
INGE



INGEVERRAIJ@GMAIL.COM



06 23 30 79 24

DATUM READING:

11 - 07 – 2018

AUTOMATISCH SCHRIFT
CONSULT



INFO@JESSICAZWART.NL



06 20 44 92 07

JessicaZwart

8

WELKOM

BESTE INGE,

Hierbij ontvang je de readingtekst naar aanleiding van jouw vragen:

- Wat is de relatie tot mijn partner? Ik twijfel wel eens of dit nu de juiste is.
- Ik mis een gevoel van vervulling in mijn werk, maar weet niet goed in welke hoek ik het moet zoeken.
- Ik mis weleens gelijkgestemde vrienden en vriendinnen om me heen. Wat kan ik hieraan doen?
- Hoe verhoud ik mij op dit moment tot mijn gezondheid? Ik heb vaak pijn in mijn schouders en nek.
- En verder: Welke informatie wil mijn systeem aan mij laten zien?

In dit document ontvang je antwoorden op je vragen die via automatisch schrift naar voren zijn gekomen. Daarbij vertel ik je meer over hoe je met deze tekst kan omgaan. Je krijgt een instructie hoe je de boodschap kan toetsen en integreren.

EXTRA ONDERSTEUNING & VERVOLG

Om de integratie van de reading en het veranderingsproces te ondersteunen, bevaag ik je systeem op ondersteunende middelen en/of oefeningen. Ook vraag ik je systeem of en wanneer een volgende reading van toepassing zou kunnen zijn. Aan het einde van de reading vind je hier antwoord op.

Voor nu is het advies om allereerst deze reading eens rustig te lezen en het in de komende twee weken met regelmaat erbij te pakken. Lees steeds een stukje dat je opvalt.

VEEL LEESPLEZIER!

DIT IS EEN VOORBEELDDOCUMENT. DE TEKSTEN ZIJN ECHT. HET ZIJN TEKSTEN DIE NAAR VOREN ZIJN GEKOMEN IN VORIGE READINGEN VAN PERSONEN DIE TOESTEMMING VOOR GEBRUIK HEBBEN GEGEVEN. DE NAMEN, DATA EN ANDERE PERSOONSDetails ZIJN GEFINGEERD.



INFORMATIE OVER DE READING

Hoe is de reading tot stand gekomen?

Jouw vragen heb ik gelezen waarna ik heb me op jouw systeem heb afgestemd. Op dat moment komen de woorden en beelden vanzelf, in een heel snel tempo. In de eerste 45-60 minuten rolt de tekst uit mijn handen, daarna heb ik 45-60 minuten tijd genomen om het geheel te corrigeren en redigeren.

Wat staat er in de tekst?

In de tekst komt naast informatie over het nu, ook informatie naar boven uit een andere levens. Situaties die ooit plaats hebben gevonden en waarvan jij de energie in je systeem bij je draagt. Het kan zijn dat je aspecten uit het verhaal in je huidige leven herkend. Bijvoorbeeld:

- Gelijksortige mensen, relaties, bezigheden of omgevingen. Echter, in dit leven ben je iemand anders en zullen deze situaties mogelijk niet voor je kunnen werken. Wat verwarrend kan zijn, omdat jouw systeem er wel naar neigt.
- Je vertoont hetzelfde gedrag alsof je nog in je oude leven zit, terwijl dit gedrag mogelijk niet van toepassing is in de situaties waarin je in je huidige leven bevindt.

Uiteraard neem je ook positieve dingen mee in je systeem uit andere levens. Soms begrijp je opeens waarom je bepaalde eigenschappen hebt. Inzicht in andere levens geeft inzicht in welke onbewuste oude patronen je mogelijk in je huidige leven nog aan het uitleven bent. Wat voor je werkt is natuurlijk helemaal prima. Het gaat erom dat je de dingen die niet voor je werken transformeert naar iets dat nu wel bij je past.

Hoe kun je de tekst integreren?

Je kunt allereerst de tekst lezen en eens kijken of je elementen herkend in je leven, laat het eens losjes aan je voorbij gaan en voel of het resoneert. Voelt deze tekst waar voor jou? Wil je ermee aan de slag? Zodra het voor jou klopt, kun je ermee aan de slag. Goed om te weten; alleen informatie die daadwerkelijk klopt, zal je (op den duur) raken. Pas dan verandert je systeem.

