

# Het antwoord op de crisis is gronden

*Hans Andeweg*

## **Naar een nieuw tijdperk**

We leven in een bijzondere tijd. Wereldwijd wankelt elk ecologisch- en economisch evenwicht, tegelijkertijd nemen veel mensen intuïtief een nieuwe energie en een snellere trilling waar. Alsof er een nieuwe tijd in de lucht hangt. Volgens de Maya-kalender is dat inderdaad zo. Deze oeroude kalender laat zien dat meerdere grote tijdcycli in 2012 aflopen. Daarna breekt volgens de oude Maya's een nieuw tijdperk aan dat verbonden is met een hoger bewustzijn van de mensheid. De transformatie naar dit hogere niveau wordt echter vooraf gegaan door een periode van chaos, onzekerheid en angst.

De Aarde en onze samenlevingen maken inderdaad grote veranderingen door. Veel mensen ervaren de gevolgen op het persoonlijke vlak. Met tijd komt raad, maar de oude tijd is bijna ten einde. Oude oplossingen werken daarom niet meer. Bekende paden lopen dood. Er is behoefte aan hele nieuwe scenario's. Het is waarschijnlijk dat die inderdaad 'in de lucht hangen' en geïnspireerd worden door de nieuwe energie en de hogere frequentie. De vele publicaties en websites over dit onderwerp zijn daar een bewijs van.

Laten we er van uitgaan dat dat waar is. Als dat zo is, ligt de uitweg uit de crisis intuïtief voor het grijpen en kan deze met behulp van de sociale netwerken razendsnel via het internet over de wereld worden verspreid. Met deze kennis uit het hogere bewustzijnsniveau kunnen we ons zelf, onze samenleving en de Aarde helen. Even doorademen, het stof van de schouders slaan en vervolgens collectief door naar de volgende ronde.

Maar is dat zo? Of schuilt er een gevaar in een hoofd in de wolken en een overdaad aan telecommunicatie? Het gaat immers niet alleen om hoger inzicht, nieuwe kennis en baanbrekende ideeën, maar vooral wat we er mee kunnen doen om de huidige situatie te veranderen. Geen woorden maar daden. Naast inspiratie en creativiteit wordt er daadkracht gevraagd en dat heeft meer met gronding, dan met communicatie te maken.

## **Goede gronding door overgave**

Wat is gronding? Als mensen zeggen dat iemand 'zweeft' of er 'niet helemaal bij is', hebben ze het in feite over de gronding van die persoon. Goed gegrond zijn betekent dat je met een energetisch koord, vanuit je voeten en je eerste chakra bij je stuit, verbonden bent met de energie van de Aarde. Op die manier kun je oude energie en spanning loslaten. Tegelijkertijd stuurt de Aarde haar levensenergie omhoog. Goede gronding is de basis voor gezondheid en vitaliteit. Het helpt je om stevig met beide benen op de grond te staan en je eigen weg te gaan. Tenzij je goed gegrond bent, zullen veel van je ideeën en creativiteit wegwijnen in vergeefse dromen en loze fantasieën. Je kunt heel intelligent zijn of veel talent hebben, maar zonder gronding kun je vaak niets met die gaven beginnen. Het lukt je niet om de daad bij het woord te voegen.

Zonder het te weten neigen ongegronde mensen ertoe in hogere sferen te leven waar ze min of meer los staan van hun lichaam. Het lichaam wordt dan maar minimaal onderhouden. Dit manifesteert zich vaak als een gevoel van onveiligheid en angst. Door een goede gronding verbind je je lichaam met de aarde en creëer je een ononderbroken stroom van aarde energie, waardoor je je gevoelens van veiligheid en bescherming vergroot.

Gronden is in principe heel gemakkelijk. Gronden is je overgeven aan de zwaartekracht van onze planeet. Dat is één van de meest natuurlijke dingen die je kunt doen. Je zou kunnen zeggen, dat Moeder Aarde zoveel van ons en alle wezens op haar oppervlakte houdt, dat ze alles en iedereen naar zich toe trekt. Ze wil niets liever dan dat we allemaal heel dichtbij haar zijn.

