

A photograph of a forest path, likely a hiking trail, with sunlight filtering through the trees. The path is dirt and rocky, leading into a dense forest. The trees are tall and thin, with green foliage. The lighting is soft and natural, creating a serene atmosphere.

HET
ETHERISCHE
VELD

en de vier etherische bronnen

– ontmoetingen met de elf Fjerk –

HANNEKE BOUMA

Hanneke Bouma

Met ETHERISCHE VELD
en de vier etherische bronnen van energie

Ontmoetingen met de elf Fjerk

Hajefa
uitgeverij

Copyright © 2017, Uitgeverij Hajefa, Zoetermeer, www.hajefa.nl

Eerste druk: juli 2017

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

Omslagontwerp: Astrid Sneekes

Omslagafbeelding: van auteur

ISBN: 978-94-6331-011-6

NUR: 728

Disclaimer en opmerking:

Uitgeverij Hajefa, Praktijk Mannaz De Witte Tara en/of Hanneke Bouma zijn op geen enkele wijze aansprakelijk voor eventuele ziekten en/of klachten en/of verschijnselen, waarvan het idee bestaat dat het een gevolg zou kunnen zijn van het volgen van de adviezen van dit boek *Het etherische veld*. Bij klachten dient u altijd eerst een arts of therapeut te raadplegen.

De genoemde sites in de noten zijn een vrije greep uit het aanbod van personen en sites die ik zelf niet altijd ken, of nog niet beproefd heb. Toepassen van adviezen is op eigen verantwoordelijkheid.

Opgedragen aan allen die
op wat voor moment dan ook,
'voedend' en inspirerend
zijn geweest in mijn leven

Inhoud

Voorwoord	11
Nog een woord vooraf.....	16
Deel 1. Ontmoetingen en gesprekken met Fjerk.....	17
Deel 1.1 De kennismaking.....	17
1. De eerste ontmoeting.....	18
2. Fjerk vertelt over natuurwezens en over zichzelf.....	21
3. De bronnen van energie.....	27
4. Wat zijn de bronnen precies en wat gebeurt er als ze niet goed werken?	29
Bron een	29
Bron twee	32
Bron drie	34
Conclusie	37
Deel 1.2 De beleving van het etherische veld	39
5. De trancewandeling in het bos.....	40
6. Het etherische veld in de stad	52
7. Het etherische veld op andere plekken	59
Conclusie	66
Deel 1.3 Meer over de etherische bronnen	67
8. Wat kun je doen voor je bronnen?	68
Bron een: Je natuur.....	68
Bron twee: De kelk van je hart.....	69
Bron drie: De wijsheidspoort van het inzicht	73
9. De verbinding van de bronnen	77
Conclusie	79
Deel 1.4 Werken met het etherische veld.....	81
10. Het werken in en met het etherische veld.....	82
Het onderhouden van het etherische veld thuis.....	82
Het onderhouden van het etherische veld in het natuurlijke landschap.....	88
Conclusie	92

Deel 1.5 De oneindige bron en het oneindige veld	93
11. Het Hogere Hart als vierde bron.....	94
Het Hogere Hart in verbinding met de oneindige bron	94
Het verruimen van het bewustzijn	98
12. Het proces van het realiseren van wensen.....	102
13. Over jong blijven	108
Conclusie	112
Deel 2 Verder gebruik van de etherische bronnen	113
Het activeren en het helen.....	113
14. Het helen in het etherische veld.....	114
15. De activatie van de fysieke bron.....	120
16. De ervaring van open zijn.....	125
17. De activatie van de fysieke bron voor kinderen	127
18. Het helen van de fysieke bron.....	132
19. Het helen van de geluksbron.....	138
20. De activatie van de wijsheidsbron	140
21. Een healing geven.....	146
Conclusie	151
Deel 3 Zoektocht naar bevestiging.....	153
Inleiding.....	154
22. Van medicijnwiel tot levensbol.....	155
23. Is ether het vijfde element?.....	159
24. Het hart als instrument.....	164
25. Creator zijn in het etherische veld.....	169
26. De wijsheidsbron en het universele brein	174
27. De werking van scalaire golven	177
Conclusie	180
Deel 4 Fjerks levensverhaal, vragen aan Fjerk	181
28. Fjerk vertelt over zijn leven	182
29. Vragen aan Fjerk.....	189
Over de aura, de activatie van de etherische vezeltjes en het in contact komen met je eigen engel.....	189
Over de hara, de zonnevlecht en de chakra's.....	192
Mijn hara.....	195
De pijnappelklier	197
Het maken van een veilige ruimte.....	198
Over de djinns.....	199

Mannelijke en vrouwelijke elfen.....	201
Wat als blijkt dat iemand niet kan veranderen en geen inzicht opdoet over zijn handelen en gedrag?	202
Gasachtige emotiebollen in het astrale veld	203
Oorspronkelijke gevoelens	205
Conclusie	207
Deel 5 Contact met de natuurwezens.....	209
30. Kennismaken met (je) natuurwezen(s)	210
31. Nog een verbindingsveld.....	214
32. De elfenkoning van Glastonbury	217
Conclusie	223
Epiloog in twee delen.....	224
Dit is één	224
En dit is twee.....	228
Deel 6 Het gebruik van de etherische bronnen, visualisaties.....	231
Inleiding.....	232
Visualisaties 1. De basisvisualisaties van de etherische bronnen.....	234
Visualisatie 1: De fysieke bron	234
Visualisatie 2: De geluksbron.....	234
Visualisatie 3: De wijsheidsbron.....	236
Visualisatie 4: Het stromen van de drie bronnen.....	236
Visualisatie 5: De drie bronnen worden één bron.....	238
Visualisaties 2. Het etherische gezamenlijke veld	240
Visualisatie 1: Het bewust worden van een etherisch gezamenlijk veld	240
Visualisatie 2: Energetisch de ruimte schoonmaken	242
Visualisatie 3: De aura bij je houden en onderhouden	243
Visualisaties 3. De fysieke bron opladen	246
Visualisatie 1: De fysieke bron opladen met hulp van de vier elementen.....	246
Visualisatie 2: Opladen van de fysieke bron voor kinderen of gewoon voor wie maar wil, omdat het leuk is.....	247
Fysieke bron opladen 2: De ether.....	250
Visualisaties 4. Bewustzijnsverruiming.....	252
Vooraf 1: Bij de visualisatie het verruimen van je bewustzijn.....	252
(Eigenlijk geen) visualisatie 2: Het verruimen van je bewustzijn.....	253
Visualisaties 5. Het Hogere Hart	255

Visualisatie 1: Het Hogere Hart en de oneindige energie als vierde bron.....	255
Visualisaties 6. Creëren.....	259
Visualisatie 1: Het vormen van creatieweefsel.....	259
Visualisatie 2: Manifesteren	260
Visualisatie 3: Eenvoudig alles verbinden	262
Visualisaties 7. Activeren en helen	266
Helen in het etherische veld 1	266
Visualisatie 2: Integreren van de verloren stukken van de fysieke bron, verloren stukken in situaties en momenten	266
Visualisatie 2a: Verloren stukken in relaties met mensen.	267
Ceremonie 3: Het herstellen van de geluksbron	269
Eerste deel: De voorbereiding: het verzamelen	269
Tweede deel: Hervinden van de essentie-energie: het zuiveren	270
Derde deel: Het herconstrueren: het maken	271
Vierde deel: Het belangrijkste: het plaatsen	272
Vijfde deel: De afsluiting: het verbinden	272
De nee-mand	273
Visualisatie 4: Het activeren van de wijsheidsbron 1.....	274
Visualisatie 5: Het activeren van de wijsheidsbron 2.....	274
Visualisaties 8. Kennismaken met natuurwezens.....	277
Visualisatie 1: Kennismaken met het etherische veld van de aarde en met je eigen natuurwezensdeel.....	277
Visualisatie 2: Kennismaken met een natuurwezen	279
Nawoord	284
Bijlagen.....	289
1. Vertrouwen	290
2. De verwachtingsdriehoek.....	292
3. Het medicijnwiel	293
4. Chief Seattle in het Nederlands.....	294
5. Tekst bij de bronnen	295
6. De adelaar vliegt: overzicht	297
7. De adelaar vliegt: het etherische veld vormt bewustzijnsvelden.....	298
8. De adelaar vliegt: de werking van het driedimensionale bewustzijnsveld.....	300
Noten	301
Literatuur	315
Dankwoord	318
Over de auteur	319

