

INHOUD

<i>Voorwoord door Richard Rudd</i>	9
<i>Inleiding</i>	11
<i>Voor de lezer</i>	17
Deel 1 Ontmoet degene die de dans leidt	19
1 De onbezongen held: je lichaamsintelligentie	21
2 Jij en je lichaamsintelligentie zijn partners voor het leven	28
3 Wees neutraal-positief als het leven tegenzit	38
4 Zit angst aan je te trekken? Als een hond aan de lijn?	47
5 Bevrijd jezelf van geërfde levensscripts	62
6 Negatieve gedachtevormen... weg ermee!	74
7 Zijn liefde, wijsheid en wil gelijk?	87
8 Je bent een hologram	100
9 Het stoute ego	110
10 Elimineer je illusies en word wakker	124
11 De liefde heelt jouw kernwond	139
12 Hoe jouw etherische lichaam je fysieke lichaam voedt	149
13 De hersenen: ontwikkel je slimheid	156
14 Ontsluit je hart	163
15 Dr. Henry's adviezen over het genezen van je lichaam	175
16 Ontdek het bewustzijn van dieren, vogels en vissen	187
17 Ontdek het bewustzijn van bomen, planten en mineralen	198
18 Wij, wij, wij...	208
Deel 2 Heling van binnen naar buiten	217
<i>Inleiding</i>	219
19 Heling door visualisatie van je lichaamsintelligentie	221
20 Jouw lichaam heeft een boodschap voor je	229
<i>Kenmerken van spirituele transformatie</i>	248
<i>Aanvullende bronnen die je mogelijk nuttig vindt</i>	251
<i>Dankbetuiging</i>	253
<i>Boeken en andere media</i>	255
<i>Over de auteur</i>	261

VOORWOORD

Een paar jaar geleden ontmoette ik Tanis Helliwell voor het eerst; ze kwam me opzoeken in mijn huis in Devon, Engeland. Zodra ik haar zag voelde ik dat ze een magisch persoon was, iemand met grote, natuurlijke wijsheid en een unieke perceptie van het feit dat inzicht en begrip vele dimensies kennen. Ik ben een groot voorstander van de kunst van het ‘magisch denken’ en Tanis verstaat die kunst als geen ander. Magisch denken is het vermogen om, naast je intuïtie, je creatieve voorstellingsvermogen actief te gebruiken en zo de geheimen van het leven te ontsluiten. Nu ken ik genoeg mensen die magisch kunnen denken, maar zijn ze ook allemaal wijs? Daar ben ik niet zo zeker van. Het gebeurt maar al te vaak dat als we op zoek gaan naar de grote, alom aanwezige wijsheid we nooit verder reiken dan de fantasiewereld. Kijk maar naar de schappen in newage boekwinkels – die staan tjokvol met dergelijke boeken.

Dit boek, *Goeiemorgen, Henry*, is anders. Zeker, het gaat vaak over magisch denken, maar het is duidelijk geschreven door iemand die heeft geleden en die veel lagen en niveaus van de werkelijkheid heeft overstegen. *Goeiemorgen, Henry* voelt wellicht als een directe, spirituele overdracht, maar is zo prettig down-to-earth geschreven, dat je haast niet in de gaten hebt hoe vaak je aan de bron van wijsheid drinkt terwijl je het boek leest.

Het kost tijd om zielswijsheid te laten groeien en rijpen. Dit boek staat vol inzichten die gedurende een jarenlange tocht zijn vergaard door te onderzoeken, te vragen en geduldig te wachten totdat dingen duidelijk werden. Ook bestrijkt dit boek een immens terrein. Het had nooit geschreven kunnen worden door een doorsneemens; dit is het werk van een oude tijdreiziger – een magiër die de grote gelaagdheid van de werkelijkheid

begrijpt en thuis is in het labyrint van de tijdloze waarheid.

Natuurlijk loopt er ook een heerlijk lijntje ‘kabouterhumor’* door de hele tekst, en dankzij die lichtheid kun je als lezer ontspannen en genieten van de prachtige reis waarop Tanis je meeneemt. *Goeiemorgen, Henry* bestaat zeker niet alleen uit breinbrekende concepten, want de auteur stelt er wetenschappelijk inzicht en de nuchtere realiteit tegenover. Daardoor is dit boek heel inspirerend, maar ook erg bruikbaar, geworteld als het is in het lichaam, de aarde en het dagelijks leven.

