

De Energiesnelweg

Ruud Hanou

De Energiesnelweg

Voor onze dochter Milou, voor Jesse en Jerome.

Met dank aan mijn geweldige vrouw Lolanda die mij altijd met beide benen op de grond houdt.

Koopman & Kraaijenbrink Publishing
<http://www.deuitgeverij.nl>

© 2007, 'De Energiesnelweg'
Ruud Hanou
www.energiesnelweg.nl
voor bestellingen en meer informatie.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een computerbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enig andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de auteur.

Inhoudsopgave

1.	Inleiding	7
2.	Energie voor het oprapen	9
3.	Energiesnelweg	13
4.	Alles te downloaden	17
5.	Spamfilter	19
6.	De kneedbare wereld	22
7.	Bij bewustzijn	26
8.	Lager en hoger bewustzijn	29
9.	Stilte!	35
10.	Concentratie	40
11.	Het juiste bestellen	43
12.	De DIAGRAM-methode	49
13.	De Wet van de Aantrekkingskracht	55
14.	Tegenslag	60
15.	We gaan door	64
16.	Je hebt geen tijd	68
17.	Ontvangen en geven	71
18.	Blijf niet plakken	75
19.	Prettig en zinnig leven	78
20.	De toekomst	83
21.	Samengevat	88
	Nawoord	91
	Bijlage - Aanbevolen literatuur	93

1. Inleiding

Er ligt een prachtige nieuwe snelweg op je te wachten. Deze ongekend brede snelweg slingert zich met ontelbare vertakkingen door landschappen met onbegrensde mogelijkheden. Er geldt geen maximum snelheid, je bent onmiddellijk op de plaats van bestemming. Vervoersmiddelen zijn overbodig en je gebruikt op je reizen de volkomen schone energie waaruit de snelweg zelf is opgebouwd.

Dit is niet de snelweg van de vorige eeuw om jezelf en je spullen over de wereld te vervoeren. En ook niet de elektronische snelweg waarover we wereldwijd informatie van computer naar computer sturen. Dit is de energiesnelweg, waarover 'intelligente' energie vibreert, met revolutionaire, spectaculaire mogelijkheden.

Af en toe vang je een glimp op van de verbazingwekkende werking van de energiesnelweg. Er gebeurt iets dat je nu nog toeval noemt, of een wonder. Omdat zo'n voorval volstrekt niet in het klassieke wereldbeeld past, aarzelen wetenschappers om een grondige expeditie te ondernemen om het achterliggende fenomeen te verkennen.

Toch hebben enkele doordouwers zich een weg gebaad door het geestelijk struikgewas dat de energiesnelweg aan ons zicht ontnemt. Hun wonderbaarlijke bevindingen wecten in eerste instantie ongeloof en tegenstand op. Maar nu anderen hun experimenten kunnen herhalen groeit het besef dat zo'n energiesnelweg werkelijk bestaat. En dat je deze met de puurste, natuurlijke middelen kunt benutten.

Er moet nog heel wat werk verricht worden voordat we honderd procent van de energiesnelweg kunnen profiteren. De wetenschap moet betere toegangswegen naar de energiesnelweg uitrollen. Wetenschappers moeten overwoekerde opritten, beschreven in eeuwenoude geschriften, opnieuw vrij maken.

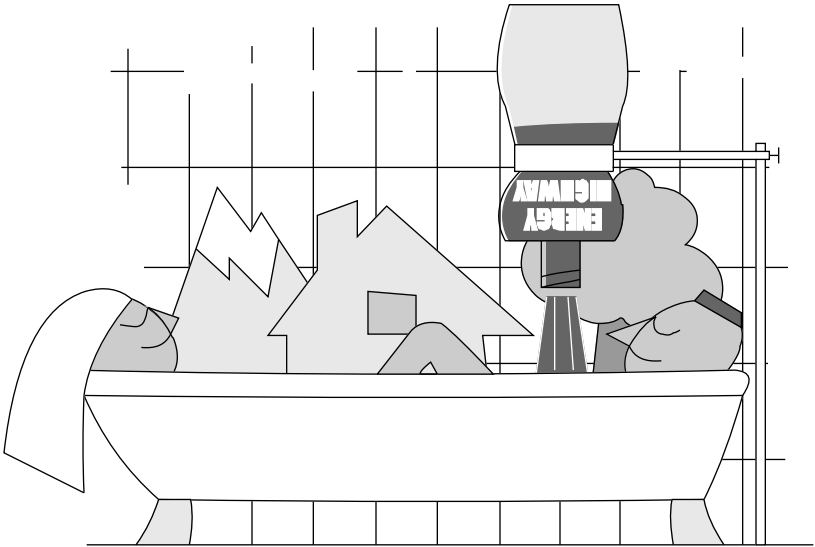
Op kleine schaal is echter nu al veel mogelijk voor jou zelf. Als jij in je eigen bovenkamer de vensters goed schoon lapt, zal jouw uitzicht op deze weg verruimen en zul je het enorme potentieel gaan ontginnen.

De beloning is groot. De weg naar een prettig en zinnig leven ligt open voor iedereen die enkele eenvoudige principes toepast. Wat we zoeken in steeds geavanceerdere apparatuur, medicijnen, therapieën en genotsmiddelen ligt in superieure uitvoering op ons te wachten op de energie-snelweg.

Ik hoop dat dit boekje jou inspireert om je eigen bescheiden expeditie te ondernemen. Ergens diep in je 'Tom Tom' zit de route naar de energiesnelweg al opgeslagen. En dat is niet verbazend. Je hebt lang geleden de route al eens afgelegd. Maar dan in omgekeerde richting.

Ruud Hanou.

2. Energie voor het oprapen



Stel je voor dat je in een oneindige oceaan zwemt. Overal om je heen is water, zover je kunt zien. En alles wat je ziet – huizen, bergen, bomen, schepen - staat of drijft in hetzelfde water. Als mens vóel je dat water, het verschil met je dagelijkse droge omgeving.

Stel je nu voor dat je een vis bent, die leeft op de bodem van die oneindige oceaan. Je hebt al je hele leven water om je heen. Voor jou als vis is water zo vanzelfsprekend, dat je je er niet van bewust bent. Water is je natuurlijke leef-omgeving, zoals lucht en zwaartekracht voor mensen natuurlijke en vanzelfsprekende zaken zijn.

Op een vergelijkbare manier zijn wij ons niet bewust van het mooiste en handigste waarin wij voortdurend zijn ondergedompeld. Wij zwemmen namelijk in de energie. We voelen het niet, we zien het niet, we horen het niet, we kunnen het (nog) niet goed meten. En toch is het er, altijd en overal. En in gigantische hoeveelheden. Een kubieke meter van de intense energie om ons heen zou voldoende zijn om alle oceanen van de wereld tot het kookpunt te verwarmen.

Die energie bevindt zich rond alles dat bestaat en ín alles dat bestaat. Zo zit die energie rond en in ons lichaam. En tussen jou en mij. En in elke boom, tafel, stoel en steen. In je eten en drinken.

Einstein wist al dat materie een hoeveelheid energie vertegenwoordigt. Dankzij de wetenschap in de vorige eeuw is ook duidelijk geworden dat materie gewoon energie ís.

Je weet dat je materiaal in steeds kleinere stukjes kunt verdelen totdat je aan moleculen komt. Vervolgens kun je moleculen nog verder uiteenrafelen tot atomen. En binnenin atomen zit weer een rits deeltjes, zoals elektronen, protonen en neutronen. Die deeltjes worden vaak voorgesteld als bolletjes. Dat blijkt echter wat kort door de bocht.

Wetenschappers hebben al in de vorige eeuw ontdekt dat die bolletjes, bijvoorbeeld elektronen, niet altijd bolletjes zijn. Tot hun verbazing waren het ook wel eens golven. Het lag er maar aan wat je aan het onderzoeken was, wat je wilde waarnemen. Met die tweeslachtigheid viel moeilijk te werken.

Een aantal wetenschappers zocht verder en bewees dat op het niveau kleiner dan atomen alles bestaat uit energie. Beter gezegd: de deeltjes waaruit atomen zijn opgebouwd zijn energiewervelingen, pakketjes energie, die constant met grote snelheid in beweging zijn.

De consequentie is dat alles is opgebouwd uit energie. Als atomen bestaan uit energiewervelingen, dan geldt dit ook voor moleculen die uit die atomen zijn opgebouwd. En ook voor alles wat uit atomen en moleculen is opgebouwd. Alle materie, alle dingen die wij waarnemen, zijn niets anders dan bouwwerken van energie. Alles is energie. Alles! Die energie kun je je voorstellen als een gigantisch veld met wisselende dichtheden, een energieveld.

Je kunt de situatie vergelijken met een ijsberg in een oceaan. Die ijsberg is bevroren water, omringd door vloeibaar water. Als het kouder wordt groeit de ijsberg aan vanuit het water. En met dezelfde vergelijking: in de lucht hangen wolken, als daar sneeuwvlokken of regendruppels uit vallen gaan die weer terug naar de bron.

Zo kun je je een beetje voorstellen dat alles uit het energieveld is voortgekomen. Net zoals ijs gestold water is, zo is materie als het ware gestolde energie uit het oneindige energieveld, hoewel gestold een verkeerd woord is. De hele verscheidenheid aan materie is terug te brengen tot energie. Alles wat hard is en zacht is. Planten, dieren en mensen. Stenen, water en lucht. Alles!

Vergeleken met vaste materie die los van ons staat lijkt energie iets waarop gemakkelijk invloed mogelijk is. Het

lijkt haalbaar om energie in een bepaalde richting te laten stromen, om het hoger of heftiger te laten trillen. De vraag is echter hoe? Hoe maak je dingen van energie? Hoe beïnvloed je bestaande materie?

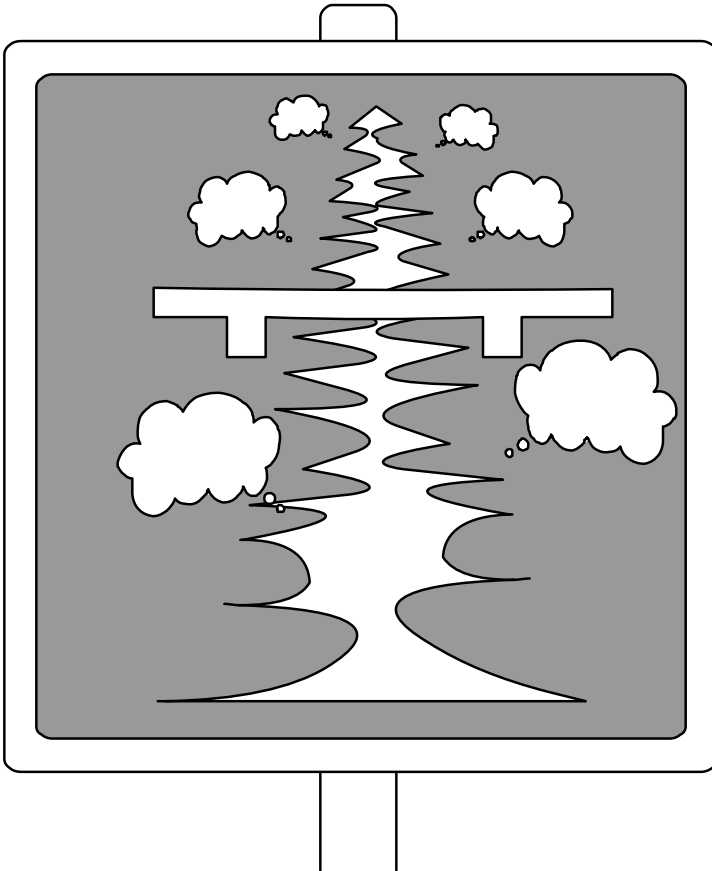
Om die vraag te kunnen beantwoorden kijken we zo eerst uitgebreider naar het energieveld.

Wat kun je met de wetenschap dat alles energie is?

Als je beseft dat werkelijk alles voortdurend bewegende energie is, dan is het gemakkelijk aan te nemen dat niets vaststaat en niets vast is. Je hebt een maakbare wereld, waarin alles mogelijk is. Zo heb je bijvoorbeeld een maakbaar lichaam. Je weet in je binnenste al dat alles met energie te maken heeft. Als je energiek bent, voel je je goed. Iets leuks doen geeft je energie. Als je iets tot stand wilt brengen moet je er energie in steken. (Daardoor hoeft het overigens geen zwaar karwei te zijn.)

Je kunt bij iemand op visite gaan en vol energie terugkomen. Of altijd bekaf zijn na een gesprek met een bepaalde persoon. In dat laatste geval zou het handig zijn je eigen energie wat af te schermen.

3. Energiesnelweg



Alles is energie en die energie is 'gestold' tot materie, zoals stoelen, tafels, bomen en mensen. Echter, het overgrote deel van die energie is ook nog gewoon vrij, bevindt zich om de dingen heen, tussen de dingen in, zoals water om ijsschotsen.

Het woord 'gestold' is eigenlijk niet goed. De pakketjes energie die de bouwstenen vormen zijn voortdurend in beweging. Energie vloeit bovendien voortdurend tussen en dwars dóór dingen. Die energie verbindt dus alles. Net als de elektronische snelweg computers over de hele wereld verbindt.

De energie van de energiesnelweg stroomt werkelijk overal, ook in het luchtledige. En ook in het heelal, in de hardste steen en in de ijzige lucht. Daarmee is het een prachtig, verbindend netwerk. Een energiesnelweg. We kunnen spreken van de energiesnelweg als het samenstel van energieveld, de onderlinge verbindingen en de fantastische mogelijkheden. Je kunt je voorstellen dat die zelfs groter zijn dan de mogelijkheden van de elektronische snelweg.

Stel je ter vergelijking opnieuw voor als ijsschots in een oceaan met andere ijsschotsen. Als jij als drijvende schots zou bewegen dan zou je golven in het water maken. Die golven planten zich voort door het water en raken een andere ijsschots. Als andere ijsschotsen bewegen merk jij die beweging tegen je flanken. Alle ijsschotsen zijn verbonden door het water en 'voelen' elkaars aanwezigheid.

Een andere vergelijking: als je als ijsschots 's zomers smelt voel je je opgaan in het grote geheel. Als je 's winters aanzwelt voel je je ontstaan uit het grote geheel. Alles komt voort uit het water en vloeit erin terug. Alles is één pot nat, zou je kunnen zeggen.

En zo is het ook met de energiesnelweg, maar dan geavanceerder. Een boodschap van de ene energieconcentratie

gaat razendsnel naar een ander punt en naar vele punten tegelijk. Het is een energiesnelweg met oneindig hoge snelheid. Elk pakketje energie heeft als het ware hyperlinks naar het hele internet van energie. Jij zelf bent een plaatselijke energieconcentratie in een oceaan van energie. Energie stroomt door jou van de ene cel naar de andere. En van jou naar een ander. Alles is in wezen hetzelfde, iedereen en alles heeft dezelfde afkomst. Alles is één en verbonden. Als dit erg braaf klinkt besef dan dat het niet figuurlijk maar letterlijk bedoeld is.

Het mag zo lijken dat je los staat van alles. Je lichaam kan zich verplaatsen, plotseling stilstaan en zich omdraaien als jij dat wilt. Je ziet een lichaam duidelijk afsteken tegen de omgeving als een apart ding. Jouw lichaam kan andere objecten, zoals een tafel of een waterijsje, voelen. Je hebt in de negen maanden voor je geboorte deel uitgemaakt van je moeder, na je geboorte en het doorknippen van de navelstreng was je los.

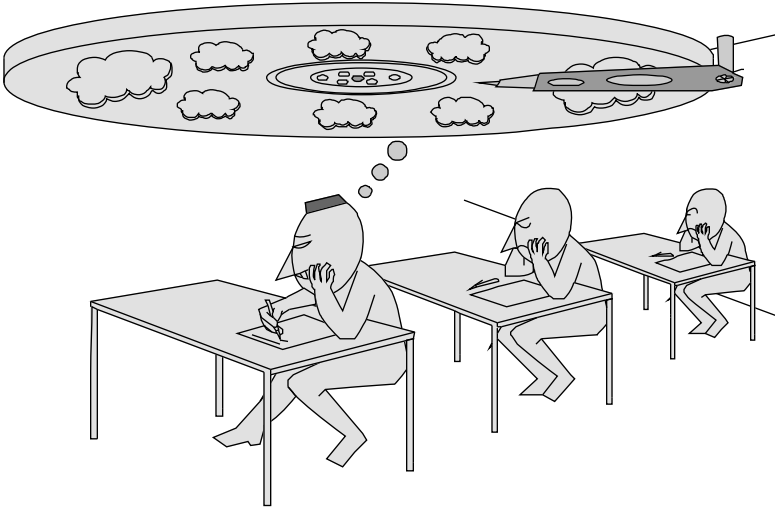
Echter, hoewel je jezelf als los van je omgeving ziet, ben je als deel van een Siamese tweeling verbonden met al het andere. Het lastige is dat je die verbinding, de energie-snelweg niet ziet. De energie – de grondstof – is onzichtbaar. Als je uit de klei was getrokken en je zat met je voeten nog vast in de klei, dan zou je wel geloven dat die klei je verbindt met anderen. En als je werkelijk een smeltende ijsschots was in de grote oceaan, dan zou je voelen dat je weer één werd met je bron. Maar omdat wij de energiesnelweg niet opmerken voelen wij ons niet verbonden.

