

Van Egobewustzijn naar Hartsbewustzijn

Het **Ego** kent **de illusie** van positieve aandacht, macht (winnen, verliezen, veroveren, strijden, dader en slachtoffer), erkenning, angst en het vermogen om de wil te gebruiken om de buitenwereld te beïnvloeden. Het oordeelt en pleegt een grote aanslag op de **integriteit** (eenheid, heelheid) van **de ziel**. Het bewustzijn is **naar buiten gericht** en maakt zich daarmee **afhankelijk** van de erkenning van anderen. De persoonlijke wil dient een natuurlijk verlengstuk te worden van het hart, het verlangen naar liefde en eenheid. Het positieve ego geeft focus aan het bewustzijn en vertaalt zielenimpulsen in concrete aardse handelingen.

Door de overgang van een Egobewustzijn (angst) naar een Hartsbewustzijn (liefde) groeit u naar zelfacceptatie en zelfwaardering.

Dit proces kenmerkt zich door waarneming, begrip en heling van innerlijke wonden. Angst laat zien waar u kunt groeien maar het kan u ook verstrikken in zelftwijfel en zelfveroordeling. Pas wanneer u bereidt bent zichzelf met **begrip** en **oprechte belangstelling** te onderzoeken, kan er **Liefde** op uw pad komen en komt er meer beweging in de ontwikkeling naar uw hartsbewustzijn (*zelfliefde, vreugde, vrede, vrijheid, vriendelijkheid, geduld, mededogen*).

Het **uitgangspunt** hierbij is dat alle **gedachten** een bepaalde emotie geven en een **gevoel** in uw lichaam. Als u bijvoorbeeld denkt dat u angstig of kwaad bent dan word u uiteindelijk ook de angst en de woede. **Carl Jung** gebruikt de naam **schaduw**. De kant van onszelf waarover we een **negatief oordeel** hebben. Door ontkenning en vluchtgedrag groeit de energetische spanning. De oplossing ligt in de '**omarming**' van uw schaduwkant en het '**loslaten**' van deze spanning in uw lichaam. Loslaten is letterlijk het niet meer persoonlijk nemen van de gedachten en emoties. Die gedachten en emoties zijn er en u bent de **waarnemer**.

Je kunt een probleem niet oplossen met de denkwijze die het heeft veroorzaakt.
Albert Einstein

Viviana Geurten – LLM (Master of Law)
Professional Consciousness Coach ® & Trainer
Accredited Consciousness Coach (ACC) ®
Clairvoyant Medium & CACR ™

Life is All about Balance
Be wise and trust your heart



www.vivianageurten.com

info@vivianageurten.com