1. Zorg dat je in je eigen energie bent en in een voor jou fijne omgeving.
2. Scan de tekst met je ogen. Lees het bijvoorbeeld zonder al te veel inspanning eenmaal door.
3. Laat dan je ogen rusten op een woord of zin die je opvalt. Lees dat woord of die zin nogmaals.
4. Voel wat het met je doet. Voel je iets in je lichaam? Wordt het ergens warm, koud of rillerig? Of voel je emoties, plotselinge drang tot bewegen of subtieler gevoel opkomen? Wat het ook is: Blijf bij dit gevoel en lees eventueel het woord of de zin nogmaals. Het gevoel zal misschien eerst heviger worden en daarna ook weer wegebben. En voel je niets? Geen zorgen, dat is niet erg.
5. Leg de tekst weg, drink wat water en beweeg wat.
6. Herhaal bovenstaande meerdere keren. Over een periode van enkele dagen, weken of zelfs maanden. Wanneer je de behoefte voelt. Het zal je opvallen dat je steeds weer iets anders uit de tekst je aandacht vraagt. Het kan zijn dat je na het lezen van de tekst je emotioneel of vreemd voelt de dagen erna. Ook kun je gedragsverandering bemerken. Positief dan wel negatief. Laat het gebeuren, het zal uitbalanceren.
7. Pak de tekst er na ongeveer een half jaar nog eens bij. Wat heeft het voor je gedaan?

Luister jij liever dan dat je leest? Lees dan de tekst hardop aan jezelf voor en neem dit op, bijvoorbeeld met je mobiele telefoon. Beluister de opname, bij voorkeur met hoofdtelefoon, en zet de opname stil zodra je iets hoort wat je aandacht trekt. Doorloop stap 4 – 7.

Lieve Inge, wat er op dit moment vooraan staat in jouw systeem om gelezen te worden is iets anders dan waar jouw eerste vragen over gaan. Over die vragen later meer informatie.

Allereerst is het belangrijk dat je een bepaald patroon van jezelf onder ogen gaat zien waar je tot op heden weinig aan hebt kunnen veranderen.

Het is een automatisme van je eigen systeem waar je wel degelijk last van hebt in je dagelijks leven en waar je nu verandering in mag aanbrengen. Daarom start deze reading met je laatste vraag:

- Wat wil er op dit moment in mijn systeem gezien worden?

Weet jij dat je heel veel last hebt van verdriet dat niet het jouwe is? Nee hè...jij dacht dat al dat verdriet van jou was, maar dat is niet zo. Lieve Inge, jij hebt veel minder verdriet in je zitten dan je denkt.

Op dit moment is hetgeen jou het meeste in de weg zit je openheid naar de buitenwereld toe. Je staat gewoonweg te open naar je omgeving en pikt al het onverwerkte trauma op van je naasten.

Ook van je partner. En dat voel jij en uit je ook. Wanneer jij stopt met het verdriet, je tranen terugdrukt, komt het er weer via de persoon in kwestie zelf grotendeels uit, totdat jij het ongemerkt weer overpakt en het verder verwerkt.


Dit is wat er gebeurt meisje. Het is heel erg tijd dat jij meer bij jezelf gaat leren blijven, zodat je deze trauma's niet meer oppikt. Het is niet van jou, het is van de ander. In tegenstelling tot wat je dacht dat er gebeurde tussen jou en je partner.

Je zit blokkades van anderen op te pikken en dat heb je ergens altijd al gevoeld, maar nu zie je het onder ogen. En waarom je dit doet? Je doet dit niet express en je kunt er ook niets aan doen. Tot nu. Er rust namelijk een oud verhaal op uit je eigen generatielijn. Lees maar....

Het was in een ver verleden in je vaders generatielijn dat een man zich vereenzelvigde met zijn vrouw en haar verdriet. Zijn vrouw had een slechte jeugd gehad, maakte veel mee en het leven ging niet vanzelf. Hij voelde dat en hield ontzettend veel van haar en wilde haar lijden verlossen.