Wat kun je met de energiesnelweg?

We zouden enorm kunnen profiteren als we de breedband-verbinding met onze afkomst zouden herkennen. Als we nog even de vergelijking met internet aanhouden: met één klik zouden we direct op elke pagina van de gigantische website van alles komen, zelfs op de diepst gelegen pagina's.

Je zou geen internet en mobieltje meer nodig hebben en gezonder en productiever zijn. Dat zullen we concreet maken in de volgende hoofdstukken.

4. Alles te downloaden



Het eerste wat je concreet aan de energienetwerk hebt is al veelbelovend. Op de netwerk ligt alle informatie opgeslagen die je ooit geleerd hebt en alles wat je ooit meegemaakt hebt. Dat klinkt bizar. We hebben immers altijd geleerd dat je geheugen in je hersenen zit. En nu is die informatie kennelijk ergens anders opgeslagen.

Die geheugenfunctie gaat zelfs nog verder: niet alleen je eigen kennis en ervaring, maar ook die van alle anderen bevindt zich op de energienetwerk. Alles is ook hier één.

De energienetwerk is niet alleen grondstof om materie mee te bouwen, maar ook een soort harde schijf, als bij een computer, om alles op te slaan. Die schijf is van jou, van iedereen, van alles. Bij de computer thuis heeft de fabrikant de harde schijf plus schrijver/lezer weggewerkt in de

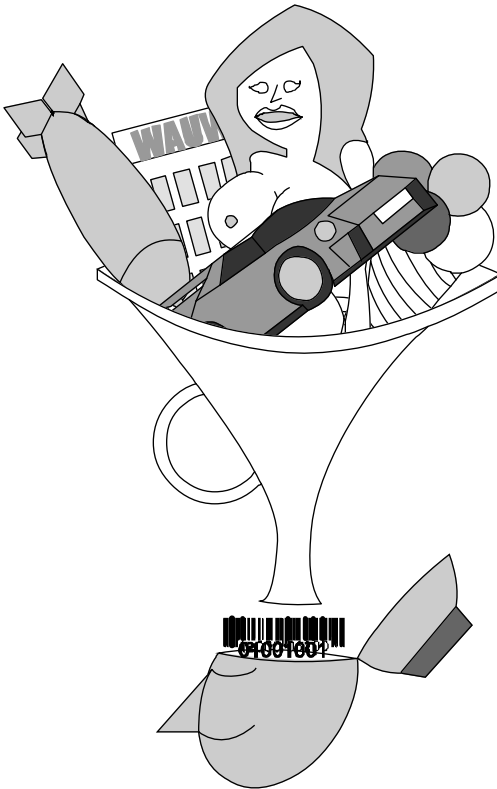
computerkast. Je hoeft je niet af te vragen hoe die werkt. Je slaat daar eenvoudig documenten, mp3's en video's op en weet ze over het algemeen weer terug te vinden om ze te gebruiken. Hóe het wordt opgeslagen - in nullen en enen en met behulp van magnetische deeltjes - is minder interessant. Evenmin hoe uit die schijf met nullen en enen weer een PowerPoint-presentatie of muziekstuk terugkomt.

Net zo weinig vraag je je waarschijnlijk af hoe je zelf nu eigenlijk dingen onthoudt. Voor een school- of rijexamen stampte je de lesstof erin. Met wat inzicht en veelvuldig repeteren kwam op het examen een deel van de stof weer in je hoofd. Het onthouden leek iets te maken te hebben met aandacht. Als je je kunt concentreren blijft er veel hangen. Als je aandacht is afgeleid onthoud je meestal weinig.

Lange tijd werd aangenomen dat je informatie opslaat in je hersenen. Inmiddels wordt steeds duidelijker dat de hersenen slechts een ontvang- en verzendstation zijn, ongeveer zoals de lezer/schrijver van de harde schijf in je pc. De hersenen verwerken de ontvangen informatie en bergen deze op op de energiesnelweg. Vergelijk het met e-mails die je buiten je computer ergens op internet bewaart, bijvoorbeeld bij Hotmail.

Hoe je bij je e-mails op Hotmail komt is routine. Maar hoe kom je nu effectief bij de informatie op de energiesnelweg? Tot welke informatie heb je toegang? En kun je zelfs bij de informatie van anderen komen? Om deze vragen te kunnen beantwoorden moeten we eerst kijken wat er wordt verwerkt. Dat is lang niet alles wat op ons afkomt.

5. Spamfilter



Er komt nogal wat op je af op een dag. Naar schatting krijg je per seconde maar liefst 400 miljard bits aan informatie te verwerken. Via je zintuigen komt allerlei zinnige informatie binnen, bijvoorbeeld nuttig om het vege lijf te redden in gevaarlijke situaties. Maar ook minder relevante informatie. Hoe bepaal je wat relevant is?

Je zintuigen verschaffen je informatie, maar ze zijn tegelijkertijd ook beperkend. Want we zien, horen, voelen, ruiken en proeven lang niet alles. Wij horen bijvoorbeeld hele hoge

tonen niet. En dat is maar goed ook, want anders zou je niet alleen hondenfluitjes maar misschien zelfs de draaggolven van radio, tv en mobieltjes horen. Hele lage tonen horen we ook niet, die voelen we echter wel als een trilling.

Qua reuk leggen wij het af tegen dieren die hun prooi van grote afstand kunnen ruiken. En ook bij het zien zijn dieren ons vaak de baas. Een arend ziet acht keer scherper dan wij. Vanaf grote hoogte kan de arend prooidieren ter grootte van een muis op de grond zien. Vleermuizen kunnen voorwerpen detecteren met een soort radarsysteem. De kleuren van de regenboog kunnen we prima zien, maar buiten dit spectrum zien we niets. We zien niet het ultraviolet van de zon. We voelen de lagere frequenties van het infrarood als warmte, maar we zien dit 'licht' niet.

De mens heeft voor zijn overleven op de aarde een passende survivaalkit aan zintuigen meegekregen en daar redden we ons aardig mee. Onze zintuigen geven ons weliswaar een beperkt idee van de wereld om ons heen, maar voor het dagelijks leven zijn ze oké. Als we technische voorzieningen gebruiken, zoals richtmicrofoons, nachtkijkers, radar en elektronenmicroscopen dan hebben we voor ons gevoel zelfs het beste waarnemingsvermogen ter wereld. Echter, ook met die hulpmiddelen nemen we slechts een deel van de werkelijkheid waar.

Dat deel van de werkelijkheid zorgt er al voor dat we worden overstelpt met indrukken. In die lading indrukken zit relevante en minder relevante informatie. De hersenen gaan niet domweg alle indrukken verwerken.

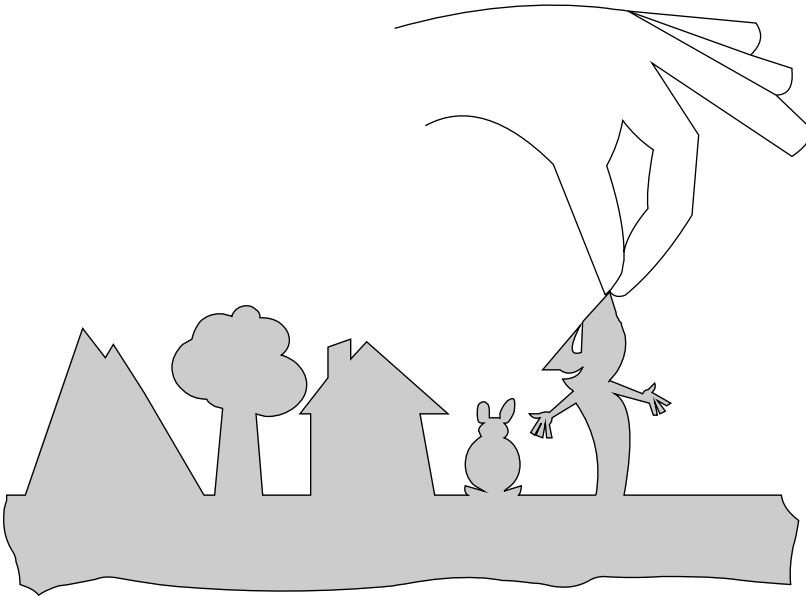
Uit die gigantische hoeveelheid van 400 miljard bits per seconde accepteren ze slechts ongeveer 2.000 bits aan indrukken. De rest is spam. Er zit een heel fijnmazig spamfilter in je hersenen. En dit spamfilter wordt door jou gevormd en onderhouden. Onder andere op basis van jouw overtuigingen, afkomst, religie, cultuur, opvoeding en opleiding. Je beoordeelt de binnengekomen informatie en stopt deze in hokjes die je zelf hebt gevormd. Dit kun je vergelijken met mappen op je harde schijf. Je wikt en weegt voortdurend: weg of niet, mee eens of niet, goed of slecht, enz.

De holenmens onthield dankzij dit systeem welke dieren gevaarlijk waren, welke geluiden op onraad duiden en welke bessen eetbaar waren. De moderne mens onthoudt zo welke kleur deze winter in de mode is, dat wasabi heet is en wie zojuist uit een reality-tv-programma is weggestemd.

Door te filteren en te oordelen construeren we onze eigen werkelijkheid. We nemen aan dat wat wij zien en horen en weten, is wat er is. We maken ons wereldbeeld en weten niet beter. Maar we missen veel. We zijn bijvoorbeeld niet in staat om de ontelbare vibrerende mini-energiepakketjes in een tafel of in ons lichaam te zien. We zien ook niet hoe ijl materie is. Als we zouden zien hoeveel ruimte in een atoom leeg is dan zouden we nooit meer iets op tafel durven zetten.

En niet alleen zien we maar een stukje van de werkelijkheid, maar het wordt nog gekker: we maken ook ons eigen stukje werkelijkheid.

6. De kneedbare wereld



Op de onzichtbare energiesnelweg, die om je heen en door je heen kronkelt, ligt alle informatie opgeslagen. Hoe de Grand Canyon eruit ziet. Hoe je tirami'su maakt. Hoe gras groeit. Hoe de stelling van Pythagoras luidt. En hoe wij, mensen, van zaad en eikel uitgroeien tot een volledig functionerende mens.

Als wij onze hersenen gebruiken komt er elke keer informatie bij op de energiesnelweg. Op de energiesnelweg liggen onze gedachten en gevoelens en die van anderen, als voetstappen in nat zand.

Uit energie kunnen we materie maken. Maar hoe? Hoe kunnen we ooit de complexe blauwdrukken maken om energiepakketje voor energiepakketje als lego te combineren tot zoiets als een grasveld of een pizza? Welke geavanceerde nanorobot gaat het volgens tekening bouwen? Hoe lang duurt dat wel niet en hoeveel gaat dat kosten?

Het antwoord is prachtig in zijn eenvoud. Misschien is het wel de belangrijkste ontdekking geweest van de afgelopen eeuw: gedachten zijn die blauwdrukken. Met gedachten kun je in principe tastbare dingen maken en beïnvloeden. En ook nog zonder ploeteren en zonder ons te verdiepen in de complexiteit.

In de meeste gevallen zijn onze gedachten nauwelijks geordend en hebben we een nauwelijks gerichte aandacht. Dan komen onze gedachten niet verder dan gedachte. Ze worden als gedachte opgeslagen. Echter, onder gunstige omstandigheden - daarover dadelijk meer - worden gedachten verwezenlijkt tot materie.

Dat lijkt ongelooflijk, maar het is eigenlijk logisch. Draai het maar eens om: hoe kan energie zónder plan, zónder intelligentie zomaar fraaie en bruikbare materie worden. Daar móet een gedachte achter zitten.

Er is natuurlijk de moeizame methode om iets te maken. Zo heeft een kunstenaar een beeld in gedachten, neemt een stuk steen of hout (gestolde energie) en beitelt, hamert en vijlt net zo lang het overtollige materiaal weg tot hij het beeld heeft gerealiseerd. Zo zijn vrijwel alle productie-

processen gebaseerd op het moeizaam, energieverblindend vormen en omvormen van materie.

Het zou een enorme stap vooruit zijn als onze gedachte *zonder moeite* invloed uitoefent op iets wat er al is. Of zelfs zonder enige moeite direct materie wordt.

Ik wil niet de indruk wekken dat je materie kunt toveren. Toch is er veel meer mogelijk dan je zou denken. Een indicatie dat je gedachten invloed uitoefenen vind je in huis-tuin-en-keukenvoorbeelden: als we veel aandacht schenken aan een muggenbult gaat die méér jeuken. Als we op 100 meter hoogte denken dat we kunnen vallen voelen we ons licht in ons hoofd. Als we ons schamen blozen we. Als we verdrietig zijn produceren we tranen. Geen goede voorbeelden? Misschien voelt het zo aan omdat we niet weten hoe we die effecten tot stand brengen. Ik weet inderdaad niet hoe ik bloos of huil. Of hoe ik licht in mijn hoofd wordt. Maar het werkt allemaal wel, vanuit mijn gedachten. Op het meest elementaire niveau worden er vanuit mijn gedachten moleculen in elkaar gezet, stofjes aangemaakt die processen in gang zetten.

Het aardige is dat een gedachte tot een serie echte handelingen leidt. En dat je je niet druk hoeft te maken hoe dat gebeurt. Je hoeft alleen maar te weten 'wat' en niet 'hoe'. 'Iets' - de energiesnelweg - regelt dat soepel voor je.

In de natuur is het een en al soepelheid. Neem nou gras. Dat heeft een heel simpel plan: groeien. Hoe dat werkt met water, zonlicht, fotosynthese en dergelijke, daar heeft gras geen weet van. Ander voorbeeld: als een salamander zijn

staart verliest zal hij alleen maar denken dat hij zijn staart terug wil. Het hele bouwplan en hoe zo'n staart weer aangroeit staat gelukkig op de energiesnelweg.

Nog een voorbeeld: als vrouwen in verwachting zijn denken ze niet hoe ze bepaalde embryocellen ontwikkelen tot armen en benen, nieren en darmen. Die informatie is op de energiesnelweg. En vanuit de energiesnelweg worden cellen aangespoord om een gespecialiseerde functie uit DNA-materiaal te ontwikkelen. Bijvoorbeeld een arm of een nier.

Gedachten blijven altijd bestaan. Sterke gedachten en vooral gedachten in combinatie met intense emoties kunnen materie worden en onze wereld invullen. We kunnen bestaande materie, bijvoorbeeld ons lichaam, beïnvloeden. We kunnen onszelf vergaand genezen. De invloed van gedachten is ook bedreigend want we kunnen onszelf ziek denken. Uit onderzoek blijkt dat we niet alleen onszelf maar ook andere mensen, planten, bacteriën en zelfs apparaten positief en negatief met onze gedachten kunnen beïnvloeden.

Je mag die lijn gerust doortrekken: jouw gedachten en die van anderen maken de wereld zoals wij die kennen. Wij kneden met zijn allen uit energie van de energiesnelweg onze wereld. Veel gedachten maken een onzichtbare afdruk en daar blijft het bij. Sterke gedachten rijzen uit de energiesnelweg op als concrete vormen of invloeden. Een nieuwe baan, een nieuwe relatie, een boze baas en een gebroken been.

Wie zit erachter, wie stuurt dat aan vanuit dat energieveld?

7. Bij bewustzijn



De creatieve instantie die materie maakt heet bewustzijn. Bewustzijn zit verweven in het hele energieveld. En omdat jij materie bent, voortgekomen uit de energiesnelweg, zit bewustzijn in jou. Er is een stukje bewustzijn uit dat veld meegegaan in jouw lichaam, bij jouw ontstaan op aarde. En als je dood bent is het stuk bewustzijn er in grote lijnen weer uit.

Je ergens van bewust zijn ken je. Je bent je ervan bewust dat je bestaat. Je beseft het. Je bent je ervan bewust dat je wakker bent, dat je loopt, dat je eet, dat je studeert of werkt.

Toch is bewustzijn wat anders dan denken. Je kunt bijvoorbeeld op een perron op een trein zitten wachten en met je gedachten helemaal ergens anders zijn. Bij je vakantie van afgelopen zomer in Spanje. Of bij je pensionering, als je alle tijd hebt voor leuke dingen. Zodra je in gedachten verzonken bent of dagdroomt, dan denk je, maar je bent dan juist niet zo bewust. Je vergeet misschien zelfs helemaal waar je bent, of hoe laat het is. Als je plotseling het geluid van een remmende trein hoort ben je je weer bewust van je omgeving.

