

Van een haastig bestaan naar dieper inzicht

Paranormale/spirituele boeken van spiritueel schrijver en paragnost Ron Malestein.

Website: www.malestein.info

Telefoon praktijk: 06 – 40 79 10 11.

Allerlei paranormaliteiten

Beginnersboekje met uitleg over de paranormale wereld.

Paranormale momenten

Voorbeelden van paranormale ervaringen (voor jong en oud).

Van een haastig bestaan naar dieper inzicht

Over interessante (spirituele) bewustzijnszaken.

Telepathie, ook een onderdeel van jouw leven?

Dit boek geeft een goed beeld over het ontvangen van paranormale boodschappen.

Jezelf leren afsluiten voor allerlei energieën

Tips en oefeningen om jezelf beter te leren af te sluiten.

Tips voor een vermoeide aura

Uit paranormaal en spiritueel oogpunt bekeken.

Liefde en spiritualiteit (door de ogen van een helderziende bekeken)

O.a. waarom hebben we een korte of een lange relatie?

New age zaken

Over bijzondere en actuele Nieuwetijds thema's.

Karma of vrije wil?

Karma en in hoeverre kan je spreken van een vrije wil?

Van een haastig bestaan naar dieper inzicht

(over hedendaagse bewustzijnszaken)

Ron Malestein/uitgeverij De Aura Dordrecht

Titel boek: Van een haastig bestaan naar dieper inzicht
Auteur: spiritueel schrijver/paragnost Ron Malestein

© 2019, Ron Malestein/uitgeverij De Aura Dordrecht
Info websites: www.deaura.nl of www.malestein.info

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd,
opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand
en/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.

Inhoudsopgave:

Woord vooraf	8
Hoofdstuk 1 - Heelzijn	10
Je eigen pijn voel je het hardst	10
Wat je wel hebt	12
Te grote verwachtingen	13
Toon meer blijheid en dankbaarheid	14
Toeval of zelf veroorzaakt?	15
Hoofdstuk 2 - Diverse problemen met anderen	17
Onder invloed van anderen	17
Opnieuw werken aan je toekomst	18
Geluidsoverlast	19
Drankmisbuik	20
Blijf aan je huwelijk werken	22
Problemen met je partner	24
Maak tijdig goede afspraken	27
Een zieke partner	29
Vraag om extra steun	31
Hoofdstuk 3 - On-rust	33
Voorzorgsmaatregelen	33
Onrustige energie	34
Een gezonde slaap	35
Geneeskrachtige kruiden bij onrust en slaapproblemen	37
Een praktijkgeval	38
Hoofdstuk 4 - Bewustzijnszaken in vogelvlucht 1	40
Vecht voor je eigen identiteit	40
Zekerheid	42
Onder te grote druk	44
Echte aandacht	45
Richt je op het positieve	47
Zoek rustig naar een uitweg	48
Te snel in het diepe	50
Gedachten zijn ook energieën	51
Hoofdstuk 5 - Bewustzijnszaken in vogelvlucht 2	54
De kerk is verouderd	54
Vrijgevochten land	57

Liever milieuvriendelijke brandstoffen.....	58
Geeststof	60
Te groot verschil in welvaart en welzijn.....	62
Hoofdstuk 6 - Geheime leer, gelukkig niet meer	64
Veel toegankelijker	64
Minimale controle	65
Een innerlijke roep	67
Vanwege verschillende bewustzijns niveau's.....	69
Wennen aan het idee van overgaan.....	73
Afstand en tijd zijn illusies	76
De aarde een oord om te leren	78
Hoofdstuk 7 - Medicijn gebruik.....	81
Opwaardering van geneeskrachtige planten	81
Meer aandacht voor afbouwen van medicijnen	82
Praktijkgeval	84
Hoofdstuk 8 - Meditatie	87
Een weg naar meer harmonie.....	87
De eerste stap is moeilijk	88
Meditatie oefeningen (visualisaties)	89
Hoofdstuk 9 - Luisteren naar je binnenste	92
De innerlijke stem	92
De eerste indruk/intuïtie.....	93
Zakenmensen en intuïtie	94
Intuïtie zintuiglijk of parazintuiglijk?	96
In de kern is iedereen paranormaal	97
Enkele vormen van paranormaal verkregen indrukken	102
Intuïtie of toeval.....	103
(Symbolische) beelden.....	104
Vreemde gezichten	106
Een waarschuwende droom	107
Onverwachts bezoek	108
‘Brieven aan Tineke’	110
Hoofdstuk 10 - ‘Weer tussen de mensen’	112
De eerste stap	112
Creativiteit	116
Goede energie	118
Hoofdstuk 11 - De dood.....	123