Waar jij je ook bevindt op je spirituele reis, *Goeiemorgen, Henry* zal je helpen om de volgende stap te zetten. Dus, adem diep in, maak je geest leeg, open je hart en laat je door de magie meenemen op de stroom van woorden die nu volgt...

Richard Rudd, auteur van *Gene Keys: Unlocking the Higher Purpose Hidden in Your DNA*

* Noot vertaler: dit verwijst naar Tanis Helliwells boeken over haar ontmoetingen met *leprechauns* (kabouters) in Ierland: *Een zomer met het Kleine Volkje*, Christoffor, Zeist 2004 en *Pilgrimage with the Leprechauns. A True Story of a Mystical Tour of Ireland*, Tanis Helliwell Corporation, 2010.

INLEIDING

Onderzoek alles wat je ooit verteld is opnieuw, verwerp datgene wat jouw ziel beschadigt en je fysieke zelf groeit uit tot een groots gedicht.

Walt Whitman (uit het voorwoord van *Leaves of Grass*)

We bevinden ons in een tijdperk van grote veranderingen. Misschien denken we dat de wereld wel weer veilig wordt en binnenkort terugkeert naar het oude 'normaal', maar ik veronderstel dat dit niet gebeurt. Mogelijk vind je mij nu een pessimist en doemdenker. Dan heb je het mis, want ik ben een optimist en hoopvol gestemd over een nieuwe dageraad die aanbreekt, waarin we onze band met de natuurlijke en algemene orde herstellen om onze ware bestemming te ontdekken.

Er bestaat een uitdrukking die wordt geassocieerd met de grote transitie die we met ons allen doormaken: de duistere nacht van de ziel. Die duistere nacht wordt veroorzaakt door de onstabiele situatie in de wereld, zoals de ineenstorting van allerlei systemen en structuren waarvan we dachten dat die solide waren: het klimaat, gezondheid, de wereldwijde economie en de samenleving op sociaal niveau. En kijk, die duistere nachten treffen niet alleen volwassenen van middelbare leeftijd, maar ook kinderen, tieners en twintigers. Deze jonge mensen zien geen hoop meer omdat er een zwarte wolk boven hen hangt, veroorzaakt door de implosie van wereldwijde systemen.

Tijdens zo'n donkere nacht worden alle ankers van ons leven gelicht – en dat voelt als een ramp omdat we ronddobberen in een wereld zonder betekenis en veiligheid. Om uit zo'n donkerte te geraken heb je nieuwe, levensondersteunende waarden nodig die zijn gebaseerd op liefde en het welzijn van alles wat

leeft. Zulke nieuwe waarden overstijgen de egocentrische houding die onze wereld tot nu toe heeft gedomineerd. Universeel bewustzijn stelt ons in staat om de uitdagingen van het leven aan te gaan (en niet al bij voorbaat te falen), hoewel dat niet eenvoudig zal zijn. Maar toch, hoe meer wij de duistere nacht omarmen als een groot geschenk in al zijn hoedanigheden, des te sneller en gemakkelijker kunnen we diep in onszelf duiken om onze eigen en gemeenschappelijke menselijke bestemming te ontdekken.

Op diepere niveaus is alchemie een metafysisch proces om ons lager zelf te transformeren in het goud van zelfverwerkelijking en juist nu wordt er een beroep op ons gedaan om alchemist te worden. Deze tijd breekt aan wanneer we het lijden beu zijn en bereid zijn om naar onze kern te reizen en ons in te zetten om onszelf van binnenuit te veranderen. In de donkere nacht wacht de goudklomp die, als je hem eenmaal vindt, jou naar de vrijheid en het licht katapulteert.

Wanneer is het goede moment aangebroken om aan deze reis te beginnen? Eigenlijk is elk moment goed, maar soms geeft het universum ons een klein zetje, dus: nu. Onze wereld staat op PAUZE. Wereldwijd worden mensen sterk aangemoedigd om hun prioriteiten en waarden te herzien en een diepe duik in hun innerlijke zelf te nemen; daardoor ontdekken ze nieuwe zingeving die hen in staat stelt hun leven in schoonheid te leiden, en afgestemd te zijn op fysiek, emotioneel en spiritueel welzijn.