Bewustzijn is nauw verwant aan aandacht. Aandacht is een geconcentreerd bewustzijn. Als je een goed besef hebt van het hier en nu ben je je heel bewust. In de ruimte tussen twee gedachten ben je bewust. En dat is optimaal. Wil je alles uit je leven halen, dan moet je je zoveel mogelijk momenten bewust zijn van het nu. Want nu is het enige dat écht bestaat.

Natuurlijk hebben we onze hersenen niet voor niets gekregen. Denken is soms heel lonend. Bijvoorbeeld bedenken hoe je een som op je tentamen oplost, hoe je een aanloop moet nemen voor een hoge sprong, in welke volgorde je ingrediënten moet toevoegen om mousaka te maken. Niets verkeerd aan.

Wat wel lastig is, is als gedachten een loopje met jou nemen. Als je er zelf niets meer over te zeggen hebt, als je volkomen automatisch reageert op situaties, als je gaat malen. Voorbeelden: je krijgt een gedachte of een liedje maar niet uit je hoofd. Je kunt door verslaving niet meer

anders dan gokken, of roken, of stelen. Of je bent automatisch geërgerd als je baas je vraagt een klusje te doen.

Optimaal is als je je bewust bent van het nu en kunt kiezen of je denkt. En vooral ook wát je dan denkt. Dan pas kun je bepalen wat er op de energiesnelweg voor je gaat werken.

Als je weet dat gedachten de blauwdrukken vormen voor materie, voor de wereld om je heen, dan is het logisch dat je de juiste gedachten wilt ontwikkelen. Positieve gedachten worden positieve dingen, negatieve gedachten worden negatieve dingen.

Het principe dat gedachten dingen kunnen worden werkt helaas altijd. 'Helaas' zeg ik, want veel mensen zijn zich er niet van bewust dat ze met hun gedachten iets bestellen op de energiesnelweg. En dan krijgen ze lukraak wat afgeleverd. Daar kunnen heel vervelende dingen tussen zitten. Veel mensen roepen voortdurend: dat heb ik weer, dat moet mij weer overkomen, ik heb altijd pech.

Als je je gedachten kunt kiezen weet je tenminste wat je bestelt. Wil je allemaal leuke dingen in je leven, dan bestel je leuke dingen. Wil je echter een vervelend leven – wie wil dat? -, dan bestel je vervelende dingen.

Maar hoe kom je in de situatie dat je bewust bent en alleen maar positieve gedachten denkt. De oplossing is zeer eenvoudig: je moet stil kunnen zijn. Simpel, nietwaar? Maar in de praktijk wel lastig. Je vindt misschien dat je nou eenmaal de hele dag denkt, aan van alles. Hoe krijg je dat hoofd stil? Laten we eens kijken wat je belet om stil te zijn.

8. Lager en hoger bewustzijn

We hebben gezien: alles bestaat uit energie en bewustzijn is verweven met deze energie. Dat houdt in dat alles wat bestaat energie en dus ook bewustzijn heeft en ís. Dus mensen, dieren, planten, maar ook tafels, broodroosters en stenen.

Ook de individuele cellen van je lichaam hebben bewustzijn. De cellen werken bewust mee aan de bouw en het onderhoud van je lichaam. Ze communiceren daartoe voortdurend met elkaar.

Je lichaam is de eerste omgeving die je tegenkomt vanuit je persoonlijk bewustzijn, je innerlijk. Het is een afspiegeling van je gedachten en emoties. En dus niet een omhulsel dat je bij je geboorte kreeg toebediend en dat op eigen houtje een beetje groeit. Je lichaam verandert bij elke ademhaling een beetje en elke zeven jaar zelfs helemaal. Dan is elke cel vervangen door een nieuwe, ook je hersencellen.

Je lichaam gaat naadloos - niet plotseling - over in de omgeving eromheen. Van geconcentreerde naar ijlere vorm in het energieveld. Ook de omgeving geef je zelf vorm door gedachten en gevoelens in materie om te zetten. Ieder van ons doet dit, net zo vanzelfsprekend als ademen. En zo sturen we met zijn allen gedachtenenergie naar onze omgeving om deze te vormen. Het is een gezamenlijke inspanning van alle bewustzijn om materie te maken.

Ook water, gras en steen, om maar eens wat te noemen, hebben bewustzijn. Er is geen dode materie. Mensen zijn wel speciaal in de wereld. Een mens kan zichzelf beoordelen – wat doe ik goed, wat doe ik fout. En als we optimaal functioneren kunnen we naar keuze gedachten en gevoelens ontwikkelen.

Toch is ons naar verhouding wat hogere bewustzijn nog een beperkt bewustzijn. We hebben 'hoger' dan ons dagelijkse, aardse huis- tuin- en keukenbewustzijn diverse lagen van geavanceerder bewustzijn. En die bewustzijnslagen lopen naadloos in elkaar over, als de kleuren van de regenboog. Het is zeer lonend om die hogere lagen te bereiken.

Bewustzijn van een niveau hoger ervaren we als we veel tijd in de natuur doorbrengen, als we ons één voelen worden met de natuur. Na een stevige wandeling of fietstocht kunnen we ons erg prettig voelen. Mensen met psychische problemen wordt vaak aangeraden om de natuur op te zoeken. Werken in de tuin, met je vingers in de aarde kan je een opkikker geven. De natuur 'doet' iets met ons.

Het hoogste bewustzijnsniveau voor onze persoonlijkheden bereiken maar weinigen. Je hebt wel eens gehoord van mensen die 'het licht hebben gezien'. En dan niet omdat ze drugs gebruikt hebben. Veel verlichte geesten hebben die hogere bewustzijnstoestand bereikt na jaren van meditatie. Anderen hadden ondraaglijke psychische problemen die de geest dwongen tot een plotselinge ommekeer. Een enkeling heeft speciale gaven na een operatie. De 'verlichten' ervaren en doorvoelen op het moment van verlichting ineens dat alles met alles verbonden is.

Toch hoef je niet verlicht te zijn om met een hoger bewustzijn te werken. Je maakt dagelijks een uitstapje naar hoger bewustzijn in je dromen. Ga maar eens na hoe je in je dromen functioneert. Je bent dan los van alle beperkingen van je aardse bestaan. Het is een beetje als gamen op de computer of rondlopen en vliegen in de virtuele wereld Second Life op internet.

Je kunt in je dromen van alles, zoals vliegen en ineens in een andere tijd of op een andere plek zijn. Je kunt moeiteloos personen in wonderlijke samenstellingen en situaties mengen. Dat lijkt niet alleen erg op de mogelijkheden bij een hoog bewustzijn, dat is ook hoger bewustzijn.

In feite verlaat je bewustzijn tijdens je dromen tijdelijk je lichaam. Het bewustzijn van de cellen in je lichaam en je hersenen blijft wel actief, maar je persoonlijke bewustzijn is even op stap. Je merkt dat wel eens als je een nachtmerrie hebt. Je wilt daarin bijvoorbeeld schreeuwen of weglopen, maar je kunt het niet. Je voelt dat je lichaam niet naar je luistert omdat er wat mist. Je bewustzijn en je lichaam zijn niet één geheel. Zodra je wakker wordt 'glijdt' je bewustzijn weer in je lichaam.

Misschien heb je wel eens gehoord van uittredingen. Er zijn mensen die ontspannen liggend of zittend (de energie van) hun lichaam in een andere trillingsfrequentie kunnen brengen. Vervolgens kunnen ze met hun bewustzijn hun lichaam verlaten. Ze beschikken dan niet alleen nog over bewustzijn, maar ook nog over een soort zintuigen. Ze zien zichzelf bijvoorbeeld op bed liggen en horen gesprekken.

Een uittrekking kan zich ook voordoen bij mensen met een hartstilstand. Als deze mensen bijvoorbeeld via reanimatie weer tot leven komen, blijken ze soms alles te hebben gezien en gehoord, terwijl de hersenen op de monitor geen enkele activiteit lieten zien. De hersenen waren klinisch dood en konden dus niet gewerkt hebben. Bewustzijn bestaat kennelijk ook zonder hersenen.

Naast je gewone zintuigen beschik je over innerlijke zintuigen met geweldige mogelijkheden. Als je vrij over je geavanceerde innerlijke zintuigen zou kunnen beschikken, dan kon je bijvoorbeeld in een molecuul van een tafel kruipen om vanaf die microschaal naar jouw omgeving te kijken alsof het een gigantisch heelal was. Je kon een soort gloed om personen en zelfs om moleculen zien, ook wel aura genaamd. Je kon zonder woorden met andere personen communiceren. Je snapt dat je werkelijkheid via innerlijke zintuigen er heel anders uitzag.

Wat wij met onze gewone zintuigen via de hersenen waarnemen is één van de werkelijkheden: een werkelijkheid met de beperking van ruimte en tijd.

Wat heb je nu aan een hoger bewustzijn?

Je moet aannemen dat jouw hoger bewustzijn een veel bredere kijk op jouw leven heeft. Het hogere bewustzijn is veel wijzer, veel breder geïnformeerd. Het weet waarom je geluk en tegenslagen kent en waarom je in bepaalde situaties bent beland. Sterker nog: het weet met welke bedoeling je hier op aarde bent. Waarom je juist bij die

ouders geboren bent. Waarom je nu een mán bent en niet een vrouw. En waarom je een ziekte of een allergie hebt. Je zult het oneerlijk vinden dat jij in je dagelijkse bestaan niet over die informatie beschikt. Het zou om die reden handig zijn om je bewustzijn op een hoger plan te brengen om meer te snappen over jezelf en de wereld.

Als kind hebben mensen vaak een veel betere toegang tot dat hogere bewustzijnsniveau. Ze halen dan nog onbevengene informatie vanuit de energiesnelweg. Ze vertonen dan staaltjes van bovennatuurlijke gaven die we door onze onbekendheid ermee vaak wegwuiven. Als puber ontwikkelen mensen veel meer een ego en zijn ze meer met het materiële bezig. Mensen drijven dan van het hogere bewustzijn af.

Als een mens volwassen wordt zet die trend zich door, al zie je dat mensen op het einde van hun leven weer dicht bij hun hoger bewustzijn komen. Niet alleen door de ervaring die ze hebben opgedaan, maar ook omdat ze meer afstand kunnen nemen van aardse zaken. Ze beseffen dat ze niets mee de dood in kunnen nemen en van alles afscheid moeten nemen. Dan pas beseffen ze dat het aardse niet staat voor wat ze zijn. Dan beseffen ze wat ze overhouden, en dat is wie ze werkelijk zijn.

Het klinkt wat macaber, maar het is een goede oefening om je die situatie net voor het sterven eens in te denken. Je beseft dan dat je alle materiële dingen moet achterlaten. Je huis, je auto, je geld, je kleding, maar ook je dierbare familieleden, je vrienden en je kennissen en zakenrelaties. Helaas moet je ook je vaardigheden achterlaten. En je

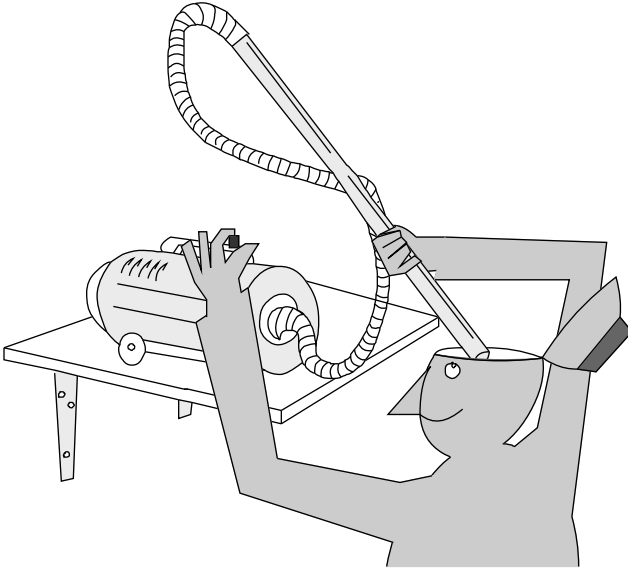
talenten. Zelfs aan je overtuigingen heb je niets meer. En als je al deze zaken hebt losgelaten, kom je tot je echte zelf. En vaak snap je dan ook wat je op aarde hebt geleerd en dat dat leerproces het doel was.

Je vraagt je misschien af wie dat doel bepaalt. Het antwoord is misschien onthutsend: jijzelf, je hoger bewustzijn! Je bent als het ware de scriptschrijver van je eigen soap. Je stippelt de grote lijnen uit, zoekt er acteurs en actrices bij en speelt vervolgens in de soap mee. Als mens in je dagelijkse bestaan ben je helaas wel vergeten welke verhaallijn je had bedacht. Dus je improviseert en belandt van de ene situatie in de andere.

Stel dat je tijdens een pauze tussen de opnames voor de soap helemaal tot rust zou komen en je je weer kon herinneren waar je je script had opgeborgen. En dat je dat uit je binnenzak zou kunnen halen en lezen. Dan zou je begrijpen waarom jij die rol speelt in de soap.

Zo'n helder moment zou heel handig zijn. Hoe kun je dat creëren? Het antwoord is dat er vele technieken zijn om je bewustzijn te verhogen. En dan bedoel ik gezonde technieken om je hoofd stil te maken. Voordat we daarnaar kijken is het goed om je af te vragen waarom je hoofd niet gewoon stil is als jij dat wilt.

9. Stilte!



Het is kennelijk heel handig om naar behoefte helemaal stil te zijn in je hoofd. Maar wat belet je? Het antwoord op die vraag is in veel gevallen: je ego. Je ego was oorspronkelijk bedoeld als hulpmiddel in je fysieke bestaan, maar het heeft de leiding genomen en wil deze niet gemakkelijk afstaan.

Het ego heeft er alle belang bij dat je vastgeklonken bent aan je fysieke situatie; het sluit hogere inzichten voor je af.

Het ego bestaat onder andere uit de rollen die je speelt. Het zijn er meer dan één. Je speelt de rol van de succesvolle bink of de eeuwige pechvogel, de lekker mollige of de lelijke dikke, de vrolijke of de sarcastische. Er zijn oneindig veel rollen mogelijk. De losbandige student of de nerd, de snelle jongen of de geitenwollensokkenfiguur. De opstandige

dochter, de zorgzame moeder, de carrièrevrouw, de creatieve kok... Elke rol is denkbaar en jij zelf wisselt vele rollen af.

Die rollen ontstaan, net als je spamfilter (bij waarneming), door opvoeding, geloof, school, cultuur, het beeld dat reclame en media schetsen, enzovoort.

Zie jezelf als acteur in een toneelstuk. Bij elke rol en bij elke scène horen bepaalde teksten, een decor, bepaalde attributen en tegenspelers. Je kunt zo opgaan in je rol dat je niet beseft dat je toneel speelt. Je denkt dat je zo bént.

Stel dat je de rol van de succesvolle zakenman speelt. Dan geef je die rol vorm met veel geld, een mooi huis, een snelle auto. Je draagt een maatpak en je hebt om je pols een duur horloge. Je knappe partner draagt dure jurken volgens de laatste mode en prijzige juwelen. Je gaat als succesvolle zakenman zo in je rol op dat je gehecht bent aan al die attributen. Je zou niet zonder kunnen.

Dat geldt evenzo voor de rol van pechvogel. De acteur in de rol van pechvogel heeft ook een decor dat bij hem past. Hij woont in een sombere wijk, in een huis met gebreken. Hij is niet gelukkig in zijn baan, zijn relatie is op de klippen gelopen, hij tobt met zijn gezondheid. Hoe gek het ook klinkt: ook hij kan niet zonder zijn attributen, want die horen ook bij zijn rol. Elke keer als hij zijn sombere gedachten denkt, komt er keurig op bestelling pech en rampspoed in zijn leven. Hij denkt: die nieuwe auto zal wel weer snel mankementen vertonen of een deukje oplopen. En, ja hoor. Al snel na de aankoop begint de ellende.

Wanneer er griep heerst dan is de pechvogel natuurlijk de klos. De avond voor zijn welverdiende vakantie moet hij tot twaalf uur doorwerken. Bij een date, op zoek naar een nieuwe partner denkt hij: ze zal me wel saai vinden. En inderdaad, ze vindt 'm saai. Het lukt onze acteur moeiteloos om zijn rol tot in het extreme door te trekken. De rol van pechvogel is niet moeilijker of makkelijker dan de rol van de persoon die altijd succesvol is. In principe heb je de keuze welke rollen je speelt.

Jij bent dus ook een acteur, hoewel je dat misschien niet beseft. De gedachten die bij jou in je hoofd komen ontleen je vaak aan je herinneringen. Jij als acteur in de pechvogelrol denkt: omdat het toen fout ging, zal het nu ook wel weer fout gaan. Jij als acteur in de rol van alleskunner denkt: omdat het toen goed ging zal ik dit ook wel kunnen. En dat lukt dan meestal ook.