Verdiel nooit wegdrukken	123
Reïncarnatiegedachten	125
Maak het ook voor kinderen bespreekbaar	126
Een praktijkgeval	127
Hoofdstuk 12 - Op zoek naar het alternatieve	131
Angst voor het onbekende	131
Nieuwe tijds gedachten	134
Er ook werkelijk naar leven	138
Hoofdstuk 13 - 'Nieuwe' geneeswijzen.....	140
Niet afhankelijk maken	140
Erkennen	141
Geen zoete inval.....	143
Goede voorbereiding/charlatans	145
Enkele alternatieve therapieën in het kort	148
Hoofdstuk 14 - Bijzondere gaven	154
Magnetische krachten	154
Twee voorbeelden uit mijn praktijk:.....	160
Een zetje.....	161
Lichtuitstraling rond mens en dier	163
Psychometrie.....	165
Hoofdstuk 15 - Krantenartikelen	168
Signalen uit de krant	168
Huisartsen schieten tekort/jongeren met problemen.....	168
Door lijkwade verlost van zonde	170
Verboden te stemmen	172
'Landschapbeheerders'	173
Hoofdstuk 16 - De jeugd en de toekomst	175
Méér begeleiding nodig	175
De invloed van de televisie	176
Nawoord.....	179

Woord vooraf

In dit boek *Van een haastig bestaan naar dieper inzicht* tref je allerlei bewustzijnszaken aan die op jouw eigen leven kunnen slaan. Het is de bedoeling om meer inzicht in het leven met de daarbij behorende levensvragen te geven. Als je iets leest wat betrekking heeft op je eigen leven dan kan dat een bijzonder goed gevoel geven. Je ziet dat je er niet alleen voorstaat, we hebben allemaal onze strijd te leveren. Het is belangrijk datgene wat je ervaart met anderen te kunnen delen. De oudere generaties onder ons liepen vaak vast, omdat er geen aandacht aan hun persoonlijk gevoel werd geschonken. Zij moesten gewoon maar meelopen en hadden geen enkele inbreng. Gelukkig is er vandaag de dag veel veranderd. Er is meer aandacht voor eigen persoonlijk gevoel of mening en er is meer ruimte gekomen om onszelf te ontwikkelen.

In dit boek word je in een vogelvlucht met allerlei problemen en (paranormale) bewustzijnszaken geconfronteerd. Het kan een aanzet en stimulans zijn om verder te groeien.

Wees vooral bewust van je eigen mogelijkheden en kijk niet tegen een ander op. Het leven is één grote zoektocht naar liefde (genegenheid) en kennis (zelfinzicht).

Haal eruit wat je op dat moment goed kunt gebruiken laat de rest even rusten. We kunnen maar één stap tegelijk zetten. Neem de tijd voor iets en werk het goed uit. Op het pad van geestelijke ontwikkeling kan je toch geen stappen overslaan. Respecteer elkaars mening en tempo

van groeien. Volg vooral je eigen koers. Je kunt het allemaal alleen maar op jouw eigen unieke manier doen. Ik hoop van harte dat je er zaken uit kunt halen die voor jou van betekenis zijn en dat het je in moeilijke tijden zal sterken.

Tot slot: de namen die ik in de praktijkgevallen heb gebruikt zijn fictief, dit is om de privacy van de personen te beschermen. De aangehaalde voorbeelden kunnen eigenlijk op iedereen slaan.

Ron Malestein, (paragnost/helderziende en magnetiseur), 2019.

