

NIEUWSBRIEF

HOLISTISCH THERAPEUT GERDA

Nr. 47, Augustus 2018



FANTOOMDOOD

Toen in 2012 bij mij longkanker werd geconstateerd, had ik – na van de schok te zijn gekomen – heel sterk het gevoel, een innerlijk wéten, dat ik mijn contract van dit leven had afgewerkt/ingelost en door mijn ziekte de gelegenheid kreeg om een keuze te maken:

- Ga ik sterven en terug naar Huis? Of...
- kies ik ervoor om hier te blijven en een nieuw script van mijn leven te schrijven?

Mijn contracten waren voltooid, ik had mijn 'rollen' gespeeld, levenservaring opgedaan en het was in principe klaar.

Ik heb er heel bewust voor gekozen om te blijven, het voelde als een nieuwe kans. Want ik wenste voor mezelf nog te ervaren:

- Hoe het zou zijn als er kleinkinderen geboren mochten worden, die zien opgroeien en mijn bijdrage daaraan zou mogen leveren.
- Om gezond en gezellig oud te worden met mijn man en samen verder te genieten van elkaar en ons gezin.
- THUIS nog meer naar de Aarde te laten komen. Mijn herinnering aan en verlangens naar THUIS, hier vorm te geven.
- Om mijn spirituele kennis en ervaringen over te dragen middels gesprekken, cursussen, consulten, het geven van lezingen of het schrijven van nieuwsbrieven en boeken.

En zo ontstond er een beeld van een nieuw begin.

Ik heb vol overgave en met heel mijn hart de keus gemaakt om hier te blijven en van mijn leven te GENIETEN! Dat lukt me inmiddels aardig, ook bij tegenslag, tegenwerkingen en een minder goede gezondheid. Het is goed zo, en ik maak er het beste van.

DE INHOUD

- Thema: Fantoomdood
- Nieuw script schrijven
- Inspiratie van Louise Dekker
- Visualisatie: Sprong naar de Aarde

NIEUW SCRIPT SCHRIJVEN

Hoe lastig kan het wezen om een script te schrijven op volledig blanco papier? Niet meer af te kunnen gaan op je bakens maar letterlijk alles opnieuw te creëren volgens je diepste verlangens?!

Hoe doe je dat? Door:

- De gedachten die je denkt.
- De ideeën die je koestert.
- De dingen die je gelooft.
- De film die je steeds laat afspelen in je hoofd.

Door in gedachten bij deze dingen stil te staan, het te voelen, vóór je te zien, verbind je je ermee.

Ik ben de uitdaging aangegaan en stapje voor stapje zal mijn weg zich ontvouwen. Ik heb er alle vertrouwen in.

INSPIRATIE

Het kiezen of bepalen welke levenservaring je wenst is superleuk, tenminste wanneer je begrijpt dat alles mogelijk is. De enige limieten zijn de beperkingen in je eigen denken.

Besteed veel minder aandacht aan het observeren van datgene wat al in je leven is, en vooral wat je niet bevalt of wenst!

Het is belangrijk dat je meer tijd gaat besteden aan het voorstellen van wat je wél graag wilt ervaren. Dáár dien je iedere dag wat tijd voor uit te trekken. Om te denken, om het voor je te zien, te fantaseren en te voelen over de ervaringen die je graag zou willen beleven.

Louise Dekker.

WARME GROET
GERDA



VISUALISATIE: SPRONG NAAR DE AARDE

Alle instructies van de meditatie staan onder elkaar. Het best kan je de instructies 1 à 2 keer lezen zodat je weet wat ongeveer de bedoeling is. Vervolgens ga je mediteren met dit blaadje op schoot. Je leest de instructies één voor één en voert ze uit. Als je een instructie duidelijk voor je hebt, ga je naar de volgende regel. Je kan de meditatie ook op laten lezen door een ander, terwijl jij de instructies uitvoert. Ook kan je de meditatie opnemen en vervolgens beluisteren op een voor jou geschikt moment.

