

Luisteren naar jezelf

Een nieuwe manier van leven houdt in dat je luistert naar jezelf. Dat zijn de meeste mensen niet gewend, luisteren naar zichzelf. Al vanaf de geboorte word je aangeleerd te luisteren naar anderen. Anderen vertellen je wat je moet doen en bepalen jouw ritme. Wanneer je eet, wat je eet en hoeveel je eet. Niet ieder kind is gelijk, toch moeten ze allemaal op dezelfde leeftijd dezelfde hoeveelheid melk drinken, op dezelfde leeftijd aan een vast hapje beginnen en later, op dezelfde tijd naar school. Mensen luisteren niet meer naar hun lichaam. Dat hoeven ze ook niet. Er wordt, bijvoorbeeld, van kinds af aan gezegd: 'Snuit je neus!' Kinderen hoeven niet zelf te signaleren dat ze een vieze neus hebben en daar de conclusie uit trekken dat ze moeten snuiten. Nee, ze worden hierop geattendeerd en vervolgens voeren ze de opdracht uit. Op deze manier - eten wanneer het moet, snuiten wanneer het moet - zijn mensen zich steeds minder bewust wat hun lichaam hen te vertellen heeft. Pas drinken als je heel erg dorst hebt of omdat er een pot thee klaarstaat als je uit school komt of omdat het koffiepauze is. Het is echter belangrijk regelmatig te drinken in plaats van op vaste tijden. Het is belangrijk om te blijven luisteren naar de signalen van het lichaam, zodat je alert blijft en weet wanneer er iets mis is. Door goed te luisteren naar het lichaam kun je ook het zelfherstellende vermogen aanspreken. Zo wordt er bijvoorbeeld te laat rust genomen en raken mensen oververmoeid of worden ziek. Een oververmoeid lichaam is vatbaar voor ziekten. Reageert men echter wel op lichaamssignalen en neemt men op tijd de rust die hard nodig is, dan krijgen ziekten veel minder kans om een aanslag te doen op het lichaam. Het lichaam wordt, als veel signalen genegeerd worden, zelfs stopgezet. Maar wat is de reden dat men niet meer luistert? Waarom laten de meesten het zover komen dat ze niet gelukkig zijn in hun baan, hun relatie, hun huis of met hun vrienden en/of familie. Omdat jullie is geleerd je aan te passen. Je moet luis-

teren en lief zijn, niet in opstand komen! Je moet gehoorzaam zijn en als je ergens geen zin in hebt, dan maak je maar zin! Het zou mooi zijn als alle kinderen mogen opgroeien in een omgeving waar zij zichzelf mogen zijn. Waar het kind gezien en geaccepteerd wordt zoals het is. Een kind dat kan aangeven wanneer het wel en wanneer het niet goed met hem gaat. Een kind dat weet met wie hij wel en met wie hij niet wil omgaan, gewoon omdat de een wel goed voelt, en de ander niet. Een kind dat mag leren op de manier zoals bij hem past en niet omdat iedereen zo leert. Zodra de mensheid dat kan voorleven, door te leven met hart en ziel, wordt de ruimte geboden aan alle kinderen die nu nog geboren moeten worden en hopelijk aan de kinderen die er al zijn, dat zij zichzelf mogen zijn.

Door het feit dat mensen weer gaan luisteren naar hun lichaam en voelen wat goed voor hen is, zal Moeder Aarde weer de plaats innemen die ze verdient. Mensen die voelen hebben niet de behoefte aan veel en groot en meer dan de buurman. Mensen die voelen blijven bij zichzelf en genieten daarvan. Moeder Aarde is de laatste jaren door de mens te gronde gericht en de gevolgen blijven dan ook niet uit. Moeder Aarde maakt zichzelf schoon en doet dit door middel van overstromingen, vulkaanuitbarstingen en ander natuurgeweld. Mensen die bij zichzelf blijven, voelen dit aankomen en zoeken bijtijds een veilig heenkomen. Mensen die niet kunnen voelen, gaan ervan uit dat het allemaal niet zo een vaart zal lopen en vinden het belangrijker bij hun aardse bezittingen te blijven. Op deze manier leren die mensen een harde les. De mensen die voelen zullen niet zeggen: 'Zie je wel.' Nee, zij zullen andere mensen helpen om hun overtuigingen kwijt te raken die te maken hebben met het hechten aan aards bezit. Door te delen en door te helen kunnen zij veel mensen bereiken en de aarde op een hoger plan brengen.