Dat laatste zul je waarschijnlijk zelfvertrouwen noemen. De pechvogelsituatie is in wezen precies hetzelfde, maar dan spreek je van een gebrek aan zelfvertrouwen. Je zou ook kunnen zeggen: een teveel aan negatief zelfvertrouwen.

Je 'pech' is niet alleen een kwestie van het verkeerde vertrouwen maar ook het gevolg van verkeerde beelden in je hoofd. Als je namelijk denkt: ik zal toch níet ziek worden, dan zou je verwachten dat je niet ziek wordt. Echter je ziet het beeld voor je van ziek worden en je zegt: "Ik wil dat niet".

Het beeld van ziek zijn is helaas veel sterker dan de krachteloze woorden 'dat wil ik niet'. Je schenkt aandacht

aan ziek worden en daarmee maak je het idee van ziek zijn krachtiger. De angst voor het beeld wint en je wordt ziek.

Woorden hebben zo hun beperkingen. We zetten letter voor letter naast elkaar, vormen deze tot woorden en maken van die woorden weer zinnen en boodschappen. We hebben afspraken gemaakt wat voor betekenis de verschillende woorden hebben. En dat in elke taal. Vanuit de verzonden woorden moet de ontvanger weer beelden vormen. Zo'n moeizaam proces leent zich slecht voor snelle communicatie. Een beeldtaal zou veel meer mogelijkheden bieden.

Het zijn de beelden van je gedachten die tellen bij het bestellen op de energiesnelweg. De oplossing is dan ook om je jezelf voor te stellen als gezond, gelukkig, tevreden, in een mooi huis wonend, succesvol enzovoort.

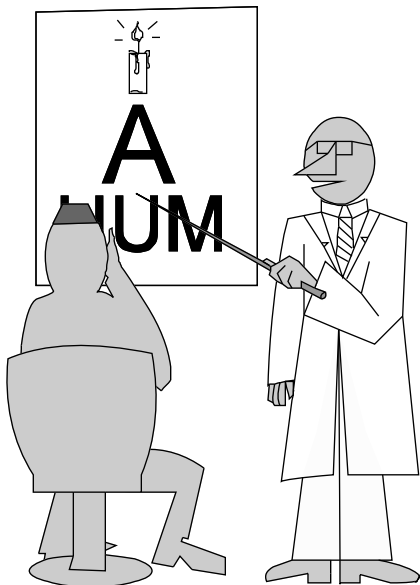
Maar dan moet je eerst beseffen dat je rollen speelt. De rollen die je speelt heb je – helaas - goed in je kop gestampt. Als gevolg komen er de hele dag voorgekookte gedachten in je hoofd in de vorm van teksten en beelden. Vaak zijn ze gepaard aan krachtige negatieve gevoelens. Bijvoorbeeld angsten om te falen. Of angsten om je promotie mis te lopen of je baan kwijt te raken als je niet elke dag overwerkt. Angsten om te weinig tijd aan je kinderen te besteden. Angsten om een slechte minnaar te zijn. Angsten om in je kennissenkring niet voor vol aangezien te worden met die auto. Angsten om uitgelachen te worden in je nieuwe korte broek. Angsten om je boodschappen te vergeten. Ga zo maar door. Als acteur ben je een meester in de improvisatie. Bij elke situatie die je tegenkomt komt er

moeiteloos een serie teksten en beelden uit je angsten-arsenaal.

De teksten en beelden voor deze rollen dwarrelen en fladderen maar door. En wij schenken er aandacht aan en maken ze daardoor krachtiger. Hele stukken van de dag, hele trajecten van de reis zijn we ons niet bewust, omdat we meegaan in de gedachten die bij onze ego-rollen horen. Als we daarvan af willen moeten we een aantal stappen ondernemen.

De eerste stap op weg naar een stil hoofd is: accepteren dat we rollen spelen. De tweede stap is ons ervan bewust worden dat we een keuze hebben. Dat we ervoor kiezen om onze reacties op situaties zélf te bepalen. De derde stap is: stilte in ons hoofd creëren door ons op slechts één ding te concentreren.

10. Concentratie



Het huismiddel tegen gedachten die ongevraagd in je hoofd komen is concentratie. Op school kreeg je daar al mee te maken, al viel dat vaak niet mee. Je mocht het mooie weer, vrienden en vriendinnen die buiten op je wachtten, de verlokking van een duik in het zwembad of een potje voetbal even geen aandacht schenken; je moest alleen met je huiswerk bezig zijn. Als je je niet goed kon concentreren had je het moeilijk op school.

Je ontdekte waarschijnlijk in je schooltijd dat, als je iets leuk vindt, het concentreren vaak vanzelf gaat. Concentreren - ook op dingen die je minder leuk vindt - kun je oefenen en je kunt er steeds beter in worden.

Topsporters hebben geoefend om zich volledig op één ding te concentreren, bijvoorbeeld een perfecte sprint van 100 meter, of een dubbele salto in de ringen.

Let wel: door concentratie op zich ben je niet bewust. Je kunt zo geconcentreerd bezig zijn, bijvoorbeeld met een computerspelletje, dat je niet eens hoort dat iemand je roept voor het eten. Concentratie is slechts een noodzakelijke vaardigheid op weg naar bewustzijn.

Om je geest stil te krijgen moet je je oefenen in het concentreren op iets dat géén betekenis heeft. Door je aandacht volledig te schenken aan iets dat voor jou geen betekenis heeft vernauwt je denken zich tot dat ene. En omdat dat ene geen betekenis heeft, kom je ook niet op verwante gedachten. Natuurlijk, in het begin komen er nog steeds dwars door je oefening heen teksten en beelden van je ego-rollen in je hoofd. Of alledaagse gedachten, bijvoorbeeld dat je nog boodschappen moet doen. Dat is zo'n gewoonte die zich niet een-twee-drie laat afleren. Echter, met geduld en volhouden kun je je hoofd vaker en langer stil krijgen.

Er zijn veel methoden, van het herhalen van een betekenisloos woord - een mantra - via staren in de verte of in een vlam van een kaars, tot je concentreren op je ademhaling of op je stappen onder het lopen. Wie googlet op 'meditatie' of in de bibliotheek zoekt naar boeken over dat onderwerp vindt heel veel informatie. Er zijn ook talrijke cursussen op dat gebied, van Transcendente Meditatie (TM) en Zen tot yoga en Tai Chi. Het maakt niet uit hoe je je hoofd stil krijgt, als het maar lukt.

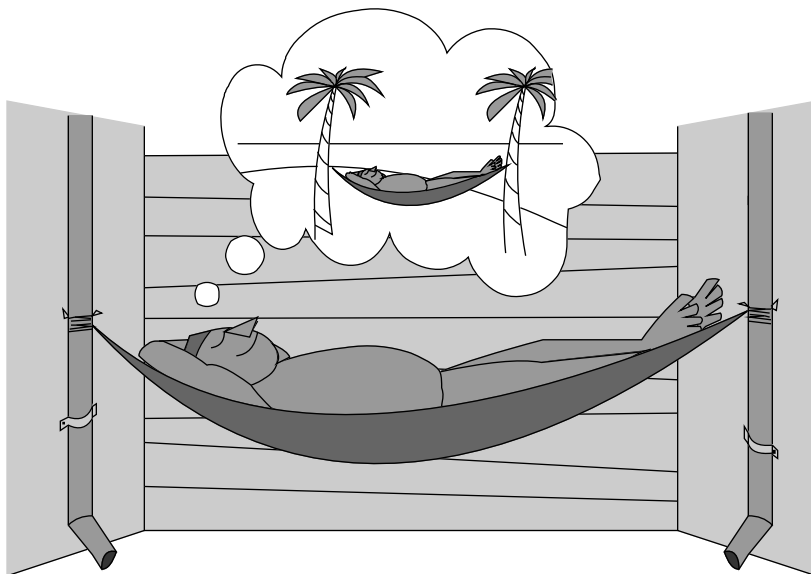
Tip voor wie een mp3-speler, iPod of een ander apparaat met oortelefoon heeft: zet in de trein of bus de oortelefoontjes in en het apparaat uit. Zo kun je ongestoord je oefeningen doen.

Wat kun je met concentratieoefeningen?

Als je erin slaagt om de tijd tussen twee gedachten steeds langer te maken kun je in die tijd je helemaal bewust zijn van het nu. Je kunt je bewust zijn van wie je werkelijk bent, zonder een of andere rol te spelen. In plaats van mee te gaan in automatische gedachten en gevoelens kun je zelf kiezen wat je denkt.

Met een stil hoofd ben je er nog niet. Er zijn goede en minder goede gedachten en gevoelens om met succes op de energiesnelweg te 'bestellen'.

11. Het juiste bestellen



We nemen even aan dat het stil is in je hoofd en dat je je gedachten en gevoelens zelf kunt bepalen. Welke gedachten brengen je dan geluk en succes? Welke gedachten scoren op de energiesnelweg?

Zoals eerder opgemerkt moet je je gedachten positief formuleren.

Niet: niet ziek zijn, wel: gezond zijn.

Niet: niet te laat komen, wel: op tijd zijn.

Niet: geen armoede, wel: rijkdom.

Het is daarbij een stuk effectiever als je je een goed beeld vormt van de wenselijke situatie. Dus stel jezelf voor in die nieuwe baan, hoe het voelt met die nieuwe vriendin of

vriend, wat je kunt doen met een hoger salaris. Ruik het, zie het, hoor het, proef het, voel het. Ervaar intens hoe het is om al te hebben of te zijn wat je wenst.

Hoe preciezer en rijker en intenser je voorstelling, hoe beter het gewenste wordt zoals je wilt. Als je een huis laat bouwen wil je ook precies aangeven hoeveel kamers er moeten komen, waar je de ramen wilt hebben, en of je een balkon of een tuin wilt. Hoe de constructies berekend worden maakt je minder uit, wel het eindresultaat. Op de energiesnelweg werkt het net zo.

Als beginnende 'besteller' moet je extra attent zijn. Als je een bedrag van € 10.000 op je bankrekening voor je ziet, zorg er dan wel voor dat het in de zwarte cijfers is. Anders zit je ongewild met een schuld van € 10.000. Het lijkt belachelijk maar zulke vergissingen komen voor.

Het bestellen komt nogal precies. Des te beter het beeld in je gedachten, des te nauwkeuriger de blauwdruk op de energiesnelweg, des te betrouwbaarder het resultaat.

Als het beeld en de bewoording goed in je hoofd zitten, stuur je de bestelling naar de energiesnelweg. Vervolgens hoef je je er niet om te bekommeren, het proces is in werking.

Ik stel me vaak voor dat ik mijn bestelling op een webwinkel zie staan. Ik zet dan een vinkje in het hokje ervoor en klik op de button 'bestellen' eronder. Vervolgens zie ik een downloadbalkje opschuiven van

0 naar 100% en dan heb ik het 'bewijs' van mijn bestelling gedownload. Ik hoef me er niet meer om te bekommeren, mijn bestelling is bekend bij de energiesnelweg.

Eén ding moet je wel: je moet er heilig in geloven dat je bestelling wordt afgeleverd. Soms vergt dat een langere adem. Twijfel dan niet, want dat stuurt gedachten uit die het proces tegenwerken. Met een gedachte als: zie je wel, ik verdien die nieuwe partner niet, val je weer terug in een oude rol. Dan krijg je wat je denkt. Inderdaad: geen nieuwe vriendin of vriend.

Wat ook beter werkt bij het bestellen is denken in het nú. Ook al bestel je iets met enige levertijd, het is beter om in de tegenwoordige tijd te denken.

Niet: ik word topscorer, maar: ik ben topscorer.

Niet: ik wil afvallen, maar: ik ben op mijn streefgewicht.

Niet: ik zal stoppen met roken, maar: ik ben gestopt met roken.

Als je instructies niet op het nu slaan blijf je steken in het proces. Je bent altijd een topscorer in wording, maar je bereikt dat nooit. Je bent inderdaad altijd bezig met afvallen, maar je bereikt nooit je streefgewicht. Je neemt je elke dag weer voor om te stoppen met roken, maar je doet het nooit. Bestel dus in de tegenwoordige tijd, beeld je in dat je het al ontvangen hebt. Wees er zelfs al dankbaar voor, hoewel dat gek klinkt. Probeer er zelfs al naar te leven alsof de bestelling is afgeleverd.

Een andere voorwaarde van goed bestellen is dat je wens goed voelt. Je mag er niemand mee benadelen. Het moet

goed voor jou zijn en niet schadelijk voor anderen. Het moet ook bij je passen. En dat laatste is wel eens moeilijk te bepalen. Het kan zijn dat je veel geld en een leven in grote luxe wenst. Het is goed om je gevoel te laten spreken of je daarmee werkelijk gelukkig zult voelen.

De eenvoudigste test is: vraag het aan je hart. Laat je hart spreken en wees eerlijk naar jezelf. Soms krijg je iets niet omdat je diep in je hart niet achter je wens staat. Het mooiste en beste is als je wens in het verlengde is van een groter doel in je leven. Dat zit heel vaak niet in het materiële.

Daarom nog even terug naar je rollen uit het vorig hoofdstuk. Soms speel je een rol met zo'n overtuiging, dat die overtuiging je wensen en intenties in de weg staat. Je wenst bijvoorbeeld heel logisch dat je weer gezond bent, maar diep in je hart is je ziekte een excuus om allerlei dingen in het leven, waar je tegenop ziet, niet te hoeven doen. Je beperking komt je heel goed uit. In zo'n geval lukt de bestelling natuurlijk niet. Want tegenover een aarzelende bestelling van gezondheid, staat een krachtige annulering vanuit je onderbewustzijn. Je bent verkeerd geprogrammeerd.

Er is gelukkig een simpel vierstappenplan als remedie tegen verkeerde programmering.

1. Als het je door oefening lukt om je hoofd vrijwel stil te krijgen, dan kun je belemmerende gedachten die opborrelen wat minder serieus bekijken. Dat is stap één. Je bent dan de waarnemer van je ego-gedachten geworden.

2. Als je voortdurend hetzelfde soort ongewenste gedachten waarneemt, dan is stap twee: accepteren. Dat geldt overigens ook voor de omstandigheden waarin je verkeert. Eerst accepteren, het is nú zó. Dat betekent niet dat je niet iets beters mag wensen. Het betekent wel dat je niet dom gaat vechten tegen iets dat nú bestaat. Ontkennen helpt niet, iets beters wensen wel.

3. Stap drie: ga eerlijk bij jezelf na waarom je in deze situatie zit. Welke rol speel je en hoe past deze situatie in die rol?

4. Stap vier: wens je een betere situatie. Probeer deze wens compact en precies te verwoorden, positief en in de tegenwoordige tijd. Dus: ik ben kernegezond, ik ben topscorer, ik ben helemaal gelukkig. Als je oude rol door jarenlange onbewuste oefening is ingesleten, dan is voldoende tegenwicht noodzakelijk. Eén keertje denken is niet voldoende om de oude rol en overtuiging weg te denken. Herhalen, dus.

Wat goed werkt is elke dag vijftien keer je nieuwe regel opschrijven. Hardop zeggen kan ook goed werken. Of in gedachten je regel letter voor letter voor je geest halen en exact herhalen. Daarbij helpt wat eerder gezegd is: hoe gedetailleerder je je de nieuwe situatie voorstelt, des te krachtiger het tegengas voor je oude overtuigingen. Je komt al snel op het punt dat je voelt dat er wat in je verandert. Je raakt overtuigd dat het anders kan. Als je dat voelt is je nieuwe programma ingesleten. Sommigen vinden dat na drie weken een nieuwe overtuiging is ingesleten. Persoonlijk heb ik de ervaring dat ik mij onderweg in de

auto nog snel kan programmeren op een gewenste situatie bij aankomst, bijvoorbeeld een succesvolle presentatie.

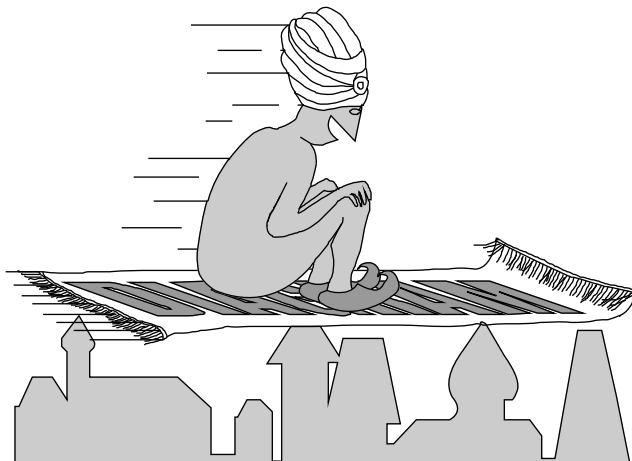
De regels waarmee je rekening moet houden om een zeker resultaat te boeken heb ik de DIAGRAM-regels gedoopt. Daarover meer in het volgende hoofdstuk.

