

VEREENDE

INNERLIJKE

KRACHTEN

VOORWOORD

In het dagelijks leven is alles energie wat ons omringt en van waaruit alles wordt waargenomen en vorm gegeven. Zowel bij ergens geen zin in hebben, of juist tegenovergesteld het gevoel hebben dat alles vanzelf lijkt te gaan. Het gevoel vleugels te hebben is weer een andere vorm om alles te begrijpen, te overzien en vorm te kunnen geven. Ook binnen routinematig functioneren is dit te ervaren en zelfs in tegenstaande klussen te voelen. Soms lijken de dingen anders te worden en aan te voelen, vooral bij verdriet en tegenslag. De energie verschilt in het beleven van gevoelservaren en hoe dit te begrijpen en hanteren is een hele klus. Duidelijkheid en inzicht is een noodzaak om de eigenheid te kunnen achterhalen. Het eigen gevoel is de beste basis om tot zuiverheid te komen en de energie op waarde te schatten.

INLEIDING

Verering van het goddelijke is een oergegeven om de eigenheid te vervolmaken en zelf goddelijk te worden. Voorbeelden zijn alom te zien en te voelen, de goddelijkheid in kerken en de verheerlijking van heiligen is een geaccepteerd gegeven. De Christus, God, Jezus, Moeder Maria, Maria Magdalena, vrouwelijke godinnen, de engelen en de aartsengelen zijn bijna tastbare en zichtbare heiligen. In het oosten zijn dit Moedergodin Kwan Yin, Shakti, Shiva en nog vele anderen. Kerken en tempels zijn al eeuwen geleden gebouwd ter aanbidding van deze heiligen, goden en godinnen. De mens wil van binnen uit zijn geestelijke waardebeleving ervaren en vergroten en als mens tot het goddelijk beleven komen. De eigen goddelijkheid vergroten is boven het mens-zijn uitstijgen om vanuit een onderdrukte positie zichzelf te verwezenlijken. Dat is een moeizaam proces met veel vallen en opstaan om de nare menselijke trekjes te overwinnen en altijd vanuit goddelijke liefde te denken en handelen. Elk mens kent niet altijd zijn eigen zwakke punten en daarvan bewust worden is voor niemand fijn. Toch kan alleen dan de ommekeer worden ingezet, zoals kiezen voor geen onwaarheid spreken, of anderen tekort doen, of zelfs van het leven beroven. Gelukkig hebben veel heiligen vaak de goede weg gewezen van zuiverheid om de mens te ondersteunen in dit proces. Altijd wordt deze goede weg in een onbaatzuchtig proces gewezen, Padre Pio, Moeder Theresa, Gandhi zijn hier enkele voorbeelden van. Wanneer verschillende energieën samen komen, of worden afgewisseld, wordt de ondersteuning nog krachtiger. Deze ondersteuning is er vanuit de geestelijke wereld, erin geloven en alleen maar op vertrouwen is niet meer voldoende. Elk mens kan zelf zijn zuiverheid vergroten en vanuit de eigen innerlijke belevingen ook tot goddelijkheid te komen. Vanuit een diepe innerlijke keuze kan deze vorm krijgen in een groeiproces van bewustwording tot vervolmaking.

HOOFDSTUK 1. OERKRACHTEN

INLEIDING

Alles heeft een eigen energie waarin bepaalde elementen vertegenwoordigd zijn.

Prettige energie laat een mens zich goed voelen en soms zijn eigen somberheid en moeilijkheden vergeten. Een steen voelt hard aan en is een verstevigende, krachtige energie die grondend op een mens kan inwerken. Door met deze aardekracht in verbinding te komen kan er rust worden ervaren.

Een lachbui kan een verfrissend effect hebben door met humor iets luchtiger te bekijken. Geur is een vluchtige energie die snel kan worden opgenomen en verdwijnen, ruiken is als zintuig van levensbelang.

Waterelementen werken verfrissend, zoals in de regen lopen en door de eigen tranen te kunnen laten stromen. Het werkt louterend om weer in de eigen stroming te komen en verdriet en zorgen los te kunnen laten.

Mensen hebben allemaal een eigen energie en lichaamsbouw waarmee het leven wordt geleefd. De een heeft een luchtige en vrolijke instelling, de ander een meer serieuze manier om in het leven te staan. Veel wikken en wegen kan dan weer tot zwaarmoedigheid leiden, amper overwegen en zonder zorgen leven, is hiervan het tegenovergestelde.

1. Eigenheid is grootsheid.

Elk mens is verschillend, al zijn er veel overeenkomstige eigenschappen en lichamelijke overeenkomsten. Lichamelijke kenmerken vertellen wel iets over de ontwikkeling, maar deze uiterlijke kenmerken zijn niet wie de mens in wezen is. Alsof het lichaam een verhulling, een soort bescherming van de innerlijkheid is die zich nog moet ontwikkelen. Pas in het vormgeven wordt deze eigenheid zichtbaar en het verder uitwerken is aan de mens zelf als een vrije keuze. In de verschillen ligt ook de persoonlijke kracht dat als potentieel aanwezig is en verwezenlijkt kan worden. Dit is een vrije keus van elk mens om wel, of niet de eigen ontwikkeling aan te gaan om zich te verwezenlijken. Een kind heeft hier geen weet van en ontwikkelt zich op gevoel, maar daar zijn weer omgevingsfactoren die kunnen verschillen. De eigenheid als kind kunnen uitwerken geeft een voorsprong om de eigenheid te kunnen vervolmaken. Evenals een groeispurt in lichamelijke kenmerken, kan ook de geestelijke ontwikkeling zich door allerlei omstandigheden ontwikkelen. Het leven van elk mens is anders en juist door deze diversiteit kan iedereen het eigen ontwikkelingsproces vormgeven.

2. Geestelijke mogelijkheden op aarde uitwerken.

Het brein van een mens is tot veel in staat en uitwerkingen vormgeven is een kwaliteit van leven. Hierbij gaat het niet alleen om doelgerichtheid, zoals een brood kunnen bakken. Het willen en kunnen zijn duidelijk verschillende acties, die niet zonder elkaar tot uitwerking kunnen komen. Maar ervoor is er het belangrijkste moment in het geestelijk tot stand brengen van idee en vormgeving. Als er geen idee is, komt er nooit iets tot stand om te kunnen uitwerken. Flitsen van inzicht kunnen zich onverwacht voordoen en als er geen openheid is om de te ontvangen, zal er verder niets gebeuren. In openheid en rust kunnen deze gemakkelijker worden opgemerkt en vorm krijgen. Pas als er dan een bijna welwillende bewustheid ontstaat in alert zijn, kan iets vorm gaan krijgen. Het kunnen en willen toelaten is dan als gewekte interesse te zien met een vorm van nieuwsgierigheid. Alles lijkt vaak vanzelf te gaan, door basisvormen te leren en met berekeningen uit te voeren. De trots bij het tot stand brengen van het geleerde is als een eerste vorm van vermenging met de eigenheid te zien. Een levenlang aardse taken uitvoeren, is niet de eigen geestelijke mogelijkheden volledig benutten. Juist door de eigenheid erin te leggen, geeft dit extra vreugde ervaren.

3. Vergeten waarde herontdekken.

Soms lijken oude vaardigheden verdwenen en zijn er andere voor in de plaats gekomen. Deze oude mogelijkheden zijn als basis voor de ontwikkeling zinvol geweest en wat geleerd is, is dan bestendig. Geloven in Sinterklaas kan een vervelende ervaring in het geheugen blijven, of juist als een gezellig en plezierig ritueel. Wanneer dit teruggehaald wordt kan er een andere lading ophangen die onbewust is gegroeid. Wat de reden is, kan altijd worden uitgedroogd om helderheid te krijgen. Alle herinneringen zijn niet bewust, mooie en vervelende kunnen elkaar afwisselen in een niet te doorgronden brij. Als kind doet de wereld zich voor zoals het door volwassenen wordt ingevuld en voorgeleefd. Iets kan lekker zijn of nooit gegeten worden als een ouder er zelf afschuw van heeft. Mooi en lelijk, gezellig of niet, de blauwdruk van voorkeur en afkeuring wordt altijd gemaakt. Aan elk mens is een ervaring zoals die zich voordoet, opnieuw te waarderen. Dat kan een grote desillusie geven, of juist het eigen invoelen verrijken. Klakkeloos oude waarden al of niet blijven honoreren hoort niet bij het kunnen en leren ontdekken wat voor een mens mogelijk is.

4. Aanvullen van bestaande mogelijkheden.

De wereld verandert en ook de mensen zelf die hierin leven, lijken oude gebruiken door allerlei nieuwigheden te kunnen vervangen. Als basis voor het ontwikkelen van nieuwe kennis is dit een prima opstap, ineens alle gebruiken en waarden te kunnen hanteren is zo goed als onmogelijk. Oude gebruiken hebben een waarde die later nogal eens onderschat wordt, zoals tutten met een baby voor een puber vaak niet te begrijpen is. De eigen waarden bepalen, kan alleen vanuit innerlijke beleving. Vanuit de eigenheid en het gevoel een waardebevestiging maken geeft vaak eerst een verwerping van de oude waarden. Op basis hiervan kan wat wel en niet meer dient inzicht geven in nieuwe waarden. Rebellerende pubers komen uiteindelijk zelf tot inzicht, met erbij vaak tot nieuwe uitwerkingen. Dit is als vorm van de komende adolescentie naar volwassenheid even belangrijk als leren lopen. Juist door in vertrouwen te mogen leren vallen en opstaan, geeft dit zelfvertrouwen met inzicht in de eigen mogelijkheden. Ook in het latere leven blijft dit proces van belang om te kunnen hanteren en keuzes voor veranderingen te maken. Zowel in technische ontwikkelingen, relaties, geloof of gewoontes, want niets blijft hetzelfde.

5. Vorderingen internaliseren.

Dat stilstand meestal achteruit is, geldt vooral voor ongebruikte vaardigheden. Een hardloper zal zelfs steeds moeten blijven trainen om de eigen score te evenaren. Vergeten vaardigheden, zoals om vanuit de eigenheid puur en spontaan te weten en spreken van binnenuit, worden al jong aan banden gelegd. Later wordt het vaak als eigenwijs en brutaal gezien om zomaar de ongezouten mening te verkondigen. Pas in een gelijkwaardig gesprek, dat vaak uit ruzie voorkomt, kan de uit het gevoel voortkomende eigen mening worden gegeven. Als dit is geventileerd, gaat het meestal op oude en dezelfde manier verder. In termen van brutaal zijn, je mond houden en met gezegdes als ouderen spreken zwijgen de jongeren. Dit laatste moet dan wel van verworven wijsheid getuigen, anders is het een lege luchtbel. De opvoeding van kinderen vraagt veel sociale aanpassing, waarbij het innerlijk weten onbelangrijker moet worden. Zelfs afspraken maken om ieders eigenheid en wensen te honoreren vervagen vaak weer na enige tijd. Elkaars wijsheid en eigenheid leren accepteren en waarderen vraagt altijd wederzijds respect.

6. Eigen krachten onderkennen en erkennen in het leven.

Ieder mens heeft eigen specialiteiten die soms geweten worden, maar vaak ook nog liggen te wachten om aangeboord te worden. Een lieve lach van een kind kan als een kwaliteit naar buiten te stralen. Het is later onmogelijk om dit altijd en overal van binnenuit te doen, dus wordt deze kwaliteit gaandeweg ingeperkt. Alleen op de juiste tijd en plaats en waar het kan worden gewaardeerd, komt deze lieve lach soms naar buiten. Elk mens kan zelf bepalen om een eigen kwaliteit te laten zien en wel of niet tot uitvoering te brengen en in de wereld te zetten. Schroom weerhoudt veel mensen naar buiten te brengen wat er wel van binnen aanwezig is. Daarbij komt vaak de eigenheid niet te durven laten zien, een lieve lach is voor een jongen niet altijd een kwaliteit. Zelf de eigen krachten weten is een heel proces, veel ervan wordt pas gaandeweg duidelijk. Soms kan als de situatie zich voordoet de kracht, of een talent worden ontdekt en pas later erkend worden. In ieder mens liggen veel eigen krachten nog vaak lang te wachten om pas in de loop van het leven te worden ontdekt om erkend en uitgewerkt te worden.

7. Innerlijke ontwikkelingen koesteren.

Van binnen weten of iets waar is of niet, betekent vanuit het geweten de eigenheid te vormen. Dit is als zelfreflectie te zien om de eigen daden en mogelijkheden te kunnen waarderen. Beperkingen leren zien en leven zonder zelfoverschatting, of tegenovergesteld de zelfonderschatting. Bij het leren lopen geeft dit bij de eerste stappen een diepe voldoening en trots van binnen uit. Geloven in de eigen mogelijkheden en met een lach naar anderen deze diepe innerlijke gevoelens delen. Dit is een enorme stap in de sociale ontwikkeling en in de erkenning van de eigen mogelijkheden. Eerder is lachen een ontwikkelde vorm van communiceren om vanuit al of geen welbehagen te lachen of te huilen. Deze eigen mogelijkheid ontdekken als vaardigheid ontwikkelen stemt tot diepe innerlijke trots. Hiervan groeit elk kind en dit is evenals eten, drinken, slapen en spelen onmisbaar voor een basale ontwikkeling. Deze bijzondere situaties en boven zichzelf uitstijgen zijn momentopnames voor het opbouwen van zelfvertrouwen. Dit is als een voorwaarde te zien voor het leveren van alle latere prestaties.

8. Eigen gevoelswereld leren begrijpen en eren.

Gevoelens spelen altijd en overal een rol en kunnen veranderen naar gelang een situatie en opgedane ervaringen. De echte duidelijkheid erover kan alleen door er naar te luisteren, er rekening mee te houden en mee om te gaan. Negeren vanuit innerlijke veroordelingen laat gevoelens nooit verdwijnen, maar onderdrukt ze soms een poosje. Alle (mogelijke) gevaren worden innerlijk verwerkt en zijn vaak als waarschuwing bedoeld, of leiden tot een verrijkend inzicht. Ze kunnen zich in dromen manifesteren en zijn vaak moeilijk in een keer, of direct te begrijpen. Een vaag gevoel kan sterker worden en soms duidelijk als een waarschuwing voor gevaar zijn. Soms is het een innerlijke oproep om alert te zijn, maar vaak wordt het een uitpluizen van deze gevoelens. Dit schikt niet altijd op het moment zelf en kan later weer worden vergeten. Als het dan in dromen naar voren komt, was dat het voorwerk voor uitwerking van waar het over gaat. Altijd zuiver kunnen inschatten en alleen wat echt van binnenuit komt verwezenlijken, is moeilijk. De verslaving om het anderen naar de zin te maken en altijd aardig gevonden willen worden is groot.

9. Eigenheid leren invoelen en leven.

De eigen waarden leren kennen is een langdurig proces, omdat er erg veel wisselende factoren zijn die meespelen. Zowel de situatie als andere personen hebben invloed op het eigen reageren. Tegen familieleden opeens een toch duidelijk andere eigenheid handhaven, geeft al een bijzondere reactie: zij denken jou immers van haver tot gort te kennen. Zelfs al gaat het om simpele zaken, de eigenheid trouw blijven voelt dan als een bijna vreemde actie. Niet meegaan in roddelen, grapjes in een onaanvaardbare context niet meer waarderen, vraagt een enorme inzet. Juist de simpele gewoontes zijn een moeilijke opdracht om niet weer vanzelf in het oude stramien te vervallen. Daarbij komt ook het niet laten kleineren van deze zuivere, andere visie die voor anderen waarschijnlijk onbekend is. Zelf hiermee leren omgaan, maakt het voor een ander ook niet gemakkelijk. Achteraf kan elke moeilijke en gemakkelijke situatie opnieuw worden ingevoeld en is hieruit lering te trekken. Elke dag opnieuw en de hele dag door, elke situatie in deze nieuwe eigenheid vorm geven, vraagt voortdurende alertheid. Het gevoel wordt dan de juiste medestander om alles vanuit de eigen ziel te kunnen zien en doen.

10. Eigenheid honoreren in vreugde.

De eigen geest is vol van inspiratie, gedachten staan nooit stil en iets uitdenken is noodzakelijk voor het uitgevoerd kan worden. Dit kan alleen door even boven de materie te staan om dan de mogelijke werkbaarheid in te kunnen schatten. Vaak verdwijnen deze mooie gedachtespinsels erna weer in de vergetelheid. Dat is te zien als een soort rijping van deze eerste stap tot ontwikkeling. Alle tegenstanden moeten eerst worden opgeruimd voor er een overzicht van benodigde acties kan komen. Dan zijn er tijdens de uitvoering minder tegenslagen en onmogelijkheden aan de orde. Wat vooraf in de geest vorm krijgt door ongebreidelde inspiratie kan dan weer vereenvoudigd worden. Eigenlijk is elke klus simpeler door deze vooraf uit te werken in gedachten. Het is als een soort effectieve planning van mogelijkheden vooraf, waarbij de onnodige of te hoog gegrepen ideeën eerder afvallen. Los van de materie luchtiger de mogelijke problemen te overwinnen of los te laten, kan in vreugde zonder werkelijke schade. Elk mens heeft deze mogelijkheid in zich en het kan op alles worden toegepast. Het invoelen van mogelijkheden en komende, of voorbijgebeurtenissen in gedachten rechtzetten voorkomt veel schade achteraf.

11. Innerlijk bewustzijn vergroten.

In de meeste kerken kan door elk mens een ander bewustzijn worden ervaren om los van de gewone dagelijkse functionele sleur te komen. Zich verbinden met het hogere in zichzelf kan door een gevoel van saamhorigheid en de eigen zuiverheid. Dit is dan in overgave aan de energie die door alle aanwezigen wordt opgeroepen. In saamhorigheid vol overgave zingen versterkt het overstijgen van de eigen zwakheden met het gevoel van de eigen goddelijkheid. Daarbij wordt deze juiste weg helaas vaak onderwezen vanuit een beperkende manier en in termen van zonden. Hierbij worden (dood)zonden als kleine vergrijpen, misstappen, fouten en zwakke plekken bedoeld, die zondig zouden zijn. Elk mens is dan in principe een zondaar die zijn driften moet leren beheersen en hiervoor behoedt en gestraft moet worden. Vanuit dit standpunt gezien is vanaf de geboorte een mens al veroordeeld als potentieel schuldig en zal dus gestraft worden van Hogerhand. Dit geloof heeft in de loop der tijd soms bijzonder wrede vormen aangenomen. Maar een mens is op voorhand geen zondaar of zondig en kan zelfs door het leren van fouten tot volmaaktheid komen. Deze volmaaktheid kan overal door iedereen en ook zonder een kerk uitgewerkt worden in het dagelijks leven.

12. Ervaren om de dagelijkse werkelijkheid te ontstijgen.

Door vallen en opstaan, leert de mens het hele leven en kan het eigen weten en geweten zich ontwikkelen. Het weten van de eigen goddelijkheid staat haaks op te denken een zondig mens te zijn die gestraft moet worden. Dit is bedoeld om te voorkomen dat de groeiende eigenheid het ego leert overstijgen. Het weten van de eigenheid staat dichtbij het ego en dit onderscheid moet geleerd worden door ervaringen. Innerlijk weten, zonder overschatting van de eigen mogelijkheden moet een zuivere inschatting zijn. Anders is het bluffen met het ego als over het paard getild zijn. Als een machtsvorm om deze goddelijkheid te kunnen hanteren vereist dit een leerproces om te kunnen intomen. Om de eigen krachten reëel te kunnen inschatten zonder te graag willen, of juist angst te voelen voor actie is een levenslang proces. Het ego wil vaak zo graag uitvoeren en intomen lijkt daar haaks op te staan. Vanuit zuiverheid is een actie met alle mogelijkheden die voorhanden zijn en dat moet correct door de eigenheid kunnen worden gehanteerd. Een kind van de verdrinkingsdood redden vereist bravoure en ego is nodig om de actie uit te voeren. Naderhand terug naar bescheidenheid kunnen gaan is bij een dergelijke grootse actie dan weer een ingewikkeld proces.

13. Eigenheid uitwerken en neerzetten.

De eigen kwaliteiten vorm geven vereist doorzettingsvermogen en geloven in de eigen talenten. Het kan een enorme bevrediging geven wanneer vanuit het eigen gevoelsweten een visie vorm kan krijgen. Dit kan op allerlei gebieden vorm krijgen, als hobby en als iets speciaals dat zich ontwikkelt als een talent. Van ingewikkelde culinaire recepten gaan koken, tot op het oog simpele schoonmaakdriften uitleven. Er kan een bevlogenheid worden gevoeld in alles, waarna er een trots gevoel over deze eigen prestatie is. Een ander kan hier met verbazing naar kijken en totaal niet invoelend delen wat de ander bezielt. Het is als het ware met vleugels de eigen bezieling vormgeven puur vanuit de eigenheid. Elk mens is in staat om boven zich zelf uit te stijgen en soms lukt zo iets bijna vanzelf op wonderbaarlijke wijze. Open staan voor deze inspiratie is de enige voorwaarde die hiervoor noodzakelijk is, dan gaat het bijna allemaal vanzelf. Iets willen en met het ego er het beste van maken is als water bij de wijn doen. Wanneer er iets niet goed lukt, voelt het als een soort gedwongen moeten. Dan wordt de zin tot tegenzin en bouwt zich weerstand op en de enige oplossing is dan om ermee te stoppen.

14. Overstijgen van de opgebouwde eigenheid.

De innerlijke ontwikkeling staat nooit stil, er zijn altijd en overal leermomenten om uit te werken. Soms tijdens een persoonlijke ervaring kan dit met diepe inzichten gepaard gaan over het hoe en waarom. Ook kan een nieuw opgedane ervaring leiden tot bredere inzichten die zijn ontstaan door eerdere opgedane ervaringen. Zelfs wanneer er niets lijkt te gebeuren en alles even stil lijkt te staan gaat deze persoonlijke ontwikkeling verder. Achteraf is dit vaak als een stilte voor de storm wanneer allerlei nieuwe projecten en activiteit zich dan aandienen. Een mens kan maar door een beperkte opnamecapaciteit een verwerkingsproces aan, op welk niveau dan ook. Om alles te kunnen blijven begrijpen moet er eerst een vertrouwde basis zijn en veel persoonlijke inzet tot integratie. Vaak lijkt het ook alsof alles ongeveer hetzelfde is en er geen vaart meer inzit. Pas als er dan daarna diepe inzichten zijn en het leven bijna te druk wordt, blijkt dit niet zo te zijn geweest. Niets staat immers stil, een plant zien groeien is onmogelijk en zo is het ook met de eigen persoonlijkheid ontwikkelen. Gestaag vormen alle ontwikkelingen zich in de juiste richting van het uiteindelijk begrijpen waar alles over gaat en toe dient.

