

# The Solstice Paradox

Eluña Noelle

- 00:00:00 Het is dus 2025 en het is bijna het einde. En we zien een ommekeer van het licht op onze aarde, op onze aarde. En we zien ook een ommekeer in de geschiedenis. 2025 is een mijlpaal voor deze wending, niet omdat het noodzakelijkerwijs het jaar 2025 is.
- 00:00:29 Het komt gewoon door energetisch waar ons bewustzijn zich momenteel bevindt en waar we besloten hebben om als collectief heen te gaan. En wat ik je wil uitnodigen om elke dag opnieuw te overwegen en te onthouden.
- 00:00:50 Ik zeg dit ook voor mezelf. We zijn reflecties van deze aarde. Vooral in dit menselijk lichaam dat we hebben, zijn we in de eerste plaats een weerspiegeling van de aarde. En wat dat betekent is dat we ook samen en in harmonie met onze aarde bewegen en evolueren.
- 00:01:18 Het voelt erg hectisch en snel aan in de wereld en kan nogal chaotisch aanvoelen. En zelfs binnen de aarde zelf zijn er snel evoluerende processen en is er chaos omdat chaos altijd de voorloper is van orde.
- 00:01:41 Chaos is wat orde voortbrengt, en orde is schoonheid, en schoonheid is magie. We zien dus veel chaos, en het kan gemakkelijk zijn voor de geest om daar echt in op te gaan. En het gevoel hebt dat je misschien een modderstroom bent die te snel van de heuvel afrolt zonder op adem te kunnen komen.
- 00:02:07 Soms kan het zo aanvoelen. En waar ik je echt voor wil uitnodigen terwijl we het vandaag over de zonnewende hebben, en wat het betekent dat we meebewegen met het tempo van de aarde, en dat is precies wat we willen.
- 00:02:27 We willen eigenlijk geen snelle, plotselinge verandering. Als iemand van jullie een plotselinge verrassing in je leven heeft meegemaakt, of het nu heel vreugdevol was of niet, dan ben je nog steeds in een moment waarop je nogal verbijsterd bent. Er is een moment waarop je een beetje geschokt bent en je hebt een minuut nodig om gewoon terug te komen en echt op te nemen wat er gebeurt en om de verrassing te verwerken, zelfs als het mooi is, heb je een moment nodig om het te verwerken.
- 00:03:04 En wat we ervaren met onze evolutie is hopelijk niet iets dat zomaar omslaat. En ik voel dat sommigen van jullie zeggen, zo voel ik me niet echt en dat is oké. Het is goed. Ik voelde me vroeger ook niet zo.
- 00:03:26 En toen ik echt in contact kwam met de ritmes van mijn lichaam en de aarde, begreep ik eindelijk, oh, dat is niet wat we willen. We willen geen plotselinge black-out van wat dan ook. En nu moet de wereld opnieuw worden ingesteld. We willen dat de langzame, geleidelijke schoonheid die gepaard gaat met de dood van dit proces zich ontvouwt.
- 00:03:55 We willen net zoals wat in het lichaam wordt weerspiegeld wanneer het lichaam, het menselijk lichaam een significante genezing doormaakt. Zowel de markers voor ontstekingen in het lichaam als de ontstekingsremmers gaan beide omhoog.
- 00:04:16 Ze nemen allebei tegelijkertijd toe wanneer er een aanzienlijke genezing plaatsvindt. Dat lijkt paradoxaal, maar dat komt omdat de ontsteking een teken van vernietiging is. Dingen gaan dood. We willen dus dat de ontsteking er is en dat er tegelijkertijd een anti-ontsteking is, wat betekent dat er groei is, er is genezing, er is herstel.
- 00:04:42 We willen die twee tegelijk bij elkaar hebben, zodat we niet zomaar alles eruit rukken en alles vernietigd hebben. En dan moeten we nu helemaal opnieuw beginnen. Het is eigenlijk makkelijker om een deel van wat het lichaam heeft gebruikt en dat vernietigd

wordt, uit te wisselen. De cellen nemen daar een deel van op en wisselen dat in voor gezonde cellen.

