

# Goed Nieuwsbrief



Nr. 14

december 2012

*De Goed Nieuwsbrief is een uitgave van Roelof Tichelaar en heeft als doelstelling:*

- de verspreiding van de boodschap van een spiritueel christendom
- het informeren over geestelijke hulpverlening en weerbaarheid
- het aankondigen van nieuwe ontwikkelingen, lezingen en boeken

*Voor meer informatie op internet: [www.roeloftichelaar.nl](http://www.roeloftichelaar.nl) en [www.weerbaarheidstrainer.nl](http://www.weerbaarheidstrainer.nl)*

*Stelt u de ontvangst van deze Goed Nieuwsbrief niet op prijs of heeft u die van iemand anders doorgestuurd gekregen en wilt u deze in de toekomst ook zelf ontvangen, stuurt u dan een email naar: [info@roeloftichelaar.nl](mailto:info@roeloftichelaar.nl). U kunt ook schrijven naar: Schutstraat 112, 7901 EH Hoogeveen.*

*Het overnemen van de inhoud mag, maar dan graag met bronvermelding.*

*Kent u mensen die mogelijk geïnteresseerd zijn in deze Goed Nieuwsbrief? Stuur hem door!*

*De Goed Nieuwsbrief is en blijft natuurlijk gratis. Een vrijwillige donatie is echter van harte welkom.*

*Dat kan op bankrekeningnummer 74 97 90 989 t.n.v. R. Tichelaar te Hoogeveen.*

---

## Inhoud:

Beste mensen	2
Een proces van vernieuwing	3
Inspiratie	7
Gebed	8

## Beste mensen

Om te beginnen wil ik iedereen hartelijk bedanken voor de mooie en soms ontroerende reacties op mijn jongste boek 'God vergist zich niet'.

Een opvallend woord dat in die reacties verschillende keren voorbijkwam, was 'verademing'. Ik denk dat het van grote betekenis is als we tot het inzicht komen dat spiritualiteit los staat van menselijke inspanning en eigenmachtige prestaties, maar dat het gaat om de eenvoudige aanvaarding van de Geest van universele liefde, ook wel de heilige Geest of het Christusbewustzijn genoemd.

Dat dan de last die velen op hun schouders voelen drukken, eindelijk losgelaten mag worden. Dit kun je inderdaad het best omschrijven met 'verademing'. Die innerlijke stap van aanvaarding van deze Geest is het doel van Gods verlossingsplan en zal onze geest terugvoeren naar de bron, waarin ook onze herkomst ligt. Dan zal deze Geest ons leven steeds meer gaan bezielen, verlichten en sturen, zodat de vruchten van deze Geest al in ons aardse leven geoogst zullen kunnen worden.

In dit boek wordt ook beschreven hoe je door gebed, innerlijke stilte en de juiste gerichtheid de verbinding met Gods engelenwereld kunt openen. Niet dat je op eigen houtje die verbinding kunt afdwingen, maar wel kun je jezelf er voor openstellen en de voorwaarden scheppen die het de geestelijke wereld mogelijk (of makkelijker) maakt ook jou te onderwijzen, te inspireren en te leiden. Want uiteindelijk is het boek ervoor bedoeld om mensen zelf in contact te brengen met de heilige Geest in hun eigen hart en met Gods engelenwereld. Daar gaat het tenslotte om.

Ik ben benieuwd wat deze verbinding de lezers heeft opgeleverd en nodig u dan ook van harte uit die ervaringen met mij te delen. U kunt die sturen naar het e-mailadres dat u op de eerste pagina van deze Goed Nieuwsbrief kunt vinden.



In deze Goed Nieuwsbrief staat de innerlijke vernieuwing centraal: de wedergeboorte van dat nieuwe, maar oorspronkelijke Licht in ons eigen hart. Soms dienen zich plotseling nieuwe ontwikkelingen in ons aan. Andere keren komen we in de stroom van een geleidelijk proces terecht. Maar altijd moeten we dan het

juiste doel voor ogen houden en zullen we deze nieuwe, geestelijke geboorte door middel van gezonde grenzen moeten beschermen.

Veel leesplezier en inspiratie én natuurlijk fijne feestdagen toegewenst! Dat die dagen voor u ook een tijd van innerlijke verstilling en bezinning mogen zijn.

## Een proces van vernieuwing

Mensen die mijn praktijk bezoeken, bevinden zich nogal eens op een kruispunt in hun leven. Ze hebben vaag (of soms juist heel duidelijk) het gevoel dat er een nieuwe weg op hen wacht, maar tegelijk staan ze nog met één been in het oude leven en hebben ze het gevoel dat er eerst nog dingen opgeruimd moeten worden. Dat oude leven is meestal gebaseerd op oude gewoontepatronen, waarin ze dikwijls aan hun ware kern voorbij zijn gegaan. Ze zitten als het ware gevangen in die oude structuur en moeten zich hiervan bevrijden.

