

Atma Reizen



7 oud Egyptische wijsheden

die je leven verrijken

Lydia Atema

Directrice Atma Reizen



Inhoudsopgave

Over Lydia	3
De Egyptische mythe over Osiris & Isis	7
Het land van Osiris uit mondelinge overlevering van Khemitian Wisdom	9
Stap 1. Eenheid is er altijd	10
Stap 2. Pijn (bevroren energie)	10
Oefening a. Bewustzijnsverruiming	10
Stap 3. Liefde, het verzoenende principe	11
Stap 4. Het lichaam, de stof	12
Oefening b. Loslaten, loslaten en loslaten	13
De Egyptische mythe gaat verder	14
Stap 5. De verwerkelijkte mens	14
Oefening c. Hartmeditatie	15
Stap 6. Flow en synchroniciteit in je leven	15
Stap 7. Osiris, de tijd van Eenheid en Verlichting	16
Reizen is een investering die je rijker maakt!	17

Vijfde editie : november 2016

Copyright © Lydia Atema

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopie, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijver (Lydia Atema).

Meer informatie over deze en andere uitgaven kun je verkrijgen bij

www.atma-reizen.nl



Over Lydia

Allereerst... mijn harte welkom beste lezer van dit eBook "Ontdek 7 oud Egyptische wijsheden die je leven verrijken". Wat fijn dat jij je hebt aangemeld en ik je nu dit eBook kan geven wat jij ontvangt. Mijn tip is dit eBook daadwerkelijk te downloaden als .pdf in Abode Reader. Zo is het eBook beter leesbaar.

Ik wens je dat dit eBook je nieuwe kennis, nieuwe inspiratie en manieren aanreikt die je leven verrijken! Voor je dit leest, wil ik me graag even aan je voorstellen. Hoe 'het weten' over het met elkaar samenleven en -werken in harmonie, overvloed en geluk onbewust al in me zat. En hoe dit weten meer en meer aan mij bewust werd door de levensfilosofie en energiewerk van de Inca's uit Peru, de energie van Shambhala voelbaar in de Himalaya van India en dieper, dieper weg de energie en het weten van de ancient Khemitians in het oude Egypte. Deze energie en landen hebben eenzelfde basis en voor mij een waar thuiskomen.

Mijn eerste carrière lijkt in een wel hééél andere hoek dan wat ik nu doe.

Vanaf mijn 24^e jonge jaren begon ik als Bedrijfskundig ICT projectleider bij de Nederlandse Meedenk Bank. Zoals ik nu weet hoe ik toen als projectleider werkte: als vanzelf (niet door mij maar dóór mij) is er een ruimte waarin de uitvoering van het project zich kan ontfouwen. De ruimte aan de mensen om die taken te doen waar hun talenten in lagen, waar ze goed in zijn en met plezier uitvoerden. Als projectleider ruimte geven was toen, en ook nu nog, niet iets wat veel projectleiders doen.. omdat je dan kwetsbaar open bent. Het lijkt veiliger een controlerend managend projectleider te zijn (vanuit de mannelijke kant).

Ik keek naar de beweging van energie binnen het project, de stuurgroep en directie. En zag waar beweging was, waar het lichter was of waar het stroperiger in energie werd met onvoldoende steun. Zo zag en wist ik de richting van het project en stelde het projectplan samen. Als in het slaan van piketpalen. Iets wat voor mij normaal was maar bleek dat veel mensen die beweging niet zien en weten. Dus ik had me aangeleerd een aantal argumenten te geven, wetende dat dit niet het geheel was. ☺ De rest ontfouwde zich namelijk op de projectroute. En de doelstelling van de projecten werd altijd binnen tijd en budget gerealiseerd!



Dit alles werkt ook voor mij in de Atma Reisorganisatie. Ik voel, zie en weet de krachtplaatsen in de woestijn, bergen of op plekken in tempels die ik mensen kan laten ervaren. De reizen zelf zijn opgebouwd in een energielijn. In de groepen is er de openheid om te laten ontvouwen wat zich wil ontvouwen...

