

Ainslie MacLeod

Overwin je angsten uit vorige levens

Een spirituele transformatiereis naar
een gelukkiger toekomst



AnkhHermes

Oorspronkelijke titel: *The Transformation: Healing Your Past Lives to Realize Your Soul's Potential*, uitgegeven door Sounds True, Inc.,
Boulder, Verenigde Staten

Eerder uitgegeven onder de titel *Een spirituele levensmissie, overwin je angsten uit vorige levens* (2012)

Vertaling Aleid C. Swierenga
Omslag Villa Grafica
Binnenwerk Zeno
NUR 728

ISBN 9789020220568
ISBN e-book 9789020220599

© 2010 Ainslie MacLeod
© 2023 Nederlandse vertaling Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van
VBK, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever, behalve in het geval van korte aanhalingen gebruikt in beschouwende artikelen of recensies uiteraard met vermelding van de bron.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan.

Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

Inhoud

Inleiding	9
<i>De transformatie, een spirituele reddingsmissie</i>	
1. De evolutie van de ziel	27
<i>Een spirituele transformatiereis</i>	
2. Het besef van gelijkwaardigheid	59
<i>De illusie van afgescheidenheid overwinnen</i>	
3. De beloning voor samenwerking	80
<i>Spirituele bruggen bouwen</i>	
4. Respect verwerven	108
<i>Je innerlijke kracht vinden</i>	
5. Rechtvaardigheid verwachten	136
<i>Je vereenzelvigen met de underdog</i>	
6. Het zoeken naar kennis	163
<i>Verloren tijd inhalen</i>	
7. De kracht van begrip	193
<i>Een beroep doen op je vermogen om contact te maken</i>	
8. Waarheid als deugd	216
<i>De blokkades overwinnen die zelfexpressie moeilijk maken</i>	

9. Het streven naar vrijheid <i>Je persoonlijke bestemming leven</i>	
10. De passie voor vrede <i>Je karmische wonden helen</i>	268
11. Liefde als vervulling <i>Herstellen van afwijzing</i>	302
12. De transformatie belichamen <i>Verandering door het goede voorbeeld te geven</i>	329
Bijlage	347
Dankwoord	349
Over de auteur	351

Inleiding

De transformatie, een spirituele reddingsmissie



Wanneer het verleden raakt aan het heden

Telkens wanneer iemand me vroeg wat ik deed voor de kost, kromp ik ineen. Ik mompelde het woord ‘psychic’ (iemand die paranormaal begaafd is) zo zachtjes, dat mensen daarop reageerden met de wedervraag: ‘Psychotherapeut?’ of: ‘Psychiater?’, omdat ze niet wisten of ze me wel goed verstaan hadden.

In mijn eerdere boek *The Instruction* schreef ik hoe ik mezelf meestal aanduidde als ‘de terughoudende *psychic*’. Dat had een eenvoudige reden: ik geneerde me voor wat mensen van mijn ongewone beroep zouden vinden. Ik was bang dat ze me over één kam zouden scheren met kwakzalvers en oplichters, door wie mensen die paranormaal begaafd zijn een slechte naam hebben gekregen.

Met de hulp van mijn spirituele gidsen had ik geleerd een hechte band op te bouwen met het spirituele heelal. Maar mijn gêne maakte dat ik niet zonder blozen een gesprek kon beginnen met de woorden ‘Volgens mijn spirituele gidsen...’ Ik begon met mijn gidsen te werken aan zelfacceptatie. Ik bleek uit vorige levens enkele levensgrote angsten te hebben overgehouden aangaande veroordeling en je frank en vrij uitspreken. Dat verklaarde niet alleen mijn terughoudendheid, maar ook mijn afkeer van spreken in het openbaar en een enorme angst voor hoe anderen mij zagen.

Toen ik mijn angsten eenmaal had overwonnen, werd alles anders. Het maakte mij niet meer uit wie het wist. Ik was paranormaal begaafd en daar was ik trots op. En nadat ik dertig jaar lang niet in het openbaar had durven spreken, was ik nu niet meer te stoppen. Ik leerde mijn roeping aanvaarden en dat heeft geleid tot een diep gevoel van zelfacceptatie en doelgerichtheid.

Wanneer mensen me nu vragen wat ik doe, kan ik hen, zonder me ook maar enigszins ongemakkelijk te voelen, recht in de ogen kijken en zeggen: 'Ik ben paranormaal begaafd.'

Wat ik er het fijnst aan vind dat ik niet langer een schoorvoetende helderziende ben, is dat het nooit saai is. Ik ontmoet fantastische mensen met boeiende verhalen. Ik help ze uitpluizen wie ze zijn en waar ze mee bezig zijn. En wat het meest interessant is: ik ga hun vorige levens na.