Hij wilde het lichter voor haar maken en besloot de zwaarte op zijn eigen schouders te nemen. Hij wilde het dragen voor haar omdat hij dacht dat hij dit beter kon dan zij. Maar het waren haar lessen te leren en niet die van hem. Hij had te leren bij zichzelf te blijven en met zijn lichtheid het leven van de mensen om hem heen te verlichten in plaats van hen te verlossen van hun lijden.

Wat hij deed was zijn systeem zo open zetten, ongemerkt en onbewust, dat hij al het verdriet opzoog van haar. Hij nam haar verdriet en trauma's over en dat is hem duur komen te staan. Het was te zwaar voor hem, want zijn systeem was hier niet op gebouwd. Hij werd een emotioneel wrak en kon het onderscheid niet meer maken tussen wat van hem was en wat van haar. Hij was niet meer de vrolijke en lichte persoonlijkheid die hij was. Hij werd een sombere en verdrietige man.



Zijn vrouw echter kon haar verdriet best wel dragen, maar dat hoefde nu niet meer. Zij ging een stuk lichter door het leven en hobbelde zo naar een andere partner. Want tsja, zij zag nu het licht en daar paste geen sombere man meer naast.

Dit doe jij ook lieve Inge. Jij zet jouw systeem zo wagenwijd open, omdat jij denkt dat je het lijden van de ander moet verlossen. Jij denkt dat de ander het niet kan dragen en wil het overnemen. En dat hoeft helemaal niet.

Sterker nog, jouw systeem is hier niet op gebouwd en kan al dat verdriet niet aan. Het maakt je vermoeid en teneergeslagen. Het haalt je weg van wie jij werkelijk bent. Een licht en vrolijk vlindertje die een briesje komt blazen in het leven van de mensen om haar heen. Je maakt het veel te zwaar voor jezelf meis.

En dat mag je nu loslaten.

BEN JIJ BEREID HET LIJDEN VAN DE ANDER AAN TE ZIEN EN DAAR TE LATEN WAAR HET HOORT?

Nee? Jouw systeem geeft op het moment dat je dit leest waarschijnlijk een 'nee' af. En dat klopt. Heel goed, die bereidheid heb je ook nog niet. En dat komt door het volgende verhaal:

In een ver verleden buiten jouw generatie om, ben je een vroedvrouw geweest die baby's ter wereld bracht. In het ter wereld brengen van de kinderen, zag je er ook velen sterven.


Je zag ook dat de moeders en vaders dit niet aankonden, in jouw ogen dan. Je zag hen letterlijk wegwijnen van ongeluk en verdriet en schuldgevoel. Dit kon niet de bedoeling zijn, dacht je. Een baby'tje was nieuw leven en als het dood ging was dat al erg genoeg. Je hoefde er niet van in zak en as te geraken en je leven naar de vernieling te helpen zoals jij mensen wel zag doen.

Je was een vrouw die snel over de dingen heenstapte die moeilijk waren. En daarom had je er zo'n moeite mee dat je dit de ouders wel zag doen. Je zag hen lijden en kon dat eigenlijk niet goed begrijpen en aanzien.

Hierin maakte je de misvatting dat mensen blijkbaar het leven en het lijden wat erbij hoort niet altijd aankunnen. Dat lijden niet bij het leven hoort en 'niet juist is'. Dat mensen op het verkeerde pad zitten als ze verdriet hebben of zichzelf ten gronde richten.

En of ze dat wel of niet zitten, is niet belangrijk. Belangrijk is dat 'lijden' er is en dat het niet van jou is als het bij de ander ligt en je daar niets mee hoeft te doen. Je hoeft er niets van te vinden en je hoeft het niet op te lossen.

In dit leven kon je daar verder niet zoveel aan doen en had je van deze gedachte verder ook niet zoveel last. Jijzelf had in je leven niet zoveel te lijden gehad en je ging erg nuchter met zaken om. 'Zand erover en door' was je motto.



Maar in dit leven, waarin je een gevoeligheid hebt om het lijden van mensen over te nemen, heb je hier wel last van en is het belangrijk dat je deze misvatting uit je geheugen haalt.

