

# **Het octaaf van bewustzijn**

*eeuwige kennis voor een nieuwe tijd*



**Anne-Marie Splinter**



# **Het octaaf van bewustzijn**

**eeuwige kennis voor een nieuwe tijd**

**Anne-Marie Splinter**

Het konijn op pagina 6 is getekend door Ingrid Vissers, [www.sillyfish.nl](http://www.sillyfish.nl)  
De foto van Anne-Marie is gemaakt door Maurice Jager, [www.mauricejager.com](http://www.mauricejager.com)  
De rest van de foto's en afbeeldingen komen van freeimages, stocksy en istockphoto

copyright 2016 Anne-Marie Splinter

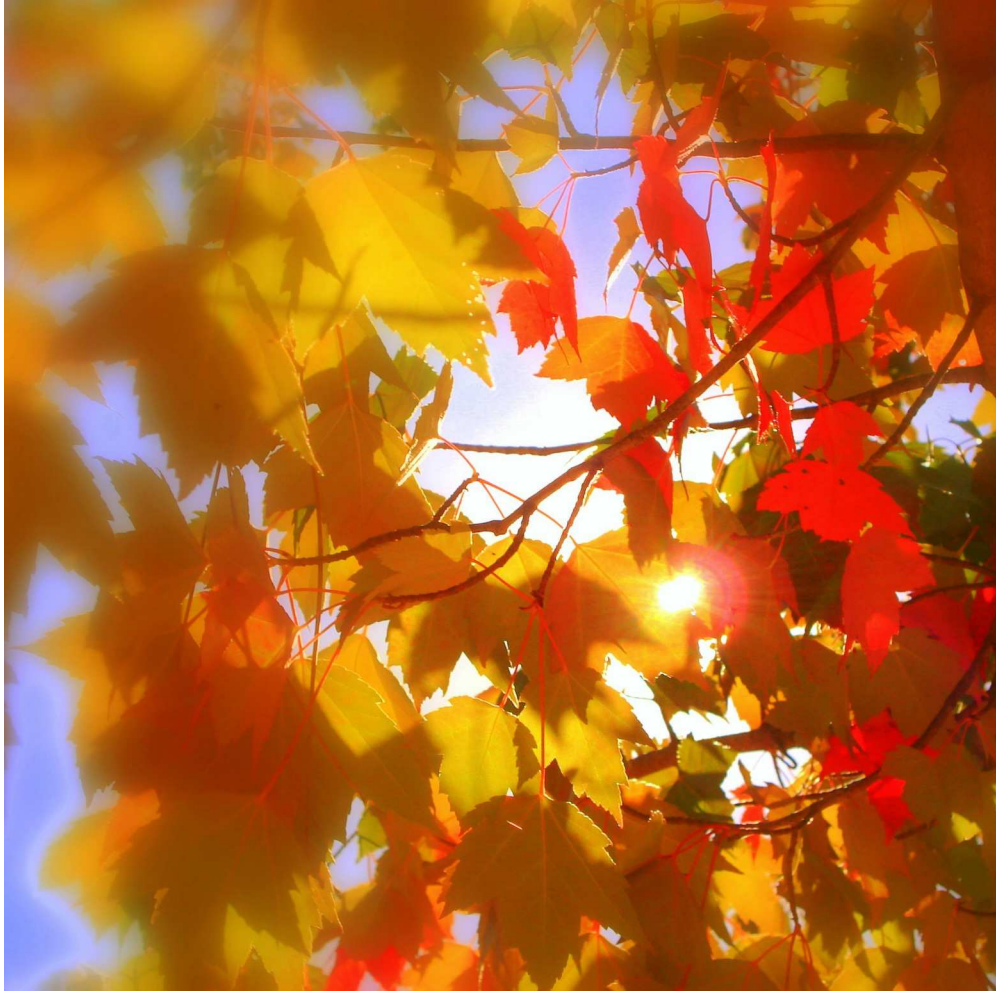
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt worden in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of door fotokopieën, opname, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

tweede herziene druk november 2017

*Als je een uur lang kunt ontsnappen aan de uren,  
komt elke samenhang in een ander licht te staan.  
Je raakt vertrouwd met wat oorzaak en gevolg te boven gaat.  
Uren hebben geen weet van het tijdloze,  
wie bezeten is van tijd,  
kan het tijdloze enkel bereiken door verbijstering.*

