebben dat ook geëxperimenteerd met een moeder die een zoon had die aan de drugs was. Heftig aan de drugs was. En die moeder is in de liefde gezakt, in het veld gegaan, heeft haar vertrouwen gegeven aan de kosmos, dat de kosmos haar kind zou helpen omdat zij het niet meer kon doen want dat wilde hij niet. En het mooie was dat de kosmos die jongen een vriendinnetje toestuurde en dat, dat vriendinnetje zo gunstig op hem werkte dat ie na een jaar er van af was. Dus ik heb wel ervaren, wel meegemaakt, dat ook al lijkt het niks wat je doet, dat het werkzaam is. Dat het een kracht is die gewoon niet alleen een beetje werkt maar de enige kracht die ècht werkt. Ik zeg wel eens tegen mensen die ziek zijn en tegen mensen die heel wanhopig zijn; als niets helpt, helpt alleen niets. Dus het Grote Niets bedoel ik daar mee. En daar vertrouwen op hebben dat is eigenlijk het antwoord. Ik denk dat, dat één van de meest radicale daden is die je hier op aarde kunt stellen. Het is heel radicaal. Ècht je vertrouwen stellen in dat diepere zijn, in de oorsprong. In de creatieve kracht zelf. Zowel bij genezingen als bij moeilijkheden en problemen in een relatie. Problemen met je kinderen wat de meest diepe en moeilijke dingen zijn die je tegenkomt. En om dan het vertrouwen terug te winnen en om dan die 180 graden naar je zelf te maken, in je zelf te zakken en daardoor heen die oorsprong terug te vinden. Dat is levenskunst.

Vraag:

Is dat waar jij mee bezig bent vergelijkbaar met de helende reis van Brandon Bays.

Antwoord:

Ik denk wel dat het te vergelijken is ja maar het is toch wel anders ook. Omdat, zij heeft één methode die zij dan steeds toepast maar mijn ervaring is dat je bij ieder mens een verschillende ingang nodig hebt. Zoals Jezus gebruikt soms klei en dan een woord en dan een handoplegging maar nooit één methode. Dus dat is een beetje wat ik er moeilijk aan vind. Maar ze heeft een geweldig boek geschreven en ik ben heel blij dat, dat de wereld over gaat. Maar om te zeggen het werkt altijd en je geneest daar altijd door dat vind ik heel pittig. Dat is niet waar. Ik heb wel mensen met kanker gehad die een stuk genezing kregen en dan opeens keert het zich toch weer om en sterft zo iemand. Dus dan is die ziel, die heeft dit gewoon zo voor, die heeft die ziekte gecreëerd en die wil verder, die is klaar. Dat kunnen wij niet bepalen ook niet met een helende reis. En het tweede wat ik er zelf op tegen heb is dat mensen daar een opleidinkje van een dag of vier doen en mensen dan kunnen begeleiden in een helende reis. Dat vind ik niet goed. Als ik zie hoe lang het mij heeft geduurd om te voelen dat ik veilig ben voor mensen, dat ik dit vak in de vingers heb, dan kan ik niet geloven dat je na vier dagen een helende reis kan doen met mensen. Dat zijn dan dingen waar ik twijfels over heb. En tegelijkertijd is het ook een mooie aanreiking. Het is gewoon een van de vele methoden die d'r zijn. En er zit wel wat vergelijking in omdat zij ook, dat staat niet in haar boek, scholing heeft gehad bij Gangaji waar ik ook veel van geleerd heb. Zij is weer een leerling van Poonjaji en dat is weer een leerling van Ramana Maharshi met dat "Just stop". Dus ik zie inderdaad daarin parallellen. Ik vind het moeilijk om een éénduidig iets aan te bieden aan mensen, dat zou veel breder moeten zijn.

Vraag:

Wat raad u mensen aan waarvan een kind zelfmoord gepleegd heeft, hetzij jong, hetzij volwassen. Helpt het dan ook om weer terug in jezelf te komen want me dunkt dat er dan zo veel verdriet zit dat mensen daar niet toe komen. Wat raad u aan.



Antwoord.

