



## RECEPT VOOR ZIJNSONTWIKKELING

Het Zijn wordt gerealiseerd door:

- ⑥ Te accepteren dat ik in wezen mijn Ware Zelf ben en dat die de innerlijke waarnemer, het bewustzijn, is van mijn gedachten en gevoelens.
- ⑥ Te accepteren dat ik pas dan het Zijn heb gerealiseerd wanneer ik één ben met mijn Ware Zelf en daardoor ervaar dat ik het Goede ben en doe.
- ⑥ Te accepteren dat ik pas dan één ben met mijn Ware Zelf wanneer ik vrij/los ben van mijn gedachten en gevoelens.
- ⑥ Te accepteren dat ik afgescheiden ben van mijn Ware Zelf wanneer ik mij nog laat bepalen en sturen door mijn gedachten en gevoelens. Of anders gezegd, wanneer ik nog mijn ego ben. En dat de innerlijke pijn die ik ervaar, zoals machteloosheid, angst, miskennis, eenzaamheid, haat, begeerte, enz. uitingen zijn van deze afgescheidenheid.
- ⑥ Te accepteren dat het ervaren van mijn pijn een door het leven geboden kans is het Zijn te realiseren.
- ⑥ Te accepteren dat ik deze kans niet benut wanneer ik de pijn vanuit (de wil van) mijn pijn bestrijdt. Bijvoorbeeld door het wegrationaliseren, minachten of bagatelliseren ervan. Of door mijzelf, anderen of de omstandigheden er de schuld van te geven in plaats van te accepteren als de spiegel, de bewustmaker, van mijzelf en dus als de helper van mijn zijnsontwikkeling.
- ⑥ Te achterhalen welke pijn deze strijd met behulp van mijn denken voert en de strijd los te laten door de pijn te accepteren, tot op het punt van bevrijding ervan te doorvoelen en onvoorwaardelijk lief te hebben.
- ⑥ Te accepteren dat ik goed ben zoals ik ben, ook al wordt dit door mijzelf en/of anderen niet erkend.
- ⑥ Mij bewust te zijn en te ontdoen van de dogma's, zoals taboes, normen, waarden, overtuigingen, e.d., die mijn zijnsontwikkeling in de weg staan.
- ⑥ Mij bewust te worden van en over te geven aan de wil van mijn Ware Zelf, mijn Kracht, mijn Midden, mijn Waarheid, die bestaat uit de impuls tot manifestatie in het hier en nu, de "flow", mijn ware spontaniteit.