



# **De zoektocht naar liefde**

**De zoektocht naar je werkelijk zelf  
op weg naar de 5<sup>e</sup> dimensie  
de weg van het ego naar het hart**

## De groei van je bewustzijn.

Vrij vertaald naar de teksten van Pamela Kribbe

### De verschillende fasen van onze ontwikkeling

1. egofase: het doorleven van de wil, in al haar facetten, wat zich uit in:

dualiteit: de egofase is gebaseerd op afgescheidenheid en verdeeldheid.

Ze zoekt de voldoening buiten zichzelf, in materie en tegenstellingen: mannelijk en vrouwelijk, liefde en haat, macht en onmacht, arm en rijk, gezondheid en ziekte enz.

De egofase is een onbeperkte verkenning van het terrein van macht: winnen, verliezen, veroveren, strijden, dader én slachtoffer zijn.

en

emotie: dualiteit gaat ook gepaard met gevoelsdrama's. Het verlangen naar succes, het (niet) vinden van geluk, het verliezen van geluk, het omgaan met geld, slachtofferrol op je nemen, medelijden, het spirituele zoeken naar jezelf.

2. De volgende fase van ontwikkeling is dat je ego zich nog verder ontwikkelt, als egoïst:  
Je bent meedogenloos in het realiseren van je eigen verlangens. Je begeert macht, controle en erkenning. Door dualiteit scheidt je jezelf af, je onderscheidt je van een ander. De egofase creëert de illusie van rijkdom, vervulling, erkenning, ja zelfs liefde.  
Emotioneel is het berg op, berg af, van euforisch naar diepe gekwetsheid, maar in de emoties van anderen kun je je niet verplaatsen. Jouw emoties zijn bepalend.  
In deze fase is er steeds een ervaring van tekort, een behoefte aan *meer*.

De egofase is een noodzakelijke stap in de vorming van een volledig ik-bewustzijn. Zij vertegenwoordigt eigenlijk de fase van het doorleven van één aspect van dit bewustzijn, de wil, in al haar facetten. Aan het eind van deze ontwikkeling zijn deze facetten allemaal beleefd en kan het brandpunt van het bewustzijn langzaam verschuiven naar het hart.

Hierbij is het niet de bedoeling dat het ego of de persoonlijke wil worden overwonnen of vernietigd, maar dat zij het natuurlijke verlengstuk worden van het hart, van het verlangen naar liefde en eenheid.

Macht is in wezen de energie die het verste afstaat van eenheid. Door macht uit te oefenen, scheidt je jezelf af, je onderscheidt je van een ander. Door macht na te streven, raak je nog verder af van dat 'thuisgevoel', dat eenheidsbewustzijn. Maar dit bleef lange tijd versluierd, omdat macht sterk verbonden is met illusie. Macht kan haar ware aard gemakkelijk verbergen voor een naïef en onbeproefd bewustzijn. Macht creëert de illusie van rijkdom, vervulling, erkenning, ja zelfs liefde.

3. Op een gegeven moment in je ontwikkeling, ervaar je een bepaald soort leegte. Er kan een heleboel zinloosheid optreden. Je dagelijkse bezigheden, zelfs zaken waarop je gewoonlijk sterk emotioneel betrokken bent, kunnen je opeens loslaten, 'leeg laten'.

Innerlijk treedt er in deze fase een bepaalde verscheurdheid op in de ziel. De ego-fase vormt een grote aanslag op de integriteit van de ziel. Met integriteit wordt hier bedoeld: innerlijke eenheid en heelheid van het bewustzijn. Met de intrede van het ego-bewustzijn raakt de ziel innerlijk diep verdeeld of gespleten. Zij raakt haar onschuld kwijt. De ziel weet innerlijk dat zij 'fout zit' wanneer zij andere levende wezens schade toebrengt of vernietigt.

Zij zit niet fout ten opzichte van één of andere objectieve wet of rechter die over haar oordeelt. Zij voelt innerlijk (onbewust) aan dat de destructieve kant van het machtsstreven gepaard gaat met een grote minachting voor het leven, het leven waarvan zij zelf voortbrengsel en vrucht is. Zij voelt dus diep in haar innerlijk dat zij iets tegenstrijdigs doet, iets dat in strijd is met haar eigen diepste goddelijke kern. Die diepste goddelijke kern is *scheppend* en *leven gevend*. Wanneer de ziel een tijdlang opereert vanuit het streven om persoonlijke macht te vergroten, ontstaat er diep van binnen en zonder dat zij zich hiervan bewust is een schuldgevoel. Er is geen instantie buiten de ziel die schuld aan haar toekent.

Het is de ziel zelf die ergens het besef heeft haar onschuld te verliezen, in het spel van veroveren en onderwerpen, winnen en verliezen. Er is daarom sprake van een groeiend gevoel van onwaardig zijn, dat in de ziel kruipt wanneer zij de ego-krachten in zich ontplooit.

