



Heidrun Herberth

De heilige
lichtdans
in de seksualiteit

De heilige lichtdans in de seksualiteit

Heidrun Herberth

*Een goede koning herkent men
aan zijn raadgevers*

Oorspronkelijke titel: Der heilige Lichttanz in der Sexualität

Uitgegeven door: Heidrun Astrologie over BOD, D-Norderstedt © 2003

Uitgever Heidrun Astrologie & Geomantie
Contact heidrun.astrologie@gmail.com
 www.heidrunastrologie.com

Foto's Heidrun Herberth & Paul Labots

Lay-out Ton Werinussa - Tiel

Copyright © 2005 Heidrun Herberth - Tiel

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, geluidsband, elektronisch of op welke andere wijze ook en evenmin in een retrieval system worden opgeslagen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

I N H O U D

Inleiding	5
Ons innerlijke licht	9
Onze goddelijke verbinding met moeder aarde	20
De relatie met onze partner	33
De voorbereiding	43
Het voorspel - de heilige dans	49
Het hoogtepunt	56
Het naspel	63

Inleiding

Ook in de seksualiteit is er een weg naar ons innerlijk, goddelijk licht. In de oude culturen was dit weten voorbehouden aan de ingewijden, de priesters en de tempeldanseressen. Heden ten dage zijn alleen nog het vage begrip Tantra en nog een paar andere overgebleven, waarbij meestal gedacht wordt aan wel erg vrije en buitengewoon moeilijk te realiseren seks. Uiteraard is deze volstrekt niet het fundament van de seksualiteit.

In onze christelijke wereld werd op grond van machtsmisbruik de weg naar het licht door de seksualiteit volledig afgesloten en de naastenliefde hoger geschat dan de liefde voor zichzelf.

Wij vinden dat het tijd is deze weg weer open te stellen en de heilige, seksuele liefde, verbrokkeld en verdraaid door christelijke opvattingen, weer haar natuurlijke plaats te geven. Deze weg zien wij als een geboorterecht - wij willen hem begrijpelijk maken voor een ieder die hem ook zou willen gaan.

Het thema van de seksualiteit houdt ons al heel lang bezig. Zij is wondermooi, opwindend, interessant, leerzaam, geeft levensvreugde en houdt de mensheid in stand. Door het ontplooien van onze eigen seksualiteit hebben wij de mogelijkheid gekregen ons bewuster van ons eigen wezen en van dat van de partner te worden. Wij ontwikkelden meer begrip en tevredenheid ten aanzien van gebeurtenissen in ons leven en voelen ons rijk bedeed met alles wat wij hebben.

Ons leerproces houdt niet op en vervult ons met vreugde en een diepe dankbaarheid tegenover het Goddelijke. Met dit boek willen wij dit tot uitdrukking brengen en onze kennis doorgeven.

De weg naar het licht heeft vele openingen. Zoals de bloedvaten in ons lichaam naar het hart leiden, leiden deze ons naar het licht. Ieder van ons zal eens door een opening gaan en zodoende zijn ziel die voeding

geven, die deze nodig heeft om zich verder te ontvouwen. Daarbij danst ieder zijn eigen dans in overeenstemming met zijn eigen ritme. Wij vragen allen daarom respect op te brengen voor diegenen die door een andere opening willen gaan dan wijzelf gedaan hebben. Want ieder voor zich beslist in absolute vrijheid door welke deur hij wil gaan. Geen van ons heeft het recht ongevraagd invloed hierop uit te oefenen. Men kan niemand van de juistheid van een weg overtuigen, ieder mens heeft recht op zijn eigen ervaringen. Wij zijn hier om ons licht en onze liefde te laten schijnen en zo onze levensimpuls aan de wereld te geven.

Onze impuls heet seksualiteit. Het is eigenlijk niet het juiste woord en daarom gebruiken wij het woord lichtdans, daar men in de seksualiteit door de lichamelijke dans het licht bereiken kan. En omdat dit een van de heiligste dingen is die wij hier op aarde kunnen doen - ons bewust met het licht verbinden - is het een heilige lichtdans. Dit is de innige, lichamelijke verbinding van twee zielen in liefde en bewustwording van deze heiligheid.