Hoewel ik zelf enkele buitengewoon doeltreffende regressies onderging en weet hoe waardevol regressie kan zijn, had ik er geen enkele behoefte aan dat voor anderen te doen. Eerlijk gezegd vond ik het nogal vervelend, vooral wanneer ik wat mijn cliënt te horen zou krijgen veel gemakkelijker – en dan ook nog eens een stuk vlugger – kon doen via channeling.

En dus vertelde ik mensen gewoon wat hun in vorige levens was overkomen, in plaats van hen door een langdurige ontspanning en regressie te voeren.

Inmiddels heb ik de hele wereld en alle tijdperken bereisd: de Ming-dynastie in China, de renaissance in Italië, de industriële revolutie in Groot-Brittannië en het Wilde Westen. In de duizenden levens die ik heb onderzocht, is er nauwelijks een plek op aarde te vinden waar ik niet ben geweest.

De bedoeling van regressie is dat je je ontdoet van de last van het verleden en ruim baan maakt voor een gelukkiger toekomst. Ik ontdekte dat het onderzoeken van vorige levens op de manier waarop ik dat doe even helend is en net zo goed helpt als welke andere vorm van regressie ook.

Wat heeft dit allemaal te maken met het onderwerp van dit boek? Het antwoord is: *alles*.

Toen ik de gidsen met wie ik werk vroeg wat het doel van dit boek was, zeiden ze dat ze wilden uitleggen waarom de wereld is zoals ze is, waarom dat niet zo zou hoeven zijn en hoe spiritueel bewuste mensen ertoe kunnen bijdragen dat daar verandering in komt. Er werd niets gezegd over vorige levens.

Pas toen ik begon te denken over de opzet van dit boek, besepte ik hoe belangrijk de rol van vorige levens was voor de ophanden zijnde bewustzijnsverandering die door mijn gidsen de ‘transformatie’ wordt genoemd.

Ik was blij dat mijn gidsen het over vorige levens wilden hebben. Dat was zo’n groot deel van mijn werk gaan uitmaken en ik vond het zo fascinerend, dat ik er niet over kon ophouden. Ik was dankbaar dat me de kans werd geboden enkele van de wonderbaarlijke avonturen die ik met mijn cliënten had beleefd en hun vele vreemde, prachtige incarnaties te delen.

Maar laat ik eerst even uitleggen waarom vorige levens zo belangrijk zijn en hoe ze in het onderwerp van dit boek passen.

We hebben allemaal vorige levens gehad. Het kan zomaar zijn dat je honderd of meer incarnaties achter de rug hebt. En zoals je in dit boek zult ontdekken, worden we door wat we in die vorige levens hebben gedaan of juist nagelaten, op allerlei manieren beïnvloed.

Toen je ziel de wereld van de ziel – zoals mijn gidsen die wereld bij voorkeur noemen – voor de eerste keer verliet en naar de Aardse Sfeer kwam, kwam ze hier met een opdracht, namelijk om kennis te zoeken. Sindsdien heeft de ziel vele incarnaties doorlopen. En ook al heeft elk van die levens tot de ontwikkeling van de ziel bijgedragen, je ziel is daarbij een aantal belangrijke barrières tegengekomen, die haar in haar groei hebben belemmerd.

Een groot trauma in een vorig leven kan een angst oproe-

pen die je ziel vele incarnaties lang achtervolgt. Is die angst door een bepaald voorval in gang gezet, dan steekt die, soms vele levens later, weer de kop op.

Ik sprak tijdens een sessie eens met een vrouw – ze heet Alicia en woont in Californië – over een leven aan het begin van de twintigste eeuw in Noorwegen. Ze stond in dat leven zwaar onder invloed van haar dronken vader en ze was gestorven door onderkoeling toen ze na een hele nacht doorzakken onderuit was gegaan.

Ik ben zo vertrouwd met levens waarbij extreme temperaturen een rol spelen als doodsoorzaak, dat ik vroeg: ‘Heb je problemen met kou?’

‘Niet echt,’ zei Alicia. ‘Ik woon tenslotte in San Diego.’

Ik stond even met de mond vol tanden, want mij leek het vanzelfsprekend dat ze wel last van kou moest hebben.

‘O, tenzij u ’s nachts bedoelt,’ zei ze.

‘Je bent ’s nachts gestorven,’ herinnerde ik haar.