4. Voordat die leegte ervaren wordt, is het bewustzijn overschaduwd door angst en – als reactie daarop, door het streven naar bevestiging van zichzelf. Je kunt je leven vullen met het zoeken naar zelfbevestiging en erkenning bij anderen. Het is een toestand van angst, van waaruit je steeds iets verdedigen moet. Misschien ben je, terwijl je dat doet, wel bewust van een zekere onrust in jezelf, een bepaalde nervositeit.
5. De egofase bevredigt niet meer. Vaak is er een bepaalde (ingrijpende) gebeurtenis voor nodig om de kern van die onrust echt te gaan onderzoeken. Dit kan zijn een relatiecrisis, dood van een dierbare, ernstige ziekte of je ontmoet je duale ziel (tweelingziel).
6. Je voelt je diep van binnen alleen staan. Een gevoel van heimwee zal ontstaan. Je wilt ontsnappen uit de schijnbaar eindeloze strijd van een zoektocht naar iets wat je zelf ook niet precies kunt benoemen. Je referentiepunten zijn weg. Wat eens liefde betekende voor je voelt niet meer als liefde. Je raakt ontheemd en in de war.
7. De oplossing van het ego is altijd om het probleem niet in de kern aan te pakken. Het ego zoekt de oplossing in het naar *buiten keren* van het bewustzijn. Het ego tracht het probleem op te lossen door zich te voeden met andermans energie. De energieën waar het op uit is, zijn erkenning, bewondering, macht, aandacht, bevestiging etc. Op die manier tracht het ego een schijnbevrediging te creëren van het diep in de ziel sluimerende verlangen naar eenheid, verbondenheid en liefde.
8. Dit gevoel nodigt uit tot het dichterbij brengen van de spirituele wereld naar de aardse. Het mediumschap – in de letterlijke zin een brug vormen tussen de spirituele en materiële wereld – is in deze fase een heel natuurlijke uiting.
9. Zolang je afhankelijk blijft van de erkenning van anderen, zal het diepliggende gevoel van verlatenheid en alleen-zijn niet worden opgelost. Het wordt eigenlijk erger, omdat je weigert ernaar te kijken. Overal waar het bewustzijn uitwijkt, krijgen schaduwen de kans zich te verdiepen. Daarin kunnen angsten, negatieve gevoelens en woedeaanvallen huizen. Je staat in dienst van een dictatortje, dat streeft naar macht en controle, niet alleen over zijn omgeving, maar vooral over jou.
10. Deze innerlijke duisternis, het gevoel van verlatenheid in de diepten van je ziel, waarvoor je terugschrikt, is van tijdelijke aard.
11. Het einde van de egofase komt in zicht als het ego zijn dominantie verliest, iets van haar felheid om controle uit te oefenen. Het bewustzijn er niet meer zo bovenop zit. Doordat er minder energie uitgaat naar controle en gedragspatronen die dat in stand houden, komt er ruimte voor heel andere ervaringen.
12. Onbestemde angsten kunnen aan de oppervlakte verschijnen. Onvrede met je huidige leven, twijfels aan normen en regels die je voorheen als vanzelfsprekend ervoer, psychische moeheid, seksuele desinteresse. Dingen komen op losse schroeven te staan. Het confronteert je met ongemakkelijke emoties, zoals woede, angst, verzet, twijfel en andere moeilijk te plaatsen gevoelens.
- 13.** Als je hiermee een begin gemaakt hebt, heb je het vaak **zwaarder dan degenen die nog volledig in de egofase zitten**. Er is sprake van een gespletenheid, omdat het oude en het nieuwe door elkaar lopen. Het begin van de overgang naar een hartgecentreerd bewustzijn wordt dus vaak als onprettig en moeilijk ervaren. Vaak ook gaat het gepaard met een intenser zoeken naar de zin van dingen, van het leven in het algemeen. Het ego is namelijk dol op het vellen van oordelen en het in vakjes stoppen van dingen. Dit is goed, dat is slecht, dit mag je niet doen, dat mag je wel, dit moet je doen, anders....
14. Superioriteitsgevoelens zijn kortzichtig. Ook het gevoel van 'beter zijn'. Het blokkeert je ontwikkeling naar een vrij, open, liefhebbend bewustzijn.

15. Deze zingevingscrisis, die in wezen een identiteitscrisis is, heeft veel tijd nodig om alle tegenstrijdige gevoelens te ontwarren. Het kost tijd en inzicht om een basisgevoel van zelfliefde en zelfwaardering te ontwikkelen, waardoor je bereid bent om al die tegenstrijdige gevoelens te aanvaarden.  
Maar als de eerste stap is gezet naar een hartgecentreerd bewustzijn, is die stap vrijwel altijd onomkeerbaar. Er is een proces in gang gezet in de ziel en die kun je moeilijk teniet doen.
16. Probeer de aanwezigheid van macht en controle motieven eens te ontdekken in je dagelijkse leven. Hoe vaak heb je de behoefte de dingen naar je hand te zetten? Hoe vaak erger je je aan de weerstand die de werkelijkheid beidt aan jouw wensen en ideeën?
17. Zelfacceptatie is een vorm van liefde. Liefde is de grootste magneet voor positieve veranderingen in je leven. Als je jezelf kunt waarderen om wie je nú bent, met al je 'fouten' en 'onvolkomenheden', trek je automatisch een werkelijkheid aan die jou waardeert en liefheeft. Fouten en onvolkomenheden zetten we hier tussen aanhalingstekens, omdat die alleen bestaan ómdat je jezelf niet accepteert zoals je bent. Je oordeelt scherp en hard over jezelf en wat doet dat met het creatieproces? Het zorgt ervoor dat je soortgelijke energieën aantrekt in je omgeving. Probeer niet te creëren vanuit een defensieve houding: 'het moet anders', 'het moet beter'. Creëer vanuit de liefde en zelfacceptatie voor jezelf, zonder oordeel over de ander.
18. Liefde voor jezelf. Niet op de ego-istische manier van voorheen, alles naar je toetrekend, uit eigen belang, voor eigen gewin. Egoïsme kan erop lijken dat degene die het toepast veel van zichzelf houdt. Vaak is echter het tegenovergestelde aan de orde. Degene houdt niet van zichzelf, maar zoekt de waardering in de buitenwereld en kan deze waardering – door o.a. machtsvertoon, bezittingen, prestaties, schoonheid, medelijden - verwarren met houden van zichzelf.
19. wordt vervolgd