Dit is geen reis voor watjes! Je begint misschien welgemoed aan deze reis, of omdat je voelt dat je het vanwege je levensomstandigheden moet doen, maar je wordt hoe dan ook geconfronteerd met jouw eigen schaduw, met je donkere en zelfs onbekende kanten die je hebt genegeerd of ontkend. En toch ga je in die donkerte het klompje goud vinden, het goud waarin je ware kracht schuilt. Overigens, de reis brengt je beslist ook vreugde. Er komen absoluut glorieuze doorbraken voor op het gebied van kennis, net als 'aha-ervaringen' wanneer de puzzelstukjes van jouw leven op hun plek vallen; ook zul je bijna als vanzelf kunnen reiken naar diepere niveaus van waarheid en

compassie en ben je in staat je hart wijd open te stellen, voor jezelf en anderen. Zodra je reis begint, leer je zacht voor jezelf te zijn, waardoor je gemakkelijker voorwaarts gaat en je ontdekt dat je op dit pad wordt gesteund door goedaardige krachten die zich buiten jouw controle of menselijk begrip bevinden.

Iedereen heeft het best denkbare geschenk gekregen om zijn eigen goud te kunnen vinden: je vrije wil. Door je wil te activeren en af te stemmen op universele beginselen, kun je jouw lotsbestemming beïnvloeden en je werkelijkheid creëren. Uiteraard heeft ieder van ons een fysieke, emotionele, geestelijke en spirituele blauwdruk geërfd om mee te werken. Maar jij en ik zijn ABSOLUUT in staat om ons levensdoel te bereiken en de plannen die onze ziel (en niet ons ego) met ons heeft te vervullen. De effecten van onze dagelijkse keuzes overstijgen dit leven. Daarom zijn aarzelingen, getreuzel en uitstel tot morgen geen positieve opties omdat uitstel het lijden op de lange termijn alleen maar vergroot.

‘Lijden’ komt mogelijk hard en niet goed te vatten over, totdat jij je realiseert dat je hulp krijgt, bij elke stap die je zet. Je bent nooit alleen. Je hogere zelf, je ziel, en diens verbondenheid met het universele bewustzijn sluiten voor jou de deuren die jou – mocht je daar doorheen gaan – kunnen afleiden van het hoogste goed; ze geven je stevige zetjes in de rug als je van je koers afraakt. Die zetjes zijn bijvoorbeeld crises op het gebied van gezondheid, klimaat, relaties, geld en werk. Ze zeggen: ‘Stop!’ Net zo vaak zullen er deuren opengaan naar betere kansen en ontdekkingen op dit gebied die zeggen: ‘Kom hierheen!’

Hoe beïnvloeden jouw ziel en het universele bewustzijn deze kolossale veranderingen in je leven? Om die vraag te beantwoorden stel ik je graag voor aan een waardevolle helper: het bewustzijn in jou. Eckhart Tolle noemt dit bewustzijn het innerlijk lichaam; Rudolf Steiner betitelde het als het elementwezen van je lichaam. Ik omschrijf het als de innerlijke intelligentie, de lichaamsgeest of ook het etherisch lichaam, omdat universele intelligentie in de ether – of ruimte – de blauwdruk bepaalt van hoe jouw fysieke, emotionele en geestelijke licha-

men worden opgebouwd. Je zou ook kunnen zeggen: het is je geweten, het stemmetje in jouw binnenste.

Welk woord je ook gebruikt doet er niet toe, zolang je maar met deze lichaamsintelligentie leert te communiceren omdat die een expert is in het traceren en ontginnen van de beste mijnen om jouw goud te vinden. Mijn mijnexpert heet Henry, en hij heeft mij geholpen om dit boek, deze gids, te schrijven voor toegewijde mijnwerkers die een hart van goud zoeken.

Goeiemorgen, Henry exploreert het belang van het ontwikkelen van een harmonieuze relatie met je innerlijke of lichaamsintelligentie én hoe je die kunt verwezenlijken. Een connectie maken met dit lichaamsbewustzijn verbindt jou opnieuw met de natuurlijke wetten, die samenvallen met spirituele wetten. Het is de snelste, meest directe manier die ik ken om van een egocentrisch figuur te transformeren naar een zielsbewust mens, want dat is de volgende stap in onze ontwikkeling. Zoals Eckhart Tolle zegt: ‘Feitelijk is er nog nooit iemand verlicht geraakt door het ontkennen van het lichaam of het vechten met je lichaam. Uiteindelijk zul je altijd moeten terugkeren naar het lichaam, waar de essentiële transformatie plaatsvindt. Transformeren gaat door het lichaam heen, niet ervan weg.’ (uit *The Power of Now/De Kracht van het Nu*).

