

We zijn allemaal verbonden

Ik gaf eens een workshop voor een grote groep toen ik een kaartje opmerkte. Er stond een gedicht of gebed op dat luidde: ‘Boeddha-natuur doordringt het hele universum, bestaat hier en nu. Ik wijd de verdienste van deze beoefening toe aan alle bewuste wezens. Samen verwezenlijken we bevrijding.’

Toen ik die woorden las, besepte ik dat dit voor alles en iedereen geldt. Je kunt in plaats van ‘Boeddha-natuur’, als je je daar beter bij voelt, het woord *liefde* of *God* of *Jezus*, of hogere macht, of elke andere spirituele gestalte gebruiken. Het doet er niet toe. Het betekent eenvoudig een vriendelijke, wijze en liefdevolle energie, misschien met eigenschappen die uitgaan boven wat we kunnen bevatten, die de atomen en moleculen en energiedeeltjes van het hele universum vult – een energie waarvan we gemaakt zijn en waar we in zekere zin de neerslag van zijn. Deze energie, deze Boeddha- of God-natuur, bestaat hier en nu, overal en altijd. Je kunt de praktijk van je dagelijkse leven wijden aan het tot stand brengen, op meedogende wijze, van de vooruitgang van alle bewuste wezens; dat wil zeggen, alle wezens die bewustzijn hebben. Samen – omdat we allemaal verbonden zijn – kunnen we vrijheid, wat vrij zijn is van het proces van geboorte en dood, verwezenlijken, zodat we kunnen afstuderen aan de school die we aarde noemen.

Dat woord samen, dat ene simpele woord, is essentieel. Er zit zo’n heilige energie in het samenzijn van de groep. Zoals de verhalen in dit hoofdstuk illustreren, is het geen toeval, geen samenloop van omstandigheden, dat bepaalde mensen op een bepaald tijdstip samenkomen met een gezamenlijk doel. Sommigen van de schrijvers van deze verhalen zijn in staat de verwarde, oneindige draden die ieder van ons met anderen verbinden aan te voelen. Anderen die zichzelf vreemden van elkaar noemen merken dat ze heel hun leven nauw verbonden zijn geweest. Er zijn geen vreemden. Er is geen gescheiden zijn. Niemand staat alleen.

Elke specifieke groep mensen, bijvoorbeeld die aan een van mijn cursussen deelneemt, is niet echt willekeurig. Ze zijn reeds met elkaar verbonden, waren dat al voor ze bij elkaar kwamen, aangetrokken door een of andere grotere coördinerende

kracht. Het is alsof een kosmische magneet die specifieke zielen aantrekt die voor die cursus nodig zijn. Zielsverwanten en anderen, van wie sommigen vorige levens hebben gedeeld, maar elkaar in dit leven nog niet hebben ontmoet, worden bij elkaar gebracht. Zo'n vereniging is in werkelijkheid een hereniging.

Terwijl ik naar het kaartje keek, weet ik nog dat ik dacht: wat is dit kleine gebed belangrijk. Vervolgens begreep ik, terwijl ik de cursus gaf en de woorden van dit gebed nog in mijn geest naklonken, dat de 130 mensen die deze intensieve cursus waren komen volgen niet alleen ter wille van zichzelf bij elkaar waren gekomen en niet alleen om een vroeger leven te ervaren. Stel dat God of een hogere macht deze 130 mensen had verzameld om drie of vier van hen te genezen. Stel dat de bedoeling was, 'Wel, laten we deze bepaalde 130 mensen en hun unieke energie nemen om deze drie of vier personen in hun groep die in nood zijn te genezen.' Wat een voorrecht, wat een eer en wat een zegen zou het zijn om deel uit te maken van die 130 mensen.

Dat gaf mij en de hele groep een ander perspectief. We realiseerden ons dat er wonderen gebeurden. We hoefden slechts onze ogen te openen.