Wij beschrijven hier de seksualiteit in haar diepste wortels en gebruiken daarbij de calla als voorbeeld. Deze hemelse bloem wijst ons ook al aan de hand van haar prachtige vorm voortreffelijk de weg naar het licht bij deze heilige vereniging. De zeven hoofdstukken kunnen wij zien als een soort calla-bloementherapie voor de geest, die wij druppelsgewijs tot ons willen nemen.

Gedurende zeven geestelijke druppels blijven wij bij de heilige lichtdans stilstaan om zo eenvoudig mogelijk een overzicht te geven van een ongelooflijk groot potentieel aan liefde in onszelf. Het is belangrijk te begrijpen dat niet alles in woorden gezegd kan worden. Onze zielen spreken een andere taal en hoe meer wij trachten deze in woorden uit te drukken des te minder is er de mogelijkheid ze werkelijk te horen. Wij willen een evenwicht in woord en beeld scheppen dat men in alle rust op zich kan laten inwerken om vervolgens de richting van de eigen

stem te kunnen horen. In aanleg hebben wij alles in ons om te kunnen onderscheiden wat ons dichterbij onszelf brengt en wat ons juist verre houdt van ons innerlijk.

Het is tijd dat wij dit gereedschap gaan gebruiken en begrijpen dat de opbrengst van de oogst wordt bepaald door de kwaliteit van de verbindingen die wij aangaan en niet door de kwantiteit.

Al wat ons in spiritueel opzicht ten dienste staat zal ons helpen de liefde in ons te herkennen en de blokkades die de weg daarheen belemmeren liefdevol op te heffen. Op deze wijze worden wij ons steeds meer bewust van onze natuurlijke oorsprong in de liefde en zullen wij daarnaar handelen.

Moge dit boek een impuls zijn op de weg naar binnen, zodat het innerlijke licht zich even vol ontwikkelen kan als dat wat wij in ons dragen.

Wij danken allen die aan dit boek meegewerkt hebben, onze gidsen en vrienden, allen die ons op onze weg bijstaan en in het bijzonder onze kinderen.

Ons innerlijke licht



Ons innerlijke licht

Ieder van ons komt voort uit de goddelijke liefde en deze komt tot uitdrukking in het innerlijke licht. Uit deze substantie zijn wij geschapen. Zo zijn wij ooit uit de goddelijke lichtzee gekomen om te leren en daardoor mee te helpen aan de evolutie van het leven. Een onophoudelijke ontwikkeling van onze ziel, die ons weer terug zal brengen naar de goddelijke lichtzee maar nu als wakkere bewuste ziel. De energie die dit alles leidt noemen wij God. In eigenlijke zin is zij ook de enige energievorm. Zij vertakt zich in onze aardse dualiteit in de twee hoofdstromen, de mannelijke en de vrouwelijke, en van daaruit weer verder. In de loop van de tijd heeft men hiervoor verschillende namen en tekens gebruikt. Als de energie in het menselijke lichaam die ons openstelt voor het bewustzijn van onze goddelijke herkomst en ons gelijktijdig daarmee verbindt, noemen wij haar kundalini-energie of seksuele energie. Kundalini komt uit het sanskriet en betekent slangenvuur - zo ligt zij als een slang opgerold in ons bekken te sluimeren. Deze energie is altijd in ons aanwezig, zoals in het zaad al de gehele plant aanwezig is. Hoe bewuster wij ons zijn van haar aanwezigheid des te beter kunnen wij haar voelen. Het is de innerlijke levensvreugde die wij door de kundalini-energie gewaarworden, de vreugde aan het leven zelf deel te nemen door onze aanwezigheid, ons zijn.

Een deel van onze ziel incarneert in ons lichaam. Daardoor hebben wij de buitengewone mogelijkheid het leerproces van de bewustwording tijdelijk op aarde en in eigen regie te ervaren. In ons ligt de mogelijkheid onze kundalini wakker te maken en daarmee in het licht te reizen. Wij kunnen dan ontdekken dat hier een paradijs is. Tegelijkertijd nemen wij onze geestkracht waar, die al onze gedachten op aarde tot uitdrukking laat komen. Wat men denkt beleeft men!

