

## Inleiding tot de Heilig-Hartmeditatie

### EEN BRIEF VAN JAMES TWYMAN:

Geliefde Vrienden,

Morgen zullen we de eerste van drie "Heilig-Hart-Lessen" verzenden, een gratis Internetcursus, ontworpen om duizenden mensen te helpen de Spirituele Kinderen bij te staan om een Nieuwe Wereld van compassie en vrede te openbaren. Vele van de spiritueel open Kinderen die ik ontmoet heb, zeggen dat ze een geweldige gave hebben die ze nu met ons willen delen. Ze kunnen met elkaar communiceren waar ze zich ook bevinden op de planeet. Het is

communicatie met het hart, gebaseerd op een zich uitstrekkend gevoel van liefde, zowel als concrete informatie. De Kinderen spreken over het versterken van het "Rooster," een net van energie dat de aarde omspant en dat inwerkt op het menselijke bewustzijn. Ze zeggen dat het tijd is dat zo veel mogelijk mensen hen hierbij kunnen helpen, en dat opening op hetzelfde niveau van communicatie nodig is. Dat is eenvoudigweg het doel van deze cursus.

De "Heilig-Hart-Lessen" zullen als volgt aangeboden worden.

De cursus zal verdeeld worden in drie e-mails die we in een negendaagse periode zullen versturen. (De lessen komen om de drie dagen.) De eerste les zal naar iedereen van de Beloved-Communitylijst gezonden worden op 1 juni. Je mag hen naar iedereen doorsturen van wie je denkt dat ze voordeel zullen halen van deze informatie. De kinderen hebben tevens verzocht dat het een gratis cursus zou zijn. Dit is omdat het belangrijk is dat zo veel mogelijk mensen de kans moeten krijgen om deze wijsheid te genieten, en daarna hun energie samen te brengen op een gegeven dag. Er worden geen financiële bijdragen gevraagd. Je hoeft zelfs niet in te schrijven voor de cursus. Als je, om welke reden ook, de lessen niet krijgt zal er een link zijn op:

<http://www.emissaryoflight.com>

We zullen binnenkort een datum prikken voor de wereldwijde vredeswake, waarin we gebruik maken van de informatie uit de lessen om het, wat de Kinderen noemen, "Heilige Hart van de Wereld" te openen. (Zo ongeveer rond 15 juni.) Op z'n minst 100.000 mensen wereldwijd zullen hieraan deelnemen. Het enige vereiste zal het leren van de meditatie zijn die in de lessen

aangeboden wordt. Nogmaals, deel dit met zo veel mogelijk bekenden en vrienden en vraag of ze mee willen doen met de vredeswake.

Ik zal jullie een paar keer de gelegenheid geven om deel te nemen aan telefoon-conferenties waarin ik ieder die dat wil zal assisteren met de voornaamste meditaties. Dit zal een mooie manier zijn om in contact te komen met andere mensen en om persoonlijke aandacht te krijgen. Bezoek ook eens onze Beloved Community chatroom en messageboards die je kunt vinden op

[www.emissaryoflight.com](http://www.emissaryoflight.com) (of voor de Nederlandssprekenden bij de James Twyman Groep) Toen we de Lepelbuigcursus begin dit jaar aanboden, waren er dag en nacht zo'n 50 tot 100 mensen in de chatroom om ideeën uit te wisselen. Ik hoop ook nu weer die zelfde energie te creëren.

#### Waar komen de lessen vandaan?

De inspiratie voor deze lessen komt uit verschillende bronnen. Zoals ik al zei komt de meeste informatie uit de gesprekken met de "Psychic Children" waarmee we de laatste tweeënhalve jaar mee gewerkt hebben. Ze hebben een bijdrage van onschatbare waarde geleverd. Daarnaast komen sommige van de oefeningen uit mijn ervaringen met de Afgezanten van Licht in de bergen van Bosnië in 1995.

Als laatste hebben we de afgelopen drie maanden de cursus "De kunst, Vrede te ZIJN" met zo'n 25.000 mensen meegemaakt. Deze is zonder twijfel het meest krachtige programma geweest dat door de Beloved Community werd aangeboden. De 33 lessen werden geïnspireerd door een

ervaring die ik eerder dit jaar had toen ik de energie voelde van Jeshua (Jezus) tijdens een bezoek aan de Dode Zee in Israël. Ik beweer niet dat de lessen van "De kunst, Vrede te ZIJN" gechannelled werden, maar ik geloof dat hij het hart van elke deelnemer geïnspireerd heeft. In die zin hebben we een soort Goddelijk Partnerschap gevormd, en het heeft zich bewezen als buitengewoon effectief.

