

Wat komen we doen op aarde? Levensles 8: Integriteit

Wat doe ik hier op aarde? Wat is de zin van mijn leven? Weet jij het?

In dit artikel, dat onderdeel uit maakt van een reeks van 12 artikelen, wordt les 8 besproken uit de levenslesentheorie van Steve Rother*. Levensles 8 gaat over Integriteit.

‘Mijn vrouw wordt er gek van,’ vertelde hij met een schuine kwajongenslach. ‘Zij zegt dat ze nooit hoogte van me kan krijgen. Iedere keer als ik iets beweert, krijgt ze het gevoel dat het eigenlijk ergens anders over gaat..’

Martijn is een klassiek voorbeeld van iemand die werkt met de levensles Integriteit. Hij heeft geen idee wat hij doet, waardoor hij voortdurend verwarring veroorzaakt in zijn contact met anderen.

Wanneer gedrag en woorden afwijken

Ons energieveld bestaat uit vier vibratielijnen. Deze energetische lijnen gaan over dat wat we zeggen, wat we doen, denken en geloven. Je kunt het vergelijken met verschillende lagen kleding die je aantrekt: het een moet op het ander afgestemd zijn, zodat de kleurcombinatie bij elkaar staat. Als we niet zeggen wat we denken en geloven, kan een ander dat aanvoelen.

Soms hoor ik in mijn praktijk: ‘Hij zegt wel dat hij van mij houdt, maar ik *voel* het niet.’ Dit kan een aanwijzing zijn dat deze partner met de levensles Integriteit werkt. Gedrag, gevoelens en woorden wijken af van datgene wat door de ander gevoeld wordt.

Wanneer iemands gedrag niet als consistent ervaren wordt, zul je merken dat je je ongemakkelijk gaat voelen in de aanwezigheid van de ander. Je gaat iemand wantrouwen en zult vaker het idee hebben dat je bedrogen wordt. Gevoelens van achterdocht gaan dus niet altijd over jezelf! In dit geval gaat het over inconsistente vibraties, waardoor iemand verschillende signalen uitzendt.

In harmonie leven met jezelf

De levensles integriteit gaat over het in harmonie leven met jezelf. Voor mensen zoals Martijn is het belangrijk dat ze eerst stil worden. Als ze hun aandacht naar binnen richten, kunnen ze in alle rust ontdekken wat ze eigenlijk *echt* geloven en wat ze ergens van vinden. Vanuit daar zullen ze veel beter in staat zijn hun communicatie af te stemmen op dat wat ze geloven en denken. En hoewel dit niet van de een op de andere dag zal gebeuren, zullen de persoonlijke vibratielijnen zich gaan voegen in deze hernieuwde integriteit.

Haal onzekerheid uit de schaduwzijde

De uitdaging voor mensen met deze levensles is dat ze de neiging hebben om volledig op te gaan in de buitenwereld. Door deze zwakke verbinding met zichzelf en met hun hoger Zelf zijn ze zich grotendeels niet bewust dat wat er vanbinnen bij hen afspeelt. Dit maakt hen op (soms) onbewust niveau onzeker. Omdat men zich hier echter niet bewust van is, belandt deze onzekerheid in de schaduwzijde. En net zoals dat met ieder gevoel dat in onze schaduwzijde beland gebeurt, zal ook onzekerheid zich verharden en in een vreemde vorm zichtbaar worden in de werkelijkheid. Ruimte geven aan onzekerheid, haar helemaal doorvoelen, maakt het mogelijk onzekerheid los te laten.

De wijze les van irritaties

Gevoelens van irritatie kunnen je helpen onbewuste gevoelens op te sporen. Irritatie is een alarmsignaal dat je in de projectie bent beland. De ander laat gedrag zien, dat bij jou in je schaduwzijde zit. Onderzoek dus datgene wat je irriteert; haal je aandacht weg van de ander en kijk waar het *bij jou* van binnen over gaat.

Meer zelfkennis opdoen is voor mensen met Integriteit als levensles ook een belangrijke pijler om zich op te focussen. Bewustwording en respect voor dat wat je *deep down under* voelt zijn hierin essentieel. Een tijdlang een dagboek bijhouden is zeker een aanrader.

Probleem is echter dat sommigen die werken met deze levensles moeite hebben met confrontaties aangaan; liever maar wat zeggen of zeggen waarvan je denkt dat de ander dit wil horen 'om eraf te zijn' dan het achterste van je tong te laten zien.

Als iedere confrontatie omarmt wordt als een oefening in integriteit, zal dit steeds makkelijker worden. Bovendien zullen de persoonlijke vibratielijnen hierdoor steeds meer op 1 lijn komen, waardoor deze levensles uiteindelijk geleerd wordt.

Ik wens je een vreugdevolle reis toe!

Irene Verweij

www.lightworker-academy.nl

*Deze indeling is gebaseerd op het werk van Steve Rother welke hij beschrijft in zijn boek de Spirituele Psychologie.