Eerst nog even dit: er is iets schijnbaar oneerlijks aan het bestellen op de energiesnelweg. Degenen die wanhopig wachten op het uitkomen van hun wens worden gestraft. Anders gezegd: degenen die hun geluk laten hangen van het vervullen van hun wens krijgen het juist niet.

Degenen die iets luchtig bestellen, en vervolgens wel zien wat er van terecht komt, lijken veel meer kans te hebben. Dat lijkt inderdaad oneerlijk, maar het is wel logisch. Immers, de wanhopige zit misschien de hele dag in angst of zorgen of zijn bestelling wordt afgeleverd. En we hebben juist gezien dat een goede bestelling wordt belemmerd door angst of zorgen. Als je je juist niet hecht aan het bestelde maak je een goede kans. Het gaat beter met een luchtige intentie, dan met een vurige wens.

Ik heb vaak geprobeerd om tijdens hoofdpijn een gezond hoofd te wensen. Maar je denkt in zo'n situatie toch voortdurend aan die hoofdpijn waar je vanaf wilt. Dan blijkt je wens niet goed door te komen. Zo kun je je aan de andere kant voorstellen dat afleiding, vakantie of een verhuizing je kunnen helpen om even oude rollen te vergeten. En om vervolgens met een ontspannen geest goede bestellingen te doen.

12. De DIAGRAM-methode



We nemen aan dat je je hoofd vrij van gedachten en emoties kunt maken. Er is dan een simpele formule om resultaat te boeken bij het 'bestellen' op de energiesnelweg. De formule bestaat uit zeven delen die je eenvoudig kunt onthouden aan de hand van de beginletters van het woord DIAGRAM. Over een aantal heb je al eerder gelezen.

In het vorig hoofdstuk zagen we hoe belangrijk het is om goed voor ogen te hebben wat je wilt:

D staat voor Doel

Immers, als je géén visie of duidelijk doel hebt, dan weet je ook niet wat het beoogde resultaat is. Je zult er versted van staan hoeveel mensen geen doel, geen visie hebben. Voor doelen geldt: hoe concreter, des te beter. Heldere doelen zijn: een baan als hoofd boekhouding bij Endemol,

€ 4.000 netto per maand verdienen, een vrijstaand huis op een heuvel in Limburg, een vermogen van een ton bezitten op 1 september 2012, maar ook: altijd gelukkig en gezond zijn.

Haal het je intens voor de geest. Zie het. Hoor het, voel het, proef het, ruik het.

I staat voor Inslippen

Ook dat kwam je in het vorige hoofdstuk al tegen. Als je last hebt van oude rollenpatronen moet je die vervangen door nieuwe via herhaling. De nieuwe patronen moeten beter 'ingesleten' zijn dan de oude. Een vluchtig voornemen of een niet werkelijk gemeende wens werkt niet.

Kies je woorden zorgvuldig, kies ze bij voorkeur in de tegenwoordige tijd (ik ben supergelukkig en niet: ik zal gelukkig worden) en kies ze positief (dus NIET: ik ben NIET meer depressief, want dat houdt in stand waartegen je vecht). Gebruik bovendien de actieve vorm (ik ben, ik werk, ik heb, ik woon). En zoals gezegd: wees concreet (ik heb op 1 januari 2009 een inkomen van 100.000 euro per jaar).

A staat voor Afstand nemen

Als je wens is ingesleten of als je je happy voelt en je hebt zomaar een wens (niet omdat je iets zo erg nodig hebt), dan hoef je die wens niet te blijven herhalen. Goed besteld is goed besteld. Wie zich kan veroorloven om er vervolgens heel luchtig over te doen scoort vaak het best. Het belangrijkste is een goed gevoel.

G staat voor erin Geloven

Als je heilig gelooft dat de energiesnelweg voor je aan de slag gaat, dan werkt het ook. In plaats van te tobben en te twijfelen of het wel zal lukken, hoef je alleen maar het goede gevoel vast te houden. Met een ijzeren geloof geef je je wens als het ware een extra zetje mee in de richting van de energiesnelweg. Je zegt: "Energiesnelweg, ik weet zeker dat je dit voor mij verzorgt". Noem het geloof, overtuiging of gewoon zelfvertrouwen. Want je vertrouwt in je eigen vaardigheid in het bestellen. Geloof je dat het níet gaat lukken, dan werkt dat ook: het zal inderdaad níet lukken.

R staat voor Rekbaarheid

In de praktijk zie je nog al eens dat een bestelling komt op een moment dat je het niet verwacht. Soms is dat later dan je hoopte. Ook al duurt het langer dan je hoopt, je moet beschikken over veerkracht en uithoudingsvermogen. Je tijdschema moet rekbaar zijn. Zelf heb ik maar weinig succes gehad met wensen die binnen een bepaalde tijd of op een bepaald tijdstip moesten uitkomen. Regelmatig kwam de wens toch uit, maar dan later. In jouw instelling en jouw geduld moet wat rek zitten. Je kunt tegenslagen overwinnen, omdat je een helder doel voor ogen hebt en heilig gelooft dat je zult slagen. Je laat je niet van de wijs brengen. De aanhouder wint.

A staat voor Alles er voor over hebben

Schrik niet: met alles ervoor over hebben zeg ik niet dat je moet ploeteren en beulen. Die manier kan ook werken,

maar dan ben je bezig met reeds 'gestolde' materie te bewerken. Je forceert de situatie om je doel te bereiken en vaak is dat tegennatuurlijk en heel moeizaam. Het leven is dan niet altijd een pretje.

De natuurlijke manier, via de energiesnelweg, is luchtig, speels en moeiteloos. Je kiest de weg van de minste weerstand, zoals alles in de natuur. Gras doet geen moeite om te groeien, wolken doen geen moeite om een nieuwe vorm aan te nemen.

Misschien klinkt het beter als ik zeg: de A staat voor Alert zijn en Actie ondernemen. Met er 'alles ervoor over' hebben bedoel ik namelijk: actie ondernemen als er kansen op je pad komen. De energiesnelweg draagt ze aan op een presenteerblaadje, jij moet ze er wel afpakken.

M staat voor Moment

Leef op dit moment, accepteer alles zoals het op dit moment is, probeer nu gelukkig te zijn, ook zonder vervulling van je wens. Als je je wens hebt geuit moet je 'm loslaten. Hoe luchtiger je bent over het al of niet ontvangen van het bestelde, des te beter lijkt het bestellen te werken.

Ik weet dat dit tegenstrijdig klinkt. Toch werkt het in de praktijk zo, dat hunkerende, wanhopige bestellers er te veel over tobben. Dit negatieve denken werkt het bestellen tegen. Hoe minder je eraan denkt, des te beter. Leef in het nu!

Daarmee is de DIAGRAM-formule compleet.

Raadpleeg bij keuzesituaties het gevoel in je hart. Als je gevoel over een keuze goed is, maak dan die keuze en kom in actie. Stel dat je een ingeving krijgt om een andere weg in te slaan, om onverwachts bij iemand langs te gaan, of om een afspraak af te zeggen en iets anders te doen dan gepland. Als je gevoel daarbij goed is, volg dan je hart. Beschouw die ingeving dan als een teken van de energiesnelweg dat een aflevering van een van je bestellingen op komst is.

De intelligentie van de energiesnelweg is zo creatief, je zult vaak versteld staan hoe situaties voor jou gunstig uitwerken. Het lijkt soms een ongelooflijke samenloop van omstandigheden, maar een simpele waarheid is: toeval bestaat niet.

Het aardige van bovenstaande methode is: je lijkt al het goede aan te trekken. Dit staat bekend als de Wet van de Aantrekkingkracht. Je zult de wet in boeken vaak tegenkomen als Engelse term 'Law of Attraction', kortweg LOA, waarover dadelijk meer.

DIAGRAM samengevat:

- D is Doel: je weet precies wat je wilt.
- I is Inslijpen: je repeteert indien nodig totdat je er het goede gevoel bij hebt en vervolgens bestel je het op de energiesnelweg.
- A is Afstand nemen: je kunt er luchtig over doen en het loslaten.
- G is Geloof hebben: je hebt er volledig vertrouwen in dat je je bestelling geleverd krijgt.

- R is Rekbaar zijn: je bent geduldig en vasthoudend. Het kan even duren maar dat is niet erg.
- A is Alles ervoor over hebben, Alert zijn en Actief zijn. Je hebt de instelling om de kansen te herkennen en te pakken. Je volgt ingevingen en vertrouwt daarbij op het goede gevoel in je hart over de keuzes die je maakt.
- M is Moment. Leef bewust. Wees gelukkig in het nu.

Als je de DIAGRAM-formule volgt heb je voelsprietten gekregen. Je ziet en pakt de mogelijkheden. Je ontmoet ineens de mensen die je kunnen helpen, je oog valt op aanplakbiljetten en advertenties van precies de goede bijeenkomsten. Dat is geen toeval, je bent erop afgestemd. De Wet van de Aantrekkingskracht is in werking.

13. De Wet van de Aantrekkingskracht

We zijn de verkenning van de werkelijkheid achter je leven begonnen met een uitleg van de energiesnelweg. Hierop liggen alle ervaringen, gedachten en gevoelens opgeslagen. En gedachten zijn weer blauwdrukken om energie te laten 'stollen' tot materie en situaties.

Zoals gezegd: 'stollen' is eigenlijk niet het juiste woord. De energie golft namelijk voortdurend door de dingen heen. Dingen die 'vast' schijnen, zijn op microscopische schaal voortdurend in beweging. Je zou het een beetje kunnen vergelijken met een enorme mierenhoop. Van een afstand ziet die er uit als een bewegingsloze berg, als je dichterbij komt zie je de voortdurende beweging in en om de berg. Jouw waarneming bepaalt dat en hoe die berg voor jou bestaat.

Materie is niet opgebouwd uit kleine biljartbalachtige deeltjes. Je kunt het beter zien als bouwsels van trillende energiepakketjes. En elk trillend energiepakketje trilt met zijn eigen energiegolffrequentie. Net zoals een deels gevulde fles een eigen toonhoogte heeft. Als je er met een stokje tegen aan slaat hoor je een geluid afhankelijk van het vloeistofniveau in de fles.

Je kunt de frequenties op het energieveld niet horen. Zou je dat wel kunnen dan zou het je opvallen dat dingen die bij elkaar horen ongeveer eenzelfde frequentie hebben. Een gedachte (een wens) is ook energie en heeft ook een bepaalde frequentie. Als je die gedachte naar de energiesnelweg stuurt, gaan bij elkaar behorende dingen met die

gedachte meetrillen. Vergelijk dat met het meetrillen van een rijtje stemvorken als je een ervan aanslaat. Meetrillende dingen worden direct naar elkaar toe getrokken.

Is het je wel eens gebeurd dat je op een feestje met een onbekende in gesprek raakte die precies op jouw 'golflengte' bleek te zitten? Heb je wel eens aan iemand gedacht en even later een telefoontje van die persoon gekregen? In feite zend jij een bepaalde frequentie uit en dan komen gelijkgestemde zaken op je af.

Zodra je een wens naar de energiesnelweg hebt verstuurd, trek je andere materie en situaties aan. Dat heet de 'Law of Attraction' – LOA, de wet van de aantrekkingskracht. Die zuigkracht op de juiste dingen is onzichtbaar maar wel degelijk aanwezig. Net zoals de zwaartekracht niet zichtbaar is, maar wel degelijk altijd invloed uitoefent. Of je nu in zwaartekracht gelooft of niet: een appel valt uit de boom naar de grond.

Zoals de zwaartekracht altijd werkt, zo werkt de LOA ook altijd. Daarin schuilen mogelijkheden en gevaren. Iemand die bewust hoopt dat zaken mis zullen gaan heeft werkelijk een negatieve invloed. Iemand die onbewust negatieve gedachten uitstuurt, trekt het negatieve aan. Iemand die angsten heeft, trekt juist datgene aan wat hij niet wil.

Andere voorbeelden: als je denkt dat je iets niet kunt onthouden, dan lukt dit ook niet. Als je denkt dat iemand je niet leuk zal vinden, dan is de kans ook groot dat die persoon zich niet tot jou voelt aangetrokken.

Wees je bewust van de enorme mogelijkheden van de Wet van de Aantrekkingskracht en laat die in je voordeel werken. Met positieve gedachten trek je positieve zaken aan. Je ontmoet de juiste mensen die je verder kunnen helpen. Je loopt tegen dingen aan die je goed kunt gebruiken. Je ontvangt op het juiste moment het geld dat je nodig hebt. Je bent als het ware een magneet geworden voor positieve dingen, gebeurtenissen en mensen. Zo simpel is het: je denkt het naar je toe.

Het mooie is dat je niet hoeft uit te dokteren hoe dit in zijn werk gaat. Als je duidelijk het eindresultaat voor ogen hebt, zorgt de energiesnelweg voor de rest. En je zult verbaasd staan hoe creatief dit wordt ingevuld.

Bovenstaand inzicht is bij mij gekomen in etappes. Aanvankelijk heb ik veel tijd en moeite gestoken om gedetailleerde plannen te maken en die stap voor stap uit te voeren. Met die aanpak heb ik inderdaad een en ander bereikt. Nadeel was wel dat ik in tweestrijd kwam als er iets voorviel dat niet gepland was. Ik bleef met ijzeren discipline op de uitgestippelde weg en liet nieuwe mogelijkheden links liggen. Omdat het geen onderdeel uitmaakte van het uitgedokterde plan heb ik misschien betere mogelijkheden verworpen.

Nadat ik deze aanpak jarenlang had gevolgd kwam ik tot de ontdekking dat zo'n gedetailleerd plan niet absoluut noodzakelijk was. Het bleek voldoende om de instelling te hebben dat je alles voor je doel over hebt. In plaats van een 80-stappenplan volstond het

om alert te zijn op elke mogelijkheid en bereid te zijn om deze aan te pakken, wat het ook was. Ik stond nu veel meer open voor alles wat er op mijn pad kwam. En ik boekte betere resultaten.

Deze aanpak was nog weinig luchtig. Bereid zijn tot alles klinkt soms zelfs negatief. Indien je iemand vraagt of hij voor zijn doel wil verhuizen aarzelt hij misschien. Wie je vraagt of hij voor zijn doel zijn partner zou verlaten zal normaal gesproken 'nee' zeggen. En dat is maar goed ook. Inmiddels heb ik ervaren dat het luchtiger en simpeler kan met de LOA. Bereid zijn tot alles is meer een kwestie van alert en actief zijn.

Je moet vooral alert zijn op de dingen, mensen en gebeurtenissen die je na je wens aantrekt. En bereid zijn deze mogelijkheden aan te pakken. Als je daarbij je hart volgt, doe je vanzelf dingen die goed zijn voor jou en voor anderen.

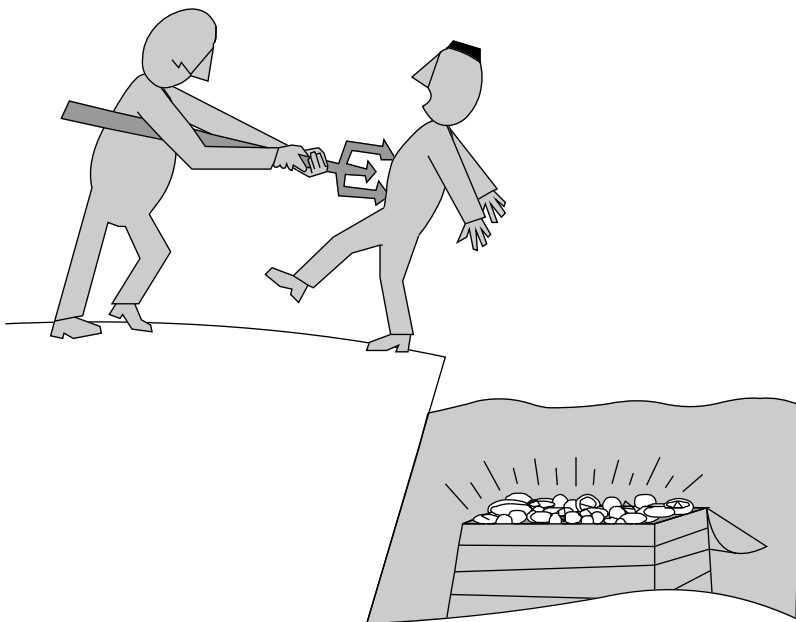
Regelmatig zal de LOA je verrassen met onverwachte ontwikkelingen. Je trekt iets aan dat een stap in het onbekende inhoudt. Als je gelooft in jezelf en in de mogelijkheden van de energiesnelweg, dan neem je die uitdaging onbevreesd en vol vertrouwen aan.