Om de geestelijke kern van onszelf de ruimte te geven in ons leven, zullen we grenzen moeten stellen aan alle invloeden en krachten die deze ruimte beperken of zelfs binnendringen en verontreinigen. Gewoontepatronen bestaan soms uit grensoverschrijdingen die door een gegroeid proces beslag op ons hebben gelegd. Als je altijd gewend bent geweest om je mond te houden, altijd klaar te staan voor anderen en voortdurend stil te staan bij de verlangens van anderen en aan die van jezelf voorbij bent gegaan, dan zul je de nieuwe weg alleen kunnen bewandelen als je hier verandering in aanbrengt. Daar is moed voor nodig.

Soms zul je onder ogen moeten zien dat bepaalde vriendschappen of familiebanden niet zo wezenlijk zijn als je altijd had gehoopt of gedacht. En soms kan dit (vaak door subtiele manipulatie en soms door zeer duidelijke botte, afwijzende reacties) gevoelsmatig zó in de weg gaan staan, dat je ergens een grens zult moeten trekken. Niet zelden leidt dit tot pijnlijke situaties en die probeer je misschien zoveel mogelijk te voorkomen. Je wilt misschien liever de lieve vrede bewaren en gaat de confrontatie uit de weg. En toch zegt Jezus:

*‘Denk niet dat ik gekomen ben om op aarde vrede te brengen. Ik ben niet gekomen om vrede te brengen, maar het zwaard. Want ik kom een wig drijven tussen een man en zijn vader, tussen een dochter en haar moeder en tussen een schoondochter en haar schoonmoeder; de vijanden van de mensen zijn hun eigen huisgenoten! Wie meer van zijn vader of moeder houdt dan van mij, is mij niet waard, en wie meer houdt van zijn zoon of dochter dan van mij, is mij niet waard.’* (Matteüs 10: 34-37, Nieuwe Bijbelvertaling)



Ik geloof niet dat dit betekent dat we nu meteen ‘de botte bijl’ ter hand moeten nemen. Jezus heeft het hier over het zwaard. Ik begrijp hieruit dat we een scherpe scheiding moeten aanbrengen tussen het wezenlijke en het onwezenlijke in ons leven (en dus ook tussen de onwezenlijke en de wezenlijke contacten), om onze eigen geestelijke kern (en daarmee ook God) de ruimte te kunnen geven.

Er zijn nogal wat mensen die zijn opgegroeid in een valse schijnwereld, waarin de ‘buitenkantwerkelijkheid’ er heel anders uitzag dan wat aan de binnenkant voelbaar was. Met name kinderen kunnen dit verschil heel goed aanvoelen, maar

als dit niet uiterlijk bevestigd wordt, kan het leiden tot grote psychische problemen.

Het kind voelt namelijk voortdurend ‘dat het niet klopt’ en kan zich gaan afvragen: ‘Maar wat klopt er dan niet? Is het de werkelijkheid die mij wordt voorgespiegeld of is het mijn gevoel dat niet goed is?’ Dit kan een innerlijke gespletenheid veroorzaken, waardoor het kind al vroeg verleert om trouw te zijn aan zichzelf. Vaak komt het kind niet eens toe aan zo’n bewuste vraagstelling en gaat het er helaas automatisch vanuit dat zijn eigen gevoel onjuist is. Daarmee is het onbewust ontrouw aan zichzelf, terwijl deze trouw zo’n belangrijke rol speelt in onze eigenwaarde en het bepalen van gezonde grenzen.

En juist tot die trouw moedigt Jezus ons aan om werkelijk in contact te kunnen staan met onze eigen kern en daarmee met God, zodat we authentiek kunnen leven en échte mensen kunnen zijn.

Het zwaard wijst ons ook op de ‘goede agressie’ die we nodig hebben om de juiste afstand tussen onszelf en de ander te bepalen. Het betekent zeker niet dat we ‘agressief’ moeten worden en aan de liefde voorbij mogen gaan. Nooit mogen we de ander onnodig kwetsen, hoewel pijn niet altijd te voorkomen is. We moeten altijd respectvol blijven, maar tegelijk ook duidelijk. Gezonde grenzen dienen in de kern altijd de liefde. En de liefde leert ons dat alles een eigen grens heeft en dat we die van onszelf ook mogen (en zelfs moeten) beschermen. Het verwaarlozen van grenzen leidt altijd tot escalatie, onzuiverheid en onduidelijkheid, waar niemand bij gebaat is.

