

Ook jij kunt een handje helpen...

‘Het bewustzijn gaat omhoog, hoe dan ook’



Dorien Hoogerheide

Dorien Hoogerheide is channel-medium en schrijfster van *Ascensie - samen naar een hoger bewustzijn*. De inhoud van dat boek kwam tot haar via niemand minder dan God *himself*. Over dat contact zegt het Nederlandse antwoord op de wereldberoemde Neale Donald Walsch: “Na een jaar van vragen zei ik: ‘Lieve God, ik geef me over, ik stop nu met vragen’. ‘Mooi’, antwoordde hij toen, ‘dan gaan we nu beginnen.’”

TEKST: CAROLINE VAN BEEKHOFF

Dorien, er wordt veel over bewustzijnsverhoging gesproken de laatste tijd. Hoe kijk jij daar tegenaan?

Dorien: “De trilling van het universum gaat omhoog. Dat is een universele wet. Wat betekent dat alles op een hoger energieniveau komt en voor het individu dat hij of zij dicht bij zichzelf komt, dicht bij de eigen ziel. Dit proces voltrekt zich sowieso voor alles, maar je kunt het bewust meemaken en je kunt het zelfs mee helpen versnellen. Als je kiest voor dat laatste, dan maak je het makkelijker voor jezelf en daarmee ook voor de aarde. Daarvoor krijg je als beloning dat je leven fijner gaat stromen. Je gaat het met een groter geluksgevoel beleven. Misschien denk je nu dat je al je uiterste best doet en toch tegendruk ervaart. Dat kan kloppen! Het heeft te maken met de huidige chaotische tijd waarin alles bovenkomt, ook het duister, maar dit staat los van jouw inzet. Het enige wat je dan moet doen, is doorgaan en je niet van je pad laten brengen. Iedereen die hier nu op aarde is, heeft gekozen om te helpen met de bewustzijnsverhoging. Eenieder op zijn of haar eigen wijze. Sommigen zijn het vergeten. Anderen steken hun kop in het zand. En dan heb je nog de mensen die alleen voor het grote geld gaan, om daar weer méér geld mee te maken. Dat zijn mensen die zich nog niet realiseren dat de materie niet de essentie is. Dit is helaas wel de groep die nu de grootste vertraging veroorzaakt. Er zijn gelukkig ook veel mensen die het zich wel herinneren. Dat zijn bijvoorbeeld de lezers van dit tijdschrift, mensen die spiritueel bezig zijn. Dit zijn de voorlopers.”

Hoe kun je meewerken aan de bewustzijnsverhoging?

Dorien: “Er zijn in essentie vijf ingrediënten die een rol spelen bij de verhoging van bewustzijn, en daar is een handig ezelsbruggetje voor: ‘I love’: Intentie, Liefde, Overgave, Vertrouwen en Eigenliefde. De intentie is dat jij goed wilt doen voor jezelf én voor de wereld. Het gaat om hoe je leeft en doet, met welke gedachten jij handelt: is dit vanuit de intentie dat je goed wilt doen voor

jezelf en de aarde, dan komt de bewustzijnsverhoging. Liefde is de hoogste energie in de kosmos. Als je in liefde zit, dan zit je al op een hoog bewustzijnsniveau. In dit geval moet je ook aan de universele liefde denken, dus niet alleen de liefde voor je dierbaren. Dat je te allen tijde nog liefde kunt voelen – als je dat altijd kunt, dan ben je wel een heilige hoor.... Het is ook het besef van eenheid. Alles is beziel en verbonden. Dat eenheidsprincipe is zo belangrijk. Als jij je goed voelt, dan straalt dat uit en dat raakt dan de wereld. Overgave is een misvatting van veel mensen, ook van mij vroeger. Het idee dat je de controle over je leven weggeeft als je je overgeeft. Dat is niet zo. Overgave is een handeling vanuit puur vertrouwen, het loslaten van het ego en het zeggen: ‘God – of Source, Spirit, Almacht – jouw wil geschiede’, wetende dat de wil van de bron zoveel mooier en beter is voor jou en je leven dan je eigen wil. Het vertrouwen is dat je weet dat er iets groters is, dat jou iets veel mooiers kan geven dan jij kunt bedenken, en dat jij als mens goed genoeg bent om je levensopdracht te vervullen. Voor mij persoonlijk kwam dit toen ik mezelf kon accepteren. Ik voelde: ik hoef niet nog meer te leren, te weten en te studeren om te doen wat ik moet doen in het leven. Eigenliefde is de laatste letter uit de ezelsbrug. Als je dit hebt, dan kun je beter bij jezelf blijven en kom je direct in een hogere energielag, merk ik. Je weet dan wie je bent. En als je je eigen grootsheid kent, dan spiegelt dat in de ander. Je bent dan als het ware vanzelf een kaars die alle andere kaarsen aansteekt.”