- 00:05:07 Er vindt een uitwisseling van informatie plaats tijdens het proces van apoptose, celdood die zowel inflammatoir als ontstekingsremmend is. En zo boven, zo hieronder. Ons lichaam en wat we ervaren is dus een weerspiegeling van wat deze aarde doormaakt en vice versa.
- 00:05:28 En op dezelfde manier is het wat we als collectief doormaken. We willen en hebben dus de vernietiging nodig, de ontsteking die er echt chaotisch uitziet. We hebben dat nodig om aanwezig te zijn tijdens de wederopbouw.
- 00:05:50 En deze omwenteling van het licht, de hoeveelheid tijd die het massieve lichaam dat de zon is nodig heeft om zijn weg naar ons te vinden vanwege onze eigen omwenteling, onze eigen evolutie en revolutie als planeet, het duurt voor een mens nogal lang om die reis te maken.
- 00:06:12 Het is zes maanden dat de kanteling van onze aarde beweegt. Dat verandert het licht. Dus wat kunnen we in zes maanden doen als collectief, als individu? Wat kunnen we bereiken in zes maanden vanaf de dag van deze zonnwende tot de volgende? Wat kan er gebeuren?
- 00:06:33 Er is zeker meer mogelijk als we ons in een staat van creatieve inspiratie bevinden in plaats van chaotisch overleven. En dus passeren we beide portalen, beide plaatsen, we gaan er in en uit omdat dat deel uitmaakt van onze evolutie.
- 00:06:55 Dus wat ik altijd weet, en waar ik dankbaar voor ben, is dat wanneer er dingen zijn die deel uitmaken van de chaotische verwoesting, om ze nog dieper te zegenen in mijn persoonlijke leven en in het leven van de mensen om me heen, en ook in het collectief, om ze te zegenen en nog meer dankbaarheid uit te drukken voor die ervaring, wetende dat er bij zo'n groot verlies of verwoesting iets echt moois en spectaculairs moet zijn dat klaar staat om te worden opgebouwd en na zijn bestaan dat.
- 00:07:39 Dus als je in een fase zit, misschien waarin je vernietiging ervaart in je eigen leven. Hoe kun je het zegenen en oprechte dankbaarheid uiten? Ik begrijp echt dat dit het proces van jullie evolutie is. En hetzelfde geldt voor onze aarde.
- 00:08:01 Ongeacht hoe het er aan de buitenkant uitziet. Het is het proces van onze evolutie en wedergeboorte, en deze dood en vernietiging moeten plaatsvinden. En zoals ze zeggen, zoals Lao Tzu in de Tao Te Ching zegt, kunnen degenen die de paden van Path of Mastery bewandelen niet sentimenteel zijn.
- 00:08:31 Dat betekent niet dat we onze emoties en verdriet niet voelen als dat zich voordoet, en ook vreugde voelen als dat zich voordoet. Maar we kunnen niet zo sentimenteel zijn dat we blijven hangen aan iets uit het verleden, wensen dat het op een bepaalde manier is, en ons afvragen waarom het zo moet zijn? Je kunt je afvragen waarom, zolang je het maar goed vindt dat je in dit leven niet per se een antwoord krijgt.
- 00:08:56 Daarom ga ik altijd uit naar dankbaarheid. Zo is het eenvoudiger. Dus. Als je tenslotte nog geen pen of dagboek hebt of iets om mee te schrijven, raad ik je aan om met de hand te schrijven. Altijd vanwege de verbinding tussen de geest en de hersenen, eigenlijk, en de hand.
- 00:09:21 Het doet veel voor je. Dus als je dat niet beschikbaar hebt, raad ik je aan om dat te kopen. Je kunt ook een oogmasker kopen als je wilt, want we zullen een meditatie doen. En ik moedig altijd aan om de zintuigen zo goed mogelijk uit te schakelen. En een oogmasker kan daarbij helpen. Na de meditatie nodig ik je uit om een paar minuten te gaan liggen zodat je dat absoluut niet hoeft te doen.
- 00:09:45 Maar het is een manier om in feite naar een savasana te gaan en je lichaam, je hele zenuwstelsel, gewoon alles in je op te nemen waar je tijdens deze meditatie doorheen

gaat. Dus als je daar een ruimte voor hebt, prachtig. Zo niet, dan is het absoluut goed. Laat je lichaam gewoon rusten aan het einde van de meditatie.

