

# Bamboehuis



*Ontdek jezelf*



# Waarom meditatie?

Deel 3 van het drieluik

Ontdek jezelf

Verbeter jezelf

**Verbeter je relatie met anderen**

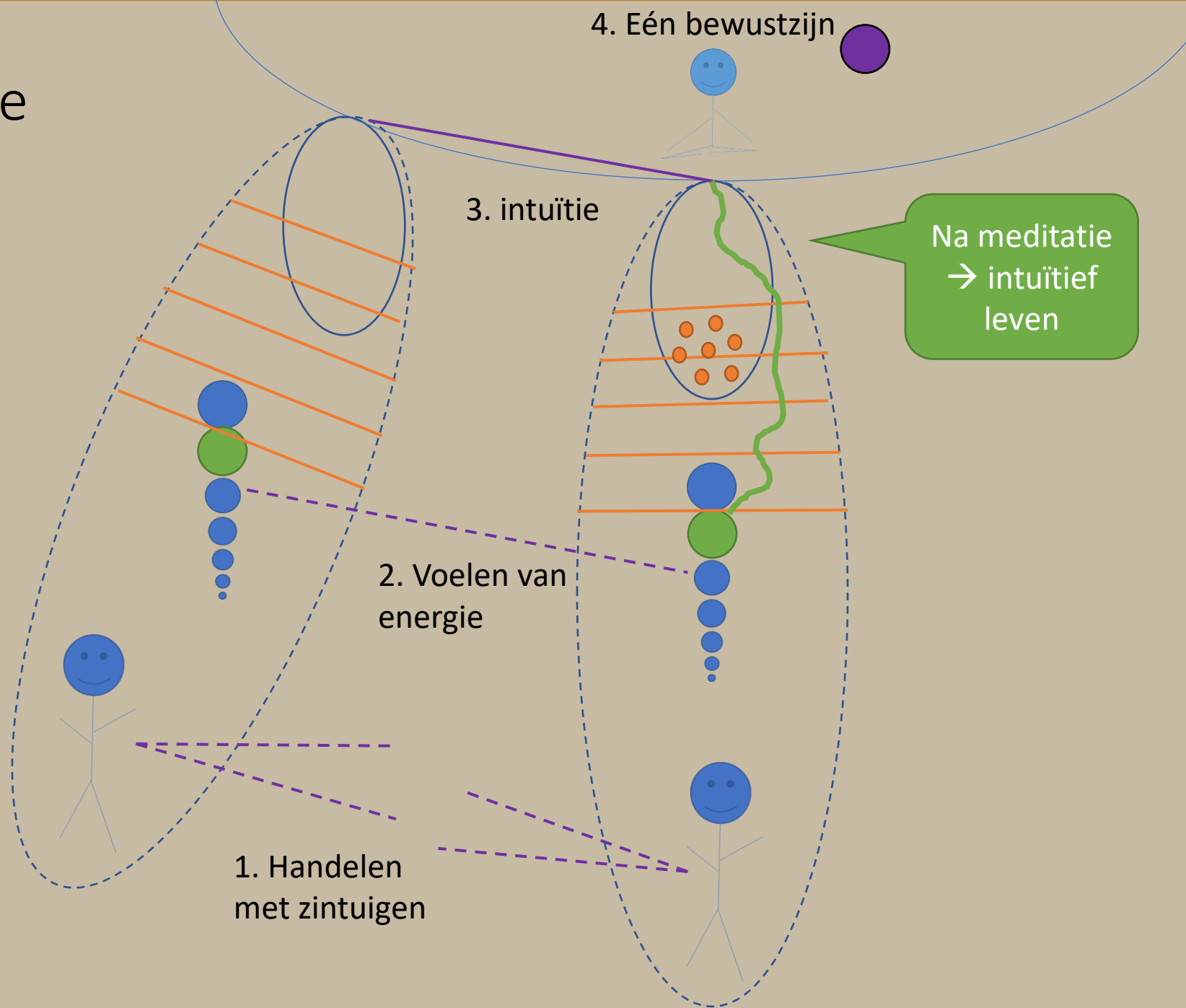