Ja dat kan heel lang duren omdat je aandacht natuurlijk gericht is op dat kind en grote twijfels krijgt, ook over je zelf omdat je de ouder bent. Dat is een hele reis die je dan te maken hebt weer terug naar je onschuld en terug naar je verbinding, je oorspronkelijke verbinding met dat kind en toch dat kind vrijlaten in wat die ziel kennelijk gedaan heeft, dat is heel moeilijk, een heel zwaar stuk, zelfdoding. Ik moet eerlijk zeggen dat ik wel mensen krijg met plannen, met plannen tot.....en dan zie ik daarin een enorm verlangen naar niets, naar eindelijk rust. Dus dat verlangen is eigenlijk een spiritueel verlangen en als je het zo kunt zien als ouders dat, dat kind zo'n diep verlangen heeft naar niets, eigenlijk ook al is hij zich het niet bewust maar je kunt het zo zien als een verlangen naar hè.....thuis. Dan ben ik thuis. Als je met zo'n kind zou praten dan weet je dat zelfdoding niet helpt, dat je beter thuis kunt komen in je lichaam op aarde, dat je beter het niets kunt realiseren in je lichaam want dat was je opdracht. Dus op die manier zou ik dan met zo iemand werken maar als het eenmaal gebeurd is dan krijgt zo'n kind de lessen in de zielenwereld, in de sfeer waar hij dan terecht komt en krijgt hij alsnog te zien hoe hij omgegaan is met vorm en met ruimte, hoe hij daarin als het ware afwezig is geweest. Hij is niet gebleven, hij is weggegaan of zij. En dan zal die ziel waarschijnlijk opnieuw de drang hebben om te incarneren om het nog een keer te proberen en dan te blijven. En als je het zo kunt zien als ouders dan kan het zijn dat je het accepteert, dat je voelt van okay.....mislukking hoort er ook bij, dit is voor mij heel moeilijk maar de volgende keer kan hij het misschien en daar help ik hem bij. Ik blijf wel, ik blijf aanwezig bij hem, ik blijf hem liefde geven, ik blijf z'n moeder en dat is sterker. En nog dieper, dat is op zielsniveau maar als je nog naar dat diepere niveau gaat daar zijn geen verbindingen meer maar daar is alleen maar alles één dus daar kun je als moeder voelen dat je nog steeds één bent met je kind. Ook als is het kind niet meer in de vorm, in zijn lichaam. Maar daar is wel wat begeleiding bij nodig om dat op die manier aan te gaan, dat hele proces van eerst de verwerking dan op zielsniveau en dan nog dieper.....maar je kunt er wel over heen komen, dat is mijn ervaring. En je mag om hulp vragen, dat doe ik ook als het te moeilijk wordt.

Vraag:

Hoe kan het dat je, je kind nog kan zien als het overgegaan is.

Antwoord:

Ja, dat is onze zintuigen, dus onze ogen, die werken twee kanten op, die werken zowel naar de buitenwereld als ook naar binnen als een innerlijk zien. En dat is ook zo met ruiken, proeven, horen en voelen. Je kunt dus innerlijk iets voelen maar je kunt ook zo ergens aan voelen en zo kun je dus ook zien, de vorm zien maar ook innerlijk dan zie je eigenlijk van binnen de voorstelling van die ander. En het voorstellingsvermogen is altijd het zielsniveau. De ziel kan zich iets voorstellen, die kan ook buiten de stof, buiten de fysieke zintuigen om, zien. Dat is een kwaliteit die we allemaal hebben. Je kunt voorstellen bv. een fijne plek voor vakantie en dan zie je 'm ook. Ook als is die plek tig kilometers verwijderd, je ziet nog steeds die plek voor je of een geliefde ook al zit ie in Tibet dan nog kun je hem voor je zien. Dat kunnen wij mensen. En dat zien is ook heel helend want gezien worden is heel belangrijk dus ook al zie je alleen maar innerlijk je kind, zoals Hillman ook zegt; "zijn" is waargenomen worden, je ziet je kind en dat kind voelt zich dan gezien. Het is heel belangrijk om echt te kijken om innerlijk ook te kijken naar je kind en echt zien is een kunst. Ik kijk altijd graag naar baby's en als ze zo in de wieg liggen dan kijken ze nog echt. Kinderen zien echt nog, ze zien ook je energie, ze zien alles zoals poezen ook het geheel zien, die zien ook je aura en de velden om je heen. En dat weet ik zeker want ik weet ook dat mijn kleinkinderen als ze baby waren dan gingen ze huilen als er iemand die zo bewolkt was binnenkwam. En als het open is dan is een kind blij dan gaat het op schoot zitten. En dan hoor je zo hè...dan komen ze thuis. Dus zien is heel



belangrijk, echt zien. Niet alleen de vorm, van ik zie dat je dat truitje hebt en dat haar heb je, nee, zien. Het geheel en kinderen knappen enorm op als je ze ziet. Ik moet zeggen ik ben het pas goed gaan doen toen ik oma werd, ik zit gewoon te kijken naar die kleinkinderen van me en dan merk ik dat er iets gebeurt met ze. Zien is heel belangrijk, waarnemen, dan maak je een horizontale verbindinglijn tussen jou en dat kind. En dat voelt als familie, als liefde. Als ik b.v. een tijdje naar Paula heb zitten kijken dan komt ze naar me toe en dan zegt ze; hou jij soms net zoveel van mij als ik van jou. En dan zeg ik ja schat dat denk ik wel. Dus dan voelt ze daarin, als ik gewoon zit te kijken en niets doe en dan voelt dat kind dus liefde, die voelt die oerkracht die voelt het veld, dat is heel bijzonder.

Vraag:

Zou je ook door een stuk woede heen kunnen komen door dit toe te passen op je zelf? Zou je de woede daarmee kunnen oplossen.