- 00:10:05 Dus. Onze. Oudsten uit de oudheid en onze voorouders eren deze seizoenswisseling al heel lang, en zelfs langer dan dat sinds vóór de vastgelegde tijd.
- 00:10:29 Ze hebben deze dag gevierd. En zoals ik al zei, de zonnewende is een verdraaiing van het licht. Het is de tijd dat ik op het noordelijk halfrond ben wanneer. Dus als je boven de evenaar woont, dan staat de zon het verst naar het zuiden dat ze op deze dag mogelijk kan gaan.
- 00:10:53 Dat betekent dat we in het noorden de kortste dag en de langste nacht gaan beleven. We zullen vandaag dus de minste hoeveelheid zonlichturen en de langste nachtelijke uren hebben. En het is het tegenovergestelde op het zuidelijk halfrond. Dus degenen die onder de evenaar wonen, omdat de zon zo ver mogelijk naar het zuiden staat, schijnt ze recht boven hen.
- 00:11:18 De zonnestralen zijn dus zo geconcentreerd mogelijk. Ze zullen de langste dag en de kortste nacht beleven, en het is hun zomerzonnewende. Dus dat is wat de zonnewende eigenlijk is. En de equinox is natuurlijk wanneer deze gelijk is aan gelijk. Dag en nacht. Het is dus precies in het midden van onze aarde.
- 00:11:40 Maar we hebben het extreme op deze dag, tijdens de zonnewende, waar vandaag, voor ons in het noorden, de zon het verst weg staat die ze het hele jaar zal zijn. Nou, ik hou van deze paradox. Het geeft je alle paradoxen, geeft je de waarheid over het goddelijke.
- 00:12:02 Want God is natuurlijk een paradox. God is een paradox omdat het tegelijkertijd alles en niets is. Het is dus een paradox en alle paradoxen geven je informatie. Ze geven je een klein kijkje in het hart van het goddelijke, in de waarheid met een hoofdletter T, en een zonnewende is een paradox.
- 00:12:28 Als we echt aan ons denken op het noordelijk halfrond, staat de zon absoluut zo ver mogelijk weg. Het hemelse lichtlichaam dat ons allemaal leven geeft, is vandaag zo ver mogelijk van ons verwijderd. En vandaag is het begin van wanneer dat licht naar ons terugkomt.
- 00:12:53 En het tegenovergestelde geldt tegenwoordig voor het zuidelijk halfrond. De mensen op het zuidelijk halfrond zullen de helderste en langste dag beleven met de zon. En het is ook de dag dat de zon gaat verdwijnen. En elke dag zullen ze meer en meer zonlicht verliezen en wij zullen dat winnen.
- 00:13:15 Het is paradoxaal dat op deze dag op het noordelijk halfrond, wanneer we de langste nacht van het hele jaar meemaken, we de minste hoeveelheid licht beschikbaar hebben. De zon staat zo ver mogelijk weg. Toch markeert het het begin van wanneer dat licht naar ons terugkomt.
- 00:13:37 Ik heb sommigen van jullie horen zeggen dat het altijd het donkerst is voor de dageraad. Dat is juist. Dat is ook een paradox. Het geeft ons informatie over onze eigen reis, ons eigen ritme. En als wezens met een vrije wil hebben we natuurlijk de keuze om in een eeuwigdurende winter te blijven in plaats van ons aan te passen aan het ritme van de aarde.
- 00:14:04 Dat is waar, maar het is belangrijk om te onthouden dat op het hoogtepunt van de duisternis, op het hoogtepunt van wat lijkt op chaos, het zaad van licht weer terugkomt.
- 00:14:25 We lopen elke dag naar ons toe. En daar houden we onze focus en onze aandacht, terwijl we precies respecteren wat er om ons heen is. Nogmaals, als we het hebben over waar ik nu woon, is het hier veel dood.
- 00:14:48 De planten gaan dood. De bladeren zijn allemaal van de bomen. Het is nu erg donker, vooral op deze dag met een storm boven je hoofd. En dat respecteer ik. Dit is de cyclus.

Dit is waar de aarde zich op dit moment bevindt. Ik beleef de winter van deze aarde en de winter van mijn eigen lichaam en een winterseizoen, echt, in mijn persoonlijke leven is het allemaal geïntegreerd in één.