Hoewel we de liefde centraal moeten stellen in iedere confrontatie die we aangaan, moeten we dan ook niet te voorzichtig zijn. Ook hier geldt dat zachte heelmesters stinkende wonden maken. Het stellen van grenzen veroorzaakt soms pijn en dat moeten we ook aanvaarden, wetende dat het een hoger doel dient. Het is meestal slechts het ego wat in de ander wordt gekwetst, terwijl zowel je eigen geest en die van de ander er juist ruimte door krijgen.

Eerlijkheid is soms als een tweesnijdend zwaard. Het brengt dan ook vaak niet meteen vrede, maar ook strijd. Maar uiteindelijk zijn de ware, innerlijke vrede en de liefde het eigenlijke doel en zijn alle partijen ermee gediend.

Terug naar dat kruispunt waar velen zich op bevinden. Juist op dat kruispunt is vaak grote schoonmaak nodig. Opruiming van wat onwezenlijk is en wat aan je knaagt, wat je innerlijke kracht en je creativiteit ondermijnt. Trouw zijn aan je kern betekent dat je je hart reinigt van alles wat daar niet hoort. Het is immers je heilige tempel, waarin God hoort te wonen. Want Hij wil door Zijn heilige Geest in je hart wonen, onvoorwaardelijk. Dan kan die Geest gaan stromen en goede vruchten afwerpen. In iedere tuin moet ook gesnoeid worden, zodat het goede gewas niet door onkruid wordt overwoekerd. En daarvoor heb je het zwaard nodig waar Jezus ons op wijst.

In de vorige alinea noemde ik al even de onvoorwaardelijke aanwezigheid van Gods heilige Geest in ons hart. Ook dat is voor ons vaak zo moeilijk voor te stellen. Ons ego is gewend voorwaarden te scheppen. We moeten eerst aan allerlei eisen voldoen om die aanwezigheid en de liefde van God te kunnen verdienen. Dat is wat onze aardse natuur ons telkens opnieuw influistert.

Maar er zijn ook nogal wat spirituele theorieën die ons dit willen doen geloven. Ze houden ons voor dat we eerst tot een bepaalde graad van spirituele volmaaktheid

moeten geraken, alvorens deze Geest intrek in ons zal kunnen nemen. Volgens hen moeten we eerst talloze levens op aarde en inwijdingen doorlopen om tot dit punt te komen. Op deze manier kan reïncarnatie een nieuwe voorwaarde worden die we tussen onszelf en de verlossing - de volkomen vrije staat van Zijn - in plaatsen. Ook binnen meer traditionele christelijke stromingen worden er soms harde voorwaarden aan Gods liefde en verlossing verbonden. Binnen sommige kerkelijke stromingen heerst een uitgesproken wettisch geloof: mensen moet zich strak aan de goddelijke wet houden op straffe van Gods afwijzing. Maar Gods genade overtreft de wet, omdat die gebaseerd is op liefde alleen. We moeten kritisch kijken naar alle voorwaarden die in onszelf worden geschapen en die een onvoorwaardelijke aanvaarding van Gods Geest in ons hart in de weg staan. De voorwaarden die we hiermee aan onszelf stellen, heeft ook invloed op de openheid naar God toe en of wij Hem wel willen aanvaarden. Wat we geloven heeft altijd invloed op de werkelijkheid die we creëren.

Jezus sprak ooit met een joodse leider die in hoog aanzien stond bij het volk, genaamd Nicodemus. Jezus zei tegen hem:

*‘Alleen wie opnieuw wordt geboren, kan het koninkrijk van God zien.’ (Johannes 3: 3, Nieuwe Bijbelvertaling)*

Hij voegde daar nog aan toe:

*‘Wat geboren is uit een mens is menselijk, en wat geboren is uit de Geest is geestelijk.’ (vers 6)*



De kracht voor de geestelijke wedergeboorte gaat niet van onszelf uit (en dus ook niet van onze prestaties en de voorwaarden die we bedenken!), maar van God. We kunnen het alleen maar aanvaarden, accepteren en omarmen. Met andere woorden: we moeten leren ontvankelijk te zijn om tot overgave aan deze Geest te komen. Dat vraagt van ons een kinderlijk eenvoudig vertrouwen. En juist dat eenvoudige gaat ons vaak zo moeilijk af. Sommigen verdiepen zich liever in steeds grotere en fantastischer spirituele theorieën en vullen daarmee hun denken, terwijl ze aan de eenvoudige kern voorbijgaan. Dat is jammer,

want dan ontgaat hun juist het meest wezenlijke. Ook hier zal dus het vlijmscherpe onderscheid tussen het wezenlijke en het onwezenlijke gemaakt moeten worden. Het gaat om de geboorte van die hoogste Geest, het zuivere Zijn in ons. Het zuivere Zijn is er al; daar kunnen we niets aan toevoegen. Toon Hermans zei het al aan het eind van zijn leven: *‘Misschien had ik een beetje minder moeten worden en wat meer moeten zijn...’*

Dit brengt ons ook bij het eenvoudige beeld van die geboorte in de stal, meer dan tweeduizend jaar geleden. De eenvoud van die stal, de puurheid van een nieuwe geboorte. Dat die geboorte volop de ruimte mag krijgen in jouw leven.

