

Inhoudsopgave

Vooraf	9
1. Liefde wordt de norm	13
Levenswetten en natuurwetten	15
Werken aan geluk	21
2. Het geloof in maakbaarheid	26
DNA en afhankelijkheid	29
Epigenetica	34
Voorbij het vijanddenken	42
Bij welke groep wil je horen?	47
3. Levenswetten	51
Zijn wetten nodig?	53
Wat is je bewustzijns-leeftijd?	57
Wetten voor volwassenen	59
4. De Wet van Bewustzijn	65
Het verhaal van een cardioloog	65
Groei van bewustzijn	71
Mineralen, planten, dieren, mensen	75
De kroon op de schepping?	79
Een nieuw beeld van God	82
De gevolgen van on-bewustzijn	85
5. De noodzaak van een evenwichtige groei	90
Intellectuele overheersing	90
Grenzen aan de groei...?	94
Je impact op anderen	97

6. De Wet van Ontwikkeling	99
De levenscyclus	99
Een nieuwe geschiedenis	101
Stadium 1: Het paradijs in de baarmoeder	104
Stadium 2: Het ontstaan van een 'ik'	106
Stadium 3: Relaties	110
Stadium 4: Aan het werk!	113
Stadium 5: Creativiteit	116
Stadium 6: Leidinggeven, macht, autonomie	118
Stadium 7: Magie	122
7. Alles begint met geloof	124
Het kleutergeloof: Roodkapje en de Bijbel	125
Het pubergeloof: waarom God dood is	128
De god van het Toeval	130
Het geloof wordt volwassen	134
8. De Wet van Creatie	138
We creëren voortdurend ons leven	139
Negatief creëren	141
Onbewust creëren	144
Creëer je vanuit liefde of vanuit angst?	147
Vraag en het zal gegeven worden	151
9. De wet van Oorzaak en Gevolg	154
Een omgeving die uitnodigt tot groei	155
Ellende voorkomen	161
Focus is de sleutel	163
Karma	165

10. De Wet van Vrije Wil	170
Wel of geen vrije wil	171
Het beperkte geheugen	174
Grenzen aan vrije wil	179
Bidden	181
11. De Wet van Genezing	184
Een dieper begrip van genezing	185
In het begin was het Woord	192
De zin van het leven	196
Onze aanleg	200
Wat raakt je?	205
Niet kloppende beelden	213
Het grote compenseren begint	216
Eerste compensatie: Angst, weggroepen en zoeken naar troost	218
Tweede compensatie: De grote vlucht vooruit	220
Derde compensatie: Jezelf overschreeuwen	221
Vierde compensatie: Disease to please	224
Vijfde compensatie: Destructiviteit	226
12. De Wet van Eenheid	230
Wat is eenheid?	231
Nieuwe mensen	234
In welke wereld wil je leven?	241
Dankwoord	248

Vooraf

Dit boek gaat over de ontwikkeling die wij als mensen doormaken, individueel en als mensheid in zijn geheel, en over de gevolgen daarvan. Met die gevolgen bedoelen we dan de overgang van een oude wereld naar een nieuwe wereld. De oude wereld is de wereld zoals we die kennen en die vooral draait om het ontdekken en bezitten van materie. De nieuwe wereld is een wereld die vooral draait om het ontdekken van bewustzijn en de groei daarvan. Bij deze spannende ontwikkeling kunnen we goed gebruik maken van een aantal spirituele- of levenswetten. We bespreken er in dit boek een zevental waarvan wij denken dat ze het meest waardevol zijn. De levenswetten die besproken worden zijn heel anders dan de wetten die we kennen uit onze wetboeken, en die van land tot land kunnen verschillen. Levenswetten zijn universele waarheden, die telkens weer in allerlei religies of bij beroemde filosofen in een of andere vorm komen bovendrijven. Maar je hoeft niets met een bepaalde religie of filosofie te hebben om je voordeel uit deze wetten te halen, want in dit boek zijn we vooral op zoek naar wijsheid. We zoeken naar kennis en inzicht in de fenomenen van het leven die dikwijls zo raadselachtig zijn voor ons. Waarom overkomt ons wat ons overkomt? Waarom worden we ziek en ‘moeten’ we lijden? Waarom lukt het ons niet om de dingen te bereiken die we graag willen? Waarom is er zoveel ongelijkheid en onrechtvaardigheid in de wereld? Al deze onderwerpen bespreken we niet op een vrijblijvende manier. Daarmee bedoelen we dat we de bal ook vooral bij jou en onszelf neerleggen. We leggen uit dat wij ons als mensen pas echt volwassen mogen noemen als we de volledige verantwoordelijkheid nemen voor alles wat ons overkomt. Dat is nogal wat natuurlijk. Maar we laten zien dat

je met deze intentie en met al deze kennis daadwerkelijk je leven kunt veranderen en daarmee - leuke bijkomstigheid - ook de wereld om je heen. Want als mensheid staan we in onze tijd voor grote uitdagingen en daar is vooral veel wijsheid voor nodig. Die wijsheid ontstaat op individueel niveau door te werken aan onze persoonlijke ontwikkeling. Daartoe nodigt dit boek vooral uit.