Ik leg dit uit omdat ik besloten heb om dezelfde werkwijze te gebruiken in het schrijven van deze nieuwe, gratis cursus. Ze zullen geschreven worden in de persoon van Jeshua, en ik geloof oprecht dat hij bij ieder van ons zal zijn als we ze lezen. Deze lessen geven een nieuw beeld van ons aloude begrip van het Heilige Hart van Jezus, dat universeel en imminent is. Het is aan ieder van ons om in deze realiteit te stappen, en dit, nogmaals, is het ware doel van deze cursus.

(We zullen later in juni een nieuwe cursus van "De kunst, Vrede te ZIJN" aanbieden. Ik raad dit iedereen ten zeerste aan die als een "Instrument van Vrede" gebruikt wil worden in de wereld van vandaag.)

Ik ben heel blij en opgewonden dat ik deze nieuwe informatie kan aanbieden. Het is een vervolg van alle lessen van de Lepelbuigcursus, en ook van die van de Afgezanten van Licht zelf. Ik hoop dat je geraakt bent door deze informatie en dat het je dichterbij het besef brengt dat je op dit moment een verlicht wezen bent. Je bent nu zo nodig. Dank je dat je de oproep beantwoordde.

In Vrede,

James Twyman

Deze lessen worden aangeboden door de inspiratie en stem van Jeshua (Jezus). Wie kan beter het doel van het Heilige Hart in ieder van ons beschrijven? James.)

### **Les 1:**

"en rond de troon was een regenboog die eruitzag als smaragd." (NBV, Openbaring 4:3)

We beginnen vandaag een reis waarvan je de bestemming niet kunt missen. Het is een reis in je hart, en daarom, naar je Thuis. Er is geen andere plaats voor je om heen te gaan, want er is niets anders wat je ooit bevredigd heeft. Er is nu maar één doel en de beloning die je zoekt is reeds de jouwe. We beginnen met deze kennis, deze erkenning, want het is door dit te beseffen dat je je Huis kunt binnengaan. Besef, nog voor je een woord verder leest, dat alle dingen volledig in jou zijn. Omhels deze ene gedachte, en de rest zal vanzelf komen. Alle dingen zijn nu volledig in jou.

Je zou er goed aan doen om met je verstand het "hart" te begrijpen, dat onze bestemming en ons doel is. Verwondert het jou als ik je zeg dat je drie harten hebt, en dat elk een compleet andere functie heeft? We beginnen met het eerste, het hart dat je fysieke zelf bestuurt. Het is het hart van vlees dat het lichaam waar jij aanspraak op maakt, voedt, en voor de meeste is deze kennis genoeg. De meeste van jullie kennen ook het tweede, meer fijnstoffelijke energiecentrum, het hart dat het hart bestuurt. Dit is de chakra die je verbindt met je Heilige Doel op aarde. En dan is er een nog hoger kanaal dat je kunt bereiken. Het derde en laatste hart, dat we het "Heilige Hart" noemen, is waar we onze aandacht nu op gaan richten. Je ware roeping ligt hier, want de gaven dat het brengt gaan al het andere te boven. Het is de "Troon van Kracht," de poort naar het hele universum.

Dit is hoe je de aard van je drie harten kunt begrijpen: Het eerste bestuurt alle fysieke dingen; het tweede, of fijnstoffelijke hart, bestuurt alle spirituele dingen; het derde, of Heilige Hart, bestuurt eenvoudigweg alle dingen. Het is de brug die jou verbindt met alle werkelijkheid. Het activeren van je Heilige Hart is de laatste stap in het beseffen van jouw eenheid met alle wezens. Dit is in feite zijn voornaamste functie. Als jij je dit realiseert, zul je weten dat alle gedachten gedeeld worden, en dan zul je blijmoedig je Zelf lenen voor de hoogste dienst van de Mensheid. Dit kan niet bereikt worden met het onderste hart, wat we het fijnstoffelijke of tweede hart genoemd hebben. Het is nog steeds verbonden met de wereld die je in je verbeelding gecreëerd hebt, maar die nooit echt was in het Hart en de Geest van God. Begrijp je het verschil? Tot nu toe heb je ervoor gekozen om in deze droom te leven, en de functie van het onderste hart is om je weg te leiden van de ene wereld

