

Leef je ziel

Daan Fousert

Auteur: Daan Fousert
Ontwerp omslag: Daan Fousert
ISBN:
www.daanfousert.nl

1^e druk 2020

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

Inhoudsopgave	Blz. 5
Voorwoord	Blz. 7
Verantwoording	Blz. 9
Deel 1. Mijn persoonlijke reis (deel 1)	Blz. 11
1. Het begin	Blz. 11
2. Ziel	Blz. 16
3. Bewustwording van de ziel	Blz. 18
4. De ziel kiest	Blz. 28
5. Mijn ziel manifesteert zich.	Blz. 32
Deel 2. Persoonlijkheid en Ziel	Blz. 38
1. Persoonlijkheid versus ziel	Blz. 38
2. Volgorde of parallel	Blz. 42
3. De ziel geeft signalen af	Blz. 44
4. Wat goed is voor je ziel, is goed voor jou.	Blz. 48
5. Naar je essentie	Blz. 50
Deel 3. Mijn persoonlijke reis (deel 2)	Blz. 53
1. Mijn ziel neemt het over	Blz. 53
2. Ontwikkeling van mijn ziel	Blz. 64
3. Reisgenoten	Blz. 72
4. Reisverhalen	Blz. 82
Deel 4, Gebruik je bronnen	Blz. 102
1. Spirituele intelligentie	Blz. 102
2. Persoonlijke waarden	Blz. 112
3. Elementen van je ziel	Blz. 118
4. Mijn ziel in de tijd die blijft	Blz. 127
Epiloog	Blz. 130
Boekenlijst	Blz. 131
Bijlagen	Blz. 133
Oefening 1. Toets je Spirituele Intelligentie	Blz. 133
Oefening 2. Tips om te creëren vanuit je ziel	Blz. 137
Oefening 3. Stel je hart een vraag in vijf stappen.	Blz. 138
Oefening 3: Verheldering van persoonlijke waarden	Blz. 141

Jezelf vinden in je diepste kern, geeft rust en laat je in verbinding staan met het grotere geheel. Wie zichzelf in die zin dient, dient daarbij ook ieder ander in zijn/haar omgeving. Onze spirituele intelligentie legt de verbinding tussen het weten (IQ) en het voelen (EQ). Servant-Leaders zoeken eerst die weg naar hun kern om vanuit hun authenticiteit de ander te dienen.

Voorwoord

Midden negentiger jaren van de vorige eeuw kwam ik in aanraking met Servant-Leadership. Het paste helemaal bij de stijl van leidinggeven die ik voorstond. Alleen nu kreeg het een naam en een diepere betekenis. Aanvankelijk dacht ik dat het relatief eenvoudig was deze filosofie te omarmen. Naarmate ik er meer mee naar buiten trad, ontdekte ik dat Servant-Leadership niet alleen het uitdragen van een filosofie is maar bovenal, en op de eerste plaats, een reis in jezelf, je oorsprong, je zijnswijze, je diepste kern. Als je die prachtige reis maakt, ben je in staat deze filosofie (steeds beter) uit te dragen.

Dit boek beschrijft mijn reis. Het is een autobiografisch verhaal. Niet bedoeld om te vertellen hoe jij het moet doen, wel om verslag te doen van mijn reis. Mogelijk inspireert het jou.

Spirituele intelligentie is een wezenlijk kenmerk van ieder mens, zij het dat men zich daar niet altijd van bewust is. Het treedt steeds verder op de voorgrond. Is het een teken van deze tijd of een behoefte aan diepgang en harmonie in een wereld die steeds verder van zichzelf vervreemd raakt? Ik weet het niet. Wat ik wel weet is dat het mij intrigeert en dat ik er steeds meer over wilde weten sinds ik in aanraking kwam met Servant-Leadership en regelmatig ‘spirituele ervaringen’ had en nog heb. Ik zet dit bewust tussen aanhalingstekens omdat ik weet dat over deze ervaringen veel te zeggen valt, of erop af te dingen. Ik noem het spirituele ervaringen omdat ze iets met me gedaan hebben op een niveau dat vele malen dieper ligt dan het rationele niveau (IQ) van mijn dagelijks bewustzijn. Tegelijkertijd beïnvloeden

ze mijn dagelijks bestaan op een aangename manier en merk ik dat ik daardoor ook anders naar de wereld en mijn omgeving kijk plus begin in te zien dat ik invloed heb op wat om mij heen en in de wereld gebeurt. Niet dat ik wereldvrede kan bewerkstelligen, wel vrede en liefde om mij heen, in mijn Zijn, in mijn werk en vooral in mijzelf, mijn eigen denken en beleven.