# Meer dan intuïtie

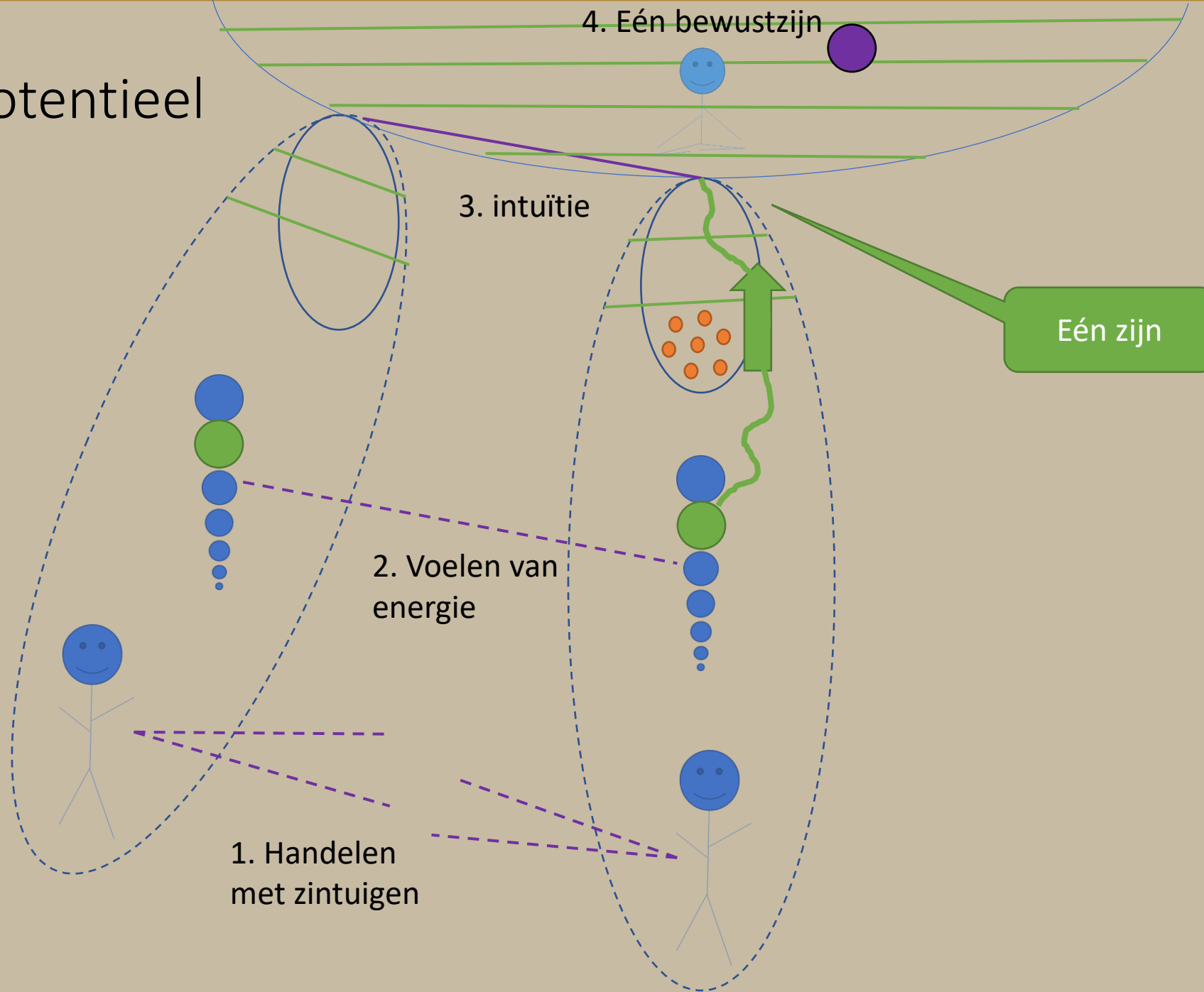
- Door meditatie ga je intuïtiever leven
- Dan kom je tot je volledige potentieel
- En kun je jezelf inzetten
  - Voor 100%
  - Dankbaar en dienstbaar
- Werken met intentie