- 00:15:19 En toch hou ik mijn innerlijke oog. Over het licht, op het hart van het goddelijke, wetende dat het naar me toe loopt als ik er naartoe loop, en dat de seizoenen altijd weer veranderen en het licht altijd komt.
- 00:15:43 Dus in deze eerste reflectie wil ik je uitnodigen om deze paradox van de zonnewende te overwegen en er echt over na te denken. Dus hoe komt deze paradox als metafoor naar voren in het collectief?
- 00:16:08 En hoe komt deze paradox als metafoor naar voren in je eigen leven op dit moment, mogelijk terwijl de donkerste nacht hier op het noordelijk halfrond wordt beleefd en de helderste, langste dag wordt beleefd op het zuidelijk halfrond, wat de terugkeer of het verlaten van het licht markeert?
- 00:16:29 Waarom is dat een metafoor voor jou? En bedenk waar je woont, of je nu op het noordelijk of zuidelijk halfrond bent. Wat ervaar je op dit moment? Is het een terugkeer of een vertrek van het licht? En tot slot, wat inspireert deze paradox in jou?
- 00:16:52 Ik wil je alleen uitnodigen om daarover na te denken en erover te schrijven tijdens deze jaarwisseling. Het gaat je steunen. Dus ik geef je maar een paar minuten om dat te doen. Misschien ongeveer drie minuten om te schrijven en dan komen we terug.
- 00:20:06 Oké. Neem nog een moment.
- 00:20:46 Oké, dus na het overwegen van deze paradox, die je uitnodigt om dieper in je eigen ontplooiing te duiken, wil ik dat doen. Praat erover dat dit keer, vanwege de potentie van deze specifieke dag, dit een dag is met veel creatief potentieel.
- 00:21:18 We hebben dus de mogelijkheid om de energie van deze verschuiving, de verschuiving van dit seizoen, echt te gebruiken om te creëren. We kunnen ons afstemmen op wat de aarde doormaakt om meer te creëren. En de manieren waarop we de meest, misschien wel alledaagse, ik zou zeggen, manier van creëren, die absolute magie is, is nog steeds door onze woorden.
- 00:21:49 Dat is wat we consequent doen door middel van onze woorden te creëren. En de woorden zijn. Niet. Het is verwarrend omdat het niet het woord is. Het is de frequentie achter het woord.
- 00:22:10 Woorden zelf hebben geen kracht, dus het maakt niet uit welk woord je eigenlijk zegt. De woorden zelf dragen niet de kracht. Het is de frequentie achter het woord die het woord kracht geeft. Jullie hebben dit allemaal zelf meegemaakt of ik heb het meegemaakt.
- 00:22:33 We moeten allemaal lege woorden zeggen en ook lege woorden krijgen. Zoals wanneer mensen je vragen hey, hoe gaat het met je? Maar dat doen ze niet echt, ze stellen je die vraag niet echt. Het is gewoon een loze spreuk. Het is zo dat wanneer onze woorden leeg zijn, ze geen kracht hebben.
- 00:22:57 Het is dus alleen door middel van opzettelijke expressie. En dat betekent opzettelijk gevoel en overtuiging achter je woorden die je kunt creëren. Waar we aan het begin van dit gesprek op hebben afgestemd. Ons hart en onze geest of onze hersenen, eigenlijk.
- 00:23:19 Dat is de yin en yang van ons wezen. Het hart is de yin, de magnetische pool van energie, hoe we daadwerkelijk dingen naar ons toe trekken door wat we voelen. En de yang-energie of yang-energie is de elektrische energie. Het is de mannelijke energie. Het is de manier waarop we iets voor ogen hebben en onze aandacht op iets richten.
- 00:23:44 Het mannelijke heeft dus een beperkte focus die zich richt op precies wat het wil, terwijl het vrouwelijke dat ding bundelt en naar zich toe ontvangt. Het is dus zowel dat het naar

toe beweegt als tegelijkertijd bundelt. Dat is wat zorgt voor die ongelooflijke dans van yin en yang die we kunnen zien weerspiegeld in de spiralen van sterrenstelsels, hoe ze deze tegenovergestelde pool hebben, maar ze samenkomen.

- 00:24:13 Dat is yin en yang. Dat is de scheppingsdans die je in je hebt. Als onze geest chaotisch is, betekent dat natuurlijk jou. Je kunt niet een heel duidelijke focus hebben. Je gewoon. Je zult overal rondkijken.
- 00:24:34 Je zult niet zomaar kunnen blijven. En met ons hart. Als we niet hebben geoefend met het beheersen van onze emoties en het beheersen van onze emotionele reacties, dan zullen we consequent reacties krijgen die naar voren komen op basis van onze ervaringen uit het verleden. Want als we die energie niet uit het lichaam hebben gelaten, dan gaat het lichaam proberen die energie te verwerken door deze tot expressie te brengen.
- 00:25:02 En soms, soms, zoals altijd, komen wij als mensen vast te zitten in een lus en herhalen we steeds weer dezelfde emotionele reacties, zonder het te beseffen, zonder ons er zelfs maar van bewust te zijn. En soms zijn we ons ervan bewust. En dat kan ons gek maken, want we kunnen zeggen, ik ben bij bewustzijn en ik reageer nog steeds op deze manier, en ik weet niet wat ik moet doen.
- 00:25:30 Daarom willen we een helder hart en een heldere geest hebben, zodat we duidelijke makers kunnen zijn. Daarom wil ik je op deze dag, in deze wisseling van het seizoen en ook in deze veranderende tijden, uitnodigen om deel te nemen aan je schepperschap.
- 00:25:53 En er zijn twee eenvoudige manieren om jezelf in een staat van creatie te brengen en ook te ontvangen, want beide moeten aanwezig zijn. Je moet openstaan voor creëren en ontvangen, zodat je kunt ontvangen wat je hebt gecreëerd.
- 00:26:13 En je moet openstaan voor creatie, zodat je je dankbaarheid kunt uiten en dat dan ook daadwerkelijk naar je toe kunt laten komen. Daarom wil ik je uitnodigen om kennis te maken met deze twee eenvoudige oefeningen die op een bepaalde manier de mogelijk chaotische geest omzeilen die er gaande is.
- 00:26:35 En ze gaan ook verder dan alle beperkte reacties die uit het lichaam komen, uit je verleden. En dat kan in je naar boven komen als je merkt dat dat niet waar is voor jou, als je merkt dat je lichaam misschien reageert op een manier van het ervaren van een gebrek aan een of andere vorm van, oh, dat gaat nooit gebeuren, dan zou ik je willen aanmoedigen om dat deel opzij te zetten en er later op terug te komen, want wat we gaan doen, en wat ik je zou willen vragen, is overwegen waarmee je jezelf wilt zegenen.
- 00:27:17 Wetende dat je een oneindige schepper bent, een eeuwig wezen. Wat betekent dat je in werkelijkheid geen verleden, heden of toekomst hebt. Dus waar je jezelf ook mee zegent, je zegene jullie allemaal met al je parallelle zelf, dat is je verleden en toekomstige zelf.
- 00:27:44 Je bent een zegen als je ervoor kiest om dit te doen, en ik moedig je aan om je weer op die energie af te stemmen om de mogelijk gebruikelijke reacties van het lichaam of de geest te negeren, en om je af te stemmen op je eeuwig zelf, je oneindige zelf, het diepste deel van je hart.
- 00:28:07 Waar wil je jezelf mee zegenen? Dus wetende dat je jezelf zegent in alle tijden, ruimtes en dimensies. Je zou kunnen overwegen wat je nu ervaart en of wat je wilt ervaren, of wat je al hebt meegemaakt.
- 00:28:33 En zegen met die energie. Zo zegen ik mezelf bijvoorbeeld met de vrede die alle verstand te boven gaat. Dat is iets waar ik naartoe ga, waar ik mezelf mee wil zegenen, om altijd vrede in mijn hart te voelen.
- 00:28:56 En dus kom ik met de energie die ik al heb gekregen. Ik zegen mezelf met onredelijke mededogen. Ik zegen mezelf met grenzeloze vreugde.