Zo ontvouwt de reis zich *niet* in een proces wat ik wil begeleiden maar in het proces zoals de reis zich voor en door jou wil ontvouwen.

Er is de ruimte eigen talenten in het programma in te brengen. Allemaal verrijkend voor de spirituele reizen.



Maar ook in het zien en volgen van de energetische bewegingen in het creëren van een andere reserveband voor een jeep waarmee we rijden in de Himalaya van India of een meest prachtige dahabiya houten zeilboot in de levensverrijkende rondreis Egypte.

In de periode dat ik werkte bij Banken en Verzekeringsmaatschappijen heb ik onbewust gezocht naar wat ik zo miste... harmonie, geluk en plezier in samenwerking. Banken en verzekeringsmaatschappijen werden steeds groter en logger in macht en politiek. En ik kon weinig energetische beweging meer zien in de projecten. Ik hopte van de ene bank naar de andere verzekeringsmaatschappij maar kon het niet meer vinden. De beweging van energie werd steeds stroperiger, wegraken van de essentie in dienstverlening tot onzuivere contracten met externe samenwerkingspartners. Het werd me duidelijk dat mijn weg hier (even) ten einde was. En ergens was in die beginjaren iets in mij geraakt van een mogelijk samenwerken in harmonie, plezier en overvloed.



Iets in mijn innerlijk gevoel trok mij aan totdat ik bij een boekhandel kwam en het boek "Terugkeer van de Inca van Elisabeth Jenkens" bij wijze van spreken van de boekenplank viel. Zo kwam ik in contact met de levensfilosofie en energiewerk van de Inca's. Het koningspaar (man en vrouw) wat de leiding had over het Inca volk waren een talent in economie, sociaal bestuur en het meest spiritueel ontwikkeld. Voor de Inca's was het leven: de economie, politiek, sociale samenleving integraal in spiritualiteit. Ik ging reizen in Peru en volgde zowel in Peru als Nederland workshops en training in deze Inca levensfilosofie die al zo in mij is. Mijn reizen gingen verder naar het Shambhala in de Himalaya van India op zoek naar de waarheid van het leven. Naar Egypte waar de energie van leven in Eenheid en Verlichting nog diep vanuit de aarde te ervaren is. En waarheid te vinden is als je dieper onder de herschreven geschiedenis leest en kijkt naar authentieke bronnen over het oude Khemit.

Ik voel me diep dankbaar mensen mee te mogen nemen in het ervaren van die energie en levensfilosofie waarin samenleven en -werken in harmonie, geluk en overvloed met elkaar mogelijk is. We mediteren samen waarin meer en meer kan worden toegelaten ... en we tijdens de reis in dit veld van eenheid kunnen zijn, gevoeld, tastbaar in het fysieke. Zodat je dit mee kunt nemen in je leven thuis, aangeraakt is in wie je bent en aandachtig kunt integreren in je leven en werk. Mensen die meedoen in de programma's met spirituele reizen zijn in hun werk en leven gericht op duurzame ontwikkeling. Duurzame ontwikkeling van zichzelf, van mensen, bedrijven en/of de maatschappij. Ze hebben impact met hun werk of voor de mensen waar ze samen mee werken. En willen samen met anderen bijdragen aan het realiseren van meer en meer hemel op aarde.

Als opricht-ster van de Atma Reizen organisatie in 2007 zag ik de Andes in Peru met haar Inca filosofie en energiewerk, de Himalaya in India met de energie van Shambhala en ancient Khemit, het centrum Egypte; de oorsprong van onze huidige mensheid als in een 3-hoek.





Dit eBook 'Ontdek 7 oud Egyptische wijsheden die je leven verrijken' gaat over de mythologie en symboliek uit Egypte. Het eBook is een mix van oud Khemitian wijsheid over de tijd en het land van Osiris, eigen inzichten en weten, met een 3-tal oefeningen die je zelf kunt doen en in je leven integreren.