Antwoord:

Mijn advies is dan toch, en en..... want als ik dat zo zie dan heb jij het over terechte woede. Volgens de vragensteller is het ook onbewuste woede. Lenne vervolgt; je hebt twee soorten woede een soort automatische woede die d'r altijd maar is van nou ik ben kwaad hoor en dit en dat maar d'r is ook terechte woede dus als er iets ergs met je gebeurd is b.v. in je jeugd dan mag je terecht woedend zijn. Maar het is niet fijn om er in te blijven hangen want dan gaat die woede wat eigenlijk ook een verkramping is, die woede gaat jou dan in de weg zitten dus dan kan je niet verder als ziel. En dan wil je er eigenlijk van af. Dan denk ik dat je toe bent aan een omkering. Als dat zo is, dat je voelt van nou okay ik heb die woede nou wel genoeg gevoeld, het geeft me ook een stuk kracht en ik moet zeggen woede versterkt het ik of het ego maar ook het ik, ook het echte ik van ik....Dus het is okay, woede is okay. Ikzelf ga dan met iemand die woede niet meer zo outacten of er iets mee doen maar energetisch voelen als een kracht. Dat is mooi want die kracht dat is eigenlijk een soort drijvende kracht die in je zit. Dus die woede kan je gebruiken om verder te komen met dat wat je echt wil.

Vragensteller: ik denk ook wel dat dat zo is en kan maar ik wil er van af. Kan dat dan door in die kracht van die woede te gaan zitten en daar dan constructief mee bezig te gaan.

Lenne: Wat ik net beschreven heb, je gaat direct ervaren in wat er is. Bij jou is het woede, direct ervaren doe je energetisch dus je voelt in de energie woede, je gaat daar steeds dieper in, steeds dieper in ook al is het misschien best eng om daar nog dieper in te gaan maar je blijft, je gaat er dieper in en op een gegeven moment voel je dat er iets verandert dan ben je de woede misschien niet kwijt want je kan niks kwijtraken, alles blijft altijd in het universum aanwezig dus we kunnen niks kwijtraken maar het transformeert. Dus als je er bij blijft, mijn ervaring is dat drie minuten genoeg is, soms is één minuut voldoende, als je echt direct ervarend in die woede blijft in die energie als je dat kunt doen misschien met iemand tegenover je een vriendin of iemand die je vraagt wil je even bij me blijven want ik wil dit voelen dan verandert er iets van binnen. En dan vormt dus die woede zich om tot iets misschien wordt het stil, misschien komt er een inzicht. Misschien voel je dat je zakt en los mag laten en dan zak je dus eigenlijk door je psyche heen want woede is een emotie, dat is je psyche, je ziel. Je zakt door je psyche heen dan wordt die woede eerst tot kracht een kwaliteit van je ziel. Je zakt nog dieper door die kracht en je voelt die kracht, je ervaart die kracht, je gaat nog dieper en je komt in de oorsprong van die kracht. En de helpende vraag daarbij is; wie voelt die woede, wie is dat? Ja zeg je dan, ik natuurlijk en dan vraag ik nu aan jou.....Wie is dat? Ik zou het niet weten en dan zeg ik; ga maar eens voelen in dat ik. En die



wie vraag is heel belangrijk, dan kom je in je oorsprong en als je eenmaal weet wie die woede voelt dan is de woede minder belangrijk dan de ontdekking wie je bent.

Vragensteller: Wat bedoel je met wie die woede voelt.

Lenne: Wie stelt hier die vraag, wie is dat, ja dat ben jij, voel eens in dat ik.....ik. Jij stelt de vraag, echt een hele oprechte vraag, dus zo belangrijk. Ik.....voel maar ik, doe maar je ogen dicht en voel maar ik en voel nou es dieper in dat ik, wie is dat.....ik. Voel je het? Daar kun je weinig over zeggen maar je weet het wel wat er vaar je dan nu want je zat te knikken.

Vragensteller: Ik er vaar mezelf niet als iemand die kwaad is.

Lenne: Wat er vaar je dan wel.....dat er liefde is, ja, je komt in de oerstof terecht en sorry, dat is altijd liefde daar komen we gewoon in terecht want daar kwamen ook uit en dat ben jij. En vanuit die liefde ga je weer contacten aantrekken die liefdevol zijn. En dan kun je het loslaten want hier staat nog (op de flapover) en dat hebben we voor de pauze niet besproken. Loslaten, oeh wat moeilijk is dat, want we houden het maar vast, we houden vast aan onze pijn, we houden vast aan onze woede, verdriet, aan onze kwetsing. En los is los. Los is niet halfvast, dus dat is een daad.....los. Ik laat het los, dus dan zeg je, ja, dan moet ik eerst 6 jaar in therapie of in een analyse, dan kan ik het pas loslaten. En mijn ervaring is als je bewustzijn hebt van ik wil dit loslaten wat jij heel duidelijk laat zien dan zit je voor een keerpunt. En dan kun je het ook want dan heb je die kracht. Ik laat het los....ik laat het gaan. En dan mag je het allemaal in een grote bol stoppen, stop het maar in een grote bol voor je, al die woede want je bent hartstikke kwaad, terecht. Misschien weet je niet waar je kwaad om bent maar is er iets in jou uit vorige incarnaties of wat dan ook waar nog gewoon woede is, terechte woede. Je stopt het in die bol misschien is het rood of oranje en dan geef je die bol heel bewust terug aan het universum. Je zegt okay ik heb het gevoeld, dank u wel voor de ervaring hier is het terug. Ik laat het los. Het feit alleen dat deze vraag gesteld is heeft al geholpen om een stukje los te kunnen laten.