Voorwoord

Dit boek gaat over het etherische veld en over de bronnen van energie die wij mensen meekrijgen van het etherische veld. De tekst van dit boek kwam onverwacht tot stand en de lijn van het verhaal volgt de ontdekkingen die ik maakte binnen het etherische veld en met de etherische bronnen. Het is informatie waarvan ik me bewust geworden ben door gesprekken met de elf Fjerk. Het bijzondere van deze gesprekken is dat Fjerk niet vertelt over zichzelf of over natuurwezens in het algemeen. Dit boek gaat niet over natuurwezens, hoewel ik op verschillende momenten er wel wat vragen over stel aan Fjerk en wat informatie hierover in een deel van dit boek heb ingeruimd. Daarnaast zijn er twee visualisaties over natuurwezens.

Fjerk vertelt dat wij, als mens, deel zijn van het etherische veld en dat wij van dat veld instrumenten, als bronnen van energie, hebben meegekregen. Door zicht te krijgen op hoe het etherische veld en de meegekregen bronnen van energie werken in het driedimensionale bewustzijnsveld, kunnen we onze energie krachtig houden. Daarbij kunnen we in contact komen met onze oorspronkelijke menselijke vermogens, en hoe en wat we creëren. Het schrijven van een boek over ontmoetingen en gesprekken met een elf lijkt wel wat op een sprookje, of op een leuk verhaaltje voor kinderen. Het is echter geen sprookjesachtig verhaal geworden. Wat Fjerk duidelijk wil maken is een belangrijk onderwerp voor allen die meer willen weten over de aarde, het etherische veld van de aarde en over de verschillende etherische velden die wij als mensen met elkaar vormen. Het etherische veld is voor ons een onzichtbaar veld, een veld dat de aarde omringt en omvat en dat ook de mens zelf omringt en omvat. Fjerk is een elf en dus zelf een etherisch wezen en dat wil zeggen dat ik hem niet zie zoals ik een mens zie. Als healer en reader ben ik gewend om met ogen te kijken die diepere en andere realiteiten laten zien dan de verschijningen van de fysieke werkelijkheid: het observeren van de verschillen in energie rond iemands lichaam,

de fluctuerende energie tussen mensen, van plaatsen en voorvallen. Het observeren van deze nuances, kleuren en de geluidsimpressies die daarbij horen, zijn een deel van mijn leven. Het blijft echter allemaal heel subtiel en heel vloeiend. Hierbij wil ik met nadruk zeggen, dat hoewel ik geloof dat dit boek belangrijke informatie bevat, het één visie is op een bepaalde werkelijkheid: de informatie moet namelijk door mij als kanaal komen. Ik ga ervan uit dat de totale waarheid en werkelijkheid van het grote leven veel breder en dieper zijn dan ik kan bevatten en beschrijven. Dat gezegd hebbende, wil ik wel mijn hoop uitspreken dat wat Fjerk brengt en zegt, een inspiratie kan zijn voor anderen om zelf het etherische veld te ervaren en om in het etherische veld op onderzoek uit te gaan.

Wat Fjerk mij vertelt, heeft mij een veel diepere kijk gegeven op het etherische veld van de mens en de aarde. Veel technieken en adviezen die ik gebruikte in behandelingen zijn veranderd, in die zin dat ik me bewuster ben geworden van wát ik precies doe en hóé het eigenlijk in elkaar zit. In mijn functie als therapeut heb ik dit voor de lezer geprobeerd te vertalen naar praktische aanwijzingen, visualisaties en realisaties.

De kennis over de etherische bronnen is voor mij een openbaring. Wij hebben als mensen blijkbaar etherische instrumenten meegekregen van onze Moeder, de aarde en deze instrumenten geven ons het vermogen om te creëren. Zo kunnen we op een bewustere manier energie geven aan dat wat we neer willen zetten op aarde. Als we dit goed doen, kunnen we in dat proces een 'energie'-bijdrage leveren aan onszelf en aan het geheel. Alleen al de kennis hebben van de eerste etherische bron en deze te voeden en de energie hiervan hoog te houden, zal voor ieder van ons, zowel fysiek als psychisch, een positief verschil kunnen betekenen.

Het is tijd dat deze kennis die zo lang uit ons bewustzijn is geweest, zijn weg terugvindt naar ons dagelijks leven. Het is echter wel belangrijk de informatie te gebruiken vanuit 'de compassie met het geheel'. Het hebben van kennis over deze zaken is belangrijk. Als mensen zich hier meer bewust van worden en er meer kennis over is, dan wordt de 'bewustzijnsgraad' in het menselijke etherische veld over dit onderwerp verhoogd. Op deze manier kunnen er meer mensen gebruikmaken van dit veld van bewustzijn. Dit boek gaat in een onderliggende laag ook over onze Moeder Aarde, Terra Gaia, de uitnodigende blauwe parel in dit deel van het universum, onze planeet en onze woonplaats. Het is Moeder Aarde die miljoenen wezens voedt en inspireert en die haar wezen en lichaam beschikbaar stelt voor het bewustwordingsproces van zowel haarzelf als van ons mensen. Er

zijn wezens die zich ‘de hoeders van de aarde’ noemen, die hun zorg voor haar welzijn vertalen naar anderen. Zij geven raad, verzamelen wijsheid en geven die weer door, en dit allemaal om de planeet aarde te ondersteunen in haar taak. Fjerk is al duizenden jaren deel van deze hoeders van de aarde. Vele wezens, menselijk en niet-menselijk, dierlijk, buitenaards, opaards en binnenaards, etherisch en fysiek, levend en dood en zelfs van andere dimensies, zijn verbonden met deze hoeders. Soms onbewust, soms tegen wil en dank, maar vaak met een hart vol mededogen en met een visie over de kernkracht van de aarde en haar bewoners.

Dit boek wil de lezer uitdagen om ook deel te worden van de hoeders van de aarde. Om door middel van kennis en kunde, door middel van bewustwordingen en acties, onze soms onbeholpen struikelende bijdrage te leveren aan een ‘nieuwe’ aarde: een aarde waar mensen tot hun recht kunnen komen, op een aarde die tot haar recht gekomen is. Dit is de uitdaging die Fjerk ons geeft: ons bewust te worden van het etherische veld van de aarde en van de mens – en dus van jezelf – en deze te leren voeden en te activeren. Allen die zich in zo’n etherisch veld bevinden zullen baat hebben bij de voeding en de activatie die daarbinnen plaatsvindt.

Door de uitleg van een aantal nieuwe principes en door de hoeveelheid visualisaties achter in het boek, is er genoeg te oefenen en bewust te worden. Het is echter ook een boek dat vertelt over mijn ontmoetingen met de elf Fjerk, mijn kennismaking met het etherische veld en mijn zoektocht om datgene wat ik zie en voel te begrijpen. In die zin is het een verslag van mijn ervaringen. Zo kan het boek ook prima gebruikt worden, om een nieuwe ervaring op te doen.