De programma's met spirituele reizen Egypte zijn in het voor- en najaar. De programma's met reizen Peru en India jaarlijks aan het begin c.q. einde van de zomer. Voor deze programma's Peru en India wordt bij de aankondiging elke december en januari van het jaar een apart gratis mini eBook aangeboden. Deze aankondiging komt vanzelf bij je in je inbox. Dus houdt de aankondiging in de gaten dan kun je deze mini eBooks ook ontvangen als je geïnteresseerd bent.

Ik wens je heel veel plezier met het lezen van dit eBook. Wil je meer weten over de Programma's met spirituele reizen?

Bel me dan op: 06 – 28 8686 47. We bespreken dan jouw verlangens en wensen in een programma met spirituele reis. Samen ontdekken we of een programma met spirituele reis passend voor je is. En ik beantwoord graag je vragen. Je bent welkom om dat te doen!

Wil je dit eBook met anderen delen? Laat deze mensen dan zelf dit eBook aanvragen via: <http://www.atma-reizen.nl/aanvragen-gratis-ebook.html>.

Als je dit eBook wilt doorgeven aan anderen die erin geïnteresseerd zijn, ben ik daar blij mee. Dank je wel!



De Egyptische mythe over Osiris & Isis.

Misschien ken je de Egyptische mythe, het ontroerende liefdesverhaal over Osiris en zijn geliefde godinnenvrouw Isis? Osiris en Isis regeerden over het land, het oude Egypte en brachten vrede en harmonie. Het geliefde paar werd door het volk op handen gedragen. En Set, de broer van Osiris, was stinkend jaloers op hem. Hij verzoon een list om Osiris in de val te lokken.

Voor een feest had Set een op maat sarcofaag gemaakt. En degene die precies in de sarcofaag paste mocht deze hebben. Als kostbaar cadeau! Op het feest gingen de feestgangers een voor een in de sarcofaag liggen... maar geen van allen paste. Tot Osiris in de sarcofaag ging liggen en een perfecte match bleek. Snel deed Set de deksel op de sarcofaag, verzegelde deze waardoor Osiris uiteindelijk stikte en gaf hij de sarcofaag mee aan de golven van de Nijl.

Osiris geliefde Isis was ontroostbaar. Vastberaden ging ze op pad om haar lief Osiris weer terug te vinden. Haar jarenlange speurtocht bracht haar naar Byblos in Lebanon. Daar werd Isis kamermeisje aan het hof van de koningin van Byblos. In de tuin van het paleis ontdekte Isis bij toeval dat de sarcofaag met haar geliefde Osiris was ingegroeid in een prachtig machtige boom. Toen de koningin ontdekte wie het kamermeisje in werkelijkheid was, hielp ze Isis met het losmaken van de sarcofaag. Set kreeg er al snel lucht van dat Isis haar geliefde had teruggevonden en ging snel op weg om de sarcofaag te heroveren.

Set scheurde zijn broer Osiris uiteen in 14 stukken en verspreide de stukken over het oude Egypte. Isis werd verscheurd door verdriet. Weer maakte ze vele omzwervingen om de stukken van haar man uit het land Egypte te vinden. Zij bracht alle 13 stukken bijeen met uitzondering van één, de fallus van Osiris die was opgeslokt door een vis. ☺ (sorry voor de smile, want het klinkt natuurlijk allemaal best dramatisch). Isis verving de fallus van Osiris met een houten prothese, balsemde het hele lichaam en omzwachtelde het.

Met een magische spel werd Osiris weer tot leven gewekt.. was voor één nacht weer in het land der levenden. Osiris verenigde zich met zijn geliefde Isis om een zoon te verwekken die de naam Horus kreeg.



De oud Egyptenaren brachten hun metafysische overtuigingen tot uiting in gedramatiseerde vorm: het mysteriespel. En dit aangrijpende liefdesverhaal van Osiris en Isis was dan ook het meest populaire mysteriespel. Toch mag je ook bedenken dat er feitelijk tot nu toe geen oorspronkelijk Egyptische tekst van deze mythe, dit mysteriespel is gevonden. Onze huidige kennis van deze mythe is gebaseerd op wat Grieken en Romeinse schrijvers in de Oudheid schreven op basis van informatie uit 2^e of 3^e hand. Moeilijk om dan nog te kunnen onderscheiden wat op waarheid berust en in welke delen de grote duim van de schrijvers een rol heeft gespeeld.

