

22. Houden van je lichaam

Je lichaam is een stukje aarde dat zijn eigen ontwikkeling heeft en dat je nodig hebt om gelukkig te kunnen zijn. Als je blij kan zijn met je lichaam, komt er een totaal andere energie in.



*Morya Wijsheid 2: 'De weg van eenvoud',
fragmenten uit hoofdstuk 7*

“Van de aarde houden is niet tegengesteld aan echte spiritualiteit.”

“Het heeft veel te betekenen dat de mens zich goed kan voelen op deze aarde. Als hij dat niet kan, staat hij altijd in tweestrijd en draagt hij een verlangen dat hij niet kan vervullen. De mens wil gelukkig zijn en daarvoor heeft hij voor een deel de aarde nodig. Je kan het niet oplossen door te zeggen: “Ik kies voor de hemel. Ik kies voor het mooie, het Goddelijke” of wat je ook maar ziet als energie die van bovenuit naar je toe komt. Als je daarvoor kiest dan kies je voor één bepaald facet van je leven dat wel een belang in zich draagt, maar het andere facet van je leven mag je niet laten vallen. Deze aarde heeft een belang voor je leven en dat moet je durven zien.”

Als je gelukkig wil zijn, heb je zowel de hemel als de aarde nodig.

“Voortdurend stelt de mens vragen over zijn lichamelijke tegenwoordigheid op deze aarde: wat eten, hoe vermageren, hoe dikker worden, hoe gezond worden, waar naartoe? Allemaal punten die te maken hebben met lichamelijkheid, ruimte en tijd. Dingen die een zeker ritme in zich dragen, een zeker verband hebben met de andere dingen op deze aarde en waarvan hij niet ziet hoe het functioneert. Want heel veel van de elementen van de aarde die er in ons zijn, dragen in zich de intelligentie om voor zichzelf te zorgen.”

“De mens kan daarvan genieten, hij kan in zijn eigen tuin gaan wandelen, de tuin van zijn lichamelijkheid en daar genieten van ieder element dat er aanwezig is. En wanneer het fout zit, dan vindt hij dat hij daar iets aan moet doen. In veel gevallen hoeft hij daar niets aan te doen en moet hij de pijn alleen maar kunnen verdragen tot ze vanzelf weggaat. Want het lichaam is een fantastisch, fenomenaal instrument dat voor zichzelf kan zorgen.”

Ons lichaam weet doorgaans hoe het voor zichzelf moet zorgen, zelfs als wij zelf niet begrijpen hoe het functioneert.

“Dat is ook het wonderlijke, dat hoe meer je dat lichaam kan zien als een tuin waarin je kan wandelen, waarin je kan verblijven en waarin je kan thuiskomen, hoe meer je dit lichaam kan leren waarderen. Hoe het er ook uitziet. Want de normen die de mens aanlegt voor zichzelf van: ‘het moet er zo uitzien’, zijn meestal fout. Hij weet niet hoe het er uit moet zien, want hij weet niet vanwaar het komt en waar het naartoe gaat.”

Als je thuiskomt in je lichaam, kan je het leren waarderen, hoe het er ook uitziet.

“Er zit een heel grote ontwikkeling in dit lichaam dat meegaat met deze aarde. Omdat hij de aarde niet begrijpt, begrijpt de mens het kleine stukje aarde waar hij aan vastzit ook niet. Hij zit niet alleen vast aan die heel grote aarde, maar ook aan dat kleine stukje, dat kluitje aarde wat hij zelf is, die lichamelijke die hij heeft. Daar moet hij naar durven kijken en mee durven leven. Hij moet dat kneedbaar instrument - want het is kneedbaar - ook als dusdanig proberen te benaderen. Hij moet ontevreden kunnen zijn met de dingen die lichamelijk in hem zijn en tegelijk daarmee zelfs heel diep tevreden en gelukkig kunnen zijn.”

Ons lichaam is als een klein kluitje aarde waar we aan vastzitten, waar we tegelijk ontevreden en diep tevreden over moeten zijn.

“Dus daarin zit weer een enorme tegenstelling die Ik hier even duidelijk maak. Want als je naar je lichaam kijkt, kan je zien dat dit lichaam niet af is, dat het in een groei zit en in een groei van levens.