Waar hebben we onze kennis over deze spirituele wetten vandaan? In de bij elkaar opgeteld meer dan 120 jaar die wij als schrijvers al geleefd hebben op het moment dat we dit boek schreven, hebben we onderweg natuurlijk wat levenswijsheid opgepikt. Dat was ook voor ons onvermijdelijk... We hebben daarbij goed geluisterd naar allerlei bijzondere mensen die ons boeiende dingen wisten te vertellen. Met onze ontmoeting kwamen ook twee boeiende spirituele richtingen bij elkaar. Judith liet zich jarenlang inspireren door *Een Cursus in Wonderen*, een spirituele leerweg, opgetekend tussen 1965 en 1972 door Helen Schucman, met hulp van haar collega William Thetford. Beiden waren professor in de klinische psychologie aan de medische faculteit van de Columbia Universiteit in New York. Helen ontving de tekst van een innerlijke stem, die zij, gezien de aard van de dictaten, duidde als 'Jezus'. Jeroen liet zich de tweede helft van zijn leven vooral inspireren door de zogenoemde *Padwerk-lezingen*. Deze lezingen werden tussen 1957 en 1979 uitgesproken door Eva Pierrakos die als medium de tekst doorkreeg van de 'Padwerk-gids'. Nu voel je bij het lezen van het woord 'medium' misschien een beetje scepsis en wantrouwen opborrelen. Of een heleboel. Nou, wees gerust, daar sta je niet alleen in, daar hadden wij ook last van. Maar pragmatisch en nuchter als we óók zijn, hebben we ons niet druk gemaakt om de manier waarop deze lezingen tot stand zijn gekomen. We hebben

ze gewoon beoordeeld op de inhoud en gekeken of die aansloot bij onze ideeën. Als je nieuwsgierig bent, raden we je aan hetzelfde te doen. Neem het voor wat het is en kijk of je er iets aan hebt. Zo ja, doe je voordeel ermee en zo nee, ga dan op zoek naar iets wat dichter bij jou staat. Voor ons geldt in ieder geval dat we geen andere boeken van de laatste honderd jaar kennen die ons zulke rake inzichten hebben gegeven over hoe wijzelf en de hele wereld om ons heen in elkaar steken.

Hoewel de eerste lezingen alweer meer dan zestig jaar oud zijn, lijken ze in onze onrustige en verwarrende tijd waardevoller dan ooit. Het bijzondere van de Padwerk-benadering, maar ook van de lessen van Een Cursus in Wonderen, is het feit dat de diepste psychologische kennis met de mooiste spirituele wijsheid wordt vermengd. Daarmee ontstaan inzichten die veel verder reiken dan de beste psychologieboeken in onze tijd tot nu toe hebben gedaan. Je kunt rustig zeggen dat er hiermee een nieuwe stroming in de psychologie is ontstaan die veel beter aansluit bij de vragen van onze tijd. Je kunt die richting misschien het beste ‘spirituele psychologie’ noemen.

Wat Padwerk en De Cursus ook doen uitsteken boven de gewone psychologie is dat de lezingen niet alleen inzicht geven in onze situatie en in de patronen waarin wij ons als mensen soms behoorlijk hebben vastgezet, maar ons vooral ook oplossingen, hoop en troost brengen. Ze vormen een prachtige routeplanner om te midden van ons hectische leven op zoek te gaan naar zinging, echte verbinding en ware liefde. De lezingen zijn soms wat moeilijk geschreven. In dit boek doen we ons best om ze vooral heel toegankelijk te maken. Af en toe zullen we citaten opnemen

die we mooi en belangrijk vinden en waarvan we denken dat je er blij van wordt. De oorspronkelijke Padwerklezingen zijn voor iedereen gratis in te zien op **www.padwerk.nl**.

Een Cursus in Wonderen is bij elke boekhandel verkrijgbaar of te bestellen. Op **www.eciw.com** vind je informatie over de Cursus.

1. Liefde wordt de norm

Dit boek gaat over de grootste uitdaging van de 21ste eeuw. In onze ogen is dat niet de energietransitie waar je zoveel over hoort. Het is niet het streven naar duurzaamheid, het plasticvrij maken van de oceanen of de omschakeling naar een gifvrije landbouw. Dat zijn allemaal fantastische ontwikkelingen die heel hard nodig zijn en daarom ook zeker gaan gebeuren. Maar in dit boek willen we een stapje verder gaan, of misschien juist wel terug. Want er moet volgens ons nog iets aan deze veranderingen voorafgaan. Wij denken dat die prachtige ontwikkelingen die in onze wereld vorm gaan krijgen, alleen maar duurzaam en blijvend kunnen zijn als de onderliggende motivatie klopt. En natuurlijk kun je die motivatie opsplitsen in honderdduizend facetten, maar tot de kern teruggebracht kun je iets tot stand brengen vanuit twee drijfveren: een negatieve of een positieve. Of anders gezegd: Je kunt iets doen vanuit angst of je kunt iets doen vanuit liefde. Als wij de veranderingen tot stand willen brengen vanuit angst (help, de zeespiegel stijgt; help, er komen massa's vluchtelingen op ons af; help, we zijn in oorlog met een dodelijk virus), zullen die veranderingen niet blijvend zijn. Angst is op de langere termijn nooit een goede raadgever geweest of de basis van echt iets moois. Blijft er wat ons betreft dus maar één mogelijkheid over: Liefde zal onze raadgever moeten zijn.