*Rumi*

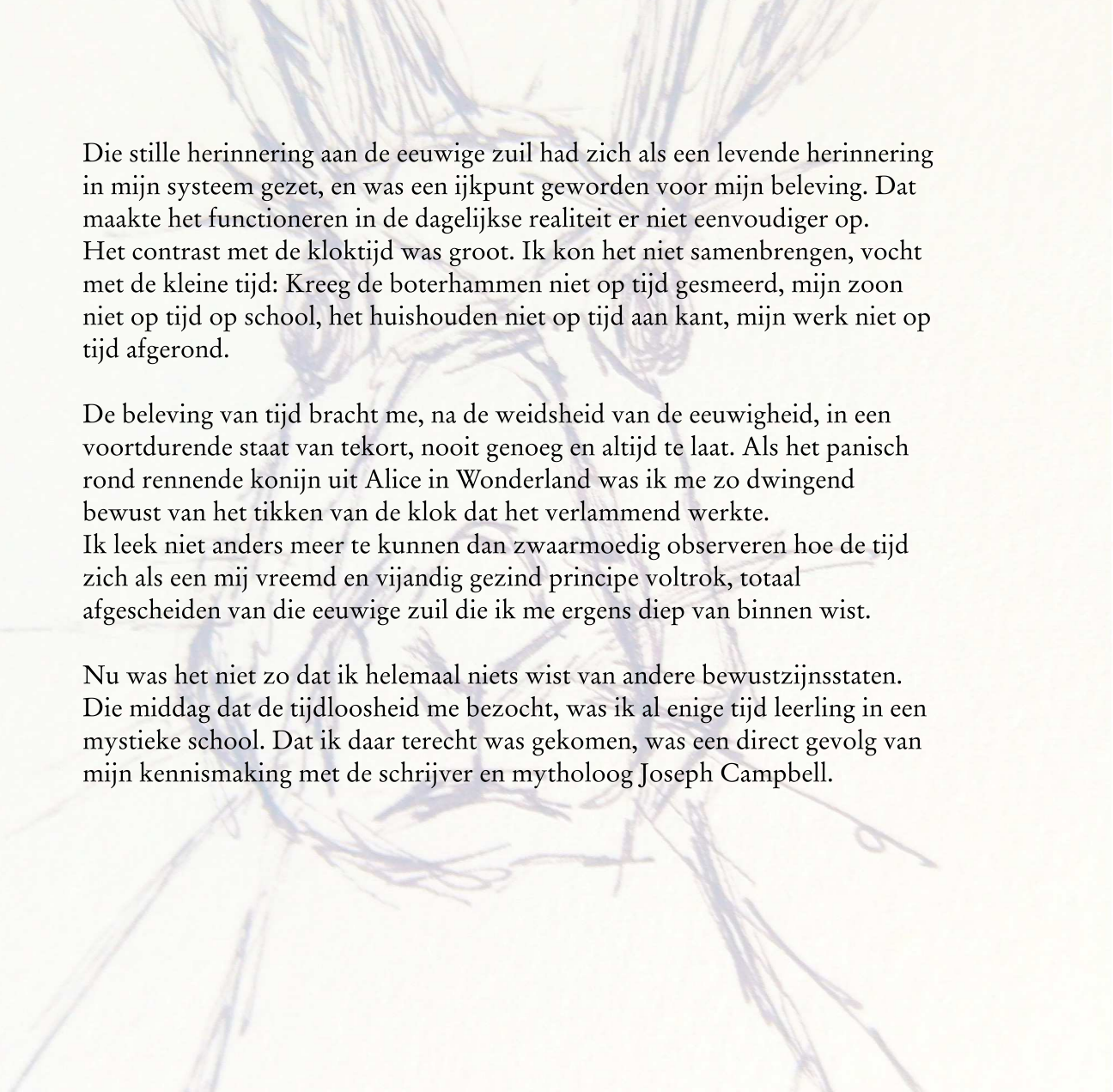
*Masnavi, 3: 2075-2076*



Jaren geleden had ik een ervaring die de loop van mijn leven veranderde. Ik lag in de middag even op bed na een lange autorit. Het introverte licht van de herfst baadde mijn slaapkamer in een zachte gloed. Ik rook die typische herfstige geur van boombladeren, een geur die direct de cellen van mijn lichaam in leken te gaan als levende herinnering aan haar eigen verval. Ik hou van dit sterven. M'n geest komt dan als vanzelf vrij, anders dan in de lente en de zomer, wanneer de sappigheid en de glorie van het fysieke leven centraal staan.

Het zal dus niet toevallig zijn dat ik op een zonnige herfstmiddag de ervaring had dat ik uit mijn tijdelijke identiteit werd getild en ervoer dat ik een eeuwige zuil van bewustzijn was waar de tijd doorheen stroomde. Weids was ik, vele malen weidser dan ik ervoer in de dagelijksheid van mijn bestaan als ploeterende alleenstaande moeder. Een weidsheid waar de tijd een onderdeel van was, maar zeker niet de toon van bepaalde. De ontspanning die deze ervaring met zich meebracht was volkomen en smaakte naar meer.

Lang nadat de ervaring zijn glans en helderheid had verloren, ingehaald door de beslommeringen van het dagelijks leven, bleef de herinnering aan die diepgevoelde ontspanning me roepen als een lied.



Die stille herinnering aan de eeuwige zuil had zich als een levende herinnering in mijn systeem gezet, en was een ijkpunt geworden voor mijn beleving. Dat maakte het functioneren in de dagelijkse realiteit er niet eenvoudiger op. Het contrast met de kloktijd was groot. Ik kon het niet samenbrengen, vocht met de kleine tijd: Kreeg de boterhammen niet op tijd gesmeerd, mijn zoon niet op tijd op school, het huishouden niet op tijd aan kant, mijn werk niet op tijd afgerond.