in de volgende, van de wereld van schaduw en nevels naar die van puur Licht. Daar aangekomen, wordt het bovenste, of Heilige Hart, je gids. Het zal je niet op een dwaalspoor brengen, want als dit eenmaal geopend is, zul je vrij zijn op een manier die jij je nu niet kunt voorstellen. Als je eenmaal geleerd hebt te leven in het Heilige Hart dat we delen, zul je je bewust worden dat je naast me staat, en de wereld van dromen zal geheeld zijn.

Het is een eenvoudig pad dat we tezamen bewandelen, want het ingewikkeld maken zal alleen maar tot meer verwarring leiden. Ik begin met het erkennen dat onze missie al voltooid is. Maar nu moet jij leren mijn overtuiging te delen. Om dit te kunnen doen, moeten we samen een proces doorlopen, met als doel je intentie te verbinden met je bewustzijn. Dat is wat ik bedoel als ik zeg dat je al naast me staat. Ik zie je hier al, maar nu moet jij jezelf ook waarnemen. Daarom is de enige verandering die moet plaatsvinden een verschuiving in je waarneming, of je bewustzijn. Als je eenmaal ervan bewust bent dat onze missies met elkaar verbonden zijn, is de verschuiving in je waarneming compleet.

Het doel van vandaag is om te ontwaken en dan je Heilige Hart te activeren. Laten we beginnen met de locatie te bepalen. Je hebt misschien afbeeldingen gezien van het "Heilige Hart van Jezus" met daarop het fysieke hart met een Goddelijke Vlam daar boven. De Goddelijke Vlam is het eigenlijke Heilige Hart, terwijl het onderste deel de symbolische voorstelling is van wat men gewoonlijk de "Hartchakra" noemt. Het Heilige Hart is vaak voorgesteld als een drievoudige vlam en elk deel van de vlam staat symbool voor de eigenschappen die aanwezig zijn in iemand die zijn hart volledig geopend heeft. De eerste vlam is blauw, de kleur van kracht of moed. De tweede is geel, de kleur van wijsheid. De derde vlam is roze, de kleur van onvoorwaardelijke liefde. Wanneer deze vlammen als één verenigd zijn, worden ze violet, ofwel het vuur van transformatie. Het voormalige zelf is verdwenen en jij blijft over met alleen waarheid. Het Zelf leeft ter voltooiing van zijn missie in de Hemel en op aarde. Dat is, eenvoudig gezegd, waarom je nu hier bent.

### **Het aansteken van de Vlam:**

We zullen nu je Heilige Hart activeren, zodat het zijn werkelijke taak kan gaan dienen. Lees eerst de stappen door, ga dan terug en volg deze met geheel je toewijding op. Het doel van deze visualisatie is om contact te krijgen met de energie die aanwezig is in je fysieke en fijnstoffelijke lichamen, om haar dan te ontsteken in je bovenste hart. Je kunt het vergelijken met een gasfornuis. Eerst draai je het gas open en dan ontsteekt een klein vonkje de hele gaspit. Je bent nu gevuld met energie. Sommige vormen van energie noem je goed of positief, terwijl je andere als slecht of negatief beschouwd. In werkelijkheid is er niet zoiets als goed of slecht, positieve of negatieve energie. Jouw gedachten alleen doen dit zo lijken, en door het loslaten van deze gedachten, of het verhaal achter die gedachten, herstel je het vermogen om met ál je energie te werken. Dat is het doel van deze oefening.

### **Eerste Stap:**

Het eerste stuk van deze oefening zal je helpen te beseffen dat ook als er geen verhaal aan je energie verbonden is, dat dit hetzelfde gevoel geeft. Sluit je ogen en ontspan. Ga in je herinnering terug naar een moment waarop je grote vreugde ervoer, het gelukkigste ogenblik van je leven. Herinner je dit zo gedetailleerd als je kunt en probeer, terwijl je dit doet, de emoties te voelen die je toen voelde. Stel je voor dat je de gebeurtenis overnieuw doorleeft. Kijk en luister naar de mensen om je heen. Sta jezelf toe de emoties zo sterk te voelen als je kunt. Merk nu op waar in je lichaam je de energie het sterkst voelt. Misschien is dat in je hart, of misschien in je buik. Stel je daar een bal van licht voor, en terwijl je nog steeds in je verhaal bent, plaats je beide handen op die plek. Weet dat die bal van licht zich koppelt aan je handen, en beweeg dan na enkele seconden, als die bal al niet in je hart was, je handen in die richting tot de bal van energie opgenomen is in je onderste hart.