In de tijd dat ik nog in de muziek zat, ik heb twintig jaar in de muziek gezeten, had ik van die saxofoon optredens en dan vond ik het eng dan was ik bang maar wat ik dan deed was woede opwekken en het gekke was dan stond ik te spelen als nooit te voren. Wat heerlijk...of ik ging even rondjes hollen om die verdichting, die kracht in mijn spieren te voelen. Het is dus net zo belangrijk als verlichting.....verdichting. Het is echt allebei goed zoals het is. Verdichting is goed, kramp is goed, woede is goed.

Vraag:

Als je in de kern bent valt dan dat wat er om heen is weg.

Antwoord:

Dat betekent niet dat alles wegvalt maar dat alles inclusief d'r bij hoort. Die kracht is volledig inclusief en het is een enorm fijn netwerk van liefde dat alles omvat en dat juist ook de vorm omvat, wat juist ook de ziel helpt. Dus het sluit niks uit. Zeggen het lichaam is niet belangrijk of relaties bestaan niet wat je wel eens hoort bij Advaita Vedanta aanhangers en zo, dat zegt dat veld niet. Dat veld zegt alles hoort er bij. Alles is zoals het zijn moet. Dus het is volledig acceptierend en dat kun je voelen als je jezelf als een druppel in die zee laat vallen, dat kun je nu voelen als je dat even doet zo, dat kan à la minute, dan voel je dat dat veld jou volledig accepteert en ontvangt. Laat je maar vallen als een druppel die van een blaadje valt. En die blijft dan nog steeds een druppel met alle verworvenheden die jij hebt, alle kwaliteiten die jij speciaal..... jij hebt. Die zijn nog in die zee aanwezig maar je voelt je geaccepteerd met alles wat je bent. Inclusief je lichaam of je vorm, dat is heel belangrijk. Wie voelt zich nou



geaccepteerd? Hier op aarde voel je dat niet zo vaak dat kun je dus weer voelen in die zee van energie.

Vraag:

Als je slaapt ben je dan ook in die zee van energie.

Antwoord:

Je bent er eigenlijk altijd in en zelfs in je slaap kunnen er hele verlichtende dingen voor je gebeuren voor je fysieke lichaam, voor je persoonlijkheid, voor je ziel, juist in de slaap. Als je, je heel diep overgeeft in de slaap dan kun je wel eens zo heel blij wakker worden zo van ik leef. Slapen is belangrijk. Ook het donker is belangrijk dus we denken vaak in licht alleen. Ik heb eens een lezing gegeven over het vrouwelijk bewustzijn en daar is juist het donker heel belangrijk. Dus de donkerte, de gordijnen dicht niet alleen de zon, ook de nacht want juist in de slaap en in de nacht kan je hele lichaam recupereren, wordt alles weer in evenwicht gebracht. De oorsprong en je ziel worden helemaal verenigd want jou, ik, zit er niet meer tussen. Jouw bewuste ik wat maar doorgaat en wat zich spant en inspant, die zit er dan niet tussen en in die slaap kun je dus dan heel verkwikt daar uitkomen als je het heel bewust toelaat. En ik moet zeggen dat heel veel mensen die bij mij komen, die zijn op zoek naar licht en dan blijkt dat ze eigenlijk donkerte nodig hebben. Ik had gister nog iemand en die zei ik zou het liefst met een zak over mijn hoofd gaan zitten. Ik zei tegen haar, je hebt groot gelijk, dat heb je ook nodig want de kruin stond veel te ver open. En het basischakra was teveel dicht. Vanaf haar hoofd heb ik haar gevraagd een piramide te maken, het hoofd heel klein, minimaal klein en het ondervlak heel breed en dat ze die zak over best over d'r hoofd mocht hebben, minstens drie minuten, dat staat er voor. Dan komt er rust. Ik leg ook wel eens een doek over iemand neer als die op de massagetafel zo ligt, dan zeg ik nou, ik ga je even helemaal bedekken met een doek. Dat is zo thuiskomen. Donkerte.....even niks. Dus dag en nacht zijn even belangrijk op aarde. De maan en de zon. De aarde en de hemel.