15. Gebruikmaken van het innerlijk weten.

Iets van binnen uit aanvoelen en weten betekent niet dat het ook vanzelf zomaar is ingebed in alle dagelijkse bezigheden. Vaak blijft het heel lang een diep verborgen weten dat niet zichtbaar is voor anderen, dat soms gebruikt wordt in de dagelijkse bezigheden. Het is dan als een diep verlangen koesteren dat nog niet kan worden vormgegeven. Er ligt dan nog een waas, een soort sluier overheen van koesteren en verborgen houden in innerlijk weten. Dit weten kan pas uit de verborgenheid bevrijd en geleefd worden, als de persoonlijkheid het ook durft te erkennen. In zeker weten kan dan naar buiten worden gebracht wat de diepte, de kracht en de reikwijdte ervan is. De sluiers die er om dit innerlijk weten zijn verwijderd, heeft nogal wat consequenties voor het dagelijks leven. Zichzelf durven manifesteren als geestelijk wezen vergt vanuit de persoonlijkheid een enorme diepe keuze. Dit naar buiten durven erkennen is niet in valse bescheidenheid, of een zich op de borst kloppen van het ego. Vooraf is hiervoor heel veel innerlijk werk noodzakelijk om inzicht in oude patronen te krijgen en alles los te durven laten. Pas als in de persoonlijkheid deze erkenning volledig is geïntegreerd is dit mogelijk.

16. Groeiend inzicht in de eigenheid.

Leren geloven in de eigen mogelijkheden verder ontwikkelen vraagt acceptatie van de eigen beperkingen. Alle beperkingen kunnen immers talenten worden door eraan te werken en daarvoor is eerst acceptatie nodig van wat er is. Wanneer duidelijk wordt aan welke eigenschap aandacht besteedt moet worden, begint het innerlijk werk. De bewustheid van wat dan ook is een proces van stilte en in de eigenheid treden. Door deze eigenschap onder de loep te nemen en met liefde er te laten zijn in acceptatie als deel van jezelf, kan alles eromheen worden verfijnd. Vaak zijn delen ervan niet meer nodig, of bruikbaar en mogen dan verdwijnen en losgelaten. De kern mag duidelijk worden en uitgebreid naar een kwaliteit die gekoesterd wordt: alles heeft immers goede en minder goede kanten. Deze bewustheid om de eigenheid te onderzoeken, leidt uiteindelijk tot volmaaktheid. Alle vervelende, scherpe, overbodige en storende kanten van acties en reacties mogen gewoon verdwijnen. Ze hebben gediend om te overleven en ook vaak om te beschermen als verweer. Als dat niet meer nodig is mogen deze overbodig geworden kanten van de persoonlijkheid worden getransformeerd.

17. Loslaten van de eigen beperkte visie.

De eigenheid heeft veel facetten, de meeste zijn aangeleerde patronen die tijdens de opvoeding zijn ingeslopen. Hoe de wereld zich voordoet en geïnterpreteerd wordt heeft alles te maken met de latere visie. Ouders, opvoeders, familieleden, vrienden, burens en omstandigheden hebben allemaal invloed op hoe de wereld wordt ervaren. De balans opmaken kan alleen met een volwassen ontwikkelde eigenheid, los van jeugdtrauma's en blinde vlekken voor de eigenheid. Wat er innerlijk gewild wordt is meestal niet mogelijk, dus moeten er altijd concessies worden gedaan. Dit soort aanpassing is meestal zelfopoffering en de eigenheid niet voorop stellen. Later als dit niet meer nodig is, kan dit de eigen ontplooiing stagneren door vastgeroeste patronen. Anders naar iets leren kijken, is als een ontwenningproces van zogenaamd eigen zeker weten dat is verankerd. Dan is open in het leven te staan en vanuit de eigen zuiverheid leven zo goed als een onmogelijke opgave. Er is dan veel innerlijk werk nodig om hiervan bevrijd te worden en de eigenheid vinden wordt hierdoor bemoeilijkt. Als die bevrijding dan wordt gevonden is er vaak een lange zoektocht beëindigd.

18. Boven de eigenheid uitgroeien.

Flitsen van inzicht komen vanuit het hogere zelf vanzelf naar boven en zijn als het ware een cadeautje door breder inzicht en vaak de oplossing van een probleem. Een mens wikt en weegt vaak tobberig en besluiteloos ergens mee om het beste te doen. Als de problemen steeds zwaarder gaan voelen, kan door de bomen het bos niet meer te zien zijn. Dan kan er opeens een flits van inzicht komen die aan alle geworstel een einde maakt. Vaak is dit een hele simpele en voor de hand liggende oplossing, waardoor alles vereenvoudigt en opgelost kan worden. Door het zorgvuldig afwegen in zuiverheid, komen veel aspecten en oplossingen voorbij. Het een lijkt dan iets beter als het ander, of juist niet en dan begint het weer van voren af aan. Door dit getob is het eigen innerlijk weten op de achtergrond geraakt en is er geen openheid meer, maar alleen het zo goed mogelijk willen doen. Ook dit is een vorm van ego, om in een vorm van liefde te willen excelleren. De eigen natuurlijke stroom is dan geblokkeerd om een oplossing gewoon vanuit het hart te kunnen bedenken. Een flits van inzicht kan dan het ware zelf tot de orde roepen.

19. De zuivere eigenheid respecteren.

In nederigheid weten niet alles te kunnen is in respect voor de eigenheid en de eigen grenzen kunnen hanteren. Iets niet durven uit angst om te falen kan soms als niet kunnen worden gevoeld, terwijl het onzekerheid is. Juist dan is het aan de orde om de zuivere eigenheid te raadplegen waarom dit zo is. Als het te hoog gegrepen is wordt dat duidelijk, als er faalangst omheen zit ligt het anders. Elk mens mag leren en fouten maken hoort daarbij, maar er moet wel zicht op de goede afloop zijn. Van binnenuit weten dat het niet te begrijpen en het te hoog gegrepen is, kan de actie worden beëindigd. In het weten dit is niets voor mij, is het een weloverwogen keuze en inzicht in de eigen mogelijkheden. Juist deze afgrenzing is van belang om de eigen kracht en talenten te leren kennen, al is dit vaak al eerder duidelijk. Willen en moeten van het ego liggen erg dicht bij elkaar, maar er echt blij en van binnen aangeraakt worden, is meestal de goede keus. Dan kan het nog tegenvallen en veel meer inhouden wat niet plezierig is en is ermee stoppen weer de juiste optie. De eigenheid mag zich in alle mogelijkheden tonen en worden geraadpleegd, tot er een juiste keuze kan worden gemaakt.

20. Groeien in innerlijke eigenheid.

Als een zekerheid over het eigen innerlijk weten en hierin groeien, krijgt alles in het leven een andere betekenis. Alsof er een dimensie is toegevoegd en er vanuit de eigenheid een diepere waarheid achter het gewone weten ligt. Als in een soort van omhoog getild worden om een andere kant van de eigenheid erbij toe te laten. In een soort toeschouwen van wat er voor de eigenheid van belang is erbij betrekken. Iets uitrekenen geeft een vaste som, dit is erbij als extra component voor elke uitkomst. Een verbreding, uitbreiding van de eigen gedachtegang waarbij de uitkomst meer waarde heeft gekregen. Als een verworven zekerheid dat de eigenheid ertoe doet en serieus genomen kan worden. In wat vind ik, wat doet het met mij, hoe kan ik dit ook betrekken in mijn visie op zuiverheid. Deze zuiverheid ontwikkelen, kan dan vanuit een zeker weten van binnenuit worden vormgegeven. De eigen ideeën die vanuit het innerlijk weten komen niet meer als onzin afdoen, of in kleinheid gaan bagatelliseren. De eigen zuivere innerlijk waarheid leren leven in het weten dat dit de enige weg in het leven is. Vanuit de acceptatie van deze innerlijke goddelijkheid de eigenheid in het dagelijks leven vormgeven.

21. De eigenheid als het hoogste goed zien.

Een mens is op de wereld gezet om het leven te leven zoals het zich voordoet en op dit kan op verschillende manieren. Allerlei factoren kunnen een rol spelen en de eigenheid ontdekken in een gehandicapt lichaam lijkt een enorme opgave. Toch is het voor elk mens dezelfde opgave om in overgave de eigen talenten vorm te geven. Naar anderen kijken die het allemaal beter kunnen en alles lijken te kunnen ontwikkelen zonder beperkingen, lost niets op. Dan is dit voor de eigenheid ook nog eens erbij jalousie de baas moeten kunnen. In de eigen zuiverheid geloven is iets anders dan durven alles wat zich voordoet te ontwikkelen in werkbare vormen. Het inbrekersberoep vereist hele andere talenten dan devotie betrachten in een klooster. Zoals een prins- of prinsessenleven het ideaal lijkt te zijn, kan dit niet worden verworven en zal deze tegenvaller in acceptatie moeten worden verwerkt. Juist in acceptatie van wat er is zal de eigenheid aanspraak kunnen maken op de aanwezige talenten. Deze gaven ontwikkelen tot grootse acties en daden geeft een diepe innerlijke vreugde. Naar anderen afgunstig zijn geeft nooit voldoening, voor iedereen geldt dat met de eigen kracht elk mens de wereld aankan.

22. Zelfvertrouwen manifesteren in de eigenheid.

Diep van binnen zit het eigen weten, dit naar buiten brengen en uitstralen kan alleen als het dit een zeker weten is vanuit het gevoel. Soms kan dit opeens naar buiten openbarsten, zoals bij het ervaren van onrecht. Dan lijkt deze actie voorbij de eigenheid te zijn gegaan waar alles altijd heel zorgvuldig wordt afgewogen. De meeste afwegingen tot actie ondernemen vinden geen doorgang vanwege diverse redenen. De belangrijkste is dat de urgentie zo nauwkeurig wordt onderzocht en daardoor aan belang verliest om er als actie uitvoering aan te geven. De eigenheid verschuilt zich dan als het ware achter kleinheid, in wat deze actie teweeg zou kunnen brengen. Bagatelliseren van de eigen grootsheid is een vorm van angst verdoezelen om naar buiten te treden in eigengereidheid. Er ligt maar een dunne scheidslijn tussen eigenheid en eigengereidheid, want de laatste houdt actie in en ergens voor uitkomen. Ergens voor staan kan zoals in doneren voor een goed doel als actie worden gezien, in er achterstaan. De eigenheid gedoseerd manifesteren kan pas na een innerlijk proces van wikken en wegen. Uiteindelijk worden daar dan vanuit zeker weten in zelfvertrouwen de eigen grenzen bepaald van eigenheid.

23. Aangeboren eigenheid weer verwerven.

Elk mens heeft vanaf de geboorte de eigen eigenheid, elke baby heeft voorkeuren en ontwikkelt eigen capaciteiten en gewoontes. Om lief gevonden te worden veel gedragingen min of meer ingetoomd. De eerdere eigenzinnigheid zoals blijven huilen tot er eten komt en eenkennigheid verdwijnen tot vaak en veel lief lachen naar iedereen. Deze sociale gedragingen vragen een soort ontkenning van de eigenheid, die door deze aanpassingen minder belangrijk wordt. Rond het tweede levensjaar is er even een opleving van de eigenheid in veel nee zeggen, maar dat verdwijnt ook weer in aanpassing aan het leven. In een sociale maatschappij is het ook belangrijk om te leren functioneren en naar school te gaan. Een outcast zijn is voor niemand plezierig dus het eigen ego wordt veel en vaak onderdrukt. Van de oorspronkelijke eigenheid is dan weinig meer over, behalve in het innerlijk weten van de eigen mogelijkheden. Als een soort dagdromen en fantaseren kunnen deze wel worden uitgewerkt, maar echt uitvoeren kan amper. Talenten kunnen wel naar voren komen in sociaal aanvaardbare activiteiten, zoals zingen en tekenen. Wat er werkelijk vanuit de eigenheid gewild wordt, worden onderdrukt en moet wachten.

24. De eigenheid voorrang geven.

Vaak zijn er verschillende mogelijkheden om te kiezen wat te doen, of juist te laten. De afwegingen in zal ik dit wel of niet kunnen herhaaldelijk worden uitgedacht. Dan is hierbij niet de echte eigenheid aan de orde, omdat alles dan een mogelijkheid blijft. Waarachtige keuzes maken heeft met de eigen wil, het ego te maken en ook hierbij die waarachtigheid voelen. In een wat wil ik komt er dan een dat wil ik, daar ga ik voor en er ontstaat dan een zeker weten van binnenuit. Soms is het nog niet allemaal duidelijk genoeg, of zijn er nog consequenties over het hoofd gezien. Pas als er door afwegen met invoelen een goed gevoel is, is er ook het innerlijk weten. Veel beslissingen hoeven niet meteen vaststaande besluiten te zijn en direct te worden vormgegeven. Juist door er een nachtje over te slapen kan nog van alles worden toegevoegd wat nog ontbrak en het compleet maakt. Van binnenuit kan dit altijd worden aangevoeld, als er nog twijfels zijn mogen deze er ook weer eerst zijn. Meestal hoeft alles niet snel opgelost, al is dat wel wat het ego wil en dat is ook een drive van binnenuit. Wat echt gewild wordt blijft hierbij dan als zekerheid.

25. Leren altijd de eigenheid te respecteren.

Ervoor kiezen om altijd jezelf boven een ander stellen is een ongewone houding in de dagelijkse praktijk. In de opvoeding wordt het tegenovergestelde juist meestal aangereikt om als een sociaal wezen te functioneren. Meestal is dit ook een vorm van dienstbaarheid om een ander in de waarde te laten, waar de eigenheid dan het onderspit delft. Dit is een groot verschil met vanuit het ego alles beter weten en de eigen belangen boven die een ander te stellen. Van binnenuit het innerlijk weten trouw blijven is bijna een dubbelrol die moeilijk uitvoerbaar is. De ander in de waarde laten en de eigenheid respecteren lijken dan tegenovergestelde acties. Gelukkig is het niet altijd balanceren op het scherp van de snede, maar dit is wel vaak aan de orde in willen bepalen voor een ander. Al zijn dit goede bedoelingen, het is niet de bedoeling voor een ander te denken, of te beslissen. Dit wordt dan vaak als overheersen gevoeld waarbij de een zich maar overgeeft om erger te voorkomen. De lieve vrede lijkt dan te zijn behouden, maar de onvrede gaat later toch meespelen, want de eigenheid wil er mogen zijn. Dat betekent rechtzetten en voor de eigenheid opkomen om weer een balans te krijgen.

26. Tornen aan de eigenheid.

Veel situaties zijn niet vanaf het begin transparant en eenduidig, omdat er meestal andere personen bij betrokken zijn. In de rust van de eigen omgeving kan alles wel evenwichtig en duidelijk zijn, maar dit kan gemakkelijk worden verstoord. Een vage, onduidelijke actie, of opmerking van een ander kan moeite geven om te interpreteren. Het zoeken naar de essentie vraagt veel inzet en vaak is tobben het gevolg. De eigen gedachten zijn moeilijk te sturen en door eigen gevoelens wordt dan maar een eigen invulling bepaald. Alsof er een verkeerde weg wordt ingeslagen die gebaseerd is op onduidelijke feiten en niet door innerlijk weten. Toch is dit een proces om de waarachtige zuivere gevoelservaringen te leren schiften, uiteindelijk wint de eigenheid het van getob. Wanneer eindelijk de schellen die zelf aangebracht zijn van de ogen vallen en de realiteit weer wordt ervaren. In een waar gaat het eigenlijk over kan dan tot de essentie worden gekomen en de eigenheid weer in trots worden geëerd. Deze afgrenzing in gevoel en werkelijkheid is een nuttig aspect om de werkelijke gevoelswaarheid te vinden. Door te overdrijven in het voelen van de zwaarte, kan terug naar de realiteit de eigenheid hierin worden gerespecteerd.

27. Verborgen kwaliteiten naar buiten brengen.

Elk mens is in wezen goedheid en liefde, dit aan anderen laten zien is in openheid durven vertrouwen vanuit de eigenheid. Juist het binnenvetten en in geslotenheid naar anderen zijn, is voor de eigenheid geen uiting in liefde. Vaak is het moeilijk om vanuit liefdevolle openheid te reageren en voelt dit als te kwetsbaar opstellen. Iedereen kan dan de eigenheid als het ware ervaren en dit vraagt van de eigenheid durven vertrouwen op onkwetsbaar zijn in liefde. Meestal is het juist de angst om gekwetst te worden, die de eigenheid weerhoudt om in liefde naar buiten te treden. Van binnenuit in zuiverheid leven is een heel kostbaar proces van liefde, dat als heilig weten kan worden gevoeld. Dit is niet zomaar aan iedereen duidelijk te maken en de eigenheid voelt zich verloren als het niet goed begrepen wordt. Pas wanneer dit gevoel overwonnen is kan er in vrijheid naar buiten worden getreden. Dan is het niet meer belangrijk wat een ander vindt, maar weet de eigenheid zich geborgen in veiligheid. Alle oude twijfels zijn dan zekerheden en innerlijk weten hoe het goede te doen en te leven in liefde voor alles en iedereen.

28. Verborgen kwaliteiten naar boven brengen.

Heimelijke genoegens verschillen van verborgen kwaliteiten als ze al bekend zijn en al lijken het synoniemen te zijn. Naar buiten treden vanuit innerlijk weten, of met speciale vaardigheden vergt veel moed en ze verborgen houden is de veilige weg bewandelen. Er is dan altijd een grens te bewaken om van dit innerlijk weten wel of geen gebruik te durven maken. Dit is geen intuïtie, maar met inzicht vooraf weten hoe iets in elkaar steekt, opgelost en verholpen kan worden. Intuïtie is anders, om vanuit het eigen gevoel te weten, zonder er eigen gedachten omheen te zetten en doen wat gedaan moet worden. Dit is als een zuiver innerlijk weten waar vanuit overgave geweten, of gehandeld moet worden. Hierbij worden de eigen gedachten overgeslagen en het weten als het ware overgenomen om te doen en te handelen. Dit is anders dan gene om te doen, te spreken, te willen, of om welke reden dan ook handelen achterwege te laten. Het eigen oordeel over de juistheid is dan groter dan de overgave die bij intuïtie aan de orde is. De eigen kwaliteiten zuiver beoordelen is ook bijna onmogelijk, de innerlijke drive om ze tot uitvoer te brengen blijft en groeit. Wanneer het zover en nodig is, zal het vanzelf een moeten van binnenuit worden.

29. Voorbijgaan aan de eigenheid.

Innerlijk weten hoe iets in elkaar steekt, wat de mogelijkheden zijn en wat er speelt is vaak duidelijk in gedachten zonder woorden. Een component van innerlijk weten is aanvoelen met soms miniem kleine signalen opmerken en herkennen. Dan is het innerlijk weten gewekt en kan er wel of geen actie zijn om te ondernemen. Spreken of zwijgen zijn allebei actieve acties in de afwegingen om wel of niet te reageren. Vaak is zelfs de geestelijke actie groter dan de hoorbare of zichtbare en actieve inbreng, al lijkt dat niet zo. De zuiverheid hanteren en het ego in bedwang houden door terughouden is een tijdrovende afweging. Vaak is even snel iets gewoon doen gemakkelijker en dan is het klaar: opgelost en uitgevoerd. Juist de afweging maakt het ingewikkeld in twijfelen aan de juistheid van elke actie die wordt ondernomen. In negeren van signalen die bij een vraag van een ander naar boven komen ligt het antwoord voorhanden om gewoon te doen wat de ander vraagt. Soms al tijdens en achteraf komen er twijfels naar boven over de juistheid van de actie. Hieruit kan altijd de conclusie worden getrokken de volgende keer, weer hetzelfde te doen, of voor een ander scenario te kiezen die meer recht doet aan de eigenheid.

30. De eigenheid koesteren.

Het eigen willen kan vaak het hogere weten in beter weten willen overstemmen. Bij elk dreigend conflict is er een innerlijke discussie gaande, met bekijken van alle voors en tegens om wel of niet te handelen. Wanneer iets duidelijk is, is dit nooit aan de orde, dan is het eigen weten bepalend voor waar het om gaat. Het ego, het eigen willen, stookt als het ware het vuur op van onrecht, of in zelf willen bepalen. Meestal is dit laatste overbodig, de gevolgen rustig overwegen en inschatten, doet meer recht aan de eigenheid. Op voorhand het er niet mee eens zijn en al op de barricade gaan staan, geeft geen ruimte voor zelfreflectie en verdieping. Zelf in rust zoeken naar duidelijkheid over een agitatie geeft meestal een verrijkend effect, in de bedoeling van de ander in zuiverheid zien. Als het totaal niet de bedoeling was om te overheersen, of te kwetsen, valt de hele verdediging uiteen in begrip. Vaak doemt er dan een extra mogelijkheid op over de bestaande invulling. Dit betekent niet dat bij onrecht ervaren er niet gehandeld kan worden, alleen dat de soep nooit zo heet gegeten wordt, als die wordt opgediend. Zelf afkoelen en recht doen aan de eigenheid, door alle kanten bekijken en afwegen van te nemen maatregelen.

31. De eigenheid begripvol koesteren in respect.

Veel acties vragen onvoorwaardelijke inzet en gaan vaak over de grenzen van de eigenheid heen. Door het ego kan alles vorm krijgen en hard werken is een deugd die als norm geldt. Geen zin ergens in hebben wordt vaak afgeserveerd als lanterfanten, terwijl het meestal over de kwaliteit van de actie informeert. Alles op de juiste tijd en vooral als er geen inspiratie is, is het aan de orde om even in rust alles te laten bezinken en naar het resultaat te kijken. Soms gaat het om kleine wijzigingen toe te voegen, weer helemaal geïnspireerd te worden, of om alles even op waarde in te schatten. Dit evalueren los van de situatie, de inspiratie, tegenslagen en tegenzin op de helling te zetten, kan veel inzicht geven. De zin ervan voelen en van binnenuit weten is voor de eigenheid het grootste belang dat er is om door te gaan, te stoppen, of even een pas op de plaats te maken. Wanneer er alleen wordt doorgewerkt zonder dit evalueren kunnen belangrijke inzichten niet aan de orde komen en worden verwerkt. Soms kan er inzicht komen om juist op basis van deze uitwerking een betere vorm te kiezen, met een ander doel. Verblind door het ego om de klus te klaren was dit onmogelijk geweest.

32. De eigenheid altijd honoreren.

Eigenlijk is bij alles in het leven de eigenheid in het geding, zoals bij het willen en kunnen genieten, het ervaren van onduidelijkheid en in zin en tegenzin ervaren. Telkens weer is bewust ervaren wat er gebeurt en hierop alert zijn aan de orde over en van wat er speelt. Voor niemand is altijd meteen duidelijk wat een situatie inhoudt, bij ongelukken zijn er zelfs ook altijd verschillende visies op het gebeurde. Wanneer er verschillende keren na elkaar hetzelfde gebeurt, zal er om herhaling te voorkomen wel aandacht aan moeten worden besteed. Telkens de trein missen kan door verschillende oorzaken, de ene keer een lekke band, de andere keer tegenzittende stoplichten of tegenwind in welke vorm dan ook. Daarbij worden vaak vage voorgevoelens niet begrepen, of als doemdenken weggewuifd. Alert zijn is een eerste vereiste en bedenken wat er aan de hand is en hierop acties ondernemen. Een steeds leeglopende band alleen steeds oppompen blijft niet de beste actie, maar vereist iets anders. In eerste instantie dient de oplossing zich meestal wel aan, maar er is vaak een andere connectie die de aandacht vraagt. De oplossing ligt dan in het gevoel, zomaar falen accepteren is niet de eigenheid eren.

