

Lichtje.nu

Lichtje.nu

De magie van de liefde

Katinka Manders

Auteur: Katinka Manders

Coverontwerp: Jeroen Peetoom

Redactie: Catriona Ravelli

ISBN: 9789402101621

Website: www.lichtje.nu

Uitgegeven via Brave New Books

© 2013 Katinka Manders

Inhoud

Woorden van Hoop	7
Mijn Missie	9
Proloog	13
Gebed van Dankbaarheid	18
Woorden van Licht	20
Zo sta ik in het leven	24
<i>Deel 1</i>	
Hoe het ooit begon... onze uitdagende liefde	27
Ons eerste huwelijk: het ego overwint	31
Het weggeven van mijn levenskrachten	41
De impact van het collectief	45
Mijn ontdekking, mijn missie: <i>Lichtje.nu</i>	47
<i>Deel 2 Mijn acht mythische stappen</i>	52
Stap 1: Oproep tot het avontuur	53
Stap 2: Oude macht overwinnen	57
Stap 3: Bondgenoten en mentoren	68
Stap 4: Afdaling in de onderwereld	89
Stap 5: De ontdekking van de Graal	105
Stap 6: Dolksteek en verraad	121
Stap 7: Terugkeer naar het Licht	137
Stap 8: Meester van twee werelden	148
Ons Liefdesverhaal in de tijd geplaatst	165
Mijn Ankers	168
Woorden van Dank	171
Mijn wens: <i>Lichtje.nu</i> vorm geven in de wereld!	173
September 2013	175
Woorden van Kracht	179

***Toen ik me volledig overgaf, kwam ik bij de
onvoorwaardelijke liefde terecht.***

Dit boek draag ik op aan mijn grote liefde Gabor Heffer, en mijn kinderen Youp, Tommy, Sterre en Vlinder. Zonder jullie zou ik nooit in staat zijn geweest om te worden wie ik werkelijk ben.

Het is ook een ode aan mijn wilde, wijze oma. Ik zie nu pas hoeveel ik op haar lijk, en zij geeft via mijn moeder, en ik weer aan Sterre en Vlinder, de diepe vrouwenkracht van onze familie door...

Woorden van Hoop

Nooit zal ik onze eerste ontmoetingen vergeten. Ik zag een zeer sterke vrouw, die met velen de strijd aanging, zo ook met mij. In deze vrouw herkende ik mijzelf. Glimlachend dacht ik weleens: is haar achternaam ook de Boer? Wat ik ook voelde was dat er achter deze strijd, die een overlevingsstrategie was, ook een heel zachte kant zat. Vanbinnen zit het goed, ook zij heeft haar pad te gaan. Dit, Katinka, beschrijf je in dit boek.

Toen ik destijds het gedicht 'De Weg' van Dag Hammarskjöld las, was dat voor mij een enorme herkenning. En nu herken ik dit ook bij het lezen van jouw boek *Lichtje.nu*. De weg koos jou, kies jij ook haar...?

Om die weg te gaan is moed en kwetsbaarheid nodig. Jij beschrijft je bereidheid om deze te tonen. Dit is wat de wereld nodig heeft: vrouwen die hun vrouwelijk leiderschap naar buiten laten komen, zoals jij dat doet. Mijn grote wens voor de wereld is dat veel vrouwen minister-president van hun land worden en dat veel vrouwen op hoge posities komen. Want alleen de vrouwelijke energie kan de wereld redden. De mannen maken er met hun (nog steeds) te grote ego een puinhoop van. En natuurlijk is dit een generalisatie, maar de kern van de stelling is wel duidelijk.

Met je proces bewijs je ook hoe belangrijk het is om oude patronen te doorbreken. En met name wat dit weer voor onze eigen kinderen betekent. Wil je weten hoe het met de kinderen gaat? Kijk dan naar de relatie van de ouders.

Ik spreek de hoop uit dat veel mensen (vrouwen) je boek gaan lezen en er kracht uithalen om hun eigen proces aan te gaan.

Katinka, dank je wel dat ik dit voorwoord als man mocht schrijven. Ik ervaar dit als een eer.