Ik zie mijzelf als een rationeel mens. Toch neemt dat niet weg dat ik open sta voor alles wat niet altijd en direct rationeel verklaarbaar is. Rationele mensen willen dingen, voorvallen, gebeurtenissen begrijpen en bovenal hebben zij behoefte aan tastbaar bewijs. Dat stadium heb ik verlaten omdat sommige dingen niet rationeel verklaarbaar, maar wel aanwezig zijn en ze mij overkomen.

In dit boek wil ik je meenemen in mijn ‘reis’, mijn spirituele belevingen. Niet om deze als ‘waarheid’ te poneren, wel om je te intrigeren en af te laten vragen hoe dat met jou zit. Misschien dat de inhoud van dit boek ook wel een inspiratiebron is of een houvast in datgene wat jij om je heen ziet en in wat jij zelf beleeft.

De uitdaging ligt in de vertaalslag naar jezelf te maken en vooral naar gedrag dat een bijdrage levert aan jouw geluk. Dat is de diepere opdracht die ik in de loop van mijn leven ben gaan voelen: ‘Gelukkig zijn vanuit wie ik ben’. Ik kom veel mensen tegen die dat geluk afhankelijk maken van anderen of omstandigheden. Steeds meer vertaal ik dat soort geluiden als excuses om niet gelukkig te zijn of om te blijven hangen in de rol van slachtoffer. Dat neemt niet weg dat er slachtoffers zijn, alhoewel aan die zijnswijze altijd een keus ten grondslag ligt.

Ieder mens heeft het recht gelukkig te zijn en de plicht daar de verantwoordelijkheid voor te nemen.

Met dit boek probeer ik om je denken te openen op een wijze dat ook jij ziet dat een streven om het hogere (God, bron, hemel, eeuwige energie, etc.) te leren kennen een zinloze weg is omdat ieder van ons dat kan zijn. En het begint met het dienen van jezelf. Het is de weg naar je innerlijke diepte, je uiterste zelf, over de grenzen van je bewustzijn. De enige manier om echt, oprecht gelukkig te worden is om je lichaam en geest te zuiveren van alles wat dat in de weg staat. Je niet meer verschuilen achter het excuus dat je niet weet wat je moet doen, maar doen wat je in je diepste kern allang weet.

Verantwoording

Er zijn mensen die niet in de Ziel geloven. Daarin staan ze niet alleen want ook het Boeddhisme kent de ziel niet terwijl ze wel geloven in reïncarnatie: de religieuze of filosofische opvatting dat het niet-lichamelijke deel van een levend wezen, de *ziel* of de *geest*, na de dood niet verdwijnt maar opnieuw in een ander levend wezen geboren wordt. Toch gaan Boeddhisten uit van geen-ziel, niks eeuwigs en ook geen Zelf.

Voor mij is dat bijna onmogelijk. Ik spreek dan voor mijzelf. Ik ben overtuigd van het bestaan van mijn ziel. Een goede kennis vroeg me eens waarom ik geloofde in het bestaan van mijn ziel. Los van wat ik in dit boek vertel, moest ik één vraag van hem ontkennend beantwoorden. Die vraag was: heb je er wel eens een gezien? Dat heb ik natuurlijk niet. Ik had wel ‘verschijningen’ alhoewel die ook niet erg concreet waren en niet op foto’s vastgelegd, behalve dan de engel die ik in de lucht herkende als zodanig. Viktor Mids van het programma

Mindfuck zou dit verwijzen naar illusie: we zien wat we willen zien, zonder dat we het ook werkelijk zien.

De kennis waar ik het net over had is zo'n persoon die alleen maar gelooft in de dingen die hij zelf ziet. 'Als iets nog nooit gezien is, dan bestaat het niet, Daan.'

Mijn tegenwerping was dat er wel meer dingen zijn die we niet kunnen zien maar er toch zijn. Zijn stelling was zijn overtuiging en die heb ik te respecteren.

Ik weet niet in hoeverre jij behoort tot de groep van mensen die nergens in geloven tenzij je het gezien hebt of tot die groep waar ik toe behoor, namelijk de groep mensen die intuïtief hebben ervaren, gevoeld, beleefd en nog beleven dat er 'meer' is. Iets dat ik in dit boek duid met het woord Ziel.

Er zijn er die het woord ziel te beladen vinden, echter wel enig geloof hechten aan dat 'meer'. Zij geven er andere namen aan, zoals onderbuikgevoel, intuïtie, onderbewustzijn, dieper bewustzijn, innerlijke gids, leidsman, intuïtieve raadgever, geest, kern, anima, hun wezen, het inwendige, psyché, onstoffelijke zelf, spiritueel bewustzijn, hun werkende kracht of engel.