33. Vertrouwen op de innerlijke eigenheid.

Met het verstand de dagelijkse dingen afwegen, beredeneren en plannen heeft niet veel met de eigenheid ervaren te maken. Pas wanneer er iets gevoelsmatig naar voren komt is een keuze anders te maken, zoals iets vanuit het innerlijk beter te kunnen en willen doen. Wie of wat het dient is dan nog niet aan de orde, maar hierna kan een plotselinge ingeving verbreding en verdieping geven aan de geplande actie. Als de kers op de taart, los van planningen of eventuele geldelijke consequenties kan er zomaar opeens bovenop het geplande een ander inzicht ontstaan. Als een soort toegift kan daardoor iedere mogelijkheid na een grondige voorbereiding en uitwerking nog met een vleugje extra worden uitgebreid. Na een afronding met alle benodigde berekeningen en planningen, kan los hiervan vanuit inspiratie een creatief idee naar bovenkomen dat alles omsluit. Dit stemt tot diepe innerlijke tevredenheid en enigszins vreugdevolle verbazing over zichzelf hiermee te overtreffen. Hierdoor was er ruimte na de noodzakelijke voorbereidingen om in tevreden overzien ook de inspirerende eigenheid toe te laten.

HOOFDSTUK 2: GODDELIJKE VERBINDINGEN.

INLEIDING

Momenten van kracht zijn wisselend van aard, soms is het de kracht nodig hebben en een andere keer krachtig voelen. De eigen kracht is dus nooit hetzelfde, maar wel altijd een aandachtspunt om mee af te wegen in het voelen ervan. Bij het ervaren van de eigen grootsheid is dit weer anders dan na het sporten, of een stevige wandeling. De rust in het eigen zelf ervaren en weten, is een aspect van de grootsheid: innerlijke beweging is iets heel anders. Opgeladen na een ferme wandeling, is weer een heel ander gevoel waar het de eigen kracht betreft. In momenten van spanning is het via de aardekracht goed mogelijk om weer in de eigen kracht te komen. Een spannende film is na drukke inspanning wel afleiding, maar het geeft geen innerlijke rust. De eigen grootsheid kunnen ervaren in uitstijgen boven de eigen mogelijkheden is weer een heel andere gewaarwording. Wanneer alles lijkt te lukken voelt totaal anders dan na een dag hard werken doodmoe te zijn.

Het is te leren om deze momenten te herkennen en actie te willen nemen op het ervaren van de eigen grootsheid. Dit vraagt afstemming door meditatie om behalve innerlijke rust ook overgave aan wat er komen gaat. Wanneer het eigen willen eraf is, kunnen andere mogelijkheden naar voren komen en het ego overstijgen.

2.1. Vertrouwen in de eigen grootsheid.

Elk mens twijfelt vaak, omdat er aan alle zaken meerdere kanten zijn om het beste te handelen. Welke handeling en op grond waarvan te kiezen, blijft altijd moeilijk en gaat voornamelijk op gevoel. Meestal komt dit allemaal wel goed en wordt er bijna automatisch gekozen wat het beste is, maar zekerheid hierover komt pas achteraf. Als een stap in het duister kost dit bij onervarenheid veel moeite om voor de juiste actie en reactie te kiezen. Eigenlijk is er dan al een soort innerlijk weten ontstaan dat tot groeiend inzicht leidt om de juiste keuze te maken. Het eigen ego, dat niet weet wat en hoe, moet eerst aan de kant worden gezet om op de eigen keuze te vertrouwen die goed voelt. Doordat dit niet altijd de meest winstgevende of voor iedereen te begrijpen keuze is, moet de eigenheid zich hierin durven tonen. Als in een ja van binnenuit dit wil ik de innerlijke eigenheid volgen en door dit te gaan manifesteren. Met vertrouwen in de eigen grootsheid om dit te volbrengen, is het dan geen etaleren in overschatten van de eigen mogelijkheden. In weten van binnenuit en hierop vertrouwen is er een grote stap gezet om vanuit de eigenheid in grootsheid naar buiten te durven gaan staan.

2.2. Herkennen van de eigenheid.

Verschillende situaties die zich voordoen hebben allerlei aspecten in zich die niet eenvoudig zomaar te duiden zijn. Zoals een kind om veel verschillende dingen kan huilen, kost het aandacht en energie om deze verschillen te leren kennen. Zo is het ook met de eigenheid die door allerlei gedragingen in gewoontes is gevormd. Door gemaakte besluiten zijn er vaak beperkende of eigengereide conclusies getrokken als dit kan ik niet, of wel. Achterhalen waarom en wanneer deze allemaal zijn ontstaan en hoe ze in het leven worden gehanteerd, is een hele klus. Het gaat erom de eigenheid erin te vinden, maar dan moeten ze zich eerst voordoen om ervan te kunnen leren. Vaste gewoontes en voorwendsels voor bepaald gedrag moeten ontrafeld worden alsof het een bol wol is. Elk mens kan maar een beperkte informatie per keer verwerken en zeker als de consequenties wel, of juist niet duidelijk zijn. Zomaar beperkingen los kunnen en durven loslaten vraagt een enorm zelf inzicht en dan moet het allereerst ook nog eens duidelijk zijn wat er aan de hand is. Inkeer om in rust om te willen ontrafelen is de eerste vereiste hierbij.

2.3. Leren de eigenheid te vertrouwen.

Gevoelens herkennen en op de waarde en juistheid hiervan leren vertrouwen, is een enorm proces voor het innerlijk beleven. Alle eigenaardigheden gaan bekijken vanuit waardevol vertrouwen dat ze ergens voor dienen, of hebben gediend is een gigantische klus. Oude patronen die al lang niet meer nodig zijn, kunnen dan herzien meer ten dienste van de persoonlijkheid komen te staan. Alle eigen achterliggende motieven onder de loep nemen in vertrouwen op de zuiverheid van het eigen innerlijk, geeft een andere kijk op de invulling van het leven. Rolpatronen hebben hun waarde gehad en mogen worden losgelaten als ze de eigenheid tekort doen. Gender gewoonten kunnen op verouderde visies worden gecheckt en herzien, zoals een man mag niet huilen en meisjes moeten altijd zo mooi mogelijk en lief zijn. Zorgvuldige revisie van (voor)oordelen leidt tot veel nieuwe gezichtspunten die tot gedragsverandering moeten leiden. In alles de eigenheid vertrouwen en alleen vanuit goed voelen leren kijken en handelen is een proces van herwaardering van de eigenheid. Iedereen heeft altijd het recht te denken en te handelen vanuit de eigenheid en hierbij vanuit menslievendheid rekening te houden met een ander.

2.4. In alles de eigenheid leren voelen.

Oude gewoontes zijn vaak hardnekkig, wat eenmaal is aangeleerd kan moeilijk zomaar worden aangepast. Alles heeft meerdere kanten en als er gedrag op gebaseerd is, lijkt dit de eigenheid te zijn. Van binnen voelen, of iets nog is en ook nog werkt, kan alleen na introspectie met alle gevoelens erbij. De introspectie is alleen het zien, als constateren en het in kaart brengen, zonder de eigenheid. Terug naar de basis van het ontstaan is moeilijk en alleen gevoelens kunnen hierbij helpen wat voor de eigenheid nog als goed, liefdevol en zinvol is om aan vast te houden. Dit zijn vaak pijnlijke conclusies om te constateren en nostalgie zonder de eigenheid te weten, gebaseerd op begrip voor anderen. Als er recht wordt gedaan aan de eigen gevoelens ervan, kan er een totaal andere visie op verouderde waarheden ontstaan. Als dit vreugde, of vertedering opwekt is dit voor de eigenheid een bron van vreugde, waaruit blijvend kan worden getapt. Wanneer dit een beladenheid heeft die niet vreugdevol voelt, mag het verdwijnen: niemand hoeft deze ballast het hele leven blijven meetersen. Bewust zijn van de eigen gevoelens en kiezen voor liefdevol de eigenheid eren daar kan iedereen voor kiezen.

2.5. Verborgen kwaliteiten van de eigenheid.

De verwarring van eigenheid met ego is moeilijk, want het gaat over dezelfde aspecten en kwaliteiten. Vanuit de eigenheid is daadkracht nodig om ergens vorm aan te geven en dat is het ego gebruiken. De grenzen van het ego kunnen door enthousiasme om het willen bij de uitvoering worden overschreden. Een kind dat met aansporing leert lopen en te overmoedig wordt, zal door vallen en opstaan de grenzen van zijn mogelijkheden leren. De wens om ooit hardloper en hoogspringer te zijn, is op dat moment niet aan de orde. Leren inhouden van dit eigen willen is de eigen krachten inhouden en beheersen van binnen uit. Moeten intomen vraagt zelfdiscipline, waarbij het kan voelen alsof de eigenheid tekort wordt gedaan. De vertraging voelt dan als tegengehouden worden, maar is alleen een pas op de plaats. Deze leerschool is van belang om grenzen te leren van het eigen kunnen en de overschatting van eigen mogelijkheden. Omgekeerd geldt hetzelfde voor onderschatting door het ego, terughouden uit angst om te vallen en het niet te kunnen kan tot de noodzakelijke voorzichtigheid leiden. Niet durven en denken het niet te kunnen als faalangst is de andere kant van de eerdere overmoedigheid.

2.6. De eigenheid in respect leren ontdekken.

Voorkeuren worden ontwikkeld en soms vanaf het begin, of gaandeweg het leven duidelijk. Het naar voren komen betekent niet het begrijpen ervan, een lolly vinden en als lekker blijven ervaren, heeft een lange ontwikkelingsweg te gaan. Ook hier is het niet duidelijk of dit aangeleerd gedrag is, of dat dit echt vanuit de eigenheid is. Daarbij veranderen voorkeuren het hele leven en gedurende de hele ontwikkeling worden eigen voorkeuren en manieren van doen pas langzaam door het ervaren duidelijk. Nare trekjes van anderen zien, ervaren en beoordelen is een mooie spiegel voor de eigen nare trekjes. Jaloers zijn en dit voelen is een moeilijk aspect om als gedraging in het leven te hanteren en te accepteren. Zelfzuchtigheid kan hierdoor later wel of niet worden ingetoomd als eigen gedragsaspect. Begrijpen van het hoe en waarom van de goede en nare kunnen een mooie balans geven. Geen mens is volmaakt, verdringen van de nare dingen in de eigen gedragingen onder de loep nemen, is jezelf voor de gek houden. Juist door hierin de eigenheid te weten en te kunnen hanteren is als met een handicap leren omgaan. In echte zuiverheid, zonder veroordeling vooraf naar een balans streven is dan prima.

2.7. Voorbij de eigen belangen kijken.

Er zijn veel kanten aan elke gebeurtenis, de eigen visie hierop is ook nooit eenduidig. Van verschillende kanten een voorwerp bekijken geeft een veel breder inzicht over wat het inhoudt. Soms komen dan mogelijkheden in zicht die eerst niet te zien waren, zoals meer informatie of een extra haakje. Even omdraaien is ook de eigen visie verbreden, zowel voor veiligheid of naar het verleden gericht voor extra informatie. Hierbij spelen de eigen belangen nog niet echt mee, maar tijdens het onderzoeken van de eigen mening worden deze wel gevormd. Een voorwerp kan dan beoordeeld worden van lelijk, of nutteloos naar toch wel handig juist door wat eerder onopgemerkt was. Een mening vormen door breder inzicht verwerven, kan tot verrijking leiden als de eigenheid erbij wordt toegelaten. Juist door de eigen inzichten erover onder de loep te nemen en te vergelijken, kan dit een totaal andere invalshoek opleveren. Soms kan het zelfs tot eigen voordeel leiden door er actie op te ondernemen, waarbij de beloning meestal geestelijke verrijking is door hoger verkregen inzicht. Proberen om dat wat zich voordoet in breder perspectief te plaatsen is dan als groei voor de eigen kennis te ervaren.

2.8. Honoreren van de innerlijke wijsheid.

Op gevoel iets ondernemen is als een soort inspiratie te zien waarbij er niet is voldaan aan alle afcheck acties vooraf. Het is dan alsof los van remmen een ondoordachte plaats moet vinden, waarvan de afloop meestal ook onbekend is. Het voelt als loslaten van zekerheden door vooraf niet volgens een opgezette planning iets uit te gaan voeren. De drive van binnenuit voelt ook een beetje als het gevaar opzoeken, als roekeloos zonder beschermende maatregelen. Het gaat hier dan over het loslaten van beperkingen die de eigenheid weerhouden zich te manifesteren. Alle remmen worden niet weggeworpen, maar even niet ter harte genomen en ze zijn wel aanwezig, maar beperken het gedrag even niet. Dan kan, los van zelfopgelegde normen en waarden, er een spontane actie van binnenuit worden uitgevoerd. Het voelt als een innerlijk moeten en ergens niet onderuit, of omheen kunnen en dan er is dan maar een manier om te reageren. Het is als spontaniteit te zien, wat snel als ondoordacht wordt betiteld, maar hier juist het tegenovergestelde is. Elk mens legt zichzelf beperkingen op om welke reden dan ook en soms mag dit worden doorbroken in innerlijke wijsheid.

2.9. Versterken van het eigen innerlijke weten.

Vaak is er een keuze nodig om voor de eigenheid te kiezen, of te volgen wat anderen denken en adviseren. Dit is als een soort volwassen groei van het eigen innerlijk te zien, zelf van binnenuit weten en hierop durven en willen vertrouwen. Van jongs af aan zijn er andere, meestal oudere mensen die alles weten en ook bepalen wat de beste manier en weg is om te denken, doen en handelen. Rond de puberteit wordt dit alles weer in twijfel getrokken evenals eerder rond de twee jaar. Deze eerste koppigheidsperiode in alles zelf willen kunnen en het eigen ik gaan ontdekken, is meestal geëindigd in schikken. De eigenheid in het nog niet alles kunnen en weten, moest toen leren inschikken om dit ego willen in te tomen. Dan kan gaandeweg het leven groeien wat mogelijk is om te ontdekken en dit vorm te geven. In een waardebepaling als puber kunnen dan later deze oude vormen in twijfel worden getrokken, vaak in een opstandig beter weten. Het eigen innerlijk recht blijven doen is meestal geen vanzelfsprekende actie, leren schikken en het beter weten moeten worden ontwikkeld. Trouw blijven aan de eigenheid en in zuiverheid de eigen waarden hierbij leven is ingewikkeld om vorm te geven.

2. 10. Volledig functioneren in eigenheid.

Aan alles zijn verschillende kanten om iets te bekijken en alles heeft voor- en nadelen die zich wisselend kunnen tonen. Afwegen in voors- en tegens is een tijdrovende bezigheid, wikken en wegen maakt het er niet simpeler op om te kunnen kiezen. Snel even iets beslissen kan achteraf vaak nog worden rechtgezet, maar is niet de ideale manier om tot een weloverwogen keuze te komen. Daarbij is het vaak moeilijk om het eigen ego in snel willen beslissen in toom te houden, voordat er echte duidelijkheid is. Luisteren in rust naar de innerlijke stem, het innerlijk weten wat wanneer te doen of laten, is bij de keuze vaak niet betrokken. Als naderhand blijkt dat de gemaakte keuze de verkeerde is, of niet volledig en goed doordacht is de innerlijke rust verstoord. Onzekerheid en een angstig gevoel zijn dan vaak moeilijk te hanteren en de eigenheid van waaruit te handelen ver te zoeken. Glimpjes inzicht komen dan te voorschijn bij het zoeken naar houvast en deze worden dan dankbaar aangegrepen om uit deze moeizame situatie te komen. Meestal blijft dit daarna niet beklijven en komt de eigenheid weer in het gedrang tot de volgende stresssituatie, maar het innerlijk vertrouwen groeit wel hierdoor.

2.11. Overstijgen van het ego en de eigenheid.

Bescheidenheid is als grote deugd niet altijd uitvoerbaar, zowel de eigenheid en het ego komen dan in het gedrang. Overstijgen van het ego is in grootsheid het eigen willen en de eigen mogelijkheden in zuiverheid van binnenuit waar kunnen en willen maken. Hierbij is de eigenheid niet in het geding wanneer er niemand wordt geschaad of tekort gedaan. Tot grootse daden is iedereen in staat, maar het graag willen is niet altijd zomaar mogelijk om in te plannen. De grens tussen dit eigen willen met vaak net iets te veel willen is moeilijk om vanuit zuiverheid te hanteren. Inperking van wat er teveel is, kan vanuit de eigenheid als bereikbare grens worden ingetoomd. Hiertegen ingaan en tegen beter weten in zonder het intomen begeren en toch het eigen willen doorzetten lijkt dan als uitdaging wel haalbaar. Dit teveel in eigen willen haalt de vreugde en tevredenheid uit de stroming en het is moeilijk om dit zuiver te registreren. Achteraf als de actie niet oplevert wat het had moeten worden, is er wel dit gevoel van het hebben geweten. Bijtijds de eigenheid eren en gehoor geven aan dit aanvoelen kan door net iets eerder ernaar te luisteren om het wel als een positieve actie te laten eindigen.

2.12. Raadplegen van het innerlijk weten.

Afwegen van diverse mogelijkheden betekent door afchecken de beste keuze te kunnen maken en hiervoor te kiezen. Dat kan zowel financieel, voorkeurgericht efficiënt, als gevoelsmatig een weloverwogen keuze te willen maken. Snel, of dit weloverwogen en niet over een nacht ijs willen gaan, geeft hierbij vaak innerlijke rust. Dit gevoelsmatige beleven is een relevant aspect om bij stil te staan, vooral om alle gevoelens van tegenzin serieus te nemen. Deze gevoelens honoreren en het waarom achterhalen, kan dan een innerlijke dialoog op gang brengen. Soms kan de prijs wel de doorslag geven, maar moeten er concessies worden gedaan betreffende de kwaliteit. Dat is een vrij logische innerlijke redenering met duidelijke feiten, al komt het misschien niet aan de werkelijke wens tegemoet. Wanneer er steeds een andere soort sabotagegedachte hierover voorbijkomt, zal hieraan gehoor gegeven moeten worden. Dit is een soort ontkennen van de innerlijke stem en de eigenheid die beter weet wat de goede keus is. Achteraf bedenken dat dit de juiste keuze was geweest, is als een soort vrijblijvendheid en negeren van de eigen innerlijk wijsheid.

2.13. Leren innerlijk weten voorrang te geven.

Vaak zijn opkomende gedachteflitsen weer snel verdwenen, omdat ze aansluiten bij de werkelijkheid van dat moment. Het past daar zo vanzelfsprekend bij, dat het geen speciale aandacht vraagt, als in een bevestiging van zo is het en kan het zijn, of worden. De daadkrachtige vastlegging in het geheugen lijkt niet nodig, het is iets wat bijna al geweten wordt van binnenuit. In praktische uitwerking kan het wel een reminder zijn voor een speciale actie, zoals om contact op te nemen met iemand. Later is dan weggeëbd dat dit herinneren op deze speciale manier tot stand is gekomen. Hier is geen bevestigende keuze voor gemaakt, omdat het al in de geest aanwezig was. Bijzondere invallen en inzichten waardoor iets opeens op zijn plaats valt, is ook meer als uitdenken ingebed. Ergens lang en zorgvuldig over nadenken geeft ook vaak verruimend inzicht door afwegen van alle mogelijkheden. Dit grenst al aan een meditatieve verwerking in laten binnenkomen in de gedachten wat zich aandient. In wezen is er geen verschil, de verruiming van geestelijk vormgeven kan elk mens ervaren. Een plotselinge flits van inzicht die geleidelijk aan zich vormt, of van buiten lijkt te komen maakt geen verschil, dit innerlijk weten honoreren wel.

2.14. Openstaan voor innerlijk weten.

Er gebeuren veel dingen in het leven die eigenlijk niet zo onverwacht zijn en wat vooraf eigenlijk wel al geweten was. Dit is niet zo ingewikkeld als het nu lijkt te zijn, maar de gedachten staan nooit stil en komen veelal in flitsen van inzicht voorbij. Dan is er vaak nog geen duidelijk overzicht te maken, maar kan het pas als de situatie zich aandient duidelijk worden. Negeren van deze gedachtenvorming is iets anders dan het zich kunnen laten vormen tot een duidelijk geheel. Vaak zijn een bijzonder soort gedachtenspinsels als een vaag droombeeld. Deze lijken kant noch wal te raken en maken dus weinig indruk om allemaal te onthouden. Dit is de vorming van innerlijk weten in als een soort dagdromen en als het ware rijp maken van gedachtenstromen. Het openbaart zich nog nauwelijks in deze voorvormen, behalve in acute en dringende situaties waar direct actie geboden is. Het is een innerlijk proces dat zich in het verborgene lijkt af te spelen en als een soort van geheimenis amper met anderen kan worden gedeeld. Toch blijkt bij bijna alle mensen dit onbespreekbare proces zich te voltrekken. Als een als een soort bijgeloof kan het delen ervan kan alleen in diepe vertrouwdeheid.

2.15. De innerlijke stem raadplegen.

In de gebeurtenissen van het dagelijks leven zijn er altijd veel keuzes te maken die allemaal voor- en nadelen hebben. Kiezen voor de beste keuze kan na afwegingen of op gevoel worden gemaakt, maar dan blijft hierover vaak nog twijfel bestaan. Als het voelt alsof het lot dan maar moet beslissen met een dobbelsteen, is de gemaakte keuze nooit een echte eigen keuze. Alert zijn bij het op het gevoel kiezen kan een meer duidelijke keuze geven, alsof dan een ja of nee kan worden beslist in zekerheid. Leren voelen vraagt geduld, maar vaak moet er meteen worden beslist en dan is dat meestal op gevoel, zonder veel onduidelijkheid en afwegingen. In gedachten een keuze afwegen, waarbij geen haast of dringende eigenbelangen meespelen, kan ook als een spel worden gezien. Als dit, dan dat helemaal los van de betreffende situatie kan worden bekeken, kunnen alle factoren die meespelen rustig worden afgewogen. Wanneer de keuze erna nog niet helemaal goed voelt, kunnen er nog een keer heroverwegingen worden gemaakt tot het goed voelt. In deze rust kan ook naar de innerlijke stem van het gevoel worden geluisterd en dit langzaamaan als voelen worden gehoord.

2.16. Innerlijk beleven meenemen in elke beslissing.

Eigenlijk is iets op gevoel doen, of vanuit het gevoel besluiten altijd in contact met het eigen innerlijk weten. Vertrouwen op het eigen weten is niet vanzelfsprekend en het is vaak moeilijk om in het eigen weten te geloven en van hieruit te handelen. Zeker weten is meestal verstandelijk beredeneren en een conclusie op basis van de overwogen feiten te maken. Zoals een som maken en waarvan de uitkomst bepaalt wat er speelt, of moet gebeuren. Cijfers zijn eenduidig te interpreteren en het resultaat hoeft niet worden betwist, tenzij er een verkeerde berekening is gemaakt. Juist deze vaststaande en altijd maar voor een interpretatie mogelijke uitkomst, geeft zekerheid van weten en slagen. Dit is een totaal andere benadering dan een gedachte zich laten vormen met het eigen gevoelsweten erbij. Innerlijke zekerheid lijkt op de uitgerekende som, maar is gevoeliger voor allerlei factoren. De grootste hierbij is dat elk mens wisselen kan van intenties en veranderingen hierin maakt alles onduidelijk, maar als deze noodzaak verdwijnt is het ook niet meer nodig. Cijfermatige berekeningen blijven onwrikbaar wat is berekend en veranderingen als groei en leren beter weten vanuit het innerlijk zit daar niet bij.