‘Mijn man en ik hebben het bed moeten verdelen,’ zei ze. ‘Hij slaapt samen met mij onder een dun wollen dekentje. Ik lig aan mijn kant van het bed op een wollen deken met een groot, zwaar, dubbelgevouwen, donzen dekbed over me heen. Tussen die twee lagen dons zit een dubbelgevouwen deken. Ik heb een kruik voor als ik koude voeten heb of soms, in plaats daarvan, dikke sokken. Verder draag ik een T-shirt met lange mouwen en een legging of een joggingbroek. Als het ook maar een klein beetje kil is, kom ik niet in slaap. En dan hebben we het dus over de zomer.’

Om dit te illustreren stuurde Alicia me een aantal foto’s. Op een daarvan staat het bed, zoals ze dat heeft beschreven, met op het nachtkastje de bewuste kruik. Een andere foto is genomen door haar echtgenoot. Daarop zien we Alicia die overdag een dutje doet. Door het raam schijnt de zon naar binnen. Maar Alicia ligt met een gevoerde jas aan onder een hoop dekens en dekbedden met haar katten in haar armen.

Onder het e-mailtje staat: ‘Laten we dit maar niet op internet zetten!’

‘Mijn man vindt het allemaal onzin en dat kan ik hem niet echt kwalijk nemen,’ zei Alicia. ‘Als hij me aanraakt, voelt mijn huid koud aan. Hij heeft er minder moeite mee sinds jij en ik met elkaar hebben gesproken en snapt nu waar het vandaan komt.’

Ik vroeg haar of ze op aarde ooit een plek was tegengekomen die haar warm genoeg was. ‘Het Caribisch gebied. Dat was de perfecte temperatuur.’

Vanaf het moment dat we met elkaar hebben gesproken, heeft Alicia een soort transformatie ondergaan. Op een nacht had ze opeens het gevoel dat ze al die dekbedden niet meer nodig had. ‘Ik had het bloedheet met maar één dekbed,’ vertelde ze me. ‘We hebben een paar kille nachten gehad en de ramen stonden wagenwijd open, maar mij deerde het niet. Ik val nu veel sneller in slaap en dat is ook echt nieuw. Mijn man is blij dat hij niet langer hoeft te slapen met een rups in een enorme cocon.’

Alicia merkte ook dat er iets veranderde in haar lichaams-temperatuur. ‘Ik had altijd ijskoude handen en nu zijn ze altijd warm. En ik kan als de zon ondergaat een strandwandeling maken en hoef niet meer bang te zijn dat ik doodga als ik het koud krijg. Het was een dramatische omslag en het werkte heel bevrijdend.’

Heel boeiend, zou je zeggen, maar wat heeft dat met de komende bewustzijnsverandering te maken?

We worden op allerlei manieren door vorige levens beïnvloed. Wat Alicia ’s nachts ervaart, is een resonantie, een weerklank, een echo, een diepgewortelde herinnering aan wat haar ziel ooit is overkomen. Resonanties kunnen betrekkelijk klein zijn, zoals die van Alicia, maar ook, zoals je later zult zien, zo groot, dat ze een gigantische schaduw over iemands leven werpen.

Resonanties duiden op het bestaan van een vorig leven dat

je aandacht probeert te trekken. Onderken je de symptomen van zo'n resonantie, dan heb je een vaag idee om wat voor soort angst het gaat.

Verschillende van mijn cliënten hebben ernstige problemen met hun gewicht als gevolg van verhongering in een vorige incarnatie. Ze overeten in dit leven als een vorm van veiligheid voor het geval er iets gebeurt, wat hoogstwaarschijnlijk niet het geval zal zijn.

Angsten uit vorige levens kunnen geweldige blokkades opwerpen die de groei in de Aardse Sfeer tegengaan. Sommige mensen zijn vrijwel verlamd door dingen die honderden jaren geleden gebeurd zijn. Die angsten lijken geen aanwijsbare oorzaak te hebben en vertonen vaak weinig symptomen, maar steken de kop op als ze ergens door worden getriggerd.

Ik heb een groot aantal cliënten die in het verleden ooit zijn opgehangen. Ze hebben de neiging elke vorm van lichamelijk contact rond hun hals, zoals coltruien en sieraden, te vermijden. Soms veroorzaakt de aanwezigheid van zo'n herinnering zonder enige waarschuwing vooraf een paniekaanval. Zo vertelde een vrouw me dat ze in paniek halskettingen heeft afgerukt. Een andere, die je later in het boek zult ontmoeten, zei dat ze zelfs de druk van het laken op haar hals in bed niet kan verdragen.

Door een trigger kan een sluimerend vorig leven met de kracht van een vulkaan in dit leven uitbarsten. Veel mensen weten hoe het voelt als een partner hen bedriegt en staan versteld over de manier waarop ze daarop reageren, een reactie die ogenschijnlijk alle perken te buiten gaat. Maar wanneer de ziel door toedoen van verraad in het verleden gevangen is gezet en om het leven is gebracht, kan de gebeurtenis die met die angsten is omgeven door een katalysator als ontrouw weer worden gewekt.