Trouwens de inwijdingen vroeger in het oude Egypte vonden allemaal plaats onder de aarde, in de hollen, in de grotten. In de donkerte. Dan ging je daar heel welbewust in en je ging onder die aarde. Dat is een heel vreemd gevoel want dan kom je in een enorme stilte. Als je, je dat voorstelt. Ik laat mensen wel eens een zaadje worden en dan zeg ik ga maar even onder aarde liggen als een zaadje met al je potenties d'r in. Dat is zo helend, dan hoef je niks. M.a.w. je besognes, je persoonlijkheid, dat haakt even af. En dan kom je altijd in het licht van je ziel terecht van wie je nog meer bent.....dan alleen dit...lijfje. En net zo goed zijn donkere periodes in je leven heel belangrijk maar is altijd zo moeilijk om te accepteren. Ik noem dat wel de donkere nacht van de ziel. Soms kom je gewoon in zo'n tijd dat het leven heel zwaar is, dat je hart zwaar wordt, dat je niet meer blij kan zijn en dat je het gevoel hebt dat je er niet doorheen kan komen. Dat kun je ook zien als donker en dan wil je natuurlijk graag dat het gauw weer licht is maar mijn ervaring is dat je dan door dat donker trans, trans betekent er doorheen gaan, transpersoonlijk, je gaat niet daarheen, je gaat door die aarde en door die donkerte ga je heen en daar kom je altijd als een ander mens uit. Als meer mens. Hoe moeilijk ook maar dat vertrouwen mag je hebben dat als je een donkere periode in je leven echt doorwerkt, doorploegd, het aangaat en je zegt okay, hier sta ik nu voor dan weet je eigenlijk al van te voren, ik kom daar uit. Ik kom daar goed uit. En dan zal je opstaan. De opstanding. Dat vind ik zo mooi aan de afbeelding in de Latijnse kerk in Chevetogne daar staat een Christusfiguur afgebeeld en die laat zo heel duidelijk z'n wonden zien, bloed en al en hij staat op met zijn wonden van, ik heb ook wonden, kijk maar en toch sta ik op, ik ben er doorheen gegaan. Dat is een voorbeeld voor ons allemaal, dat je de aarde kunt beleven op zijn ergst bijna zoals het daar ging en toch daardoor heen kunt opstaan in je licht. In wie je bent. In



je eeuwige gedaante. Het liefst niet na je dood maar nu al. Dus mensen die hier in de zaal zitten en het heel moeilijk hebben die zou ik willen zeggen heb vertrouwen dat als je hier doorheen gaat, dat je over een tijdje kunt zeggen ik ben trots op mezelf. Want ik heb het gedaan, ik ben er doorheen gegaan, hoe moeilijk ook, ik ben aanwezig gebleven. Ik ben niet weggegaan. En dat is menszijn dat is dus best een hele opgave, mens-“zijn”. Er was laatst iemand, die mij veel heeft geholpen, die overleed. Het was voor allebei heel moeilijk want we dachten dat ze het zou redden en het is toch mislukt en toen zei ze; ik wil nog even iets tegen je zeggen en dat is een heel groot cadeau voor mij geweest want wat ze zei was; wat ik van jou geleerd heb, ze heeft de opleiding gedaan en allerlei dingen geleerd van mij, maar ze zegt wat ik echt van jou geleerd heb is dat ik mens wil zijn. Dat vond ik een heel groot geschenk. Want dat is precies waar het om gaat.....dat je hoog en laag verbind in je lichaam dat je, je realiseert wie je bent. En ze is zo prachtig overgegaan, zo helemaal zichzelf.

Vraag:

Voordat mijn moeder overleed ben ik met een baby bij haar geweest en er was een oogcontact, kijken, tussen mijn moeder en de baby, ikzelf had het gevoel om even afstand te nemen. Soms twijfel ik of het geen fantasie is. Zou je hier iets over kunnen zeggen.

Antwoord:

Daar is een heel diep zielscontact gemaakt tussen die baby en jouw moeder. Dat is geen fantasie dat gebeurt altijd via de ogen, als de baby zo heeft gekeken naar jouw moeder en je moeder naar de baby daarmee leg je echt een lichtlijn naar elkaar toe naar de zielen. Dat is heel bijzonder wat daar gebeurd is en ik vind heel terecht dat je innerlijk een stapje terug hebt gedaan zo van zij hebben waarschijnlijk iets met elkaar.

Vragensteller:

Als ze nu bij ons binnenkomt, ze loopt inmiddels, en er staat een foto van mijn moeder op de kast dan loopt ze daar heel vaak naar toe en dan wijst ze en zegt ze.....die.