# Intuïtie

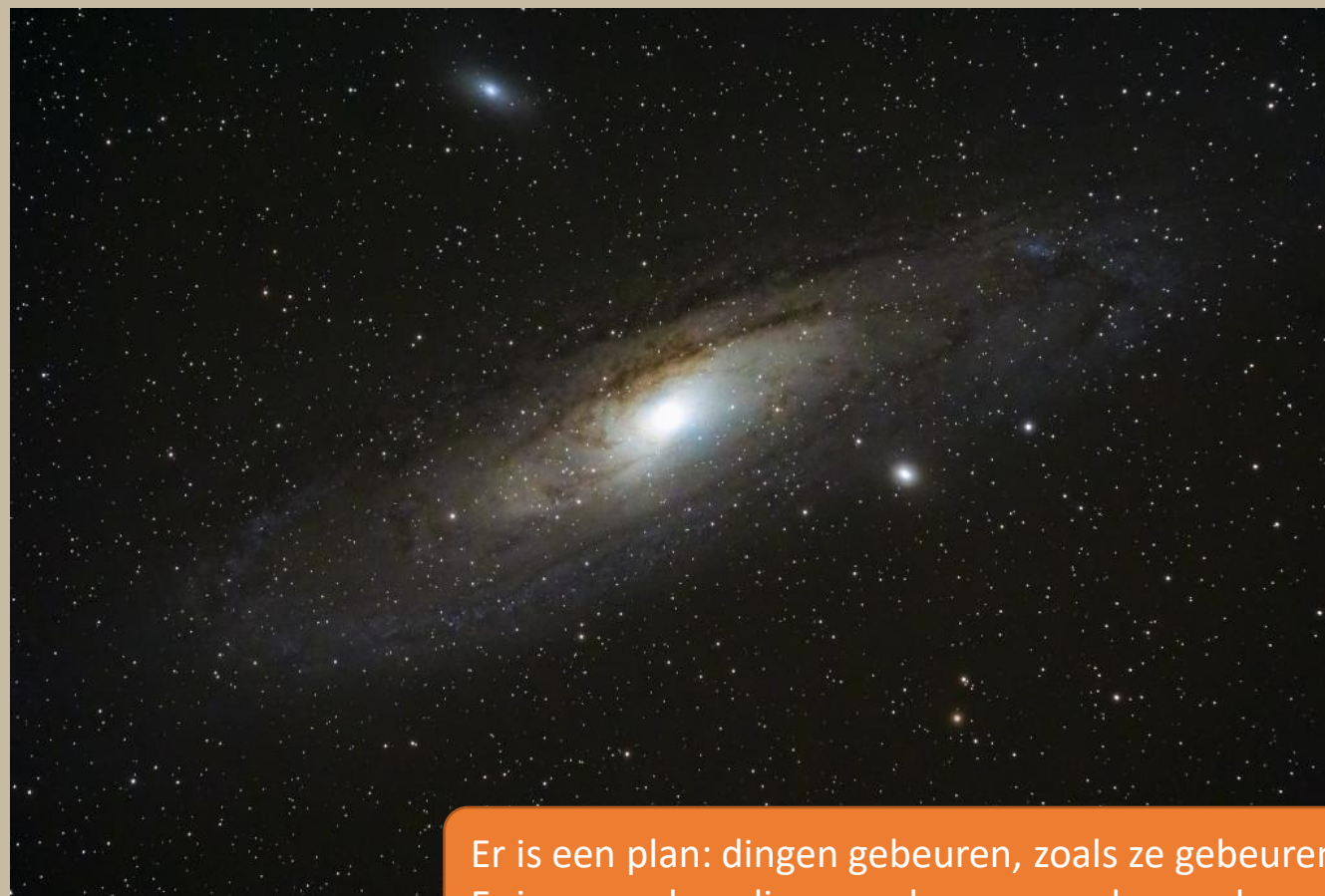


# Het potentieel



# Het potentieel is oneindig

- Als je jezelf als onderdeel van het geheel ziet
- Dan ga je het geheel herkennen
- Dat geheel is groter dan je je kunt voorstellen
  - Het bewustzijn omvat de hele kosmos



Er is een plan: dingen gebeuren, zoals ze gebeuren  
Er is geen plan: dingen gebeuren, zoals ze gebeuren