Voor onze tijdelijke reis hier heeft moeder aarde ons een wonderwerk ter beschikking gesteld. Zij heeft tot in de perfectie een biologisch fenomeen voortgebracht, dat zij ons schenkt en dat wij in zijn totale volmaaktheid nog altijd niet kunnen begrijpen: het lichaam. Dit ondergaat voortdurende aanpassingen en dient ons hier als voertuig, dat ons warm omhult en ons verzorgt met alles wat wij op deze planeet nodig hebben.

Wij wonen in ons lichaam en dit willen wij in twee algemeen bekende helften indelen. De ene helft wordt het hart genoemd: het komt overeen met de centrale stuurinrichting in ons. Dientengevolge zijn wij met het licht en alle helpers daarvan verbonden. Vanuit ons wezen zijn wij thuis in dit deel en kunnen wij altijd verbindingen leggen met het geheel van onze ziel.

De andere helft noemen wij het hoofd. Dit deel komt met de bestuursprogramma's overeen. Dit is het logische gedeelte van ons lichaam dat alles analytisch verklaart, met alle mogelijkheden die bestaan en in aanmerking kunnen komen. Het werkt als een computer en bezit overlevingsprogramma's die bij gevaar automatisch ingeschakeld worden. Dit sluitende systeem maakt het ons mogelijk in alle rust tot rijping te komen om als volwassen mens verantwoordelijk met ons lichaamvoertuig om te kunnen gaan. Onze ouders zijn belast met de hoofdtaak om met ons samen het automatische programma te veranderen in een programma met eigen verantwoordelijkheid. Zij zijn degenen die ons op grond van hun zielenvibratie het beste kader bieden om dit te leren. Ook daarom hebben wij hen gekozen.

Hun hulp is jammer genoeg niet altijd liefdevol omdat veel van het menselijk gedrag aangeleerd is en zijn oorsprong niet meer in onszelf heeft maar in weloverwogen en aangeleerde patronen van ouders en omgeving. Als wij beginnen inzicht te krijgen in ons eigen licht, kunnen deze patronen ontevredenheid, woede en angst teweegbrengen, omdat zij niet met onze eigenlijke lichtkwaliteit overeenkomen. Wij raken dan uit evenwicht en ons hart doet zich gevoelen. Het meest

komt deze toestand overeen met de puberteit, de overgang van de kinderfase naar de volwassenheid. Dit wekt een diepe behoefte in ons om een verbinding met het innerlijke, goddelijke deel van ons aan te gaan. Onze ziel wordt daarmee de mogelijkheid geboden zich verder te ontwikkelen.

De ziel, dat zijn wij in de eigenlijke zin. Om haar ontplooiing een passend kader te bieden, maken wij ons langzaam los van de aangeleerde patronen van onze ouders die niet met onze innerlijke kern samengaan. Deze zijn de oorzaak van woede, ontevredenheid en angst. Het is noodzakelijk in te zien dat al deze patronen ooit van belang waren om in onze behoeften te voorzien. Naarmate wij dit meer beseffen, beginnen wij ons ervan los te maken. Dit is een volkomen natuurlijk proces waarbij wij ons liefdevol verfijnen en ontplooiën. Men herkent dit o.a. daaraan, dat een harmonische relatie met de ouders ontstaat, die het mogelijk maakt te vergeven en ons bijgevolg in evenwicht brengt. Dan staat de zon als symbool voor de hemelse vader en deze planeet voor onze aardse moeder en wij als mensen zijn het verbindingsstuk tussen hemel en aarde. Dit ontwaken tot de eigen verantwoordelijkheid is een moedig, noodzakelijk en energievoll proces, dat langzaam en behoedzaam stap voor stap vordert. Wij moeten het geduld hebben om te wennen aan de liefdevolle fijnheid waarmee de ziel geweven is. Maar als wij met vastberaden, oprechte wil de eerste stap op de weg naar ons innerlijke evenwicht hebben gezet, zullen wij ook de onverwoestbare kracht der liefde leren kennen en haar diepte zien.