Hoofdstuk 1 - Heelzijn

Je eigen pijn voel je het hardst

Hier in het westen ervaart de jeugd het leven meestal als redelijk zonnig. Op andere plaatsen in de wereld kan het voor jonge kinderen al vroeg mislopen. Te denken valt aan honger en kinderarbeid. Maar over het algemeen voelt een kind zich vrij en blij; dat is nodig want anders loopt het kind groei- en gedragsstoornissen op. Kinderen kunnen zich nog lekker ‘heel’ en ‘vol’ voelen. Naarmate ze ouder worden wordt het moeilijker om dat ‘heelzijn’ vast te houden. Het is maar net in hoeverre men tegen teleurstellingen en tegenslagen bestand is. We reageren allemaal zo op onze eigen wijze op voor- en tegenspoed. We krijgen in het leven allemaal veel te verduren. Soms lijkt het erop dat jij persoonlijk meer ellende te verwerken krijgt dan een ander. Dit kan in sommige gevallen wel zo zijn. Je eigen pijn voel je nog altijd het meeste en de één kan meer in zijn leven hebben dan de ander. Persoonlijk geloof ik dat in het gezegde: ‘kruis naar kracht krijgen’ een kern van waarheid zit. Je kunt je hoofd breken over het feit of er een centrale macht in het universum is, die onze levens overziet en regelt, of dat alles louter toeval is.

Bij sommige mensen lijkt het er zo op het oog op dat het goed met ze gaat; ze hebben een leuk gezin, goede contacten, een grote woning en een aardige auto. Je zou dat jezelf ook willen wensen. Je kunt je hierin behoorlijk vergissen, want wat je ziet is waarschijnlijk niet meer dan de buitenkant. Er kan zich veel bij mensen iets afspelen wat misschien niet naar buiten mag of kan komen.

Bijvoorbeeld voor het oog onzichtbare chronische ziekten of vervelende ouders, broers of zussen. Ik wil hiermee zeggen: laat je niet te veel afleiden door het uiterlijk. Ieder mens heeft in zijn leven een bepaalde hoeveelheid sores te verwerken. De kunst van het leven is om zo veel mogelijk 'heel' te blijven of na verdrietige momenten weer zo snel mogelijk 'heel' te worden. Wij mensen laten ons door van alles gemakkelijk afleiden. We zouden langer moeten genieten van de goede momenten in het leven en dat gevoel zo lang mogelijk proberen te koesteren. Wij zijn doorgaans veel te veel op onze hoede voor nieuwe problemen. Op deze wijze kun je je nooit lang goed voelen. Als het voor korte of langere tijd goed gaat bederf je in feite zelf vaak de goede momenten door je eigen 'verkeerde' gedachtegang. Over het algemeen kom je vaak mensen tegen die door de vele problemen in het leven uiteindelijk erg vermoeid, depressief of gedesillusioniseerd zijn geraakt. Ze missen vaak kracht om door te gaan en wantrouwen alles en iedereen. Langdurige problemen zijn zenuwvretend, het gooit je ondersteboven. Toch vind ik dat mensen nogal gemakkelijk zelfmedelijden hebben en de wereld te veel door een donkere negatieve bril zien. Zou het niet beter en veel gezonder zijn om van de positieve dingen van het leven uit te gaan! Het is prettiger om van de dingen uit te gaan die je wel hebt dan die je niet hebt. We vergeten door onze problemen de leuke dingen en momenten van het leven. Je kunt gerust zeggen dat het leven vaak bijzonder zwaar is, het kan enorm tegen zitten, alsof er maar geen einde aan lijkt te komen. Als je door pijn of gebrek aan vertrouwen jezelf door een verkeerde manier

van denken in nog meer negativiteit dompelt dan kom je er helemaal niet meer uit. Het valt niet mee om zelf uit zo'n zware bui te komen. Soms heb je medicijnen nodig om jezelf te beschermen.

Wat je wel hebt

Het is een merkwaardig verschijnsel dat, wanneer er problemen zijn, men zich in stilte terugtrekt. Net alsof de wereld voor die periode niet meer bestaat. Je kunt altijd een ander opzoeken en je verdriet kenbaar maken. Misschien wil de ander het verdriet wel met je delen.

