

HET TRANSFORMEREN VAN ZIELENPIJN - EEN DIEPE MEDITATIE

Deze meditatie gaat over het transformeren van je zielenpijn. Jij wilt dit misschien wel helemaal niet, want oude pijn doet hevig zeer maar aan de andere kant is het misschien mogelijk om op de een of andere manier die oude pijn toe te laten die de toegang tot jouw ware zelf of ziel blokkeert. Je weet niet precies hoe het zit maar door angst en/of weerstand krijg jij daar heel moeilijk toegang tot en blijft alles zitten waar het zit. Dan verkramp je; je weet niet wat je moet doen en soms stik je er als het ware zelf in.

Je hoopt daarom dat dit voor jou de goede weg is om verder te komen. Je denkt dat het moeilijkste voor je is om echt naar die pijn toe te gaan. Je bent er zo in getraind om daar juist bij weg te blijven en je vervolgens met allemaal andere zaken bezig te houden, zoals je altijd gewend was. Dan lijkt het alsof de pijn is verdwenen, maar ergens weet je dat wanneer je de emotie niet toelaat de hele zaak in jezelf zal verkrampen. En dat, besef je, is ook geen goed plan.

Ga rustig op een stoel zitten, of als je buiten bent op een bankje. Zorg ervoor dat je goed zit. Wortel je voeten diep in de aarde en je ademt een paar keer diep in en uit. Op de een of andere manier heb je het gevoel dat deze dag voor jou altijd een bijzondere betekenis zal blijven houden. Niet alleen als een mijlpaal in dit leven, maar veel meer ook als een stapsteen in jouw hele existentie als ziel van God-Godin.

Terwijl je je ogen zacht sluit, voel je een hand op je rechterschouder en word je een stralende glimlach gewaar van jouw geleidegids, die zachtjes in jouw hart fluistert:

“Ga, als je wilt, met me mee en ervaar dingen die jou meer of minder recentelijk zijn overkomen en waarvan je dacht dat het je voor altijd zou bezwaren. Toch weet ik dat het voor jou moeilijk zal zijn om je kwetsbaar op te stellen en om die momenten met open vizier tegemoet te treden.”

“Maar als jij dat wilt zal het je helpen je zielenpijn te overkomen en te transformeren. Jij en ieder ander, draagt een rugzak met zich mee. Vroeger zeiden de mensen: ‘Elk huis kent zijn kruis,’ maar op dit moment is het van belang de voor jou misschien wel meest moeilijke periode in dit leven tegemoet te treden en door er vanuit een nieuw perspectief naar te kijken en jouw zielenpijn te transformeren naar iets dat veel zachter is en jou zal helpen je verdere leven op een meer waardige manier te leven.”

~*~*~*~

Je moet dit even verwerken. Eigenlijk heb je hier helemaal geen zin in. Aan de andere kant denk je dat het misschien toch wel een goed idee zou kunnen zijn. Toch houd je je reserves, maar je bedenkt dat de gedachten die je tot nu toe van je geleidegids hebt ontvangen steeds positief waren en die je ook altijd verder op weg hebben geholpen op je reis tijdens dit leven.

Dus zeg je ja. Je geleidegids straalt en hand in hand gaan jullie terug naar een van de moeilijke momenten in je leven, die je eigenlijk maar het liefst had willen overslaan. En daar zit hem nu net de kneep. Je denkt dat je dat nooit zal kunnen vergeten. Op dat moment knijpt je geleidegids liefdevol in je hand.

“Natuurlijk zal je dat nooit kunnen vergeten, mijn beminde. Maar dat hoeft ook niet. Wat voor jouw zielenpijn wel nodig is, is om er met andere ogen, vanaf een hoger perspectief, naar te kijken. Als je dat lukt, en daar gaan we nu aan werken, ben je al weer een stap verder op de heilzame weg naar levensgeluk.”

Dankbaarheid vervult je. Het voelt alsof jouw geleidegids en jij met de armen om elkaar heen naar woorden luisteren die schijnbaar uit het niets aan je worden gegeven. Hoewel er schijnbaar niets wordt gezegd weet je dat die woorden van hem/haar afkomstig zijn. De warmte en de liefde die daaruit spreken zijn

onvoorstelbaar en je wacht met dankbaarheid op wat zich allemaal aan het openbaren is.

~*~*~*~

“Eens hebben jij en ik wegen bewandeld die je gemakshalve het hogere zou kunnen noemen. Jij en ik voerden eindeloze gesprekken over allerlei omstandigheden die zich hebben afgespeeld gedurende een groot aantal van jouw voorgaande levens, op de planeet Aarde en elders. Steeds maar weer ben jij op de een of andere wijze tegen problemen aangelopen die vergelijkbaar zijn met datgene wat je tegenwoordig op Aarde meemaakt.”

“Je kunt niet bij je kern komen, of liever gezegd, je denkt dat je er niet bij kunt komen. Je hebt moeite je emoties te uiten en je beleeft narigheden die ermee te maken hebben dat je je op een afstand voelt van alles wat zich afspeelt, zowel fysiek als in je binnenste. Steeds blijf je je maar afvragen: ‘Waar ben ik, is dit allemaal wel echt, beleef ik dit wel of is het eigenlijk iemand anders die al deze problemen de baas moet zien te worden?’”