In de *Grafschriften van Unas (de Piramideteksten van ca. 2500 v. Christus)* wordt eenvoudig beschreven dat Set zijn broer Osiris in Abydos had vermoord en zijn lichaam achterliet op de oever van een kanaal in Abydos.

Het lichaam van Osiris werd gevonden door Isis en hij werd gebalsemd en begraven in Abydos. Da's feitelijk een heel ander verhaal.



Tempel in Abydos

Zoals Carl Jung het zei: 'De vroegere mens verzong geen mythe maar beleefde ze'. Mythologie die door de tijd heen steeds meer een uiterlijke betekenis kreeg in plaats van innerlijk verstaan en begrepen. De muren van de tempels in Egypte staan vol met symboliek, krachten van de natuur die innerlijk kunnen worden ervaren en verstaan.

Dus... laten we eens kijken naar de symbolische betekenis van deze mythe. Levensverrijkende symboliek die innerlijk kan worden beleefd.



Het land van Osiris uit mondelinge overlevering van Khemitian Wisdom.

20.000 jaar geleden was de tijd en het land van Osiris volgens de traditie van mondelinge overlevering van Khemitian kennis die generatie op generatie is doorgegeven. De naam van Osiris was in het Khemitian "Bu Wizzer". Het was de tijd van Verlichting waarin de mensen van de 42 stammen in eenheid samenleefden. En de mensen niet man - vrouw specifiek waren. In de tijd van Verlichting waren de mensen in circulair bewustzijn, één met alle goddelijke krachtvelden en met 360 compleet menselijk zintuiglijke vermogens.

Deel in de mythe van Osiris en Set is 'de val' uit het circulaire bewustzijn.

De val uit eenheid. Net zoals het verhaal van Adam en Eva in de Bijbel het paradijs werd verloren door te eten van de boom van kennis. Het eten van de boom van kennis staat voor het ontstaan van het menselijk denken. Het ontstaan van het menselijk brein. Het verdwijnen van het onbewuste zijn van de mensen in eenheid met de Natuur. Naar het bewuste denken en als medescheppend mens deel te nemen aan de Schepping.

In het oude Khemit werd Set niet gezien als het kwaad maar als deel van de Natuur, van vitaal belang na de val uit heelheid en eenheid.

Zowel Osiris als Set waren gerespecteerde delen van de Natuur. Een belangrijk onderdeel in de mythe van Osiris en Set in 'de val' uit eenheid naar het gefragmenteerde denken.

Set staat voor het gefragmenteerde denken. Er was niet een echt conflict.

Elk van de 42 stammen van de mensheid kreeg een stuk van Wizzer, van Osiris, om te worden samengevoegd op het moment dat de mensheid klaar is om weer heel te zijn. En dat is nu.... als de mensen hun unieke deel in de schepping



herkennen en heel worden. Of ook wel heiligen genoemd.



1^{ste} wijsheid: Eenheid is er altijd.

De aspecten binnen de dualiteit zijn deel in de eenheid van de Natuur. Als mensen zijn we VERSCHIEDEN en ÉÉN in hetzelfde moment. Elk mens met een Lichtvonk in het hart. De prachtig verschillende en unieke mensen die we zijn! Eenheid is niet iets waar je naar kunt streven om te bereiken. Het is meer een uitnodigen. Eenheid is er altijd, of je er nu bewust of onbewust in bent. En het merendeel van



de mensheid is er onbewust in. In de val uit eenheid, uit het circulair bewustzijn met 360 compleet zintuiglijk vermogen, hebben we als mens nu 5 zintuigen. Het is niet zo vreemd dat we eenheid (nog) niet volledig zintuiglijk kunnen waarnemen.

Goed om daar bewust van te zijn ☺

2^e wijsheid: Pijn (bevroren energie) ontstaat op het moment van wrijving en strijd op verschillen.