2.17. Onvoorwaardelijk leren vertrouwen.

De eigenheid is in principe zuiver, het denken beter te weten vanuit het ego vervuult dit door eigenbelangen en jaloezie. Tevredenheid met de eigen mogelijkheden en situaties in het leven kent altijd ups en downs en de eigenbependingen accepteren vraagt in- en overzicht. Dingen lijken soms om ons heen te gebeuren, zonder er zelf actief deel aan te hebben en dit kan door bewustheid en alert zijn worden opgemerkt. Wat er dan gebeurt, is als vrijheid voor elk mens te zien, de keuzes die gemaakt worden is aan ieder persoonlijk. Op misstanden en gevaar reageren is niet voor iedereen weggelegd, dit vraagt veel inzicht en een enorme zelfdiscipline zonder overschatting van de eigenheid. Iedereen zou het liefst de wereld een oase van liefde willen maken, zonder door eigen falen gehinderd te worden. Leren om te vertrouwen op de eigen mogelijkheden en inzichten kan stukje bij beetje worden vergroot. In zuiverheid en zonder eigenbelang het goede doen stemt altijd tot een diepe innerlijke dankbaarheid. Wanneer de situatie zich voordoet is er altijd de eigenheid als een innerlijke stem om te begeleiden en te doen, of laten wat op dat moment wel, of niet gedaan moet worden.

2.18. Eigen innerlijk weten leren vertrouwen.

Innerlijk weten doet zich voor als opeens weten, als een nieuw idee en inzicht op een situatie of mogelijkheid. Het is vaak een verrassende andere en bredere kijk op een situatie waarmee geworsteld wordt. Wanneer er niet direct een oplossing voor handen is, kan een ander idee of nieuw gezichtspunt zich opeens aandienen. Dat voelt vaak als een bevrijding en het getob voor de juiste handeling, of keuze kan dan worden losgelaten. Automatisch handelen en doen wat altijd zo is gedaan is soms toe aan uitbreiding van de mogelijkheden. Meestal is er helemaal geen directe behoefte aan, of aanleiding voor, maar wordt het blikveld opeens verruimd met een nieuw inzicht. Vaak is de actie bij het ontvangen van dit nieuwe idee het wegwuiven, omdat het niet zelf bedacht is. Een nieuw inzicht heeft tijd nodig om te integreren wanneer er een oude spoor wordt gevolgd en al loopt het dood. Open durven vertrouwen op de inzichten die zich aandienen vraagt tijd en inzet om ze toe te kunnen laten. Het oude gezegd beter ten halve gekeerd dan ten hele verdwaald is altijd nog van toepassing op veel denkpatronen en handelingswijzen. Ruimte geven aan onverwachte en nieuwe gezichtspunten is als verrijking te zien.

2.19. Verborgen kracht van de eigenheid vrijmaken.

In het leven leert iedereen zich aanpassen en luisteren naar wat anderen vinden en willen. Dit houdt een beperking van de eigenheid in om in het sociale leven te kunnen participeren. Regels zijn in het maatschappelijk leven noodzakelijk, door afspraken over wat gewenst is en wat niet, kan er door duidelijkheid orde komen. De grenzen zijn moeilijk te trekken en zorgvuldig bepaalde regels zijn moeilijk weer te wijzigen. Overall zijn immers voor- en nadelen aan, wat het zwaarste weegt krijgt de voorrang in het maatschappelijk bestel. Dit kan nooit voor iedereen ideaal zijn, maar is in het maatschappelijk belang gekozen als beste vorm. Precies hetzelfde gebeurt er in het menselijk brein, met de eigenheid ondergeschikt maken aan het samenlevingsideaal. Teveel meningen stroken totaal niet met de gangbare normen en besluitvorming, het is een kwestie van de grootste gemene deler. Aanpassen in het maatschappelijk belang kleineert de eigenheid van elk individu en vraagt het verdringen van zogenaamde egobelangen. Toch ziet en voelt elk mens vanuit zijn eigenheid wat er goed en verkeerd aan is om in zuiverheid te kunnen leven. De eigen waarheid trouw blijven in eigen zuiverheid is dan de eigenheid recht doen.

2.20. Innerlijk weten van eigen kwaliteiten honoreren.

Veel hobby's en voorkeuren kunnen zich ontwikkelen van kwaliteit tot specialiteit als er bewust mee gewerkt wordt. Denken iets goed te kunnen zonder dit in praktijk te brengen, blijft dan voelen als een lege luchtballon. De wens om iets op de aarde neer te zetten en vorm te geven, vraagt veel lef en doorzettingsvermogen. Bij het uitwerken als luchtkasteel kunnen deze wensen als gedachten even snel weer vervluchtigen als dat ze opgekomen zijn. Daadwerkelijk vorm geven en als voeten in de aarde neerzetten begint met het concreet maken van de wens. Door dit vage gedachtenspinsel op te schrijven is dit al een eerste vorm neerzetten, de uitwerking is van later zorg. De eigen kwaliteiten worden dan al getest op wat mogelijk is en wat er werkelijk gewild wordt vanuit het innerlijk. Dit proces leren kennen en hanteren geeft zelfinzicht, de eigen kwaliteiten met (on)mogelijkheden en deze hartenwens. Duidelijkheid hierover is een ferme stap in wat eerder dagdromen was, dan kan er daarna een volgende stap worden beraamd: ofwel in dit vervolgen, ofwel in een andere nieuwe hartenwens uitwerken. Vanuit het innerlijk zal er vanzelf een stroom van mogelijkheden komen en met de kleinste beginnen is dan wel het meest handig.

2.21. Innerlijke krachten actief mobiliseren.

Het brein staat niet stil en geeft via de innerlijke stem als in een dialoog constant raad en mogelijkheden tot acties en ideeën met de bijbehorende uitvoeringen aan. Selecteren wat gewenst en mogelijk is, kan op deze manier vrijblijvend worden afgewogen en wel of niet worden vormgegeven. Op aards niveau vormgeven aan dit soort geïnspireerde ideeën vraagt veel inventiviteit en standvastigheid. Door het langzaam te laten betijen kan er een werkbare vorm duidelijk worden die kan worden uitgevoerd. Dan is het idee inmiddels door de groeiende vormgeving en de uitwerking iets eigens geworden. Inspiratie is overal voor nodig, bij geestdodende werkzaamheden, of een constant te volle agenda is er een andere invulling nodig. Deze ommekeer is moeilijk zelf te maken, juist het kunnen overzien van wat er ontbreekt is dan niet mogelijk. Onvrede tijdig registreren en geen goed gevoel ergens bij hebben serieus nemen is altijd de eerste actie. Vragen die naar boven komen er innerlijk laten zijn voor wat het is op dat moment, is dan aan de orde. Zonder te zoeken naar mogelijke oplossingen in rust alles gaan afwegen, tot dan naar boven komt wat echt goed voelt als een te nemen actie.

2.22. Honoreren en ingaan op het innerlijk weten.

Tegen de innerlijke stem ingaan is vaak de eerste optie van het ego, omdat het zo onwaarschijnlijk simpel is wat er opeens van binnenuit geweten wordt. Het is alsof deze mogelijkheid dan vanuit een soort afwijzing wordt bekeken en vaak meteen wordt afgekeurd. Alsof het probleem met deze oplossing niet serieus genoeg wordt genomen, moeten alle factoren apart door het ego worden gecheckt. Pas daarna kan er open en objectief naar de gegeven oplossing, die meestal alles al omvat, worden gekeken. Leren vertrouwen op het innerlijk weten begint hiermee, het eigen weten is immers ook het verstand waar altijd mee gewerkt en op vertrouwd kan worden. Loslaten hiervan is totaal overbodig, de keuze is altijd vrij om de hulp die erbij geboden wordt aan te nemen. Vanuit het innerlijk zijn er geen overbodige factoren die het ego wel aan alles verbindt, zoals gevaarlijk, goed genoeg en volledig alles omvattend. Door de dingen helemaal goed te willen doen komen deze overbodige en extra toevoegingen vaak naar voren, terwijl ze er vaak niet eens toe doen. Het is altijd wat het is en een goede inzet en oplossing is altijd OK, extra bedenkingen vervuilen dan zelfs vaak het zicht. Honoreren van het simpel houden is voldoende.

2.23. Innerlijke wijsheid toelaten.

Innerlijk weten en honoreren betekent nog lang niet van de eigen innerlijke wijsheid overtuigd zijn. Door schade en schande wijs geworden, doet de eigenwaarde geen goed en daarom wordt er veel getwijfeld aan zelf gemaakte keuzes. Alles kan altijd beter en een ander heeft meestal vaak ook een goede visie, deze in de wind slaan is nooit de beste oplossing. Dit als aanvulling bij de eigen visie kunnen honoreren is een vereiste om een bredere kijk te krijgen. Het is bedoeld als een verrijking, al is het alleen al in afwegen van de mening van de ander en het als verrijking, of als overbodig zien. Hierna tot het slotsom komen dat de eigen visie te prevaleren is, is dan niet alleen voor het ego een kick. Vaak zijn er uit de mening van een ander nog aardige bijkomstigheden toe te voegen, maar om meteen de eigen visie aan de kant te zetten is nooit de bedoeling. Denken dat een ander alles beter weet en kan is de eigenheid verloochenen. Vooraf iets goed vormgeven met alle eigen gedachtenkronkels, kan dan later als een gedegen weloverwogen mening met anderen worden gedeeld. Door het bepalen wat de waarde voor de eigen mening is hierbij betrekken, is zowel de waarde verhogen en de eigen wijsheid honoreren.

2.24. Innerlijk beleven als verhogen van wijsheid.

De eigen gedachten lijken soms vaak kant nog wal te raken, totdat er opeens duidelijkheid in die gedachten komt. Alsof er omcirkelende bewegingen zijn gemaakt die alles wat erbij hoort in beweging heeft gezet. Als het op de juiste plaats is gekomen, valt weg waar het niet om gaat en blijft er klaarheid over. Dit voelt als opluchting na de omzwervingen die vaak als niet ter zake doende en zweverig worden ervaren. Door deze innerlijke belevingen er te laten zijn, zonder sturen en oordelen kan het innerlijk inzicht worden verbreed en als het ware geherstructureerd. Wanneer er overzicht komt uit het innerlijk geeft dit als het eigen weten, de eigen wijsheid helderheid. Geen enkel actie, of gebeurtenis staat op zich, alles heeft meerdere kanten om te bekijken en dat kan prima in gedachten worden uitgewerkt. Wanneer het te vaag, of ingewikkeld wordt kan hiervan eventueel ook iets op papier worden gezet, als een vorm of steekwoorden. Dan is wat innerlijk wordt uitgewerkt in de aarde gezet en kan het altijd terug worden gehaald. Veel inzichten verdwijnen als vervluchtigen weer even snel als ze komen. Soms moet dan het hele proces weer herhaald worden om pas daarna te kunnen bekijken.

2.25. Ware heilige intentie weten van de eigenheid.

Voorbehoud is een overlevingsmechanisme geworden om niet gekwetst te worden, als een beschermende jas eerst alles bekijken en inschatten. Dit is meestal vooral een kwestie van aan- en invoelen en pas erna naar buiten komen als de kust veilig lijkt. De eigenheid erna is hier nog niet zo aan de orde, behalve in en erna kunnen vertrouwen als een vast en veilig baken. In terugtrekken en ongezien blijven is om op deze manier de wereld te verkennen, behoedzaam en bedacht op valstrikken. Vaak is dit het gevolg van oude pijn en als een soort waarschuwing ingebed ter bescherming, om het leven vorm te geven. Het is te zien als een konijn die vanuit zijn holletje beslist om wel of niet naar buiten te gaan. Vanuit veiligheid de wereld eerst verkennen en erna in durven gaan is een prima en verstandige manier. De eigenheid verwerkelijken kan dan als een proces langzaam vorm gaan krijgen. Door vallen en opstaan, met blauwe plekken en verwondingen geeft dit geestelijke en lichamelijke littekens, waaruit lering getrokken moet worden. Door herhalingen kunnen alle finesses erna in tot volmaaktheid komen en worden uitgewerkt. Dan kan vanuit de eigenheid het leven met open vizier in zuiverheid tegemoet getreden worden.

2.26. Voorzichtige verkenning van mogelijkheden.

De eigenheid ontdekken is een langdurig proces van terugkijken door alles opnieuw te ervaren, gezien vanuit deze eigenheid. Veel ervaringen lijken recht te doen aan de eigenheid, maar zijn door opvoeding en onderwijs ingebracht. Dan voelt het alsof dit de eigenheid is en juist door het onder de loep te nemen, kunnen alle factoren die meespelen op eigen- waarde worden beoordeeld. Het is dan ook een ander soort evaluatieproces, met deze waardebeoordeling kan wat niet meer dient worden herkend. Oude ingeslepen gewoontes die overbodig zijn, hoeven soms al niet meer gehandhaafd te worden. Veel handelingen en visies zijn aan herziening toe om uit de macht der gewoonte te komen. Eigenlijk kan elke gedachte en handeling hierop herbeoordeeld worden, is dit de macht der gewoonte of dient dit mij nu nog in het leven. Afzweren van gewoontes die de eigenheid onderdrukken of schaden kunnen dan gewoon komen te vervallen. Routines zijn regelmatig aan herziening toe, ingesleten in het dagelijks gedragspatroon kunnen ze zelfs beperkend zijn. In het leven verandert alles en blijft niets hetzelfde, regelmatig aanpassen van het denk- , leef- , en eetpatroon is een vereiste om het nut ervan te blijven ervaren.

2.27. Leren eigen innerlijk weten accepteren en hanteren.

Het innerlijk weten is er altijd en vaag aanwezig als een gevoel, de innerlijke stem is duidelijker om te kunnen gebruiken. In het begin is het een soort verbazende vormgeving, wanneer het vage weten moeilijk uitvoerbaar lijkt. Meestal wordt alles dan opeens duidelijk als er door vertragende, ingewikkelde gevoelens en de hierop gebaseerde acties onuitvoerbaar lijken. Als een soort samenbundeling kan dan een woord, of een gedachte naar voren komen waarin alles ligt besloten en het geheel omsluit. Dit is ook het geval bij het plotseling van binnen uit moeten handelen, zoals om een kind uit het water te redden en zonder eerst alles te overdenken meteen in de actie gaan. De indringendheid is dan weliswaar groter, maar bij getob over de beste actie meer als samenvattend en een opluchting. Wel voelt het dan bijna altijd alsof de actie direct moet worden uitgevoerd, in een soort angst dat dit wonderlijk weten ook weer kan vervluchtigen. Ook hier is het van belang om dit op een aardse manier weten vast te leggen, want er bestaat het gevaar van vergeten, of er iets anders van te maken. De benodigde zekerheid moet dan als het ware eerst nog door het ego worden gecheckt op waarheid, door betwijfelen en allerlei denkbeeldige gevolgen.

2.28. Raadplegen van innerlijk weten en erop leren vertrouwen.

Veel innerlijke wijsheid komt en gaat in flitsen van gedachten en weten, maar dit alles kan ook even snel weer vervagen en verdwijnen. Wanneer een pas verkregen inzicht niet meer terug te halen is, geeft dit een apart, leeg en kaal gevoel. Dan blijkt dat de communicatie toch anders en niet zo vanzelf gaat als in het gewone dagelijkse leven. Snel even tussen de bedrijven en activiteiten door, of in afstemming contact met het innerlijk maken is anders. Tussen de dagelijkse bezigheden door zijn dit vaak gedachten die komen en gaan over eventueel uit te voeren mogelijkheden, maar dat beklijft niet altijd. Deze gedachten kunnen vervolgens wel of niet worden uitgevoerd en vervagen erna vaak ook weer snel. De innerlijke stem daarentegen kan wel zomaar tussendoor zich laten horen, in een aanvullend idee, of als een waarschuwing. De eigen wens om wijzer te worden van het innerlijk weten en hiervan gebruik te maken, vraagt hiervoor echt de tijd te nemen. Het gaat dan altijd om contact maken in oprechte zuiverheid en dat is bijna nooit zo maar even tussendoor. Dit doet recht aan de zuiverheid van het contact en dan kunnen inzichten daarna ook worden vastgelegd en beklieven.

2.29. Uitvoering geven aan innerlijke acties.

Elke actie komt voort uit een idee en dat kan ook een suggestie van anderen zijn. Wat aan de eigen geest ontspruit wordt vaak eerst afgestemd met anderen in een soort overleg van afwegen op uitvoerbaarheid. Vaak krijgt het idee hierdoor een bredere vorm voor de daadwerkelijke uitvoering. Een idee dat als een flits voorbij komt en weer verdwijnt, is iets anders dan herinneren een knoop aan een jas te moeten gaan zetten. Deze zichtbare actie wordt eigenlijk uitgevoerd vanwege de consequenties en niet vanwege innerlijke verrijking. Dat laatste is wel het geval bij een ander een plezier willen doen, om in wederkerigheid een blij gevoel te krijgen. De beloning is vaak een argument voor een te ondernemen actie, het is dan als een waardering van de eigenheid te zien. Die eigenheid heeft ook veel innerlijke overwegingen waarvan de meeste afgeserveerd worden, vanwege verschillende overwegingen. Dat is het ego dat als een soort scheidsrechter kan overzien en waarschuwt niet teveel, of te weinig te ondernemen. Deze bewakingsfunctie behoedt voor gevaar en heeft een mens nodig om bewust acties te overzien en in te schatten wat de gevolgen zijn. Dit negeren is de eigenheid geen recht doen.

2.30. Zuiverheid leren herkennen vanuit innerlijk weten.

Alles wat innerlijk geweten wordt is zuiver, spontane gedachten en invallen zijn altijd zuiver. Deze vervolgens gaan beredeneren, verwerpen en aanpassen is meestal uit angst, of het wel door anderen ook zo wordt begrepen. Eigenlijk is het als tobben dan vanuit kleinheid de grootsheid inperken van het innerlijk weten, als een soort beter weten. Dit proces van afwegen en zeker weten van het juiste resultaat, is door het ego ingesteld als een soort behoedzaamheid. Eerdere ervaringen opgedaan in vorige levens zijn een leerschool geweest, om niet alles zo maar alles naïef vanuit vertrouwen te ondernemen. De rol van de vrouw vormgeven is om waakzaam in beschermende veiligheid te leven voor zichzelf en de kinderen. De ontwikkeling hiernaar toe is het alwetende vrouwelijke bewustzijn in te perken, zodat mannen meer tot hun recht konden komen. De zuiverheid in elke relatie hangt af van het kunnen en durven vertrouwen van een ander en los van het eigen ego te zijn. Eigenlijk is dit de maatstaf voor alle zuiverheid het kunnen en durven vertrouwen van een ander, met de eigenheid en het innerlijk weten. Het eigen innerlijk weten geeft hierbij altijd de juiste grens en maatstaf aan.

2.31. Innerlijk weten als verworven eigenschap eren.

Reflecteren op gebeurtenissen kan achteraf tot inzichten leiden die eerder niet zichtbaar waren. Behalve dat elke situatie meerdere kanten heeft, zetten alle gebeurtenissen het innerlijk ook in beweging. Terugkijken kan dan zonder de ballast van wat er allemaal gebeurde en aan de hand was. Achteraf kan het geheel worden overzien en de eigen rol en keuzes van acties, gedrag en dat van anderen. Dan komen vaak dingen naar voren die er wel waren, maar niet de aandacht leken te vragen op dat moment. Wat er precies gebeurde kan terug worden gehaald in gedachten en erbij andere keuzes bekeken die gemaakt hadden kunnen worden. Zoals wel of niet reageren een eerste keuze is die altijd gemaakt moet worden, een actie wel, of niet inzetten en wat er achteraf mee te willen doen. Soms blijkt er iets onaf en dat kan ook achteraf nog worden uitgewerkt. Terugkomen op iets en dan recht willen zetten is altijd mogelijk, want niets blijft voor eeuwig hetzelfde. Juist door te anticiperen op veranderingen voorkomt later stagnatie en starheid. De innerlijke stem geeft dit gevoel altijd aan en door van binnen uit te weten wat er moet gebeuren voor een beter resultaat en gevoel.

2.32. Innerlijke waarde weten van de eigenheid.

Soms zijn gedachten als wolkjes die vervluchtigen al tijdens het voorbij drijven en moeten ze direct duidelijk herkend worden om vast te kunnen houden. Het hoofd denkt de hele dag door en interpreteert soms wel en niet wat er passend is in dit voorbijkomen. De eigenheid wordt door deze selectie gevoed in een soort van kennis over alles en nog wat, de selectie moet elk mens zelf hanteren. Een goed idee, of registreren van een lichamelijk ongemak is zo duidelijk te onderscheiden. Kleine en vage gedachten kunnen als speldenprikjes bij beginnend weten, of bij gevoelens moeilijker op waarde worden geschat en vastgehouden. Soms komen ze vanzelf weer voorbij en is de geest alert genoeg om dit te registreren en in staat het verband te leggen met de situatie van dat moment. In dit proces van innerlijk weten ontrafelen is er meestal geen urgentie, of een uitkomst met een duidelijke oplossing. Het is wel een groeiend inzicht om verschillende gevoelens in innerlijk weten te kunnen gaan duiden in de betekenis hiervan. Actie is dan meestal niet geboden, het is meer een uitbouwen van de eigenheid, als verkennen van de waarde van het eigen innerlijk weten.

2.33. Hoogste innerlijke kracht leren gebruiken.

Innerlijke boodschappen zijn als fluisteringen, als een gedachtenflits die zomaar uit het niets komt en weer even snel verdwijnt. Alert zijn hierop en de vaak als een aanwijzing bedoelde gedachte kunnen plaatsen, begrijpen en onthouden en vorm geven is meestal onmogelijk. Zelfs de in meditatie verkregen flitsen van inzicht verdwijnen weer uit de gewone dagelijkse gedachtenwereld. Bijna onmerkbaar worden soms de ideeën wel gevormd en in benodigde activiteiten uitgevoerd. Deze vorm van inspiratie lijkt op bewust gaan brainstormen over een bepaald onderwerp of probleem. Alle factoren die meespelen inventariseren, ordenen en op waarde inschatten met mogelijke toegevoegde uitwerkingen. Dit proces voltrekt zich dan bijna onbewust in de geest, zonder enige persoonlijke inmenging. Actie is dan aangestuurd als opeens iets van binnenuit weten en willen, aanschaffen, of gaan doen. Het is een traag proces van gewenning om via minieme gedachtenkronkels een totaal nieuw proces in te gaan, waarbij deze ommekeer een logisch geheel is. Dit als het ware buiten je om laten gebeuren en enthousiast kunnen begroeten als het zich gevormd heeft, is een nieuwe manier los van het willen van het ego.

DEEL 3. VERGETEN EIGENSCHAPPEN ACTIVVEREN.

INLEIDING

Al eeuwenlang is de mens in ontwikkeling om tot volmaaktheid te komen, in de goddelijkheid die hij in wezen is en hoe hij is geschapen. De weg hiernaartoe is een weg van vallen en opstaan, oefenen, leren en herhalen tot de essentie van alles duidelijk is en geleefd kan worden. Het gaat hier niet om liefde ontwikkelen als in een romance die kan vervliegen en met anderen wordt beleefd. Juist in de eigenheid het menselijk zijn ontwikkelen, tot geestelijk kunnen leven in zuiverheid met alles en iedereen is een eeuwenlange opgave. Vanuit de essentie van het eigen zijn kan alles op den duur goddelijk worden en dat betekent vanaf de basis dit leren vormgeven in liefdevolheid. Vanuit het vertrouwen in de eigenheid alles leren liefhebben en tot volmaakte liefde herscheppen is geen geringe klus. Hierbij is de eigenheid het grootste euvel om te leren ervaren dat in liefde alles is te overwinnen. Eeuwen vernedering en door het slijk halen van de eigenwaarde vraagt een enorme ommekeer zichzelf goddelijk te kunnen en willen zijn. Elk mens is tot goddelijkheid in staat, de moed dit aan te durven gaan en verwezenlijken vraagt veel offers en standvastigheid om de eigenheid te vertrouwen. Alleen hiermee kan de verwezenlijking om een einde te maken aan de aardse gruwelen tot stand komen.