Het is zo jammer dat er zo weinig bekend is over de uitwerking van onze gedachten. We weten in verhouding veel meer over het functioneren van het stoffelijk lichaam dan van onze eigen geest. Als we eenmaal de sleutel vinden om positiever te denken en meer van het goede in het leven uit kunnen gaan, dan is vaak de helft van de moeilijkheden en problemen al overwonnen. Het is maar net hoe je naar de problemen kijkt: negatief of positief. Van problemen in het leven krijg je meer inzicht in jezelf. Door onwetendheid brengen we onszelf vaak in de problemen. We klagen liever steen en been dan dat we het probleem met beide handen willen aanpakken. De mens is een raar gecompliceerd wezen. Als men iets pertinent wil dan wringt men zich in allerlei bochten om het doel maar te behalen. We zijn daar bijzonder creatief en vindingrijk in. Maar als we zelf in de problemen zitten dan geven we niet thuis. Ons gedrag is soms volstrekt onlogisch. Niet zelden raken we, door onze handelingen de draad kwijt. Ga in ieder geval uit van hetgeen je wel

hebt. Kijk je alleen naar wat je niet hebt dan gaat al het andere moois in een grauwe mist verloren.

Te grote verwachtingen

Tijdens de puberteit hebben we allemaal een flinke portie verwachtingen van het leven. De één zal meer noten op z'n zang hebben dan de ander. Niemand is gelijk. We hebben allemaal onze eigenaardige wensen. Niet alles kan serieus genomen worden. Gelukkig verdwijnen sommige wensen vanzelf naarmate we ouder worden. Veel mensen houden van dagdromen of hebben een levendige fantasiewereld. Fantaseren is gezond, zolang je maar de werkelijkheid van de fantasie kunt onderscheiden. Dit is een groot probleem voor sommige mensen. Van verwachtingen kun je behoorlijk teleurgesteld raken. Niet dat je geen verwachtingen over iemand of over bepaalde zaken mag hebben. Het is vaak zo, dat hoe groter de verwachting hoe groter de teleurstelling. Natuurlijk horen teleurstellingen bij eenieders leven, we leven tenslotte niet in een paradijs. Het is wel belangrijk dat je jezelf een beetje afschermt door je voor te bereiden op de nodige teleurstellingen in het leven. Het is een naar gevoel om grote verwachtingen te hebben waar in praktijk niet veel van terecht komt. Grote verwachtingen veroorzaken dikwijls grote teleurstellingen en irreële verwachtingen ook.

Om jezelf te beschermen tegen te grote verwachtingen, bijvoorbeeld binnen een relatie, is het belangrijk dat je zorgt voor grote openheid waarin jij en die ander elkaar kunt vertellen van je verwachtingen. Op die manier voorkom je dat je langs elkaar heen leeft.

Toon meer blijheid en dankbaarheid

Door onze welvaart zijn we gemakzuchtig geworden, dat is niet goed voor onze ontwikkeling. Het is beter om persoonlijk ergens voor te knokken dan dat je, zonder eigen inzet, alles zo maar kan krijgen. We zouden beter van wat welvaart afstand doen. We staan er niet bij stil dat op geringe afstand het leven heel anders is dan hier in ons land. Daar is het elke dag weer een strijd om eten en hier struikel je als het ware over de lekkernijen die overal worden aangeboden. We denken te veel aan onszelf. Hiermee bouwen we voor de toekomst slecht Karma op. De wet van Karma heeft te maken met de reïncarnatie gedachte. Iets wat je in dit leven goed of verkeerd (of misschien wel nalaat) doet, komt tijdens de ‘verrekening’ in een later leven weer terug. Met andere woorden door de wet van oorzaak en gevolg bouwen we allemaal ons toekomstig leven op. Sommige mensen zien hier in dat er toch rechtvaardigheid in het heelal is. De wet van Karma is in het oosten bekender dan hier in het westen. Maar de laatste jaren neemt de belangstelling voor deze natuurwet snel toe.