Laten we zacht zijn voor elkaar. Laten we er een mooie Aarde van maken!

Hanneke Bouma, januari 2017

We know the sap which courses through the trees
as we know the blood that courses through our veins.
We are part of the earth and it is a part of us.
The perfumed flowers are our sisters.
The bear, the deer, the great eagle,
these are our brothers.
The rocky crests, the dew in the meadow,
the body heat of the pony
and man,
all belong
to the same family

Chief Seattle

(Vertaling in bijlage 4)

‘De grootste illusie in het etherische veld, dat ons gezamenlijke verbindingsveld is, is te denken dat het voor jou en de ander voedend kan zijn als je iets doet, voelt of zegt wat níét via je hartsgebied het veld in stroomt. Al deze energie stroomt onwillekeurig weer terug naar jezelf. Je zult er hoe dan ook mee te maken krijgen, en je krijgt dan de mogelijkheid om het wel met je hartenergie te verbinden. Je zou dit een etherische wetmatigheid kunnen noemen, en wie weet is dat de essentie van wat jullie reïncarnatie noemen. Het is een wetmatigheid die je in deze kosmos op elk energieniveau en in elke dimensie terugvindt. Je zou het ook de balanswerking van de kosmos kunnen noemen. Een balanswerking die in het hart tot rust komt en daar gevoed wordt door een essentie die jullie liefde noemen. Laat deze mogelijkheid, dit vermogen en deze kracht niet uit jullie handen slaan door mensen die zich dit proces willen toe-eigenen en jullie willen activeren in een emotie of daad die verre ligt van het hart. Neem zélf je leven, je daden, je gevoelens en je oordelen in handen en verbindt alles met je hart.’

Fjerk

Nog een woord vooraf

Voorafgaand aan het lezen van de tekst en zeker voordat er aan de visualisaties en oefeningen wordt begonnen, wil ik een voorbehoud maken. Zo eerlijk en zuiver mogelijk heb ik opgeschreven wat ik ervaren en gezien heb. Deze tekst en de meeste van deze oefeningen zijn nieuw. Er is nog weinig ervaring met hoe dit uitwerkt op de mens en zijn etherische lichaam. Zelf heb ik de oefeningen nu zo'n drie jaar gedaan, maar met beleid en met voorzichtigheid. Vooral omdat ik een voorzichtig mens ben en ook omdat bekendheid pas in de loop van de tijd plaatsvindt. Hoewel ik het zo zuiver mogelijk heb gedaan, wil ik niet pretenderen dat alles in dit boek 'de waarheid' is. Ik ben geenszins de alwetende, alles wat ik zie en hoor komt door mij persoonlijk heen. Ik wil dit boek dan ook liever aanbieden als een oproep tot onderzoek voor iedereen die zich met het etherische veld wil verbinden. Elk mens heeft zijn unieke positie in het etherische veld, elke positie in het veld geeft unieke geometrische patronen en structuren. In die zin is het een ontdekkingsreis voor ieder van ons. Bij het ondernemen van een ontdekkingsreis bereidt men zich goed voor en doet men geen overhaaste stappen en te intensieve dingen. Men doet de reis stap voor stap en men weet dat voorzichtigheid belangrijk is, omdat men anders voor het einde van de reis kan stranden.

Als de kennismaking met het etherische veld van de aarde en met de etherische bonnen van energie voor de mens je enthousiast maken en je wilt de oefeningen en de visualisaties gaan doen, dan wil ik je adviseren in ieder geval ook de hele tekst te lezen. Op deze manier worden de basisbegrippen, de achtergrondverhalen en de principes die Fjerk wil verduidelijken meer verinnerlijkt. De tekst en het deel met de visualisaties grijpen op elkaar in en vullen elkaar aan.

Ga steeds bij jezelf te rade wat goed is voor jou en volg dat. Luister naar je lichaam en laat je intuïtie je verbinden met het aardse veld. Blijf gericht op de aarde, onze Moeder die ons voedt.

Ontmoetingen en gesprekken met Fjerk



Deel 1.1 De kennismaking

De eerste ontmoeting

De eerste ontmoeting met de elf Fjerk vindt plaats tijdens onze vakantie in augustus 2014 in Frankrijk. Waarschijnlijk is het de ontspanning van het even weg zijn uit de routine, de andere omgeving, de zuivere lucht en geen afleiding van televisie en computer die ervoor zorgen dat ik 's avonds vroeg op mijn bed ga liggen. Terwijl ik de ontspanning in mijn lichaam en geest voel toenemen, besluit ik een sessie met mijzelf te doen om naar de oorzaak te zoeken van iets waar ik in mijzelf tegen aangelopen ben. Na een tijdje komen opeens kleine natuurwezens mij helpen om iets duidelijk te krijgen. Op het moment dat ik het begrijp en ik ze wil bedanken voor hun hulp, staat er opeens een veel groter natuurwezen voor me. Een elf, zo beslis ik. Hij is wel tien tot vijftien keer zo groot als de kleine natuurwezens die er al waren en zij en ik kijken met open mond naar deze plotselinge verschijning. Terwijl het wezen voor me staat, probeer ik me te herinneren of ik weleens eerder een elf gezien heb en in eerste instantie denk ik van niet. In trance of in halve trance is mijn herinneringsvermogen over zaken die zich in het verleden hebben voorgedaan vaak weg. En voor een lang of kort moment weet ik niets van ontmoetingen met elfen, totdat ik me herinner dat ik bij een korte meditatie in Glastonbury in de Chalice Well een grote en heel belangrijk aandoende elf ontmoet heb. Hoe dat precies ging kan ik me op dit moment niet herinneren, maar het beeld van hem komt wel bovendien. Ik kijk dit wezen dat nu voor me staat nog een keer goed aan. Hij ziet eruit als een wezen gemaakt van lichtvezeltjes. Hij ziet er ook uit als een persoonlijkheid, hij weet wat hij wil en waarom. Dat wordt ook gelijk duidelijk als hij mij plompverloren vraagt wat ik wens.

Ik ben verbouwereerd en probeer snel een opsomming te geven van alles wat ik wens: meer gezondheid, meer energie, meer geld, meer... Hij onderbreekt me ongeduldig met de vraag of ik niet de eeuwige jeugd of zo zou willen hebben? En of ik dan zijn adviezen zou kunnen opschrijven?

Wederom ben ik ietwat van mijn stuk gebracht en ik weet even niet wat ik moet antwoorden. Want ik wil hem in eerste instantie niet beledigen, maar daarnaast weet ik ook niet of ik deze verschijning zomaar kan vertrouwen. Met het woord ‘vertrouwen’ wordt er iets in mijn herinnering opgeroepen en ik stel de elf een vraag terug. Namelijk dat ik uit verhalen heb begrepen dat elfen voor mensen niet altijd te vertrouwen zijn. Ik vertel hem dat er verhalen zijn over mensen die verdwalen in de elfenwereld wanneer ze bijvoorbeeld eten van elfen aannemen. En dat er bij terugkomst in de mensenwereld soms tientallen jaren voorbij zijn gegaan in hun leven, terwijl ze voor hun gevoel maar een paar dagen weg zijn geweest.

Het wezen voor mij glimlacht als ik deze vraag gesteld heb en laat me dan beelden zien van elfen die leven op de scheidslijn van twee of soms drie dimensies en dat ze daarbij de oeroude levensenergie van de aarde zelf als energiebron hebben. Het lijkt erop, als ik het zo zie, dat de elfen zélf de poort zijn naar die dimensies. Als een draaideur, als draaimechanisme van en naar deze dimensies.