*There is no way to happiness,
happiness is the way. (Boeddha)*

Het is onze innerlijke stem die ons de weg wijst. Zij spreekt fijngevoelig, geduldig en liefdevol met ons, zij dwingt ons tot niets en toont ons alles. Wij hebben de volledige vrijheid van beslissen, hetgeen in tegenstrijd met het hoofd kan zijn, omdat dit niet aan het recht van inspraak van de ziel is gewend. Het heeft nog niet genoeg vertrouwen in de waarneming van het hart ontwikkeld. Daarom zegt het ons dat het hart onbetrouwbaar is omdat het onlogisch is. Wij voelen ons onzeker en hebben angst voor de ongewone toestand. Belangrijk is nu, de tijd en de rust te nemen om tot een beter contact met onze verfijnde, positieve en liefdevolle aard te komen. En stress te mijden, omdat die altijd een vorm van angst is, die ons van de liefde afleidt.

Wij hebben bijvoorbeeld de hele dag gewerkt, komen thuis en houden ons vervolgens nog actief met alle mogelijke verschillende zaken. Veel tijd voor ontspanning en herstel blijft er niet over en de tijd om ons in alle rust bewust te worden van onze gedachten en wensen en van wat wij eraan moeten doen om ze te realiseren, nemen wij evenmin. Dus lopen wij constant voor onszelf weg, in plaats van bij onszelf te blijven. Deze toestand behoort bij de overgangstijd, de puberteit. In deze fase openen wij ons bewustzijn langzaam voor de innerlijke, diepe behoefte om een binding met het eigen licht aan te gaan.

Een andere eveneens bekende afleidingsmanoeuvre hebben wij ontwikkeld door ons met materiële dingen te overladen, waarvoor eerst behoeften geschapen worden, die wij vervolgens geloven te moeten bevredigen. Het is vanzelfsprekend dat men al het materiële mag gebruiken. Het zou alleen niet zo mogen zijn dat de kunstmatig geproduceerde behoeften ons beheersen en ons van ons innerlijk afleiden. Anders schieten wij het doel voorbij en zijn wij het die gebruikt worden. Materiële goederen moeten ons leven eenvoudiger maken, niet moeilijker. Zij zijn er voor het gebruik en niet voor onze hebzucht.

Een thema waarmee vrijwel iedereen zich op de een of andere manier bezig blijft houden, is de energievorm 'geld'. Geld heeft een heel grote macht, die we kunnen aanwenden om dichterbij ons hart te komen of

juist verder ervandaan. Alles wat wij ons kunnen veroorloven rekenen wij eerst om, hoeveel het kost. Ons hoofd vergelijkt het bedrag met zijn statistische gegevens en dit geeft de doorslag of wij onszelf iets gunnen of niet. Daarbij vergeten wij meestal, dat wij de energie die ons naar ons innerlijk brengt in geen enkele muntsoort kunnen uitdrukken. Dit zijn twee verschillende vormen, die niet met elkaar te vergelijken zijn. Wat niet betekent dat wij maar gewoon alles blind moeten uitgeven. Voor de vergelijking van aardse goederen gebruiken wij ons hoofd, onze geniale computer, die logisch uitrekent, berekent en verrekent. Maar het hart is de centrale! Het geeft de impuls die ons de weg naar binnen wijst, en dat heeft zeker niet altijd iets met logica te maken. Onze mate van bewustzijn bepaalt welke richting wij nemen, of beter gezegd, naar welk van beide wij luisteren. Het geld is en blijft vooralsnog een voortreffelijke leerschool voor het uiterlijk kunnen weerspiegelen van onze innerlijke waarde.

Het is een natuurwet dat deze waardevolle energie stromen moet. Het is een uitwisseling tussen diensten - energie, die tot uitdrukking komt in de materie geld. Door middel daarvan kan de kosmische energie zich überhaupt op aarde verankeren. De energie-uitwisseling is een kosmisch gebeuren dat in aardse taal, als geld-uitwisseling, tot uitdrukking komt. Willen wij in deze energiestroom zijn en blijven, dan moeten wij haar gebruiken om het aarden te bevorderen. Aarden betekent de bewuste verbinding aangaan met zijn goddelijke kern en daardoor met de innerlijke kern van de aarde en zo weer met de kosmos. Omdat de energievorm geld zo waardevol is, wil iedereen haar bezitten. Ze geeft ons de mogelijkheid ons op aardse wijze uit te drukken en wij jagen er bijna blind en onophoudelijk achteraan. De eigenlijke bestemming, het aarden vergeten wij. Wij blokkeren daarmee automatisch haar natuurlijke stroom, ten gevolge waarvan wij er buiten vallen. Onmiddellijk wordt in ons hoofd een overlevingsprogramma ingeschakeld: wij beginnen uit angst geld te vergaren om daarmee op alle gebeurtenissen voorbereid te zijn, wat overigens niet in onze macht