Met liefde,

Bouke de Boer

Mijn Missie

Het is Michaëlstijd (29 september) en ik voel het tot in mijn tenen... Michaël is een van de aartsengelen en in het Nieuwe Testament wordt verteld dat er een strijd in de hemel plaatsvond. De aartsengel Michaël en zijn engelen vochten tegen de draak en zijn aanhangers: "En de grote draak, de oude slang, die ook duivel en satan wordt genoemd en die de wereld verleidt, werd overwonnen en uit de hemel in de diepte gestort." Hiermee overwon Michaël de machten van de duisternis. Het Michaëlsfeest roept de mensen op wakker te zijn, zodat zij het kwaad in de wereld doorzien en kunnen bevechten.

Het is niet voor niets dat juist nu mijn boek *Lichtje.nu* uitkomt. Al heel lang voel ik me geroepen om te gaan staan voor het erkennen van de vrouw in al haar kwaliteiten. Zij is de degene die in staat is om het Licht te verspreiden, zij is in staat om haar mannelijke zielshelft, die ze vaak naast zich heeft als haar partner, mee te nemen naar het Licht. "Achter iedere succesvolle man staat een sterke vrouw" is niet voor niets een bekende uitspraak. Zonder de kracht en het licht van de vrouw zijn veel mannen niet in staat om te doen wat ze nu doen. Toch is er nog weinig besef en erkenning voor deze "onzichtbare" steun die wij ze als vrouw geven. Het "kwaad" in de wereld houdt deze erkenning tegen en het is aan ons vrouwen om dit op een liefdevolle manier te "bevechten". Inmiddels is op grote schaal bekend dat de wereld "vrouwenenergie" nodig heeft om te kunnen overleven, om ervoor te zorgen dat de aarde weer in balans komt. We leven hier in het Westen nog steeds in een

mannencultuur. Door mijn zielenliefde te leven ben ik tot het uiterste uitgedaagd om deze taak op me te nemen, het is mijn taak als vrouw om mijn mannelijke zielshelft mee te nemen naar het licht. Vanuit onze westerse cultuur, die nog steeds een mannencultuur is, werd niet gezien hoe ik als vrouw deze tocht gelopen heb, en nog steeds bewandel, iedere dag weer. Het is een grote en uitdagende taak waarvoor we als vrouwen gesteld worden en er zijn nog maar heel weinig mensen die zich hiervan bewust zijn. Met mijn levensverhaal hoop ik vrouwen, en ook mannen, te inspireren. Het bewustzijn te vergroten op de erkenning van het vrouwelijke. Door mijn boek *Lichtje.nu* wil ik mijn steentje bijdragen aan het vergroten van dit bewustzijn.

Verder is het voor mij onbegrijpelijk dat er nog zo veel werkloze engelen op ons aan het wachten zijn. Ik noem ze mijn engelen, maar het maakt niet uit hoe we ze noemen. Het gaat erom dat er een enorme liefdevolle kracht voor ons mensen beschikbaar is, en dat veel mensen hier geen besef van hebben en elke dag met veel pijn en moeite de dag doorkomen. Wat jammer dat we "geleerd" hebben vanuit ons westerse systeem dat dit helemaal niet bestaat en dat je niet "cool" bent als je dit zegt. Wat zou mijn leven veel vermoeiender en slopender zijn als ik geen vertrouwen had in de hulp van de engelen. Vaak wordt mij gevraagd hoe ik aan zoveel energie kom. Ik heb weinig slaap nodig, vind het geen probleem als er kinderen wakker zijn en bij me komen liggen, ik vraag dan meteen aan de engelen of ze mij de volgende dag wat extra energie willen geven, ik voel me nooit moe na zo'n nacht. Iedere dag loop ik een grote ronde met Vlinder op mijn rug, een van de paarden aan de hand en de honden om

mij heen; heerlijk vind ik dat. Ik verzorg de paarden, het huishouden, vier kinderen, heb een prachtige vriendenkring, schrijf mijn boek, werk mee in Rice and Shine en ik voel me altijd energiek. Dit is de kracht van het Licht, van de engelen. Als ik leef volgens de wetten van het Licht, dan kan ik de energie maximaal ontvangen en leef ik mijn leven ten volle, iedere dag, iedere minuut. Het is niet aan mij om te bepalen wat iemand gelooft of hoe iemand in het leven wil staan. Maar door mijn ervaringen van de laatste jaren, heb ik zoveel vertrouwen gekregen in deze kracht dat ik heel graag wil delen hoe je in contact komt met deze kracht. Ieder mens heeft een vrije wil gekregen, dat is prachtig, je kunt dus altijd zelf kiezen. Ik denk wel dat het ongelooflijk jammer is als je geen gebruik maakt van deze energiestroom die voor ieder mens beschikbaar is. Je hoeft alleen de stekker in het juiste stopcontact te steken.