### **Tweede Stap:**

Laat nu het verhaal volledig los en kijk of de energie verschuift of op enigerlei wijze verandert. Laat die bal van licht, sterk vibrerend, een ogenblik rusten in je hart. Laat nu één van je handen naar boven gaan tot vlak boven de andere. Stel je voor, terwijl je dit doet, dat je een gedeelte van de energie naar de omgeving trekt waar je Heilige Hart zich bevindt. Nu lijkt het op de brander die gas doorlaat zonder de vlam. Laat dat van pure liefde in vervoering brengende gas het gebied rond je bovenste hart vullen. Dit is altijd al de bestemming geweest van de energie, want die zal altijd proberen daar heen te gaan, waar het de mensheid dient, precies zoals jouw grootste vreugde zich tracht uit te drukken in de wereld. Voel deze energie je Heilige Hart volledig vullen.

### **Derde Stap:**

Het ontsteken van de drievoudige vlam van het Heilige Hart is niets anders dan het verwoorden van je intentie. Jou is alle macht gegeven om te scheppen en schijnbaar te verwoesten, maar nu moet je leren die met bekwaamheid te gebruiken. Zeg, terwijl je je hand boven het bovenste hart houdt, deze drie woorden, en adem daarbij diep, wetend dat ze jouw zuiverste licht ontsteken.

Alles wat nu nodig is, is je intentie.

"Het is volbracht!"

Je hebt JA gezegd tegen het Universum, en je hart is nu levend. Hoe meer je focust op dit leven de komende drie dagen, hoe meer je de uitwerking hiervan zult voelen. Het lijkt op een pasgeboren kind dat jou nodig heeft voor voeding en verzorging, zodat het levendig en krachtig kan groeien. Dat is je opdracht tot de volgende les. Dan zullen we meer delen, opdat je met je geest mag begrijpen wat je in je hart al weet.

Ik verheug mij met jou.

Broeder

## **Les 2**

De kinderen leiden jou naar een nieuwe wereld, maar toch één die jij altijd gekend hebt. Het is hun onschuld die je leert te herwinnen, hoewel die jou helemaal nooit verlaten heeft. Zij is verstopt en geïsoleerd, dat wel, maar de gave van het leven kan jou niet verlaten, zelfs niet in je dood. Hierdoor is je onschuld veilig voor alle eeuwigheid. Leven wordt door jou gerealiseerd, en nu is het de tijd dat je ervoor kiest om terug te keren naar de zuiverheid waarin je gecreëerd werd. Omhels haar nu, en je Heilige Hart zal door de hele wereld stralen.

Alles in je geest wordt weerspiegeld in je lichaam, net als alles in het massabewustzijn van de wereld weerspiegeld wordt in de aarde die jij opeist. Toen je geboren werd waren al je goddelijke gaven weerspiegeld in perfecte balans in deze tempel. Je was in staat om multi-dimensionaal te communiceren, om jezelf te zien in de ziel van alle schepselen, en om je liefde te geven zoals het toen en altijd aan je teruggegeven zal worden. Maar na een tijd vestigde zich een nieuwe wereld rondom jou, gebaseerd op onwerkelijke wetten die gemaakt werden om de expressie van je leven te beperken. Tot dan was er een klier, de Thymus genaamd, heel sterk in jou en die reguleerde en inspireerde je natuurlijke heling en gaven. Wanneer je dit woord ontleedt, krijg je "thy" en "mus," wat een verkorting is van "muse," ofwel "dat wat inspireert," onthuld hij de gave van zijn aanwezigheid. Maar toen stopte je met luisteren naar de inspiratie die hij gaf, en de thymus begon te verschrompelen. Bij de meeste volwassenen is hij heel moeilijk te vinden, want de energiestroom die er naartoe en van af vloeide heeft opgehouden toen je een kind was.