De beleving van tijd bracht me, na de weidsheid van de eeuwigheid, in een voortdurende staat van tekort, nooit genoeg en altijd te laat. Als het panisch rond rennende konijn uit Alice in Wonderland was ik me zo dwingend bewust van het tikken van de klok dat het verlamdend werkte. Ik leek niet anders meer te kunnen dan zwaarmoedig observeren hoe de tijd zich als een mij vreemd en vijandig gezind principe voltrok, totaal afgescheiden van die eeuwige zuil die ik me ergens diep van binnen wist.

Nu was het niet zo dat ik helemaal niets wist van andere bewustzijnsstaten. Die middag dat de tijdloosheid me bezocht, was ik al enige tijd leerling in een mystieke school. Dat ik daar terecht was gekomen, was een direct gevolg van mijn kennismaking met de schrijver en mytholoog Joseph Campbell.



Ik leerde zijn werk kennen op mijn zeventiende, toen de serie "Mythen en Bewustzijn" werd uitgezonden op de televisie en ik aan de buis gekluisterd zat. Hij sprak over het bewustzijn dat in de vorm huist van sprookjes, mythen en religies. Over hoe het de kunst is om dat te leren lezen: Dan raak je niet geïdentificeerd met de vorm, maar herken je de innerlijke parallellen. Hij sprak over hoe je verwondering en magie in je leven brengt door je bestaan te zien door de bril van mythe. Over hoe het leven met mythologie fungeert als een kraamkamer voor je ziel. Een kraamkamer waarin je ziel tot volwassenheid kan komen. En hij vertelde over het volgen van je gelukzaligheid, *bliss* in het engels.

*"Wanneer je je gelukzaligheid volgt, zet je jezelf op een soort spoor dat er al een hele tijd was, en dat op jou wachtte, en dan is het leven dat je zou moeten leiden ook het leven dat je leidt. Wanneer je dat kunt zien, begin je mensen te ontmoeten die zich in jouw veld van gelukzaligheid begeven, en zij openen de deuren voor je. Ik zeg volg je gelukzaligheid en wees niet bang, en deuren zullen openen waarvan je niet eens wist dat ze er zouden zijn."*

Zo wilde ik ook leven. En ik had ambitie. Ik wilde niet alleen mijn gelukzaligheid volgen (wat al een hele opgave was, omdat ik van innerlijke geboden aan elkaar hing) ik wilde ook weten wat de bron van gelukzaligheid was.



Gelukzaligheid riep beelden op van verre weides waarin wie ik was volkomen zou samenvallen met wat ik deed. Ik was dus eerder op zoek naar een staat van zijn, dan naar een staat van doen. Nadat ik (bijna) al het werk van Campbell had gelezen, en de innerlijke betekenis van mythologie had leren doorgronden, was ik rijp om mijn eigen betekenis te leren doorgronden. Dat was mijn kaartje naar gelukzaligheid.

Zo kwam ik bij de mystiek terecht.

Mystici zijn professionals in de transcendente (*Van Dale: de zintuiglijke waarnemingen te boven gaande*) werelden in de mens. Ambachtelijk ingestelde mannen en vrouwen die, ervaring na ervaring, de enorme gelaagdheid van het niet-zintuiglijke rijk ontsluiten tot aan de oorsprong van ons bestaan. Het is een kunst en een kunde die eeuwenlang vrijwel afgesloten van het maatschappelijk leven is bewaakt, bewaard en doorgegeven. Een kunde die een wezenlijk antwoord biedt op de noden van deze tijd. Na eeuwen te hebben geleefd als ontdekkingsreizigers van de buitenwerelden, is het nu zowel tijd als noodzaak dat we ontdekkingsreizigers van de binnenwerelden worden.

De onbekendheid van het mystieke ambacht maakt dat het tot op de dag van vandaag omgeven wordt door een geheimzinnige waas. Dat is onterecht. Mystiek is broodnuchter. De paradox is dat je dat pas ervaart als je je ermee verhoudt. Maar dat geldt voor alle onbekende dingen.

Nikola Tesla, de baanbrekende Servisch-Amerikaanse uitvinder en natuurkundige uit de vorige eeuw, die Elon Tusk inspireerde tot de naam van zijn hippe auto, zei ooit: *Als je de geheimen van het universum wilt leren kennen, denk dan in begrippen als energie, frequentie en trilling.*

Ik haal even Van Dale erbij.

*Energie* (natuurkunde): eigenschap van een systeem om arbeid te kunnen verrichten. Arbeid betekent in de natuurkunde: het werk dat een energiebron levert, het product van kracht en de bijbehorende verplaatsing

*Frequentie* (natuurkunde): het aantal malen dat een regelmatig herhaalde beweging in een zekere tijd plaatsheeft, met name trillingen (op z'n eenvoudigs: aantal trillingen per seconde)

*Trilling* (natuurkunde): elk van de heen en weer gaande bewegingen samen die in hun opeenvolging het trillen uitmaken (op z'n eenvoudigs: het snel heen en weer bewegen).