Als je keuze is dat je wilt leven vanuit het Licht, dan vraagt dat wel van ons dat nu we de juiste informatie kunnen ontvangen, hier ook gehoor aan geven. We hebben de verantwoordelijkheid gekregen om ook te handelen. In het begin is dat heel eng, omdat je nog weinig ervaring hebt in het zomaar volgen van je intuïtie, je gevoel, dat wat de engelen ons "influisteren". Vooral in het begin vraagt dit moed, en is het handig als er iemand is die je als "lichtcoach" kan bijstaan. Het moet iemand zijn die al wat langer leeft volgens de wetten van het licht, zodat deze kan "meevoelen" of je de informatie vanuit het "licht" wel op de juiste manier vertaald en ontvangen hebt. De engelen werken vaak met terugkerende gedachtes, ingevingen, dromen, etc.

Voor informatie over lezingen en workshops van *Lichtje.nu*
verwijs ik je naar de website: www.lichtje.nu

Proloog

Uit: *God heeft lipstick op* van Karen Berg (vanuit Kabbala):

Een vrouw kiest ervoor om te incarneren – om terug te keren naar de wereld van Malchut – om het mannelijke aspect van haar ziel te helpen bij het corrigeren van zichzelf.

Misschien kijk je naar je echtgenoot en denk je: "Ben ik vrijwillig gekomen voor hem? Hoe kan dat?" Vaak hebben we dat gevoel, omdat we leven in een fragmentarische wereld en het niet gemakkelijk is om in verbinding te komen met ons gevoel van spiritualiteit. Maar onze ziel voelt dit levensdoel en kent de oorspronkelijke reden voor de aantrekkingskracht wel."

Dit is de grootste taak in mijn leven. Gabor is mijn mannelijke zielenhelft. Pas toen ik helemaal verbonden was met mijn eigen ziel, wist ik dat ik terug moest naar hem, hoe uitdagend onze levenspaden ook zijn. Ik hoor bij hem en hij bij mij. Haat en Liefde zitten in hetzelfde potje. Het is aan mij om het Licht van de Liefde bij Gab en mij ook echt te laten schijnen. Op mijn "eigen wijze" kijk ik naar mijn leven, naar ons leven samen. Mijn waarheid heb ik altijd voor me gehouden, uit angst voor de oordelen van hen van wie ik hou. Nu zo dicht verbonden met mijn ziel, voel ik de kracht en de moed om te zijn wie ik ben, niet meer en niet minder. Dit is mijn verhaal, een verhaal over een ongekende zielsliefde, en de weg die ik daarvoor moest gaan. Nu weet ik dat alles precies is gegaan zoals het bedoeld was. Ik geloof erin dat het leven me leidt, dat ik alleen maar hoeft te volgen, en te luisteren naar de subtiele signalen die me gegeven worden

vanuit het Licht. Het vraagt moed en vertrouwen om me iedere keer over te geven aan wat is. Ik ben trots op mezelf, op Gab, op onze kinderen.

Toen ik een stuk las over Ghandi, dacht ik: "Ja, dit is het, dit is waar ik voor leef." Ghandi wijdde zijn leven aan het vinden van de waarheid. Hij had een hoger doel, het dienen van de waarheid, die hij meestal "God" noemde. Zo voelt dat ook voor mij, zonder me te willen vergelijken met een groots man als Ghandi. Maar het volgen van de waarheid, het volgen van de stem van God is waar ik voor leef. Ik kan niet anders, en ik wil niet anders. Inmiddels heb ik zoveel vertrouwen gekregen in deze waarheid, de weg van de liefde, dat het niet meer voelt als een beproeving, maar als een fantastische manier van leven. Het geeft me zoveel rust, liefde, vertrouwen en een prachtig leven, dat er nog maar weinig momenten van angst of verdriet zijn. Als ik mijn lichtje aan heb, dan kan ik de signalen van God horen en voel ik me zeer krachtig. Als ik mijn lichtje uit heb, dan voelt het leven als moeizaam, angstig en vermoeiend.