HET WEEFSEL VAN VERBINDING

In 1993 kreeg ik *Many Lives, Many Masters* van een onbekende die niets van me wist, maar zei dat het 'voor' mij was. Het maakte dat alles in mijn leven daarvoor eindelijk betekenis kreeg – niet zozeer mijn ervaring met vorige levens als wel persoonlijke conflicten die ik voelde in verband met de gebruikelijke opvatting van verdriet. Voor het eerst in mijn leven voelde ik me bevestigd in mijn ervaring dat ik niet diepbedroefd was wanneer iemand overleed. Ik had een resonerend besef dat, als ik maar met jou kon werken en van je kon leren, ik anderen zou kunnen helpen hun perspectief van pijn weer te veranderen in verbinding.

Meer dan tien jaar later kwam mijn man, een verkeerspolitieagent in Californië, bij een achtervolging om het leven. Twee jaar daarna zag ik je in de Oprah Winfrey Show en kwam terwijl ik keek hetzelfde resonerende gevoel in me op. Binnen enkele minuten schreef ik me in voor je Omega-vaktraining in juli, die over een paar weken zou beginnen. Het was gemakkelijk als stromend water.

Toen ik bij Omega aankwam, barstte mijn paranormaal bewustzijn als nooit tevoren volkomen open. Ik was me daar bewust van mijn verbondenheid niet alleen met anderen, maar ook met de kleine dieren en planten. Je stemde ermee in een regressie bij me uit te voeren in het bijzijn van de hele groep. Terwijl je een snelle inductie deed, zag ik onmiddellijk het woord trog door mijn bewustzijn galopperen en zag ik vervolgens de echte trog die we als drinkbak

voor ons paard gebruikten op de boerderij waar ik opgroeide. Ik werd door een jeugdherinnering geleid waarin we door omstandigheden gedwongen waren onze geliefde paarden te verkopen. Ik herinnerde me ook getuige te zijn van de pijn die dit ook mijn vader had bezorgd en dat hij mijn moeder had verteld dat zijn intuïtie hem zei de paarden niet te verkopen aan die bepaalde koper en hij die intuïtie tot zijn grote spijt had genegeerd. Ik had een bewust besluit genomen niet te huilen, om mijn vader nog meer schuldgevoelens te besparen. Vanaf dat moment als kind tot die sessie met jou in Omega, bleef zelfs de gedachte aan droefheid in verband met dat voorval diep en anoniem in me verborgen. De pijn kwam bij elke uitademing via mijn middenrif naar boven terwijl ik beschreef wat er gebeurde. De combinatie van totale schrik en opluchting was onbeschrijflijk.

Daarna kwam een herinnering op aan de geboorte van mijn zoon, toen mijn eigen intuïtie me wekenlang luidkeels had laten weten dat er iets mis was, maar ik mezelf bij herhaling door de dokter had laten overtuigen dat ik gewoon paranoïde was. Uiteindelijk smeekte ik hem mijn weeën op te wekken, waarmee hij met tegenzin instemde, maar daarna werd ik bij aankomst in het ziekenhuis aan een spoedkeizersnede onderworpen. Mijn zoon moest worden gereanimeerd omdat koudvuur de hele placenta en navelstreng had geïnfecteerd. Toen hij de volgende dag eindelijk stabiel genoeg was en ik hem mocht vasthouden, keek ik naar hem en zag ik zijn gevlekte vingertjes. Ik wist dat ik door het negeren van mijn eigen intuïtie, waarop ik meer had moeten vertrouwen dan op de lucht die ik inadem, was gezakt voor mijn eerste proef als ouder. Ik was gaan huilen van boosheid, droefheid en frustratie, net als mijn vader toen hij onze paarden had verkocht. Op dat moment begon mijn zoon drukte te maken en ongemakkelijk te bewegen en ik beseftte dat hij kon voelen dat deze pijn van mij kwam. Uit bezorgdheid dat ik hem zo extra pijn deed hield ik op met huilen en vergat ik de schuldgevoelens totaal, tot die veertien jaar later tijdens mijn sessie. Ik liet de extreme pijn los waarvan ik me volstrekt onbewust was dat ik die in me had. Volkomen opgelucht voelde ik me alsof het gewicht van de wereld letterlijk van mijn borst was getild.