We kunnen beter onze goederen verdelen met andere landgenoten en wereldbewoners. Dankbaarheid heeft te maken met geestelijk bewustzijn en materialisme of egoïsme met kortzichtigheid. Je doet in wezen jezelf ernstig te kort door niet gewoon dankbaar voor het leven te kunnen zijn. Niet dat het leven rozengeur en maneschijn is, het leven is soms verdraaid moeilijk. Het valt niet altijd mee om het hoofd boven water te houden. We gaan allemaal weleens, door allerlei problemen, onderuit. Juist de mooie momenten in het leven zijn de

momenten om eens langer bij stil te staan. Je kunt je blijheid en dankbaarheid toch weleens een keer naar buiten brengen! Doe je dit niet, dan gaat alles ongemerkt aan je voorbij. Anderen vinden het fijn als je je dankbaarheid voor iets laat merken. Het geeft hen ook nieuwe kracht. Er wordt zoveel gemopperd, geroddeld en gezeurd. Een dankbaar mens is meestal een gelukkig mens. Mensen die vreselijk in de put zitten, zijn zo met zichzelf bezig, dat hulpsignalen van anderen onopgemerkt blijven. Er zijn in veel gevallen tal van momenten geweest waar mensen een handreiking aangeboden hebben gekregen. Maar ze willen liever alles zelfs doen dan te reageren op de vriendelijkheid van anderen. Ook kan men kracht en inspiratie uit de natuur in al zijn facetten halen. Elk jaar groeien er weer gewassen die we kunnen eten of waar we naar kunnen kijken. De werking van de zon en de maan op aarde is toch zeer bijzonder. Eigenlijk zou iedereen dichterbij de natuur moeten leven. De natuur en de mens horen bij elkaar.

Toeval of zelf veroorzaakt?

Ik kom in mijn praktijk mensen tegen die denken, dat een goed en mooi leven met toeval en geluk te maken heeft. Je wordt volgens hen in een goed of een slecht nest geboren, waar je het de rest van je leven maar mee moet doen. Als je dit oppervlakkig zo aan de buitenkant observeert, dan begrijp ik goed, dat je zo kan gaan denken. Het gelukkig of 'heel' zijn zoals ik het in dit hoofdstuk heb genoemd, geeft naar mijn persoonlijke paranormale waarnemingen een heel ander beeld.

Mensen worden niet met een schone lei geboren. Een klein wezentje dat je zo lief aan kan kijken doet dit wel denken. Maar géén enkel kind heeft een sneeuw witte aura bij de geboorte; we worden allemaal met ‘verkleuringen’ geboren. Ieder wezen draagt ervaringen van vorige levens in de diepte van zijn ziel met zich mee. Nu kun je wel denken dat je niets van je vorige levens afweet. Dat kan wel zo zijn, maar in gevoelsherinneringen handel je feilloos naar je vorige ervaringen. Je hebt het helemaal niet door dat je continue, zonder daar mee bezig te zijn, ervaringen en gedachten die ergens opgeslagen zijn, in je ziel gebruikt.

In de aura kun je allerlei goede en minder fraaie karaktereigenschappen aan de kleuren zien. Ieder klein wezentje draagt spanningen, nare ervaringen, tegenstrijdige gevoelens en angsten met zich mee. Het is maar net wat er al op die leeftijd aan de oppervlakte komt. Ik zie het zo: als je voor aardse begrippen je levenslessen grondig hebt geleerd en je ook van alle dingen op aarde hebt mogen genieten dan heeft het weinig zin om nog op de leerschool - die de aarde is - terug te komen.

Hoofdstuk 2 - Diverse problemen met anderen

Onder invloed van anderen

Het is merkwaardig dat je door sommige mensen zodanig naar beneden gehaald kan worden dat je jezelf er leeg door kunt gaan voelen. Mensen hebben een goede of slechte invloed op elkaar en alles wat daartussenin zit. Een goed contact met iemand kan je doen volstromen van warmte en geluk, maar een beroerd contact kan je radeloos maken. Het lijkt dan net of je in een donkere put bent terechtgekomen waar je, vanwege de uitzichtloosheid van de situatie, voorlopig niet uit denkt te komen.

Mensen zijn wonderlijke wezens met allemaal zo hun eigenaardigheden. Sommige eigenschappen zijn aangeboren maar het kan ook zijn; dat door grote problemen in het leven het karakter wat verwrongen is geworden. Stress, verdriet, eenzaamheid kortom ellende heeft grote invloed op ons doen en laten.