1. Neem even tijd voor jezelf en zorg dat je tijdens de meditatie niet gestoord kan worden.
2. Ga zitten of liggen om even rustig bij jeZelf te komen, contact te maken met je ware Wezen. Gewoon even stil zijn, je gedachtes en alles dat vandaag nog móét, even aan de kant te zetten.
3. Concentreer je maar op je ademhaling, dan verdwijnen je gedachten vanzelf naar de achtergrond.
4. Haal vervolgens een paar keer diep adem en ban daarmee ook de laatste gedachten uit je hoofd.
5. Laat je hoofd maar leeg worden, zodat je makkelijker kan visualiseren, fantaseren en mediteren.
6. Stel je voor, dat je een Lichtwezen bent, dat – voordat je naar de Aarde kwam – leefde in de hemelse dimensie. Van daaruit bekeken observeerde je planeet Aarde, die beneden je lag.
7. Je maakte je voorstellingen van hoe het daar zou zijn en welke 'rollen' je daar als mens allemaal zou kunnen vervullen, te vergelijken met een toneelstuk of een film. Je hebt honderden mogelijkheden.
8. Van zielen die ervan terugkwamen heb je de wildste verhalen gehoord over het leven op Aarde. Dat:
 - ♥ er dualiteit heerst, en dat al die contrasten een flinke uitdaging kunnen zijn, maar dat ze nodig zijn voor je zielegroei,
 - ♥ je er een heel scala van emoties kan ervaren,
 - ♥ je keuzenvrijheid hebt, en je je levenservaringen kunt kiezen,
 - ♥ je een schepper bent van je eigen ervaringen, door de gedachtes die je denkt, de keuzes die je maakt en of je wel of niet in actie komt,
 - ♥ je alles kunt scheppen wat jij maar wilt, en dat de enige beperking jouw denken is,
 - ♥ je altijd verbonden zult blijven met je goddelijke Bron, die onvoorwaardelijk van je houdt, maar dat je dit daar schijnt te vergeten, net zoals je daar vergeet waar je vandaan komt. Je doet als het ware een sluier van vergetelheid voor, die je belet om helder te zien, je kunt het vergelijken met een mistvlaag of spinrag vóór je derde oog.
9. In de hemelse dimensie kies je als ziel welke levenslessen je op Aarde wilt ervaren en je maakt daarvoor afspraken met andere zielen over welke rol zij in jouw leven willen spelen en gaan vervullen. Op deze manier kies je je ouders en eventuele gezinsleden uit, je familie, vrienden en vijanden, je collega's, partner en andere relaties die je gaat ontmoeten, maar ook het land en de plaats waar je geboren zal worden. Je gaat net zolang door tot jouw plaatje van je komende leven compleet en duidelijk is.
10. Op een gegeven moment is je verlangen naar de Aarde zó sterk, dat je de sprong er naartoe waagt. Je loopt naar het plateau, gaat aan de rand van de afgrond staan – de springplank naar de Aarde. In de diepte kun je de Aarde ontwaren, met bomen, rivieren, rotsen en mensen. Je kijkt nog éénmaal achterom, naar de zielen die je achter laat en waar je afscheid van hebt genomen. Je went je blik naar de afgrond en neemt een krachtige aanloop... en je duikt met een zweefsprong de diepte in, op weg naar de Aarde, je nieuwe leven tegemoet.
11. Je duikt de mensenwereld in om er nieuwe ervaringen op te doen, 'losse eindjes' af te werken, er iets neer te zetten, en er zeker iets van te gaan maken.
12. Je hebt je – wederom? – voorgenomen om deze keer je Meesterschap te realiseren, er jouw Hemel op Aarde te maken.
13. Heel het komende leven zit als een blauwdruk gecodeerd in al je lichaamscellen. Evenals al je talenten die je hebt meegekregen om jouw missie tot een succes te maken.
14. Je zweeft door de dimensiepoort naar het land, naar je ouders, naar het levenspad dat jouw ziel – in samenspraak met andere zielen – hebt uitgekozen, en je gaat de uitdagingen van het komende leven dapper en vol vertrouwen aan.
15. Misschien kun je je het voorstellen, óf her-inner je je het weer, hoe dat was... Hoe blij en vol enthousiasme en vertrouwen je was toen je van het plateau afsprong en naar de 3^e dimensie, de Aarde, zweefde.
16. De God/Godin ín jou ging met je mee en zou ALTIJD bij je blijven, maar misschien kun je je dat niet meer herinneren door de sluier van vergetelheid.
17. Via jou zal de God/Godin ín jou zich kunnen uitdrukken, jij ben haar afspiegeling, haar handen en voeten, haar expressie.
18. Via jou stroomt goddelijk licht naar de Aarde en zo zal – door jou – Hemel en Aarde met elkaar verbonden zijn.