Dat wil Ik heel duidelijk stellen: ondanks dat je dit lichaam aflegt aan het einde van je leven en opneemt op het moment van de geboorte - of de conceptie, beter gezegd - waardoor het een vorm zal krijgen, op het moment dus dat je het opneemt en weer aflegt, heb je nog altijd andere lichamen die in verband staan met dit lichaam dat je nu hebt. Het lichaam is wel afgelegd bij de dood maar het laat zijn sporen na. De hele informatie die er in dit lichaam zit, wordt opgenomen in de ziel en iedere keer dat je een nieuw lichaam zal aannemen op deze aarde in een nieuwe incarnatie, zit daar het hele ervaren opnieuw in. Het ervaren gaat over de levens mee ondanks het feit dat je voortdurend nieuwe lichamen gaat betrekken en bewonen. Je lichaam gaat naar een veredeling, verfijning, vereeuwiging.”

De essentie van je lichaam reist met je mee van leven naar leven, zodat je het kan blijven ontwikkelen en verfijnen.

“Wanneer je naar je lichaam kijkt, dan moet je niet de indruk hebben dat het af is, dan moet je niet de indruk hebben dat je daarmee tevreden bent, maar je mag wel de indruk krijgen dat je daarmee gelukkig kan zijn, dat je blij kan zijn dat je in een lichaam leeft. Kost wat kost moet je het zo kunnen zien.”

Wees gelukkig met je lichaam, terwijl je weet dat het nog niet af is.

“Wat je lichamelijke toestand ook is - en het mag een ziekte toestand zijn of het mag een vervelend iets zijn - het is belangrijk dat je blij kan zijn met dit lichaam, heel eigenaardig is dat. Tot één minuut voor de dood moet je blij kunnen zijn met je lichaam. Dit zou ideaal zijn. Dan ga je heel anders om met dit lichaam. Dan doe je dingen die ongelooflijk mooi zijn, want dat is het hele punt.”

“De mens durft soms dit lichaam niet te aanvaarden dat hij eigenlijk cadeau heeft gekregen. Hij gaat er zo mee om dat hij het zich toe-eigent en sommigen zeggen zelfs dat ze dit lichaam *zijn* en als dit lichaam verdwijnt, dat ze dan zelf verdwenen zijn. Ze zijn zo één met dit lichaam dat ze denken dat ze dat lichaam zijn. Dat is een heel grote fout die ze maken, omdat ze dan de werkelijkheid niet kunnen zien van deze lichamelijke toestand waarin ze zijn.”

Als je blij bent met je lichaam, ga je er helemaal anders mee om.

“Als de mens blij zou kunnen zijn met zijn lichaam, zou er een totaal andere energie in het lichaam komen. Er zou een soort stroming teweeggebracht worden van de kruin naar de voeten en dan komt er een eenheid in het beleven van dit lichaam.”

Als je blij kan zijn met je lichaam, komt er een totaal andere energie in.

“Er zijn heel veel toestanden op deze aarde die dit lichamelijke proberen te verzwakken en aan te vallen. De mens moet leren kijken naar deze toestanden, hij moet het misschien gezamenlijk doen, samen met anderen. Mensen moeten met het lichamelijke bezig kunnen zijn op een niveau van overleg. De mens moet zijn lichamelijke kwaliteiten leren verfijnen zodat hij er beter mee kan leven: gezonde voeding, gezonde lucht, gezonde ontspanning. Al deze facetten van het bestaan hebben hun eigen betekenis en hebben een zeer grote betekenis voor de mens. Maar hij moet het gezamenlijk doen. ... Als je over lichamelijkheid bezig bent is het belangrijk dat je samenkomt en samen oefeningen doet, erover praat. Daarmee bezig zijn op een manier dat je het tot een ontplooiing brengt, tot een rust, tot een vrede, tot een kracht, tot een schoonheid. Dit is iets van de groep, van wat de mensheid betekent. ... Het is belangrijk om dit te durven zien want veelal zit men opgesloten in een zelfzucht als men met zijn lichaam bezig is.”

*Als je bezig bent met het lichaam, doe dit dan liefst
samen met anderen.*

