

De grote en de kleine reis

Zoals wij leven zijn we ons bewust van de kleine reis, die begint bij de geboorte en eindigt bij de dood.

Soms bij grote crises of door een onverwachte innerlijke oorzaak kan het " bezig zijn " stil vallen.

Op die momenten ervaren we een stille onnoembare werkelijkheid, die volkomen uit zichzelf is, het bezigzijnde beïnvloedend, terwijl het zijn weg ongestoord vervolgt.

Die stille werkelijkheid, naast en door ons bezig zijn heen, getuigt van de grote reis. Een reis door de tijd van miljoenen jaren, waarin het menselijk bewustzijn evolueerde parallel aan dat van de dieren maar uiteindelijk met de mogelijkheid zich bewust te zijn van zichzelf.

De grote reis is de evolutie van ons bewustzijn, waarvoor in het lichaam eerst de mogelijkheid werd geschapen dat het zich ontwikkelen kon. Dit wonder, waar je stil van ontzag van wordt, vergeten we bijna altijd!

Zolang wij uitsluitend onze kleine reis ervaren, die we min of meer bewust gemaakt hebben door opvoeding, leerprocessen en ervaringen, herhalen we wat we in andere omstandigheden, tijden, landen en culturen al deden.

Momenteel is er een grote belangstelling voor wat men 'vorige levens' noemt. Jammer genoeg gaat die belangstelling uit naar de omstandigheden, situaties, en tijden waarin die herhaling zich voltrokken heeft. Die belangstelling draait een film terug zonder te beseffen dat het gaat om diegene die de hoofdrol heeft. Anders gezegd men heeft belangstelling voor het bijkomstige en niet voor waar het eigenlijk ons baat.

Het gaat om de ontwikkeling van het bewustzijn van die hoofdrolspeler.

De ontwikkeling van het bewustzijn van de hoofdrolspeler is een uiting van de ontwikkeling van het menselijk bewustzijn als geheel. Wanneer we dáár aandacht aan geven zijn we vanzelf verbonden met de grote ontwikkeling die ons gebracht heeft tot het punt waarop we nu zijn.

Het is dus van levensbelang dat je je aandacht goed richt, en niet blijft hangen in de lotgevallen, avonturen, overwinningen en nederlagen die in de korte reizen ons deel zijn.

Een verslag van die lange reis, die reis van de ontwikkeling van het bewustzijn, kunnen we terugvinden in het samenspel van innerlijke werkingen in ons lichaam, bij het bestuderen van de adem en van de energiepatronen in ons lichaam en de circulatie van de energie met hun knooppunten, de centra.

Het verslag geeft ons inzicht in de meer of mindere volledigheid van die patronen alsook van het stadium van ontwikkeling van de verschillende energiecentra die door kringlopen met elkaar verbonden zijn.

Dat verslag dat in ieder van ons is neergelegd en dat in ieder van ons weer net iets anders is, door al

het voorafgaande waarvan wij geen weet meer hebben, geeft aan wat ons te doen staat als wij de grote reis bewust willen vervolgen.

Je kunt dus nooit zeggen: "ik ben minder ontwikkeld of verder ontwikkeld", maar wel: "ik heb me tot nu toe, zó ontwikkeld, en moet als ik op een intelligente wijze mijn weg wil vervolgen vanuit die basis de patronen én centra vervolledigen, intensiveren en in harmonie laten werken."

Wanneer dit verslag en wat er uit voortvloeit de spil van je leven wordt, verandert dit je leven totaal. Natuurlijk blijft alles wat je op je genomen hebt, in de samenleving met anderen en in de maatschappij, van kracht, maar het is niet meer je toekomst. Het is een noodzakelijkheid van de kleine reis, waar de grote ontwikkeling zich in weerspiegelt, maar die ondergeschikt is.

Voor de meesten vraagt de verhouding tot de ander of de anderen de meeste aandacht in het leven, als je tenminste leeft in een werelddeel en een land waar de welvaart zodanig is, dat je je niet uitsluitend moet bezighouden met het veroveren van voedsel en het verzekeren van een plek om te leven.

Die verhouding tot de ander spitst zich toe in het liefdesspel, waar sinds het- ontstaan van de mensheid misschien wel het meeste over geschreven, gezegd, en ook aan geleden is.

Er zijn maar enkele verslagen of overleveringen waarin het liefdesspel in het besef van de grote reis wordt weergegeven. Toch is deze uiterste, beslissende en dikwijls alles overheersende verhouding alleen maar in z'n volkomenheid ervaarbaar als het gebeurt vanuit het besef van de grote reis.