- 00:29:17 Ik zegen mezelf met een steeds groter wordend bewustzijn. Ik zegen mezelf met dankbaarheid voor alle ervaringen. Waarmee zegen je jezelf?
- 00:29:37 We nemen even de tijd in stilte, gewoon voor een paar minuten. En schrijf echt zoveel op als je wilt. Zegen het. Dit ben jij. Voor jou.
- 00:31:21 Oké. En dan wil ik je uitnodigen voor een nieuwe reflectie.
- 00:31:33 Dus één manier waarop we kunnen, een manier waarop we kunnen bidden dat we vergeten zijn hoe we moeten bidden. Ik heb het afgelopen jaar eigenlijk nogal wat geleerd dat mensen vergeten zijn hoe ze moeten bidden.
- 00:31:53 Een manier om te bidden is jezelf te zegenen alsof het al gegeven is, want dat is zo. En de andere manier is om een verklaring af te leggen. Wat verklaar je over je leven of over je leven?
- 00:32:14 Want een verklaring is iets dat met een vaste intentie en volle overtuiging van het hart wordt gedaan. Dus wat verklaar je voor jezelf? Voor je leven? Vandaag? Ik verklaar ontzagwekkende schoonheid en mystieke ervaringen in mijn leven.
- 00:32:43 Ik verklaar creatief genie in mijn hoofd. Ik verklaar liefde voor al het leven en alle wezens. Ik verklaar een overvloed aan vreugde en inspiratie in mijn leven.
- 00:33:06 Wat verklaar je in je leven? Verklaar het. Onthoud dat het wordt gegeven voordat het zelfs maar wordt gevraagd.
- 00:34:48 Deze zegeningen.
- 00:34:50 En deze verklaringen gaan, zoals ik al zei, naar elk deel van jullie, in elke tijd en ruimte. Ik wil nog een paradox bevestigen die voor de menselijke geest heel moeilijk te begrijpen is.
- 00:35:16 En ik heb met mijn eigen zelf, met deze paradox, ontdekt dat ik er aan beide kanten in en uit zal gaan. En dat wil zeggen dat er niets buiten je is dat je iets kan geven, en toch is dat niets ook God die je alles geeft.
- 00:35:45 Dit is een uitdaging voor de menselijke geest. Maar ik wil je hieraan herinneren omdat je in deze zegeningen en verklaringen niets vraagt. Ik heb niet gevraagd of alsjeblieft.
- 00:36:07 Ik zei: Ik verklaar vreugde en overvloed in mijn leven. Je zegt het omdat jij de schepper bent. Het is geen verzoek of verzoek om hulp. Het is. Het is alleen jij en jij hier.
- 00:36:30 Dat is het. En we moeten bereid zijn om dit te nemen en te onthouden, deze energie, deze scheppingskracht die we hebben. We moeten dit op elk moment onthouden, anders geven we onze macht weg.
- 00:36:50 Van moment tot moment. En ik doe het nog steeds de hele tijd. Ik ben er mee bezig. Ik zal mijn kracht weggeven aan. Iemand waar ik me gefrustreerd over voel. Dat is. En dat zijn ze niet. Dat ben ik. We moeten niet vergeten dat we op elk moment actief bezig zijn met creëren.
- 00:37:18 En keer terug naar ons centrum, naar onze kracht, zodat we bewust kunnen creëren. Dus met deze zegeningen en verklaringen is dat iets dat je je geeft en het is al gegeven. De grotere geest van God weet al wat je wilt.
- 00:37:43 Daarom wordt het gegeven voordat het gevraagd wordt. Maar we moeten de dankbaarheid voelen dat we die dingen hebben ontvangen, zodat ze in ons leven kunnen verschijnen. Want anders is er een verkeerde afstemming met wat we zeggen dat we willen ervaren, zoals vreugde en geluk. Maar als ik constant overstuur, gefrustreerd of ongeduldig ben, dan ben ik dat wel.