De thymusklier wekken is de fysieke tegenhanger om het Heilige Hart te activeren. De kinderen begeleiden jou vandaag omdat hun inspiratie nog erg sterk doorwerkt en je wordt instinctmatig tot hun kracht aangetrokken. Zij hebben niet het pad genomen dat uitgestippeld is door een wereld waar ziekte, pijn en dood heersen. Zij kozen een andere weg en jij zult hen volgen naar een nieuwe wereld. En terwijl je dat doet begint de thymus, of het heilige hart, weer opnieuw tot leven te komen en te groeien in je fysieke lichaam. Er wordt dan een brug hersteld die terugleidt naar je

onschuld. Je zult deze brug oversteken en allen die je liefhebt meenemen. Dat is het werkelijke doel van deze meditatie.

Nu het Heilige Hart van binnen weer aangestoken is, moeten we de vlam brandende houden. Ik zal twee manieren aanreiken die dit bewerkstelligen, de eerste is een fysieke en de tweede is een spirituele methode.

1. Klop zacht op het gebied van het bovenste hart met drie vingers, terwijl je je aandacht richt op de vlam van binnen. Deze visualisatie, tezamen met het kloppen, zal energie naar dit energetische centrum aantrekken en zal een verbinding tot stand brengen tussen de twee werelden. Dit is de brug waar ik het over had en het ontwaakte Heilige Hart zal het pad zijn dat je daar naartoe leidt. Doe deze stap een paar keer per dag en je zult een stroom energie gaan voelen die je niet eerder ervaren hebt. Het is deze stroom die je naar de volgende stap leidt.
2. Spreek met jezelf af om gedurende de komende drie dagen tenminste één uur per dag te besteden aan "Het Zien" van het Ontwaakte Heilige Hart in anderen. Ik kan de voordelen van deze oefening niet genoeg benadrukken. Als je werkelijk jezelf wilt kennen als ontwaakt, zie dan anderen als ontwaakt, onafhankelijk van enig bewijs van het tegendeel. Je kunt een geschenk niet ontvangen dat je niet bereid bent te geven, want dan dwing je nog steeds je geest in "de afscheidingstheorie van het ego." Dat is geen werkelijkheid, want alleen de Liefde van God is eeuwig. Als je een uur per dag besteedt aan dit in anderen te zien, dan zullen zowel het bovenste als het onderste hart verder uitdijen dan wat je tot nu toe gekend hebt. Dan zul je het pad kennen dat je bewandelt, en we zullen samen zijn in deze heilige herkenning. Je hoeft hierover tegen niemand een woord te zeggen, in feite is het beter om dat niet te doen. Geef alleen. Alleen liefde. Je eigen Heilige Hart zal dan barsten van Licht, het Licht dat je Thuis is.

Ik heb gezegd dat dit een eenvoudig pad is dat we samen bewandelen, maar dit zijn ook de belangrijkste stappen die je ooit zult zetten. Er zijn nu ontwaakte wezens op ieder niveau die wachten op jouw hulp, en je zult dat alleen te weten komen als je hart zich uitdijt om de hele wereld te omvatten. In de laatste, derde les zullen we de laatste stap zetten van Goddelijke Communicatie via jouw Heilige Hart, en dan zul je in staat zijn je bij ons te voegen. Dit is het enige wat vereist is. Je kunt niet horen totdat je geleerd hebt te luisteren. Daarom zijn we hier, en daarom wordt dit je aangeboden. Kies dit moment om deze taak te vervullen. We wachten nu op jou.

Broeder

### Les 3

Er omgeeft jou een energieveld dat de Goddelijke Stroom van Gratie verbindt met jouw hart en geest. Er zijn momenten in ons leven waarop we dit veld kunnen waarnemen en de informatie kunnen vertalen die we ontvangen. Dit kan gebeuren als we in de natuur zijn of in diepe meditatie. Plotseling opent je hart en je "WEET" gewoon iets, of misschien wel ALLES. Je bent eraan gewend geraakt om niet bewust te zijn van deze stroom, want dat is het verdovende effect van waarneming en de wereld die je geschapen hebt om je voor de waarheid te verbergen. Tijd wordt nu het middel waardoor je alles afleert wat je in die wereld gecreëerd hebt, alles wat je aandacht tot nu toe trok, om de Standvastigheid van Gratie te gaan ervaren, wat jouw werkelijke wens is, en die van mij voor jou. Deze Goddelijke Communicatie is het ware doel van deze lessen, en het is de functie van je Heilige Hart. Nu je dit energiecentrum geopend hebt, zul je in staat zijn om je Heilige Taak te vervullen waarvoor je geboren werd. En wat is deze Taak?