“Maar ik zeg je, je bent het echt zelf. Het is jouw ziel die de pijn ondergaat, die zich in allerlei plooiën wringt om jezelf ervan te overtuigen dat het niet nodig is om tot jezelf te komen. Toch is het van het grootste belang dat dit wel gebeurt; want het is de hoogste tijd. Je zegt dat je tot je kern wilt komen, maar er zitten blokkades in je ziel die je ervan weerhouden dat je echt de stap zet die zal leiden naar de bevrijding van je gevangen ziel.”

“Hoe moet je die blokkades opruimen en die angsten van je af gooien? Dat is niet zo gemakkelijk gezegd, maar de sleutel ligt toch echt in jezelf. Kijk eens naar wat er op dit moment in de wereld gebeurt. Vanuit onverwachte hoek worden er allerlei dingen in gang gezet die de mensen die daarbij betrokken zijn, en dat is eigenlijk de gehele wereldbevolking, tot in het diepste van hun ziel raakt.”

“Laat dan toe dat ook jij geraakt wordt. Natuurlijk zul je zeggen dat dit het geval is en op een bepaald niveau is dat natuurlijk ook zo, maar probeer eens naar je ziel te kijken en laat toe dat die vulkaan uitbarst. Is dat zoveel anders dan datgene wat zich eerder bij jou afspeelde? Was je toen immers niet ook tot in het diepste van je wezen getroffen? Daarom vraag ik je, laat dat opnieuw toe; beleef het opnieuw, van begin tot eind, want daarin ligt de sleutel tot succes verborgen.”

“Natuurlijk zal het pijn doen, maar weet dat ik en anderen je bij zullen staan om die pijn te verzachten, zodat je de ware kern, het echte strijdpunt, zult ontmoeten. En ik beloof je: je zult in staat zijn alles te transformeren naar iets moois. Je zult verstelt staan en jezelf afvragen; waarom heb ik dit niet eerder kunnen doen?”

“Je weet dat je op de planeet van vrije keuze woont. Het zal dan ook jouw eigen keuze moeten zijn die dit alles bewerkstelligt. Wat ik hier aan jou vertel is slechts een aansporing; je zult zelf die beslissing moeten nemen en wanneer je dat eenmaal hebt gedaan, is de oplossing nabij. Je loopt door de struiken te ploeteren, terwijl de geplaveide weg slechts een stap opzij is. Ik raad je daarom aan, zet die stap en de horizon zal zich in alle glorie voor je openbaren. Dan zul je een prachtige zonsopgang beleven; één die je nog nooit eerder hebt beleefd.”

“Ga met God/Godin, of hoe je die Energie ook wilt benoemen. Ik wens je daarbij heel veel succes en wanneer jij met me wilt communiceren, ben je meer welkom dan je ooit zult weten. Het enige wat je daarvoor hoeft te doen is om heel erg stil te worden, je aandacht te richten op de kosmische draaggolf, die zich manifesteert als een licht geruis in je oren en je op mij te focussen. Dan zal ik je weten te bereiken en zal jij me kunnen horen. Denkpraten wordt dat wel eens genoemd en dat is wat wij zullen doen.”

“Nu groet ik jou. Op het moment dat deze woorden worden uitgesproken zijn hier niet alleen jij en ik, maar

velen zijn gekomen om dit met Liefde te begeleiden en op het moment dat jij deze woorden zult lezen, zal dat opnieuw het geval zijn...”

~*~*~*~

Je ervaart dat je opnieuw op je stoel of op je bank zit. Inderdaad merk je dat een groot aantal mensen/zielen/wezens, die allemaal jouw reis hebben meegemaakt, aanwezig zijn. Ze waren allemaal getuige van de reis die jou terugvoerde naar lang vervlogen maar toch zo herkenbare tijden.

Op het moment waarop jij de vernedering, de angst, de enorme pijn en wanhoop ervoer – en dat realiseer jij je achteraf – vloeiden de emoties weg als was het badwater en werden vrijwel onmiddellijk getransformeerd tot mededogen, in liefde en in vrijheid.

Daarom was je in staat om met Hart en Ziel en Geest te kunnen zeggen: “ik vergeef je, én ik vergeef mezelf”, want je beseft dat hierdoor niet alleen jij, maar wij allemaal in staat zijn geweest om een stukje op te schuiven in de richting waarnaar wij allemaal streven op weg te zijn.

“Was het dit niet alles waard? Was het niet een prachtig moment om jezelf bloot te geven aan alle aanwezige zielen aan beide kanten van de grens? Was het jezelf openstellen als de kwetsbare jij die je bent niet de heraut om aan de Goddelijke Essentie te laten weten: ‘Hier ben ik; ik kan niet anders en til mij alsjeblieft op uit het moeras?’”

~*~*~*~

Het is tijd om terug te keren naar het hier en nu. Geleidelijk word jij je weer bewust van de omgevingsgeluiden. Je beweegt je voeten, je armen. Je schuift een beetje heen en weer en heel langzaam keer je terug naar de plaats waar dit avontuur is begonnen. Dan open jij je ogen, kijkt eens om je heen. Als je dat wilt wrijf je in je handen, knijp in je armen want je beseft dat dit nodig is want je bent van heel ver gekomen.

Laat het zo zijn; je was gekomen met de intentie van: “Geen idee wat, maar laat ‘het’ maar komen.” Het is gekomen en het heeft je veel gebracht. Je bent in staat gebleken om werkelijk een begin te maken met de transformatie van je angsten.

En dat, weet je nu, was het waarachtig herbeleven van de zielenpijn. Je dankt je Geleidegids en je ervaart en zegt dat je dankbaar bent dat je dit allemaal hebt mogen meemaken.

[Bron.](#)