

In deze column zijn mediums Henk Jan Akse en Willemijn Bessem afwisselend aan het woord. Deze maand: Willemijn Bessem, die onder meer als trancemedium stemmen van gene zijde vertolkt.

Ben ik een healer?

Ben ik een healer? Een vraag die regelmatig langskomt tijdens een consult of workshop. Een verlangen dat leeft in mensen om op een speciale manier iets voor een ander te kunnen betekenen. Ik denk dan aan een tekst die het volgende in essentie beschrijft: 'Al heb je alle kennis, rijkdommen en mediamieke gaven van de wereld, als je de liefde niet kent, heb je niets.'

HET RITME VAN JE HART

We kunnen heel veel geven in de vorm van healing, voeding en onderwijs, maar alleen in verbinding met liefde kunnen we een ander bewust maken van zijn eigen bron van rijkdom en kracht. Zodat hij of zij het leven kan vullen met nieuwe mogelijkheden en de omgeving kan inspireren. Het mooie nieuws is dat we allemaal, ongeacht gezondheid en omstandigheid, toegang hebben tot die liefde. Een toegang die je kunt betreden in momenten van stilte, dankbaarheid en aandacht voor de schoonheid van dit moment. Harry Edwards, een begaafd healer uit de vorige eeuw, gaf aan dat iedereen van nature een healer is. Natuurlijk ook dieren en niet te vergeten de natuur om ons heen kunnen troost en vrede brengen. Het gaat erom dat je leert afstemmen op het ritme van je hart en je niet teveel laat afleiden door de eindeloze stroom van prikkels en gedachten die stress brengen.

LUISTEREN IN OPEN AANDACHT

Healing is het afstemmen op jouw eigen intuïtieve stem die je inspireert en een gevoel geeft van blijdschap en vertrouwen. Vooral in het luisteren krijg je de ruimte om je eigen stem en antwoorden te ontdekken. En luisteren kunnen we allemaal, toch? Het gaat er alleen om vanuit welk gebied we luisteren. Luister je met je oordelende denken naar de problemen van je vrienden, terwijl je al op het puntje van je stoel klaarzit om te reageren over hoe ze het kunnen oplossen en in welke situaties jij hetzelfde hebt meegemaakt? Of luister je vanuit je hart, met stille aandacht, zonder oordeel, open en wetende dat dit de ruimte is waar de ander zich echt gehoord voelt en zichzelf kan ontdekken? Een ruimte waaruit liefde en acceptatie stroomt voor alle emoties en gevoelens die zich op dat moment laten zien.

DE ENERGIE VAN LIEFDE

Deze manier van luisteren brengt harmonie, evenwicht, antwoorden, troost en vertrouwen om jezelf te mogen zijn. Daarnaast kun je natuurlijk ook je eigen ervaring en inspiratie delen als de ander daar om vraagt. De energie van liefde door je hart en handen te laten stromen is ook een optie die je kunt toepassen, zowel van dichtbij als op



afstand. En wat is er dan werkelijk gewenst in zo'n situatie? Dat is niet altijd duidelijk. Misschien helpt die pijnlijke knie je om meer rust te nemen en ontstaat er tijd om naar jezelf te kunnen luisteren. En misschien heeft je ziel wel een wens om via een bepaalde ziekte in staat te kunnen zijn om zijn eigen moed te ontdekken en een voorbeeld van vertrouwen en liefde te kunnen zijn voor de directe omgeving. Wanneer mensen mij om een healing vragen, zeg ik in stilte een gebedje: 'Mag het juiste door mij heen komen wat de ziel dient, Uw wil geschiede.' Op die manier voel ik mij veilig, omdat ik mij open als instrument voor een groter weten. Iedereen kan zich op die manier openstellen als instrument voor healing. En of je dit nu doet door te luisteren, je arm om iemand heen te slaan, de persoon te inspireren met je woorden of energie door je handen te laten stromen is niet zo belangrijk. Je motivatie blijft echter wel van belang. Zolang die in lijn ligt met je hart, zal de energie altijd de juiste weg vinden!

Telkens weer voel ik de dankbaarheid wanneer het werkelijk zo is dat fysieke klachten verdwijnen en emotionele pijn of angst oplost, al is het maar voor een paar dagen of misschien zelfs voorgoed. De intentie van open aandacht is belangrijk en krachtig tijdens healing, maar zonder de liefde heb ik niets. De levensenergie loopt zijn eigen mystieke weg. En vaak lijkt het zo te zijn dat een crisis, ziekte of geestelijke nood juist de poort is geweest naar de ontdekking van wie je werkelijk bent. Waardoor de verbinding met de onvoorwaardelijke liefde die in je leeft, sterker wordt dan ooit. ■