3.1. Verscheidenheid aan inzichtmogelijkheden.

Niets is voor altijd hetzelfde, alles is altijd in beweging, zoals de aarde draait, zo kunnen gedachten en meningen groeien in inzicht. Voor- en afkeuren dienen zich aan, veranderen en verdwijnen in een gevarieerde afwisseling. Meestal gaat dit gepaard met groeiend inzicht, zoals snoep, of snacks lekker vinden verandert zelfs als smaak bij een veranderende mening. Juist door dit te ervaren en door deze eigen ervaringen breder te maken met de consequenties verandert de eigen mening. Elk mens kan de consequenties van het eigen gedrag onder ogen zien en heeft ook het verstand gekregen om dit te gebruiken. Voor de een is iets heel anders moeilijk, of gemakkelijker dan voor de ander, voor iedereen is er een eigen leerproces. Geen snoep mogen lijkt voor een kind een drama, als een totaal mislukt leven van genot en plezier. Later kan door lichamelijke afwijkingen, of ziekte dit verbod als het minst erg worden ervaren. Inzichten verwerven staat ook nooit stil, want een mens is nooit te oud om te leren en aanpassingen zijn vaak simpeler als in eerste instantie wordt gevreesd. In het ervaren zelf is inzicht nog niet te verwerven, hoogstens als keurend ervaren.

3.2. Activeren van innerlijk weten.

De innerlijke wijsheid is altijd voorhanden, dit kunnen hanteren en begrijpen is vrij ingewikkeld, maar het is gewoon beschikbaar in hapklare brokken. De werking van lichaamsfuncties is ook niet altijd duidelijk te begrijpen en zo is het ook met de innerlijke mogelijkheden. Innerlijk weten bouwt zich op bij stukjes en beetjes door het leven zelf te ervaren en kennis hierover als onthouden en in te bedden. Zoals geleerde kennis over allerlei onderwerpen door scholing de mogelijkheden van het intellectuele weten vergroot, is innerlijk weten ook gewoon voorhanden. Of en hoe het door ervaren, of alleen weten voorhanden is maakt hierbij niet uit. Wantrouwen om het te accepteren als innerlijk weten geeft onzekerheid over de waarde ervan. Elk mens heeft geleerd zorgvuldig en voorzichtig met kennis om te gaan en hierbij een veilige behoedzaamheid opgebouwd. Dit is als een gevoel van twijfel over de juistheid verifiëren om daarna zeker te weten dat het klopt, ongeveer zoals de uitkomst van een som nog een keer controleren. Wat goed voelt is hetzelfde, een som steeds weer doorrekenen is ongeveer hetzelfde als aan het innerlijk gevoel blijven twijfelen.

3.3. Leren vertrouwen en bouwen op innerlijke wijsheid.

Het verstand overheerst vaak het gevoel in normeringen wat wel en niet kan en meestal overheerst dit om niet tot actie te komen. Veel overwegingen passeren in de gevoelswereld, daarvan vinden maar weinig daadwerkelijke acties een weg naar de buitenwereld. Normeren en mijmeren zijn twee totaal verschillende vormen om naar het uitwerken van gevoelens te kijken. Mijmeren is daarbij als een bijna onverwezenlijkbare mogelijkheid en haaks erop staat de eigen normering, die alle dromen uiteen spat. Wensen en dromen over uit te werken mogelijkheden die van binnenuit komen, worden vaak snel door het ego overruled. In kleinheid denken dat iets toch niet kan worden verwezenlijkt, of juist in grootsheid wegdromen en vluchten in gigantische uitvoeringen. De werkelijkheid die zich later weer aandient, kan dan als veilig of juist als tegenwerking worden ervaren. Elk mens heeft dromen over de verwezenlijking van de eigenheid, leren weten dat dit kwaliteiten zijn die uitgewerkt kunnen worden hoort bij het leven. De eigen manier om een droom serieus te leren nemen als een reële mogelijkheid kan diepe vreugde geven, zelfs bij de kleinste uitwerking.

3.4. Verborgene kennis terughalen.

Diep in het innerlijk ligt een schat aan informatie en kennis die altijd weer worden kan worden opgediept en gebruikt als het noodzakelijk, of er behoefte aan is. Als latent aanwezige mogelijkheden die als kwaliteiten kunnen worden uitgewerkt, is dit er naast, of achter het gewone dagelijks gebruikte weten. Het is te vergelijken met oude schoolkennis die vergeten lijkt en toch weer oproepbaar is. Ongemerkt verdwijnen ervaringen, herinneringen en kennis uit het geheugen, als bescherming tegen teveel aan informatie. Het is te vergelijken met het bewaren van informatie op een externe extra schijf, die zo nodig weer kan worden aangesloten. Hetzelfde gevoel van niet meer precies weten wat daar dan op staat is er ook bij oude foto's bekijken. De herinnering is selectief, soms zijn belangrijke gebeurtenissen door de jaren heen vertekent, of zelfs uit de herinnering gewist en compleet vergeten. Ook dit is mogelijk om terug te halen en die situatie weer voor het geestesoog te laten verschijnen. Rustig mijmerend met gesloten ogen innerlijk deze situatie weer te beleven, kan veel inzicht en extra informatie opleveren. Zwart- wit foto's kunnen weer in kleur worden gezien met vaak erbij alle toen ervaren gebeurtenissen.

3.5. Bijzondere gaven ontdekken en uitwerken.

Elk mens is uniek en heeft eigen kwaliteiten en beperkingen om al, of niet uit te kunnen gaan werken in het leven. Voor iedereen is niet weggelegd dat ook alle omstandigheden hiervoor ideaal zijn. Bij lichamelijke beperkingen is dit een factor die meespeelt om de eigenheid vorm te kunnen gaan geven. Hier is veelal van toepassing dat waar een wil is, is een weg en dit is ook vaak genoeg om te leren alles met de helft te kunnen verwezenlijken. Aan alle voordelen zijn altijd ook veel andere kanten en alles kan eigenlijk nooit optimaal zijn, de eigen inbreng zal alles in de vorm moeten kunnen brengen. Dit laatste is vaak het belangrijkste, de motivatie om de eigenheid neer te willen zetten en daarbij diverse vormen kunnen hanteren. De eigen waarden leren zien is hierbij het eerste, als een soort trots de eigenheid in iets kunnen leren waarderen en trouw zijn. Los van de mening van anderen vanuit het innerlijk weten wat deze eigen specialiteit is om trots op te zijn. Standvastigheid is daarna de innerlijke gave ontwikkelen en koesteren als een kostbaar kleinood die tot grootsheid mag uitgroeien. Welke vorm dat wordt, blijft verborgen tot de tijd rijp is en de eigenheid mag shinen.

3.6. Gebruiken van aanwezige innerlijke kennis.

Innerlijke kennis maakt zich zichtbaar door flitsen van inzicht die zomaar uit het niets voorbijkomen en weer verdwijnen. Het staat elk mens vrij om een inzicht wel, of niet te gebruiken: soms lijkt het niet te passen en een andere keer is het precies wat er nodig is. Deze keuze is altijd vrijblijvend en het inzicht kan gezien en/ of gebruikt worden als een wenselijke aanvulling op de eigen uitwerking. Deze flitsen kunnen ook ongevraagd elk aandachtspunt belichten in een aanvulling of een mogelijke verdere uitwerking. De eigen gedachten worden dan als het ware verrijkt met invallen, die zomaar naar voren komen. Dit kan zowel kleine als grote zaken betreffen, zoals een reminder om een paraplu mee te nemen, of om een probleem simpel te kunnen oplossen. Vaak werkt de geest al op deze manier geïnspireerd in een mensenleven, waarbij de bewustheid ervan vanuit de eigenheid lijkt te komen. Het ontwikkelde ego levert de daadkracht om de vormgeving te realiseren, terwijl de geest de inspiratie kan geven. Kunstenaars en wetenschappers ervaren dit soort begeestering, die door het ego kan worden vormgegeven. Deze inspiratie kunnen toelaten zonder ego is een kunst op zich.

3.7. Acties ondernemen op innerlijk weten.

Als de daad bij het woord voegen zijn innerlijke beelden bedoeld en om deze voorgespiegelde inzichten en wetenswaardigheden te verwezenlijken. Het is gemakkelijk om na een verkregen inzicht dit weer in de vergetelheid te laten verdwijnen. Hier op aarde gebeurt er dan niets en verandert er dan ook niets, het innerlijk weten negeren is de meest gekozen weg. Elk mens heeft diep in zich nog een restant van voorzichtigheid om niet weer door een eerder opgelopen trauma te hoeven gaan. Als waarschuwing om geen ernstige conflicten uit te lokken en aan te gaan, getuigt dit van wijsheid en overzicht en is dit prima. Het eigen innerlijk weten geldt uiteraard niet voor iedereen op dezelfde manier en op dit moment. Zorgvuldigheid en de gevolgen kunnen inschatten verdient altijd aandacht bij elke actie die wordt gepland en uitgevoerd. Vooraf weten dat een ander op een ander spoor zit, zal net als op het spoor meegenomen moeten worden. IJzer met handen breken is niet mogelijk en iedereen kiest zijn eigen spoor in het leven. De eigen acties en visies gelden ook vaak niet voor een ander om iets op te ondernemen. Vanuit het eigen innerlijk kan dit in kleine stapjes zijn om iets te verwezenlijken.

3.8. Innerlijke kennis negeren in beter weten.

Wanneer er een flits van inzicht in de gedachten komt, past dit vaak niet tussen de dagelijkse bezigheden. Het opmerken van deze korte flits van inzicht heeft wel impact als het te maken heeft met die dagelijkse bezigheden. Dan is het een cadeautje om dit te kunnen gebruiken als aanvulling bij de eigen uitwerking. In deze flits kan alles even anders duidelijk worden in een vaak een hele simpele toevoeging. Anders naar de dingen kijken is vaak moeilijk tijdens een actie en de planning van werkzaamheden, zo'n overzichtsflits is dan een verrijking. Als het lampje gaat branden door een flits van inzicht over iets wat nog vorm moet krijgen, is er vaak eerst tegenstand, als tegenzin in de materie waar het om gaat. Vaak gaat het dan om iets uit de weg gaan en de geboden oplossing niet zomaar willen en kunnen honoreren. Meestal is het een oude visie die vanuit een andere hoek belicht wordt vanuit simpelheid betreffende een langdurige kwestie. Wanneer er na een opeenstapeling van factoren, gebeurtenissen een mening is gevormd, is de kwestie vaak onoverzichtelijk en onveranderbaar verhard. Het ervaren van inzicht en een oplossing, vraagt openheid om dit te kunnen toe- en los te laten.

3.9. Werkelijke waarde van het innerlijk weten erkennen.

Flitsen van inzicht zijn wonderbaarlijke informatiebronnen, die vanuit het innerlijk in het dagelijks leven toegepast kunnen worden. Als een soort extra toevoeging, komt dit vaak onverwacht en veelal in praktische informatie als aanvulling bij ideeën, gestructureerde plannen, leerstof, of ervaringsweten. Heel simpel kan door kleine veranderingen, of aanvullingen op eerdere uitwerkingen dan een overstijgend en verruimende toegevoegde waarde ontstaan. Dit zelf bedenken is onmogelijk, want met de materie bezig zijn, betekent er niet boven staan en het kunnen overstijgen. Deze welkome en zeer waardevolle flitsen van inzicht, is ook het plotseling door wetenschappers ervaren Eureka-gevoel. Elk mens die in open staat voor inzicht en verbetering kan dit gaan ervaren, door los van het willen het eigen innerlijk weten toe te laten. Als even terugtrekken en mijmeren de diverse mogelijkheden de revue in de geest voorbij laten passeren, zonder waardeoordeel. Vanzelf komt uiteindelijk dan de juiste keuze, hoe te handelen, of het inzicht vanuit het innerlijk weten naar voren. Afdwingen, willen weten, de beste willen zijn als ego, hoort hier niet bij: het is juist in afwachting kunnen zijn, zonder oordeel op het resultaat.

3.10. Innerlijke zekerheid verwerven.

De eigenheid voelt vaak als een verzameling losse gedachtenballonnen, waarin alles vluchtig voorbijkomt en weer verdwijnt zonder dat er iets lijkt te gebeuren. Overgave en meningen vormen heeft geen duidelijke structuur, maar moet naar een vorm groeien om hierin duidelijkheid te kunnen scheppen. Geestelijke vluchtigheid en alles eromheen moet zich eerst kunnen vormen tot gedachten, via gevoelens naar innerlijk weten. Pas als alle meespelende factoren gefilterd zijn op zuiverheid ontstaat er een duidelijkheid om tot innerlijk weten te kunnen komen. Dan kan er opeens zomaar een duidelijk zeker weten voorbij flitsen, zonder vage vluchtigheid dat geen enkele twijfel meer oproept. Bedenkingen en inmenging van het ego zijn hierbij niet aan de orde, dit innerlijk weten is dan wat het is. Als een soort kennisgeving kan het dan daarna weer verdwijnen, of terzijde worden geschoven, maar de strekking nestelt zich als een gegeven en verworven waarheid. Hierdoor kan er in een innerlijk proces een verderstreckende mening worden ontwikkeld, die alleen gebaseerd is op zuiver en betrouwbaar innerlijk weten.

3.11. Groeien door innerlijke inzichten.

In het dagelijks leven gebeurt en verandert er veel, meestal gaat dit geleidelijk en bijna ongemerkt als doorgroeien, maar soms heftig en plotseling. Aanpassen aan veranderingen vraagt flexibiliteit en open staan voor iets anders, of iets nieuws. Bij onverwachte, meestal tegenstaande gebeurtenissen die niet gewild worden, kan dit een enorme stress geven. Begrijpen wat er aan de hand is met alle gevolgen kunnen overzien is dan bijna niet mogelijk en het voelt ook niet plezierig om te accepteren. Overzicht krijgen in wat iets voor de eigenheid betekent kan niet altijd worden gezien en in openheid worden ervaren. Winnen in een loterij is meestal ook onverwacht, maar heeft totaal andere consequenties als een baan verliezen. Wanneer geluk ons toelicht is acceptatie een vreugdevolle bezigheid, maar is bij onzekerheid over de toekomst zonder werk een enorm zwaar verwerkingsproces. Stapje bij beetje kan er dan inzicht komen over de ontstane situatie en inbedding met overzicht van de consequenties, vaak in een moeizame worsteling. Elke keer kan er gedoseerd dan meer inzicht komen, om te groeien naar het grotere geheel van innerlijk inzicht over het hoe en waarom van alles wat er gebeurt in het leven.

3.12. Accepteren en leven vanuit innerlijk weten.

De eigenheid met het ego is zeer standvastig en door schade en schande wijs geworden en om zich als een volwaardig menselijk wezen te kunnen manifesteren. Innerlijke inzichten vormen een bijdrage om deze volwaardigheid uit te bouwen tot een overzichtelijk en inzichtelijk bestaan. Zonder onduidelijkheden leven is niet mogelijk, altijd zal er zich in de dagelijkse praktijk iets voordoen om van te leren. De kunst om niet meer vanuit, maar met behulp van het ego te leven, vraagt een ommekeer in het beheersen van het willen met de eigen daadkracht. Weten iets te kunnen, vorm te geven en in de wereld te zetten krijgt met de innerlijke component een extra gouden randje. Dan is als toegevoegde waarde met het eigen innerlijk beleven, ook de diepere liggende gevoelswaarde ingebed. Wetenschappelijke onderbouwing heeft een enorme impact op het bestaansrecht van een visie, of ontwikkeling. Dit geldt ook voor gevoelsaspecten, een mooi schilderij kan technisch correct zijn, maar pas volmaakt als het ook op het innerlijk gevoel kan inwerken. Los van het ego de toevoeging vanuit het innerlijk toelaten, leidt tot perfectie.

3.13. Accepteren van het eigen innerlijk weten.

Gedachten en gevoelens wisselen elkaar veelvuldig af en veel acties en daden worden van tevoren zorgvuldig afgewogen. Keuzes maken en op de eigenheid voor de juistheid hiervan vertrouwen, is er meestal niet. Vaak moet een gedachte en gevoel eerst samensmelten en de uitvoering worden bekeken, voordat er een actie, of zekerheid kan worden vormgegeven. Ook is het mogelijk alles even uit te stellen en er tijd over te laten gaan, voordat er definitieve keuzes worden gemaakt. Het invoelen en bedenken van mogelijke consequenties is voor de mens een mogelijkheid om goed te gebruiken: sommige beslissingen kunnen niet meer worden teruggedraaid. Dit vraagt een zeker weten wat alleen gevoelsmatig nooit kan worden bepaald, juist het verstand is hierbij nodig om te gebruiken. Innerlijk weten voelt bijna als motor deze onwetendheid trotseren en beter weten als overzicht van hogerhand accepteren. Zelf altijd alles tot in de puntjes uitdenken en niets aan het toeval overgelaten, stagneert elke actie. Goede voorbereiding en zorgvuldigheid, zijn noodzakelijk om gesteund door het innerlijk weten tot de uiteindelijke keuze te komen. Dat is dan als loslaten van onzekerheden, in het weten dat er goed genoeg over nagedacht is.

3.14. Leren kennen en hanteren van eigen innerlijk weten.

In de eigen gedachten spelen vaak als hersenspinsels veel mogelijkheden en wensen, wat meestal verder niet wordt uitgewerkt. Als dagdromen verdwijnen deze ideeën weer even snel als ze opkomen en erna vaak komen ze in iets andere vorm nog wel een keer voorbij. Elk idee, of een gedachte hoeft niet uitgevoerd worden, maar zo kan het wel allemaal langzaam verder groeien en rijpen. Soms komt er plotseling een kant-en-klaar idee, of een volmaakt plan in de gedachten dat klaar is om te gaan uitvoeren en dus blijkbaar onbewust is gerijpt. Ook hierbij speelt er nog geen enkele noodzaak tot actie, het ervaren van deze mogelijkheid is al bijzonder genoeg. Dit als fantasie bestempelen komt dicht bij de waarheid, want dat is al een beginnende erkenning van de kracht van gedachten. Echt gebruik maken van deze gedachtenkracht is als het wordt omgezet naar een plan van aanpak, al is dat ook nog dagdromen zonder uitvoering. De eigenheid leren herkennen en erkennen is pas wanneer er werkelijk vanuit het innerlijk tot actie moet worden overgegaan. Dan kan zomaar plotseling duidelijk zijn, wat er waarom beslist moet gebeuren en de manier waarop vormt zich dan gaandeweg. Deze erkenning van het eigen innerlijk weten voelt als een gezegende gave hebben aangeboord.

3.15. Eigen bescherming bij keuzes leren weten.

Wanneer het eigen innerlijk weten duidelijk wordt, is het niet vanzelfsprekend om dit te honoreren door het onmiddellijk naar buiten te brengen. De eigenheid kan en mag hieraan allerlei voorwaarden verbinden voor de mogelijke consequenties. Juist vanuit dit weten is hierbij veilig voelen erg belangrijk, om geen roepende in de woestijn te worden. Zelfs al is het innerlijk weten heel duidelijk en concreet dan betekent het niet dat alles meteen ook wereldkundig gemaakt moet worden. Bedachtzaam en behoedzaam het eigen weten hanteren is dan ook hierbij zorgvuldigheid hanteren en niet harder gaan als nodig is. Soms zijn de ontdekkingen en inzichten groots en is er de neiging om dit als nieuwe ontdekking van de daken te schreeuwen, toch is er een eigen verwerkingsproces noodzakelijk. Niemand vraagt om alles direct ook wereldkundig te maken en dit belang lijkt in het begin duidelijker dan het later is. Pas als alle inzichten opgenomen zijn en in het geheel passen met veel erbij komende factoren, ontstaat er door groeiend inzicht een overzicht. Zelfs dit lijkt aanvankelijk ook weer een Eureka ervaring, alsof nu alles geweten wordt, maar ook dit verflauwd weer en voegt zich in het doorgroeiend weten dat is ontstaan.

3.16. Vanuit het innerlijk kwaliteiten ontwikkelen.

Vanuit de eigenheid kunnen verrassende mogelijkheden en gevoelens naar voren komen, die vooraf vrijwel onbekend waren. Als vanuit een soort onderdrukking kunnen nieuwe talenten zich manifesteren om geleefd te worden. Niet iedereen kan zich als schilder in de wereld zetten, al is schilderen, of tekenen wel voor bijna iedereen mogelijk. Door in overgave vanuit het innerlijk dit uit te proberen, kan er een andere verbinding met de eigen kwaliteiten ontstaan. Zomaar even een oud kinderliedje uit de herinnering zingen, vraagt al toestemming van het ego. De normering is dat dit voor kinderen zingen wel acceptabel is, maar niet om vanuit het innerlijk deze aandrang te honoreren. Hieraan plezier beleven om de eigen stem te horen en ermee te experimenteren, kan innerlijke vreugde geven. Het hoeft immers allemaal niet aan de vaak hoog gestelde en beperkende normen van het ego te voldoen. Om dit als een vrije keus te beleven, van wat vroeger bijna verboden was, kan het eigen innerlijk beleven worden versterkt. Het kan ontspannend voelen en misschien zelfs onvermoede talenten naar boven halen. Geïnspireerd willen worden is een vrije keuze, het innerlijk weten beperken en negeren is voor iedereen mogelijk.

3.17. Kwaliteiten uitbouwen en in de wereld brengen.

Achteraf in een donker hoekje de eigen ontwikkelde kwaliteiten koesteren, geeft weinig vreugde en daarvoor zijn ze ook niet bedoeld. Juist het delen van deze uitgewerkte mogelijkheden geeft vermeerdering van het vreugdegevoel. Daarbij kan het een ander inspireren om ook de eigen kwaliteiten te onderzoeken en gaan waarderen. De eigenheid laten voortkabbelen met voor een ander vaak verborgen talenten en mogelijkheden, geeft weinig bevrediging en maakt lusteloos. Dit zelfgekozen pad komt veelal voort uit een vals soort bescheidenheid, alsof de eigen kwaliteiten niet zoveel voor stellen. Elk mens is begenadigd met talenten en ze verschillen allemaal, omdat niemand hetzelfde is. Vaak is de waardering bepaald door maatschappelijk geldende normen, die nooit voor elk individu kunnen gelden. Alles alleen in perfectie vanuit hoog begaafde normen willen uitvoeren, is niet haalbaar, of sociaal wenselijk. Deze lat ligt voor het gros van de mensheid te hoog, maar dat betekent niet dat de eigen talenten er niet mogen zijn. Juist in het kleine ligt de mogelijkheid dit verder uit te bouwen, zodat het kan groeien en bloeien om de eigen vreugde en die van anderen te vergroten.