ligt. Wij verschaffen ons financiële middelen en maatschappelijke posities en denken dat deze gepaard gaan met de zekerheid van geluk, vreugde en tevredenheid. Wij vinden dat wij onder alle omstandigheden recht hierop hebben, omdat wij logisch gedacht door meer geld ook gelukkiger zijn. Niets is minder waar. En de ervaring leert ons dat geluk, vreugde en tevredenheid een bewustzijnstoestand is en volstrekt niet afhankelijk van hoeveelheden geld. Dit kunnen wij van veel rijke mensen leren. Wij ruilen dan niet, zoals het eigenlijk zou moeten gaan, om met de daardoor verworven energie dichterbij onszelf te komen, maar om naar kunstmatig geschapen illusies te grijpen.

Wanneer wij beginnen geld alleen voor onze werkelijke levensbehoeften te gebruiken, zullen wij constateren dat het ons daarvoor altijd rijkelijk ter beschikking zal staan. Dan laten wij het weer in zijn oorspronkelijke loop stromen, zoals het ook bedoeld is, en geven het uit voor wat ons nu op dat ogenblik dichterbij onze goddelijke kern brengt. Hoeveel geld wij bezitten is altijd afhankelijk van onze overtuiging hoeveel wij waard zijn. Hierbij een klein verhaaltje ter overdenking.

Een vader had vijf kinderen. Elk kind gaf hij een goudstuk om voor zichzelf iets te kopen waarmee het blij zou zijn. Het vierde kind bewaarde het goudstuk en toen de vader vroeg waarvoor, zei het dat het sparen wilde. De vader vroeg hoeveel het dan nog nodig had. Vijf had het nog nodig, zei het kind. Het kreeg nog die extra vijf goudstukken.

Wat wil je nu daarvoor kopen? wilde de vader weten. Daarop kon het kind geen antwoord geven, omdat het er niet over nagedacht had. Daarom nam de vader hem alles weer af.

Het eigen licht en de eigen liefde kunnen waarnemen betekent in harmonie zijn met hart en hoofd en van daaruit handelen. Liefdevol met zichzelf omgaan, de liefde vrij laten stromen en haar daardoor vergroten. Zonder kritiek tegenover zichzelf staan en zich gemaakte fouten vergeven omdat men inziet dat men zonder deze niet zou hebben kun-

nen leren. Fouten worden hiermee uit de negatieve sfeer gehaald en in het juiste licht geplaatst.

Op deze manier naar anderen kijken, niet veroordelen maar trachten te begrijpen. Niet in medelijden verzinken maar met oprecht medegevoel handelen.

En zich door niemand en niets uit het evenwicht laten halen - dan liever afstand nemen en zich niet uit aangeleerde christelijke overtuiging zinloos voor anderen opofferen. Wij willen personen of zaken die ons afleiden niet veroordelen. Al het goede evenals al het slechte brengt ons uit onze goddelijk evenwicht. Het komt op de harmonie tussen deze beide aan. En die is er als onze bedoelingen helder en duidelijk zijn en uit ons hart komen.

Christus heeft niet voor ons geleden en zich opgeofferd. Dit verwacht hij ook niet van ons. Hij heeft zijn zaadkorrel in ons hart geplant opdat wij zelfstandige mensen met verantwoordelijkheid zullen worden. Dat wij geen automatisch lopende besturingsprogramma's meer nodig hebben, die ons bewustzijn laten slapen, maar dat wij wakker worden en zelf sturen. Dat wij onze ziel door ons innerlijk evenwicht in licht en liefde uitbreiden en ons van onze daden en gedachten bewust zijn. Hij wil niet dat wij lijden! Hij kwam ons te hulp en heeft ons de weg naar de goddelijke liefde gewezen, omdat wij die niet konden zien. Hij heeft ons wakker gemaakt, maar wij wilden verder slapen en hebben alles omgedraaid. Wij wilden niet opstaan en hebben uit zijn hemelse werk het opofferen afgeleid. Wij dachten ons te verzekeren van een plaats in het paradijs als ook wij ons opofferden. Door deze wijze van denken hebben wij onze verantwoordelijkheid nog verder van ons afgeschoven en vielen wij nog dieper in slaap. Dit is nooit de bedoeling van Jezus geweest: hij wil de blinden ziende en de doven horende maken. Hij wil dat wij wakker worden en begrijpen dat wij geen plaats in het paradijs meer hoeven te verdienen, omdat wij die al hebben. Wij komen uit het paradijs. Het is het licht in ons, waaruit wij geschapen zijn, dat zich hier op aarde weerspiegelen wil. Daarvan moeten wij ons