# Dankbaarheid en dienstbaarheid

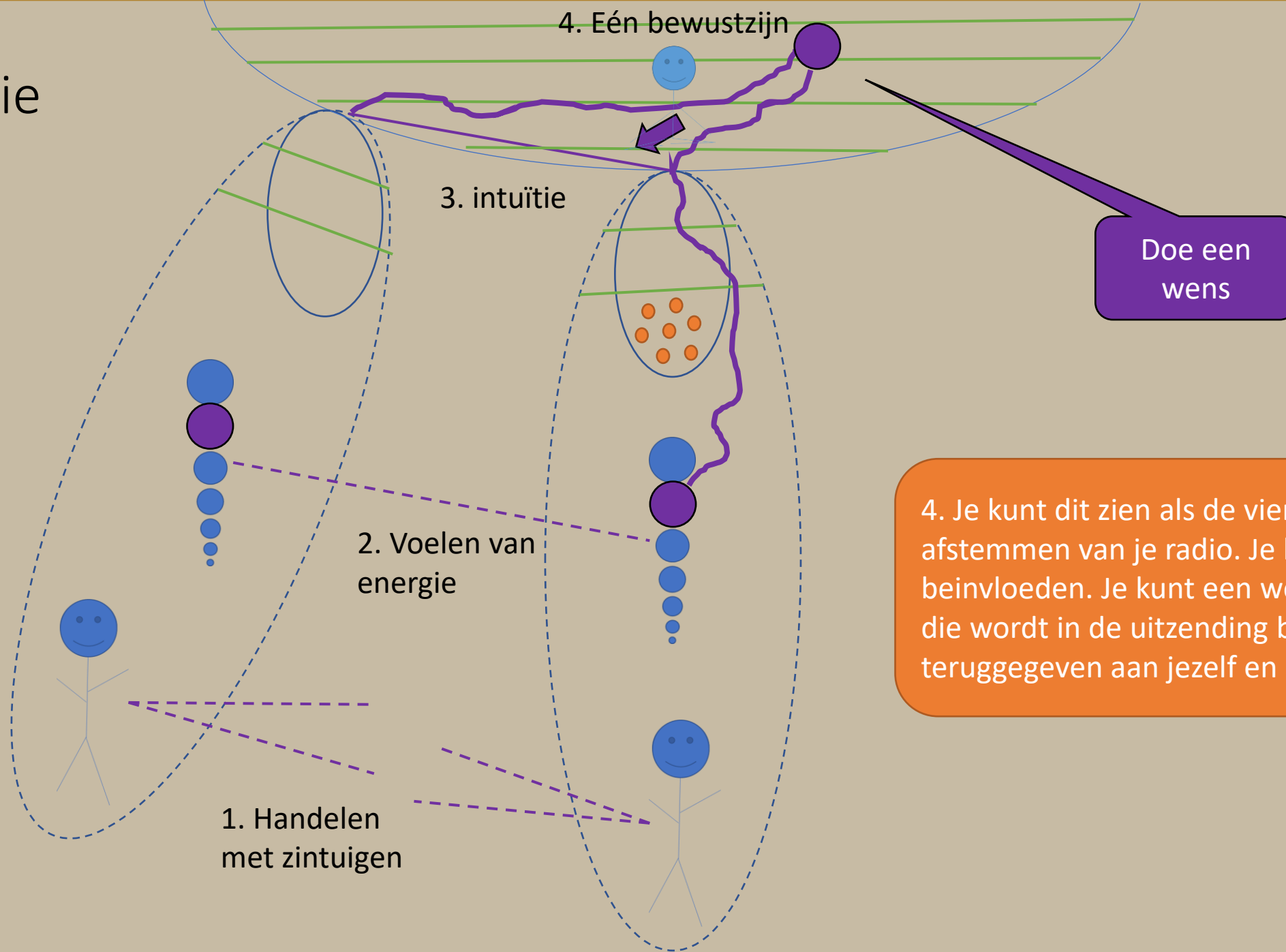
- Je merkt dat alles wat op je pad komt er is om jou vooruit te helpen
- Je wordt dankbaar daarvoor
- Tegelijkertijd wordt je dienstbaar
  - je intuïtie leidt jou
  - Je leeft!

## Hoe kom je in deze staat?

Vergelijk het met het afstemmen van een radio. Jij bent de radio, de kosmos heeft een uitzending.

1. Eerst doe je grove afstemming, je hoort veel ruis en andere zenders, totdat je in de verte de zender hoort die je zoekt.
2. Dan stem je op die zender af. De ruis verdwijnt en de ontvangst wordt helder.
3. Ten slotte ga je de betekenis van de uitzending ontdekken en kun je daarna handelen.

Intentie



Doe een wens

4. Je kunt dit zien als de vierde stap in het afstemmen van je radio. Je kunt de uitzending beïnvloeden. Je kunt een wens insturen en die wordt in de uitzending behandeld en zo teruggegeven aan jezelf en anderen.



# Doe een wens

- Met een intentie zet je de hele kosmos in gang
  - Het is een spel dat ons besef te boven gaat
- Intuïtief reageren wezens daarop, jezelf en anderen
- De intuïtie zet zich om in een gedachten
- De gedachten stuurt de energie en de handeling aan




# Daarom is meditatie ook voor anderen

- Je bent dienstbaar en doet als persoon wat je intuïtie je ingeeft
- Dan doe je de dingen die nodig zijn
  - Voor jezelf en voor anderen
- Je kunt intenties/wensen gebruiken om het geheel te sturen
- Je bent het geheel



# Samenvattend, waarom meditatie?

- Je bent 'gevangen' door je zintuigen en gedachten
    - Dat noemen we de 'ego' mind
  - Je bent in meditatie, je karma aan het observeren
    - Dan werk je aan je persoon, je persoonlijke ontwikkeling
  - Je leeft intuïtief en luistert naar je ziel
    - Dan ben je bewust van de ziel
  - Je ziet de wereld als één
    - Dan ben je de ziel
- 
1. ontdek jezelf
2. verbeter jezelf
3. Verbeter je relatie met anderen



Every devotee who enters interiorized silence,  
whether by the sheer intensity of devotion or by practice of a yoga technique,  
discovers,  
when the mind grows calm and the concentration is deep,  
the comforting vibratory presence of Aum,  
the Cosmic Sound.

Any manifestation presupposes the inherent presence of the Cosmic Vibration.

*Bron: Yogananda*

# Contact

[herman@dompseler.nl](mailto:herman@dompseler.nl)

[www.bamboehuis.amsterdam](http://www.bamboehuis.amsterdam)