



Verbinding & intimiteit

WILLEMIJN BESSEM

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.

Al jaren breng ik graag de wijsheid over van het taoïsme en de tantrafilosofie aan mensen die willen weten hoe ze bewuster kunnen omgaan met intimiteit en levensenergie. Je levensenergie is namelijk de voeding voor je creativiteit en levenslust. Er vooral die levenslust is voor veel mensen moeilijk te voelen. Je kan dan denken dat het ligt aan werk, je relatie of het huis waar je woont, maar eigenlijk gaat het helemaal niet over uiterlijke dingen. Door de grote hoeveelheid impulsen die dagelijks op je afkomen, is er vaak geen ruimte meer voor intimiteit met ten eerste jezelf. Het is dan tijd om naar binnen te gaan, omdat een verandering in je buitenwereld niet de verbinding geeft met je binnenwereld, daar waar het werkelijk blijvende geluk begint.

‘Alles waar je naar op zoek bent, zit in je’

DE DODEN SPREKEN

Wanneer ik naar de stemmen van de zielen luister die langskomen om hun verhaal te doen, hebben ze het niet over hun baan, opleiding of materiële rijkdom. Ze hebben het over hun dromen en of ze die al dan niet geleefd hebben. Ze praten over de dingen waar ze plezier van hebben gehad en de mensen waar ze van houden. Dat is het wat ons echt blijvende voeding geeft voorbij de dood. Het kunnen terugkijken en voelen dat je echt hebt geleefd. Gedurfd hebt je gevoelens te delen en stappen hebt kunnen zetten uit plezier, levenslust en liefde, voorbij angst of het onbekende.

INNERLIJKE DIALOOG

Het stilstaan bij die innerlijke stem die je die weg kan wijzen naar werkelijk geluk en liefde is zó belangrijk. Schrijf bijvoorbeeld een brief aan jezelf vanuit Liefde of God of je overleden oma. Schep een manier om die innerlijke dialoog aan te gaan en te luisteren. Kijk naar binnen en je zult voelen hoe rijk en vervuld en vooral

heel je al bent. Je hoeft niets meer te worden of te bereiken. Alles waar je naar op zoek bent, zit in je. En van daaruit kan je vrij je aandacht en diensten delen, zonder het najagen van bevestiging of het zoeken naar geluk. Dan is er pas echte vrijheid om te bewegen naar daar waar je hart je brengt. Zonder je zorgen te maken of het wel iets oplevert. Want het oprecht verbinden met jezelf en de mensen om je heen is vervullend vanuit zichzelf en zal je een manier laten zien waardoor je in je dagelijks onderhoud kunt voorzien.

LIEFDE ZIJN

In dit doorlopende proces van steeds dieper besef merk ik dat kwetsbaar durven zijn, over alle gevoelens of gedachten die me toekomen, steeds belangrijker is. Zoals een zorgzame ouder kan ik nu steeds liefdevoller naar mezelf kijken, zonder gevoelens en gedachten te veroordelen of te denken dat die me de goedkeuring of liefde van anderen zullen kosten. We hebben het allemaal wel meegekregen als kind, dat als je je goed gedraagt je de liefde zal ontvangen. Maar nu is het anders, omdat ik weet dat ik de liefde bèn en iedere ander om mij heen ook. Sommigen zijn zich er nog niet bewust van, maar steeds meer mensen wel en die dragen hun boodschap en besef vol vreugde en liefde uit. In de ParaVisie lees ik elke maand hoe mensen op hun eigen unieke wijze anderen bijstaan in hun proces van wakker worden, waarna ze hun levensvreugde weer kunnen hervinden.

Elke dag kan je ruimte maken om jezelf of een ander echt te ontmoeten. Tijdens een gesprek, een aanraking, een sessie of een dans. Een moment om gewoon jezelf te zijn en je in je uitingen te laten leiden door de schoonheid in je hart. Die oprechte beweging naar verbinding brengt je levenslust en inspiratie. De zin van alles zal je toeschijnen in de eenvoud van de dagelijkse dingen en er ontstaat een simpelweg genieten van wat is. Een mooie intentie om de extase van je eigen heerlijkheid ten volle tot je te laten komen het komende jaar!