Lenne:

Zo bijzonder, prachtig. Ze kent je moeder al, zo klein als ze is weet ze al wie jouw moeder is. Ze is een oude bekende voor haar. Het gebeurt natuurlijk vaak dat families weer bij elkaar incarneren, dus zijn het oude bekenden, dat is mooi. Ik had eens één keer met mijn oudste kleinkind ook zo'n ontmoeting. Ze zat op de grote w.c. voor de eerste keer en ik moest haar goed vasthouden. Ze zegt oma hou je me goed vast en ik zeg ja hoor schat ik hou je vast en dat duurde even dus we keken elkaar in de ogen. Dat is zo'n moment. Het is daarna nooit meer gebeurd maar d'r is toen iets gebeurd. Ze was helemaal stil daarna en we gingen samen wandelen, ik had zo'n handje, we gingen over het zandpad waar ik woon wandelen, ze zei niks en ze was heel blij terwijl ze altijd een droef trekje heeft, haar ouders zijn gescheiden, moeilijk. Maar dit heeft geholpen. Ze liep stil en ze zei daarna dingen tegen me waarvan ik dacht, hee, hier is iets gebeurd, zielencontact. En ik heb altijd nog dat contact met haar. Eva heet ze.

Iemand uit de zaal had ook zoiets meegemaakt maar dan niet met een familielid.

Reactie Lenne: Je kunt overal je zielenvrienden tegenkomen, zomaar op straat dat je ineens denkt van...ken ik je al. Dan komt het gewoon bekend voor, het gezicht. En soms bij sommige mensen die in families incarneren die toch niet zo eigen zijn dat je het gevoel hebt dat je daar eigenlijk niet hoort, die hebben meer zielenconnecties buiten de familie dan in de



familie. En dan ontmoet je ze misschien op een plek zoals hier bij de Stichting Wijzer dat je daar je zielenvrienden weer ontmoet. Dat is mijn ervaring ook. En dat je dan incarneert in een familie die hele andere normen en waarden heeft en een andere belangstelling, die dit allemaal maar gek vinden en dat je dan toch je zielenconnecties zomaar ineens vind op plekken waar je ze niet verwacht. En het is wel belangrijk om te kijken inderdaad, en om te herkennen en het okay te vinden dat je dat contact hebt. Ja, dat is thuiskomen, je komt dan thuis in je zielengroep. Ik voel hier ook een heel sterk thuisgevoel in deze, ja, ik ken jullie niet maar ik voel een hele sterke verbondenheid en ik vind het heel bijzonder wat jullie hier neerzetten. Dus dat geeft mij ook weer iets van hè, wat heerlijk dat dit gebeurt. Daar ben ik blij om. En dan voel ik ook echt die zielsverbintenis. En dan komen we gelijk bij het laatste op de flap-over.....éénheid. Want dan voel je op zo'n avond als deze, dan voel je dat, dat éénheidsbewustzijn, dat is geen loze kreet. Dat is er echt, dus zoals wij hier nu zitten dan zijn wij van één Geest. Maar we zijn één. We zijn natuurlijk ook individuen en we zijn persoonlijkheden die andere lagen zijn er ook maar tegelijkertijd zijn we één.

Vraag:

Heeft dat te maken met dat we spiritueel nu op één golflengte zitten?

Antwoord:

Het zou heel goed kunnen dat we zijn afgestemd op elkaar. Je komt dus al met een bepaalde intentie hier naar toe. Zoals in de bijbel staat, van goede wille, dus je komt al met die goede wil dus ja, zeg het maar, doe het maar, Uw wil en dan komt er iets, dan slaat er iets over dan komt er een golf een beweging alsof je hand in hand staat. En ik weet haast wel zeker dat wat jullie hier dan zeg maar vanavond meenemen, dat is niet veel, dat verspreid je weer als bewustzijn als licht, dat het werkelijk werkt. Want het is echt niet makkelijk op het ogenblik op aarde het is het Kali-Yuga tijdperk (donkere of ijzeren tijdperk) het moet nog erger worden. En er is dus echt wel wat nodig aan bewustzijn, aan aanwezigheid, aan daarvoor staan, er is echt veel nodig. Hoe meer mensen dat bewustzijn toe-eigenen, incarneren, hoe sterker dat liefdesbewustzijn op aarde zich verspreid. Hoe minder kans krijgt die weerstand en die agressie. Het is heel belangrijk om dit gewoon serieus te nemen en te voelen okay, dit heb ik hier gevoeld het éénheidsveld, ik neem het mee en ik verspreid het. Je hoeft er echt niks over te zeggen maar je verspreid het al door je zijn, door je aanwezigheid, da's genoeg. Dat werkt misschien nog wel beter dan iemand te gaan bekeren. Dat werkt niet, dan kun je beter niks zeggen en dan worden ze nieuwsgierig en dan zeggen ze goh; wat doe jij? En dan laat je ze niet gelijk aan de hele fles parfum ruiken maar je geeft ze één rozenblaadje. Zo'n klein dingetje. En dan komen ze wel terug en dan geef je ze nog een rozenblaadje net zo lang tot ze toe zijn aan die hele fles. En dan voel je van ja, nou kunnen we d'r over praten. Want ik moet wel zeggen, het woord erbij gebruiken dat vind ik nog altijd moeilijk, om hier over te praten, terwijl ik het ook heel graag doe want het wil woorden hebben. Het wil gezegd. Maar Longchenpa zei al in de veertiende eeuw dat is een Tibetaanse monnik, die zei toen al, die heeft een boek geschreven voor 6 leerlingen; doe je wel voorzichtig tegen die 6 leerlingen, ga je het niet aan de grote klok hangen. Als mensen er niet aan toe zijn dan werkt het verkeerd uit. Je kunt beter aanwezig zijn, dat zei hij toen al. Zo'n bijzonder boek is dat. Het Juwelenschap heet het. Ja, dus het gewoon zijn, aanwezig zijn daarmee, is genoeg en dan worden ze wel nieuwsgierig. Mijn familie b.v. die is ook nieuwsgierig geworden en die zijn dus op een gegeven moment gaan vragen toen ik 62 werd, toen gingen ze vragen wat ik er nou aan deed want ze vonden me er toch wel een stuk jonger uitzien dan m'n tweelingzus. En toen werden ze nieuwsgierig, dat was echt leuk en toen heb ik dus ook echt wat kunnen vertellen en een paar in de familie die staan er nu open voor en een paar hebben b.v. m'n gedichtenbundeltje of artikelen van mij gelezen. En ja nou begint het langzaam, eerst die