Dit boek gaat over "de waarheid", het is mijn vertaling van de waarheid, die me van bovenaf is gegeven. Het durven volgen van deze waarheid heeft me gebracht bij wat ooit als "Mission Impossible" werd bestempeld, namelijk het leven van de liefde met mijn mannelijke zielshelft. In onze nieuwe relatie bestempelen we onszelf als "Rice and Shine", tevens de naam van ons nieuwe bedrijf. Als ik deze liefde niet zou kunnen leven, zou mijn leven diep van binnen "zinloos" zijn, omdat ik voel dat dit mijn grote levensdoel is. Ik heb sterk het gevoel dat dit voor heel veel vrouwen geldt. Zij zijn hier om hun mannelijke zielshelft mee te nemen naar het Licht,

zonder onszelf te verloochenen. Dat vraagt van ons vrouwen dat we alles in dienst stellen om dit hogere doel te bereiken, en dat kan in mijn ogen alleen als we hierin gesteund worden door het grote Licht. Het is een noodzaak voor al deze vrouwen om hun lichtje aan te steken en te luisteren naar de stem van het Licht. Het durven volgen van deze waarheid, ongeacht de consequenties, vraagt lef en moed. Maar ik weet uit ervaring dat als je deze weg bewandelt, het eigenlijk "vanzelf" gaat. Je wordt gedragen door het Licht, iets wat veel groter is dan wij.

Als vrouw voel ik mij niet méér dan een man, we hebben elkaar nodig om het licht te laten schijnen. Wel voelt het als mijn taak, als vrouw, om de man mee te nemen naar het licht. Het grote verschil is dat wij al weten hoe het werkt, wij zijn al in staat om vanuit het licht te leven. De grote uitdaging voor mij blijft dan ook dat ik me niet laat meeslepen naar het donker. Dat ik me iedere keer afvraag: wat wil het Licht nu van mij, op dit moment?

Leven met je lichtje aan maakt alles mooier, makkelijker, liefdevoller. Het is zo simpel om vriendelijk te zijn, om iets liefs te zeggen, een liefdevol gebaar te maken. Als je dit doet, gaat het licht direct harder schijnen. Als je loopt te klagen, te mopperen, als je geen dankbaarheid voelt voor wat er is, dan word je meegezogen in een donkere spiraal, die je steeds verder naar beneden trekt. Leven met je lichtje aan betekent vooral de moed hebben om te doen wat nodig is. Mijn moedigste stap was mijn liefde opnieuw aan Gabor bekennen, op het moment dat onze scheiding net definitief was uitgesproken. Ik voelde me zeer kwetsbaar, maar het licht heeft me geholpen en het werd een van de mooiste

momenten uit mijn leven. Onze ogen ontmoetten elkaar eindelijk weer en we voelden beiden hoe het echt zat. Deze liefde zit zo diep en is zo puur, dat het leven zinloos zou zijn, als ik dit niet kon leven. Juist de scheiding, juist de stap om weg te gaan, waren stappen uit liefde, stappen vanuit het licht en uiteindelijk moesten we deze weg bewandelen om ten diepste te voelen waar ik voor wil gaan. Het leven is niet bedoeld om dit soort dingen uit de weg te gaan, het is bedoeld om dingen aan te gaan. Ik zie mensen vaak de makkelijke weg kiezen, niet de verantwoordelijkheid nemen om te leven wat ze eigenlijk wel weten.

Ook het publiceren van dit boek vraagt moed van mij, omdat het veel makkelijker is om het niet te doen, niet alle confrontaties aan te gaan met de mensen die er wat van gaan vinden op hun eigen manier. Maar het zou jammer zijn voor al die mensen die er wel inspiratie uit kunnen halen voor hun eigen relatie, die dingen herkennen uit mijn boek en daardoor ook weer meer begrijpen van hun eigen leven. De meerwaarde van het wel doen is hopelijk zo veel malen groter dan de risico's om het niet te doen. Hoeveel mensen zijn er niet bezig met persoonlijke ontwikkeling, en wanneer maak je nu de stap om dit ook echt te gaan leven, iedere minuut, ieder uur, iedere dag, afstemmen op wat nodig is? Leven vanuit angst, om vast te houden wat je "denkt" te bezitten, dat gaat uiteindelijk mis. Een vaag gevoel van ontevredenheid, een oppervlakkige relatie, zakelijk minder succesvol zijn, etcetera. Veel mensen kiezen nog steeds voor zekerheid, volgen het systeem, dat wat "hoort". Ik leer mijn kinderen nu al: *Fuck the system*, volg je eigen hart, wees lief voor een ander, maar laat die ander niet bepalen hoe jij moet leven,