Die angsten uit een vorig leven overwinnen is de sleutel voor spirituele groei en de snelste weg naar een leven van grotere verbondenheid, vervulling en betekenis.

Ik bied je in dit boek een methode, mij door hoogstaande gidsen aangereikt, over de zogenoemde Causale Sfeer, de sfeer van oorzaak en gevolg. Het is een methode die bestaat uit tien stappen. Hierin laat ik je zien hoe je de blokkades die door angsten uit vorige levens zijn veroorzaakt kunt vaststellen, hoe je elke angst kunt omdraaien om de gevolgen ervan te overwinnen en hoe je je met de hoogste doelen van je ziel kunt verbinden.

Het uiteindelijke doel is het overwinnen van je angsten, waardoor je leven een grotere spirituele vervulling en een diepere betekenis krijgt. En zoals dat met alle veranderingen het geval is, zal wat je in het leven roept uiteindelijk zijn weg naar buiten vinden en invloed uitoefenen op de wereld om je heen.

Verloren zieltjes

Mensen zijn op aarde de boventoon gaan voeren. Het bewijs daarvoor is technologie. We hebben grote steden gebouwd om in te wonen, we beschikken over meerdere schermen om ons te vermaken en we zijn op en neer geweest naar de maan.

Maar ondanks de fenomenale vooruitgang die we hebben geboekt, hebben we een wereld geschapen waarin miljoenen mensen elk nacht hongerig gaan slapen, terwijl een handjevol steenrijke mensen het heft in handen heeft.

In een tijdsbestek van zo'n 50.000 jaar zijn we van hechte, goed functionerende stammengemeenschappen, waarin we allemaal zorg voor elkaar droegen, geworden tot een verscheurde wereld, waar we onze burens misschien maandenlang niet zien, waar we de kans lopen failliet te gaan als we ziek worden en waar steeds meer mensen op of onder de armoedegrens leven.

En zelfs als je het geluk hebt dat je genoeg geld op de bank hebt staan en een goed betaalde baan en een gezin hebt, voel je misschien ergens nog steeds wat het betekent dat je leven geen echte diepgang heeft.

Als je ons zo beziet, zou je het misschien niet zeggen, maar

wij zijn spirituele wezens, bedoeld om coöperatief, gewelddoos, oprecht en mededogend te zijn. Er is, met name in het Westen, waar we hogere inkomens en meer bezittingen hebben dan wie ook op aarde, iets faliekant misgegaan. Je zou zo denken dat we zouden rondwandelen met een grote glimlach op ons gezicht en een voortdurend gevoel van dankbaarheid voor het grote geluk dat ons is ten deel gevallen.

Maar zo is het niet. Op de *Happy Planet Index* (2019) staat Costa Rica op de eerste plaats, Nederland op nummer achtien en Amerika op plaats 122! Nic Marks, de man achter de Index, heeft, naar verluidt, gezegd: ‘Heel veel mensen, met name zij die maar heel weinig verdienen, zijn ongelukkig. Maar het gaat niet alleen om financiële ongelijkheid, het gaat om langere werktijden, een gebrek aan maatschappelijke samenhang doordat mensen niet langer het gevoel hebben tot een bepaalde gemeenschap of een bepaald gebied te behoren, het gaat om schulden hebben, een geringe inzet voor vrijwilligerswerk en een meer passieve levensstijl.’

Marks’ analyse komt volledig overeen met wat mijn gidsen zeggen. Ons gebrek aan echt geluk is in zeer sterke mate het gevolg van het feit dat we ons niet meer met elkaar verbonden voelen en dat we onszelf uit eigen vrije beweging een isolement hebben opgelegd.

Leven in een wereld die niet goed functioneert maakt het moeilijker ons te verbinden met ons spirituele zelf. Onze ziel staat los van ons bewuste zelf en andersom.

Het wordt tijd dat spiritueel bewuste zielen hier verandering in brengen. Het wordt tijd dat de mensen die zover zijn dat ze het holle materialisme en de hebzucht van onze moderne wereld van de hand kunnen wijzen het podium betreden en, zoals Gandhi het stelde, zelf de verandering *zijn* die ze in de wereld graag zouden zien. Die radicale bewustzijnsverandering, de ‘transformatie’, is wat er op dit moment overal om ons heen plaatsvindt.