‘En dat is voor mensen inderdaad zeer verwarrend’, zo laat de elf voor mij, mij weten, ‘want het zijn in eerste instantie niet de dimensies die de mens weet te gebruiken. Ze raken daarin verdwaald, ook omdat de tijd in die dimensies anders verloopt.’ Hij grinnikt daarna nog wat heftiger en beaamt dat er elfen en elfenvolken waren en nog wel zijn die er plezier in hebben mensen in de war te brengen door hen in hun wereld te trekken.

‘Het heeft te maken met de zelfvoldaanheid van de mens,’ zegt hij daarna met een kleine zucht. ‘De zelfvoldaanheid die ervoor zorgt dat de mens vaak geen verbinding aangaat met de volkeren en wezens die vlak naast hem leven. Als ze die verbinding wel aan zouden gaan, dan zou de levensenergie eerlijker verdeeld worden en zouden deze elfen aan dit soort grappen geen behoefte meer hebben. Dan zou de samenwerking en de vreugde die deze verbinding geven op de voorgrond staan. De elf kijkt me recht aan als hij zegt dat hij nu bij mij komt om adviezen te geven. Adviezen om wensen uit te laten komen en wie weet om de uiteindelijke wens om jong te blijven te verwezenlijken.

Hij glimlacht naar me. ‘Het is een cadeautje,’ zegt hij. Een cadeautje omdat je nog niet zo lang geleden een vergeten elfen- en natuurwezenbron weer bewust hebt gemaakt in het energetische veld van het menselijke bewustzijn. Zijn ogen glimmen terwijl hij dit vertelt. Ik weet gelijk waar hij het over heeft. Zo’n twee weken geleden kwam er een cliënte in de praktijk die net verhuisd was. Ze had een woning gekregen in een flatgebouw

in een stad niet ver van mijn woonplaats. We zouden samen de ruimte energetisch bekijken en schoonmaken. Terwijl we daarmee bezig waren kwamen we op een plek in de woning, waar ik meteen met mijn aandacht naar de aarde getrokken werd en waar ik beelden kreeg van een bron. Het was een plek van lang geleden met een prachtige oude wilg waar de mensen van die tijd stukjes stof met wensen en dankbetuigingen aan hingen. In mijn beeld scheen de zon, de wilg droeg zijn voorjaarsgroen met trots en de witte en anderskleurige reepjes stof bewogen zachtjes in de wind. Ik realiseerde me daardoor dat het een heilige bron was geweest. Ik zag oude beeldjes van klei, waar ik de Moeder in herkende. Ik zag dat er instrumenten lagen van steen en hout, en ik zag dat er vele natuurwezens woonden. Diep in de aarde kwam de bron omhoog en zorgde voor zuiver en misschien wel helend water voor de mensen en wezens die ervan dronken. De rivier stroomde ongeveer een kilometer verderop, dus het was geen zijtak van de rivier. Het was een vreedevolle plek, waar de mensen samenwerkten met de natuur en met haar wezens en haar Godin. In de loop van de voorbije eeuwen was deze bron in de vergetelheid geraakt. De bron was zelfs zo vergeten dat er beton en steen overheen was gelegd. Heel diep in de aarde zag ik natuurwezens hun best doen om de bron levend te houden, maar er was nog maar een klein vonkje energie over. De bron, zowel het water als de energie ervan, was uitgeput. Op het moment dat ik mijn aandacht erop vestigde en mijn cliënt erover vertelde zag ik dat de natuurwezens het begrepen hadden dat er eindelijk iemand was die de bron en hen zag. Mijn cliënt wilde heel graag helpen en was bereid in een kast min of meer op die plek, een plaatje of beeldje van een elf of kabouter of bloemenelfje neer te zetten, zodat ze met een bepaalde regelmaat zou denken aan die plek en aan de natuurwezens die daar wonen en die de bron levend proberen te houden. Ik voelde me daar gelukkig over, want op deze manier wordt het contact tussen mensen en natuurwezens weer een klein beetje hersteld.

Fjerk vertelt over natuurwezens en over zichzelf

‘Heb je een naam, zodat ik je kan aanspreken?’ vraag ik. De elf gaat wat rechterop staan. ‘Je kunt me Fjerk noemen,’ zegt hij. ‘Heeft die naam een betekenis, Fjerk?’ vraag ik nadat ik twee keer met mijn tong over zijn naam gestruikeld ben. ‘Het betekent: hij die zich door het struikgewas heen beweegt. Eigenlijk betekent het: hij die zich door de dingen heen beweegt, degene die een weg zoekt. Het is een beetje moeilijk om het in jouw taal uit te leggen.’ Terwijl Fjerk het probeert duidelijk te maken, wisselen zijn kleuren zich af van meer blauw, naar wat meer geel en dan naar meer groen.

‘Kun je me wat vertellen over de natuurwezens?’ vraag ik. Fjerk wordt nog wat groener in zijn energie en schuift een stukje dichters naar me toe en steekt een vinger op.

‘Wij bewegen ons door het etherische veld van de aarde. Het etherische veld is voor ons wat de lucht is voor jullie, alleen dan met miljardvoudige nuances van licht, kleur en energie. Het etherische veld is voor ons het weefsel waar we uit bestaan en waar we dus helemaal mee verbonden zijn. Daarnaast en dus ten tweede,’ zegt Fjerk terwijl hij een tweede vinger omhoogsteekt, ‘is dit het weefsel waar we ons doorheen bewegen. Dat weefsel ervaren we als draden, als etherisch weefsel, als nuances van licht en kleur. Er zijn nuances voor de bomen, nuances voor de bloemen, nuances voor het water, er zijn nuances voor alles wat leeft,’ en Fjerk spreidt bij deze laatste woorden zijn armen wijd uit. ‘We zien aan dat weefsel hoe groot een bloem gaat worden voordat die uit de knop is gekomen. We zien bijvoorbeeld al tijdens het stralende hoogtepunt van de bloei van de bloem, nog voordat het in de stof werkelijk te zien valt, dat de energie zich terug gaat trekken de aarde in. De etherische draden van de bloem nemen de vreugdevolle expressie van de plant mee de aarde in en laten daar een imprint achter. Ze fluisteren als het ware het verhaal van de bloem, of van de struik, de boom of de bessen door de aarde en het etherische veld van de aarde

heen. Zo voegt de imprint het beleefde ‘verhaal’ toe aan het geheel. We ervaren ook de bijdrages van de dieren, de vogels en van de vele insecten aan dit etherisch veld. Hun verhalen over speelsheid, tevredenheid, kracht, behendigheid, overwinning, samenhorigheid, maar ook de verhalen over loslaten, overgeven en toegeven. En dit alles in harmonie met het grote geheel.’ Fjerk kijkt dromerig voor zich uit en zucht.

‘Fjerk, hoe zit het met het eten van de dieren en met de jacht op elkaar? Ervaren dieren dat niet als een enorme stress? Is dat dan niet verstorend voor het etherische veld van de aarde?’

Fjerk’s gezicht krijgt een ernstige blik. ‘Zolang het de jacht betreft van dier op dier, beide opgenomen in het etherische deelveld⁵⁶ van het wilde dier, dan is de schok van het einde van het leven minimaal. De vlucht- en vechtrespons die wordt uitgeleefd en gebruikt tijdens de jacht en vlucht verandert de chemische samenstelling van bepaalde hormonen in het lichaam. Op het moment dat in het etherische veld duidelijk wordt dat het ene dier gaat winnen van het andere dier, vindt er een overdracht van energie plaats. De etherische energie van het ene dier dat de prooi wordt van het andere dier gaat in een stroom van kleuren en nuances over naar het andere dier. Daardoor geeft het ene dier zich over aan het andere en in dat proces wordt er bijna geen pijn of verstoring ervaren. Dit gebeurt in het bewustzijn dat ze allebei behoren tot het grotere veld, het grotere geheel. Dat dit het geschenk van leven is: de levenskracht van de een als geschenk voor de ander. Dat ze in deze situatie allebei verschijningsvormen zijn van hetzelfde veld.