- 00:38:10 Er is geen ruimte om vreugde en geluk te ervaren. Zelfs al werd me een vreugdevolle ervaring voorgeschoteld. Als ik me op dit moment ongeduldig voel, ga ik het missen. Ik zal er blind voor zijn. En hetzelfde geldt voor allerlei dingen die we willen creëren en manifesteren in ons leven.
- 00:38:35 We moeten dus de dankbaarheid ervaren dat we dat ding hebben ontvangen. Nadat we vanuit onze heldere geest en ons hart de ferme verklaring hebben afgelegd dat dat is wat we willen ervaren. Dus ik ga ons leiden in een.
- 00:38:57 Korte meditatie. Het is een tijdloze meditatie. Maak je dus geen zorgen over de tijd. Het is tijdloos. En je gaat een paar van die zegeningen en verklaringen gebruiken in deze meditatie. Dus op basis van je vermogen om dingen op dit moment te onthouden, kies je niet meer dan drie. Ik zou zeggen om te onthouden waar je jezelf mee zegent en wat je in je leven verklaart.
- 00:39:26 Onthoud ze, want ik zal je uitnodigen om een beroep op hen te doen wanneer we in deze meditatie zijn. Voel het dus diep. Als je het voelt, zul je het niet vergeten. Dat is het geheim om iets te leren. Om iets uit het hoofd te leren. Als je gepassioneerd bent en het voelt, zul je het nooit vergeten.
- 00:39:53 Oké, dus nu je hebt gekozen. Zoals deze meditatie gaat verlopen, ga ik je echt uitnodigen om uit je lichaam te komen. Dus achterlaten. Je lichaam achter je laten, wat betekent. En als je nog niet eerder met me hebt gemediteerd, zal ik je uitnodigen om je lichaam helemaal niet te bewegen, zelfs niet als je lichaam nee zegt.
- 00:40:21 Maar dat moet ik echt kriebelen, nee, jij niet. Ik wil je echt uitnodigen om heel stil te blijven, zelfs als je denkt, oh, maar dat is pijnlijk. Blijf gewoon stil. Het is de manier om je lichaam te verlaten. Je moet stil zijn om hier uit te komen, en om je lichaam een moment van rust te gunnen zonder dat je geest constant in de steek wordt gelaten.
- 00:40:45 Je moet stil zijn om dat te laten gebeuren. Daarom nodig ik je uit om tijdens deze meditatie tot rust te komen, zodat je wat makkelijker uit je lichaam kunt komen. En ik wil je gewoon naar een plek van pure energie brengen, gewoon creatieve energie. Het wordt dus een ruimte waar niets is.
- 00:41:06 Als je eerder vermijdingsmeditatie hebt beoefend, dan gaan we daar heen. En ik ga je uitnodigen om er nu op twee manieren te komen. En ik ga dit niet zeggen tijdens de meditatie. Ik ga je nu gewoon vertellen wanneer ik je uitnodig om naar buiten te gaan, ofwel door het middelpunt van je hart gaan als je het kunt vinden en je daarop concentreren, daar doorheen gaan of naar je achtste chakra gaan en daarin verdwijnen.
- 00:41:40 En als je zegt, wat betekent dat in hemelsnaam? Probeer het gewoon. Probeer het gewoon en ontdek wat ik bedoel. Als je een andere methode hebt om los te laten en je gedachten te stoppen, dan is dat mooi. Maar ik moedig je aan om bij me te blijven tijdens deze meditatie. Ga niet te ver van het spoor af.
- 00:42:01 Dus dan ga ik je vragen om te onthouden wat je in je leven zegent? Waarmee zegen je je leven en wat verklaar je in je leven? Ik ga je dat een paar keer vragen, zodat je je kunt herinneren dat ik mezelf zegen met vreugde.
- 00:42:22 Ik verklaar creatief genie in mijn hoofd, enz. . Dan nodig ik je uit om de dankbaarheid in je hart te voelen. Voel de dankbaarheid daarvoor. En ik wil echt uitdrukken dat jij degene bent die de energie van dankbaarheid brengt.
- 00:42:43 Het is niet zo dat iemand je bloemen geeft en dan zeg je, oké, nu zal ik dankbaar zijn. Je hebt al de bloemen gekregen. Je hebt al deze dingen al gekregen omdat het al is gegeven. Dus zelfs als je in je menselijke zelf deze dingen niet kunt zien, zijn ze toch al gegeven.
- 00:43:06 Dus we voelen nu de dankbaarheid voor hen en zo ontvangen we ze uiteindelijk. Voel dus dankbaarheid in je hart. Je moet het meenemen. Dan ga ik je vragen om een paar