De laatste keer dat de menselijke soort een transformatie op deze schaal onderging was zo'n 55.000 jaar geleden. Door die vorige transformatie maakten onze primitieve voorouders in rap tempo een stap van wat mijn gidsen het 'Fase-Twee-Bewustzijn' noemen – een verandering die je vooral bij grote zoogdieren aantreft – naar wat zij het 'Fase-Drie-Bewustzijn' noemen, het bewustzijn dat wij nu nog steeds hebben.

Wat er zo'n 55.000 jaar geleden gebeurde, was voor homo sapiens heel ingrijpend. Door het Fase-Drie-Bewustzijn konden we heel veel nuttige vaardigheden ontwikkelen. We organiseerden ons beter, leerden beter jagen en begonnen lief te hebben om het genot. Zo namen we in aantal toe en stelden we ons overleven zeker.

Na de laatste transformatie was de stam een plek waar veel meer geluk en tevredenheid heerste dan wij nu kunnen voorstellen. We werkten veel meer intuïtief samen dan we nu doen en droegen op die manier zorg voor elkaar.

Dat we nauwer met onze ziel verbonden waren, betekende dat we ervan doordrongen waren dat we allemaal mens waren. Brak er af en toe een oorlog uit, dan duurde die maar kort en werd die niet zozeer uit ideologische overwegingen als wel om praktische redenen gevoerd. Toen vochten we net als nu om toegang tot hulpbronnen.

Zolang de hulpbronnen overvloedig voorhanden waren, had het in principe geen zin meer te nemen dan je eerlijk toekwam. (Als er aan alle bomen bananen groeien, heeft het weinig zin om te hamsteren.)

Het was pas zo'n 10.000 jaar geleden dat het de verkeerde kant op ging. Toen stammen hele steden gingen bevolken en we het gevoel van saamhorigheid verloren, ontstonden er kunstmatig in het leven geroepen hiërarchieën.

Met de komst van meer formele religies en machtsstructuren stonden er koningen, priesters en andere figuren op die hun positie wilden uitbuiten.

Nadat we duizenden jaren hadden geleefd volgens de

kernwaarden van onze ziel, raakten we tot op zekere hoogte gevangen achter wat door mijn gidsen de 'illusie' genoemd wordt, de onzichtbare barrière tussen ons lichamelijke zelf en onze ziel.

In de ban van de illusie zetten we onze tradities van samenwerken en gelijkheid opzij ten bate van hebzucht en ongelijkheid. En naarmate onze materiële wereld steeds 'geavanceerder' werd, maakten spirituele waarden als waarheid, kennis en vrijheid gaandeweg plaats voor huichelarij, bijgeloof en dwang.

Het doel van de laatste transformatie was de mensheid samen te smeden. Door sterke banden aan te gaan en hechte gemeenschappen op te bouwen, stelde onze ziel zeker dat onze soort zou overleven en dat het ons duizenden jaren lang goed zou gaan. Het betekende dat de mens er lang genoeg zou zijn om op het Materiële Niveau steeds ingewikkelder lessen te leren.

Nu de negatieve invloed van de illusie een bedreiging vormt voor ons overleven als soort, zijn we eraan toe een sprong te maken die lijkt op die we 55.000 jaar geleden maakten.

Het Fase-Vier-Bewustzijn tilt ons naar een nieuw bewustzijnsniveau. Het verbindt ons weer met de kernwaarden van onze ziel, zoals samenwerking, gelijkheid, gerechtigheid en vrede. En op dezelfde manier waarop de vorige bewustzijnsverandering ons verenigde in een sfeer van samenwerking, zal de komende verandering ons een hernieuwd gevoel van saamhorigheid en een gemeenschappelijk doel geven. De transformatie voltrekt zich op dit moment overal om ons heen.



De transformatie biedt ons dus de kans om actief deel uit te maken van de grootste bewustzijnsverandering in 55.000 jaar. En het mooie is dat je daarvoor niets anders hoeft te doen dan te zijn wie je werkelijk bent, dat wil zeggen, je te verbinden met de kernwaarden van de ziel. Dat klinkt gemakkelijk genoeg, toch?

Nou, niet altijd. We moeten ons eerst bevrijden uit de onzichtbare greep van de illusie. Daarvoor moeten we leren te leven zonder angst.

Bij elke incarnatie hebben we de kans een trauma op zielsniveau op te lopen. Zo kun je in een bepaald leven in een oorlog je hele familie verliezen. En word je in een volgend leven misschien veroordeeld, gevangengezet en gemarteld. Alles wat diepe invloed heeft op je vermogen om je levensplan – dat wat je ziel van plan was in dat leven te bereiken – te voltooien, roept een angst in het leven op zielsniveau.