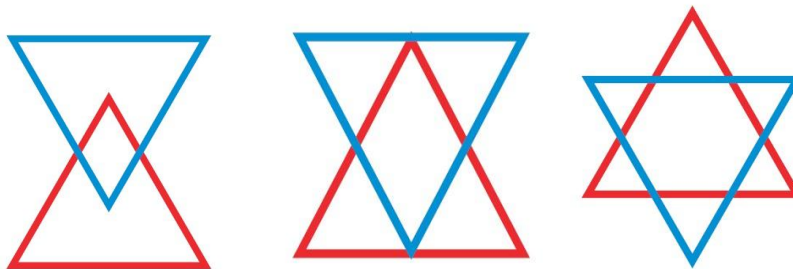
Met haar zwaartekracht trekt de Aarde alles aan dat zwaar is. Ook zware gedachten en gevoelens. Belastingen uit het verleden, die je nog steeds in je rugzak meesjouwt en die allang voltooid verleden tijd zijn, mag je allemaal loslaten. Alles wat je via je gronding loslaat wordt door Moeder Aarde diep van binnen in haar onuitputtelijke (harte)vuur getransformeerd. Vanuit haar onvoorwaardelijke liefde stuurt ze onmiddellijk energie, licht en liefde terug. Dus geef je over aan de zwaartekracht en verlicht je zelf.

## Helen is hemel en aarde verbinden

Waarom is gronden zo belangrijk voor het helen van onszelf en onze snel veranderende wereld? Zijn we niet genoeg gegrond of moeten we nog meer gronden om de nieuwe tijd handen en voeten te geven? Van oudsher wordt onder 'heelheid' een harmonieuze verbinding tussen hemel en aarde, tussen kosmische en aardse krachten verstaan. Leven ontstaat als het Licht van Vader Zon en de Liefde van Moeder Aarde elkaar in een punt (bij ons de bevruchte eikel) ontmoeten. Ze verbinden zich, doordringen elkaar, en het leven neemt zijn loop.

De driehoek met de punt naar beneden is het oudste symbool voor geest, hemel en kosmische krachten, de driehoek met de punt naar boven is dat voor materie en aardse krachten. Iets is heel, gezond en vitaal als de twee krachten in harmonie zijn. Dat wordt weergegeven door elkaar overlappende driehoeken. 'Helen' betekent letterlijk 'iets heel maken'. Een healer of een heler verbindt de kosmische en aardse krachten met elkaar. Hij of zij brengt de twee voor het leven fundamentele krachten weer in harmonie.

Er is dus een minimale overlap van de twee driehoeken – je leven hangt dan aan een zijden draadje – en een maximale verbinding, waarin je helemaal heel bent, blaakt van gezondheid en goed in je vel zit. Als volgende stap in je ontwikkeling kun je transformeren naar het niveau van de ster, waar je in contact staat met een hoger bewustzijnsniveau en een snellere trilling. Je bent dan, als het ware, boven je zelf uitgestegen. Je zou dat het stadium van 'heilig' kunnen noemen.



**Afbeelding 1:** helen betekent het verbinden van Hemel (blauwe driehoek) en Aarde (rode driehoek). De middelste tekening symboliseert het stadium van 'heel'. De derde tekening van 'heilig'. Er is dan contact met een hoger bewustzijnsniveau, maar tegelijkertijd is een diepere gronding nodig.

## Een stap omhoog heeft een stap naar beneden

Meestal wordt dit hogere bewustzijn bereikt na een persoonlijke crisis. Je staat op een dood punt, daarna volgt de doorbraak en kom je in contact met het nieuwe niveau. Dit wordt gesymboliseerd door de tweede en derde afbeelding met driehoeken; de twee punten schuiven door de horizontale lijnen, ze breken er letterlijk doorheen en maken daarna verbinding met een hoger niveau. Maar er is nog iets in de derde tekening, en dat wordt meestal over het hoofd gezien; ze maken tegelijkertijd contact met een dieper niveau van de Aarde!

In deze eenvoudige tekening ligt een grote wijsheid verborgen, want je ziet meteen dat voor één stap 'naar boven', één stap 'naar beneden' nodig is. Je kunt 'uit je dak gaan' en inzicht krijgen in een hoger bewustzijnsniveau, maar als je niet tegelijkertijd een stap naar beneden maakt, dus je dieper met de Aarde verbindt, nog beter grondt en je basis verbreedt, dan kiep je om. Je hebt dan geen grond om op te staan. Je kunt niets met je hoge inzicht en als je niet oppast haalt de sceptische buitenwacht je zo onderuit.