Zoals Joseph Campbell verschillende mythologieën met elkaar vergeleek en de parallellen ontsloot, zo is er een parallel tussen de natuurkunde en de mystiek.

De één bestudeert de buitenwereld, de ander de binnenwereld. Ze zijn beiden onderhevig aan dezelfde wetmatigheden.

Natuurkunde houdt zich bezig met de buitenwereld, mystiek houdt zich bezig met de binnenwereld. De gemene deler in beide gebieden is dat ze de wetmatigheden ontsluiten die betrekking hebben op energie, frequentie en trilling. Dat is een mondvul. Laat me een poging doen het te verhelderen: Energie in natuurkunde heeft betrekking op de eigenschappen van atomen en deeltjes van uiterlijke verschijnselen als de zon, de wind, water en wat die atomen en deeltjes genereren. De zon genereert zonne-energie, de wind genereert wind-energie, water genereert water-energie.

Energie in de mystiek heeft betrekking op de eigenschappen van atomen en deeltjes van het innerlijk van ons menselijke wezens en wat die atomen en deeltjes genereren. Het innerlijk van menselijke wezens genereert bewustzijn. Frequentie en trilling vertellen vervolgens iets over de hoedanigheid van die gegenereerde energie. Hoe sneller de energie in natuurkundige verschijnselen beweegt, des te krachtiger het effect. Hoe sneller de energie in het innerlijk van menselijke wezens beweegt, des te helderder het bewustzijn.

Albert Einstein zei ooit: *Wetenschap zonder religie is lam, religie zonder wetenschap is blind*. De objectieve waarneming van de wetenschappelijke benadering van leven en de subjectieve beleving van de mystieke benadering van leven zijn eenvoudigweg twee kanten van dezelfde munt. Je hebt de doorvoelde ervaring van de (mystieke) beleving nodig om het leven te voelen stromen en nieuwe gebieden van bestaan te betreden. Je hebt de objectieve ontsluiting van de wetmatigheden van leven nodig om structuur te kunnen behouden en scheppen. Je zou kunnen zeggen dat wetenschap resonanceert met het verstand en mystiek met de ziel.

Charles Bukowski schreef iets moois over de gevaren van beide voorkeuren:

*Sommigen verliezen alle verstand en worden ziel, waanzinnig.*

*Sommigen verliezen alle ziel en worden verstand, intellectueel.*

*Sommigen verliezen allebei en worden aangepast.*

Het samenbrengen van beiden, ofwel in een bezielde wetenschap, ofwel in een verstandige mystiek, maakt dat zowel ziel als verstand zich kunnen ontvouwen. In een tijd waarin zoveel mensen bezwijken onder hun eigen aanpassingsvermogen is dat een hoopvolle optie.



*Je bent niet de druppel in de oceaan. Je bent de oceaan in de druppel.  
Rumi*

Het kwam samen bij Mevlana Jallaludin Rumi. Zijn gedichten maakten dezelfde honger in me wakker als het werk van Joseph Campbell tien jaar daarvoor had gedaan. En Rumi stond met beide benen in het soefisme, de mystieke tak van de islam. Ik had mijn school gevonden. Een school waarin gewerkt werd met het octaaf.

De kans is groot dat je wel eens gehoord hebt van het enneagram, een bewustwordings-instrument waarmee je kunt vaststellen welk gezichtspunt je inneemt: kijk je met de bril van een helper, van een leider, van een levensgenieter, van een individualist, en zo zijn er nog een aantal. Het wordt inmiddels ook gebruikt in organisaties, om teams samen te stellen en processen te sturen. Het enneagram vindt zijn oorsprong in de mysteriescholen, waar het werd gebruikt als één van de instrumenten om tot zelfrealisatie te komen.

We leven in een opmerkelijke tijd. Sinds de vorige eeuw komen er geschriften en kennis naar de oppervlakte die honderden, en soms duizenden, jaren verborgen zijn geweest. De Nag Hammadi-geschriften zijn een bekend voorbeeld van geschriften die tevoorschijn zijn gekomen (waar het evangelie van Thomas en van Maria Magdalena tussen zaten). Op het gebied van verborgen kennis die aan de oppervlakte kwam hebben we veel te danken aan George Gurdjieff.

Hij is degene die het enneagram én de wet van het octaaf ophaalde bij een soefi-school (hoewel de eerlijkheid gebied te zeggen dat hij dit zelf nooit hardop heeft gezegd, de man sluerde zich graag in mysterie) en dit beschikbaar maakte voor zijn eigen studenten. Gurdjieffs geschreven werk is allesbehalve toegankelijk, dus bleef het in eerste instantie in zijn eigen kring.