Het feit dat je je familie hebt verloren roept onzekerheid op over de toekomst en misschien de irrationele angst om de mensen die je in dit leven dierbaar zijn te verliezen. Gevangenschap en marteling bezorgen je misschien een in eerste instantie niet te verklaren angst wanneer je te maken krijgt met mensen in machtsposities.

Deze angsten, die afkomstig zijn uit vorige levens, vormen blokkades voor je spirituele vooruitgang doordat ze je vasthouden achter de sluier van de illusie. Maar als je leert ze te overwinnen, stap je achter die sluier vandaan in het licht en sta je er als nooit tevoren voor open je ware potentieel te verwezenlijken.

En dat is waar het in alle hoofdstukken van dit boek over gaat. Ze laten je zien hoe je je angsten kunt benoemen en hoe je ze vervolgens kunt overwinnen om een hoger bewustzijnsniveau te bereiken.

De drie stappen naar transformatie zijn:

1. Je angst uit een vorig leven benoemen
2. De motivatie vinden om te veranderen
3. Je verbinden met het doel dat je ziel zich gesteld heeft

Elke angst uit een vorig leven behoort tot één van tien categorieën. Als je je hierin verdiept, leer je hoe je de angst kunt benoemen aan de hand van de symptomen of ‘resonanties’, de weerklank, ervan.

Je komt tot persoonlijke transformatie door je angsten op zielsniveau te overwinnen. Zo verhef je je bewustzijn naar Fase Vier, met als gevolg een leven dat meer voldoening schenkt en meer zin heeft. (Op een grotere schaal verhoogt elke individuele transformatie het collectieve bewustzijn, wat leidt tot een wereld met een hoger spiritueel bewustzijn, te weten, Fase Vier.)

Om een medische analogie te gebruiken: wanneer je lichaam wordt aangevallen door een virus, reageert je immuunsysteem daarop door het sturen van afweerstoffen die de oorzaak van de ziekte te lijf gaan. Wordt een angst uit een vorig leven getriggerd, dan reageert je ziel daar op dezelfde manier op door je de motivatie aan te reiken waarmee je herstel kunt stimuleren.

Om de medische analogie nog iets verder door te voeren: stel, je hebt met een ziekte te kampen, maar je weet niet precies wat je hebt. Wordt het erger? Ga je eraan dood? Als je de oorzaak van de ziekte niet kent, is die ook niet te behandelen. Heb je medicijnen nodig of loopt het uit op een amputatie? Alleen wanneer je de oorzaak van de kwaal kent, kan deze behandeld worden.

Zo is het ook gesteld met angsten uit vorige levens. Als je de oorzaak van de angst niet kent en niet weet hoe diep die angst zit, kan dat behoorlijk angstaanjagend zijn. Maar wanneer je weet waar de oorzaak ligt, kun je stappen ondernemen die tot genezing leiden.

In beide gevallen is kennis macht. Zo kan de genezing een aanvang nemen. In het geval van angsten uit vorige levens ben jij zelf de genezer. De remedie ligt in jouw handen. Je kunt, als je dat wilt, de drijfveer tot verandering gebruiken om de angsten die je spirituele evolutie in de weg staan te overwinnen en zo je ziel te helen.

Je kunt tegelijkertijd last hebben van meerdere angsten. De meeste mensen met wie ik werk hebben er heel veel. Ze kunnen allemaal afkomstig zijn uit één traumatisch leven of

zijn – iets wat veel vaker voorkomt – in verschillende levens ontstaan. In de loop van je vele incarnaties komen en gaan de meeste angsten een aantal keren.

Wanneer je je door middel van de motivatie verbindt met de doelen die je ziel zich heeft gesteld, zullen je angsten afnemen en in veel gevallen gewoon verdwijnen.

Zodra je je door alle angsten uit vorige levens heen hebt gewerkt, heb je een proces doorlopen waarvoor de meeste zielen talloze levens nodig zouden hebben. Je bent van het Fase-Drie-Bewustzijn naar het Fase-Vier-Bewustzijn gegaan. Als Fase Drie ons naar de maan bracht, brengt Fase Vier ons naar de sterren.

Toen we de laatste transformatie doormaakten, gaf het Fase-Drie-Bewustzijn ons het vermogen om rationeel te denken. Maar naar de huidige standaard zijn we nauwelijks te beschouwen als grote geesten. Het heeft ons duizenden jaren gekost om het niveau te ontwikkelen dat ons intellect thans heeft. We lieten ons het grootste deel van die tijd leiden door onze spirituele band.

Nu hebben we echter de beschikking over het intellect. We hebben alleen de spiritualiteit niet. Bij Fase Vier gaat het om het versmelten van intellect en spiritualiteit.

