

MARIANNA FARFALLA: HET BELANG VAN BEWUST LEVEN

Bewust leven wil zeggen dat je regelmatig stilstaat bij en nadenkt over de manier waarop je leeft en je afvraagt wat de gevolgen zijn van jouw manier van leven voor jezelf, je medemensen en onze planeet Moeder Aarde.

Spiritueel leven betekent dat je bewust leeft en liefdevol omgaat met jezelf, je medemensen en onze planeet Moeder Aarde, en dat je beseft dat wij allemaal verbonden zijn met een groter geheel. Alles hangt met elkaar samen omdat wij samen één grote mondiale gemeenschap vormen waarin iedere positieve daad bijdraagt aan het mondiale welzijn en iedere negatieve daad de harmonie in de wereld verstoort.

Alle problemen op aarde worden al eeuwenlang veroorzaakt door een groot gebrek aan werkelijk spiritueel bewustzijn. Om spiritueel bewust te worden is het nodig dat je jezelf grondig leert kennen en je opnieuw verbindt met je innerlijke geluksbron waarmee je geboren wordt. Vanuit die bron stroomt je zuivere intuïtie die je altijd feilloos de juiste weg wijst in je leven en die je aangeeft wat je moet doen (en laten) om gezond en gelukkig te blijven.

Al het leven op aarde wordt aangestuurd door een grote Universele Intelligentie die voor evenwicht en harmonie zorgt. Deze Universele Energie zorgt ervoor dat dieren hun instincten volgen en mensen hun intuïtie. Vogels ontvangen een instinctief signaal dat ze naar het zuiden moeten vliegen. Als ze dat signaal niet krijgen vriezen ze dood. Als mensen hun intuïtieve signalen niet ontvangen, gaan ze ook dood. Het duurt alleen langer, ze worden eerst ziek omdat ze allerlei dingen doen die schadelijk zijn zoals teveel (en verkeerd) eten, teveel roken, alcohol en drugs gebruiken of te hard werken.

Als je naar jonge kinderen kijkt, zie je dat ze nog verbonden zijn met hun geluksbron. Een baby lacht zomaar naar je, hij uit zijn natuurlijke blijdschap. Kinderen zijn nog onbevangen, ze leven in het hier-en-nu, gaan helemaal op in hun spel, zijn creatief en genieten volop.

Hoe komt het dan dat er zoveel volwassenen verveeld rondhangen of gekluisterd zitten aan gokautomaten, verslaafd zijn aan computerspelletjes of lusteloos voor de tv hangen? Hoe komt het dat blije kleuters veranderen in zappende zombies?

Dat komt omdat onze geluksbron geblokkeerd wordt tijdens onze opvoeding en ons onderwijs omdat je blije, creatieve mensen niet zo gemakkelijk de kantoren en fabrieken inkrijgt om 50 jaar lang 40 uur per week te werken. Daarom krijgen we ingehamerd dat je om mee te tellen in onze maatschappij zo hard mogelijk moet werken om zoveel mogelijk geld te verdienen. Je moet een aantal eigenschappen ontwikkelen om het helemaal te maken.

Ten eerste moet je je verstand ontwikkelen en je gevoel onderdrukken, dit geldt vooral voor jongens!

Ten tweede moet je een set gedragspatronen leren om carrière te maken. Je moet altijd doorgaan en bezig zijn, luiere wordt niet op prijs gesteld. Je moet bovendien alles perfect doen, je kunt je niet permitteren om fouten te maken. Meisjes krijgen nog een extra patroon ingehamerd: ze moeten altijd aardig zijn en er aantrekkelijk uitzien. Deze gedragspatronen zijn zo sterk aanwezig in onze maatschappij dat ze ook wel subpersoonlijkheden genoemd worden. Wanneer je teveel geregeerd wordt door het viertal: drammer, perfectionist, criticus en behager, kom je in de gevarezone van burn-out en ziekten. Het probleem is dat mensen

die onbewust leven zich helemaal identificeren met hun subpersonen. Ze zitten verstrikt in die patronen.

Tenslotte wordt de concurrentie en wedijver voortdurend aangewakkerd en moet je anderen een kopje kleiner maken om zelf een kop groter te worden om de top te bereiken. Dit belemmert een vruchtbare samenwerking.

Al deze aangeleerde gedragspatronen vormen samen het geconditioneerde zelf. Dit prototype leeft afgescheiden van het grote geheel en moet meedraaien in een grootschalig systeem van maximale productie en consumptie, dat grote mondiale problemen veroorzaakt zoals de klimaat crisis en de kredietcrisis. Uiterlijk kan hij/zij een leven leiden dat in alle materiële behoeften voorziet, maar innerlijk wordt er een leegte gevoeld omdat er gebrek is aan zingeving, bezieling en verbondenheid. Daarom is er een grote hang naar verslavende en verdovende middelen. Zodra je je Ware Zelf terugvindt, houdt de behoefte aan verslavende middelen vanzelf op.

Ik weet uit ervaring wat het betekent om door je subpersonen geregeerd te worden omdat ik me ook over de kop gewerkt heb en allerlei mensen me wakker kwamen schudden: Hé Marianna, waar ben je mee bezig, drie banen, je werkt veel te hard. En ik zei, waar hebben jullie het over?

Ik zat helemaal verstrikt in mijn geconditioneerde zelf en er was een enorme burn-out voor nodig om wakker te worden en echt op zoek te gaan naar mijn Ware Zelf en die heb ik in Toscane pas echt gevonden.

Mijn eigen zoektocht naar geluk begon op mijn 28^e jaar en het heeft heel wat uurtjes therapie, praatgroepen, cursussen, studies, yoga en meditatie gekost om erachter te komen. Ik kan mijzelf met recht een ervaringsdeskundige noemen die alleen doorleefde kennis doorgeeft aan andere mensen, zodat zij de weg naar geluk in wat minder tijd kunnen bewandelen.

Bovendien zag ik in mijn praktijk als psychotherapeute dat mijn cliënten met dezelfde problemen worstelden. Ik kwam erachter dat bijna alle lichamelijke en psychische problemen veroorzaakt worden door een negatief zelfbeeld en een verkeerd voedingspatroon.

In de documentaire Geluk en Gezondheid in eigen hand heb ik al mijn kennis en ervaring gebundeld om je te helpen om je stap voor stap te bevrijden uit je geconditioneerde zelf en je opnieuw te verbinden met je Ware Zelf, als centrum van oneindig, scheppend bewustzijn. Dit is de enige weg naar duurzaam geluk en de enige manier om de gigantische problemen op deze wereld met elkaar op te lossen!

HET IS MIJN BEDOELING DAT MIJN OPROEP OM TOT BEWUSTWORDING TE KOMEN EN LIEFDEVOL MET JEZELF OM TE GAAN EN EEN DUURZAME ECONOMIE TE CREEËREN ZOVEEL EN ZOVER MOGELIJK VERSPREID WORDT.

AL JE HET EENS BENT MET DEZE OPROEP, HELP MIJ DAN OM EEN BEWUSTZIJSREVOLUTIE OP GANG TE BRENGEN.

PRAAT EROVER, TWITTER, GEEF MIJN WEBSITE DOOR VIA FACEBOOK, E-MAILS, ENZ. OM ZOVEEL MOGELIJK MENSEN TE BEREIKEN