Leren over het belang van lichaamsbewustzijn was voor mij een ontwikkelingsproces waarbij ik steeds diepere lagen levenskracht ontblootte. Het proces leerde mij waarom we ziek zijn, of lijden aan aandoeningen en zwakte, in lichaam en geest, en hoe je met je lichaamsintelligentie kunt samenwerken om dat alles te helen. En dat lichaamsbewustzijn wil met jou samenwerken, om kerngezond te worden.

Je lichaamsintelligentie – die kei van een goudelver – kan jou naar de donkere kern leiden waar je onbewuste gedachten zijn opgeslagen om je van zulke gedachten bewust te maken, zodat je ze kunt helen. Zo kun je jouw eigen levensscenario ontdekken, én de negatieve gedachten die jou saboteren. Je leert angsten en hun onderliggende oorzaken te onthullen die jou beperken. Je gaat culturele conditionering begrijpen, evenals conditionering binnen

het gezin waarin je opgroeide, die jou ervan weerhouden je werkelijke bestemming te bereiken. En dan, bewust samenwerkend met je lichaamsintelligentie, ben je in staat om die oude wonden en trauma's door jouw biologische afstamming heen te transmuteren, waarbij je zowel vooruit als terug in de tijd beweegt, om de goudklompjes te vinden die in jou opgeslagen liggen.

Je vraagt je misschien af: 'Hoe vindt die alchemistische transformatie eigenlijk plaats?' Als je illusies uit je handelen weet te elimineren, ontwikkel je liefde, wijsheid en wilskracht, en nog andere positieve kwaliteiten die jouw trillingsfrequentie versterken en je zowel het bewustzijn als de energie bieden om te kunnen transformeren. Deze kwaliteiten ontwikkelen zich op heel natuurlijke wijze; gedurende die donkere zielenacht ontdek je de gouden geschenken, alsook het bewustzijn in jouw lichaam dat jou begeleidt tijdens dit proces, en dat licht werpt op de duistere plekken. Dit alchemistische proces synchroniseert jouw hersenen en hart, zodat zij op celniveau transformeren en zo je lichaam kunnen helen.

Daarnaast oefenen jouw persoonlijke heling en transformatie direct invloed uit op overeenkomstige patronen in het collectieve onbewuste van de mensheid. Dat is niet alleen erg aardig van je, het is essentieel om meer over je menselijke bestemming te ontdekken. Je kunt gewoon met die wijze gids praten; ik hoop dat je dat ook gaat doen en ontdekt dat die gids klaarstaat om je te helpen. Dit hele krachtige proces zal je sterken bij alles wat jij nodig hebt.

Dit alles klinkt misschien nogal zwaar of ingewikkeld, maar dat is het niet. Het is de eenvoudigste reis die je kunt maken, naar je binnenste, waar jouw liefde, vreugde en kracht wonen.

Mystici hebben altijd gezegd: 'Jouw antwoord ligt in jezelf.' Ik hoop dat dit boek een getuigenis is van deze wijsheid, en jou bemoedigt de dialoog aan te gaan met je lichaamsintelligentie, om de waarheid van deze uitspraak voor jezelf te ontdekken. Als zodanig kan *Goeiemorgen, Henry* dienen als een gids voor zelftransformatie.

Goeiemorgen, Henry heb ik in een vriendelijke, unieke stijl

geschreven, als gesprek tussen mijn lichaamsintelligentie en mijzelf. Hij is de wijze, en ik ben de leerling, die soms heel slim is en soms echt hulp heeft. Als Henry zich alleen bezighield met wat voor mij relevant was, dan zou er geen boek zijn gekomen. Maar hij koos onderwerpen uit die voorspelbare struikelblokken vormen voor de meeste mensen die hun spirituele weg gaan bewandelen. De onderwerpen en gesprekken die jou in dit boek worden aangeboden zijn voorbeelden van hoe ook jij met jouw wijze, innerlijke gids kunt praten.