Kinderen van Nu

Gevoelige mensen hebben gevoelige kinderen. Het feit dat er zo veel kinderen worden geboren met huidaandoeningen, overgevoeligheid voor voedsel en andere intoleranties, of deze op jonge leeftijd ontwikkelen, heeft weinig te maken met slechte voeding, maar alles met de gevoeligheid van het kind. Zodra er wordt gekeken naar de gevoeligheid van het kind, kunnen de belemmeringen worden weggehaald. Een gevoelig kind kan huiduitslag krijgen, niet van de melk, maar van het niet (h)erkend worden in zijn hooggevoeligheid. Alle indrukken moeten een uitweg krijgen. Een kind dat niet gehoord wordt, uit zich door ziek te worden. Hoeveel ouders zijn zich bewust van het feit dat hun kind hooggevoelig is? Hoeveel ouders weten hoe zij daarmee om moeten gaan? Wij, De Gidsen, geven het antwoord: veel en veel te weinig. Door het niet verkrijgen van de erkenning die deze kinderen nodig hebben, worden ze ziek. Deze kinderen kunnen door de beperkingen die hen worden opgelegd niet optimaal functioneren. Zij worden opgevoed als alle andere kinderen, maar zij zijn niet als alle andere kinderen. Zij zijn wijs, zij worden alleen niet als zodanig herkend. Kinderen die bij zichzelf zijn gebleven, weten wat zij wel en niet kunnen eten. Kinderen die bij zichzelf zijn gebleven, voelen wat wel en niet goed voor ze is. Zij moeten echter wel de ruimte krijgen dit te uiten. Een dergelijk kind mag niet terecht worden gewezen als zijnde lastig. Nee, er moet geluisterd worden naar deze kinderen, zij kunnen prima voor zichzelf zorgen. Een kind dat mag kiezen, zal fruit pakken en niet heel veel snoep. Veel snoep pakken ze pas als snoep als beloning wordt gezien. Er wordt dan tegen ze gezegd: 'Nu ben je lief geweest, nu mag je een snoepje.' Of: 'Als je lief bent dan krijg je een snoepje.' Kinderen die weten dat als ze zin hebben in een snoepje, zij dit mogen pakken, zullen niet veel snoepen. Dit moet dan echter vanaf het begin van de opvoeding als zodanig worden aangeboden.

De zin van ons leven

Door alle veranderingen die er op dit moment gaande zijn, is menig mens de weg kwijt. Men is op zoek naar zichzelf en naar de zin van het leven. Dit is goed te verklaren. Mensen leven met oude gewoonten en tradities, zo zijn ze immers opgevoed. Voor veel mensen voelt dit echter niet goed meer. Zij weten dat er iets aan schort, maar kunnen de vinger er niet op leggen. Dit is heel begrijpelijk. Veranderingen worden niet van tevoren aangekondigd zodat mensen hierop kunnen anticiperen, nee, ze komen gewoon. Wij vinden het gewoon en noemen het ook gewoon, maar voor de mensheid is het een essentiële stap in een andere richting. De richting waar Wij op doelen is de richting naar onverdeeld geluk. Deze is echter moeilijk te herkennen voor mensen die vast willen houden aan het oude. Zij krijgen het erg moeilijk. Door de veranderingen in jezelf tegen te houden ontstaat er namelijk een worsteling waardoor veel mensen zich zeer onaangenaam zullen gaan voelen. Sommigen van hen worden stilgezet door ziekte, zodat zij alle tijd hebben om te overdenken of hetgeen zij willen eigenlijk wel goed voor hen is. Anderen gaan stug door, tegen alle gevoelens in. Zij leiden een zwaar leven. Het genot dat zij hadden van hard werken en veel geld en spullen, geeft hen niet meer de voldoening van voorheen. Zij willen meer en meer, maar bereiken niet wat zij willen bereiken: vrede in zichzelf en met de wereld. Om innerlijke rust te creëren, is het belangrijk te luisteren naar je gevoel. Dit doe je door stil te zijn. Heel eenvoudig, stil zijn en voelen. Ben ik gelukkig? Wat kan ik veranderen? Een baan opzeggen die veel te belastend is, kon niet in de oude tijd. In de Nieuwe Tijd is dit juist van belang. Vertrouwen is het toverwoord. Vertrouwen dat het goede op je pad komt. Dat je de baan krijgt en het inkomen waar je je totaal gelukkig bij voelt, waarbij je jezelf mag zijn en het leven kunt leiden dat je zo graag wilt. De enige die dit in de weg kan staan ben je

zelf. Het is zo belangrijk om volledig te vertrouwen op jezelf, op je gevoel en op het feit dat het leven op aarde comfortabel mag zijn. Onze ouders en grootouders hadden de overtuiging hard te moeten werken voor hun geld. Een principe dat helemaal losgelaten mag worden. De Nieuwe Tijd is een tijd van moeiteloosheid en genieten.