rozenblaadjes en sommigen willen al de hele fles parfum en dan zeg ik nou, okay, alsjeblieft. Dat is erg leuk. Bij mij op het zandpad waar ik woonde, in de polder, de mensen waren daar hartstikke lief, eenvoudige mensen en in het begin was het; wat doet die vrouw en toch een beetje van en emmertjes water halen, want ze gingen me vergelijken met Jomanda terwijl ik helemaal niet met water tover maar het gekke is dat na 10 jaar dat ik daar woonde toen waren er al een stuk of 6 mensen in dat ene buurtje die reiki deden, yoga deden. Het begon gewoon met kleine dingetjes, ik heb voor de plattelandsvrouwen hele eenvoudige lezinkjes gegeven over hoe je met je energie omgaat, dat je weer fris kan worden als je even dit of dat doet. En het ging gewoon werken en toen ik daar wegging kwamen ze toch naar me toe en zeiden, we vinden het heel jammer dat je weggaat. Ik dacht; zie je wel.....blaadjes.....niet de hele fles want dan was het fout gegaan. Het is hetzelfde als dat je een donkere kamer hebt en je zet daar één kaars in, dan is echt, die kamer is licht, één kaars is genoeg. Zoals jij een lichtdrager bent, je steekt gewoon die kaars es aan en die zet je gewoon neer, da's genoeg. Die kaars die zegt ook niks maar hij verlicht wel de ruimte. Door aandacht, door aanwezigheid, door echt de ander te zien en te accepteren, dat komt over hoor. Wie accepteert wie nou, d'r is altijd alleen maar weerstanden die je om je heen ontmoet, roddel en agressie, strijd.

Reactie uit publiek over de roddel en dat men kennelijk nog niet geïnteresseerd is in goed nieuws.

Lenne:

Ja dat is ook zo maar ik moet ook zeggen de spirituele tijdschriften die rijzen grond uit. De één na de ander dan heb je weer Hapinez en Inzicht en Zin, het gaat achter mekaar door. Dus het groeit ook wel. Twintig jaar geleden toen ik mijn eerste cursus gaf, Intuïtie, je eigen wijze, toen kende niemand nog het woord intuïtie en als je nu ziet, je wordt er mee doodgegooid. Alles is intuïtie, dat zijn allemaal heel normale dingen geworden waar wij mee bezig zijn. Nou moet ik zeggen we zijn vanavond wel op een diep niveau bezig maar zeg maar de gewone dingen als chakra's en energie en intuïtie, dat is heel normaal. Dat weet iedereen inmiddels. Bewustzijn, dat gaat allemaal goed maar echt dat gebied wat geen woorden heeft dat is nog moeilijk om daar iets over, over te brengen en dat gebied daar gaat het natuurlijk om. En toch zijn er nu wetenschappers met dat zeropointfield bezig dat is dus heel belangrijk dat daar ook bewijzen komen dat, dat werkzaam is. Dat je het niet kunt meten maar dat het werkzaam is. Dat is dus heel belangrijk. En dat David Bohm b.v. al, nou toch al wel een jaar of 20 geleden, heeft gesproken over de impliciete orde in het universum wat toen nog niemand echt aankon. En de expliciete orde wat je dus vast kunt pakken, wat je kunt zien. Dat was toen echt nieuw en daar heeft hij echt een grond mee gelegd voor de nieuwe onderzoeken die nu plaatsvinden. D'r is net een boek over verschenen, Het Veld, van Mctaggert, dat kennen jullie misschien wel. Ja, als je ziet hoeveel onderzoek er inmiddels wordt gedaan naar dat veld dan is het niet meer iets om te geloven maar meer iets om te weten. Het is er gewoon. En je ervaart het. Dus geloven.....ja, dat ligt eigenlijk ook achter ons. Je weet. En dat zien mensen aan je. En dan hoeft je niet eens je mond open te doen.