Problemen hebben ook grote invloed op de omgeving. Je kunt lichamelijke pijn of zielepijn hebben. Een goed of slecht humeur beïnvloedt het gezin, familie, kennissen, collega's of clubgenoten.

Het is grappig dat we door toedoen van anderen ons rot kunnen gaan voelen en dat we door weer anderen opgepept kunnen worden. Dit is een raar proces en eigenlijk niet helemaal eerlijk. Probeer dit toch in een wat breder verband te zien. Wij helpen anderen en anderen helpen ons weer. Maakt het echt zoveel uit wie ons een beetje helpt? Dit is een eeuwig proces. We zijn allemaal schakeltjes van een hele grote ketting. Als er maar

iemand is, die ons datgene wat ons is afgenomen weer een beetje aanvult. Als mensen vervelend en rot tegen je doen dan valt het niet mee om daar op een goede manier mee om te gaan. Denk maar zo: het is hun eigen keuze. Je kunt kiezen met je gedrag voor het positieve (licht) maar ook voor het negatieve (duisternis).

Opnieuw werken aan je toekomst

Velen kijken op hun leven terug met veel afschuw en pijn. Ze begrijpen niet waarom ze in al die conflicten terecht zijn gekomen. Door de vele moeilijkheden en problemen raak je gemakkelijk de draad kwijt. Soms ga je geheel onderuit en word je ziek. Voor de pijn, die ontstaat door alle conflicten, heb je tijd nodig om te herstellen. Het probleem is alleen dat velen het vertrouwen in het leven verliezen. Ze zijn zeer aangedaan en in een zwart gat terechtgekomen. Dat is onprettig en soms zelfs gevaarlijk, want uiteindelijk hoopt iedereen op een zonnige en prettige toekomst. We zijn door grote moeilijkheden snel geneigd het heden uit het oog te verliezen. We denken continue aan mensen die ons bewust of onbewust veel verdriet hebben gedaan. We kunnen of willen hen niet loslaten, zelfs als we soms al jaren 'bevrijd' zijn van hun tirannie en onredelijkheid. Het blijft maar door je hoofd malen. Het leven gaat, door deze begrijpelijke maar onjuiste manier van denken, vrijwel geheel aan je voorbij. Je schept geen heden maar ook geen toekomst meer. Als je dit niet inziet kun je gemakkelijk jaren van je leven weggooien zonder dat er nog iets leuks gebeurt. Na een lange periode van

problemen moet je opnieuw gaan zaaien, want anders valt er ook niets te oogsten.

Het kan ook zo zijn dat mensen wel hun problemen, zo goed en zo kwaad mogelijk, hebben weten te verwerken maar zich alleen maar naar de toekomst richten. Het liefst laten ze zich inlichten over hun toekomst door helderzienden, astrologen of kaartleggers. Natuurlijk kan een goede toekomstvoorspeller je kracht en hoop geven door iets van de toekomst te openbaren. Maar uiteindelijk zul je zelf je mouwen moeten opstropen om een nieuwe toekomst te creëren. Een mens heeft van nature veel hoop, maar raakt verward door te veel en te langdurige problemen. Het beste is om zoveel mogelijk in het heden te leven en de touwtjes in eigen handen te houden. Het is prettig om op een ander te leunen maar als er iets fout gaat en verkeerd afloopt dan zit je met de consequenties van de door jezelf veroorzaakte moeilijkheden.

Elke ochtend is er na het ontwaken opnieuw een mogelijkheid om de draad weer op te pakken. Geen enkele situatie is voor eeuwig - hoe uitzichtloos deze ook is. Voor iedereen geldt dat na regen weer zonneschijn komt. Ieder mens heeft recht op een beetje geluk, maar zolang je met je gedachten te veel in het verleden zit gaat het heden, en misschien ook de nabije toekomst, aan je voorbij. Probeer daarom je eigen toekomst te creëren; laat je niet intimideren door andere wijsneuzen maar 'vecht' voor je eigen plekje op deze aardbol.

Geluidsoverlast

Er zijn mensen die, zonder dat ze het door hebben, vreselijk hard spreken. Of je één of tien meter van hen