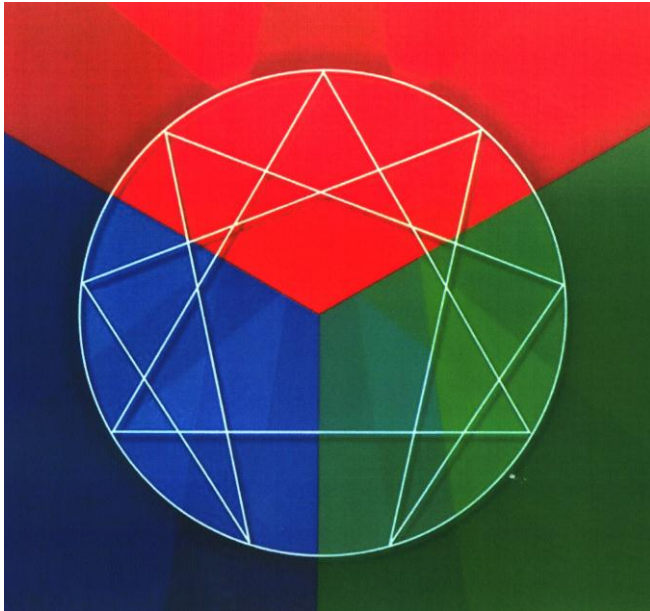
Transformatie betekent dus niet alleen je verbinden met een snellere trilling maar ook met een diepere grondtoon. Doe je dat niet, dan ga je zweven en raak je ontstemd. Ook al was je in de oude tijd goed gegrond; de ster laat zien, dat je in de nieuwe tijd nog meer moeten gronden om de daad bij het woord te kunnen voegen en de nieuwe energie 'waar te maken'.

## Het enneagram als richtingwijzer

Ook het enneagram, een eeuwenoud symbool, geeft een duidelijke aanwijzing dat groning essentieel is voor heling en verdere ontwikkeling. Enneagram betekent in het Grieks 'negen' (*ennea*) en 'punt' (*gramma*). Het is een dynamische cirkel die negen persoonlijkheidstypes en hun onderlinge interacties beschrijft. Elk type heeft zijn eigen eenzijdigheid, kracht en strategie die tot succes leidt, maar ook beperkingen met zich meebrengt. Negen types van denken, voelen en willen met de opdracht om zich verder te ontwikkelen en boven hun beperking uit te stijgen.

Deze negen persoonlijkheden worden in drie groepen verdeeld: hoofdmensen (*blauw*), hartmensen (*groen*) en buikmensen (*rood*). Iedereen heeft in één van de drie centra zijn zwaartepunt. In het centrum dat iemand van nature het meeste heeft ontwikkeld ligt zijn sterke kant en tegelijkertijd zijn valkuil.

Hoofdtypes zijn geneigd het leven via hun denken te benaderen. Ze hebben een levendige verbeelding en een sterk vermogen om denkbeelden te analyseren en met elkaar in verband te brengen. Harttypes bewegen zich door de wereld via relaties. Ze hebben andermans behoeften en stemmingen snel door en reageren daar bewust of onbewust op. Buiktypes nemen vooral waar via hun lichaam. Ze reageren instinctief, snel en direct en worden vaak meegesleept door hun onmiddellijke reactie.



**Afbeelding 2:** De negen persoonlijkstypen van het enneagram zijn in drie groepen verdeeld: buikmensen (*rood*), hartmensen (*groen*) en hoofdmensen (*blauw*). De desintegratie-richting is linksom, tegen de klok in. De integratie-richting gaat rechtsom, met de klok mee. Dit betekent dat, op hun weg naar heelheid, hoofdmensen mogen leren doen. Buikmensen mogen leren voelen en hartmensen hun hoofdcentrum mogen ontwikkelen.

Linksom betekent desintegratie en minder heling. De weg rechtsom, met de klok mee beschrijft het pad van integratie en de ontwikkeling naar een heel mens. Je ontwikkelt je alleen door je bewust te zijn van je beperking. Dit betekent dat hoofdmensen mogen leren doen (*rood*). Buikmensen mogen leren voelen (*groen*) en hartmensen hun hoofdcentrum mogen ontwikkelen (*blauw*). De integratie-richting naar heelheid, hoger bewustzijn en verbinding met het geheel is dus denken → doen → voelen. De desintegratie-richting verloopt in omgekeerde volgorde.