Het waren Oscar Ichazo en Claudio Naranjo, werkzaam aan de universiteit van Berkely, die het materiaal van Gurdjieff, 20 jaar na zijn overlijden, verder uitwerkten en hier les in gaven. Zo kwam het bij een groter publiek. Hamid Ali (beter bekend onder zijn schrijversnaam A.H. Almaas), student aan Berkely, werkte het verder uit in zijn Ridhwan school en bewaarde daarmee de tak van zelfrealisatie.

Don Richard Riso en Russ Hudson (beiden leerling van Hamid Ali) legden met hun werk een gedegen psychologische basis voor het enneagramwerk. Helen Palmer maakte het toepasbaar voor het grote publiek. Waar het enneagram is opgepikt, is het octaaf wat ondergesneeuwd gebleven. Dat is jammer. Want wanneer je leert werken met het octaaf, leer je ten diepste werken met de Jakobsladder van bewustzijn. Als het enneagram de geschreven code van het menselijk bewustzijn is, biedt het octaaf de mogelijkheid deze te beleven en ermee te scheppen. Zoals bladmuziek pas tot leven kan komen als je eerst toonladders leert spelen.

De Jakobsladder verwijst naar het visioen dat de aartsvader Jakob had van een ladder die hemel en aarde met elkaar verbond en dat wordt genoemd in het Oude Testament. Hemel en aarde worden hier niet letterlijk bedoeld, maar verwijzen naar dimensies die de mens kan ervaren. (Van Dale: *dimensie*, ontleend aan het Engelse dimension: *aspect, bestanddeel, element*).

De Jakobs ladder vormt dus de treden van verbinding tussen de verschillende elementen van bewustzijn die de mens kan ervaren: van de hemelse tot aan de aardse.

De treden van die ladder volgen elkaar op volgens de wetmatigheid van het octaaf. Dit kennen we al uit de muziek. Daar noem je dat een toonladder. Een toonladder correspondeert met geluid en biedt de mogelijkheid daar harmonieus geluid mee te scheppen.

Een Jakobs ladder correspondeert met licht en biedt de mogelijkheid daar harmonieus bewustzijn mee te scheppen.

De Jakobs ladder kun je dus ook de lichtladder noemen.

Ik had al benoemd dat het soefisme de mystieke tak van islam is. De voorganger van deze tak van bewustwording is Mohammed. Van hem is dit gebed:

*O Allah!*

*Vul mijn hart met Uw Licht en  
vul mijn ogen met Uw Licht en  
vul mijn oren met Uw Licht en  
plaats Uw Licht aan mijn rechterzijde en  
plaats Uw Licht aan mijn linkerzijde en  
plaats Uw Licht boven mij en  
plaats Uw Licht beneden mij en  
plaats Uw Licht voor mij en  
plaats Uw Licht achter mij en  
zet mijn gehele wezen om in Licht.*



Een religieuze manier om te zeggen: Mag ik mij volkomen bewust worden.  
Mag ik de lichtladder volkomen leren betreden.

Voor het spelen van toonladders maak je gebruik van je stem of een muziekinstrument.

Voor het spelen van lichtladders ga je aan de slag met je eigen bewustzijn.  
Dan zijn de instrumenten o.a. je vermogen tot waarnemen, je vermogen tot voelen en je vermogen tot logica.



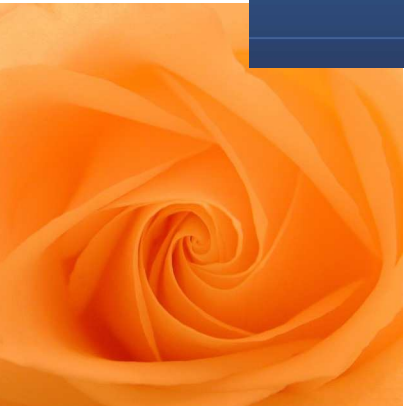
Het boek waar Joseph Campbell beroemd mee is geworden, en wat als inspiratie heeft gediend voor veel kunstenaars, is *De held met de duizend gezichten*. In dit boek ontsluit hij de code van het heldenverhaal: van klassieke helden als Odysseus tot die uit de Native American en Polynesische cultuur tot de profeten Christus en Mohammed. Overal op deze wereld is de blauwdruk van de menselijke heldenreis te vinden.

Er is een gemeenschappelijke pad, dat zowel de helden die uiterlijke als helden die innerlijke obstakels overwinnen doorlopen. Ieder verhaal begint met een roep. The call to action zoals de marketing dat verwoordt. Deze call to action gaat niet om verdienen, maar om je ziel die je oproept tot avontuur. De roep kan komen van een prinses in nood, of van een bewustzijnservaring die smaakt naar meer.

Wanneer je de handschoen oppakt en onderweg gaat, ga je helpers tegenkomen die je voorbereiden op de confrontatie met de monsters die je moet verslaan. En je zult altijd monsters moeten verslaan. Of het nu een draak is of een gevoel van waardeloosheid, een heks of innerlijke onmacht. De schone prinses, het inzicht, de schat of de verlossing komen alleen nadat het monster verslagen is naar je toe. Preciezer gezegd: pas wanneer je het monster verslagen hebt, krijg je toegang tot het bewustzijnsveld dat voorbij monsters en schatten gaat. Dan opent zich de weg die naar je scheppende vermogen leidt, een vermogen dat zijn oorsprong vindt in de eeuwigheid.