In het verloop van de tijd van de mensheid werd Set gezien als 'het kwaad'. Nog steeds ontstaat er in contact tussen mensen wrijving en strijd op verschillen vanuit de eigen pijn. En op het moment dat je uit de eigen emoties kunt stappen, je vanuit een breder perspectief de ander en jezelf kunt ZIEN en ZIJN dan ontdek je hoe prachtig aanvullend je op elkaar bent. Samen mooie momenten en dingen kunt creëren.

Op het moment dat je in een situatie van wrijving bent met iemand besef dan dat je minder dan 1% van de situatie kunt overzien. Meer dan 99% er ook is alleen buiten jouw waarnemingsveld. Dit beseffen helpt al vóór de 99%.

Oefening a. Bewustzijnsverruiming

Ego beperkt en bewustzijn is onbeperkt verruimend.

- Ga in meditatie met je aandacht naar **het middelpunt van je hoofd** (je hersengebied). Ga daar bewust heen, wees met je aandacht in het middelpunt. Het middelpunt waar enkel stilte is.



- Het kan zijn dat je gewend bent met je aandacht in je voorhoofdgebied te zijn. Verschuif dan bewust je aandacht naar achteren. En train jezelf erin meer en meer in dit middelpunt van je hoofd aanwezig te zijn.
- Misschien ben je iemand met een '**monkeymind**'. Een mind waarin zich continue verhaaltjes afspelen, alsof je continue in jezelf praat. Wat dan helpt is bewust je spraakgebied te ontspannen.
 - **Laat je onderkaak los en ontspannen hangen.** Zodat je mond, je lippen tegelijkertijd ontspannen gesloten zijn en je kiezen en tanden elkaar net niet raken. Ontspan je kaakgewricht. Vooral in aandacht op het punt waar boven- en onderkaak aan elkaar hechten.
 - **Ontspan je tong.** Laat je tong los hangen in je mond. Dus niet gedrukt tegen je gehemelte maar los in je mond. En ontspan bewust je tong, vooral in aandacht op het aanhechtingpunt achter in je tong.
- In die **stilte in het middelpunt van je hoofd** (je hersengebied) laat je je bewustzijn uitbreiden in de oneindigheid voor je, in de oneindigheid achter je, je bewustzijn breidt zich uit diep de aarde in, onder je. En in de oneindigheid boven je. En hoe voelt dit? Dit bewustzijn is wie je bent. En het helpt je uit eigen emoties te stappen en vanuit een breder perspectief te zien en zijn.

3^e wijsheid: Liefde, het verzoenende principe.

Er mag eerst liefde of een verlangen ontstaan om de 2 tegenstellingen binnen een dualiteit te verbinden. Zonder liefde of een verlangen is geen verzoening mogelijk... het gaat hier om 'wil je gelijk of wil je geluk'.

Het is als in de bijbelse 3-eenheid.



4^e wijsheid: Het lichaam, de stof.



Osiris staat ook symbool voor de vastheid van de stof. Waaruit het lichaam bestaat en door de ziel bezield. De hoofdtooi van Osiris in koren afgebeeld, is symbool voor het eeuwige Leven en de opstanding. Naast het aardse lichamelijk bestaan, een bewustzijn van eeuwig voortdurend Leven waarin geboorte, groei en dood zich als verschijnselen voordoen. Zo was dit ook in de symbolische handeling van Jezus. Met het breken en delen van het brood (koren) met zijn discipelen, deelde hij in het lichaam van Christus m.a.w. delen in het eeuwige Leven en de opstanding (of zoals ik het zelf zou zeggen; de verlichting van het lichaam).