Het wordt heel anders als mensen of dieren jagen die niet in verbinding zijn met deze stroom van het etherische deelveld, als er niet uit voedingsnoodzaak of respect gejaagd wordt. Dan is het een heel ander geval,’ herhaalt Fjerk en hij zucht diep. Zijn hele lijf drukt mismoedigheid uit. ‘De mensen,’ zegt hij zacht, ‘bewegen en leven wel in het etherische veld maar zijn er meestal niet één mee. Ze bevinden zich buiten de eenheid van het veld en verstoren het dus vaak. Soms verstoren ze het zelfs zo, dat het vele zonnedagen kan duren voordat het veld weer hersteld is. En dat gebeurt soms al als ze alleen maar langslopen.’ Er lopen tranen over zijn wangen. ‘Laat staan wat er gebeurt bij moedwillige kwaadheid,’ zijn lijfje rilt, ‘het is dan voor ons alsof jullie een van jullie granaten hebben laten ontploffen. Zo ervaren wij het. En met een grotere bom, of dat wat jullie een atoombom noemen...?’ Hij kijkt mij aan met grote ogen. ‘Wat er dan gebeurt is onuitsprekelijk.’ Hij lijkt in shock.

‘Hoe kunnen we dat weer helen, Fjerk? Wat kunnen wij doen?’ vraag ik met een even zachte stem als hij. Hij gaat rechtop zitten en kijkt me weer aan, maar zijn uitdrukking is veel sterker en krachtiger dan daarvoor.

‘Als de mens zich weer gaat verbinden met het geheel, met het geheel van het etherische veld en, meer en dieper nog, zich gaat verbinden met zijn oneindige bron, met het veld dat overtreffend is aan het etherische veld van de aarde, dan duurt het helen niet zo lang. Een bewust gebaar van erkenning van een bewust mens kan een heel veld van verstoring min of meer oplossen.’ Hij straalt!

Fjerk verduidelijkt het nogmaals: ‘Als mens hebben jullie je buiten de eenheidsstroom geplaatst. Er zal vast een groots plan achter zitten,’ zegt hij bedachtzaam en met een wijze blik in zijn ogen, ‘maar het feit is dat als de eenheid in jullie bewustzijn hersteld wordt, het etherische veld zich aan jullie overtreffende trap van eenheid zal aanpassen. Dan kunnen jullie jezelf en datgene wat buiten jullie ligt helen. Dit geldt voor het etherische veld en ook voor de verstoringen die jullie eerder door oorlog en onkunde hebben laten plaatsvinden. De mensen die de drie bronnen waar ik hier onder andere over kom vertellen, in zichzelf weten te openen en te gebruiken, de mensen die zich weer verbonden weten, die verstoren niet meer. Die mensen kunnen zelfs het etherische veld versterken en het verheffen.’ Fjerk wordt duidelijk krachtiger door deze informatie. Hij straalt meer uit en zijn energie lijkt meer op de energie van een bergkristal.

‘En hoe zit het met het eten van planten, Fjerk?’ vraag ik hem daarna. Fjerk kijkt bedachtzaam. Hij zit nu niet ver van mij vandaan op de grond. ‘Ook planten hebben gevoel,’ zegt hij met een heldere vibratie in zijn stem. ‘En planten kunnen niet weglopen van gevaar. Zij ontwikkelen daarom stoffen die hen kunnen beschermen tegen bepaalde belagers. Sommige van deze stoffen zijn goed voor de mens. Die beschermen de mens tegen bepaalde belagers, of helpen bij bepaalde moeilijkheden. Planten vinden het echter niet fijn nodeloos te worden geknipt, geplukt, gebruikt en vaak misbruikt.’ Fjerk kijkt misnoegd. ‘De monoculturen bijvoorbeeld, van alleen één bepaalde soort groente of fruit, of van één bepaalde boomsoort, maken dat het etherische veld van dat gebied verstoord raakt. Het etherische “we-zendeel”, of wat jullie zouden zeggen “de ziel” gaat er dan uit. Het leven, als kracht, trekt zich voor een deel terug. Het etherische veld wordt als het ware dunner en minder gedifferentieerd. Vergelijk deze monoculturen met bijvoorbeeld de oude boomgaard met hoge fruitbomen, waar struiken en planten onder groeien en waar schapen onder staan te grazen. Wat ook de

De verbinding van de bronnen

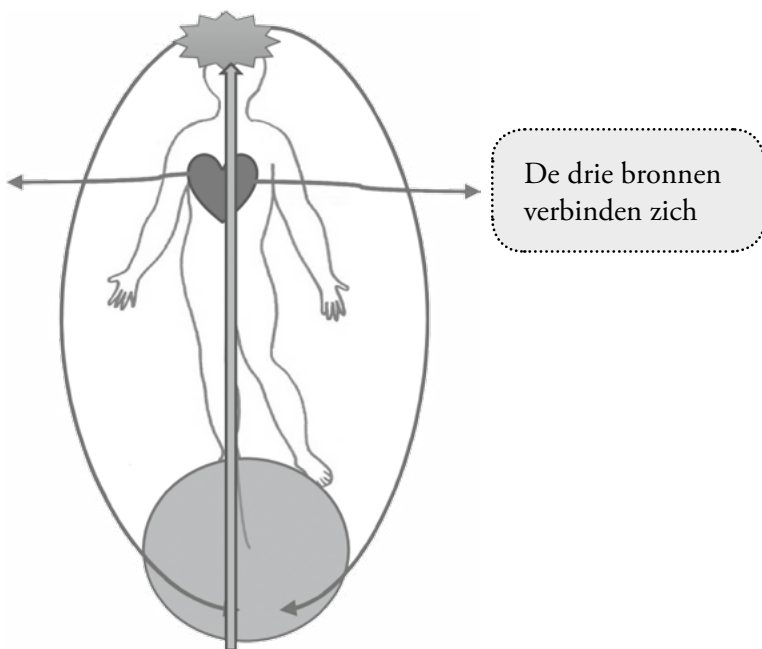
‘Je kunt al deze voorgaande oefeningen zo doen dat de bronnen zich met elkaar verbinden.’ Fjerk is blijkbaar niet van het gezellige sociale contact, van ‘hoe is het?’ en ‘hoe gaat het?’. Want zodra hij verschijnt en merkt dat ik hem zie en dat ik tijd voor hem heb steekt hij van wal, zonder inleiding.

‘De verbinding van de bronnen,’ zo gaat Fjerk verder, ‘maakt dat ze werken als één veld. De gezamenlijke vibratie van de drie bronnen activeren het Hogere Hart in een nog hogere vibratie. Activatie van het Hogere Hart is je toegangspoort tot het in contact komen met de grootste energiebron van alle tijden...’ Fjerk staat op en maakt weer een dansje in de kamer. Echter, waar hij tot nu toe gedanst heeft als iemand die danst op een ritmische melodie, doet hij nu een zeer sierlijke glijdende dans, alsof hij op balletmuziek danst. Hij praat ondertussen gewoon verder en ik moet mijn aandacht er wel bij houden anders ben ik te veel afgeleid door zijn dans: ‘... de grootste inspiratie van alle tijden: de oneindige energie. De oneindige energie stroomt als informatie-energie via de activatie van je Hogere Hart het etherische veld in. Op deze manier stroomt de oneindige energie je energieveld en de wereld in! De mensen die dat activeren,’ en nu staat Fjerk acuut stil en kijkt mij heel doordringend aan, ‘zijn mensen die fungeren als een grote rijpe bloem in het etherische veld van de aarde. Die mensen voegen een geur en een toon toe die zo opwekkend is voor het etherische veld van de aarde, dat alleen al hun aanwezigheid wonden of verstoringen in het etherische veld kan helen. Als je bedenkt dat er vele en vele mensen kunnen zijn die dit kunnen manifesteren...’ Fjerk gaat weer dansen, nu echter danst hij een wervelende dans, als van de derwisjen. Hij roept boven zijn dans uit: ‘... dan... dan...’ en hij danst nóg harder, zodat ik hem bijna niet meer zie, ‘dan komt er vreugde terug in het veld van de aarde en kan de aarde weer bloeien en krachtig worden.’