3.18. Getrokken conclusies invoelen.

Wat waar is kan worden ingevoeld op zuiverheid, dit proces zal regelmatig herhaald moeten worden om wat waar is te blijven checken. Vaak sluipen er gedachtecirkels tussen deze zuiverheid in door het ego om wat de betekenis voor de wereld is. Dan is het moeilijk om het onderscheid te blijven maken wat vanuit het innerlijk komt, of wat erbij uitgedacht is door het ego voor de uitvoering en werkbaarheid. Eenmaal op een dwaalspoor, kan dit zelfs even voelen als opperste zuiverheid, want zo is het immers bedoeld. Terug naar het wezenlijke door te gaan invoelen, is dan de aangewezen weg en dit betekent weer los van elke gedachtevorming komen. Het proces van onderscheid tussen ego en het invoelen vanuit het innerlijk weten, gaat vaak gepaard met oude gedachtevorming over een onderwerp. Menselijke kwaliteiten zijn weliswaar tijd- en ervaringgebonden, maar geven wel de waarde die er is van de tijd aan. Diepe afstemming en loslaten van het ego door overgave aan het innerlijk weten is een soort opstap naar afwachten wat er vanzelf van binnenuit komt. Al tijdens deze gedachtebepaling kan de eigenheid van het ego erbij komen als aanvulling. Alleen door te blijven invoelen, kan dit worden onderscheiden van weten vanuit het innerlijk.

3.19. Intuïtie ontwikkelen.

Het invoelen van situaties vereist ook aanvoelen van de diverse componenten die meespelen en als oorzaak en gevolg gezien kunnen worden. Vertrouwen op de eigenheid is als een vorm van intuïtie erkennen en het eigen gevoel serieus nemen. Dan kan het intuïtief vermogen groeien en de benodigde informatie verschaffen als het te ingewikkeld gaat worden. Vage gedachten, flitsen van inzicht en eigen innerlijk weten honoreren, vraagt een soort basis om overzicht te kunnen houden. Het innerlijk vragen om duidelijkheid over wel, of niet is ook een manier om houvast te krijgen en op het innerlijk weten te kunnen bouwen. Alleen weten blijft als aanvoelen vaak wat vaag in de lucht hangen en verdwijnt dan weer, alsof het er niet is geweest. Gedachten kunnen als het ware gevangen worden door bevestiging te vragen in een duidelijk ja en nee. Dit is een concrete vraag die gemakkelijker ingevoeld kan worden, dan een heel proces op echte waarachtigheid. De zuiverheid is niet in het geding, maar flitsen zijn te vaag om op concrete vragen antwoorden te krijgen en dit op aards niveau te begrijpen en te kunnen handelen. Intuïtie in zuiverheid ontwikkelen is een langdurig proces, waarbij de snelheid het minst belangrijk is om innerlijke zekerheid en standvastigheid te kunnen ervaren.

3.20. Leren leven in innerlijke verbondenheid.

Afgestemd zijn op de innerlijke zuiverheid vereist consequente trouw om de diverse aspecten van de eigenheid te honoreren. Het is als bij een dieet volgen waar zondigen niet aan de orde is, zelfs niet vanuit zwakte, of andere redenen. Het is zoals het is vanuit de ziel weten, kan nooit ontkennen als verloochenen inhouden. De eigen innerlijke kracht kan elke situatie hanteren zonder de eigenheid ontrouw te worden. In het leven betekent dit vooral strijden om de eigen waarheid te vuur en te zwaard te verdedigen. Bij de innerlijke eigenheid trouw blijven is de mening van een ander bestrijden niet aan de orde, iedereen mag in vrijheid leven en vinden wat hij, of zij wil. In harmonie kan de eigen mening naar voren komen en als mogelijkheid de ander worden aangeboden. Het gaat hierbij immers niet om goed- of afkeuring, maar als de eigen visie ter informatie aanreiken. Uit de eigen innerlijke verbinding gaan en de ander willen overtuigen, als bekeren, is dan totaal niet aan de orde. De eigen diepste waarheid is dat bijna nooit voor een ander, altijd geldt hierbij de stelregel spreken is zilver en zwijgen is goud. Wat een ander wil weten wordt wel gevraagd als er interesse is.

3.21. Oefenen met inspiratie en innerlijk weten.

Leren en vaardigheden onder de knie krijgen vraagt inzet die telkens weer op de proef gesteld wordt. Geen zin hebben moet steeds weer worden overwonnen als het moeilijk, of onbegrijpelijk en onwerkbaar lijkt. Het innerlijk proces vraagt volharding en geduld om de materie te doorgronden, zomaar een beetje geïnspireerd zijn is niet waar het om gaat. De innerlijke keuze in zuiverheid handhaven en de intuïtie leren honoreren is als een proces van vallen en opstaan, waarbij alles vaak op de helling komt te staan. Leren in vrede met de eigenheid en met alle eigenschappen te zijn, is erg ingewikkeld om te doorgronden. Inspiratie toelaten en acties leren afhouden en zuiver hanteren vraagt een enorm vertrouwen op het innerlijk weten. Het is een proces van loslaten en in zuiverheid weer opbouwen van de eigenheid om met alle mogelijkheden het innerlijk weten te vergroten. De eigen gemoedsrust is niet altijd even standvastig, veel tegenstaand lijkende acties moeten met durf worden ondernomen. Binnenkomende informatie in een werkbare vorm uitwerken vraagt gehoorzaamheid en nauwgezetheid. Om inspiratie in veranderingen in de eigen levensstijl vorm te geven is veel creatieve inzet nodig.

3.22. Verborgene weten ontrafelen vanuit de eigenheid.

Vaag iets weten geeft verwarring, maar het is mogelijk hierin duidelijkheid te scheppen door vanuit oprechte zuiverheid de vaagheid te laten verdwijnen. Zuiver weten wordt meestal duidelijk in bijna praktische uitvoerbaarheid van de verwezenlijking in een vormgeving. Het kan soms heel simpel, bij de keuze en twijfel over de juiste kleur deze allebei voor ogen te halen en leren voelen en weten welke goed, of beter voelt. Soms zijn er meerdere mogelijkheden, maar meestal is er een keuze die de juiste is en dit is dan kennis vanuit het innerlijk weten leren activeren. Hieraan vorm geven is erna dan vaak als een soort gedrevenheid, als een heilige opdracht om het juist uit te voeren. Om iets begrijpbaar en tastbaar te maken, kan ook door het vanuit het innerlijk een kleur of vorm te geven. Daarmee verdwijnt de vaagheid en kan aan de hand van concrete handvaten een vorm worden gevonden. Later kan deze weer veranderen en soms zelfs weer verdwijnen, omdat het alleen een opstapje was voor praktische implementatie. In het vage innerlijk weten blijven hangen, geeft vaak vermeerdering van mogelijkheden. Om hierin orde en overzicht te krijgen, moeten er hiervan een aantal geëlimineerd worden.

3.23. Verborgen krachten opdiepen en toe-eigenen.

Het innerlijk weten is gaandeweg het leven uitgebreid, maar hiervan is veel verloren gegaan wat niet meer diende en weggezaakt in de vergetelheid. Soms kan er opeens een flits van herkenning zijn en als een soort basiskennis weer verder worden uitgewerkt. Dit is ongeveer te zien als basisbegrippen weer kunnen opgraven en hergebruiken, zoals eerder aangeleerde kennis als rekenen. Bij vergeten kennis is het alsof uit er diep in het geheugen nog kennis is opgeslagen, die opeens weer te voorschijn en ter beschikking komt. Het geheugen lijkt selectief te onthouden wat nog dient en wat in de vergetelheid kan verdwijnen, maar vandaar ook weer beschikbaar is. Vaak is er een innerlijk weten over mogelijkheden iets wel te kunnen vormgeven, dat op een gevoel vanuit de eigenheid is gebaseerd. Dat lijkt vaak grootspraak die ongegrond is, maar dan is er vanuit het innerlijk weten een soort zekerheid niet voor een dubbeltje geboren te zijn. Door de eeuwen heen is er innerlijk een algemeen erkend weten gegroeid, dat los van wetten en ervaringen staat. Gewoon weten hoe iets tot stand komt, zoals bij de bouw van een huis beginnen vanaf het fundament. Voor elk kind is al duidelijk om niet met het dak te beginnen, eerst moet er een stevige basis zijn waarop gebouwd kan worden.

3.24. Innerlijke kennis honoreren als weten.

Bij een opkomende verkoudheid, of een griepig gevoel is het belangrijk dit op te merken als registreren en er vervolgens wel, of geen actie op te ondernemen. Honoreren van het gevoel door er rekening mee te houden, zoals als het lichaam niet overbelasten is meestal een goede actie. Soms lukt dit niet en als de verkoudheid dan doorzet, of de griep toeslaat is het nooit helemaal zeker of dit voorkomen had kunnen worden. Deze onzekerheid kan alleen innerlijk worden verwerkt en het eigen gevoel is de leidraad om innerlijk te leren weten. Daadwerkelijke acties om bij ziekte en ongevallen iets te ondernemen, zijn los komen te staan van lapmiddelen, kruiden en bezweringen. Toch is dit soort basiskennis wel een soort waarborg, om rust te nemen of iets laten genezen zonder actie waar elk mens mee te maken heeft. Voor elk pijntje naar de dokter gaan voor hulp, staat los van het honoreren van de eigen innerlijke kennis. Dit wordt tegenwoordig ook vaak gezien als een vorm van aandacht vragen, maar het geeft dan eigenlijk de eigen onzekerheid aan. Onwetend zijn, of huiverig om het verkeerde te doen en dan eigen verantwoordelijkheid schuwen voor het nemen van acties. Vanuit het eigen innerlijk weten is er dan geen basisvertrouwen om te kunnen handelen.

3.25. Vergeten kennis integreren in innerlijk weten.

Leren veters strikken is een handigheid die door regelmatige beoefening paraat blijft en een leven lang beschikbaar kan zijn. Allerlei factoren kunnen meespelen om een eerder geleerde ervaring te laten vervagen en uiteindelijk te vergeten. Bij vervagen is er nog wel het innerlijk weten, bij vergeten kan het als een nieuwe ervaring worden gezien. Dan blijkt pas tijdens het als nieuw ervaren, dat deze kennis al voorhanden was en kan dit gemakkelijker worden opgenomen als opnieuw geleerd. Als een soort herhaling is de basis van het oude weer op te diepen uit het geheugen. Dit lange termijngeheugen is bijna hetzelfde als het innerlijk weten, vervlogen kennis. Uit de eigen jeugd iets op deze manier weer tegenkomen geeft vaak een verrassend vreugdevol gevoel, vanuit het diepe innerlijk weten voelt dat anders. Eerst is er meestal verwarring in verstandelijk proberen te achterhalen waar deze herkenning vandaan komt. Dan kan de herinnering terzijde worden geschoven als niet ter zake doende en weer in de vergetelheid belanden. Langzaamaan kunnen de herinneringen worden opgediept en kan dan eerst het huidige leven op oude kennis worden uitgewerkt. Glimpen nog oudere kennis zijn ook beschikbaar en zijn door voorkeuren en hobby's als innerlijk weten aanwezig.

3.26. Aandacht geven aan innerlijke fluisteringen.

Vaag iets wel weten is moeilijk om mee om te gaan, er lijkt geen noodzaak voor door de vaak simpel lijkende inhoud van de boodschap. Opeens iets zeker weten van binnenuit is gemakkelijker om actie op te nemen, dan de fluisteringen leren herkennen en honoreren. Dikwijls blijft het bij achteraf constateren iets eigenlijk al geweten te hebben en dat de informatie niet eerder duidelijk was. De enige remedie is om regelmatig deze fluisteringen te leren duiden en bij voorkeur te noteren, omdat dit zo snel vervluchtigt. Door regelmatig contact te maken met het innerlijk weten, kan deze meestal erg belangrijke informatie wel duidelijk binnenkomen, beklijven en tot keuzes leiden. Hierbij gaat het ook vaak om handige tips, reminders, of over een andere kijk op een bestaande situatie. Juist allerlei kleinigheden vragen in het dagelijks leven veel aandacht, om te onthouden en rekening mee te houden. Zoals verjaardagen op een verjaarskalender noteren in plaats van ze allemaal moeten onthouden is een vergemakkelijking. Dit geldt ook voor regelmatig even stilstaan bij de alledaagse acties, om alles op orde te houden. Elke dag een kwartiertje reserveren voor de geestelijke conditie om rust, inzicht en overzicht te krijgen, mag evenals de lichamelijke conditie ook die aandacht krijgen.

3.27. Daadwerkelijke acties op innerlijk weten nemen.

In de geest plannen bedenken en uitwerken op mogelijkheden, voelt in het dagelijks leven vaak als een onmogelijke fantasie. Daarbij gaat alles in het leven ervoor en erna zijn eigen gang en verdwijnt alles in de vergetelheid. Toch komt er daarna, meestal gedoseerd, steeds een vleugje hiervan terug in de dagelijkse gedachten, wat heel simpel kan worden opgepakt. Het vraagt wel een alert zijn om dit op te merken en het niet als toeval te bestempelen, of als een eigen kwaliteit. Vanuit het ego worden uitwerkingen vaak anders bestempeld en als het ware opgeëist als eigen verdienste. Uiteindelijk is dit het ook, als de uitvoering is geslaagd en er waardering en roem uit ontstaat. Het gaat om het innerlijk weten honoreren en de acties inzetten en vormgeven, waarbij het ego de daadkracht levert. Het samenspel is van groot belang voor de zuiverheid, onder- of overschatting van het eigen kunnen is ego, maar daadkrachtigheid ook. Leren om het onderscheid te maken en dit innerlijk invoelen in eigen wijsheid is hierbij noodzakelijk. Een goed idee blijft zonder verdere inspiratie een lege huls, juist de inhoud kunnen vormgeven vraagt nauwgezet toelaten van de geïnspireerde benodigde vervolgacties. Vertrouwen om vanuit deze inspiratie te vervolgen vereist blijven loslaten van het ego.

3.28. Invoelen van acties en uitvoeren van innerlijk weten.

Geestelijke groei gaat soms gestaag, maar vaak in sprongen als het afhangt van de al of niet benodigde actie. Tijd is niet van belang voordat iets wat geestelijk is gerijpt en begrepen, ook daadwerkelijk uitgevoerd moet worden. Los van een acute actie waarbij er direct gehandeld moet worden, zoals in een noodsituatie, is dit een tijdloos en bijna traag proces. Telkens kan er nieuwe informatie toegevoegd worden in een geestelijk proces vanuit het innerlijk, als uitgroeien tot volmaaktheid. Hierbij kan het innerlijk weten groeien naar compleetheid van inzicht en doorgroeien naar een totaal overzicht. Daarna kan er pas ruimte zijn voor actie om tot daadwerkelijke uitvoering te komen van deze tot dan toe puur innerlijke beleving. Het is als weten wat en daarna hoe iets tot een vorm kan komen, die als actie wordt gevoeld. Alle facetten van een denkbeeld eerst laten inwerken en rijpen, vraagt diepe afstemming en vooral rust: het proces verhaasten is niet mogelijk. Nieuwe inzichten kunnen pas worden ingevoegd als er compleetheid is om te kunnen toevoegen. Het is als een huis waarbij de eerste schets moet worden uitgewerkt en pas na alle mogelijkheden, berekeningen en latere toevoegingen kan worden neergezet en gebouwd.

3.29. Vaardigheden uitbreiden vanuit het innerlijk weten.

Alles is in beweging, gevoelens en ook op afgesloten acties kan later anders worden teruggekeken. Gevoelens uit het verleden kunnen verzachten en op eerder gemaakte keuzes kan later ook anders worden teruggekeken. Het is dan ook nooit te laat om deze veranderingen vanuit het innerlijk weten te honoreren en gedane zaken te herzien. Omdat altijd alles beweegt en groeit, is het van belang dit te registreren en hierop actie te ondernemen. Een boom planten betekent aanvankelijk beschutting geven om te kunnen groeien, maar later snoeien om de grootsheid te kunnen blijven hanteren. Als kind kan een boom immens lijken en een volwassene ziet dit vanuit een totaal andere gezichtshoek. Door verdriet en gemis te verwerken kan alles later anders aanvoelen en op worden teruggekeken met mildheid. Veel gebeurtenissen hebben een impact die door de tijd een andere lading krijgen, als de tijd heelt alle wonden. De eigenheid en het innerlijk weten groeien ook om met beleid en wijsheid wat er in de wereld gebeurt te bekijken. Als jongere lijkt dit gezapigheid, maar door de ervaringen gerijpt zijn is een betere benaming om vanuit een bredere visie het juist beter te zien. Alle kortzichtigheid en vurige daadkracht mag dan verzachten in wijsheid van het innerlijk weten.

3.30. Invoelen om innerlijk weten te kunnen raadplegen.

Er zijn veel gebeurtenissen in het dagelijks leven waarvan diverse kanten niet duidelijk zijn om te kunnen begrijpen en te gebruiken. Het kan voelen als slechts halve en onvolledige kennis, waarvan de reikwijdte daardoor niet kan worden overzien. Dan blijft handelen op dat moment beperkt tot roeien met de riemen die er wel voorhanden zijn. Door wel in actie mee te gaan en niet afhaken, kan er later wel begrip en inzicht komen. Dit is dan te zien als groeiend inzicht, waarbij door de mogelijkheid van afwenden er als het ware een keuze moet worden gemaakt. Sommige inzichten kunnen als te vluchtig weer snel verdwijnen en door er wel aan te beginnen, kan de acceptatie de groei van innerlijk weten stimuleren. Vrijblijvend innerlijk weten is daarmee verleden tijd, het eigen innerlijk weten kan en moet op gang komen in alle dagelijkse acties. Alles heeft immers meerdere keerzijdes, overal zijn keuzes en inzicht voor nodig vanuit het innerlijk. Iemand groeten op straat kan al wel of niet worden gedaan, eerlijkheid en zuiverheid leven vraagt altijd een afweging naar de beste mogelijkheid. Uiteindelijk groeit alles als een innerlijk weten wat er wel en niet het beste is en praten of zwijgen, wordt dan de eigenheid eren vanuit het innerlijk weten.

3.31. Krachten ontwikkelen vanuit innerlijk weten.

Zelf iets bedenken geeft vaak onzekerheid, afchecken met anderen kan dan wel de benodigde zekerheid geven. Van binnenuit iets bedenken, of willen vormgeven checken met anderen is vaak wat voorbarig, omdat het in het eigen hoofd nog niet is afgerond. Dat is het bijna nooit, want alles blijft in beweging en groeit naar andere vormen en mogelijkheden. Het invoelen is altijd de beste manier, als het slecht, of niet goed gaat voelen is het van belang dit te honoreren door innerlijk af te checken. Dan kan duidelijk worden waar en wat er beter kan, met alles even nalopen wordt vanzelf datgene wat niet goed voelt duidelijk. Soms kan er door een simpele verandering, aanpassing of juist iets weglaten weer het goede gevoel erbij komen. Juist het voorwerken in de geest, het bedenken en geïnspireerd worden is in het begin vaak een omzichtig proces. Pas wanneer er een overgave is en diep vertrouwen is in het eigen innerlijk mogen weten, wordt het gemakkelijker om de informatie te accepteren. Het ego wil altijd graag excelleren als het beter weten en soms kan dat nog een nuance toevoegen hoe het vaak praktisch ook nog beter vorm kan krijgen. Deze toevoeging kan dan wel handig zijn waar de echte inspiratie ook nog beter door uitgewerkt kan worden.

3.32. Accepteren van het eigen innerlijk weten.

Gedachten en gevoelens wisselen elkaar veelvuldig af en veel acties, of daden worden van tevoren zeer zorgvuldig afgewogen. Keuzes maken en volledig op de eigenheid voor de juistheid hiervan vertrouwen, is er meestal niet. Vaak moet een gedachte en het gevoel eerst samensmelten en met de uitvoering worden bekeken, voordat er een actie, of zekerheid kan worden vormgegeven. Het is altijd mogelijk om alles even uit te stellen en er wat tijd over te laten gaan, voordat er definitieve keuzes worden gemaakt. Het invoelen en bedenken van mogelijke consequenties is daarbij voor de mens een goede mogelijkheid om te gebruiken: sommige beslissingen kunnen niet meer worden teruggedraaid. Dit vraagt een zeker weten wat alleen gevoelsmatig nooit kan worden bepaald, juist het verstand is hierbij nodig om te gebruiken. Innerlijk weten voelt soms bijna als motor om deze onwetendheid te trotseren en beter weten als overzicht van hogerhand accepteren. Zelf altijd alles tot in de puntjes uitdenken en niets aan het toeval overgelaten, stagneert elke actie. Goede voorbereiding en zorgvuldigheid, zijn noodzakelijk om gesteund door het innerlijk weten tot de uiteindelijke keuze te komen. Dat is dan als in overgave en vertrouwen loslaten van onzekerheden, in het weten dat er goed genoeg over nagedacht is.

3.33. Verzachten door de innerlijke eigenheid.

Keuzes maken vereist daadkracht van het ego om ergens werkelijk voor te gaan en dit te realiseren. Deze kracht lijkt bijna haaks te staan om in te voelen en het innerlijk weten te kunnen honoreren. Het is ongeveer te vergelijken met de coördinatie van de linker- en de rechterhersenhelft, die alle mogelijkheden kunnen combineren en aanvullen. Soms is een centrum of een gedeelte van de ene kant meer actief en voor een andere taak wordt de andere hersenhelft geactiveerd. Bij beschadigingen kunnen de hersenhelften soms ook gedeeltelijk functies overnemen van elkaar. Dit werkt zeer nauwgezet en afgestemd om tot een goede uitwerking te komen. Precies hetzelfde geldt voor het innerlijk weten invoelen, om dan met daadkracht de uitvoering te kunnen vormgeven. Er blijft altijd een vaag gebied waar beide actief aanverwante acties moeten kunnen activeren. Het menselijk brein is moeilijk te reguleren en stimuleren van zwakke kanten is vaak noodzakelijk. Oefenen met sommen maken om te leren rekenen, is te vergelijken met regelmatig even stil naar binnen gaan om af te stemmen, of iets nog goed gaat. Flauwvallen kan door kordate actie van het ego worden voorkomen, maar dit betekent niet dat daarmee de oorzaak ook is opgelost. Luisteren naar het eigen innerlijk weten kan hier wel inzicht in geven.

HOOFDSTUK 4: INTEGREREN VAN INNERLIJKE KRACHTEN.

INLEIDING.

Het innerlijk weten is een brede informatiebron voor de totale verwerking van informatie in het leven. Vanuit de eigenheid weten en handelen, kan ingeperkt zijn door diverse normen die meestal van buitenaf komen. Soms zijn het verouderde waarden die los gelaten kunnen worden, om de inperkingen op te heffen: dan hebben ze hun dienst gedaan en nut bewezen. Voorzichtigheid en onbewezen veiligheid kunnen ervaren vanuit de eigenheid, moet geleerd worden met vertrouwen op de eigenheid. Dat proces overstijgen met het eigen innerlijk weten honoreren, geeft eerst nieuwe onzekerheid om dit te integreren in de persoonlijkheid. Daarbij worden alle oude patronen opnieuw onder de loep genomen, om de bruikbaarheid en geldigheid te continueren. Vanuit het innerlijk weten de eigen normen herdefiniëren, is een ingewikkeld en moeizaam proces. Door alle krachten die hierin meespelen te testen op waarheidsnormen en deze te leren onderkennen, worden dit de normen die kunnen voldoen aan de eigen zuiverheid.