Een vaste stof is zowel de som van de samenstellende delen als een eenheid of geheel op zichzelf. En zo kan ook de mythe begrepen worden in de 42 stammen (6 x 7) van de mensheid die in eenheid samenleefden, als het lichaam van Osiris door zijn broer Set in 14 stukken (2 x 7) uiteen gescheurd. De mythe over de 42 stammen gaat over de mensheid als geheel. Elk van de 42 stammen van de mensheid kreeg een stuk van Wizzer, van Osiris, om te worden samengevoegd op het moment dat de mensheid klaar is om weer heel te zijn. En het lichaam van Osiris in 14 stukken uiteen gescheurd gaat over de individuele mens die weer tot heilheid kan komen. Weer tot heiligheid kan komen.

Er zijn verschillende manieren voor het helen- of het verlichten van de verdichte energie in het lichaam. En ik heb het hier dan over de energie tot in de vastheid van de stof van het lichaam. Vele culturele ideeën & concepten en onverwerkte emoties uit de kindertijd liggen opgeslagen in het celgeheugen van het lichaam. En zijn niet wie je werkelijk bent. Voor kleine kinderen duurt een emotie een paar momenten als deze echt mag worden gevoeld. Voor volwassenen ook... maar eigenlijk spelen bijna altijd de onverwerkte emoties opgeslagen in het celgeheugen langer door. Is dit voor jou ook zo? Dat een emotie langer duurt dan het enkel in een moment opkomen en gaan?



Manieren om de herinnering uit het celgeheugen op te lossen, om vastzittende tot bevroren energie in je lichaam op te lossen en los te laten zijn: Release Techniek van Levenson of de Sedona Methode, De Helende Reis van Brandon Bays en acupressuur op meridiaanstromen kunnen zeer effectief helend werken. Er zullen vast meer snel en effectief werkende manieren zijn. Oplossen en loslaten helpt je naar meer en meer geluk in je leven.

Elke cel in je lichaam sterft en wordt vervangen door een nieuw geboren cel. Binnen 6 maanden is 70% van je cellen vernieuwd. Na 1 jaar is 98% van je lichaamcellen vernieuwd. En na 7 jaar heb je een compleet nieuw lichaam. Het enige wat van de oude naar de nieuwe lichaamscel wordt meegenomen, is je celgeheugen. Tenzij jij de herinnering uit je celgeheugen kunt ontdooien (toelaten), oplossen en loslaten. Na een jaar kun je een geheel ander mens zijn. Zoals de Griekse filosofen Heraclitus en Plato (500-400 v. Chr.) het stelden: 'je kunt nooit twee keer in dezelfde rivier stappen'.

Oefening b. Loslaten, loslaten en loslaten

- Denk eens aan een persoon waar je het niet zo best mee kunt vinden. Roep het beeld op voor je geestesoog. Of breng het beeld terug van een moment waarop het je allemaal 'teveel' werd. In werk, in je familie met je ouders, vroeger op school... in je relatie. Of denk aan iemand die je diep gekwetst heeft.
- Voel in je lichaam wat er waar gebeurt. En ben daar met je aandacht. Verwelkom het, laat het toe er helemaal te zijn.
- Open nu een denkbeeldige deur op de plek in je lichaam waar de spanning zich bevindt en voel hoe de emotionele energie vanzelf begint weg te stromen uit die plek.



De Egyptische mythe gaat verder....

Horus, de zoon van Osiris en Isis, werd in het diepste geheim grootgebracht om hem te beschermen tegen zijn boosaardige oom Set.



Toen Horus volwassen werd daagde hij Set uit voor een duel om zijn vader te wreken met als inzet de troon. In de hevige strijd stak Set het linkeroog van Horus uit. Het linkeroog, het maanoog wat staat voor intuïtie en onze emotionele kant. Uiteindelijk overmeestert Horus Set zonder hem te doden.

Ook dit deel van de mythe heeft een symbolische betekenis. Set staat voor het gefragmenteerde denken. Eén van de aspecten van de Natuur en in de Eenheid van de mens. Alleen niet het aspect wat de leiding mag hebben. Horus ging de strijd aan met het gefragmenteerde denken. En overwon! Horus bracht verzoening in de tegenstellingen binnen de dualiteit (zie stap 2 en 3). Horus werd meester over het gefragmenteerde denken en nam plaats op de troon. De troon; ook wel het 3^e oog genoemd.