Nu is liefde een heel mooi verschijnsel, maar er zullen maar weinig mensen zijn die het zien als een oplossing voor onze grote maatschappelijke problemen. Klinkt het niet een beetje al te zweverig en idealistisch? En als het al een oplossing zou kunnen zijn, hoe pak je het dan aan? Hoe verander je een intentie zó in de

richting van liefde dat de impact op je omgeving, op de wereld om je heen, niet alleen mooier, gezonder en liefdevoller wordt, maar ook veel effectiever en duurzamer? En dan nog iets anders: Is het idee dat we écht impact kunnen hebben op onze omgeving sowieso al niet veel te ambitieus? Kunnen jij en ik wel iets betekenen op dat gebied?

Wat ons betreft: wij hebben geen zin in pessimisme, cynisme en doemdenken. We gelóven er in, in die mooiere wereld. Voor minder willen we het niet doen. Wij geloven dat we als mensheid nog maar aan het begin staan van onze mogelijkheden als het gaat om het creëren van positieve en liefdevolle omstandigheden. We zijn tot zoveel meer in staat dan tot het creëren van hongers, oorlogen en hebzucht. Denk je dat we tot in de eeuwigheid diezelfde plaat grijs moeten blijven draaien? Wij geloven daar niets van. We zijn ervan overtuigd dat we iets veel beters uit onszelf gaan halen op een manier die iedereen ten goede komt. En het is ambitieus, voor sommigen surrealistisch en voor anderen misschien naïef, maar we gaan op onze planeet echt die kant op. Het gaat alleen niet vanzelf. We zullen aan de slag moeten. Met dat doel voor ogen willen we in dit boek op ontdekkingsreis gaan. Maar voor we het een en ander in de praktijk kunnen brengen, zullen we eerst de theorie moeten kennen. Er moet een plan op tafel komen.

Wat we daarom gaan doen is kijken naar een aantal prachtige levenswetten die langzaam maar zeker steeds duidelijker zichtbaar worden naarmate je ‘wakkerder’ wordt. Het zijn wetmatigheden die in onze wereld werkzaam zijn en waarmee je een beter inzicht krijgt in wat zich achter de schermen van de zichtbare wereld afspeelt. Met de kennis van die wetmatigheden zul je ook beter gaan begrijpen hoe voor- en tegenspoed ontstaan. Daarmee

zal het je langzaam maar zeker duidelijker worden dat toeval eigenlijk niet bestaat. Je gaat toeval steeds vaker herkennen als een soort ‘verlegenheidsdiagnose’ voor situaties waarbij wij het verband tussen oorzaak en gevolg niet direct kunnen achterhalen.

De levenswetten die we gaan bespreken noemen we ook wel ‘spirituele wetten’ en misschien schrikt dat je een beetje af. Maar bedenk daarbij dat spiritualiteit niets te maken heeft met het geloof zoals we dat tot nu toe gekend hebben, of met de kerken en met alle negatieve associaties die je daar misschien bij hebt. Het heeft ook niets te maken met het opgeven van je autonomie om je vervolgens afhankelijk te maken van een of andere autoriteit buiten jezelf. Integendeel, er is volgens ons geen snellere weg naar gezonde vrijheid en autonomie dan een spirituele weg. Dat gaan we natuurlijk uitleggen. Wat je verder nog kunt overwegen is, dat het geloof dat de materiële werkelijkheid de enige werkelijkheid is, ook maar een geloof is, een aanname die niet is hard te maken. En tot slot, bedenk dat groei en uitbreiding van mogelijkheden bij vrijwel iedereen, naast nieuwsgierigheid, altijd ook weerstand oproept. Vraag je daarbij af wat je te verliezen hebt met het onderzoeken van een gebied dat verder gaat dan je tot nu toe hebt gekend. Als het je niets brengt, kun je het toch altijd weer loslaten?

Levenswetten en natuurwetten

Er zijn universele levenswetten net zoals er universele natuurwetten zijn. Zonder natuurwetten zou het leven tot chaos vervallen. Natuurwetten zorgen voor orde, evenwicht en herstel in het universum en ze geven de grenzen aan van wat kan en niet kan. Deze wetten bewegen de aarde om de zon, beïnvloeden het doen en laten van de vogels in de lucht en van de zoogdieren op het land. De natuurwetten proberen te beïnvloeden door er van