Als Fjerk stilstaat en mij aankijkt, stromen er tranen over zijn wangen.

Ook bij mij stromen de tranen over mijn wangen, plotseling zeer geraakt door het prachtige beeld van de geheelde vreugdevolle aarde die hij naar me toe stuurt, waar iedereen zijn of haar plek heeft: de dieren, de mensen, de vegetatie, de wateren en de natuurwezens. Ik ben schor, het lukt me niet om wat te zeggen en ik wilde dat dit etherische wezen een lichaam had om beet te pakken en te knuffelen. Hij snapt het en glimlacht naar me en verdwijnt dan in een oogwenk en laat me alleen met mijn emotie.

Stromenkaart 3



Kort ervaren: De drie oefeningen die hierboven beschreven staan, kun je eenvoudig verbinden met elkaar. Je neemt, als de etherische stroom vanuit de fysieke bron je hartstreek bereikt, het geluksgevoel van de geluksbron mee door het violette trampolineweefsel van de wijsheidsbron in je hoofd en dan via je fontanel naar buiten terug naar de fysieke bron onder je voeten. Zo vorm je een etherische cirkelgang van stromende etherische energie (deel 6.I, v.4).

Conclusie:

De verschillende bronnen kun je zelf voeden en opladen.

Begin met te realiseren: Ik ben mijn eigen bron!

- Fysieke bron: natuur; dankbaarheid; waardoor word jij gevoed?
- Geluksbron: het hart openen en de hartenergie laten stromen; vorming van het Hogere Hart; verbinding; liefde; wat is je geluk?
- Wijsheidsbron: inzicht; wijsheid; uiten; lofprijzen; wat is je gewaarwording?
- Het stromen van de drie bronnen geeft je etherische deel kans zich beter te verbinden met de hele persoonlijkheid.
- Daarnaast kun je ervaren dat de drie bronnen fungeren als een bron, als de drie bronnen met elkaar een stromende verbinding maken.

Het hart als instrument

Het hart zelf is een heel bijzonder orgaan. De onderzoeken die de laatste decennia zijn gedaan met betrekking tot het hart geven aan dat het hart zelf intelligent is en verbonden is met het gevoel. Uitspraken als: ‘harteloos zijn’ of juist ‘hartelijk zijn’, of de uitdrukking dat ‘iets of iemand je na aan het hart ligt’ of dat je ‘je hart aan iemand kunt verliezen’, of dat ‘je iemand een hart onder de riem steekt’, geven allemaal aan hoe het hart betrokken is in je contacten met anderen. ‘Het hart wordt aangedreven door een onzichtbare kracht, de energie van het universum,’ zeggen mensen die geïnterviewd worden in het boek *The Power of the Heart* van Baptist de Pape. Baptist heeft van zijn onderzoek en van de vele interviews die hij heeft afgenomen, naast een boek ook een film gemaakt met dezelfde titel. Vele duizenden jaren geleden zagen verschillende culturen het hart als het intelligentiecentrum van de mens. De Chinese geneeskunde ziet het hart als het verbindingspunt tussen lichaam en geest. Het hart blijkt elke situatie te beoordelen vanuit een hoger perspectief dan het brein dat doet. Neil Donald Walsh zegt in het bovenstaande genoemde boek: ‘Het geheim van het menselijke hart is dat het niet alleen jouw identiteit bevat, maar ook die van God, samengesmolten tot één geheel.’

Deepak Chopra zegt even verderop: ‘Als je in contact komt met je hart is het alsof je contact maakt met het universele bewustzijn of de universele geest. Je hart is net een kleine computer die wordt aangesloten op de kosmische computer waar alles ondeelbaar één is.’

Dit is weer heel anders gezegd dan Fjerk dat doet, maar in principe komt het op hetzelfde neer. Het instituut voor HeartMath⁵⁴ in Californië heeft aangetoond dat er een verband bestaat tussen ons hartritme en onze emotionele toestand. Het onderzoek laat zien dat ons hart veel eerder en sneller reageert op gebeurtenissen om ons heen dan ons brein. Gevoelens zijn sneller en krachtiger dan gedachten en ons hart weerspiegelt dit. Als je liefde of waardering ervaart dan laat het hartritme een totaal ander pa-

troon zien dan als je gefrustreerd of boos bent. Het HeartMath-instituut heeft manieren gevonden om deze coherentie van het hart te vergroten door oefeningen te doen waarmee je beter in contact kunt komen met het hart. Het is niet zo dat het denken aan liefde helpt om die hartcoherentie te vormen, nee, het is belangrijk de liefde te voelen. En niet alleen liefde helpt erbij, maar ook het ervaren van dankbaarheid, zorgzaamheid en het ervaren van compassie, zegt Marci Shimoff in het boek *The Power of the Heart*. Een coherent hartritme zorgt ervoor dat het brein, het zenuwstelsel, het immuunsysteem, het hormoonstelsel, de spijsvertering en de bloedsomloop beter functioneren.

Hartcoherentie

Kort ervaren: Een hele gemakkelijke oefening om met je hart in contact te komen is je ogen te sluiten en je hand op je hart te leggen. Deze eenvoudige handeling zorgt ervoor dat het hormoon oxytocine vrijkomt. Dit hormoon wordt ook wel het liefdeshormoon genoemd. Daarna kun je je richten op je ademhaling. Rustig in- en uitademen via je hart en je aandacht focussen op rust, kalmte en compassie (ook voor jezelf). (Uit: *The Power of the Heart* van Baptist de Pape.)

Ik heb hierboven al even dankbaarheid genoemd. Dankbaarheid werkt heel krachtig om je hart én dus je hele lichaam in coherentie te brengen. Het beoefenen van dankbaarheid kan een hele moeilijke oefening zijn als er bijvoorbeeld ziekte, verdriet, pijn of onmacht op je levenspad komt. Toch raad ik mensen in mijn praktijk dan aan met kleine dingen te beginnen, zoals die zaken, dingen en mensen die dichtbij zijn en die met al hun kleine acties het leven veraangamen. De dankbaarheid voor het eten op je bord, het feit dat iemand wat voor je gedaan heeft, voor het feit dat de zon schijnt of juist voor de regen die het levenswater brengt. De dankbaarheid om de leuke film die je net gezien hebt of het telefoontje van een vriend of vriendin. Hoe groter je problemen zijn, hoe kleiner je kunt beginnen met dankbaarheid te beoefenen. Het beoefenen van dankbaarheid en het ervaren van liefde, zou ik willen uitbreiden met het leren úiten van je dankbaarheid en je liefde, oftewel het uiten van vreugde. Fjerk heeft het daar al uitgebreid over gehad en ook Salomo vertelt erover in mijn vorige