Toen werd ik me bewust van de aanwezigheid van mijn gidsen en werd ik overspoeld door het vertrouwd gevoel van vrede en me thuis voelen. Ze maakten me er vervolgens van bewust dat ik deel van hen was, zoals zij deel van mij waren en toen ik jou aan mijn rechterzijde voelde beseftte ik dat ook jij deel was van dat 'team'.

Je vroeg of mijn echtgenoot er was. Zoekend naar het antwoord kon ik hem links van me voelen en ik draaide mijn hoofd naar hem toe alsof ik hem duidelijker in mijn bewustzijn wilde opnemen. Op het moment dat ik me naar links draaide, voelde ik hem ook vóór me; ik bracht mijn hoofd naar voren, om hem vervolgens rechts van me te voelen, maar toch ook links en vóór me. ‘Hij is overal!’ zei ik, me realiserend wat ik had gevoeld.

Dit horend, slaakte heel de rest van de 130 mensen in de ruimte een collectieve zucht. Op dat moment werd ik me bewust van energie, als blauwe draden, die me had verbonden met elke persoon in de ruimte sinds onze kennismaking de avond tevoren was begonnen en die zich uitstreckte van mijn middenrif tot dat van ieder van hen. Toen ze collectief zuchtten als reactie op hun eigen emoties, in beweging gebracht doordat ze deelden in mijn bewustzijn van de aanwezigheid van wijlen mijn echtgenoot, schoten de draden van ieder individu naar elk van de anderen, in een mooi eenvoudig maar toch gecompliceerd weefsel van verbinding. Ik werd me bewust van het feit dat alles wat ik vanaf dat moment verder zou doen ook al deze anderen zou beïnvloeden, zoals ook alles wat zij verder zouden doen elk van de anderen zou beïnvloeden. Genees de genezers was ik me bewust en ik besepte dat onze kracht in onze verbondenheid lag.

Ik stemde me weer op je af om je te horen vragen of mijn gidsen er nog waren. Ik antwoordde dat ze er waren en dat ze er altijd zijn en ik zei: “We zijn een team en hebben een doel.” Je vroeg wat het doel was en ik begon oneindig veel flitsen – alleen flitsen – van taferelen te zien, met aan elk ervan details en emoties gekoppeld. De paar die ik kon opvangen betroffen een gevangene die op de zijkant van zijn kooi zat, met het hoofd in zijn handen, terwijl hij meer pijn, angst en boosheid jegens zichzelf voelde dan wie van zijn slachtoffers ooit zou kunnen doorgronden, omdat zelfs hij niet wist waarom hij de dingen deed die hij had gedaan en hij dus geen vertrouwen in zijn eigen handelen kon hebben. Een moeder met haar kind in haar armen, beiden stervend van de honger. De moeder stikkend in haar eigen pijn, wetend dat haar kind eerder dan zij zou sterven aan ondervoeding, bang dat het dood zou gaan met de gedachte dat haar moeder egoïstisch was omdat niet zij als eerste stierf. Alles wat ik van deze flitsen in woorden kon vertalen was: ‘De pijn, de pijn, zoveel pijn,’ waarbij ik zo erg hilde dat ik het gevoel had aan stukken te zullen barsten.

‘Alle pijn komt voort uit angst, misverstanden, bang zijn en gevreesd worden,’ zei ik. Ik wist dat het doel, zoals je had gevraagd, vermindering van de collectieve pijn was door angst op te heffen, waardoor verheffing van alles wat

leeft zou volgen. Ik begrijp nu dat één zijn niet het doel is – dat is al zo – en dat alles wat we doen, zelfs die ogenschijnlijk kleine dingen die we individueel doen, ons inderdaad allemaal direct beïnvloedt.