4.1. Mannelijke en vrouwelijke krachten bundelen.

Sterke en stoere mannelijke egokrachten lijken het tegenovergestelde te zijn van zachte intuïtieve vrouwenkrachten. Wanneer ze in aanvulling beide worden toegelaten, kunnen ze een briljante samenwerking opleveren. In elk mens zijn deze beide kanten aanwezig, maar het rolpatroon in de maatschappij beperkt het stimuleren van beide. Mannelijke stoerheid en kracht en vrouwelijk getut en gegiechel, worden nog als elkaars tegenpolen gezien. Dit is een ontkenning van de ware krachten, als moeten verbergen van de eigenheid. Een snikkend verdrietig meisje wordt getroost en een huilende jongen moet zich leren vermannen. Dit is in de gevoelservaring niet zozeer bepalend, de component is dat meisjes zich niet moeten aanstellen en jongens hun gevoel moeten honoreren. Op deze manier komen de tegenstellingen al dichter bij elkaar, maar dit is niet waar het over gaat. Discriminatie, zoals in de beroepssfeer, ontkent de kracht van beide, alsof het een beter is dan het ander in plaats van de perfecte balans in samenwerking te zien. In aanvulling functioneren mannelijke en vrouwelijke krachten juist optimaal. Door de verschillende invalshoeken en de betekenissen van twee kanten te bekijken, is er altijd een bredere visie en uitwerking mogelijk.

4.2. Verinnerlijkte krachten allemaal blijven gebruiken.

Elke verworven vaardigheid geeft als kracht de mogelijkheid om deze in het leven te hanteren als gegroeide wijsheid. Voorheen was het door ervaringen wijs worden en daar is nu de eigen wijsheid door verinnerlijking ontstaan. Door innerlijk weet te hebben van mogelijkheden, vaardigheden en dit alles combineren met het kunnen toelaten van inzichten, leidt tot een groeiende wijsheid. Dit is te zien als inzicht en overzicht dat door geïnspireerd innerlijk weten tot stand is gekomen. Veel weten, gedachten, handelingen en vaardigheden vervluchtigen en belanden in het geheugen. Als het nodig is, zijn ze beschikbaar om weer te gebruiken, maar ze kunnen ook als blijvende innerlijke waarde worden gehanteerd. Door een verkregen medaille van verdienste goed zichtbaar op te hangen, blijft door regelmatige confrontatie de kracht van deze fantastische actie aanwezig. Dan kan het hierdoor langzaam worden verinnerlijkt, in plaats van weg te zakken in het geheugen. De innerlijke groei door acceptatie van deze bijzondere mogelijkheid om bijna boven het zelf uit te kunnen stijgen, lijkt dan gewoon te worden. De waardering van eigenheid en de eigen inbreng, is dan op een hoger plan gekomen in het innerlijk weten tot grootse dingen in staat te zijn.

4.3. Verworven inzichten actief in het leven toepassen.

In het innerlijk beleven is alles niet relevant, vaak is het een wirwar van losse gedachten die weer vervliegen. Langzaam kristalliseert zich hieruit een soort weten, als een mogelijkheid dat later kan groeien naar innerlijk weten. Dit innerlijk weten is dan nog een soort vaag met andere ogen kijken naar de werkelijkheid en toetsen van deze visie. Langzaam dient in het dagelijks leven de bevestiging zich aan in voorvallen, als een vorm van toetsing die uit zogenaamde toevalligheden bestaat. Iets wat in de geest is bedacht kan dan als een vorm zich aandienen, alsof het heel gewoon er al is. Het kan het geluid van een sirene zijn, een lamp die springt, of juist op tijd iets herinneren wat noodzakelijk is. Die grote toevalligheid kan opvallen en als een bevestiging van het innerlijk weten fungeren, waarna het als te leven waarheid wordt. Oefenen met deze materie geeft de duidelijkheid dat gedachten werkelijkheid kunnen worden door het 'toevallen' van de wens, kennis en materie. Een vage gedachte in een vorm zien, zoals een kledingstuk en dit erna in de winkel zien, geeft dan zekerheid van de mogelijkheid van manifestatie. Het toeval erkennen, vraagt al een behoorlijk solide herinnering van een gedachte. Het erna herkennen en leren waarderen geeft dan een ervaring van diepe innerlijke vreugde.

4.4. Zinvolheid van innerlijk weten naar intenties.

Gedachten vervluchtigen snel, evenals goede voornemens in acties bedenken, om eventueel te gaan voornemen. Vaak blijkt achteraf het vergeten om dit uit te voeren, het idee op zich lijkt dan al voldoende. Dat is ook zo, als er een inzicht is lijkt dit in de geest heel simpel uitvoerbaar, zelfs zo eenvoudig en gemakkelijk uitvoerbaar, dat het dan vervluchtigd. Een inzicht met diepe impact en duidelijkheid lijkt gewoon uitvoerbaar in de praktijk van het leven, vaak gaat het dan om de oplossing van een probleem. Als het een praktisch probleem betreft, kan dit als oplossing door de nieuwe inzichtelijkheid, een welkome aanvulling zijn. Het beeld van de uitwerking ervan is dan duidelijk, wordt in de vormgeving bijna vanzelf uitgewerkt. Goede voornemens maken als een soort dagdromen over hoger gestemde idealen krijgt minder vaak gestalte. Deze mooie gedachten liggen dan nog teveel in lijn met het vage, geestelijk uitwerken, zonder praktische acties. Toch is het hieraan overgeven een verrijking voor de eventuele intenties die later gestalte gaan krijgen in een meer daadkrachtige visie. Het vertrouwen in geestelijk beleven en kunnen gaan vormgeven is dan op een hoger plan al ontstaan, het neerzetten en uitwerken komt vaak op een ander tijdstip.

4.5. Zuivere intenties selecteren voor acties.

Eigen gewin is soms moeilijk te onderscheiden van waarachtige zuiverheid, omdat de bedoeling meestal wel goed is. Alle consequenties overzien met benodigdheden om iets te verwerkelijken, betekent veel aardse vormen neerzetten. Vooral wanneer er sprake is van geld, is deze materie een grote handicap voor de juiste intenties. Banken en winkels hebben niet dezelfde uitgangspunten om iets geïnspireerd uit te kunnen werken. Zakelijke belangen staan vaak lijnrecht tegenover deze uitwerkingen, vaak als bolwerken van macht. Het goede willen doen en in de praktijk vormgeven, vraagt ook hiervoor begrip bij een zuivere intentie. Juist alle intenties in deze aardse vormen kunnen neerzetten, is een kunst om in afstemming te blijven. Alle hulp is immers hierbij welkom en het leren weten, wat, hoe en wanneer kan ook invoelend en in afstemming worden uitgewerkt. Van binnenuit de mogelijkheden, informatie en benodigdheden benutten is al een hele klus. Soms is het nog niet de juiste tijd en moet er gewacht worden, tot het wel zover is en dat kan vaak lang duren. Dan is het proces van afstemming meestal nog niet afgerond om ook dit in overgave te laten voltooien, zodat de eigenheid vrij is van moeten en willen.

4.6. Loslaten van eigenbelangen in een aardse samenleving.

Geestelijk geïnspireerd zijn en zuivere intenties in de wereld vormgeven, heeft veel haken en ogen. Loslaten van alle aardse en egobelangen is al een hele klus, in een soort draai zuivere intenties uitwerken voelt als een dubbele spiraal. Heel klein beginnen is de enige mogelijkheid en dit is eigen gedachten en acties vanuit zuiverheid vormgeven. Zelf leren in zuivere gedachten te blijven, los van het ego willen en denken, is al een bewustwordingsproces. Omgaan met andere mensen is vanuit deze veranderde visie een houding die kunst door vallen en opstaan, moet worden geleerd. Door niet overal vanuit het ego op te reageren, maar vanuit het innerlijk er te laten zijn, voelt daarbij als een andere vorm van communiceren. Terughouden wordt dan vaak als vaagheid gezien, niet het achterste van de tong laten zien, als gebrek aan daadkracht. Er een nachtje over willen slapen is vaak het enige wat begrepen kan worden om wel in communicatie te blijven. Dan is meestal het bij de ander ook veranderd, het alles per se willen begrijpen om vat op elkaar te houden als ego belang. Gelijk hebben vraagt vanuit het innerlijk weten een verzachting om dit vanuit de eigenheid in begrijpelijke en krachtige vorm neer te kunnen zetten.

4.7. Innerlijk weten als daadkracht gebruiken en neerzetten.

Vage gevoelens vanuit het innerlijk weten kunnen altijd gemakkelijk worden vergeten, of niet gehonoreerd op dat moment. Dit bijna gedachteloos wegschuiven is als een momentopname van inzicht nog moeten verwerken, voordat het concreet kan worden. Na een aantal keren is dit innerlijk weten gegroeid in zeker weten en kan opeens duidelijk zijn hoe iets in de wereld vorm moet krijgen. Letterlijk en figuurlijk geïnspireerd wordt dan aan taken gewerkt vanuit de drive vanuit het innerlijk. Vaak vanuit een vastberaden innerlijk weten is dan helder geworden wat en hoe het vorm kan krijgen. Juist het in die concrete vorm waar maken is inzichtverhelderend, alsof alles dan vanzelf in die voorgewerkte vorm past. Dan is het stadium van het als dagdromen en vage ideeën door dit vormen voorbij, de innerlijke keuze is gemaakt en dan onveranderbaar. Alle twijfel is verdwenen om deze juiste weg weten te gaan en alle vormen worden als het ware innerlijk voorbereid, of duidelijk als zeker weten. Deze begeestering maakt het gemakkelijker, in de flow met het innerlijk beleven lijkt alles maakbaar om deze eigen keuzes uit te werken. Het is te vergelijken met een schrijver, of schilder die vanuit inspiratie feilloos een meesterwerk kan produceren.

4.8. Leren herkennen van de werking van innerlijke krachten.

Ergens over nadenken en uitpluizen is iets anders dan van binnenuit weten, als een vorm van groeiend inzicht. Een kruiswoordpuzzel oplossen geeft na nauwgezet invullen bij de voltooiing voldoening, als een trots gevoel. Vooraf is deze klus te overzien en de inzet vreugdevol aangaan, is als een soort hobby om de hersens te stimuleren. Hierbij is ook door de eigen kennis en wijsheid te gebruiken, een min of meer etaleren van trots, in dit alles waarschijnlijk weten. Zelf een idee krijgen, of een mogelijkheid ontdekken is een ander proces van openstaan voor de innerlijke inspiratie, als het fluisteren van een engel die voortbouwt op de eigen kennis. De beschikbare kennis wordt overvleugeld in een soort nieuwe draai, wat tot diepe innerlijke vreugde stemt. Alsof er nieuwe dimensies worden aangeboord, waar de beschikbare kennis naadloos in past en alle mogelijkheden worden overstegen. Het is als met andere ogen naar de werkelijkheid kijken en nieuwe mogelijkheden gewaar worden, die voorheen niet beschikbaar waren. Leren herkennen en omgaan met dit fenomeen van innerlijke afstemming, vraagt alertheid, openheid en een onbaatzuchtige bereidwilligheid om deze mogelijkheden te verkennen en te gebruiken.

4.9. Bevroren eigenschappen aanspreken.

Veel innerlijk weten is verborgen geraakt, omdat het niet werd geaccepteerd en als eigenzinnigheid werd beschouwd. En dat is het ook, het eigen innerlijk weten komt in opstand als het als onzin wordt bestempeld en dat voelt voor een kind als onrecht. In de kindertijd kan alles als een gewoon gegeven aanvoelen, maar wordt het als het als onzin beschouwd. Deze onderdrukking van de eigenheid naar een zogenaamde volwassenheid, leert een kind dit accepteren en vaak is het ook als veiligheid bedoeld. Veel mensen ervaren ook pas op latere leeftijd andere herinneringen uit vroegere tijden. Deze zijn dan als raadsels vaak onbegrijpelijk, omdat het eigen innerlijk weten tot dan toe is afgeschermd. Het is hetzelfde als uit een fotoboek herkennen van situaties en mensen, wat vaak niet eens op henzelf betrekking heeft, maar dit kan wel tot inzichten leiden. De huidige persoonskenmerken, zoals temperament en persoonlijkheid zitten diep in het innerlijk weten verborgen. Om dit voor de persoonlijkheid inzichtelijk te maken, wordt meestal geleidelijk door confrontaties geleerd waarbij inzicht en groei tot volmaaktheid moeten leiden. De confrontatie in het dagelijks leven, geeft meestal een radicale verandering in de persoonlijkheid. Het ijs is dan gebroken voor het toelaten van het innerlijk weten.

4.10. Eigenheid leren honoreren.

Behalve dat ieders mening waarde heeft, is het van belang deze nooit boven de eigen mening te stellen. Als een soort onafhankelijke persoonlijke mening mag deze er altijd zijn en hoeft niet naar buiten worden gebracht. In gezagsrelaties is omgaan met de eigen mening eigenlijk gemakkelijk, hier wordt meestal geen eigenheid gevraagd. Deze eigenheid staat los van vakkennis, of in gezagsverhoudingen die functioneel zijn. Een misser, of foute beoordeling hoeft de eigenheid niet te raken, hoogstens in besluiten een tandje bijzetten, of het hier niet mee eens zijn en dit aangeven. Het is als zakelijke aangelegenheid niet altijd mogelijk om iets los van de persoonlijke eigenheid te zien. In relationele contacten is deze eigenheid wel heel belangrijk en daardoor ook kwetsbaar. Het onderscheid hiertussen is van belang voor de persoonlijke geestelijke gezondheid, de mening van iemand anders hoeft de persoonlijkheid niet altijd te raken. Ontrouw zijn aan de eigenheid en altijd de mening van een ander belangrijker te vinden, doet op den duur de eigen persoonlijkheid tekort. Van binnen weten dat iets niet klopt, onterecht, of zelfs onwaar is, gaat dan wringen met het innerlijk weten van de eigen grootsheid. Deze grens overschrijden kan de eigenheid niet accepteren door het te blijven honoreren.

4.11. Het innerlijk weten recht leren doen.

Van binnenuit iets aanvoelen en vaak zeker weten kan niet lang genegeerd worden. Achteraf iets wel hebben geweten begint dan te hinderen en het voelt dan als lafheid dit te hebben genegeerd. Soms is er in het leerproces ook veel onduidelijkheid om te begrijpen wat er allemaal aan de hand is en meespeelt. Dit vraagt heel veel oefenen en leren het innerlijk weten goed te kunnen duiden. Negeren van informatie kan ook nodig zijn wanneer er op dat moment geen inzet kan zijn, als in een nu even niet en het later weer oppakken. Dit opschrijven om het niet te vergeten is een handigheid hierbij, want deze gedachteflitsen zijn vaak maar kort. Juist door de vrijblijvendheid om het te honoreren is het ook een eigen keuze, die vaak door leergierigheid en vanuit nieuwsgierigheid wordt genomen om er meer van te willen weten. Deze wens loopt meestal dan niet synchroon met het tijdstip waarop de gebeurtenis, of de informatie kan worden aangeboden en uitgewerkt. Voor een meer rustige uitwisseling van informatie is het handig om af te stemmen aan het begin van de dag. Door inplannen van wat tijd als er nog rust in het leven en de gedachten is, kan er gemakkelijker met het innerlijk worden afgestemd. Alle dagelijkse zaken de revue laten passeren levert meestal veel inzichten op, al is het in een andere volgorde. Extra informatie die handig is, mag dan ook vanuit het innerlijk weten de dag vergemakkelijken.

4.12. Verworven vaardigheden benutten.

Innerlijk weten iets tot stand te kunnen brengen, betekent niet altijd dit in daden vorm te moeten geven. Het besef van de eigen kennis en kracht kunnen benutten geeft een verrijking om door dit weten de eigen vermogens te vergroten. Vaardigheden als rekenen en schrijven kunnen worden verbeterd en uitgebreid en een beroepskeuze worden. Juist door het uitbreiden en vormgeven blijft het plezier en de motivatie steeds in stand. Dit is ook al bij lezen aan de orde, zonder letters in zinnen bewust te moeten combineren, kan de inhoud verrijken. Iedereen heeft hierin een eigenheid, de voorkeuren kunnen in een diversiteit worden gebundeld tot hobby-, kook- en allerlei andere verzamelinggroepen. Stimuleren van deze eigen interesses als een soort uniciteit is vormend voor de persoonlijkheidsontwikkeling. Wanneer het vuur ervoor gedoofd is, kan er weer een andere interesse worden uitgewerkt. Voor de eigenheid kan het dan opeens genoeg zijn, maar voor de omgeving is dat stoppen met een hobby vaak een raadsel. Het innerlijk vuur is dan gedoofd, omdat de vaardigheden geen uitdaging meer zijn en voldoende zijn vormgegeven voor het eigen leerproces. Dan is het tijd om nieuwe inspiratie uit te werken, die zich ook weer op basis van oude verworvenheden vormt.

4.13. Groeien in zelfbewustzijn vanuit de eigenheid.

Het leerproces van de eigen ontwikkeling lijkt van dom naar slim te zijn, maar het is een proces van de eigen mogelijkheden ontwikkelen. Allerlei factoren spelen hierbij een rol, waarbij de geestelijke vermogens worden aangesproken. Zoals bij elke handicap er andere mogelijkheden voorhanden zijn, die met inventiviteit het eigen willen en kunnen aangeven. Hetzelfde proces speelt zich af wanneer een baby geboren wordt, dit is nooit een routinezaak tot het ademen lukt, huilen en schreeuwen geeft dan altijd een zucht van vertederde opluchting. In het latere leven heeft huilen andere functies, bij honger, pijn en later ook bij boosheid en eigenzinnigheid. Eerst is het huilen van een baby als een signaal voor onbehagen, honger en pijn, onmacht en verdriet zijn latere redenen. Het is een proces van vallen en opstaan om de eigenheid te ontwikkelen in relatie tot de omgeving en soms lijkt het gewoon een kwestie van geluk of pech hebben in het leven. Er zijn veel gemeenschappelijke factoren die voor elk mens nodig zijn om zelfbewustzijn te ontwikkelen en waarbij de eigenheid vorm kan krijgen. Het innerlijk beleven is voor iedereen anders en leidt door alle verschillende mogelijkheden en keuzes tot een eigen ontwikkeling, die de unieke persoonlijkheid is.

4.14. Eigenheid ontwikkelen.

In de opvoeding van kinderen worden veel denkbeelden over allerlei zaken aangeleerd en verduidelijkt, zoals het leven zich voordoet. Ontdekken wat de eigenheid is, kan als klein kind moeilijk, want dan is dat is vaak dwars gedrag. Ouders kunnen vertederd reageren als een kind vanuit de eigenheid iets laat zien, of doet. Helaas is veel gedrag hiervan niet sociaal geaccepteerd en moet dat dan worden afgeleerd. Deze dubbele moraal is voor een kind moeilijk uit te leggen, grappig zijn wat dan niet mag. Aan alle gedragingen zitten divers ingewikkelde kanten, dat wat van binnenuit komt kan wel of niet worden gewaardeerd en geaccepteerd. De eigen binnenwereld wordt dan al in normen aangepast en ingekaderd naar sociale wenselijkheid. Daarbij is er ook nog vaak een dubbele moraal, thuis een koekje pikken kan thuis oogluikend worden getolereerd: in een winkel dit doen is stelen en strafbaar. Overall met iedereen lief knuffelen kan niet altijd en overall, er zijn grenzen die moeten worden geleerd. Boos worden, schreeuwen, of schelden kan thuis vrij normaal zijn, maar op school is dit niet toegestaan. Elk kind leert de eigenheid intomen aan maatschappelijke normen, de eigen gedachten en meningen van de binnenwereld, verschillen met die van de buitenwereld.

4.15. Wetenswaardigheden van het innerlijk weten.

Opgebouwde kennis is vastgelegd in het innerlijk weten en kan altijd geraadpleegd worden. Soms kunnen er door ervaringen toevoegingen en wijzigingen noodzakelijk zijn om up-to-date te blijven. Behalve als toegevoegde waarde door ervaringskennis, is dit ook het toelaten van uitbreiding van de geestelijke vermogens. Kleine kinderen kunnen dit nog spontaan ervaren en zien, maar dit innerlijk weten zien wordt meestal als verziensels afgedaan. Het vraagt een enorme inzet om de eigenheid, het eigen weten serieus te nemen en te vertrouwen op de innerlijke waarnemingen. Vragen om hulp in nood is wel een geaccepteerd gegeven, maar de diepe ervaringen over de ontvangen hulp, worden vaak als sentiment en vage gevoelens weggezet. Dan wordt het beleven van het gevoel vanuit het innerlijk getroost, verrijkt en versterkt door contact met het eigen innerlijk weten. In dat innerlijk weten worden ook de eigen gedachten vaak visueel door beelden en auditief verduidelijkt door het horen van en luisteren naar stemmen. Wanneer het innerlijk weten wordt verduidelijkt, is dat vaak op een indringende manier. Als een gegeven en een soort zekerheid van opeens weten wat de oorzaak van iets is, wat er gebeuren moet, of de achterliggende waarheid is.

4.16. Duiden van de betekenis van het innerlijk.

Het geweten van de mens is een leidraad om in zuiverheid en in liefde te kunnen leven. Dilemma's hierbij liggen altijd op de loer, omdat er altijd voor alles meer mogelijkheden zijn. Alle verschillende kanten hiervan overwegen geeft lang niet altijd duidelijkheid, omdat er diverse belangen spelen. Geld is een overweging die tamelijk los van gevoel staat en vrij duidelijk te hanteren is, maar van belang om mee te nemen. Hierbij speelt het ego vaak een afgebakende rol, de belangen zijn meestal duidelijk en het gevoel moet het onderspit delven bij hebberigheid, of als iets teveel kost. Hartsaangelegenheden liggen op een totaal ander vlak, geliefd willen worden en zijn vraagt andere aspecten om te overwegen. Hierbij is juist innerlijke inspiratie welkom bij alle aspecten erbij te betrekken en om acties ook mee te nemen. Van binnen uit ook voelen dat iets klopt, of het juiste is, kan dan heel prettig zijn en gelukkig maken. Met het ego afwegen van alle aspecten reduceert dit gevoel en dan komen er twijfels bij, want meestal is er een keuze nodig om te maken. Alles zorgvuldig op een rijtje zetten kan dan met vanuit het innerlijk voelen, leiden tot de juiste keuze. Door hiermee tevreden te zijn en in gesprek met het innerlijk deze beslissing nemen, kan dan zonder tegenstand goed voelen.

4.17. Zuiverheid vanuit het innerlijk weten leven.

In gedachten zijn de te ondernemen acties meestal goedbedoeld, in de praktijk bij de uitvoering ervan komen er andere dingen bij kijken. Elke keer is er weer een moment om te kiezen voor wat het beste is, het innerlijk weten is hiervoor altijd beschikbaar. In afwegen als in een soort overlegmoment kan het ego, de persoonlijkheid kiezen voor de meest zuivere oplossing. Dan wordt de keuze duidelijk in een soort goed gevoel met zeker weten wat de enige, juiste manier is. Meestal overtreft dit de eigen bedachte keuze, met een oplossing waarin alles perfect past qua timing, gemak, volledigheid en zuiverheid. Alsof door het de tijd te gunnen, even loslaten van getob hierover, in een soort hulp vragen een pas op de plaatsmaken wat het beste is, kan alles dan als vanzelf ineens vloeien. Dit hele proces speelt zich gewoon af in het dagelijks leven tijdens activiteiten, als vanzelf tussendoor in de eigen gedachten. Het dan weten wat er te doen staat, of gewoon wat de beste keuzes zijn, lijken dan ingegeven te zijn door het innerlijk weten. In het afvragen bij alles wat niet echt een goed gevoel geeft, vragen oproept, onzekerheid geeft, zorgen baart is dit een vorm van innerlijk overleg met de supervisor. Dit eigen innerlijk weten kan vanuit zuiverheid altijd en overal de persoonlijkheid inspireren.