In 1985 ontmoette ik deze wijze gids voor het eerst, tijdens een spirituele retraite. Al mediterend merkte ik tot mijn verbazing dat er in mijn lichaam *nog* een bewustzijn woonde, eentje dat zichzelf mijn lichaamselementwezen, of lichaamsgeest, noemde en mij aansprak op het doel in mijn leven. Dat wezen vertelde mij dat de meeste mensen niet weten dat er zoiets belangrijks als een lichaamselementwezen bestaat; hij zei ook dat hij wilde dat ik, maar ook anderen, erover gingen leren. Plichtsgetrouw schreef ik twee boeken over deze lichaamsintelligentie en meende dat ik daarmee aan het verzoek van mijn elementwezen had voldaan, maar telkens werd ik naar dit onderwerp teruggefloten. Psychiaters, artsen en veel anderen vroegen mij er workshops over te geven, zoals Spirituele Lichaamspsychotherapie en Zelfheling met Lichaamselementwezens.

Aangemoedigd door de fysieke, psychologische en spirituele genezing die deelnemers in deze workshops ondervonden – bij het loslaten van dikke lagen trauma's en pijn – begon ik een boek over deze technieken te schrijven. Maar de tekst voelde gortdroog aan, dus schoof ik het concept aan de kant en legde mij erbij neer te wachten – desnoods eeuwig – tot ik nieuwe inspiratie zou vinden.

Zes jaar later, terwijl ik een beetje zat rond te neuzen in mijn tekstverwerker, tikten mijn vingers plotseling 'Goeiemorgen, Henry' en hoorde ik een innerlijke stem, waarin ik mijn lichaamselementwezen herkende. Hij zei luid en duidelijk: 'Morgen gaan we beginnen.'

VOOR DE LEZER

Welkom, en dank dat je met mij meegaat op een reis waar we de kunst ontdekken hoe we goud op alchemistische wijze kunnen delven. Ik ben dankbaar dat jij je aangesproken voelde om *Goeiemorgen, Henry* te lezen; ik zal je vrije keuze over hoe snel en grondig je wilt voortgaan volledig respecteren. Dat gezegd hebbende, hier zijn een paar tips die jouw reis hopelijk nog prettiger en rendabeler maken.

- 1 Als je een sterk mentaal gericht, intellectueel type bent, en dol op massa's data, dan is het goede nieuws: dat komt eraan. MAAR ik raad je aan om niet razendsnel door dit boek te racen om vervolgens opnieuw in ijltempo door weer een nieuw boek te scheuren. Goud delven gaat over pauzes nemen, om te kijken welke ader je het beste kunt onderzoeken, welke gang je moet inslaan, welke weg je moet kiezen. Neem dus pauzes, zodat de informatie je emoties kan binnensijpelen en doordesemt tot in de cellen van je fysieke lichaam. Dat is hoe transformatie gaat.
- 2 Ben je een sterk emotioneel type, iemand die zelfhulpboeken verslindt en graag over gevoelens praat, dan heb je misschien de neiging om de mijn in te gaan en daar voor onbepaalde tijd te blijven, zodat je steeds meer goudklompjes vindt. Doe dat alsjeblieft niet. Heb je een goudklompje gevonden? Breng het dan mee omhoog naar boven en gebruik dat goud heel praktisch, in de wereld om je heen.
- 3 Ben je een echt kinesthetisch type, zo eentje van 'bewijs het' en 'eerst zien, dan geloven', dan vormt dit boek voor jou een andersoortige uitdaging. Waarom? Omdat de Geest, het

eeuwige, grenzeloze beginsel dat ruimte en tijd overstijgt, voor de concrete mens niet aantoonbaar is. Toch zul je in dit boek praktische oplossingen vinden in de voorbeelden die ik gebruik, zodat je er evengoed mee aan de slag kunt. En dat zal ook jou in jouw leven helpen.

‘Tanis reikt ons praktische stappen aan die we kunnen zetten om ons opnieuw, als partner, te verbinden met ons lichaamsbewustzijn, zodat we erin slagen te transformeren van een egocentrisch persoon naar een zielgecentreerd mens. Omdat elk hoofdstuk enorm veel kennis en wijsheid bevat, raad ik je van harte aan de tijd te nemen voor overpeinzing en reflectie; neem het gebodene echt in je op voordat je aan het volgende hoofdstuk begint. Ik bemerkte dat ik dikwijls bepaalde passages teruglas, en begreep ze dan elke keer op een dieper niveau.’

Merle Dulmadge, President, ETRA Therapeutic Riding Association

Deel 1

ONTMOET DEGENE DIE DE DANS LEIDT

Zet de geest niet op het tweede plan;
jouw lijstjes van voorkeuren
betekenen niets.