Je overschat jezelf en onderschat de ander in het kunnen dragen van lijden.

BEN JE NU BEREID OM DIT IDEE LOS TE LATEN?

Ja, waarschijnlijk wel. Nu je beide verhalen hebt ontmanteld die ten grondslag liggen aan jouw neiging om het lijden van anderen over te nemen, zal je systeem een draai gaan maken. Lees nu nogmaals bovenstaande twee verhalen en voel wat het in je buik doet.

Met het loslaten van deze verhalen, ga je veranderen. Je zult minder 'permeabel' gaan worden voor het onverwerkte verdriet van je omgeving. Je zult je lichter gaan voelen in de komende drie weken en geen tranen meer overnemen van de wereld en de lieve mensen om je heen. Let maar op.

En dan nu, je andere vragen:

- Wat is de relatie tot mijn partner? Ik twijfel wel eens of dit nu de juiste is.

Op dit moment is jouw partner heel geschikt voor jou. In het vorige stuk heb je onder ogen kunnen zien wat op dit moment het grootste euvel is tussen jou en je partner (en andere mensen om je heen).

Je hebt de neiging om verdriet over te nemen, wat jou melancholischer maakt dat dat eigenlijk bij je past. Hierdoor ben je niet meer je lichte vrolijke zelf die je wel kunt zijn. En dit heeft ook zo zijn reflectie op je relatie met je partner. Hij ziet veelal een zwaarder gemoed dan dat zou hoeven bij jou. Dit effectueert uiteraard ook zijn gevoel van plezier met jou, zijn liefde en gevoel van aantrekking.

Je hoeft je hier op dit moment niet druk over te maken. Het lijkt namelijk nog lang niet ver genoeg gevorderd dat een breuk in de lijn der verwachting ligt. Wat op dit moment belangrijk is, is dat jij je lichte zelf weer gaat worden en uit de vermenging gaat met eventuele blokkades en trauma van je partner. Hierdoor kan hij zijn eigen rugzak weer gaan dragen. Bewust dan wel onbewust. En kun jij hem weer de lichtheid bieden die je zo krachtig maakt.

Je zult zien dat in de loop van de komende maand jullie relatie een draai gaat maken. Subtiel, maar krachtig. Hij zal opnieuw verliefd kunnen worden op de nieuwe jij die je wordt. Of jullie in de toekomst bij elkaar blijven, dat is op dit moment niet belangrijk. Wat op dit moment belangrijk is, is dat jullie op een andere manier weer naar elkaar gaan kijken en dat zal vanzelf gaan.

- 
- [Ik mis een gevoel van vervulling in mijn werk, maar weet niet goed in welke hoek ik het moet zoeken.](#)

Op dit moment zit je in een lastige fase qua werk. Je bent een draai aan het maken in je systeem. Waar je vroeger heel veel bezig was met rationele overwegingen, ben je langzaam de spirituele kant van het leven gaan opzoeken. Op dit moment gaan die twee ergens samenkomen, alleen kun je nog niet voorzien waar en hoe dat zal zijn. Op dit moment is het antwoord er dan ook nog niet.

Weet dat je in een belangrijke fase zit waarin het nog niet helder is wat eruit gaat komen en dat dit oké is op dit moment. Wat je op dit moment vooral te doen hebt in je dagelijks leven is bijkomen van alle drukte die je achter de rug hebt. Doe je dagelijkse dingetjes en verwacht niet teveel van jezelf. Je zult op dit moment inderdaad een gevoel van vervulling missen in je werk en dagelijkse taken, maar weet dat dit komt doordat er onder de oppervlakte iets aan het veranderen is in jou.

Je hoeft op dit moment niets te doen, het enige wat je hoeft te doen is loskomen van de ideeën over 'zingeving', 'belangrijk werk', 'je roeping', etcetera. Probeer alle ideeën die in de laatste tijd heel centraal hebben gestaan in je focus (je focus op je zogenaamde zielenwerk), los te laten op dit moment. Dan kan er een gezonde balans gaan ontstaan tussen een spiritueel leven en een aards bestaan. Zonder hoogdravende ideeën, maar geheel in dienst van jou als mens op aard.