4.18. Innerlijk weten checken.

De keuze om het innerlijk weten te honoreren geeft nooit een papieren zekerheid en dat iets zwart op wit is vastgelegd. De innerlijke bekrachtiging is geen tastbare vorm van zeker weten, maar is alleen via de eigen gedachten als weten tot stand gekomen. Daarom kan het verder niet worden geverifieerd en nagecheckt, tenzij het onmiddellijk, of tijdens het proces van innerlijk weten iets hierover is besloten. Bij het herlezen hiervan is er dan meestal weer diezelfde flow waarin het is ontstaan en dus een soort zekerheid in het weer voelen en weten. De eigen mind wil soms graag nog even een bevestiging, als een soort controle of het nog wel juist is en niet veranderd. Dit is proces van het in de wereld zetten van geestkracht naar daadkracht, maar geeft vaak twijfel door behoefte aan zekerheid. Als bekrachtiging in een (levering)contract, of een bewijsstuk kan deze innerlijke actie niet op deze manier worden vastgelegd. Het innerlijk weten groeit daarentegen in de actie in de vorm naar steeds bredere mogelijkheden. Wat door het innerlijk kan worden begrepen in weten, krijgt een vorm door de uitwerking en dit leidt weer naar nieuwe inzichten en mogelijkheden. Dan lijkt het begin soms bijna verdwenen in de verinnerlijking en zelfs dit terughalen is dan een deel van het eigen innerlijk weten.

4.19. Verkregen informatie leren accepteren als eigen innerlijk weten.

In het leven leert iedereen behoedzaamheid, niet over een nacht ijs te gaan en om valkuilen te vermijden. Het intellect kan veel informatie checken en dubbelchecken om de juiste manier ergens voor te vinden, al of niet uit puur zuivere motieven. Soms zijn dit praktische motieven, om overbodige inzet te voorkomen, of om persoonlijke kontakten te onderhouden. Het intellect is belangrijk om te gebruiken waar dit nodig is, maar soms kan het verwarrend werken. Wanneer er evenveel voor- als nadelen zijn, moet er toch een keuze gemaakt worden die onzekerheid kan geven. Wat dan de doorslag gaat geven, kan heel gemakkelijk vanuit het eigen innerlijk komen en hoeft alleen maar in gedachten worden gevraagd. Hierbij kan voor de zekerheid met een pendel worden gewerkt, maar vaak is het dan al duidelijk geworden. De zorgvuldigheid bij het nemen van beslissingen is van groot belang, zomaar op alles ingaan, of juist iets vermijden is meestal niet de bedoeling zijn. De eigen zekerheid vergroten door ondersteuning te vragen bij een keuze, kan eigenlijk een vanzelfsprekend worden. Het eigen innerlijk weten is altijd groter dan de eigen kleinheid om alles zo goed mogelijk te willen doen. Soms is het helemaal niet nodig om alles zo goed te willen doen om het ego te plezieren.

4.20. Evenwichtigheid leren bewaren door innerlijk weten.

Veel op het levenspad is niet helemaal ineens helder te krijgen in zeker, of innerlijk weten. Er zijn altijd veel keuzes te maken en die leiden vaak naar zijwegen, die om het totaal overzien een hindernis lijken. Alles heeft meerdere kanten, van goed tot kwaad, lastig en gemakkelijk, duidelijk en onduidelijk en de grenzen zijn vaak moeilijk te voelen en te zien. Meestal is het een onsje van beide en moet de middenweg worden gevonden, soms zelfs als het doel heiligt de middelen. Als hindernissen moeten moeilijke, of lastige bijkomstigheden ook worden uitgewerkt en dit werkt vaak vertragend. Juist dit kan dan de bedoeling zijn, als een groter vertrouwen opbouwen in dat het allemaal goed komt. Te snel en even vlug iets fixen is nooit aan de orde, juist door en bij tegenslag is het van belang om in afstemming en contemplatie vanuit het innerlijk dit leren begrijpen en accepteren. Het ego willen is vaak moeilijk te onderscheiden bij tegenvallers, uiteindelijk komt het vanuit het innerlijk weten soms kant-en-klaar op het bordje terug. Dan kan iemand anders zomaar iets zeggen, of door een of andere actie opeens iets duidelijk worden. Alles heeft tijd en ruimte nodig om te veranderen en te groeien, openstaan voor de hoogste waarden van het innerlijk vereist in alle respect dit te honoreren.

4.21. Verinnerlijken van zuiver weten.

Vanuit het eigen ik iets bedenken, of weten is meestal gerelateerd aan een uitwerking, die tot nut of verwerkelijking leidt van iets concreets. Als een droombeeld het bouwen van de hoogst mogelijke toren, bedenken en berekenen op veiligheid heeft al een ego aspect in zich. Bedenken wat de mogelijkheden zijn van een bestaande situatie en dit verder uitwerken, hoe het beter, mooier en groter kan is ook ego gerelateerd. Het brein kan in gedachten vormgeven en ongelimiteerd fantaseren en dromen verwezenlijken. Of ze al, of niet uitgevoerd worden is meestal nog niet aan de orde in deze voorfase van verwerkelijking. Berekeningen en afwegen van diverse mogelijkheden zijn te concreet om de fantasie te laten stromen. Het daadwerkelijk uitwerken leidt vaak tot een desillusie vanwege diverse beperkingen en deze fantasie wordt dan terzijde geschoven als niet werkbaar. Daarna is er door dit loslaten inspiratie mogelijk, waarin de onmogelijkheden soms als sneeuw voor de zon kunnen verdwijnen. Zomaar vanuit het innerlijk kunnen de meest fantastische aanvullingen ter verfijning verschijnen. Nadat het proces is uitgewerkt en de finesses worden toegevoegd, is dit door de samensmelting van het innerlijk weten met de daadkracht van het ego tot stand gekomen.

4.22. Innerlijke betrouwbaarheid weten en leven.

Leren vertrouwen van de innerlijkheid is niet zo moeilijk, eenmaal de ervaring beleven geeft immers verrijking van het weten van binnenuit. Dit innerlijk weten is van zo'n enorme zuiverheid dat het soms te groot is om te bevatten. In het begin is er zelfs vaak een huivering om hiervan zomaar, te pas en te onpas als sterfelijk, aards wezen gebruik van te maken. Dan wordt er innerlijk een selectie gemaakt wat we en wat niet serieus genoeg is om voor af te stemmen met het innerlijk. Als een grens trekken van wat het eigen ik zelf moet kunnen en weten, zonder overbodig gebruik te maken van erbij de engelenkracht. Deze andere kant van de innerlijkheid niet gebruiken is een even groot dilemma als de betrouwbaarheid in twijfel trekken. Het weerhouden van hulp bij iets groots of te kleins is een overbodig selectie criterium. Als de eigenheid het heel goed allemaal zelf kan oplossen, zal er een sturing zijn in de gedachten om zelf zekerder te worden. Een mens hoeft immers de engelen niet te helpen, of behoeden, door de hulpvraag te beoordelen, of te corrigeren. Hulp is er altijd, daar kan en mag iedereen vrijblijvend gebruik van maken, ten dienste van zichzelf en anderen. Als het niet aan de orde is, of als onzin voelt, kan dit door iedereen zelf worden aangevoeld.

4.23. Menselijke mogelijkheden verbreden met innerlijk weten.

Wanneer iets goed, of slecht voelt is vaak onduidelijk, vooral in het begin wanneer het zich nog omhullend en vaag aandient. Herkennen van deze eerste signalen vergt al moeite om naar binnen te gaan, want dat is vaak tussen alle dagelijkse bezigheden niet eenvoudig. Vanuit het innerlijk kan dan vaak wel al een klein glimpje inzicht verschijnen, maar dit kan lang niet altijd worden opgepikt en begrepen op dat moment. Wanneer bij het terugkijken als alles is opgelost, kan het wel worden gezien en volledig begrepen. Het toelaten van deze kleine inzichten is wel de poort naar het willen openstaan voor dit soort informatie, al zal het nog vaak worden afgewezen en niet herkend. Wanneer de situatie nog niet aan de orde is, valt deze innerlijke boodschap vaak niet op de juiste plaats. Leren herkennen van deze soort fluisteringen die zich aandienen, kan door er open voor te gaan staan. Dan kan vanuit een soort bevestiging van de gevoelsmatige waardering voor de eerdere informatie, er om worden gevraagd. Door dit vragen in een soort tweegesprek, als overleg met het innerlijk: wat zal ik doen, hoe kan ik hier het beste op reageren. Het voelen en weten wat er dan te doen staat kan dan met behulp van het innerlijk weten tot stand komen.

4.24. Onderlinge verbondenheid herkennen.

Gelijkenissen in families zijn niet toevallig, maar dezelfde genen kunnen zich wel op verschillende manieren manifesteren. Uiterlijke gelijkenissen zijn daarbij behalve het meest zichtbaar, moeilijker te negeren. Je bent wat en wie je bent geldt echter nooit, nu is het al mogelijk alle uiterlijke kenmerken die niet bevallen te laten corrigeren. Het innerlijk, met de familiale verbindingen kan ook worden losgekoppeld en worden overstegen in eigenheid uitwerken. De uniekheid van elk individu staat nu al veelal los van de familierelatie, elk mens mag en kan zich op de eigen manier ontplooiën. Zelfs als dit uiteen groeit, blijft er de onderlinge en innerlijke diepe verbondenheid. Dit is niet altijd zoals het lijkt familiair gebonden als een soort erkenning, maar op een heel ander en hoger niveau als mens, volk, aardebewoner en als ras. Dit lijkt te ver van het eigen bed, maar wordt in de praktijk vormgegeven door ontwikkelingswerk in pure hulp. Elk mens heeft leiding nodig om de eigen weg te vinden en deze zelf in te vullen. Dat kan uitmonden om de eigenheid in winstbejag neer te zetten in volkeren koloniseren en het toe-eigenen van arbeidskrachten en bodemschatten. Dit uit egobelang denken te mogen veroveren en misbruiken gaat langzaam veranderen in overstijgend het mensheidsbelang accepteren.

4.25. Vanuit innerlijk weten leren denken, handelen en spreken.

Ergens over nadenken geeft een bezinningsmoment voor er gehandeld of gesproken gaat worden. Welke woorden kiezen is van groot belang en hoe en wat er gezegd wordt, kan worden ontvangen of begrepen. Eigenlijk is het als een stapje opzij doen in bezinning, om de juiste woorden te kiezen. Hierin is grote zuiverheid om het juiste te doen en na een zorgvuldige overweging de best mogelijke actie te ondernemen. Het lijkt weliswaar of alle spontaniteit dan zou verdwijnen, maar die wordt dan optimaal gekanaliseerd. De handeling in gedachten voorbereiden vraagt al een plan en planning in het wat en hoe. Alles eerst in gedachten helemaal overwegen en even rust inbouwen, geeft ruimte voor extra mogelijkheden kunnen toevoegen. Meestal is in gedachten een eerste plan nooit compleet uitgewerkt, door het als bezinning even laten groeien, kan de invulling met extra toevoeging worden vormgegeven. Er is altijd tijd en ruimte om iets even te laten bezinken en het innerlijk weten erop toe te laten in openstaan. Even dat momentje van een soort aarzeling toelaten, kan als stilstaan in de actie dan een enorme creativiteit opleveren. Het beste woord gebruiken is ook als in een soort aarzeling om het juiste woord te zoeken de actie even stilzetten, zodat dit woord te binnen kan schieten.

4.26. Verwelkomen van het innerlijk weten.

Elk mens wordt gevoed door inspiratie, het innerlijk weten kan uitgroeien tot grote hoogte en zichzelf daarbij vervolmaken. Loslaten van vasthouden aan onmogelijkheden die kleven aan geïnspireerd worden, kan tot grote hoogte en verdieping leiden. Gevoed worden door het innerlijk geeft een enorme verrijking bij het toelaten van oude beschikbare kennis. Mysteries over Egypte vanuit het innerlijk leren begrijpen en inzicht kunnen toelaten over van alles en nog wat, verrijkt het dagelijks leven. Daarbij is tobben en iets niet weten verdwenen, vanuit en in het innerlijk weten is immers alles duidelijk. Oude kennis uit vroegere tijden kunnen door inzicht in dromen helder worden, begrijpen en snel moeilijke situaties hanteren wordt een makkie. Twijfelen en open staan voor inzicht, kan als een simpele innerlijke vraag tot stand komen vanuit het innerlijk weten. Overzicht om een ingewikkelde situatie te ontrafelen kan in een rustige cadans helder worden, door alle factoren vanuit het innerlijk beleven te kunnen plaatsen. Innerlijke vragen en onduidelijkheden leren duiden en in de verduidelijking een levensles kunnen aanvaarden, vraagt voortdurende bewustheid en concentratie. De lessen van het innerlijk aanvaarden is dan als een gezamenlijke verantwoordelijkheid.

4.27. Gedachten vorm laten krijgen.

Innerlijke overpeinzingen verdwijnen snel weer in de roes van het dagelijks leven, ze leiden vaak tot meer rust. Werkelijke keuzes kunnen door dit meestal nogal vage gedachtespel moeilijk als actie, of innerlijke afspraak worden gehanteerd. Toch vormen zich op deze manier wel langzaam innerlijke keuzes in een meer beschouwende visie, los van het gangbare en het ego. Het eigen innerlijk mag in de gedachten die zich voordoen vrij associëren, zonder dat er keuzes of consequenties aan vast zitten. Gebruik maken van deze innerlijke vrijheid geeft dan weer verruimende visie in dit geestelijk beleven. In gedachten iets uitdenken, zo als voorwerken bij een planning is dan niet aan de orde, er is geen moeten of willen bij dit ingekeerde en terugtrekend beleven. Het is iets heel anders, wanneer juist de vrijheid van de eigen geest kan worden beleefd bij de eigen gedachtevorming. Als overstijgend van de eigen mogelijkheden is er amper beperking, want alles wat zich aandient mag er zijn en krijgt de aandacht. In deze rust los van alles ontwikkelt zich gaandeweg als in meditatie inzicht en overzicht over de eigenheid en die van anderen. In deze wijsheid is het daarna mogelijk te beschouwen om uiteindelijk te kunnen schouwen waar het in het leven uiteindelijk om gaat.

4.28. Bestaande visies verbreden en aanvullen.

Gaandeweg het leven verandert alles van binnen en van buiten een mens, want niets staat stil. Zo is het ook met de vorming van gedachten, ideeën en meningen over alles wat er gebeurt. Achteraf alles overzien is tijdens het veranderingsproces niet mogelijk, juist in de acties moet een verandering vorm krijgen. Pas erna als het voltooid is, kan er worden overzien en bijgeschaafd, zoals een huis na de bouw pas kan worden gerenoveerd. Het lichamenteel groeien tot volwassenheid heeft daarbij de geestelijke component van wijzer worden en meer begrip en inzicht verwerven. Deze groei vraagt veel van het incasseringsvermogen op allerlei gebieden, want niets gaat vanzelf. Als jonge atleet de prestatieniveaus zien verminderen, is op dat moment dan moeilijk als een voorschat op het verouderingsproces te zien. Het hele leven is een proces van opbouw en afbraak om nieuwe acties en vormen te ontwikkelen. Juist door de geleerde lessen is het mogelijk om door schade en schande de levenswijsheid te verkrijgen. De eigen visie kan niet verder kijken dan een planning op afgebakende tijdstippen. Als een kleuter zijn eigen wensen kenbaar kan maken is de periode van het onbewust leven afgesloten. Terugkijken op de eerdere zuigelingentijd is nooit meer dit kunnen ervaren.

4.29. Gedachtekracht uitwerken in weten en luisteren.

Het innerlijk weten spreekt voor zichzelf, vaak als horen en waarschuwend opmerkzaam worden. Aandacht hieraan besteden geeft ruimte en inzicht in innerlijk weten en een andere, parallelle en onzichtbare wereld. Vergeten waarheden komen dan ook naar boven die altijd al aanwezig waren als het zuivere geweten, dat vaak genegeerd wordt. De innerlijke eigenheid respecteren en honoreren vergt doorzettingsvermogen om te begrijpen wat de innerlijke wereld allemaal behelst. Alles wat geweten wordt en klopt als waarheid en zuiverheid, is in ontroering te erkennen van dat wat er altijd al is geweest. Diep verborgen en weggestopt is deze eigenheid meestal genegeerd zonder bestaansrecht. De geldende normen zijn nooit voor de eigen individualiteit en hebben de eigen ontwikkelende persoonlijkheid altijd geremd. In de puberteit is er dan een soort opstandigheid dat de eigenheid geen recht wordt gedaan, maar dit vlammeende gevoel dooft erna weer. Toch blijft de eigenheid, het eigen innerlijk weten meespreken, al wordt het op een andere manier geduid en de herontdekking geeft diepe vreugde. Zelf weten wat en hoe geeft dan toestemming en waardering voor de eigenheid, die dan geïnspireerd kan worden uitgebreid.

4.30. Rijpen in vormgeven aan innerlijk weten.

Wanneer er helderheid in het eigen denken en weten is ontstaan, voelt dit eerst bijna als het ontdekken van een soort geheim en hoger weten. De achtergrond van het eigen handelen wordt dan met weten vanuit een andere dimensie vormgegeven. Het vergt lef om behalve te weten ook te handelen en spreken vanuit deze innerlijke kennis. Waar veel innerlijk weten vaak wordt afgedaan als onkunde en vage gevoelens, kunnen deze nu gehonoreerd en in actief spreken en handelen worden vormgegeven. Van binnenuit is dan duidelijk waar het over gaat, maar er is altijd huiver om dit naar buiten te brengen en als betweter te etaleren. Elk innerlijk proces verdient zorgvuldigheid in het uitwerken, maar ook in de uitwerking en vormgeving. De achtergrond van iets vanuit het innerlijk weten, is voor een ander vaak niet aan de orde, een probleem is vaak een dat is wat het is. De oplossing ervan kan door het innerlijk van de ander pas gevraagd worden als deze hieraan toe is. Anders is als het paarden voor de zwijnen werpen en gaat deze innerlijke wijsheid teloor. Daarbij voelt de eigenheid zich teleurgesteld door het falen van deze goedbedoelde actie, maar dat is dan weer van een goedbedoelend ego. De juiste timing zonder ego leren vinden is een proces van grote zorgvuldigheid.

4.31. Innerlijke krachten verenigen vanuit rechtvaardigheid.

Zuiver innerlijk weten is het hoogste goed om vanuit te handelen met behulp van het eigen ego als leidraad. Hier is geen schimmigheid of eigenbelang, maar altijd alleen handelen vanuit het eigen innerlijk weten in zuiverheid. Tegengestelde belangen monden vaak uit in gelijk willen krijgen in beter weten voor een ander en zijn hiermee andermans belangen. Discussies ogen vaak zuiver op de graat, maar egobelangen zijn vooral gericht op gelijk hebben en willen krijgen en zijn daarmee eigenbelang. De eigenheid trouw blijven en de eigen zuiverheid eren en steeds hiernaar terugkeren is de enige weg voor een mens om in rechtvaardigheid te leven. Stoere mannelijke krachten en verfijnde vrouwelijke krachten zijn hierbij gelijkwaardig om te hanteren. Te pas en te onpas ergens op los slaan en in woede, of drift overschreeuwen van de eigenheid is niet de juiste weg. Slinkse vrouwelijke verleidingstrucs en het beramen van ondermijnende acties zijn nooit waarvoor een mens bedoeld is om in waardigheid te leven. De eigen inborst trouw blijven, zal altijd bijgestuurd moeten worden en dit kan allebei met het ego. Te groots, of te klein en om alles te vervolmaken in zuiverheid, daarvoor is een mens gemaakt en is elk mens toe in staat.

4.32. Vormen en krachten uit het innerlijk leren hanteren.

Gedachtekracht kan door de eigenheid in een beter werkbare, passende vorm worden aangepast om te hanteren. Een gangbare stoerheid kan in een meer liefdevolle vorm worden geuit in minder verhardende taal. Dit betekent en vereist een draai in het uiten voor de persoonlijkheid en zal aanvankelijk onecht voelen. Gewend zijn om in stoerheid de eigen goedheid te laten zien, zal door gebruikmaken van andere vormen ook de eigenheid veranderen. Goed bedoelde acties kunnen een andere inhoud krijgen in aantal en echtheid, goedbedoeld betekent niet automatisch oprechtheid en liefdevol. Meestal om de brij heen draaien en nooit het achterste van de tong laten zien, kan veranderen in duidelijke oprechtheid vanuit het hart. Er zijn veel andere vormen vanuit het innerlijk mogelijk om te gebruiken en uit te vinden wat werkelijk past. Dat betekent open staan om te oefenen en de eigen persoonlijkheid min of meer in de waagschaal stellen. Van een lieve, zachte en nooit veroordelende houding, kan dit een meelevende en begrijpende mening worden, met een duidelijke eigen visie. De innerlijke kracht die zich aandient leren begrijpen en hanteren leidt altijd alleen tot oprechtheid.

4.33. Alle innerlijke krachten honoreren en bundelen.

Elk mens verschilt van een ander en elke situatie verschilt van een andere, soortgelijke gebeurtenis. Vanuit het innerlijk weten ervaren, betekent meegroeien, wijs worden door ervaringen en ervaren worden in alles wat zich voordoet. Het is als leren kruipen, lopen en rennen en het een kan op basis van het andere zich ontwikkelen. Bij het begin moeten beginnen is nooit minder, het gaat om het leerproces waarin de eigenheid de vaardigheden vorm geeft. Sterke, stoere mannelijke krachten ontwikkelen lijkt soms haaks te staan op fijne, invoelende vrouwelijke kracht. Een andere aanpak kan soms goed uitpakken en een andere keer de plank mis slaan. Juist door het ervarend leren in doorzetten, of juist dagdromen, kan een mens zich volledig vormen. Door te anticiperen op wat er gebeurt in een de situatie weten de juiste terughoudendheid, of de benodigde daadkrachtigheid te hanteren. Dan kunnen de eigen innerlijke krachten groeien door deze afwisselend, of gezamenlijk in verschillende combinaties elke keer adequaat te gebruiken, uitwerken en vormgeven. Elk mens is anders, de eigen krachten vanuit het innerlijk verschillen vooral door groeien in de zekerheid van het juiste te doen op dat moment.

HOOFDSTUK 5: SLOTBESCHOUWING.

Elk mens is gezegend met kwaliteiten die vanuit het innerlijk weten kunnen worden uitgewerkt. Als de mens in staat is om vorm te geven aan het leven vanuit de eigen individualiteit, is dit de hoogst haalbare vreugde. Innerlijke krachten toelaten en aanspreken kan inspireren tot vormgeven van enorme expressie in alles. Als het ware door een andere bril het leven bekijken, zonder beperkingen kunnen dan vanuit de eigenheid grote en kleine daden worden verricht. Gesteund door een innerlijke bevoegenheid kunnen dan acties vorm krijgen. Ongehinderd door eigen beperkingen deze activiteiten uitwerken, geeft plezier en voldaanheid. Het gebruiken van innerlijke mogelijkheden om geïnspireerd te worden leidt tot een meer evenwichtige persoonlijkheid, en meer in balans zijn. Vanuit het innerlijk het goede weten te doen en in creativiteit de verschillende krachten hanteren vergroot de mogelijkheden in het leven en komt aan alles en iedereen ten goede.