Creator zijn in het etherische veld

Door een ontmoeting met een ander wezen, dat zich aan mij liet zien in een menselijke vorm, maar dat volgens mij van origine geen mens is, werd ik me er bewust van hoe het werkt in het etherische veld op het moment dat we echt creëren. Deze persoon vestigde mijn aandacht op de aanwezigheid van wat ik nu bewustzijnsdeeltjes of bewustzijnsvezeltjes zal noemen. Deze bewustzijnsdeeltjes zijn de bewustzijns potentievezeltjes die alles en iedereen meekrijgt, als wezen,³⁰ mens, etherisch veld, aarde, kosmos en dus als hele schepping. In hoofdstuk 23 schrijf ik over wat anderen over het etherische veld en ether hebben geschreven. Daarin wordt duidelijk dat er twee soorten ethervelden zijn. De ene is ons etherische veld van de aarde en de andere is het grote bewustzijnsveld van de schepping, waarin de creatorkracht huist. Deze twee soorten etherische vezels zijn aanwezig in ons en om ons heen. Sommige etherische vezeltjes zijn al gebruikt voor creatie: alle planeten, dieren, mensen en materie zijn daaruit voortgekomen. Het is echter niet zo dat de creatiekracht ópgebruikt kan worden. Zo van, de tafel is af en de creatie-energie is daarbij een stukje opgebruikt. Zo zit het bewustzijns potentieveld van creatie niet in elkaar: oneindig maal oneindige mogelijkheden en dat weer maal oneindige mogelijkheden en alle informatie die uit het oneindige veld wordt omgezet kan in alle diepten, breedten en hoogten (weer) gebruikt worden. Computeranimaties kunnen die holografische diepte voor ons tegenwoordig redelijk visueel maken. Voor mij zien de bewustzijns potentievezeltjes, de ongebruikte versie zeg maar, er rond en in het etherische veld van de mens in elkaar gerold en min of meer inactief uit. Voor mij doen ze dan wat zilvergrijsachtig aan. Deze bewustzijnsdeeltjes of -vezeltjes worden geactiveerd als het (Hogere) hart geopend wordt. Dan wordt de hogerehartenergie manifest in het etherische veld en dus bereikbaar voor de persoonlijkheid. Op die manier activeert het de bewustzijnsvezeltjes. De bewustzijnsvezeltjes horen zagezegd bij het oneindige bewustzijnsinformatieveld. Door het (Hogere) hart worden de

bewustzijnsvezeltjes in hun potentie wakker. De bewustzijnsvezeltjes veranderen dan van uiterlijk en ontvouwen zich en keren zich binnenstebuiten: ze zijn op deze manier voor ons actief te maken in hun potentie van bewustzijnsinformatiedrager. Als ze nog niet actief zijn, zien ze er voor mij uit als in elkaar gerolde grijsachtige deeltjes. Zijn ze wel actief, dan zijn ze uitgerold en zijn ze stralend van binnenuit (hoofdstuk 29).

Wat ik hierdoor ook beter ging begrijpen is hoe het komt dat de etherische bronnen donker kunnen worden, als zwarte gaten, en de etherische omgeving nodig hebben als voedingsbron. Ik had van Fjerk al begrepen dat door trauma's, door te weinig etherische voeding vanuit de opvoeders of vanuit de omgeving, de fysieke bron van een mens uitgeput kan raken en daardoor energie vanuit de omgeving kan aanzuigen. Wat ook is besproken, is dat op het moment dat we onze aandacht of onze intentie richten op een ander, een dier of een mens, we in een gezamenlijk veld terechtkomen. Hetzelfde gebeurt als we onze aandacht richten op een boom, een plant, een steen of een landschap of op niet-fysieke entiteiten, zoals een gevoel, hoop op een bepaalde toekomst, op een etherisch wezen, een overledene, een engel of een opgestegen meester. Het maakt eigenlijk niet uit waar we onze aandacht op richten, zodra we positie innemen ontstaat er een gezamenlijk veld. In dit alles gedragen de etherische vezeltjes zich zodanig, dat er een unieke vorm als structuur ontstaat, zoals een caleidoscoop telkens een nieuwe vorm creëert van dezelfde basiselementen. Het etherische veld gedraagt zich op deze bepaalde manier als er minimaal twee basiselementen in dat veld aanwezig zijn: er wordt ogenblikkelijk een holografische etherische structuur gevormd. Die twee basiselementen kunnen twee personen zijn, maar het kan ook jij met je idee over jezelf zijn, of jij met je hoop voor de toekomst, of jij met je boosheid naar een bepaalde situatie of persoon. Ogenblikkelijk wordt door de elektromagnetische krachten van de polen, onze posities in het veld, onze etherische caleidoscoop geschapen in het etherische veld. Is het een positie die we al eerder hebben ingenomen dan hervormt het patroon zich ogenblikkelijk in wat er al eerder gecreëerd was in de laatste keer dat deze twee elementen elkaar ontmoetten. Nu ik dit weet moet ik vaak terugdenken aan de speelmomenten van mijn toen jonge dochter. Ik was vaak enorm verbaasd dat, ook al hadden de kinderen elkaar maanden niet gezien, ze ogenblikkelijk hun spel van maanden geleden oppakten. Dat spel maakten ze dan eerst af of ze rondden het af en pas daarna gingen ze over naar een nieuwe bezigheid. Nu begin ik dat te snappen, maar toen vond ik het een wonderbaarlijke zaak. 'Dat kinderen dat onthouden?' zei ik dan vaak. Maar het is niet een kwestie

Kennismaken met (je) natuurwezen(s)

Er zullen veel mensen zijn die zelf contact willen leggen met natuurwezens. Over het algemeen raad ik (Hanneke) het zoeken naar en het willen verbinden met natuurwezens af als je dit doet vanuit een behoefte tot vervulling. Je bent je eigen bron! Bij verlangen naar iets buiten jezelf, om iets aan te vullen wat je zelf niet kan voelen of creëren, ontstaat er een aanzuigend krachtenveld op het etherische veld, zoals een zwart gat. Dat is een krachtenveld waarin lukraak van alles wat buiten je eigen psychische energetische etherische veld hoort, naar binnen gezogen wordt. Als je denkt of voelt iets van buiten jezelf nodig te hebben, is er van alles wat zich aandient om dat op te vullen. Het is dan eerder zaak om meer bij jezelf te komen, meer van jezelf te wensen, dan iets anders te wensen van jezelf. Sinds mijn contact met Fjerk is me dat nog duidelijker geworden. Ik zal eerlijk zeggen, ook al klinkt dat misschien vreemd na een boek over het etherische veld en langdurige gesprekken met een elf: ik zoek het eigenlijk nooit zelf op. Ik heb met mijzelf de afspraak gemaakt dat ik niet meer wil weten of zien, dan dat wat er nodig is op een bepaald moment. Ik vertel dit als illustratie. Het is de bedoeling dat ik níét op zoek ga, dat ik níét iets wens, dat ik níét iets wil. Wat ik wel doe is dat ik de ruimte ervoor, als mogelijkheid, openhoud. Dat ik me blijvend realiseer dat het leven een ongekend mysterie is en dat ik daar soms kleine inzichten in kan krijgen of verwerven die als pareltjes kunnen zijn voor me. Als vanzelf krijg ik dat wat er nodig is op een bepaald, vaak onverwacht moment. Concluderend zou ik willen zeggen, over het in contact willen treden met natuurwezens, dat het belangrijk is te beginnen met je eigen etherische bronnen te activeren en te versterken. Dus eigenlijk om meer bij jezelf te komen. Vanuit de activatie en de doorstroming van je eigen fysieke bron, zul je gemakkelijker andere etherische energie herkennen. Je kunt ook als je in een visualisatie wel contact hebt gelegd, een bepaald woord of een bepaalde klank of een bepaald beeld afspreken, dat bij je bovenkomt als contact goed of relevant

is. Laat na het contact en de aanleiding tot contact daarna weer los. Het moment dat je voelt dat je afhankelijk wordt van een bepaald contact, van wie dan ook, is het moment dat *de ander je bron* aan het worden is. Als je het gevoel hebt dat je zonder dat, die, hem of haar niet gelukkig kunt zijn: denk dan aan Fjerks woorden aan het begin, namelijk de woorden: ‘Wees je eigen bron!’ En het centrum van je eigen bron is je hart.