Ik noem het ziel en heb respect voor alle andere benamingen. Bij het lezen van dit boek is het belangrijk te weten dat ik vertel over wat ik ervaren heb, nog ervaar en vind. Ik hoop dat je van mij wilt accepteren dat als ik soms wat arrogant, betweterig, zelfverzekerd en eigenwijs overkom, dit niet mijn intentie is. Het enige dat ik wil is je meenemen in mijn bewustwording van mijn ziel. Deels om dit met je te delen en deels om je jezelf te laten afvragen hoe dat zit bij jou in de hoop dat het je verrijkt, iets brengt en blij maakt.

Daan Fousert
September 2020

Deel 1: Mijn persoonlijke reis (deel 1)

In je centrum blijven geeft rust, en je behoudt je kracht.

Daan Fousert

1. Het begin

‘Leef je ziel’ is gebaseerd op mijn overtuiging dat ik een ziel heb. Als je internet op gaat dan vind je vele definities van de ziel en voor iedereen heeft ziel een betekenis of totaal niet. Iets daar tussenin is er niet.

Als je de werkelijkheid voor jezelf kent, is er ook geen reden meer om jezelf voor de gek te houden. Een mens heeft namelijk vele kansen zijn geluk te proeven maar die kansen worden altijd overspoeld, overschreeuwd en overruled door complexiteiten die wijzelf opwerpen. Dus als je gelooft in het bestaan van je ziel dan heb je gelijk. Geloof je er niet in, dan heb je ook gelijk. Zolang het maar jouw werkelijkheid is.

Ik neem je mee in drie ervaringen van mijn ziel om daarmee straks tot een voor mij passende definitie te komen:

1. Een ervaring uit een vorig leven.

Tijdens een zakenreis naar Genève met twee Amerikaanse collega's, ergens in de tachtiger jaren van de vorige eeuw, reden

wij op een ochtend naar het vliegveld van Genève. Onze reis ging naar München. Wij logeerden in het Hilton Hotel aan het meer van Genève en vandaar hadden we een taxi genomen naar de luchthaven. Vanwege het drukke verkeer nam de chauffeur niet de gebruikelijke route maar probeerde via omwegen de drukte te mijden. Mijn Frans was en is nog steeds matig. We reden richting de luchthaven door een wijk die ik niet kende. Ik zat naast de chauffeur en mijn collega's zaten op de achterbank. Op een gegeven moment toerde de wagen door een kronkelige straat waarlangs grote herenhuizen stonden die voor het merendeel verscholen gingen achter hoge muren en hagen. De weg maakte een bocht naar links en we reden langs een lange hoge muur met daaroverheen hangend groen. Opeens zeg ik in het meest perfecte Frans tegen de chauffeur: 'Om de bocht ligt de entree van het erf, ik ben thuis.' De chauffeur kijkt me aan, remt af en stelde een vraag in het Frans. Ik begreep hem niet waarna hij zijn vraag herhaalde in gebroken Engels: 'U zegt thuis te zijn?' Ik voelde het zweet langs mijn rug lopen en wist me geen raad met de situatie waarop mijn collega, Sheryl Turping, op de achterbank zei dat ik me vergiste en hij zijn weg naar de luchthaven moest vervolgen. Eenmaal daar aangekomen vroeg ze mij wat er aan de hand was en ik zei zeker te weten dat daar, op de plek achter de muur het huis lag waar ik eens had gewoond. Ze moest lachen en deed het af met de opmerking dat ik niet meer zoveel moest drinken. Later tijdens de reis kwam ze er regelmatig op terug en begon bij mij het idee post te vatten dat ik een ervaring uit een vorig leven had. Hiermee werd het plan geboren op onderzoek te gaan en daar een boek over te schrijven. Het thema heb ik verwerkt in mijn eerste roman 'Onvermijdelijk'.