5^e wijsheid: De verwerkelijkte mens.

Het omvat zowel het principe van dualiteit (2) als het principe van verzoening (3). En 5 is het eerste universele getal.

Horus die meester werd en plaats nam op de troon; het hart van het denken. Of het denkende hart. De Lichtvonk in het hart van ieder mens. Horus is een voorbeeld voor de mens om zichzelf te verwerkelijken. Als in de lotsbestemming van de mens. Als in het rijk der hemelen in jezelf.

Bij Tibetaanse monniken die bewust mediteren op het hartcentrum is ondervonden dat het bewustzijnscentrum in de voorhoofdskwabben van de grote hersenen, het deel is dat zichtbaar oplicht.



Oefening c. Hartmeditatie

- Ga rustig zitten, sluit je ogen en richt je aandacht op je borstbeen (je hartstreek).
- Adem nu 3-5 minuten rustig in en uit, in het tempo van 5 rustige tellen in en 5 rustige tellen uit en houdt daarbij je aandacht op je borstbeen (je hartstreek).
- Je kunt voelen, visualiseren dat je uitademen vanuit je borstbeen naar voren gaat en het inademen terug door het borstbeen naar achteren gaat. Neem waar wat er in je lichaam en hersenen gebeurt.
- Richt naast de aandacht op je borstbeen (je hartstreek), je aandacht op iets of iemand waar je veel van houdt. En stuur deze gevoelens van liefde naar andere mensen, stuur deze gevoelens van liefde de wereld in. Neem waar wat er in je lichaam en hersenen gebeurt.



Hoe krachtig is het veld van je hart?

Het hart heeft een elektromagnetisch energieveld dat 5000 x meer magnetisme heeft dan het elektromagnetisch energieveld van onze hersenen (onderzocht door HearthMath instituut).

6^e wijsheid: Flow en synchroniciteit in je leven.

Je open hart en het magnetisch uitstralende veld, creëert flow en synchrone gebeurtenissen in je leven. Flow is optimale en ongefragmenteerde ervaring.

Zonder oordeel op goed of fout, er is wat zich door jou heen wil manifesteren.

Flow is iets wat boven je persoonlijkheid uitstijgt.

In Flow is totale betrokkenheid in- en verbondenheid met het leven.

Flow is moeiteloosheid in het leven.

In Flow voel je je gelukkig.



In Flow ben je een bewuste medeschepper.

Het begin naar meer flow en geluk in je leven is vol en in compassie je conditioneringen onder ogen te zien vanuit culturele ideeën en onverwerkte emoties die je (reactief) gedrag als mens bepalen.

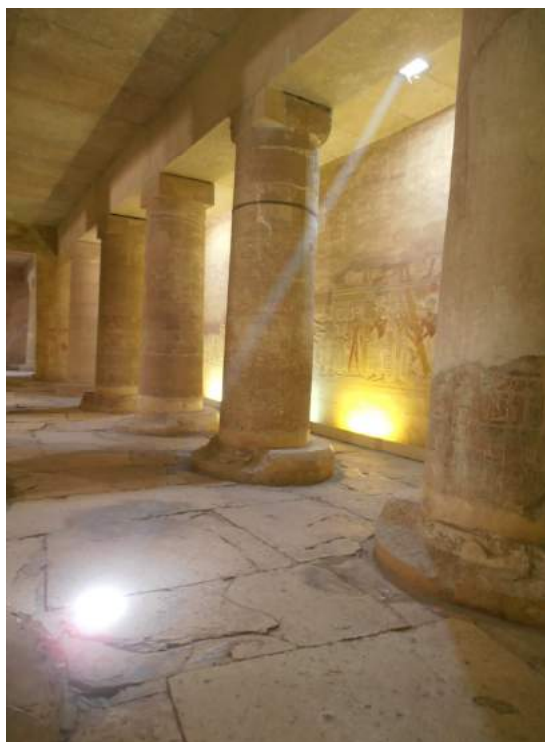
Wat kun je doen om meer flow en eenheid in je leven toe te laten?