Dezelfde waarschuwing geldt voor de momenten dat iemand opeens opdrachten in het hoofd hoort, of dat iemand aan bepaalde voorwaarden moet gaan voldoen, of als er opeens heftige conclusies of emoties zijn over jezelf of anderen. Ook als er een plotseling gevoel van heiligheid of belangrijkheid ontstaat, een gevoel dat je je verheven voelt boven de anderen of juist het tegenovergestelde, dat jij degene bent die het slechtste of viese is. Of als je opeens ideeën krijgt dat jij degene bent om mensen terecht te stellen, wraak te nemen of om ze te redden: het zijn vaak verschijnselen van beïnvloedingen die binnen je energetische, etherische en emotionele systeem plaatsvinden of anders van compensaties binnen je psychische structuur. Leer daar een halt aan toe te roepen door het aan te spreken en het zo nodig de deur te wijzen. Zoek anders hulp bij bijvoorbeeld regressietherapeuten⁵² of in de geestelijke gezondheidszorg die daar, als het goed is, raad mee weten.

Ik vroeg aan Fjerk of hij aan deze gegeven kaders nog wat wilde toevoegen. ‘Etherische energie,’ zo begint hij met een serieuze blik, ‘is de basis waarvan het lichaam gemaakt is. Het is het weefsel waar je fysieke lichaam uit bestaat. Als iemand zich daar meer bewust van wordt, dan wordt de basis daarvan sterker. Niets kan er binnen het etherische veld bestaan zonder etherische vezels. Elke lepel, elke auto, elke tafel bestaat uit etherische vezels die het, minimaal qua functie, in stand houden. Op deze manier kunnen inprentingen van ervaringen “bewaard” blijven. Zo vertelt elk aspect, elk voorwerp een verhaal. Een verhaal over functie en doelmatigheid en eventueel een verhaal over ervaringen, zoals verdriet en pijn, maar ook over vreugde en liefde. Elk natuurwezen dat je zou kunnen ontmoeten, is een deelaspect van het etherische weefsel van de aarde. Het natuurwezen is van origine verbonden met een bepaalde functie of aan een bepaald doel. Elke manifestatie heeft in het etherische als het ware het bezielingsaspect, alles leeft, ook datgene waarvan je het niet vermoedt. Er zijn echter verschijningsvormen van leven: het oorspronkelijke, zich van nature ontvouwende leven, dat als het ware “rond” is. Het leven dat gevormd wordt als reactie hierop en zich ontvouwt als een pad door het leven heen. Die vorm van le-

Visualisaties 2

Het etherische gezamenlijke veld

Visualisatie 1: Het bewust worden van een etherisch gezamenlijk veld

- Het etherische gezamenlijke veld activeer je door je bewust te zijn van het feit dat jij en je onderwerp van aandacht zich in een gezamenlijk etherisch veld bevinden.
- Je kunt dat veld in een visualisatie bewust maken, door te voelen wat dit gezamenlijke veld voor jou betekent en hoe het veld dat je samen vormt, voor je voelt. Toch is de erkenning en dus de bewustwording alleen van dit gezamenlijke veld, al voldoende.
- Als je een healer bent, of je bent iemand die goed kan visualiseren, dan zou je dit veld nog kunnen bekijken en kunnen 'healen' (noot 15 gaat over het verkrijgen van toestemming). (Zie bijvoorbeeld de visualisatie *Energetisch de ruimte schoonmaken*.)
- Het etherische gezamenlijke veld is er altijd. Door je aandacht erop te richten word je je ervan bewust en zo kun je eventueel ook een onderdeel van het gezamenlijke veld eruit lichten en observeren.
- Een fijne manier om een gezamenlijk veld te behandelen is na de erkenning ervan, je hart(energie)deur te openen en de liefde in het gezamenlijke veld te laten stromen. Je zult merken hoe verzachtend en helend dat kan aanvoelen.
- De leukste manier om dit gemeenschappelijke veld te visualiseren is je voor te stellen dat het een gemeenschappelijke tuin is.
- Je kunt dan in je visualisatie door de tuin lopen en bekijken hoe die eruitziet. Eventuele veranderingen kun je dan *vanuit je hart* toepassen, zoals opruimen en bloemen planten, nieuwe aarde geven en de zon uitnodigen om de hele tuin stralend te maken.
- Weet dat alles wat je ziet en doet uit jouw persoonlijke gevoelsbelevenis komt en dat alles wat je ziet en ervaart *van* jou en niet van de ander is.

Wees bewust:

- Bij het bewust maken van *een etherisch gezamenlijke veld*, kom je ook in verbinding met de intenties en het bewustzijn die in dat veld heersen. Deze worden gevormd door de mensen die bij dat gezamenlijke veld betrokken zijn.
- Bij sommige mensen, bij grote groepen of bedrijven, of met trauma belaste plekken of natuur, zou het gezamenlijke etherische veld overweldigend en belastend kunnen zijn. Het advies is om niet onge oefend daarmee in verbinding te raken of er wat in te willen.
- Als je hiermee wilt oefenen, dan is het advies om dicht bij huis te blijven. Oefen met je partner, je kinderen, je tuin, bij een enkele goede vriend of vriendin, blijf bij jezelf. Ga niet de wereld redden. En denk niet dat je je bedrijf of je familie of... wie dan ook kunt veranderen.
- Het bewust worden van een gezamenlijk etherisch veld, is het bewust worden van datgene wat er in dat veld heerst. En maak je ermee contact vanuit verlangens, vanuit onvrede en angst, of met wensen en eisen, dan wordt er contact gemaakt met wat daardoor in het veld resonanceert en dus met wat voor jou in dat moment in dat veld heerst. Dat moet daarna weer verwerkt worden en dat kan overweldigend en veel zijn.
- Zo ken ik een heel bewuste vrouw die op een gegeven moment iemand wilde redden. Deze persoon was niet zomaar iemand. Hij was een publieke figuur, die veel lezingen gaf, die diepgaande ideeën uitdroeg. Zij vond dat haar visie beter was en wilde hem daartoe overhalen en hem dus 'redden'. Op zo'n moment vormt zich een geactiveerd gezamenlijk veld, dat niet heilzaam is.

Een voedende manier om een etherisch gezamenlijk veld bewust te maken is vanuit je Hogere Hart, dus het maken van een verbindingsveld, en binnen het verruimde bewustzijn, of eventueel eenheidsbewustzijnsveld (zie voor meer informatie Deel 1.5 De oneindige bron en het oneindige veld).

- Dat wil zeggen dat de instelling, de intentie waarmee je je verbindt zo 'heel' mogelijk moet zijn: namelijk dat er (eigenlijk) niets te redden is, dat er (eigenlijk) niets te veranderen is, dat het (eigenlijk) goed is zoals het is! Dat wát je eventueel vanuit je hart wenst te veranderen in het gezamenlijke veld, een verandering is om die heilheid nog duidelijker te laten worden voor jezelf en voor de ander. En dat je daarbij ook niet bepaald welke vorm die heilheid gaat aannemen. In deze intentie wordt alleen de niet-persoonlijke liefde ervaren, die alles verbindt.