Het kan ook zijn dat je het onbekende ziet als een gevaar; je hebt angst om te falen. En daar krijg je gelijk in. Want wie denkt aan falen trekt dat ook aan. Wie echter vol geloof in de Wet van Aantrekking in het avontuur stapt zal merken dat hij nergens bang voor hoeft te zijn.

Soms trek je met de LOA een gebeurtenis aan die negatief lijkt. Bijvoorbeeld: je raakt je baan kwijt, je partner verlaat je, je moet verhuizen. Zie dit dan ook als kansen die je moet aanpakken. Want elke situatie biedt kansen.

In 2003 overleed Peter, een zeer goede vriend van ons. Van hem hadden we wel het minst verwacht dat hij vroeg zou sterven. Hij was een warme, levenslustige persoon met een zeer sterke mentale en fysieke gezondheid. Hoe verschrikkelijk het gemis ook was, die gebeurtenis heeft mij doen inzien dat je zonder vrees beslissingen moet nemen en gewoon nu moet doen waarvan je droomt. Binnen een jaar na zijn overlijden werd ik ondernemer en daar geniet ik nog elke dag van. Ook dit boek had ik nooit geschreven zonder dat inzicht.

14. Tegenslag



In het voorgaande hebben we kunnen zien dat jouw gedachten grote invloed uitoefenen op je leven. En dat geldt zowel voor positieve als voor negatieve gedachten. En zowel voor bewust als voor onbewust uitgestuurde gedachten.

Je leven van dit moment is grotendeels door jou zelf ingevuld. Jammer genoeg vaak door onbewuste gedachten waarvan je nu de gevolgen ervaart. En dat kan verder gaan dan je denkt.

Of je nu wel of niet gelooft dat je de (on)bewuste architect van je eigen situatie bent geweest, één ding is heel simpel: het is zoals het is. Het heeft geen enkele zin om het heden te ontkennen.

Dat betekent niet dat je het je niet anders mag wensen. Het gaat erom dat je beseft dat je in het nu leeft. En dat elke handeling die je in het verleden hebt gedaan gevolgen heeft gehad. En dat al die handelingen tot het nu hebben geleid.

Elke stap die je zet heeft gevolgen. De geliefde die je net verlaten heeft was ooit degene waarop je verliefd werd en die je partner als je partner koos. Het huis waarin je nu lekkage hebt, heb je ooit gekocht of gehuurd, je bent er zelf naar toe verhuisd. Misschien heb je zelf lange tijd het dak niet geïnspecteerd.

Ja, hèhè, zul je zeggen: ik heb wel ooit dit huis of deze partner gekozen, maar niet de lekkage of de ontrouw. Met jouw aardse verstand zie je inderdaad dat verband niet, maar met het inzicht, het overzicht en de wijsheid van je hogere bewustzijn zou het allemaal begrijpelijker worden. Jammer dat we het script (nog) niet kennen! Omdat de meesten van ons helaas niet verlicht zijn kunnen we alleen maar accepteren wat er is en er vervolgens iets mee doen.

Het is goed om het onderscheid te zien tussen de situatie waarin je je bevindt en hoe je op die situatie reageert. Dat zijn twee heel verschillende dingen.

Een gek voorbeeld: voor veel mensen is een biefstuk eten een genot. Ze hebben biefstuk in hun waardensysteem gekoppeld aan 'lekker'. Voor een vegetariër staat biefstuk echter gelijk aan een zinloos vermoord dier, aan bloed, geweld, zonde. Stel dat een vegetariër wordt gedwongen een biefstuk te eten, dan zal dat voor die persoon een drama zijn.

Een ander voorbeeld: de meesten van ons vinden het doden van een mug of een rat helemaal oké. Het doden van een muisje vinden we wel nuttig maar ook een beetje zielig. Een zeehondje doodslaan vinden we helemaal niet kunnen. We vinden dat de zeehondenjagers hele verkeerde normen en waarden hebben. Zeehondenjagers kijken op hun beurt natuurlijk heel anders tegen die situatie aan.

We hebben allemaal een stelsel van overtuigingen ontwikkeld en daar reageren we vaak automatisch door. Die overtuigingen kunnen enorm verschillen. Heel Nederland lijdt als `onze` jongens van het nationale voetbalelftal met strafschoppen op een WK worden uitgeschakeld. Bij verlies van ons nationale cricketteam hoor je vrijwel niemand.

Voor de een is zijn baan opzeggen en ondernemer worden een groot lonkend avontuur. Voor een ander is het opgeven van zoveel zekerheid een drama. De eerste persoon zal snel de draad oppakken in geval hij ontslagen wordt. De tweede zal veel meer moeite hebben om met frisse moed een nieuwe weg in te slaan.

Als je je laat leiden door automatisch opborrelende gedachten, dan zul je reageren zoals je gevormd bent. Als je je kunt losmaken van je gedachten en minder volgens automatismen oordeelt, dan kun je elke situatie onbevangen zien als een nieuw begin en een nieuwe kans.

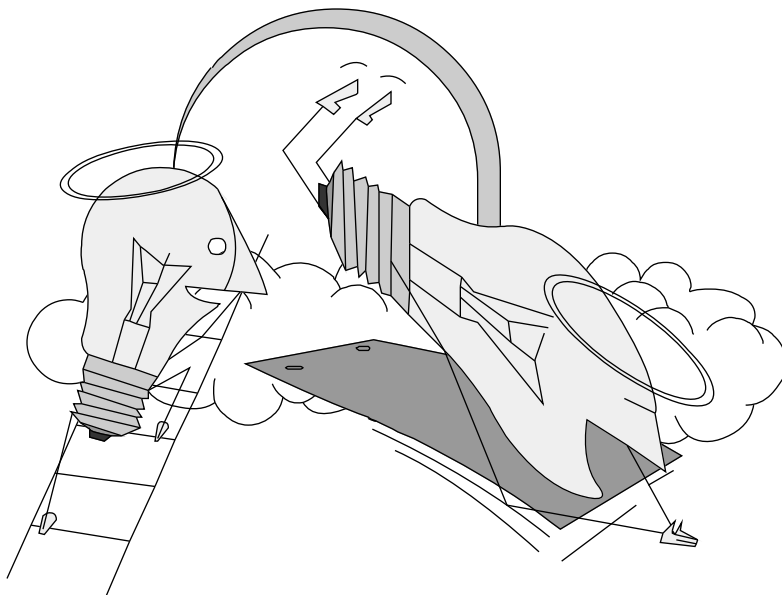
Ik werkte 7 jaar bij een Amerikaans bedrijf in de automatisering toen ik op een maandagochtend hoorde dat er vanwege reorganisatie geen plaats meer was voor mijn functie op het Europese

hoofdkantoor. Hoewel ik volslagen verrast was door het ontslag, na jaren van prima beoordelingen en dito salarisverhogingen, besloot ik niet te blijven hangen in teleurstelling. Ik stak direct mijn energie in het vinden van een nieuwe baan. Ik was meer dan acht uur per dag bezig met zoeken, met brieven schrijven en gesprekken houden. Na een aantal maanden had ik in een economisch slechte periode een nieuwe baan. Daarvoor, toen ik tientallen sollicitaties had lopen, werd ik opgebeld door een oud-collega die enige tijd voor mij ook ontslagen was. Hij vroeg of ik, net als hij, in een zwaar juridisch gevecht gewikkeld was om er een flinke ontslagvergoeding uit te slepen. De man zat vol wraakgevoelens en stak al zijn energie in het aanvechten van zijn ontslag. Daardoor had hij niet de energie om naar een nieuwe baan te zoeken.

Het is heel plezierig om de zaken naar je hand te zetten. Het is daarentegen heel onbevredigend als je moet toegeven dat jouw geluk van andere mensen afhangt. Het dwingt je namelijk in een positie van afhankelijkheid, je geeft je geluk en je leven uit handen. Weet dat je zelf je leven inricht. Kies daarom je acties bewust en ontwikkel positieve gedachten.

Bedenk dat je elke nieuwe situatie kunt zien als een avontuur dat mogelijkheden biedt voor persoonlijke groei. En zelfs het verlies van een baan of een geliefde speelt een rol bij jouw persoonlijke groei. Hoewel het op dat moment niet te vatten is, is zo'n verlies soms achteraf gezien de aanleiding geweest om een nieuwe weg in te slaan.

15. We gaan door



De meesten van ons zijn opgegroeid met het idee dat de dood heel erg is. En het is natuurlijk een enorm gemis als een dierbare er niet meer is. Laat daar geen misverstand over bestaan.

Er zijn echter ook culturen waarin de mensen bij het overlijden van dierbaren rouwen en feesten tegelijk. Zij zijn ervan overtuigd dat de dode verlost is van de beperkingen van dit aards bestaan. En dat deze na zijn dood in de zevende hemel verkeert. Hebben zij ook een beetje gelijk?

We hebben al eerder gezien dat ons lichaam ook gewoon energie is. En in elk beetje energie, in elk atoom en in elke cel van ons lichaam, zit een beetje bewustzijn. Naast dit lage bewustzijn heeft ons lichaam ook een wat hoger

persoonlijk bewustzijn. We zijn ons van onszelf als mens bewust en dat is speciaal. En dan is ons lichaam verder nog speciaal omdat we hersenen hebben. We hebben een zenuwstelsel dat zich bewust is van onze persoonlijke energie en informatie. We kunnen die informatie zelf maken, bijvoorbeeld in de vorm van gedachten, gevoelens, herinneringen en overtuigingen. We kunnen er van alles mee tot stand brengen en daarmee naar keuze onze wereld inrichten.

Het persoonlijk bewustzijn heeft voor de duur van je leven plaatsgenomen in je lichaam. Op de momenten dat je wakker bent heeft je persoonlijk bewustzijn te maken met de beperkingen van je lichaam. Dat is op vrijwillige basis. Je hoger bewustzijn op de energiesnelweg kan zonder lichaam oneindig veel meer. Maar je lichaam en je leven hier op aarde, en de beperkingen die dat met zich meebrengt, zijn een keuze. De levenservaring dient om te leren en te groeien.

Oké, vraag je nu, wat heb je aan leren en groei als je dood gaat? De zin zit 'm in het feit dat het belangrijkste aan jezelf blijft bestaan. Jouw persoonlijk bewustzijn overleeft je lichaam. Je lichaamcellen vergaan en de energie daarvan komt weer terug als bouw materiaal op de energiesnelweg. Echter, je persoonlijke bewustzijn - wie je werkelijk bent - trekt zich terug uit het lichaam en keert weer terug naar de energiesnelweg om als bewustzijn verder te 'leven'. Bij de een is dat abrupt, bijvoorbeeld door een ongeluk. Bij een ander gaat dit gepaard met hevige strijd. En bij nog weer anderen is dat vloeiend, bijvoorbeeld bij mensen die in hun slaap overlijden.

Je vraagt je misschien ook af: als je dood gaat, komt je persoonlijk bewustzijn dan in de hemel? Misschien zelfs in een hel?

Het antwoord is: er is geen straf, dus ook geen hel. Waarom zou de intelligentie van de energiesnelweg een stukje van zichzelf straffen? Je zou de energiesnelweg een hemel kunnen noemen, maar de waarheid is dat je daar aantreft wat bij je past. Op de energiesnelweg, op het niveau van het hoogste bewustzijn kun je scheppen wat je wilt. Zonder beperking. Dus ook een hemel inrichten zoals je die voorstelt.

Je overgang is waarschijnlijk even wennen. Je wordt op de energiesnelweg dan ook geholpen door, zeg maar, de mannen en vrouwen van de energiesnelwegenwacht. Die kunnen voor jou een voorlopige omgeving in elkaar zetten waarin je je thuis voelt. Bijvoorbeeld een hemel. Het kan ook zo zijn dat je er volledig van overtuigd bent dat je de hel verdiend hebt; dan wordt voor jou een tijdje een hel-decor opgetrokken. Maar nooit voor lang en het is niet schadelijk.

Het is niet de bedoeling van dit boekje om hier ver op door te gaan. Het is wel van belang om te weten dat jouw persoonlijk bewustzijn er vaker voor kiest om weer op expeditie te gaan. Je komt in de regel meer dan eens op aarde terug om weer een leven te lijden. En je bent hier ook al vaker geweest. Reïncarnatie bestaat. En nog wonderlijker: als je man was kun je er ook voor kiezen als vrouw terug te komen. En andersom. Een mens kan ook als een andere vorm terugkomen, bijvoorbeeld om even het rustige leven van een boom te leiden.

Het is zelfs mogelijk een ander leven dan het aardse te kiezen, en je zult meer dan één leven tegelijk leiden. 't Is maar dat je het weet, al besef ik dat je met die kennis nu niet zo veel kunt.

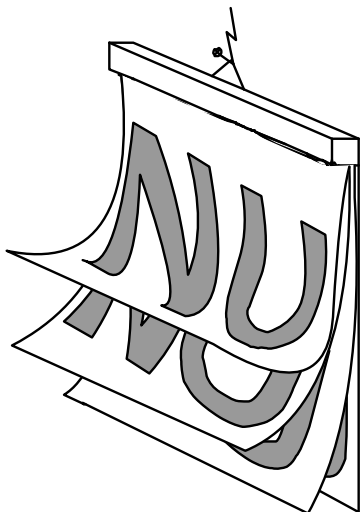
De reden dat je opnieuw een vorm van leven kiest is om geestelijk completer te worden. Jouw persoonlijk bewustzijn kiest levensscenario's uit die wat toevoegen aan bestaande ervaringen, waardoor het groeit. Net zoals de elektronische snelweg steeds rijker wordt aan informatie en functionaliteit zo krijgt ook de energiesnelweg steeds meer inhoud en kwaliteit.

Wat veel mensen fascineert is of je in een eerder leven Egyptenaar onder de farao's geweest kan zijn. Of ridder in de Middeleeuwen. Of soldaat onder Napoleon. De meeste mensen weten niets van hun vorige levens. Je hoort echter wel eens verhalen van mensen die zo'n tijd tot in detail kunnen beschrijven, bijvoorbeeld onder hypnose of in trance.

Het is inderdaad goed mogelijk dat je in zo'n tijd een eerder leven geleefd hebt. Al is 'eerder' eigenlijk geen goede term. Want al die levens leef je in werkelijkheid tegelijkertijd. Nu komen we tot een simpele waarheid die voor ons moeilijk te vatten is:

Er bestaat in werkelijkheid geen tijd!

16. Je hebt geen tijd



Er is in werkelijkheid geen tijd. Onze hersenen en onze zintuigen verhinderen ons om dat te zien. En om het te snappen. Tijd is een illusie in ons aardse bestaan. Tijd bestaat niet! Moeilijk? Ongelooflijk? Je moet het misschien maar aannemen en geloven.

Ik neem het je niet kwalijk als je er volledig van overtuigd bent dat tijd bestaat. Je kunt immers veel tegenwerpen over het begrip tijd. Over geboren worden, ouder worden en dood gaan, over klokken en kalenders. Inderdaad, er is constante verandering in ons lichaam en in onze omgeving. En klokken en kalenders zijn praktische hulpmiddelen om in onze veranderende wereld afspraken te maken.

Toch ben je het vast met me eens dat we leven in het nú. Nú is het nú. Na 1 seconde is het weer nu. Je kunt niet in

het verleden teruggaan om daar te leven. Je kunt niet naar de toekomst gaan om daar te leven. De simpele werkelijkheid is dat je altijd alleen maar in het nu kunt leven. Je lichaam verandert, je achterliggende hoger bewustzijn is tijdloos.

Het verleden, dat zijn je herinneringen. De toekomst zijn je verwachtingen, je zorgen, je angsten, de lijn die je in gedachten doortrekt. Zowel heden als verleden zijn slechts gedachtenconstructies. Alleen het heden bestaat echt.

We leven in een voortdurend nu, we kunnen niet anders. En als je wat wilt met je leven moet je je bewust zijn van het nu. En nu leven. Je moet niet met je gedachten in het verleden blijven hangen, want het zijn maar herinneringen. En je moet ook niet bezig zijn met wat voor zorgen op je af komen, want het zijn maar verwachtingen. Dat alles bestaat niet echt, behalve in jouw hoofd. Alleen het heden is echt.

Ook overblijfselen uit het verleden, zoals ruïnes, bestaan nu. Je kunt de stenen nu aanraken. Toen zo'n gebouw nog intact en in gebruik was, was het ook nu.

Ook zaken die zeker in de toekomst plaatsvinden, zoals Kerstmis op 25 december, vinden alleen plaats in het nu. Voor die tijd zijn het onze verwachtingen en voorbereidingen voor Kerstmis. En die zijn weer in het heden. Op het moment dat we een recept uitzoeken voor het kerstdiner is het nu.

De simpele waarheid is en blijft: er bestaat alleen nu. En je kunt dan ook beter in het nu leven. Tijd is een gedachten-

constructie van de mens. Onze hersenen houden ons voor de gek.