~ Nina Manny

In mijn lezingen en cursussen spreek ik er vaak over dat we allemaal verbonden zijn, dat wat iemand doet alle anderen werkelijk beïnvloedt. Nina zegt het mooi: onze kracht ligt in onze verbondenheid. De banden die ons verbinden zijn banden van liefdevolle spiritualiteit. Als we uit dezelfde energie bestaan, samengesteld zijn uit deeltje en golf en niet uit bloed en gebeente, dan beïnvloeden we elkaar – en niet alleen mensen – door wat we doen. Onze gedachten en daden hebben gevolgen, dus hebben we des te meer reden om liefdevol en meedogend te zijn, geen angst te hebben of schade te berokkenen. Ze scheppen onze bestemming en onze toekomst.

Nina's verhaal weidt prachtig uit over en verklaart de energetische koorden die ons verbinden. Maar er is nog zoveel meer. Ze bespeurt de alomtegenwoordige en liefhebbende tegenwoordigheid van haar overleden echtgenoot. Ze is zich bewust van de constante eeuwige wijsheid die genade, de hand van de hemel, ons schenkt, in verschillende vormen, hetzij door gidsen engelen, spirituele boodschappers, hetzij op tal van andere manieren. Ze heeft levens vol lessen, verlies, pijn en hoop herkend. En ze heeft me herinnerd aan een boodschap, lang geleden, van een Meester, doorgegeven via Catherine, op band opgenomen en beschreven in *Many Lives, Many Masters*. Het is een boodschap die me sindsdien altijd heeft gevoed en gemotiveerd.

Je nam terecht aan dat dit de passende behandeling is voor hen die in de lichamelijke staat verkeren. Je moet de angsten in hun geest verdelen. Het is verspilling van energie wanneer er angst is. Die verstikt hen waardoor ze niet kunnen vervullen waarvoor ze hierheen gezonden zijn ... Energie ... alles is energie. Er wordt zoveel verspild. In de berg heerst rust; het is kalm in het centrum. Maar de buitenkant is waar de moeilijkheden zijn. Mensen kunnen alleen de buitenkant zien ... Je moet diep naar binnen gaan ... Je moet de angst kwijtraken. Dat zal het beste wapen zijn dat je hebt.

Dat is waar Nina ons aan herinnert: 'Alle pijn komt voort uit angst.' Liefde en begrip lossen angst op.

De grote leraar Jon Kabat-Zinn leerde me een bergmeditatie. Ik denk er vaak aan, want het helpt me geaard te blijven, wat er buiten me ook gebeurt. Ik geloof dat het, juist

omdat de Meesters het zo lang geleden in het bovenstaande citaat hadden vermeld zo'n krachtig beeld voor me is.

Stel je een mooie berg voor, misschien met een met sneeuw bedekte top. Terwijl je ernaar kijkt, kun je zien dat hij een inwendige kern heeft waar constante rust en een constante temperatuur heersen, zodat wat er aan de buitenkant ook gebeurt het inwendige onveranderd blijft.

Stel je nu voor dat de jaargetijden komen en gaan. De zomer komt met bliksem, met stormen, met overstromingen en branden, maar in de berg blijft het doodstil, sereen en kalm. De zomer wordt herfst, met huilende winden en bladeren die van de bomen vallen; dan komt de winter met sneeuw en ijzige temperaturen; en ook die verandert in lente terwijl de sneeuw smelt en er lawines voorkomen. Toch blijft de inwendige kern, de prachtige ruimte diep in de berg, onaangeroerd door welk van deze veranderende seizoenen ook.

We zijn als de berg. We hoeven ons niet door uiterlijke gebeurtenissen van onze vreugde en harmonie te laten beroven, hoezeer de stormen ook woeden, hoezeer de wind ook huilt. We bezitten allemaal die innerlijke kern van rust en stilte. Hij is er elk moment dat we hem willen of nodig hebben. Door ons naar binnen te richten, krijgen we toegang tot zijn machtige genezende aanwezigheid. De berg, binnenin, is volmaakt – en wij zijn dat ook.

Stel je nu voor dat er toeristen naar de berg komen. Ze komen per trein, met het vliegtuig, met de auto, per boot en op andere manieren. En allemaal hebben ze een mening: Deze berg is niet zo mooi als die ene die ik elders heb gezien. Hij is te klein, of te hoog, of te smal, of te breed. Maar de berg kan het niets schelen, omdat hij weet dat hij de ideale essentie van berg is.