Besef je als vrouw de grote reis en de evolutie van het menselijk bewustzijn dan aanvaard je niet alleen je lichamelijke zóheid, die ontvangend, integrerend en voortbrengend is, maar je zult ook in je verdere ontwikkeling, die je lichamelijke zóheid te boven gaat, dit hoofdprincipe verder willen uitwerken.

Wanneer je je teveel hebt vereenzelvigd met de kleine reis, heb je soms de neiging om je het manlijke principe van initiëren en onafhankelijk verder gaan eigen te maken. Dat is natuurlijk nooit volledig mogelijk, gezien je lichamelijke zóheid die nu eenmaal het andere principe vertegenwoordigt.

Als je toch, hoewel onbewust, dat andere principe wilt zijn en je besluit zo te leven, zul je alle misverstanden, vervreemding en lijden die daarbij horen, moeten doormaken.

Het is ook mogelijk dat je op een dag het inzicht krijgt, dat hier is aangeduid, zodat je de grote weg gaat vervolgen. Wat voor de vrouw gezegd is geldt natuurlijk ook voor de man.

Hiermee wil niet gezegd zijn dat alle hetero-verhoudingen een besef van de grote reis inhouden: het kan ook zijn dat je meegenomen wordt in de natuurlijke, eens gegeven ontwikkeling, waarbij instandhouding van de soort voorop stond.

Als zodanig zou de homo- en lesbische-verhouding gezien kunnen worden als een mogelijkheid om je scherper dan in de hetero-verhouding bewust te worden van het principe van de grote reis.

Hoevele omzwervingen en hoelang deze ook mogen duren, eens moet het moment komen dat je je bewust wordt van de evolutie van je bewustzijn.

Op dat moment overzie je je omzwervingen, je recht je rug en ervaart je metgezel als de mens die zichzelf en jou kan helpen om de totaliteit van het leven te beseffen, van waaruit je bent en dat je vertegenwoordigt.

Praktische uitwerking van het kernprincipe

Bij het doen van de oefening, zowel de innerlijke glimlach als de energiecirculatie, zul je moeten leren attent te zijn op wat er eigenlijk gebeurt. Je hebt het wilscommando gegeven en probeert nu te registreren wat er gebeurt.

Je merkt dan dat adem en energie nauw samenwerken. Wat de adem je al leerde kun je direct gebruiken bij de energieoefening.

Als je je adem ergens naar toebrengt word je in die zone ook energiegevoelig.

Rustig ademen naar een bepaalde plek veroorzaakt daar een bundeling van energie die gemakkelijk voelbaar wordt *als je er niet teveel van verwacht*. Die voelbare energie maakt de kwaliteit van het orgaan of de plek waar je bent duidelijk.

Het orgaan of de plek beginnen levende betekenis te krijgen, een gevoelswaarde die het terugkeren er naar toe vergemakkelijkt.

Wanneer er, en dat zal ongetwijfeld gebeuren, gedachten binnenkomen schrik dan niet en verzet je er niet tegen maar herinner je alleen waar je op dat moment in de circulatie was. Zodra de gedachten voorbij zijn, keer je terug naar die plek.

Je merkt dan tot je verbazing dat de energie in kracht is toegenomen.

Je onrustige dagbewustzijn, bij de gedachte zijnde, heeft de werking van de energie niet langer verstoord.

Zo kun je van een gedachtestoring een winstpunt maken!

Als je je daarentegen in de opkomende gedachte gaat verdiepen gaat het voorgaande natuurlijk niet op!

Zo wordt oefenen het je herinneren van de eigenlijke ontwikkeling. Een ontwikkeling die mogelijk werd, maar ook beïnvloed door de reis in de tijd iedere keer dat je op aarde was.

Dat gevoel van je herinneren geeft een vastheid aan je oefening die er voordien niet was. Het wordt zelfs zo dat je het jammer vindt dat je maar zo weinig kunt oefenen, en zoveel tijd moet doorbrengen met alle noodzakelijkheden die er nu eenmaal in dit leven zijn.

Net omgekeerd als je van jezelf kende: hoe vaak leek het je onverantwoord om tijd vrij te maken voor de oefening!

Zo oefenen doet je ook beseffen dat herhaling, een tegenstrever in het gewone leven, hier als een machtig instrument werkt om de herinnering tot een blijvende ervaring te transformeren.

Iedere ochtend dat je aan de oefeningen begint versterk je de voeling met de grote reis waarvan je een steeds meer bewuste deelnemer wordt.