1. Je zwaartekracht verminderen door loslaten, loslaten en loslaten van de emotionele energie uit je emotionele lichaam (Als je iets wilt loslaten, moet je het heel even pakken ~ Lao Tse).
2. De troon van je denken in eigendom nemen.
3. Je hart openen en openhouden (de voorgaande punten 1 en 2 geven je de basis om dit op een veilige manier te kunnen doen).

De in dit eBook beschreven oefeningen a, b en c kunnen je hierin goed ondersteunen. Tenminste... als je ze op regelmatige basis doet ☺

7^e wijsheid. Osiris, de tijd van Eenheid en Verlichting

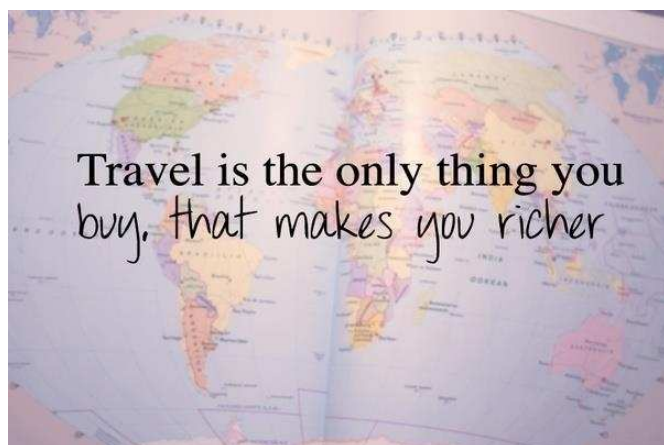
Dit is de eenheid van de geest (3) en de stof (4) en 7 is het getal van Osiris. De Verlichte. Het is verbonden zijn van de geest met de ziel in de stof, in het lichaam. De geest - ziel menszijn. Voor ons mensen is dat het indalen van de geest in het lichaam (descensie) waardoor de verdichting van je lichaam zich verlicht. Zoals dit was voor Jezus Christus met het indalen van de Heilige Geest, het eeuwige Leven en de opstanding. En het delen daarin met zijn discipelen. Het goddelijke trekt in de stof, in de materie om alles te vergeestelijken.



Hal van Osiris in tempel Abydos



Reizen is een investering die je rijker maakt!



Deze las ik.... en ik ben het er roerend mee eens. Door het reizen ben ik meer en meer ontwikkeld tot wie ik werkelijk en in wezen ben. Levensverrijkende ervaringen en inzichten die me meer gemak en geluk in mijn leven geven. Heel dankbaar ben ik in dit werk met de mensen te mogen delen. Zodat ook

jij meer gemak en geluk in je leven ervaart. En kunt zijn en doen wat voor jou bedoeld is te doen!

Je bent van harte welkom met ons mee te reizen:

Klik op de link: www.atma-reizen.nl/spirituele-reizen.html

En je vindt daar ons aanbod van bijzondere spirituele reisprogramma's naar krachtplaatsen in de Himalaya van India, reis in het licht van de Inca en zijn vrouwelijke Qoya en naar de krachtig energetische tempels en woestijn in Egypte.

Wil je mij vrijblijvend spreken? Samen onderzoeken wat jouw verlangens, wensen en behoeften zijn voor een programma? Ontdekken of een reisprogramma met Atma Reis passend voor je is? Dan nodig ik je van harte uit contact met me op te nemen. Dit kan eenvoudig met een e-mail naar info@atma-reizen.nl. Vermeld wel je telefoonnummer in je mail. **Of bel 06-28868647**, je bent welkom om dat te doen.

Heb je genoten van het lezen van dit eBook? Er zit zoveel meer achter mythologie en symboliek dan ik in dit eBook heb kunnen schrijven. Ik hoop dat je door de woorden die diepere betekenis hebt kunnen voelen en ervaren. Ik wil je graag uitnodigen me te laten weten wat je ervan vindt. Welke inspiratie heeft het je gegeven?

En heel graag ontmoet ik je een keer,

Lydia Atema.