Belichaam je eenmaal dit Fase-Vier-Bewustzijn, dan kun je niet meer terug – je zou dat trouwens ook niet willen. Je voelt je hechter verbonden met je medemens en dat geeft je dieper dan ooit het gevoel dat je echt ergens bij hoort.

Zonder je angsten, die fungeren als een kluister dat je ervan weerhoudt je ware potentieel te verwezenlijken, heb je het zelfvertrouwen om je doelen te verwezenlijken, om alles te zijn wat je bedoeld was te zijn.

En wat betekent dat? Om het simpel te zeggen, het betekent dat je je ware zelf manifesteert – een zelf dat zowel lichamelijk als spiritueel is.

Je persoonlijke transformatie geeft je een gevoel van doelgerichtheid en zin. Als dat gebeurt, word je een bron van inspi-

ratie voor anderen. Jouw transformatie brengt het bewustzijn van de mensen om je heen op een hoger niveau. Zonder dat je daar iets voor hoeft te doen, word je een drijvende kracht voor verandering. Je *wordt* de transformatie.

Hoe je dit boek kunt gebruiken

In dit boek komt een aantal termen telkens terug. Hierbij een beknopte beschrijving:

De transformatie

Dit is het proces waardoor de mensheid een verandering ondergaat naar een hogere vorm van bewustzijn en een wereld waarin sprake is van meer samenwerking en vrede. Op individueel niveau is de transformatie het proces waarbij je je angsten uit vorige levens overwint om je zo te verbinden met de doelen die je ziel zich heeft gesteld en je bewustzijn op een hoger niveau te brengen.

Het collectieve bewustzijn

Dit is de zee van zielen, waarvan we allemaal deel uitmaken. Deze zee wordt negatief of positief beïnvloed door de manier waarop wij ons gedragen. Vandaar dat de aanwezigheid van een klein aantal spiritueel bewuste zielen voor de wereld een groot verschil maakt.

De wereld van de ziel

Deze term wordt door mijn gidsen gebruikt om het spirituele heelal te beschrijven – het thuis van het collectieve bewustzijn, je ziel en je gidsen.

De illusie

De illusie is een onzichtbare barrière tussen deze Aardse Sfeer en de wereld van de ziel. Mensen die, zoals mijn gidsen het zouden uitdrukken, in de ban van de illusie verkeren, zijn tot op zekere hoogte afgesneden van hun spirituele zelf. Dat

wordt veroorzaakt door angst. Door de illusie heen breken maakt wezenlijk deel uit van de transformatie.

Fase-Vier-Bewustzijn

Door de transformatie gaat de menselijke soort van een Fase-Drie-Bewustzijn naar de volgende (en laatste) fase. Doordat het Fase-Vier-Bewustzijn ons sterker verbindt met ons spirituele zelf, worden we ons meer bewust van het belang van vrede, eenheid en andere hogere waarden. Zodoende kunnen we voor onszelf en anderen een wereld in het leven roepen die deze waarden bevordert.

Deze hogere vorm van bewustzijn was al te zien bij mensen als Martin Luther King en Gandhi, en is aanwezig in velen die hun best doen om een betere wereld te creëren, met name wanneer dat niet noodzakelijkerwijs alleen aan henzelf ten goede komt. Bijvoorbeeld, iemand die zelf een goede ziektekostenverzekering heeft en ijvert voor een ziektekostenverzekering voor iedereen.

Ons Fase-Vier-Bewustzijn blijft de rest van ons bestaan groeien en stelt daarmee ons overleven als soort zeker.

Levensplannen

Je levensplan is een blauwdruk voor dit leven die je voor je geboorte hebt gecreëerd. Daarin zijn alle belangrijke doelen en opdrachten vastgelegd die je ziel wil vervullen. Het gaat daarbij ook om afspraken met andere zielen om karma uit vorige levens uit te werken of samen te staan voor de spirituele groei die dit biedt.

Je levensplan laat de vrije wil alle ruimte. Het is slechts een ruwe leidraad. Zo zal je ziel bijvoorbeeld nooit het moment en de omstandigheden van je dood kiezen of je met opzet blootstellen aan gevaar.

Spirituele gidsen

Spirituele gidsen zijn een groep wezens uit de wereld van de

ziel die je steunen. Ze kennen je levensplan, de afspraken die je met andere zielen hebt gemaakt en weten alles wat er te weten valt over je vorige levens. En om maar meteen antwoord te geven op een veel gestelde vraag: ja, spirituele gidsen hebben we allemaal!