bewust worden. En in de liefde staan, in evenwicht, om ons bewust weer ermee te kunnen verbinden. Wij moeten ons bevrijden van alle onbegrip en beginnen op de goddelijke liefde te vertrouwen. De kruisdood was geen straf voor Jezus - dat is onze interpretatie. Hij is gekomen om in deze onbeschrijfelijk diepe duisternis onder te duiken en de poort naar het licht voor ons te openen. Wij hoeven dat niet te doen, hij heeft het al voor ons gedaan en wij mogen erdoorheen gaan. God heeft zijn zoon nooit verlaten, evenmin als hij ons ooit zal verlaten. Hij is onze oorsprong, ons licht en de liefde en hij leeft in ons.

Christus is in deze liefde en voor deze liefde gekomen en het wordt tijd dat wij zijn zaadkorrel in ons laten groeien en beginnen in te zien wat voor prachtige wezens wij eigenlijk zijn, dat wij ons in deze liefde met elkaar verbinden kunnen.

Wij zijn geen egoïsten, als wij mensen uit de weg gaan die ons uit ons evenwicht brengen. Door opofferen leren wij niets. Wij voeden slechts ons zelfmedelijden. Wij worden ons niet bewust van onze grote diversiteit. In het Onze Vader bidden wij 'en vergeef ons onze schulden'. De enige schuld bestaat daarin, dat wij uit het goddelijk evenwicht raken. Dat is de kern van het inzicht: **het evenwicht**.

Rust, slaap of een wandeling in de natuur zijn mogelijkheden om weer in evenwicht te komen. De kleurenrijkdom en de kracht der natuur dienen als spiegel van onze ziel. Moeder aarde en haar natuurwezens spreken met ons en wij herstellen weer. Dagelijks kunnen wij oefenen om niet steeds opnieuw uit evenwicht te raken. Wij moeten niets en mogen alles. Het is een groot avontuur, dat zich elke dag, elk uur, elke minuut opnieuw aan ons openbaart en ons uitnodigt daaraan deel te nemen. Met elke ademtucht, de inademing en de uitademing beleven wij dit evenwicht in ons als van absoluut levensbelang. Alles wat wij nodig hebben, ontvangen wij op het juiste moment, op de juiste plaats en in de juiste hoeveelheid. Dit geldt ook voor de mensen om ons heen. Als wij aankloppen, wordt ons opgedaan en zo openen wij onze deur

voor diegenen, die bij ons aankloppen. Hierover hoeft ons hoofd zich werkelijk geen zorgen te maken, het goddelijke licht in ons regelt alles. Wij krijgen niets wat wij niet aankunnen en er wordt ons niets onthouden van wat ons laat groeien.

Enkel en alleen wijzelf kunnen deze harmonische toestand in ons teweegbrengen door het evenwicht tussen hoofd en hart te vinden.

Wij zijn prachtige, heldere, liefdevolle en fijnzinnige wezens. En het is belangrijk dat wij ons hiervan bewust worden.

Doordat wij ons eigen licht herkennen, verspreiden wij hier licht.

Hedendaagse seksualiteit bestaat vooral uit erotiek en lust. De essentie wordt niet belicht waardoor het een ontworteld begrip is geworden.

Op zoek naar verdieping in de eigen relatie hebben de auteurs de bewuste verbinding met het Goddelijke gevonden.

Licht en Liefde zijn de kernbegrippen waarmee op een heldere wijze en in liefdevolle toonzetting wordt uitgelegd hoe de wortels van de seksualiteit zijn terug te vinden.