#### ***Te weten wie je bent!***

Welke andere reden zou er kunnen zijn dan de waarheid te kennen die veilig voor jou bewaard is in de Geest en het Hart van God? Als je deze eenmaal kent, kun je haar geven. Het einddoel is niet met anderen te communiceren die jij waarneemt als afgescheiden van jou, maar te beseffen dat er niets van jou afgescheiden is. Als jij je deze kennis eigen gemaakt hebt, besef je dat jouw rol en die van God dezelfde zijn. Je bent hier om compassie te bieden aan alle wezens door ze in je hart te

houden. Als je dat gedaan hebt, is Goddelijke Communicatie vanzelfsprekend. Dat is niet iets wat je streeft te bereiken, maar iets wat je gewoon BENT. Nu je je eigen Heilige Hart hebt geopend en geactiveerd, is dit zondermeer haalbaar.

Communicatie is de sleutel tot Kennis. Het is weliswaar belangrijk dat we helder hebben welk niveau van communicatie we ons op richten om te bereiken. Als mensen met elkaar praten, vindt er helemaal geen communicatie plaats. Het doel kan een verbinding van geesten zijn, maar de denkbeelden die je in je geest hebt, blokkeren de stroom. Dit is de illusie van communicatie, want denkbeelden kunnen niet met andere denkbeelden communiceren. Op andere momenten probeer je van hart tot hart te communiceren, maar de angsten die je hebt blokkeren nog steeds wat je zou kunnen bevrijden. (Dit is de reden voor het activeren van het bovenste hart, omdat het niet door angst gevangen is.) Communicatie is onmogelijk binnen de wereld van waarneming, omdat zij uiteindelijk door jou geschapen is om te ontkennen wie jij bent. Zolang jij jezelf afgescheiden ziet van iets anders, heb jij de waarheid ontkend. Goddelijke Communicatie, echter, komt voort uit weten wie je bent, en dat kan niet plaatsvinden binnen de omstandigheden van deze wereld.

Maar, er is een andere wereld waar je kunt vertoeven, één waar je in staat bent om als Eén Hart te communiceren, volledig bewust van de Goddelijke Stroom die zelfs nu door en om je heen stroomt. Je Heilige Hart is de brug die van deze wereld naar de volgende leidt, en hoewel je helemaal niet zult blijken te bewegen, is het de stap die je moet maken als je wilt communiceren zoals God.

Dat is je doel nu - TE COMMUNICEREN ZOALS GOD. Dit lijkt nu misschien ontzagwekkend, maar het is het enige wat je ziel uiteindelijk zal bevredigen. Je hebt je Heilige Hart al geopend en geactiveerd en daarmee heb je alles om deze taak te volbrengen. Nu hoeft je alleen nog maar te doen waarvoor je bent gekomen en de Werkelijke Wereld verschijnt vanzelf.

### ***Het is nu tijd om het Hart van Vrede binnen te gaan.***

Er zijn twee manieren om te communiceren door het Heilige Hart. Ze zijn in feite gelijk, maar om te oefenen zullen we ze scheiden. Als je er één helemaal goed beheerst, dan zul je geen onderscheid meer hoeven te maken. Ik stel voor dat je ze beiden oefent en deelt wat je geleerd hebt. Oefening is de sleutel om de functie van het Heilige Hart te verstevigen, die dan een volledig spiritueel pad op zich zal worden. Als je met elkaar leert communiceren met deze methode, zal je vermogen om direct met de bron van je wezen contact te maken tot stand gekomen zijn.

#### **Eerste Methode: - Communicatie van Liefde**

Kies iemand waarmee jij je wilt verbinden. Onthoud dat je niet de voorschriften van het verstand volgt, maar die van je hart, dat communicatie anders ervaart. Leg eerst alle vooroordelen naast je neer en stel je geest open. Ban alle gedachten uit het verleden uit je hoofd, want die zullen je hier niet van dienst zijn. Het hart dat zich openstelt om liefde te communiceren weet precies wat het moet doen en hoe het zijn doel kan bereiken.