### Het pad van integratie en desintegratie

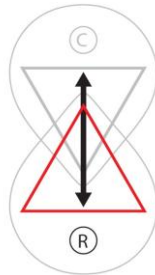
In het enneagram is elk centrum onderdeel van een cirkelvormig pad. Door dit pad, linksom, tegen de klok in te volgen, zie je wat voor een bepaald type 'de weg van de minste weerstand is'. Dit is het pad waar iemand van nature toe neigt en dat hij volgens zijn persoonlijkheidsstructuur en innerlijke, onbewuste impulsen het eerste inslaat. Dit is de zogenaamde desintegratie-richting. Hierdoor breng je onbalans en disharmonie in je leven. Er is geen ontwikkeling want je stijgt niet boven je beperkende persoonlijkheidstype uit.

De desintegratie-richting, linksom, laat zien dat

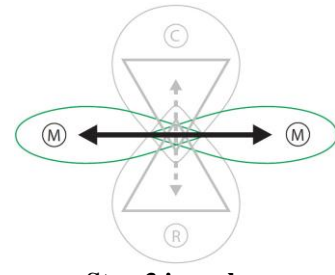
- Hoofdmensen (*blauw*) van nature eerst denken, dan voelen (*groen*) en het laatst doen (*rood*).
- Hartmensen (*groen*) eerst voelen, dan doen (*rood*) en het laatst denken (*blauw*).
- Buikmensen (*rood*) eerst doen, dan denken (*blauw*) en het laatst voelen (*groen*).



**Stap 1 is denken:**  
Je concept en plannen  
helder hebben.



**Stap 2 is doen:**  
De daad bij het woord  
voegen en je plan realiseren.



**Stap 3 is voelen:**  
De reactie van je omgeving  
op je actie ontvangen en  
overdenken.

## Een luisterend oor

Op 'hoofd-denken' volgt in de integratie-richting 'buik-doen'. Wat zien we als we deze kennis in verband brengen met de afbeelding van de driehoeken? Als je na een transformatie in contact komt met een hoger bewustzijnsniveau en over je nieuwe inzichten hebt nagedacht, is de volgende stap contact maken met je wilscentrum en die kennis toepassen in het dagelijkse leven. Geen woorden maar daden. Je krijgt de nodige daadkracht door dieper te gronden. Dat is de aanwijzing die de ster geeft, want als je je basis niet verbreedt, kiep je om!

Dus eerst de daad bij het woord voegen en pas daarna communiceren met je netwerken! De verleiding is groot om meteen met iedereen te delen wat je hebt ontdekt, maar dat is de desintegratie-richting. Je gaat dan van 'hoofd-denken' naar 'hart-uitwisselen'. Inplaats dat je idee zich verder ontwikkelt, zal het eerder ingewikkeld worden. Jij hebt het nog niet honderd procent helder en je vrienden zullen zich er – goed bedoeld – mee bemoeien. Houd het voor je. Laat het zaad rijpen. Alles van waarde ontstaat in stilte. Als het echt waardevol is, inspireert de nieuwe kennis tot de juiste handeling en helpt het jou en je omgeving verder.

We leven in een tijd van openbaringen. Er is geen geheime kennis meer, maar het is wel nodig om een geheim te kunnen bewaren. Alleen een rijp zaad kan ontkiemen. Vervolgens moet het in 'goede aarde' vallen om te groeien. Goede Aarde ontstaat door te gronden. Daarna kan er met elkaar gecommuniceerd worden, net zoals het ontkiemde zaad uitwisselt met zijn omgeving.

En als we dan gaan communiceren, is het beter om samen niet óver, maar mét de Aarde praten. Het gaat immers om een diepere verbinding. Wat let ons? Moeder Aarde is onvoorwaardelijk Liefde en heeft een luisterend oor. Ze kan onze hulp goed gebruiken in deze turbulente tijden. Enne..... het is nog goedkoop ook, want je mobieltje heb je er niet bij nodig, alleen een goede gronding en een open hart.



*Hans Andeweg is oprichter  
van het Centrum voor  
ECOtherapie en schrijver van  
Scheppend Leven. Cursussen  
Scheppend Leven beginnen  
feb. 2012. Zie  
[www.ecotherapie.org](http://www.ecotherapie.org)*

(Dit artikel stond ook in het blad 'Spiegelbeeld' van januari 2012.)

Copyright Hans Andeweg 2011 - 4