minuten te gaan liggen om alles te laten kalibreren en je dan weer uit te nodigen. En ik weet dat ik sommigen van jullie heb verteld, waaronder die van jullie in mijn team, dat dit misschien maar een uur duurt, maar ik zei ook dat het misschien iets meer dan een uur zou duren.

- 00:43:32 Dus hier hebben we iets meer dan een uur. Ik zal je hier niet te lang houden tijdens de meditatie, maar dit is het moment voor jou om te creëren. En omdat we dit als collectief doen, is er meer energie. Daarom hebben we ons hart en onze geest met elkaar verbonden om deze meer energie te delen. Ik zal zeker hier zijn om ruimte met je te maken, dus neem alsjeblieft even de tijd om tot rust te komen in je meditatieve ruimte.
- 00:44:01 Je kunt je oogmasker opzetten. Ik raad je ten eerste aan om rechtop te blijven zitten. Als, als, vooral als je dat bent. Ik wil niet dat je in slaap valt. Dus blijf voorlopig rechtop zitten, en dan nodig ik je uit om aan het einde te gaan liggen.
- 00:44:22 Dus oogmaskers op. Ogen dicht. Als je geen oogmasker hebt. Laat je lichaam tot rust komen.
- 00:44:47 Je ademhaling vertragen. Je lichaam ontspannen.
- 00:45:11 Ontspan je buik. Je schouders. Ontspan je gezicht. Spieren. Je kaakspieren.
- 00:45:41 Verzachtend. Laat je bewustzijn zien. Ga naar je hartcentrum. Het midden van je borst.
- 00:46:05 Voel de energie van je hart. Met je bewustzijn in je hart. Centrum.
- 00:46:29 Voel de energie van je hart.
- 00:46:50 Laat deze energie groeien en uitbreiden.
- 00:47:20 Adem in je hartruimte in. Voel hoe de energie aan de top blijft zitten. Adem uit. Alles loslaten. Voel je hart.
- 00:47:48 Adem in je hart in. Lang en langzaam. Houd aan de bovenkant vast. Voel hoe je hart tot rust komt.
- 00:48:10 Adem uit. Ik laat het los. Leeg houden. Voel je hart. Adem in je hart in.
- 00:48:34 Houd aan de bovenkant vast. Voel je hart. Voel deze uitbreiding in je borst. Adem uit.
- 00:48:55 Leeg. Je hart voelen. Adem in. Ademhaling in het hart.
- 00:49:19 Voel hoe je hartcentrum zich uitbreidt. Adem uit. Ontspan. Voel je hart.
- 00:49:49 Sta je bewustzijn toe. Om te vervagen.
- 00:50:15 In de oneindige ruimte om je heen.
- 00:50:35 Jezelf in het niets laten zweven.
- 00:51:02 De lege leegte om je heen.
- 00:51:29 Oplossen. Into. Deze oneindige ruimte.
- 00:51:56 Voel de leegte. Met jouw bewustzijn.
- 00:52:20 De ruimte voelen. Overal om je heen.
- 00:52:44 Dit oneindige zwarte veld.
- 00:53:14 Je bewustzijn wordt één met deze leegte. Je bent een punt van bewustzijn in deze oneindige ruimte.



00:53:59 Voel deze leegte overal om je heen.

00:54:22 Oplossen.

00:54:48 Waarmee ben je jezelf aan het zegenen? Voel deze zegen in je hart.

00:55:35 Waarmee ben je jezelf aan het zegenen? Voel deze zegen in je hart.

00:56:25 Voel deze zegen in je hart. Meer

00:57:07 Wat verklaar je in je leven? Voel deze verklaring in je hart.

00:57:53 Wat verklaar je in je leven? Voel deze verklaring in je hart.

00:58:39 Voel deze verklaring in je hart. Meer

00:59:10 Voel de dankbaarheid. In je hart.

00:59:42 Voel meer dankbaarheid. Laat jezelf zegenen.

01:00:08 En wees dankbaar.

01:00:51 Voel deze dankbaarheid. Houd vast aan dit gevoel.

01:01:13 Onthoud dit gevoel. Je bewustzijn in je hart houden.

01:01:35 Ga langzaam liggen zonder je ogen te openen. Laat je lichaam ontspannen.

01:02:02 Je hart voelen. Je zachte lichaam voelen. Laat je gedachten de vrije loop.