Mijn heldenreis bracht me bij de mystieke tak van de islam. Toen ik die weg had gekozen, begon het verslaan van mijn eigen innerlijke monsters. Van me levenloos voelen tot de ijzeren greep die het superego op m'n bewustzijn had, het kwam allemaal voorbij. Gaandeweg kreeg ik toegang tot een levende stroom, waarin ik die eerder ervaren tijdloosheid herkende. Een stroom die direct verbonden is aan mijn gevoel van gelukzaligheid. Die stroom is sindsdien m'n kompas. Als ik hem niet ervaar, weet ik dat ik een verkeerde afslag heb genomen.

Die stroom is verbonden aan een universele scheppingscode. Een scheppingscode waar het enneagram, het octaaf en ook andere instrumenten uit het soefisme op een belevende manier expressie aan geven, maar het gaat verder dan dat: Van melkwegstelsels tot planeten, van menselijke wezens tot pantoffeldiertjes, van fysieke realiteit tot onstoffelijke werelden, alles dat in bestaan is volgt deze wetmatigheid.

A central blue square graphic. It features a golden spiral (Fibonacci spiral) composed of small white and blue dots, winding from the center outwards. The spiral is overlaid on a grid of white lines. In the center of the square, the mathematical equation for the golden ratio is displayed: 
$$\frac{a+b}{a} = \frac{a}{b} = 1.618$$


*Ik was een verborgen schat en ik verlangde ernaar gekend te worden.*

*Daarom schiep ik de werelden, om gekend te kunnen worden.*

Dit is een hadith (uitspraak) die toegeschreven wordt aan de profeet Mohammed. Hij spreekt hier vanuit het perspectief van het oneindig potentieel van de bron van alle leven. Het punt waarop nog niets in bestaan is, maar waar het verlangen naar tot vorm komen zich begint te roeren. Dit verlangen, om vorm te geven aan wat nog niet in bestaan is, leeft ook in ons. Dat is waar we scheppers zijn.

De volgende stap is het leren scheppen in overeenstemming met de grote schepping waar we in bewegen, maar dat is van later orde.

Er is een wetmatigheid die bepaalt hoe iets tot vorm komt. Die wetmatigheid is in een cijfermatige reeks blootgelegd door Fibonacci. Die cijfers zijn de wiskundige weergave van een organisch proces dat vorm geeft aan alles wat in bestaan is. Deze cijferreeks gaat (net als het organische proces) eendeloos door, en is de basis voor de gulden snede, voor het getal pi, voor alle toegepaste geometrie waarin we harmonie en overeenstemming met schepping ervaren. En dat is logisch. We zijn zelf ook opgebouwd volgens deze wetmatigheid.

Het begin van deze reeks is de 0. De 0 is het oneindig potentieel. De verborgen schat die gekend wil worden. Noem het God, noem het Allah, noem het Nirvana, noem het Bron, noem het het Vliegend Spaghettimonster. Weet dat het verwijst naar het oneindige potentieel van alle leven.

Uit de 0 ontstaat de 1, dat is de eerste stap tot manifestatie. Het is ook het begin van tijd en ruimte, omdat er nu relatie ontstaat: tussen 0 en 1, tussen potentieel en manifestatie, tussen God en schepping. De dans van leven is nu begonnen. Een dans is een beweging, waarbij iedere huidige stap het vertrekpunt is voor de volgende stap. Zo is dat ook bij de spiraal van leven. Nu er een 1 is, wordt dat het vertrekpunt voor de volgende stap.

Er is nu tijd, en ruimte, maar nog geen tijdlijn (ofwel geschiedenis): Wanneer je terugkijkt van de 1 naar de 0, zie je oneindig potentieel. Dat is de basis van je dans, maar deze kun je niet in zijn geheel meenemen. Je kunt wel de 1 dupliceren. Er komt dus nog een 1. De lijn is nu 0, 1, 1. Nu heb je een tijdlijn, er kan dus teruggekeken worden naar iets wat in manifestatie is. En dat gebeurt dan ook. De laatste 1 kijkt als het ware terug over zijn schouder, en ziet daar een 1. Die telt hij op bij zijn huidige staat. Dan krijg je de volgende reeks: 0, 1, 1, 2. De 2 kijkt vervolgens over zijn schouder en ziet daar de 1. Die telt hij op bij zijn huidige staat. 0, 1, 1, 2, 3. De 3 kijkt terug en ziet de 2: 0, 1, 1, 2, 3, 5. De 5 kijkt terug en ziet de 3: 0, 1, 1, 2, 3, 5, 8. De 8 ziet de 5: 0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13. En zo gaat het eindeloos verder.