‘Mensen die spiritueel bezig zijn, zoals de lezers van dit tijdschrift, zijn voorlopers’

Welke rol speelt het denken überhaupt nog?

Dorien: “Niet alleen eigenliefde is belangrijk, ook energetisch denken. Dat wel zeggen denken in energie in plaats van materie. Energie brengt de materie voort en gedachten zijn creatief, dus hoe jij denkt zó wordt je leven. Kort door de bocht gezegd: denk je liefdevol dan krijg je liefde in je leven, dit haakt ook weer terug op de ‘I’ van intentie. Om dit principe zuiverder te kunnen toepassen, moet je zeker een aantal oude dingen uit je leven verwerken en opruimen en vooral ook accepteren wie je bent: een



‘Er zijn 5 ingrediënten die een rol spelen bij de verhoging van bewustzijn: intentie, liefde, overgave, vertrouwen en eigenliefde’

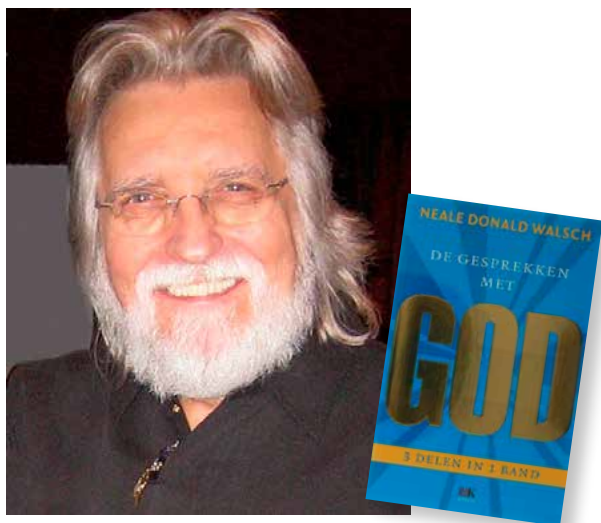
stralend wezen met een goddelijke kern. Als jij stevig in jezelf staat, positief denkt en doet, dan heeft dat effect op het grote geheel. Wanneer je beseft dat het zo werkt, dan geeft dit een gevoel van waarde en hoop in plaats van machteloosheid en wanhoop. Dan krijg je Sattva, zoals ze dat in het Sanskriet noemen: evenwicht, harmonie. Het is dus niet echt de bedoeling dat je alleen maar zegt ‘ik wil mijn bewustzijn verhogen’, of ‘ik wil verlicht worden’, want dan ga je voorbij aan je handelingen en die zijn juist het belangrijkste en vormen de essentie van bewustzijnsverhoging. In mijn boek *Ascensie - samen naar een hoger bewustzijn* heeft God onder andere nog een heel stappenplan gegeven om je te helpen naar een hoger bewustzijnsniveau te gaan. Een paar van die stappen zijn bijvoorbeeld: neem rust, ga mediteren. Maak onderscheid tussen de stem van je denken en de stem van je ziel. Weet dat je een goed mens bent. Ruim je hoofd op en je huis. Verdiep je in je eigen toestand en die van de wereld en blijf betrokken. Weet dat alles bewustzijn heeft, wees vriendelijk voor je omgeving; voor plant, boom, dier en mineraal. En verwacht elke dag een wonder.”

Dit boek heb jij doorgekregen van niemand minder dan God. Hoe is dat zo gekomen?