Lenne bedankt het publiek voor de aandachtige aanwezigheid en het vertrouwen dat ze haar gegeven hebben door hier zo te zijn.....

Verslag: Froukje van der Zwaag.



Meditatie

De reis gaat door een bewustzijn van vorm, vormbewustzijn om weer ruimtebewustzijn terug te verwerven. Ruimte-bewustzijn zijn we vaak kwijtgeraakt, dus dan zien we personen lopen maar we zien niet de enorme ruimte die er omheen is. We zien een kamer, we zien b.v. stoelen staan maar we zien niet de ruimte van de kamer. En die ruimte, die zit ook in je lichaam. Dus je voelt je lichaam, je voelt misschien verkrampingen en toch is er in jouw lichaam ook ruimte. Innerlijke ruimte, een enorme ruimte, misschien niet fysiek uit te drukken maar wel gevoelsmatig. Het terugverwerven van je huis heeft ook te maken met het terugverwerven van ruimte, het creëren van ruimte daarvoor. Het maken van tijd hiervoor, gewoon die paar minuten in het uur. Even zitten, even terug, ervaren, aanwezig zijn. Je laten voeden door die stromen.

Ga maar even kijken of je nu diep kunt ontspannen. En kijk maar wat op dit moment mag stoppen. Waar doe jij iets met jezelf..... Waar zet jij jezelf vast. En maak maar wat ruimte door misschien wat adem te halen.....zucht maar even. En blijf d'r maar bij en voel dan eens in de meest verdichte delen van je lichaam.

Je sterkste vormkracht, je botten, het bot van je schedel en je mag je voorstellen dat, dat nog meer verdicht, tot kristal, kristalbewustzijn. De botten van je schouderbladen, ga maar in die botten binnen en voel ze maar. De botten in je armen, je vingers en voel maar hoe sterk jij daar bent wat voor een kracht in die botten zit. Je ruggengraat, je borstbeen en dan dat enorme bot van je bekken, stevig, breed wat uitloopt in de botten van je bovenbenen, je kniegewrichten de botten van je onderbenen en de kleine botten in je voeten met een stevig hielbot. En dan vraag ik je nu om nu ruimte te maken vanuit die botten en te voelen dat jij ruimer en groter bent dan je lichaam. Dat jou bewustzijn eenvoudig uitstraalt om je heen.

Haal maar even lekker diep adem en voel maar, je hoeft het niet alleen maar met die botten te doen en die spieren en het lichaam. D'r is meer. Voel maar je energielichaam in je lichaam, je innerlijke lichaam, een stroom van energie daar door heen. En het straalt voorbij je huid en nog verder jouw lichtlichaam, het straalt meters uit om je heen. Sommige grote geesten omvatten daarmee de hele aarde. Voel maar jouw lichtlichaam en breid het maar uit waardoor je even bij een geliefde kan zijn die elders is.

En laat dan, jouw ziel, nu, dat uitstralende lichaam, laat nou je ziel eens rusten in iets wat nog veel fijner en groter is. Laat je ziel maar los. En dan voel je een thuiskomen.....hèhè, ja dat. Je lichaam rust in je ziel en je ziel rust in de bron. In het stille zijn. Wat je ook onder de woorden, achter de woorden kunt horen. En voel maar dat je in een tijdloos moment heel diep kunt rusten als jouw ziel zich neerlaat en zich overgeeft. Hèhè.....en zucht maar eens even lekker. Dat was wat....dat was een hele reis.

Voel maar dat we door ons samenzijn de stilte zich nog meer verdiept, die krijgt gestalte...door jullie. Voel maar die overgave, niet aan een ander mens zozeer maar aan je oorsprong. Ik geef mij over aan mijn oorsprong. En verplaats nu maar je bewustzijn in die oorsprong. En proef maar, ik ben.....dit. Ik ben deze stilte, ik draag mijn ziel, ik voed mijn lichaam.....



Je zult merken dat, als je dit zo in deze volgorde zo beoefent thuis, dat het niet zoveel uitmaakt dat je een uur zit of een minuutje. Want dit gaat buiten tijd en ruimte om. Dus in de wereld van de ziel en in de wereld van essentie is er geen volgorde en geen tijd. Dus ieder klein minuutje wat je kunt vrijmaken op je werk of thuis, als het even moeilijk is dan kun je voelen:

Ik ga eerst eens stevig in mijn lijf zitten (kristal)

Ik laat mijn lichaam rusten in mijn ziel

Ik laat mijn ziel los in de bron.

Mijn ervaring is dat ik dan direct weer energie heb gekregen.....dat is een geschenk.

Stil is stil, absoluut stil, voor de woorden, voorbij de taal.

In de klank en achter tijd en ruimte, dit rijk van stille liefde, is vervulling

Het samenvallen, altijd onverwacht.

Onbedoeld en soms als ik met doorgaan stop.