Als deze heilige Geest door je geloof in je hart leeft, zul je ook die Geest moeten beschermen door Hem de ruimte te geven. Er kunnen ook patronen in je eigen leven aanwezig zijn, waardoor je deze Geest belemmert in Zijn werk. Want de heilige Geest is ervoor bedoeld om vruchten in ons leven af te werpen.

We moeten waken voor 'goedkope genade' door er achteloos mee om te gaan. Het is niet zo dat we er zomaar op los kunnen leven, nu we weten dat we door Jezus verlost zijn. Dan stellen we de genade in dienst van ons ego en dat is niet de bedoeling. Dan ontgaat ons de kern van de goddelijke liefde.

Er zijn zaken in ons leven die het licht van de Geest doen doven. Ze komen voort uit onze eenzijdige ik-gerichtheid: hoogmoed, hebzucht, begeerte, haat, boosheid, wrok, jaloezie, irritatie, angst, schuld, verveeldheid, manipulatie, arrogantie en natuurlijk ook egoïsme.

Ook op deze punten moeten we snoeien in ons leven om de vruchten van de Geest de ruimte te geven. Alles wat de Geest nadrukkelijk in de weg staat, alles wat ons hindert op onze weg met God, mogen we loslaten.

Door onze gerichtheid op de heilige Geest komen Zijn vruchten in ons tevoorschijn: acceptatie, geduld, bescheidenheid, begrip, liefde, wijsheid, medemenselijkheid, enzovoort. Door in die hogere kracht van de Geest te geloven, maken we die ook tot onze waarheid en komen de vruchten ervan in ons leven tot uitdrukking.

Dan gaan we de vuurkracht van die Geest in ons eigen hart ervaren, een bezieling die ons aanzet tot liefde voor God en onze naasten.



## Inspiratie

*'Moeder Maria is het symbool van het hart, waaruit Ik geboren word: het vrouwelijke in jullie, het ontvankelijke dat Mij onbevlekt kan ontvangen. Jozef staat voor het denken, dat er bij deze heilige verwekking op eigen kracht niet aan te pas komt. Hij moet later overtuigd worden van het wonder. Het wonder komt niet uit hem voort, maar uit God.*

*Hij kan het eerst niet bevatten, pas later, door een openbaring van God, verneemt hij wat zich dwars door hem heen heeft voltrokken en waar hij ongemerkt deel van uitmaakt.*

*Zodra het ontvankelijke hart, jullie geest, bevrucht is door het uiterlijke woord, zal Ik als Innerlijk Woord in jullie opstaan.*

*Het Innerlijke Woord dat Ik ben, is alleen te verstaan door het hart. Het verstand raakt pas later overtuigd, maar dat is wel nodig om de verbintenis tussen hoofd en hart te laten bestaan.*

*Door middel van Mij, het Innerlijk Woord, kunnen jullie de uiterlijke gebeurtenissen ook innerlijk verstaan. Er wordt een inzicht, een weten in jullie hart geboren. Daar druk Ik Mij gevoelsmatig in jullie uit, waardoor jullie hart vervuld is van Mijn licht.*

*Alle inspiratie is bedoeld door de mensen heen Mij als inwonende Geest te verwekken. Dan zal Ik toenemen in de mensen en zullen ze zich door Mij laten leiden.*

*Vooraf de nederigen en zachtmoedigen zullen Mijn woord verstaan en het uitdragen aan de mensen met wie zij in aanraking komen. Ik zal hen bij de hand nemen en leiden in wat ze lezen en zij zullen het levende woord achter de letter leren kennen.*

*Het gelovig hart dat weet heeft van Mijn aanwezigheid, zal Mij kunnen verstaan. Zo leef Ik in ieder mens, door het bewustzijn van de mens en spreek Ik van hart tot hart, wat alleen door de eenvoudigen is te verstaan. Wie zich laat meeslepen door de wereld kan Mijn stem niet horen. En wie zich door het denken laat leiden, evenmin. Alleen zij, die vertrouwen op het hart, dat puur moet zijn, kunnen Mij beter horen dan hun eigen gedachten.'*



## Gebed



*Leer mij het nieuwe leven  
in mijn hart  
te koesteren en te  
beschermen.  
Doe mij stilstaan bij dat  
Licht,  
de geboorte van de Geest  
in die stal, mijn  
eenvoudige hart.*

*Dat ik in staat mag zijn  
te ontvangen, écht te  
ontvangen,  
zonder voorwaarden.*

*Dat ik het zwaard van  
Jezus  
liefdevol mag hanteren  
en een mens van U mag  
zijn.*