Nogmaals, wij zijn net als die berg. Wat mensen ook over ons zeggen, wat voor kritiek of oordeel ze ook naar voren mogen brengen en een spiegel noemen, we zijn reeds ideaal en goddelijk. We hoeven niet te worden aangetast door hun meningen, zelfs niet door die van mensen die onze naasten zijn, zoals onze familie, onze baas, of onze dierbaren. In die zin zijn we massief en geworteld in de aarde zoals de berg. We weten, diep in ons hart, dat we de perfecte essentie van een spiritueel wezen zijn. De woorden van anderen kunnen ons onze innerlijke rust en vreugde niet ontnemen tenzij we ze die macht geven.

Ik gebruik deze meditatie vaak om mezelf en anderen te herinneren aan onze grootsheid en adel, net als die van de mooie berg. Ook al zijn we dit gewoon vergeten, zijn we al volmaakt. Dat zijn we altijd geweest.

GELIEFD EN WAARDIG

De week in Omega in oktober 2010 raakte en opende mijn hart op zoveel manieren. Hij hielp me bewust te worden van zoveel dingen die ik vergeten was. Er vindt een nieuw ontwaken in me plaats dat me telkens tot tranen roert wanneer ik mezelf toesta stil te zitten en te beseffen hoe wonderbaarlijk we allemaal waarachtig zijn.

De eerste ochtend leidde dr. Weiss ons in een groepsregressie. Dit was niet mijn eerste regressie en ik verheugde me op een nieuwe ervaring van een vorig leven. Gewoonlijk word ik gewaar, voel en visualiseer synchroon met de woorden van de persoon die de reis begeleidt. Deze keer zag ik mezelf echter tot mijn verbazing zoals ik in dit leven op mijn huidige leeftijd ben. Ik stond in een ruimte waar alles gewoon wazig leek. Ik keek voor me uit en er leek een gordijn van mist te hangen. Er kwam een blote arm doorheen, die me bij de hand pakte en me mee nam door het gordijn.

Ik bleek oog in oog te staan met een oude vriend, Joe, die in de jaren zeventig was overleden, toen we twintigers waren. Joe en ik waren heel innig geweest met elkaar. Ik was trouwens voor of na hem nooit zo innig met iemand geweest. We waren elkaars vriend, geliefde en vertrouweling. We spraken vaak uren over de mogelijkheden van leven na de dood. We beloofden elkaar dat wie van ons als eerste zou overlijden naar de ander terug zou gaan om uit te leggen hoe het was. Uiteindelijk liepen we onszelf in de weg en raakten we – volkomen – uit elkaar.

Ongeveer een jaar later spraken Joe en ik elkaar telefonisch en het was duidelijk dat wat tussen ons was gekomen niet meer zo sterk was. Hij nodigde me uit om hem de eerstvolgende keer dat ik in Santa Barbara was op te zoeken. Ik zei dat ik dat zou doen, maar deed het niet. Ik was bang en hield mezelf voor dat ik meer tijd nodig had voordat ik hem persoonlijk kon ontmoeten.

Niet lang daarna kreeg ik een telefoontje van een wederzijdse vriend die me vertelde dat Joe zelfmoord had gepleegd. Ik was vol ongeloof. Ik werd kwaad en bedroefd en opnieuw kwaad. Had ik hem maar opgebeld toen ik in Santa Barbara was, dan zou dit misschien niet zijn gebeurd.

Tijd verstreek en Joe hield zijn woord. Hij kwam op bezoek, meestal 's nachts in levendige dromen. Soms gebeurde het ook, nadat ik met iemand had gesproken over hoe kwaad ik was dat hij zelfmoord had gepleegd, dat ik wakker werd van het schudden van het bed en ik zijn stem tegen me kon horen zeggen dat ik niet kwaad op hem moest zijn. Ik dwong mezelf niet langer hardop