2. De verschijning van de engel.

In het najaar van 2009 liep ik met onze hond in de uiterwaarden langs de Waal. Een prachtig natuurgebied dat het verlengde vormde van onze achtertuin. Het wemelt er van de vogels en biedt een kans om weg te dromen en te mediteren in de wereld van water, lucht en natuur. Iedere wandeling is een Vision Quest die altijd weer leidt tot een confrontatie met iets dat in jezelf zit. De wandeling daar is per definitie een meditatief mechanisme, zeker als je alleen gaat en je overgeeft aan de elementen van de natuur. De hemel was donker die dag, op het zwarte af. Er dreigde regen en omdat buienradar had aangegeven dat het nog wel even droog zou blijven, had ik er alle vertrouwen in dat ik zonder nat pak mijn wandeling kon afmaken. Ik liep in het veld, terug naar huis. In het westen gloorde de hemel op terwijl achter mij, in het oosten een donkere, dreigende zwarte lucht hing. Ik liep alleen in het veld in gedachten verzonken. Uit het niets klonk er plotseling een hele duidelijke stem die mij riep. Ik keek om me heen, zag niets en dacht dat ik het mij verbeeld had. Toen sprak de stem opnieuw mijn naam en vroeg:

“Wat is het antwoord op het raadsel van de onvermijdelijkheid, op het geheim van het lot?”

Ik stond aan de grond genageld en keek om me heen. Ik draaide me om en zag achter mij dat de hemel zich opende en dat de zwarte lucht uit elkaar scheurde en de vorm van een hemels grote engel aannam. Ik had de helderheid van geest mijn mobiel te pakken om dat beeld vast te leggen. Op dat moment werd het voor mij duidelijk dat de vraag gesteld was door een engel en vanaf dat moment wist ik dat dit de vraag van mijn leven zou

zijn. De foto heb ik later als cover gebruikt van mijn boek ‘Stemmen van Verre’, mijn spirituele roman.

3. Het bombardement van Eperlecques.

Voor de roman ‘Stemmen van Verre’, de zoektocht van een man naar zijn tweelingziel, vond ik het noodzakelijk in hypnotherapie te gaan. Enerzijds omdat ik een eerdere ervaring met hypnotherapie wilde toetsen en anderzijds wilde ervaren of ik daadwerkelijk bij vorige levens kon komen.

Ik had een mij onbekende therapeute uitgekozen, die een betrouwbare website had en serieus met hypnotherapie omging. Ik informeerde haar over mijn wens. Een thema dat mij sinds mijn ervaring in Genève bezighield. Haar methode was heel simpel. Op de een of andere manier kon zij vaststellen of, eenmaal onder lichte hypnose, iemand een authentiek verhaal vertelde of maar iets lag te verzinnen. Ze leidde dat af uit reacties van het lichaam.

Ik werd onder hypnose gebracht en zij voerde mij, zoals ze zei, door een gang langs de deuren van mijn ‘levensjaren’. Ze zei dat zij de jaartallen zou opnoemen en als ik ook maar iets voelde bij een jaartal, dan zou ze de deur openen en konden we kijken wat zich daarachter bevond. Omdat ik in 1947 ben geboren, begon ze af te tellen vanaf 1946. Langzaam noemde zij de jaartallen en bij 1943 zei ik ‘stop’. Ik voelde dat ik daar naar binnen moest en beschreef wat ik zag: als kleine jongen liep ik in het veld, ergens aan de Noord Franse kust in de buurt van St. Omer. Achter mij was het dorp gebombardeerd en iedereen was dood. Op de vraag van de therapeute terug te gaan naar het moment vlak voor het bombardement en te beschrijven wat ik toen zag, vertelde ik haar aan tafel te zitten met mijn ouders en mijn broers en zusjes.

Op dat moment zag ik dat ook ik dood was en dat ik opsteeg van de aarde en alles onder mij steeds kleiner werd. De therapeute toetste de waarheid van mijn waarneming en bestempelde het als authentiek. Ik had dus iets uit een vorig leven gezien. Na deze 'deur' volgde er meer deuren met achterliggende verhalen maar die laat ik even voor wat ze zijn. Omdat 1943 zo dicht lag bij mijn geboortjaar 1947 twijfelde ik zelf aan het verhaal en vroeg ik me af of mijn gretigheid iets te willen zien dan wel mijn fantasie mij had gevoed bij deze herbeleving.

Eenmaal thuisgekomen ging ik op zoek op internet en vond daar het bombardement op Eperlecques bij St. Omer in 1943. Het was voor het eerst dat ik daar over las.

Ik heb deze geschiedenis niet gebruikt in een van mijn boeken, en ook niet alle 'herinneringen'. Wel heb ik een enkele herinnering verwerkt in Stemmen van Verre waaronder die uit 1860 toen ik een zoon was van een Schotse Edelman en eentje waarin ik in 1230 een meisje was in Ierland.

Drie ervaringen die alle op zich staan waarbij ik de verbindende factor was. Twee ervaringen van vorige levens en een ervaring in dit leven met een duidelijke verwijzing naar de toekomst. Mijn toekomst of de toekomst van mijn ziel? Ik weet het niet en eerlijk gezegd maak ik me er ook niet zo druk over.