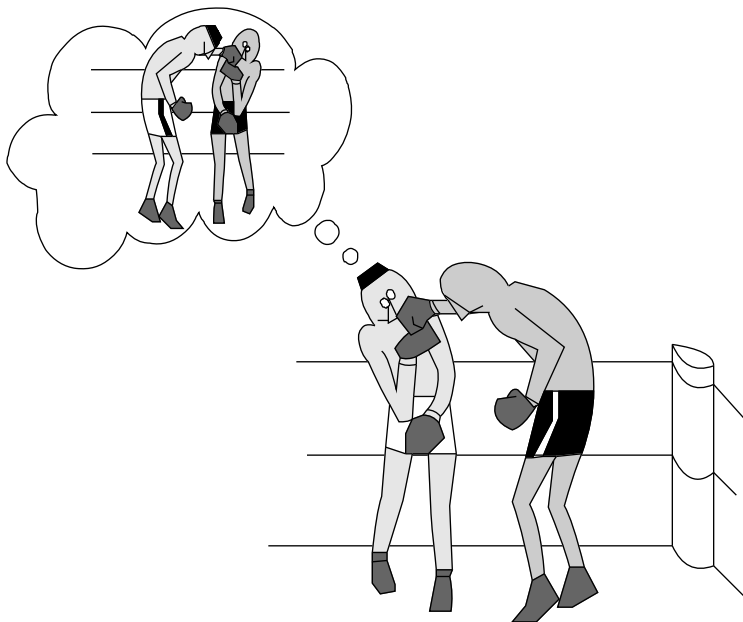
Er zijn onderzoeken geweest waarbij aan proefpersonen onder hypnose een volstrekt ander gevoel van tijd werd gesuggereerd. Zij bleken in staat heel veel denkwerk te verrichten in heel korte tijd, als ze ervan overtuigd werden dat de tijd voor hen veel langzamer verliep. Ook als je iets doet dat je heel erg leuk vindt, verlies je het gevoel van tijd. Als je droomt kun je voor je gevoel uren geslapen hebben en in werkelijkheid slechts een kort tukje hebben gedaan. In die korte tijd heb je heel veel belevenissen in je dromen gehad. Andersom komt ook voor. Ook hoor je van mensen die op het randje van de dood gebalanceerd hebben dat ze in enkele seconden hun hele leven aan zich zagen voorbij trekken.

Wat kun je met de wetenschap dat tijd niet bestaat?

Misschien helpt bovenstaande je om het verleden te laten rusten. Om er lering uit te trekken, maar meer ook niet. Als je bevrijd bent van de last van het verleden kun je je helemaal op het nu concentreren. En kun je intensief léven in plaats van denken.

Hopelijk helpt bovenstaande ook om je angsten over wat nog niet bestaat te laten varen. Heel vaak ben je zonder reden ergens bang voor. Er is angst voor het onbekende in plaats van dat er sprake is van werkelijk gevaar. Probeer gewoon nu te leven. Het is maar zelden dat je angst hoeft te hebben voor wat je nu beleeft.

17. Ontvangen en geven



We hebben gezien dat alles energie is en dat deze energiepakketjes constant in beweging zijn. De energie van de energiesnelweg stroomt voortdurend tussen dingen en dwars door dingen heen. Ook in de lucht om ons heen en zelfs in het luchtledige.

We hebben ook gezien dat we met onze gedachten die energie voor ons in de juiste richting kunnen laten bewegen. Alles op de energiesnelweg en wat eruit voortgekomen is, is voor ons in beweging om het bestelde te leveren. Bij die beweging zijn een paar zaken van belang.

Belangrijk is dat je kúnt ontvangen. Dat klinkt raar, maar wat ik bedoel is dat je geen valse schaamte hebt als je iets

heel plezierigs krijgt. Vanuit je geloof, opvoeding en dergelijke kun je de opvatting hebben dat het niet goed is om in welvaart te leven. Er is je misschien verteld dat het niet eerlijk is dat jij het goed hebt, terwijl anderen op deze wereld hongersnood hebben of in andere ellende leven. Dat is onzin!

Er is niks mis mee om in overvloed te leven als je anderen niet benadeelt. Sterker nog, misschien kun je met jouw overvloed meer voor anderen doen, dan wanneer je zelf aan de grond zit. Je moet het helemaal oké vinden om een prettig leven te lijden, zonder enige schaamte of terughoudendheid.

Ook belangrijk is dat je zelf bereid bent om aan de beweging van de energiesnelweg mee te werken. Dat doe je door te geven. Vergelijk het energieveld met een pan soep. Ook jij moet geregeld in de soep roeren, anders brandt de soep aan. De aangekoekte soep kan niet meer bewegen, het is geen soep meer. Vergelijk het ook met computers op de elektronische snelweg die informatie aan andere computers doorgeven zodat het internet als geheel blijft functioneren.

De meeste kans op het ontvangen van mooie dingen in je leven is door te geven. Geven loont. Tenminste, als je het met liefde en plezier doet.

Belangrijk is die liefde en plezier bij het geven. Als je met een zuur gezicht iets weggeeft, dan heeft dat geven geen enkele zin. Dat werkt niet. Geef je het met liefde dan werkt het extra.

Waarschijnlijk moet je aan het geven meer wennen dan aan het ontvangen. Misschien vind je dat je weinig bezit om weg te geven. Je hoeft echter geen dure cadeaus weg te geven. Om het juiste gevoel te ontwikkelen kun je beginnen met iets weg te geven dat geen geld kost. En dat tegelijk het meest waardevolle is van alles dat je kunt weggeven: mensen in gedachten het beste wensen. Dat gaat vanzelf bij degene waarop je verliefd bent. Het gaat bijna vanzelf bij je familie en vrienden. Het kost iets meer moeite (maar geen geld!) om er een gewoonte van te maken om het ook te wensen aan personen die je voor het eerst ontmoet, bijvoorbeeld bij een sollicitatiegesprek. Als je er echt een gewoonte van maakt kun je iedereen die je ontmoet moeiteloos in gedachten het beste toewensen. En dat levert wat op. Geven loont.

Ben je zwartgallig, wrokkig, in de contramine? Als je graag gelijk krijgt dat het slecht gaat, als je graag tegenstanders hebt en ruziet, dan krijg je geleverd wat je bestelt. Je krijgt een leven met narigheid. Haat en boosheid kosten veel energie. Als je haat weggeeft, stop je veel energie in een slecht cadeau. En je krijgt er niets goeds voor terug. Slechte deal! Liefde weggeven kost heel weinig energie, het voelt meteen goed voor jezelf en je krijgt er veel voor terug, bijvoorbeeld een prettig leven.

Iets wat ook geen cent kost is een vrolijk gezicht. Schenk iemand een glimlach en je krijgt een glimlach terug. Als je met een vrolijk gezicht rondloopt en je bent aardig, dan ontmoet je alleen maar vrolijke en aardige mensen. En wie wil dat niet?

Wat kun je met het principe dat geven loont?

Je zult zien dat je dierbaren een prettiger en gezonder leven hebben als je het ze toewenst. Je zult zien dat mensen die je het beste wenst aardiger en guller naar jou toe zijn. Je zult zien dat zelfs je tegenstanders milder zijn als je ze, ondanks alles, het beste wenst.

Maak er een gewoonte van om wat energie te steken in een ander, bijvoorbeeld bij het uitzoeken van een persoonlijk cadeautje. Een kaartje sturen met een welgemeende persoonlijke boodschap is meer waard dan geld geven. Maak er ook een gewoonte van om *áltijd* te geven, niet alleen op verjaardagen of met Kerst. Denk 's avonds voor het slapen gaan even aan zieke mensen en stuur wat beterschap naar ze toe. Alle beetjes helpen.

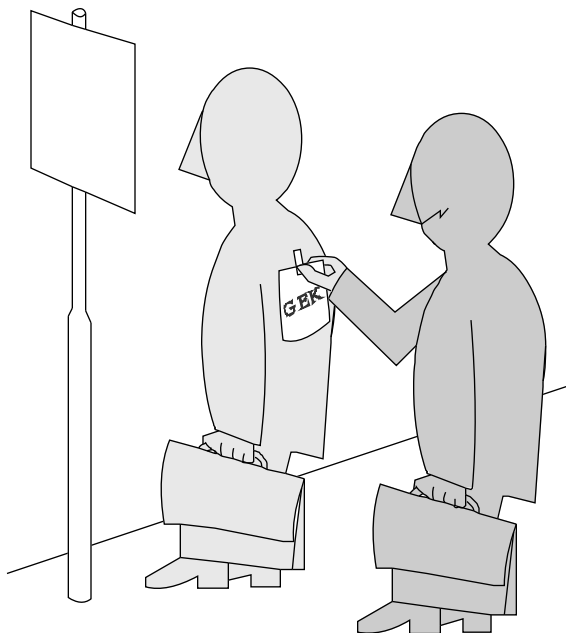
Geven loont, je houdt het verkeer op de energiesnelweg in beweging en je krijgt alles in veelvoud terug. Als je geeft met een positieve intentie dan breng je zaken op de energiesnelweg in trilling op dezelfde frequentie. Er gaat van alles meetrillen in jouw voordeel.

Neem je dagelijks het volgende voor:

- schenk een positieve gedachte en je ontvangt positieve zaken
- schenk een glimlach en je ontvangt een glimlach
- schenk vreugde en je ontvangt vreugde
- schenk liefde en je ontvangt liefde
- schenk aandacht en je ontvangt aandacht

Schenk wat je wilt ontvangen!

18. Blijf niet plakken



We oordelen de hele dag over alles. Onze overtuigingen, ontstaan door opvoeding, cultuur, school, de media en dergelijke, bepalen wat we van iets vinden. We hebben al gezien dat dat onze waarneming behoorlijk verminkt. Het trekt ons beeld van de wereld en van mensen scheef. Dat is op zich al een reden om eens wat minder te oordelen, minder labels te plakken.

Vanuit onze oerdrang naar overleven zijn we gewend om ons tegen anderen af te zetten. In de oersituatie geldt: als ik sterker ben dan jij, dan heb ik meer kans om te overleven. In onze 'beschaafde' wereld geldt: als ik laat zien dat ik meer weet dan jij word ik hoger aangeslagen.

Als ik lach om jouw gebrek ben ik superieur, zeker als ik anderen meekrijg bij het uitlachen.

Het oordelen en je ergens tegen afzetten heeft alles te maken met ons gevoel van afzondering. Wij beseffen niet dat we van dezelfde energiesnelweg afkomstig zijn. Dat we er de hele dag deel van uitmaken. Dat de energie die door een ander stroomt ook ons voedt. Dat ons bewustzijn en dat van de ander uit dezelfde bron komen. Dat alles één is.

Als alles één is valt er niets te bestrijden. Als er maar één iets is, dan ben je dat zelf. Je kunt je niet tegen iets afzetten dat je zelf blijkt te zijn.

Als je oordeelt ga je verdelen wat in de basis één en onverdeeld is. Als je iets goed vindt, dan is het andere niet goed. Als je voor Ajax bent, dan is Feyenoord een waarde-loze club. Als je jezelf hip vindt, dan zijn anderen ouderwets. Als je vasthoudt aan je eigen overtuiging, dan zijn andersdenkenden dom.

Je ego bestaat bij de gratie van die tweedeling. En je bent echter niet je ego, zoals we gezien hebben. Je ego bestaat uit overtuigingen, uit rollen die je speelt.

Om de wereld te ordenen stop je alles in hokjes die je gevormd hebt. Zó hoort het en zó niet. Dat is goed, dat is slecht. Dat is mooi, dat is lelijk. Dat is hip, dat is ouderwets. Als je bij een kudde wilt horen, dan ben je geneigd je oordeel in lijn te brengen met wat die kudde vindt. Die kudde kunnen je vrienden zijn, mensen uit de buurt, collega's, studiegenoten, van je kerk, vereniging, enzovoort.

We hebben gezien dat je dichterbij de energielijn staat als je ego minder aandacht krijgt. Hoe dichterbij de energielijn des te beter kun je bestellen wat je in je leven wenst. Oordelen versterkt daarentegen je ego. Oordelen is denken en denken brengt je verder af van het stille hoofd dat je nodig hebt voor een juiste bestelling op de energielijn. Natuurlijk, oordelen of iets gevaarlijk is, is nuttig om te overleven. Maar oordelen of iemand er raar uitziet of van verkeerde muziek houdt levert niets op.

Wat kun je hiermee?

Oordelen kost energie en je krijgt er niets voor terug. De energie die je uitspaart door niet te oordelen, hou je over voor betere doelen. Een stil hoofd geeft meer kans op succes bij het inrichten van je leven. Probeer steeds vaker je oordeel in te slikken. Je zult merken dat het goed voelt en je bewustzijn verhoogt.

19. Prettig en zinnig leven

Onderhand zul je beseffen wat je kunt doen met de adviezen in dit boek. Wees daarin niet bescheiden. Je zult in de eerste plaats voor jezelf een leuk leven willen regelen. Niks mis mee. Als je de keuze hebt, waarom zou je dan een rot leven lijden? Het zou mooi zijn als je alles met liefde en plezier doet. En met een goed gevoel in je hart. Als je hart zegt dat het goed is, dan doe je vanzelf de goede dingen.

Het zou mooi zijn als je je leven prettig kunt inrichten en dat het daarbij ook nog zinnig is. Ik kan mij voorstellen dat er nu wat vragen opkomen. Wat is een zinnig leven? Hoe bereik je zo'n situatie? Als het leven voor jou tot nu toe minder leuk verlopen is, hoe kun je dan enigszins vrede hebben met een rot leven? Kun je ontslag, het verlies van een geliefde of een zware lichamelijke handicap zelf veroorzaakt hebben? Dat lijkt bijna absurd. En indien dat zo is, met welk doel?

Om een antwoord te geven op die vragen gaan we weer terug naar de energiesnelweg. Je hebt begrepen dat dit de bron van alles is. Het is een oneindig reservoir van energie - bewuste energie - om gedachten op te slaan, om te communiceren en om uit gedachten materie te scheppen. Jijzelf bent ook zo'n stuk materie, voortgekomen uit de energiesnelweg. Er is echter een groot verschil met andere materie: jij bestaat niet als gevolg van een gedachte van iemand anders. Jij bestaat als gevolg van een wens van het hoger bewustzijn op de energiesnelweg zelf. En dat stukje bewustzijn dat ervoor gekozen heeft mens te worden, is jouw persoonlijke bewustzijn.

Je hebt eerder gezien dat in alle energie van de energie-snelweg bewustzijn zit. Jouw bewustzijn maakt deel uit van dit grote geheel. Dat is het grote geheel dat zo razend knap en creatief jouw bestellingen uitvoert.

Als je godsdienstig bent ingesteld kun je het allerhoogste bewustzijn van de energiesnelweg zien als God, of Allah, of het Opperwezen. Mij is het om het even, als je maar beseft dat je zelf onderdeel uitmaakt van God of Allah. Misschien stop je met het aanbidden van een afzonderlijke God of Allah, als je beseft dat je zelf een stukje God bent, dat in een mens tot uitdrukking komt. En hopelijk stop je met God de schuld te geven van alle ellende op de wereld, want je bent zelf medeverantwoordelijk. En hopelijk snap je dat er geen duivel is die de schuld van het kwaad is.

Omdat je zelf een stukje hoogste bewustzijn bent schrijf ik die woorden niet met een hoofdletter.

Dit allerhoogste totaalbewustzijn groeit voortdurend dankzij de ervaringen van de vele, vele stukjes ervan. En die ervaringen doen de stukjes persoonlijk bewustzijn op in de levens die zij lijden.

Jij bent zo'n stukje bewustzijn dat af en toe op expeditie naar de aarde gaat om een opdracht, zeg maar vrijwilligerswerk, te vervullen. Daarbij heb je je vrije wil meegekregen en die mag je ook voortdurend gebruiken. Je mag het leven leiden dat je wilt.

Goed, stel je voor, je probeert als vrijwilliger je tijd op aarde zo plezierig mogelijk door te komen. En van

vervelende klussen probeer je iets te maken. Als je van je ervaringen leert dan heb je het goed gedaan op weg naar hoger bewustzijn. De hele energiesnelweg wordt er kwalitatief beter van als jij naar een hoger bewustzijn groeit. Jouw stuk persoonlijk bewustzijn maakt immers onderdeel uit van het totale bewustzijn van de energiesnelweg. Dus met jouw persoonlijke groei wordt de hele energiesnelweg beter.

Het is wel frustrerend dat je met je beperkte bewustzijn op aarde niks weet van je opdracht. Met je hogere bewustzijn op de energiesnelweg heb je kennelijk besloten een ervaring op aarde door te maken, maar eenmaal op aarde weet je niet wat die opdracht is. Is dat de ellende doormaken die je misschien momenteel doormaakt? Of ben je verkeerd bezig omdat je eigenlijk best een gerieflijk leventje leidt en je je misschien niet aan je opdracht houdt?