19. Misschien wéét je nog precies wat je er wilde gaan doen:

- ♥ Jouw Licht daar laten stralen.
- ♥ Een steun en troost zijn voor mensen die het moeilijk hebben.
- ♥ Je geestelijke/spirituele kennis doorgeven aan mensen die dat graag willen leren.
- ♥ Misschien had je er bij deze of gene nog wat goed te maken, nog karma in te lossen, zodat je het daarna kon loslaten en iets nieuws neer kon gaan zetten.
- ♥ Of waren er nog wat losse eindjes van vorige levens af te werken.
- ♥ Wilde je iets genereus neerzetten, iets ontdekken, of de állerbeste ergens in worden.
- ♥ Jezelf opnieuw ontdekken en/of uitvinden, je grenzen verleggen.
- ♥ De Universele Wetten gaan bestuderen en toepassen in je Aardse leven.
- ♥ Leren om ondanks tegenslag en ziekte je toch gelukkig en tevreden te voelen.
- ♥ Om je Meesterschap te realiseren.
- ♥ Om je Hemel op Aarde neer te zetten, zodat je de wereld een stukje mooier kan maken.

Her-inner je het nog? Kun je je verlangde ervaringen nog voor de geest halen, ze voelen?

Wéét je het weer hoe vol blijdschap je was, hoe je er vol vreugde aan bent begonnen?

20. Hoe dan ook, je kwam hierheen met redenen, en het is aan jou om te ontdekken wélke dat waren.

21. Je hebt NU – op dit moment – weer de keus om iets van je leven te maken, om eventueel een andere richting in te slaan, als de plek waar je je nu bevindt, je niet bevalt:

- ♥ Wát wil je ervaren? ♥ Wat lijkt jou heel plezierig?
- ♥ Hoe wil je je leven verder vormgeven? ♥ Wat schenkt jou de allergrootste vreugde?
- ♥ Waar word je blij van? ♥ Wat wil je met je leven doen?

22. Wie ben jij? Welke mogelijkheden heb je ín je en wat kan je daar mee doen?

23. Wat heeft jouw interesse, kan je goed, doe je graag en gaat je gemakkelijk af?

24. Waar ga jij van stralen?

25. Hoe kunnen jouw talenten je ondersteunen bij je levensmissie?

26. Hoe wil jij je bijdrage leveren aan het Grote Geheel?

Allemaal vingerwijzingen naar jóuw blauwdruk.

27. Misschien wordt je blij van en herken je in jezelf de eigenschappen van bijvoorbeeld een:

- | | | |
|--------------------|-----------------------|----------------------|
| ♥ Archeoloog | ♥ Kok | ♥ Psycholoog |
| ♥ Avonturier | ♥ Kunstenaar | ♥ Raadsman |
| ♥ Begeleider | ♥ Leermeester | ♥ Reiziger |
| ♥ Bouwer | ♥ Leider | ♥ Samenwerker |
| ♥ Channeler | ♥ Lichtwerker | ♥ Schrijver |
| ♥ Coach | ♥ Manager | ♥ Secretaresse |
| ♥ Computerexpert | ♥ Medium | ♥ Sjamaan |
| ♥ Conflictoplosser | ♥ Musicus | ♥ Sporter |
| ♥ Danser | ♥ Nar | ♥ Stervensbegeleider |
| ♥ Dienstverlener | ♥ Natuurvriend | ♥ Techniker |
| ♥ Dierenvriend | ♥ Netwerker | ♥ Therapeut |
| ♥ Filosoof | ♥ Onderhandelaar | ♥ Tolk |
| ♥ Gezelschapsmens | ♥ Ontwerper | ♥ Verzamelaar |
| ♥ Heelmeester | ♥ Organisator | ♥ Vormgever |
| ♥ Helper | ♥ Ouder/Grootouder | ♥ Wereldverbeteraar |
| ♥ Hovenier | ♥ Planner | ♥ Wetenschapper |
| ♥ Klusser | ♥ Projectontwikkelaar | ♥ Zorgverlener |

28. Ga bij jezelf te rade, voel, fantaseer, – liefst dagelijks – en wacht tot de antwoorden tot je komen.

Waar wil jouw ziel met jou heengaan? Hoe kunnen jullie samen dienstbaar zijn aan het grote geheel? Wéét, dat de Aarde jou nodig heeft! Precies zoals je bent!

29. Beseft dat je altijd contact kunt maken met het goddelijke ín jou – de hoogste uitdrukking van jeZelf.

Zij weet jouw levensplan en kan je als geen ander adviseren. Je hoeft je er alleen maar voor open te stellen, te luisteren naar wat zij je vertelt en er vervolgens naar handelen, in actie te komen.

30. Vertrouw op jeZelf mooi mens! Vertrouw op je innerlijke goddelijke bron!

31. Dan is het nu weer tijd om terug te komen in je huidige werkelijkheid, op de plek waar je zit of ligt.

32. Voel je lichaam, voel de ruimte om je heen en kom helemaal terug in het hier en nu.

33. Beweeg je ledematen, rek je uit, gaap eens en kom rustig uit je meditatie.

34. Voel na wat de meditatie met jou gedaan heeft en schrijf je indrukken eventueel op.