-
- [Ik mis weleens gelijkgestemde vrienden en vriendinnen om me heen. Wat kan ik hieraan doen?](#)

Op dit moment is er niet veel voor je te doen op dit vlak. Helaas. Je wilt zo graag in beweging komen, maar op dit moment is jouw systeem in een verandering die eerst doorgang moet vinden, alvorens het in de buitenwereld ook meer gestalte krijgt. Je zult in de loop van de weken meer mensen gaan ontmoeten die meer met jou op een lijn liggen, echter, je zult hiervoor ook wat ideeën moeten loslaten.

Ideeën die niet zozeer vanuit andere levens komen, maar ideeën die je in de afgelopen jaren hebt opgedaan tijdens je spirituele zoektocht. Je hebt hier ideeën gevormd over hoe een vriendschap eruit zou moeten zien. Dat dit vooral gaat over heel veel samen praten over je spirituele ontwikkeling. Iets waar je veel behoefte aan hebt gehad in de afgelopen jaren.

Maar op een bepaald moment in de toekomst, zul je je hier anders over gaan voelen. Je krijgt ook weer meer behoefte aan aardse activiteiten die meer aan het zichtbare leven raken. Dit hoeft je niet te forceren, het zal vanzelf gebeuren. En dat maakt dat je ook vanzelf meer mensen gaat aantrekken die goed bij je passen. Op dit moment is er geen blokkade in je systeem zichtbaar die dit zou kunnen voorkomen.

-
- [Hoe verhoud ik mij op dit moment tot mijn gezondheid? Ik heb vaak pijn in mijn schouders en nek.](#)

Het lijkt erop dat je in je hoofd heel erg bezig bent met het vinden van antwoorden op je vragen. Je blijft in je hoofd maar malen over het wel of niet doorgaan met je partner. Ook is het vraagstuk over je vervulling in werk iets dat in je hoofd blijft rondmalen.

Daarbij, voel je ook nog eens heel veel emoties die niet van jou zijn. Het wordt op deze manier een grote



soep waarvan je het recept kwijt bent. Je probeert met veel nadenken en analyseren 'sense' te maken uit alles wat je voelt en denkt. Je probeert conclusies te trekken en actieplannen te maken.

Op deze manier probeer je de controle te houden. Je probeert ergens de situatie te controleren door te willen begrijpen wat er aan de hand is. Door te zoeken naar vervulling. En die controle weerspiegelt zich in je schouders en nek. Je probeert krampachtig iets vast te houden (je analyses en controle), in plaats van het te laten gebeuren.

Lieve Inge, je mag bij deze je zorgen aan de kant zetten. Lees deze tekst een paar keer en kijk in de komende weken wat het met je doet. Wat het verschil gaat zijn op je gemoed en op de liefde tussen jou en je partner. Ga kijken hoe je energiepijl verandert en voel vooral ook

EXTRA ONDERSTEUNING EN VERVOLG

Op dit moment vraagt je systeem om, zoals eerder genoemd, deze tekst de komende weken door te gaan werken. Pak het er steeds bij op een rustig moment en keer in jezelf. Lees het stuk tekst dat je opvalt en laat het door je heen gaan. Drink na het lezen altijd wat water en leg het weer aan de kant.

Je systeem geeft aan dat je eerst deze transformatie door mag, alvorens je weer een reading zou kunnen doen. Dit is niet eerder dan volgende maand. Je zult vanzelf voelen wanneer het zover is of wanneer je weer met vragen rondloopt. Wacht rustig af en kijk of je er behoefte aan hebt.

Er is ondersteuning voor je beschikbaar in het doorvoeren van de veranderingen. Je kunt je systeem versterken met de energetische spray van Lichtwesen nummer 1. Deze spray herinnert jou eraan meer bij jezelf te blijven en je mag deze spray zo vaak gebruiken als je wilt, zeker op momenten in contact met anderen. Hier kun je de spray bestellen, als je dat zou willen: k.....

Beste Inge,

dit is de informatie die jouw systeem aan mij heeft laten zien. Ik hoop dat het je op weg helpt en ik wens je veel plezier met de integratie.

Stralende groet, Jessica