De stam

Wanneer mijn gidsen het hebben over je weer verbinden met de stam, bedoelen ze daarmee niet een terugkeer naar een leven als holenmens. Ze bedoelen het weer ontsteken van de vlam van ons gezamenlijke mens-zijn, dat ten tijde van de laatste transformatie, zo'n 55.000 jaar geleden, begon en duurde tot zo'n 10.000 jaar geleden, toen de illusie haar invloed begon uit te oefenen.

Resonanties

Resonanties zijn herinneringen aan of weerklanken van trauma's die we uit vorige levens hebben overgehouden. Die kunnen mild zijn, zoals een zekere angst in tegenwoordigheid van mannen in uniform, maar ze kunnen ook je hele leven kleuren, zoals de angst voor spreken in het openbaar. Sommige resonanties zijn lichamelijk van aard, zoals gevoeligheid voor hoge en lage temperaturen of niet te verklaren pijnen.

Triggers

Angsten uit vorige levens worden door voorvallen in dit leven getriggerd. Dat je in een vorige incarnatie mensen die je dierbaar waren hebt verloren, kan een angst voor verlies in het leven roepen. Die angst kan in dit leven worden opgewekt door de dood van iemand die je zeer na stond en symptomen in het leven roepen als onzekerheid over de toekomst.

Zielsleeftijden

We bevinden ons bij de evolutionaire reizen van de ziel allemaal op een ander punt. Dat wil zeggen dat sommige zielen

ouder zijn dan andere. De leeftijd van je ziel geeft aan hoe je tegen de wereld aankijkt en geeft vorm aan je opvattingen.

Angsten uit vorige levens beïnvloeden jonge en oude zielen op een andere manier. Jongere zielen met minder ervaring in de Aardse Sfeer zijn geneigd zich meer door de illusie te laten beheersen. Hun reactie op angst uit een vorig leven is vaak dat ze anderen op dezelfde manier kwetsen waarop ze zelf gekwetst zijn.

Oudere zielen zijn geneigd hun angsten te internaliseren en geven vaak blijk van onverklaarbare lichamelijke herinneringen aan het trauma.

Ook al kennen zowel de cycli van de jonge als die van de oude zielen vijf stadia, ik heb het, om het simpel te houden, in dit boek alleen over oude en jonge zielen.

Karma

Ook al geloven sommige mensen dat het bij karma gaat om het vereffenen van vroeger begane 'misdrijven en wandaden', mijn gidsen zien het gewoon als een manier om de trauma's die je in het verleden hebt opgelopen uit te werken.

Wil een gebeuren karmisch zijn, dan moet dit zo ingrijpend zijn, dat je vermogen om je levensplan tot een goed einde te brengen erdoor wordt geblokkeerd. Dat is het geval bij moedwillig letsel toebrengen, ontkrachten of doden.

Spirituele handelingen

Spirituele handelingen zijn een manier om mensen die het minder goed hebben getroffen dan jij te helpen. Je kunt de motivatie waardoor jij karma uit een vorig leven uitwerkt gebruiken om anderen te helpen die nu lijden zoals jij ooit deed. Zo zit een organisatie als Amnesty International vol mensen die in een vorige incarnatie eenzame opsluiting en marteling hebben ondergaan.

Door spirituele daden te stellen kun je je persoonlijke transformatie bespoedigen.



Als een vlinder die uit een cocon kruipt heb je, wanneer je uit de illusie in het licht van de transformatie stapt, een radicale en blijvende verandering ten goede ondergaan.

Dat wil niet zeggen dat de ‘jij van Fase Vier’ er anders uitziet. Je voelt je anders en treedt anders op. Je merkt dat je niveau van vriendelijkheid en mededogen, zowel voor jezelf als voor anderen, hoger is dan ooit te voren.

Naarmate je liefdevoller wordt, ondergaat je contact met de ander – met ieder ander mens – ook een verandering. De veranderingen die jij ondergaat hebben invloed op iedereen met wie je in aanraking komt. Je voelt je tot anderen aangetrokken en zij voelen zich aangetrokken tot jou. Je wordt een wandelend voorbeeld van wat het wil zeggen een spiritueel bewuste belichaming van de transformatie te zijn.

Wanneer je je voor je transformatiereis inscheept, kun je er zeker van zijn dat het heelal je in alle opzichten steunt en achter je staat. Je gidsen zullen je te allen tijde aanmoedigen en begeleiden. Je ziel doet alles wat ze kan om de band met haar hoogste waarden voortdurend in stand te houden.

Ik wil je graag een goede reis wensen en veel geluk op die reis. Je bent een spiritueel wezen in een fysiek lichaam. Ik hoop dat je die twee met elkaar op één lijn kunt brengen en een geweldige toekomst in het leven roept van verbondenheid en vervulling, van zin en betekenis.