Het is niet belangrijk dat de gekozen persoon iets afweet van wat jij aan het doen bent. Het is een geschenk dat jij aanbiedt en dit gebeurt in alle zuiverheid en het is niet nodig hem op de hoogte te stellen, behalve als jij daar behoefte aan hebt. Sluit je ogen en stel je voor dat deze persoon voor je staat. Zie hem in helder Licht, vervuld van liefde en genade. Dit zal een diepere opening in jou bewerkstelligen, want je kunt niet iets geven, vooral niet de Goddelijke Vrede, zonder het zelf te ontvangen. Stel je voor dat hij in fysieke vorm voor je staat en zie een denkbeeldig koord van Licht dat jouw bovenste hart met de zijne verbindt.

Terwijl je dit doet, stel je een purperen kristal voor dat vibreert in je Heilige Hart. Je zult de vlam van de chakra zien en dan het kristal in of rond deze vlam. De volgende stap is een diepe langzame inademing en terwijl je dit doet, trek je de persoon het kristal binnen. Zie de persoon zoals hij voorheen was, maar nu bevindt hij zich in jou, binnen in je Heilige Hart. Er is totaal geen ruimte meer tussen de twee harten. Ze zijn één en hetzelfde hart. Twee harten zijn één geworden, en dus is Goddelijke Communicatie binnen die Eenheid natuurlijk en gemakkelijk. Weet dit. Voel dit. Misschien voel je golven van Licht door je hart stromen. Wat je ook voelt, weet dat het natuurlijk

is, en bovenal, HEILIG. Hoe meer je deze Heiligheid kunt waarnemen, des te meer Licht, oftewel de Goddelijke Communicatie, naar de andere persoon toevloeit. Hij zal de liefde voelen, hoewel hij misschien niet bewust weet waar die vandaan komt. Dat is niet belangrijk. Het enige wat belangrijk is, is dat jij weet waar zij vandaan komt. Jij bent nu de bron. Dit is de functie die je koos voordat je geboren werd.

### **Methode Twee: - Communicatie met Gedachten**

De tweede methode zal je in staat stellen op een directe wijze gedachten uit te wisselen met een andere persoon. De visualisatie is grotendeels hetzelfde als in de eerste methode, behalve dat de andere persoon zich ervan bewust is een eraan deelneemt. Het doet er niet toe of je in dezelfde kamer bent of aan de andere kant van de wereld. Zelfs doet het er niet toe of jullie de oefening op hetzelfde tijdstip doen, hoewel we dat voor nu wel even aannemen. Kies een persoon als partner, die de drie lessen heeft gelezen, en zoek een tijdstip waarop jullie beiden jullie energie samen kunnen richten.

Stel je voor dat je partner voor je staat, net zoals in de vorige methode. Haal diep adem en trek hem in het hart van kristal. Voor je verder gaat, verbind je in de liefde die je deelt en besteed er verscheidene minuten aan samen aanwezig te zijn. Kies dan, als je zover bent, een enkel woord dat je van plan bent je partner te geven. Laat dat woord een speciaal geschenk omschrijven dat je graag wilt geven, en dat je verkozen hebt te ontvangen. Voorbeelden kunnen zijn: liefde, vreugde, vrede. Stel je nu dat woord voor, en het gevoel achter dat woord, zich verplaatsend door het koord van Licht dat beide harten verbindt, en weet dan dat de boodschap ontvangen is. Dit is erg belangrijk want hoe zekerder je bent, des te sterker de energie je overdraagt. Na enige tijd kun je oefenen om hele zinnen of ideeën te versturen.

Wanneer je klaar bent met de meditatie, neem je contact op met je partner en vergelijk je de aantekeningen. Het kan enkele pogingen vergen voordat je precies goed zit, of misschien verras je jezelf en heb je vanaf de eerste keer een perfect resultaat. Wanneer je deze techniek met één persoon onder de knie hebt zul je meer succes hebben met anderen.

Dit geschenk dat je aan anderen geeft, is het geschenk dat ik jou aanbied. Ik heb al heel vaak met jou op deze manier gecommuniceerd, en nu steken de Kinderen hun hand naar je uit om hen te helpen hun grote werk te voltooien. Jij bent er nu deel van, en toch zal de rol die je erin speelt groter zijn als je in staat bent te communiceren zoals zij dat doen. Dit is het ogenblik dat je gekozen hebt om het te voltooien.

Broeder