01:05:55 We komen langzaam terug. Je hart voelen. Onthoud dit gevoel. Je bewustzijn langzaam terug naar je lichaam laten komen.

01:06:24 Dit gevoel in je hart vasthouden. Je ademhaling verdiepen. Ik kom terug. Naar deze gedeelde ruimte als je er klaar voor bent.

01:06:49 Als je in dat gevoel wilt blijven hangen. Ik heet je van harte welkom. En als je in de chat een klein beetje wilt delen van wat je hebt meegemaakt, wat je voelde. Ik heet je van harte welkom om dat te doen.

01:07:10 Het is altijd een zegen om dat voor mezelf en anderen te lezen. En ik verwelkom je ook om even na te denken. Als je iets wilt opschrijven dat je hebt meegemaakt. Wat je ook hebt meegemaakt is echt en maakt deel uit van je creatieve reis.

01:07:33 Het is informatie en het is zo belangrijk om informatie bij te houden, zodat we bewust kunnen evolueren. Dus als je daar even de tijd voor wilt nemen, heet ik je van harte welkom.

01:08:01 En weten wat je meeneemt naar je dag. Vanuit deze ervaring. Deze meditatie, hoewel vrij kort, wanneer je jezelf toestaat om echt te vervagen, naar je hart te gaan en dan in dat veld te verdwijnen, de leegte waarin je echt zoveel kunt creëren.

01:08:32 Nee, want er is geen tijd in een mum van tijd. En als je diep voelt, is dat wat dat allemaal naar je toe trekt. Dus gedurende de hele periode, vooral de rest van deze maand, nodig ik je uit om terug te komen naar deze meditatie en deze opnieuw te doen, misschien met dezelfde zegeningen en verklaringen, misschien met verschillende.

01:09:06 Ik ben zo dankbaar dat ik deze zonnewende met jullie allemaal heb mogen doorbrengen. Dank je wel. Ik heet je van harte welkom om je bij mij en deze prachtige gemeenschap van de cirkel aan te sluiten voor meer van dat soort meditaties, en ook meer geavanceerde meditaties die ik gewoon niet kan doen op de YouTube-community en andere live-evenementen die ik organiseer.

- 01:09:34 Vragen en antwoorden en elke maand een live cursus waarin ik les geef over dingen uit de gemeenschap en ook gewoon energiek wat nuttig en noodzakelijk is. Deze maand gaat het bijvoorbeeld over hoe je kunt ophelderen wat dichte gedachtevormen of negatieve entiteiten zijn, zogenaamde, en hoe je ze kunt zuiveren.
- 01:09:54 Dat is een groot stuk. Ik zal je in de praktijk leren hoe je jezelf daadwerkelijk kunt zuiveren van deze negatieve entiteiten, of dichte gedachtevormen, zoals ik ze liever noem. En het is op dit moment erg belangrijk omdat we zo open zijn, het is echt duidelijk geworden dat het belangrijk voor me is om hierover les te geven. Dus dat wordt de live cursus van deze maand als voorbeeld.
- 01:10:16 Dus als je meer informatie wilt over deze community, de Circle, heet ik je van harte welkom om naar mijn website te gaan. Com. Er staan zoveel dingen op. Het is een hele social media community. En ik geef elke maand gratis Akasha-lezingen aan mijn leden. En ze krijgen exclusieve toegang tot content en live-evenementen, echte persoonlijke evenementen met mij, uitnodigingen daarvoor en van alles.
- 01:10:41 Dus ik heet je van harte welkom om dat eens te bekijken. Als je meer van dit soort ervaringen wilt hebben met deze prachtige energie, dan komt dat veel van de kringgemeenschap. Hun harten zijn zo mooi, en ik wil jullie allemaal twee dingen geven: één, een uitnodiging voor de retraites die ik volgend jaar organiseer.
- 01:11:04 Er is een Omega Institute in New York en het Art of Living Retreat Center in North Carolina. En als je weer geïnteresseerd bent, staat al die informatie op mijn website. Als je meer diepgaand werk zoals dit wilt doen, maar in persoon, heet je van harte welkom om daar naar te kijken. En ik wil jullie mijn eigen zegen geven voor ieder van jullie.
- 01:11:27 Ik zegen jullie allemaal met de waarheid van liefde en liefde voor de waarheid. Heel erg bedankt dat ik je vandaag mocht begeleiden, om vandaag bij je te zijn in die leegte. Het was prachtig om deze ruimte voor hart en geest te delen.
- 01:11:47 Eén geest, één hart met jou. Echt een zegen. En ik wens je een mooie rest van je jaar nu we 2026 ingaan. En ik zal sommigen van jullie niet eerder zien tot ik je weer zie. Moge je je magie van vandaag herinneren.
- 01:12:11 Tot ziens, iedereen. Bedankt. Tot ziens.