De geest is niet geïnteresseerd in jouw welzijn
maar wil je breken
totdat je bast barst
en je herboren wordt als liefde.

Tanis Helliwell, *Omarmd door liefde*

1

DE ONBEZONGEN HELD: JE LICHAAMSINTELLIGENTIE

*Wie buiten zichzelf kijkt, droomt;
wie binnen in zichzelf kijkt, ontwaakt.*

Carl Jung, *Brieven, Deel I*

Die ochtend zat ik te peinzen over drie onafgemaakte manuscripten die ik tot nader order op een stapel had gelegd. Geen eentje ging over de innerlijke of lichaamsintelligentie, terwijl die mij juist aanspoorde om over diens grote rol in ons leven te schrijven. Mijn vastgelopen poging van een paar jaar geleden om ook maar iets van betekenis te schrijven, was er waarschijnlijk de oorzaak van dat ik mij die ochtend zo futloos voelde. Met tegenzin stond ik op, liep naar de computer en zette hem aan.

Ik gaf mij over aan het moment en hoorde: 'Eerder was je nog niet klaar om te horen wat ik te zeggen had, maar nu wel.' Het leek of het bewustzijn binnen in mijn lichaam op mijn gedachten reageerde. We waren niet apart, maar Een, en wat hij zei wist ik intuïtief eigenlijk al. Sinds mijn kinderjaren ben ik in staat om van het ene op het andere moment door de fysieke, mentale en zielenwerelden heen te glijden. Tegelijkertijd lukte het mij om wat hij zei en wat ik hoorde te ervaren als een dialoog. En zoals ik vroeger al eens had bemerkt, kon zo'n dialoog anderen helpen, maar ook mijzelf.

'Natuurlijk luister ik naar je gedachten, en trouwens beter dan jij doet. Wees niet zo verbaasd. Ik heb in het verleden toch vaker met je gesproken?'

'In twee boeken heb ik beschreven wat jij me leerde, dus ik

weet niet wat ik nog meer moet zeggen', antwoordde ik.

'Correctie! Je hebt eerder heel *kort* over mij geschreven.'

'Waarom is dat juist nu zo belangrijk?' vroeg ik. Ik was er allesbehalve van overtuigd dat ik hieraan mijn tijd moest besteden.

'Omdat dit het juiste moment is. Er komt een tijd in het leven van alle mensen – in dit of een ander leven – waarop het onbewuste bewust moet worden. Tenzij dat gebeurt, kunnen mensen zich in feite niet verder ontwikkelen. Bij jou, net als bij de meesten, is dit proces je leven lang al stapsgewijs gaande, met af en toe een flinke oprisping, zeg eens per tien jaar. Zo gaat het meestal met spirituele en psychologische zoekers die hun onbewuste willen ontdekken maar, en dit is een grote MAAR, ergens moet er een samensmelting plaatsvinden. Wat ik te zeggen heb kan heel nuttig zijn voor de vele mensen die door de duistere nacht van de ziel gaan en die deze informatie nodig hebben.'

'Ik zie niet in hoe mijn persoonlijke situatie voor anderen behulpzaam is,' bracht ik in, nog steeds hopennd dat ik het gesprek met mijn lichaamsintelligentie privé kon houden.

'Ik zal het uitleggen,' antwoordde mijn lichaamsintelligentie, om mij gerust te stellen. 'De wereld maakt een paradigmaverschuiving mee die alle mensen wereldwijd zal raken. Het is het einde van het egotijdperk en het begin van een tijdperk van de bewuste mens. Iedereen op aarde heeft hulp nodig bij het overbruggen van deze twee waarheden. Ze vinden het moeilijk dat hun waarheid wordt verpletterd. Hun worstelende ego zal zich vastklampen aan hun oude zelf en wereldbeeld. Velen, zo niet allen, zullen door een donkere, innerlijke fase gaan. *Du moment* dat de bekende structuren het begeven, zoals gezondheid, de overheid, de financiële wereld en relaties, belanden ze in een crisis die gaat over de betekenis van hun leven. Zodra ze zich realiseren dat ze niet langer controle over hun leven hebben, en feitelijk nergens meer over, worden ze depressief, boos, haatdragend, verliezen ze hoop en ervaren een leegte en het gevoel van niet meer weten.'

'Ik begrijp dat dit een heel belangrijk onderwerp is,' ant-