Je zou graag de beschikking hebben over hoger bewustzijn, want dan wist je wat zinnig was en wat minder zinnig was. Nou, als je beseft dat je een stuk bewustzijn bent dat af en toe een menselijke vorm aanneemt, dan ben je al een eindje gevorderd in de richting van hoger bewustzijn. Dat is stap één.

Het vervolg is antwoord geven op de vraag: wat kun jij geven? Je hebt begrepen dat je aan een prettig leven van anderen en jezelf kunt meehelpen door te geven, bijvoorbeeld zulke gratis zaken als aandacht, liefde en vreugde. En geven loont want je krijgt vroeger of later een veelvoud terug.

Je hebt van alles in je bagage wat je kunt geven. Je hebt bijvoorbeeld talenten. Iedereen heeft een mooi setje talenten dat 'm voor iets bepaalds geschikt maakt.

Stap twee van jouw weg naar hoger bewustzijn en het vervullen van je aardse opdracht is: inventariseren van je talenten. En nagaan wat je met die talenten kunt dóen. Elk mens is uniek, jouw setje talenten is uniek. Het stelt je in staat precies één ding beter te doen dan alle andere mensen. Dat is jouw bijdrage aan een betere wereld. En aan een hoger bewustzijn.

Als je beseft wat jij bijzonder goed kunt, dan zul je dat vanzelf met liefde en plezier doen. Wat je goed kunt doe je graag. Dat was op school ook zo. En dan ben je al aardig op weg naar een prettig leven. Je kunt bijvoorbeeld zo in je activiteiten op gaan dat de tijd vliegt. De leukste dingen doe je zelfs als je er niet voor betaald krijgt - dat is overigens een prima test of je op de goede weg bent.

Stap drie van jouw weg naar een zinnig leven en een hoger bewustzijn is dat je met je unieke talenten iets geeft aan de mensen. Vraag jezelf af: hoe kan ik mensen die ik tegenkom met mijn talenten helpen. Dan leid je een zinnig leven en groei je naar een hoger bewustzijn.

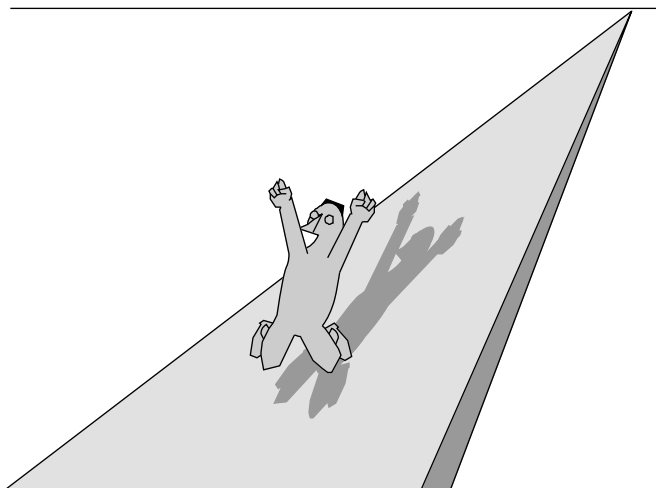
Wat kun je hiermee?

Als je het volgende doet, bereik je een prettig en overvloedig leven:

- besef dat je een stukje hoger bewustzijn op de energiesnelweg bent
- inventariseer je talenten en bepaal hoe je die optimaal kunt gebruiken
- help er anderen mee

Je zult zien dat anderen aan jouw bijdrage behoefte hebben en dat je er ruim voor wordt beloond met een prettig leven in overvloed. Het is voor de energiesnelweg een koud kunstje om van de energie die jij investeert een vette beloning te kneden. Je leven is niet af en toe leuk, maar permanent prettig en succesvol.

20. De toekomst



Mijn ouders hadden een indrukwekkende rij boeken in de kast met de titel 'Universiteit voor Zelfstudie'. Deze boeken gaven een overzicht op allerlei gebieden, van talen tot wiskunde en van geschiedenis tot spreken in het openbaar. De meeste aantrekkingskracht op mij als jochie had het boek over parapsychologie. Zo'n vak kreeg je niet op school. Het boek stond bol van de onverklaarbare zaken, zoals telepathie, helderziendheid en geestverschijningen.

Veel zaken waren gemeld door uiterst betrouwbare getuigen en onderzocht door deskundigen. Ze waren niet te herhalen, maar ze hadden zich wel degelijk voorgedaan! Ik vond het ongelooflijk dat met die fantastische verschijnselen weinig werd gedaan. Ze lieten een glimp zien van een wereld waarin zoveel meer mogelijk is.

Nu, tientallen jaren verder, zijn vanuit de klassieke wetenschap, met name de kwantumfysica, bewijzen gekomen voor het bestaan van een allesverbindend energieveld. Zaken die een wonder leken, worden inmiddels verklaarbaar. De ontdekkingen van de wetenschap liggen in lijn met inzichten in geschriften en legenden van soms duizenden jaren oud. Verder onderzoeken met een open geest kan ons nu met sprongen vooruit helpen.

Wat kan er gebeuren als velen na jou inzicht krijgen in het bestaan van een energiesnelweg en snappen hoe je je leven op een prettige en zinnige manier inricht?

Je zult een ontwikkeling zien van de energiesnelweg naast de elektronische snelweg en andere technologie. Je kunt zeggen dat alles wat zeer vernuftig met geavanceerde techniek wordt gerealiseerd ook op de energiesnelweg mogelijk wordt, maar dan met veel minder moeite en op een 'schone' manier. Een paar voorbeelden:

Voor contact via telefoon moesten we vroeger naar een vaste locatie. Dankzij mobiele telefoons kunnen we nu vrijwel overal draadloos communiceren. Mobiele telefoons zijn krachtige, draagbare computers geworden en we willen ze liefst nog kleiner en slimmer maken. Echter, nu al lopen we tegen de beperking aan van een klein toetsenbord. Bij het sms-en gebruiken we zo min mogelijk tekens. Ook een klein scherm is een handicap, we willen foto's en filmpjes kunnen bekijken. Een oplossing zit deels in spraakaansturing en -uitlistering. Nog mooier zou zijn als we een mobieltje rechtstreeks op onze hersenen zouden kunnen aansluiten. We zouden dan met onze gedachten een ander

kunnen bellen en zijn woorden en beelden in onze hersenen kunnen ontvangen. De energiesnelweg biedt echter, na ontwikkeling van praktische technieken een veel beter alternatief. Voor gedachtenlezen via de energiesnelweg is geen batterij nodig, er hoeft geen chip geïmplanteerd te worden en het werkt sneller dan het licht.

We verbruiken steeds meer grondstoffen, onder andere voor energieverblindende productiemethoden, voor computers op de elektronische snelweg en voor transport. De klassieke methoden van energieproductie zijn gebaseerd op het uiteen laten vallen van materie via explosie, ze creëren afval. Men heeft de hoop gevestigd op onder andere kernfusie, een zeer geavanceerde methode om materie samen te voegen. Voor het laten samensmelten van bijvoorbeeld waterstofatomen is echter een temperatuur van meer dan 150 miljoen graden Celsius nodig. Op de energiesnelweg is schone energie in overvloed. Er is al apparatuur ontwikkeld waarmee het aftappen van die 'koude' energie mogelijk is. Er is een naar verhouding geringe investering nodig om de apparatuur te kunnen vervolmaken en op grote schaal te kunnen produceren. Helaas ondervinden pioniers op dit gebied veel tegenwerking. Banken en grootindustrieën vinden de machtsverdeling op basis van de huidige grondstoffen wel zo overzichtelijk. De energie van de energiesnelweg is van iedereen, goedkoop en onuitputtelijk. Deze gaat gebruikt worden en dat zal inderdaad een revolutie teweegbrengen in machtsverhoudingen en economie.

Vrijwel alle productiemethoden gaan uit van het omvormen van de ene materie in de andere. Als we beter weten hoe we uit krachtige gedachten en intense gevoelens direct

materie maken dan zouden onze productieprocessen veel efficiënter worden. We zouden dan net zo gemakkelijk en snel creatieve producten maken als dat we nu rode bloedlichaampjes aanmaken in ons lichaam.

In het verleden verspreidden reizigers verhalen en boodschappen. Vervolgens zorgde de boekdrukkunst voor een revolutie omdat we boodschappen en verhalen konden optekenen en vermenigvuldigen. Deze boeken moesten nog steeds verspreid worden; gedachtengoed werd materie op transport. In onze tijd sturen we bits over de elektronische snelweg en door de ether, dat voorkomt veel transport van materie. Wanneer we in de toekomst in staat zijn gedachtenconstructies te 'lezen' dan kunnen die een prima alternatief vormen voor onze huidige media en entertainment. In plaats van via computers, radio, televisie en gameconsoles kunnen we multimediaal genieten van onbeperkt creatieve gedachtenproducties op de energiesnelweg.

Er wordt hard gewerkt aan nanotechnologie, waarmee het mogelijk moet worden om materie tot in de kleinste details te analyseren, deze informatie vast te leggen en daarmee op een andere locatie exact die materie te reproduceren. Veel transport van materie zou daarmee overbodig worden. Via de energiesnelweg kunnen we in de toekomst ditzelfde doen met gedachten als blauwdrukken en de energie van de energiesnelweg als gratis grondstof om materie te maken.

De gezondheidszorg houdt zich vooral bezig met het repareren van mensen als ziekten en gebreken optreden. Daarbij maken medici veelvuldig gebruik van kostbare operatieve ingrepen, van chemische producten zoals

medicijnen en van bestralingen. Inmiddels is ook in de medische wetenschap geaccepteerd dat de suggestie van een medicijn of operatie soms net zo veel effect heeft als het medicijn of de operatie zelf – het zogenaamde placebo-effect. De geest van de patiënt heeft vergaande invloed op zijn lichaam. Door meer bewust te zijn van de kracht van verkeerde gedachten kun je ziektes voorkomen. Door het uitlezen van iemands gezondheidstoestand via de energiesnelweg kan straks goedkoop, snel en nauwkeurig een diagnose gesteld worden. Niet alleen kunnen we zo steeds beter achter de oorzaak van ziektes komen, we kunnen die ook via de energiesnelweg, bij de bron verhelpen.

Wat kun je met de energiesnelweg in algemene zin?

Als er voldoende mensen inzicht krijgen, bijvoorbeeld meer dan één procent van een bevolking, dan hebben hun gelijkgerichte gedachten zoveel kracht dat de hele bevolking er in algemene zin al van profiteert:

- de welvaart gaat omhoog
- er zijn minder ziekten
- het aantal misdaden neemt af
- er is meer vrede
- er is meer respect voor de natuur

Alle reden om er snel mee aan de slag te gaan!

21. **Samengevat**

Je hebt in dit boek een aantal eenvoudige principes gelezen. Maar misschien waren het er zoveel dat je de draad bent kwijtgeraakt. Daarom voor het overzicht en de samenhang een samenvatting.

De basis van alles is de energiesnelweg, een oneindig energieveld met verbindingen en grote beloftes. Deze energiesnelweg heeft een totaalbewustzijn, kan alles opslaan en zeer intelligent creëren. Stukjes van dit bewustzijn gaan op missie in personen op aarde. Die delen van het totaal zijn persoonlijk bewustzijn. Zo'n persoonlijk bewustzijn doet als vrijwilliger ervaringen op om zelf wijzer te worden en het totaal van de energiesnelweg op een hoger niveau te brengen.

Jij bent zo'n stuk persoonlijk bewustzijn met een aardse opdracht. Bij je aardse missie ben je verrijkt maar ook beperkt doordat je hersenen hebt gekregen. Je verstand bouwt al denkend en tobbed een ego op dat het zicht op je afkomst in het hogere bewustzijn wegneemt.

Door oefening, bijvoorbeeld door je te concentreren op iets zonder betekenis, kun je je hoofd stil krijgen. Als je hoofd stil is heb je geen last meer van de automatische gedachten uit je ego. Dan kun je zelf je gedachten kiezen.

Je hebt vanuit de energiesnelweg de eigenschap meegekregen dat je je eigen leven kunt inrichten. Met die wetenschap kies je in je stille hoofd de gedachten die je leven prettiger en zinniger maken. Daarbij vraag je aan je hart of

een keuze goed is voor jou en anderen. Doe je iets uit liefde dan heeft die gedachte extra kracht.

Alle gedachten blijven bestaan op de energiesnelweg. Sterke gedachten en intense emoties kunnen vanaf de energiesnelweg tot materie worden en materie beïnvloeden, bijvoorbeeld je eigen lichaam genezen.

Om sterke gedachten te ontwikkelen moet je er diep in je hart van overtuigd zijn. Als een oude overtuiging je in de weg zit kun je een nieuwe inslijten door heldere verbeelding en herhaling. Hoe rijker je voorstelling, en met meer gevoel, des te krachtiger je wens.

Als je vervolgens je wens loslaat en je je ook gelukkig voelt zoals je nu bent, dan schep je de juiste voedingbodem voor je wens. Geloof heilig dat het gaat gebeuren, houd vertrouwen en je wensen gaan in vervulling. Laat je bij je gedachten en daden leiden door je unieke talenten en wat je ermee aan anderen kunt geven. Het resultaat is een zinnig en prettig leven.

Tot slot: als je niet gelooft in de mogelijkheden van de energiesnelweg en de kracht van gedachten, dan kun je nog best een aardig leven leiden. Je schrijft positieve dingen misschien toe aan het toeval en negatieve zaken toe aan pech, of aan anderen. Besef dan wel dat de oerwetten altijd werken. Wie negatief denkt krijgt vervelende dingen. Wie niet geeft zal ook minder ontvangen. Wie niets voor anderen doet met zijn talenten, heeft minder voldoening. Zo'n leven is ook een ervaring. Misschien als een goed uitgangspunt voor een volgend leven.

Nawoord

Dit boek gaat over een netwerk waarvan jij deel uitmaakt, als een computer gekoppeld aan de elektronische snelweg. Als je wat van waarde herkent in deze simpele inzichten, dan kun je voor jezelf het leven prettiger en zinniger maken. Als je daarbij je hart volgt, dan zul je de wereld ook voor anderen prettiger maken. En omdat deze inzichten tot succes leiden zullen vanzelf anderen je voorbeeld volgen.

Ik heb vermeden om alle uitspraken in dit boek te onderbouwen en uit te diepen. Ik wilde ook een gemakkelijk leesbaar en beknopt boekje realiseren, zonder namen, publicaties en jaartallen in voetnoten. Er is echter nog veel te vertellen over de mogelijkheden van de energiesnelweg en de kracht van je gedachten. Daarover kun je meer lezen op de website www.energiesnelweg.nl. Je vindt er het boek in uitgebreide vorm, inclusief links naar webpagina's met meer informatie en bewijzen voor de krasse uitspraken in dit boekje.

Op de site kun je ook reageren op dit boek. Bijvoorbeeld door je mening te geven. Door met je eigen voorbeelden, ervaringen en tips het inzicht in deze materie te vergroten.

Ik hoop dat jij je voordeel kan doen met de inzichten in dit boekje. Laten we vanuit onszelf de wereld simpeler, beter en energieker maken.

Bedankt voor je medewerking.

Ruud Hanou.

Bijlage - Aanbevolen literatuur

- The Secret – Rhonda Byrne,
Kosmos Uitgevers, Utrecht, ISBN 978-90-215-1103-0
- Bestellingen bij het Universum – Bärbel Mohr
Lezerspoort, ISBN10: 9077556133
- Diverse boeken, o.a. Thuis bij God – Neale Donald Walsch,
Spirit, ISBN 90-215-8264-3
- Marketing is Waardenloos, Authenticiteit is Magnetizing –
Joyce Meuzelaar,
Thema, ISBN-10 90-5871-097-1
- De Pocket van de Rust – Paul Wilson
Zilverpockets, ISBN 90 417 6068 7 NUR 770
- De Zeven Spirituele Wetten van het Succes –
Deepak Choprah
Altamira-Becht, ISBN 90 230 0893 6
- Quantumgenezing – Deepak Choprah,
Kosmos-Z&K Uitgevers, ISBN 90 215 3664 1
- De Kracht van het NU – Eckhart Tolle
Ankh-Hermes, ISBN 90-202-8230-1
- De Kracht van het Ademen – Marco de Jager
InsideOut, ISBN 978-90-811-943-1-0
- Het Veld – Lynne McTaggart,
Ankh-Hermes, ISBN 978-90-202-8339-6
- Het Intentie-experiment – Lynne McTaggart
Ankh-Hermes, ISBN978-90-202-8456-0
- De Hele Olifant in Beeld – Marja de Vries,
Ankh-Hermes, ISBN 978-90-202-8460
- What the Bleep Do We Know – Arntz, Chase en Vicente,
Servire, ISBN 90-215-8018-7
plus de gelijknamige film en 'Down the Rabbit Hole' op
DVD
- Seth Spreekt – Jane Roberts
Ankh-Hermes, ISBN, 90-202-5413-8