Dorien: “Eind vorige eeuw hoorde ik een stem die vroeg: ‘Wat wil je?’. ‘Ik wil de mensheid helpen’, antwoordde ik en toen hoorde ik niets meer. Daarna werd ik door allerlei gebeurtenissen naar een medium geleid. Zij gaf aan: ‘Je moet boeken gaan schrijven en berichten doorgeven, dat is jouw opdracht’. Dat voelde zo fijn, want ik wilde al toen ik zes was schrijfster worden. De volgende ochtend deed ik de gordijnen open en zag overal licht achter. Ik realiseerde me: er bestaat een God die alles ziet, die weet dat ik hier nu sta en die zegt dat mijn leven zin heeft. Het begrip ‘God’ vond ik overigens nog wel een dingetje, ik had er niets mee vanwege de beladenheid met de kerk en een dominee die ertussen staat. Ik was wel altijd al op zoek naar de essentie van het leven, maar niet zozeer naar God. Maar toen was Hij er dus ineens. Ik vroeg: ‘Zijn er nog meer van jou?’ Hij antwoordde: ‘Nee, er is er één’. Het maakt hem niet uit of je hem nu de Bron, Alkracht of nog anders noemt, maar ik noem hem God want zo stelde hij zich aan mij voor. Na die eerste kennismaking had ik 150 vragen opgeschreven over hoe het universum in elkaar

‘Ik vroeg aan God: “Zijn er nog meer van jou?” Hij antwoordde: “Nee, er is er één”’





Is Dorien Hoogerheide het Nederlandse antwoord op Neale Donald Walsch?

‘Handelen - het doen - vormt de essentie van bewustzijnsverhoging’

zat, hoe ik de walvissen het beste kon helpen et cetera. Hij antwoordde toen heel liefdevol: ‘Lieve kind, begin eerst bij jezelf’. Ik heb hem toen overstelpst met vragen over mezelf en ook wel uitgedaagd. Hij zei bijvoorbeeld: ‘Ik praat met iedereen tegelijkertijd.’ Dus heb ik dat medium gebeld, zij was inmiddels een vriendin geworden, en met haar afgesproken dat we allebei stipt om acht uur die avond een bericht zouden vragen. Om half negen belden we elkaar en we hadden inderdaad allebei een bericht ontvangen, elk een ander, en elk heel mooi.”

Hoe ging dat contact vervolgens verder?

Dorien: “Na een jaar van vragen zei ik: ‘Lieve God, ik geef me over, ik stop nu met vragen’. ‘Mooi’, antwoordde hij toen, ‘dan gaan we nu beginnen’. Daarna kreeg ik eindeloze antwoorden, die zoveel verder reikten dan die antwoorden op mijn ‘kleine’ vragen. Hij geeft door wat hij wil vertellen, ik schrijf het op. Het enige wat ik doe, is de interpunctie aanbrengen en de teksten ordenen. De zinsbouw is ook anders dan als ik het zelf zou schrijven. Dat komt omdat er energie zit in die woordopbouw, het komt op hoog energetisch niveau binnen. Soms wil ik een bepaalde kant op, maar dat werkt niet. Hij kiest de onderwerpen. Ik laat hem daarom lekker praten en zit er niet meer tussen, ook tijdens de consulten. Ik blijf natuurlijk wel de mens die het doorgeeft, dat blijft. Maar ik zit bij alles wat ik ontvang zo hoog mogelijk in mijn intenties.”

Leer jij zelf ook als je iets doorkrijgt?

“Jazeker, want als God het doorgeeft wil dat niet zeggen dat ik het allemaal meteen kan en weet. Zo lees ik ook regelmatig nog in mijn laatste boek. En ik probeer mijn steentje bij te dragen aan de ascensie door steeds te handelen vanuit liefde: eigenliefde en liefde voor alles.”

Heb jij nog een advies voor de mensen die dit lezen?

“Wees niet bang om je hoogste zelf te zijn, je overschaduwt er niemand mee. Integendeel: je nodigt de ander uit om óók zijn hoogste zelf te ontvouwen. Neem jezelf en je levensopdracht serieus, weet dat je een positief verschil maakt door je aanwezigheid hier op aarde. Waar ik zelf elke ochtend mee begin omdat ik dat zo heb doorgekregen is bij het wakker worden tegen jezelf (en God) zeggen: ‘We gaan er een mooie dag van maken.’ Dan vraag je je ziel - dat is het hoogste deel van jou die verbinding heeft met de goddelijke wereld - of zij jou wil leiden deze dag. Je zult zien dat er dan wonderbaarlijke dingen gebeuren.” •

Alles over **Dorien Hoogerheide** en haar werk op WWW.BERICHTENVANBOVEN.NL. De schrijfster van dit artikel, Caroline van Beekhoff, is coach, trendwatcher en kunstenaar. Haar werkmotto is ‘Licht op je leven’:

WWW.CAROLINEVANBEEKHOFF.NL