Deze wetmatigheid van schepping is van toepassing op alles wat in bestaan is, zowel onstoffelijk als stoffelijk. Je ziet dit in de celdeling van planten, dieren en mensen, maar ook sterrenstelsels ontstaan volgens dit principe. De Jakobs ladder is niets meer of minder dan de mythologische beleving van deze spiraal.



Zelfs ons bewustzijn, onze geestelijke ontwikkeling, verloopt volgens deze wetmatigheid. Wanneer je je geest wilt verbinden aan je ziel en je ziel wilt verbinden aan je lichaam, gebeurt dit ook door middel van deze spiraal. Het is namelijk de Fibonacci-spiraal die aan de basis staat van het octaaf van bewustzijn. Om de relatie tussen de oerdans van de Fibonacci-spiraal en het octaaf uit te leggen, wend ik me tot de muziek.

De wijze waarop de frequenties die muziektönen zijn elkaar opvolgen, gaat op precies dezelfde manier als de ontvouwing van deze spiraal. Tegenwoordig gaan er steeds meer stemmen op om de stemtoon van instrumenten te stemmen op 432 Hz, in plaats van op de huidige standaard van 440 Hz, die pas sinds 1917 zijn opmars maakt als ijkpunt, maar wel een enorme invloed heeft omdat alle opgenomen muziek nu in deze standaard wordt gespeeld. Stemmen op 432 Hz zou natuurlijker zijn, harmonieuzer. Als je de Fibonacci-spiraal verstaat, is het duidelijk waarom.

De Fibonacci-spiraal start vanuit het 0-punt, vanuit het oneindig potentieel. Daarmee is hij dus afgestemd op de frequentie van Bron. Vervolgens ontvouwt zich de wiskundige orde die ik eerder aangaf. Een toonladder volgt die wiskundige orde van ontvouwing, of deze nu is afgestemd op het oneindig potentieel of niet. Je kunt dus scheppen met de sleutel van de spiraal van leven zonder dat deze uiteindelijk is afgestemd op het nulpunt. Dan neem je 0,5 als uitgangspunt, of 4. Daarna pas je de wetmatigheid van Fibonacci toe zoals je zou doen bij the real thing.



Dit is wat er aan de hand is met de standaard van 440 Hz. Deze is niet afgestemd op het nulpunt. Dit komt aan het licht wanneer je stemt op 432 Hz. Alleen dan benaderen de geluidsfrequenties steeds dichter het getal Pi. En Pi is het getal dat de gemiddelde afstand aangeeft tussen de opeenvolgende stappen van de spiraal van leven, die start op het 0-punt. Het is daarmee dus echt de meest harmonieuze afstemming op scheppingsorde.

Een toonladder beslaat een octaaf. Er zijn verschillende toonladders die verschillende octaven beslaan. Axl Rose wordt de beste mannelijke rockzanger genoemd omdat zijn stembereik 4 octaven beslaat. Dan kun je een behoorlijk spectrum aan geluid produceren.

Met de lichtladder van bewustzijn is hetzelfde aan de hand. Je bewustzijn kan verschillende lichtladders beslaan. Hoe groter je bereik, hoe groter je spectrum van bewustzijn. Dat is relatief en hangt af van persoon tot persoon. Ik weet niet of je je stembereik kunt vergroten, het kan in ieder geval wel met je bewustzijn.

In ieder mens lopen gelijktijdig ascenderende en descenderende octaven. Het materiele bewustzijn volgt een ascenderende beweging, het geestelijke bewustzijn een descenderende. Je zielsbewustzijn is de mediator tussen beiden. Dat is het bewustzijn waar het werken met het octaaf zich op richt. Heeft je zielsbewustzijn meer affiniteit met de materiele werkelijkheid? Dan is het waarschijnlijk dat het ascenderende octaaf je aanvankelijk meer aanspreekt. Daarin werk je vanuit de materiele frequenties naar de geestelijke toe, ofwel van de stoffelijke naar onstoffelijke.

Heeft je zielsbewustzijn meer affiniteit met de geestelijke werkelijkheid? Dan is het zinnig als eerste te werken met het descenderend octaaf. Daarin start je vanuit de geestelijke frequenties en daal je af naar de materiele frequenties, van onstoffelijk naar stoffelijk dus.

Het mag duidelijk zijn dat je pas meester bent, als je beide octaven vrijelijk kunt bespelen. Dan heb je geen voorkeur meer voor de een of de andere dimensie, maar beweeg je je vrij door alle staten van schepping heen. Er is dan geen gehechtheid meer aan een enkel aspect van de scheppingsdans. Alles is inclusief en wordt gekend. Je valt samen met de eindeloze beweging die dit leven kenmerkt.

Waar je zielsbewustzijn zich ook bevindt, het octaaf biedt je de mogelijkheid om alle tonen te leren kennen en belichamen.

De spiraal van schepping verbindt dus alle bewustzijnsstaten met elkaar, van de meest spirituele tot de meest verdichte materie, en ik vermoed dat deze zich nog verder beweegt in gebieden waar we nu nog geen notie van hebben.