durf te vertrouwen op je intuïtie, op je lichtje, je universele kompas!

De afgelopen twee jaar zijn zeer intens geweest, met veel grote gebeurtenissen. Doordat ik in contact bleef met het Licht, en steeds meer daarop durfde te vertrouwen, kwamen er allerlei prachtige momenten op mijn levenspad, het licht ging steeds harder schijnen in mijn leven. Hoe groter de uitdaging wordt om de kant van het licht te kiezen, des te groter is ook de beloning van het licht. Nu ik zo goed begrijp hoe ik in staat ben om te leven vanuit het licht, wil ik niets liever dan dit verspreiden, het delen met iedereen die ook wil leven vanuit het licht: ***Lichtje.nu!***

Gebod van dankbaarheid

want wij zijn blij met wat wij van gevaarlijke oude vrouwen en hun wijze en wilde dochters hebben gekregen

En voor de geliefde dochters... Voor hen die opnieuw leren heel en wijs te zijn - of heel en wijs worden voor de allereerste keer... Bijgevolg voor alle grote, oude vrouwen die aanvoelen dat zij niet kunnen bestaan zonder de jongeren om met hen te mediteren, aan hen en van hen te leren, om humor in hen te vinden en het vermogen om te steunen en te geven... En zodoende voor alle jonge vrouwen die aanvoelen dat ze minder goed zouden leven zonder de essentie van een Don Quichotachtige en iets wijzere vrouw om met hen te mediteren, aan hen en van hen te leren, om humor in hen te vinden en het vermogen te steunen en te geven.

Derhalve voor alle jonge, middelbare en oudere dochters die nu voor de eerste keer, voor de zoveelste keer of voor de laatste keer naar de haardvuren van de grootmoeders komen... voor alle grootse dochters en alle grootse oude vrouwen die het vuur van deze wisselwerking brandend houden door middel van brieven en boeken, lessen en bijeenkomsten, uitspraken en uitroepen, reizen met capes en veren in hun hoeden, en met eenvoudige nabuurschap... Van alle prachtige vrouwen, jong, oud en middelbaar, die elkaar opzoeken, die zich inspannen om moeder-zuster-dochter voor elkaar te zijn, die inzien dat zij El Refugio, een waar toevluchtsoord voor elkaar zijn... voor hen die inzien dat zij samen zijn zodat degene met minder ervaring en degene met meer ervaring altijd de weg naar huis kunnen vinden... huis, thuis: die zielenplek die duurzamer wordt bewoond als een

*vrouw haar jaren van wijsheid rondom zich verzamelt... thuis:
elke plek waar behoefte, beschutting en verheffing is van...
liefde...*

Voor hen...

Voor al hun pelgrimstochten-ondernemende harten....

*Mogen zij elkaar altijd vinden en elkaar niet links laten liggen,
Maar bij elkaar in de buurt blijven en elkaar versterken,
En daardoor de grenzen van en de toegangen tot de
wereldziel
Die hen gegeven is om erover te waken.*

Uit: *De dansende grootmoeders* van Clarissa Pinkola Estes

Dit boek ziet het licht op 12 oktober 2013, de verjaardag van mijn oma. Dit boek voelt als een ode aan haar, want zij leefde als een wilde vrouw, haar tijd ver vooruit. Ik heb altijd een speciale band met haar gevoeld en ook al is ze inmiddels overleden, deze band voel ik altijd, en ik weet dat ik haar genen bij me draag. Ik mocht haar geheim onthullen en Vlinder maakt dat alles weer kan stromen. We krijgen altijd de kans om het oude te herstellen, aan ons de vraag of we de moed hebben om dit te doen.