



Van schuld... naar verantwoordelijkheid... naar vrijheid

2022 is het jaar waarin we als mensheid gaan schuiven van schuld naar verantwoordelijkheid, om uiteindelijk bij vrijheid uit te komen. Eén van de belangrijkste boodschappen die medium Bonnie Bessem al jaren ontvangt is: er bestaat geen schuld. Bonnie: “Schuld is een mentale constructie van de mens. Schuld is in ons leven gekomen om ons te manipuleren en vooral onder de duim te houden. De kerk begon ermee, waardoor we als mens schuldig en zondig werden geboren. Wat een gekkigheid!

TEKST: BONNIE BESSEM

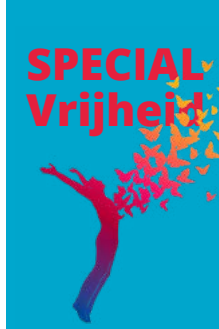
Dit jaar gaan we ons losmaken ervan: van je eigen schuldgevoel én van het beschuldigen van een ander. Laten we de verantwoordelijkheid gaan nemen voor ons eigen leven. Schuldgevoelens houden ons in de greep, waardoor we zelf niet meer groeien en waardoor we een ander niet kunnen vergeven en we juist verbonden blijven. Vaak kom ik mensen tegen die het moeilijk tot onmogelijk vinden om een ander te vergeven. Echter, daardoor blijven zij energietisch aan die ander verbonden. Vergeef, en neem het heft weer in eigen handen. Ook dierbaren kunnen je vaak de schuld geven voor hun eigen ongeluk. Ze hebben verwachtingen van je, net zoals wij zelf ook verwachten dat de an-

der ons gelukkig maakt. In mijn laatste boek *En ze leerden nog lang en gelukkig* maak ik een einde aan deze heilige huisjes waardoor we alles buiten onszelf blijven leggen. In de kwantumwetenschap wordt steeds duidelijker dat wij medescheppers zijn van ons eigen leven. Wij kunnen ons geluk en ongeluk zélf creëren. Wij zijn verantwoordelijk!

Hart breken

Soms zie ik stellen bij elkaar blijven uit schuldgevoel. De ander niet pijn willen doen en dan maar liever samen ongelukkig... Klinkt een beetje kort door de bocht en dat is

precies de bedoeling. Zou jij willen dat iemand bij je bleef, omdat hij/zij je zielig vindt? Ik denk het niet. En toch zijn we geneigd de ander die een afwijkend pad wenst te bewandelen de schuld voor ons eigen ongeluk te geven. Die iemand kan een partner, familielid, vriend of collega zijn. Ik herinner me nog een voorval met iemand waarmee ik samenwerk. Zij voelde een andere kant op te moeten gaan, maar uit schuldgevoel bleef ze. Nota bene tegen haar zielsgevoel in. Ze voelde zich zó ongelukkig. Toen ze het me vertelde, werd het voor mij duidelijk. Ik heb liever dat zij haar eigen gevoel volgt, want dan kan ik haar echt vertrouwen, in plaats van dat ze uit schuldgevoel niet luistert naar zichzelf. Het wil niet zeggen dat ik de gevolgen van haar keuze leuk vind, maar dat is een andere kwestie. Soms moet je het hart van de ander breken om je eigen pad te vervolgen.



Dit jaar moest ik het hart breken van mijn man na een relatie van 28 jaar. Ik leerde liefde kennen op een andere manier die me de adem benam en me een ander pad in mijn leven op stuurde. Ik kan je verzekeren dat schuldgevoel zeker om de hoek kwam kijken. Een vraag als 'Mag ik genieten terwijl de ander verdriet heeft?' kwam regelmatig langs. We hebben de hobbels genomen en ik woon inmiddels ergens anders. Laatst ging ik bij hem eten; haard aan, kaarsen aan, Thais op tafel, superleuke gesprekken. We luisterden naar elkaar en we konden alweer lachen samen. Toen ik wegging, bedankte ik hem ontroerd. Dit is wat ik wilde. Echte aandacht en aanwezigheid. Er liggen geen verwachtingen meer, dus ook geen schuldgevoelens over en weer. Elkaar weer in vrijheid ontmoeten. Schuld heeft geen zin! Soms moeten we meebewegen met het leven. Is misschien niet altijd leuk, maar wel echt.

Schuldgevoelens bestaan niet

Hoe moedig ben je als je het hart breekt van de ander, waardoor het licht weer gaat schijnen? Het hart te breken van een ander, waardoor die persoon weer kan en mag groeien? Het hart te breken, waardoor het niet door de tand des tijds versteent? En oh wat bijzonder om mijn eigen schuldgevoelens te transformeren in liefde!

*Want ik vind je niet zielig.
Ik weet hoe krachtig je bent.
En als ik me schuldig voel,
maak ik jou ook kleiner*

En geloof ik dat jouw hart niet meer liefde kan bevatten.

*Ik verzuip soms in mijn schuldgevoel,
omdat ik nog geloof dat jij niet sterk genoeg bent.*

*En ergens besloten we om dit te doen.
Een ultieme daad van liefde
Om jouw hart te mogen breken...*

*Ik zie je pijn.
Ik weet dat je de kracht gaat ontwikkelen.
Om eindelijk het geluk te vinden in jezelf...*

*Schuldgevoelens houden dus ons beiden in de greep.
Jij bent schuldig.
En ik dus zielig.*

*Waar is de kracht?
Waar is de liefde?
En waar is de waarheid?*

*Kijk eens achter het gordijn van schuld!
Wat zie je dan...?*



Bonnie Bessem is psychologe, medium, spiritueel leraar en schrijfster van meerdere boeken. In 2014 stond ze aan de wieg van *het LevensCollege*, een holistisch opleidingsinstituut voor bewustzijn en levenswijsheid. Bonnie: "Als psychologe geloof ik dat er niets mis is met ons. We zijn gewoon vergeten wie we werkelijk zijn. Daarom geef ik geen therapie, maar training. Ik geloof dat we tot zoveel meer in staat zijn als mens en dat we nog maar weinig gebruikmaken van ons potentieel." Meerdere boodschappen vanuit de ongeziene wereld kun je onder andere vinden in haar boek *Hemeltaal*.

WWW.BONNIEBESSEM.COM en WWW.HETLEVENSCOLLEGE.COM.

Kleine oefening

Ik kan je aanraden om de tijd te nemen om te kijken naar de gevoelens van schuld in je. Welke heb je nog en vooral: waar komen ze vandaan? Vaak komen ze vanuit de jeugd: 'Door jou voel ik me zo', zegt een moeder. Of: 'Je moet er voor je vader zijn, hij is zielig'. Maar ook: 'Je moet je gedragen, anders doe je ons zo'n verdriet...' Begin met het nemen van het heft in eigen handen en geef eenieder zijn of haar eigen verantwoordelijkheid terug. Eén korte oefening:

- Doe even je ogen dicht en zie een prachtige tempel voor je met daarbinnen een altaar met een offerschaal erop.
- Stel je voor dat je al je schuldgevoelens uit je lichaam haalt en in de schaal legt.
- Wat gebeurt er dan, wat voel en zie je? Voel de ruimte die het je geeft en kijk dan opnieuw naar situaties waarin je jezelf of een ander de schuld gaf.

Dit jaar gaan wij onze verantwoordelijkheid nemen.

*'Soms zie ik stellen bij elkaar
blijven uit schuldgevoel.
Maar zou jij willen dat
iemand bij je bleef, omdat
hij of zij je zielig vindt?'*