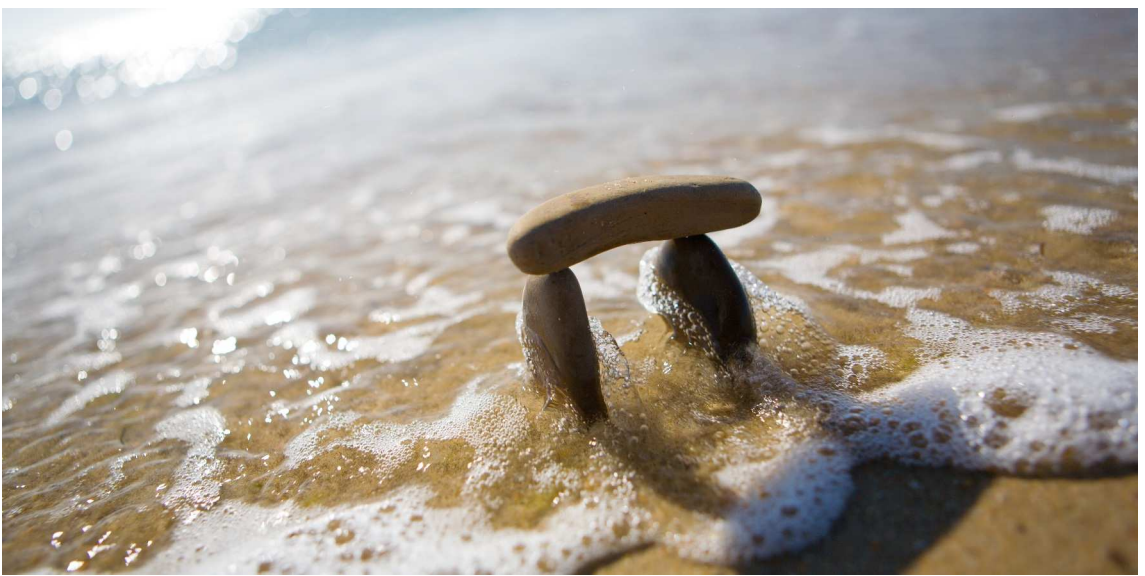
Die spiraal is op dit moment al volkomen aanwezig. Alles is in het nu, zoals Eckhart Tolle dat zegt, en wij mensen kunnen ook alleen maar volledig aanwezig zijn in het nu-moment. Vanuit dat perspectief is tijd een illusie: het is slechts een opeenvolging van nu-momenten.

Het is de ruimte tussen die nu-momenten die de beleving van tijd mogelijk maakt. Je zou kunnen zeggen dat iedere toon van de toonladder en iedere trede van de lichtladder een nu-moment is. De ruimte tussen twee treden noem je een interval. Interval betekent tussenpoos (tijd die tussen twee gebeurtenissen zit) of tussenruimte.

De ordening van de tonen van de ladder is wet. Dat is eenvoudigweg scheppingsorde.

Je kan die orde ontkennen, bewonderen, of negeren, maar je kunt hem niet veranderen.

Het is wat het is. Het zijn bouwstenen van schepping.



De mogelijkheid om te spelen met deze bouwstenen vind je in de interval, in de afstand tussen twee tonen. In het geval van de mystieke beoefening: de afstand tussen de twee tonen van een lichtladder. Een manier om afstand tussen twee onstoffelijke plaatsen te meten is door middel van tijd(sbeleving).

In die tussenruimte ligt de mogelijkheid voor jouw unieke individuele bewustzijn om tot vorm te komen aan de wetmatigheid van het octaaf. Je verhoudt je hoogst individuele bewustzijn met zuivere scheppingsfrequenties.

Zoals een octaaf heel anders tot uitdrukking komt in een tuba dan in een orgel, naar de aard van het instrument, zo komt het octaaf van menselijk bewustzijn in ieder mens anders tot expressie. Wat werken met het octaaf oplevert, is een zuivere afstemming op en uiteindelijke belichaming van het unieke bewustzijn dat jij bent.



Dit afstemmen begint door een thema dat je bezighoudt uit te zetten in de tijd, en die tijdspanse laat je verlopen volgens de sleutel van het octaaf. Dat thema, dat de grondtoon van je octaaf vormt, kan van van alles komen: uit visie, frustratie, verlangen, heilige verontwaardiging, gemis, verdriet. Als het maar niet bedacht is. Bedenksels leveren niet het vuur dat nodig is om werkelijk tot vorm te komen.

Uit het thema is te destilleren of je aan de slag gaat met een ascenderend dan wel een descenderend octaaf. Wanneer je dit doet, heb je de intentie je thema in de scheppingsorde te brengen en kan het leren beginnen.

In dit leren zijn er drie activiteiten die telkens terugkeren: *ontladen*, *ontsluiten* en *ontvouwen*: Het ontladen van valse afstemming, het ontsluiten van de afstemming op schepping, waarna je je kunt gaan ontvouwen vanuit de schepping. Als een dansende derwisj.

Ik sprak over ascenderende en descenderende octaven, en de voorkeur van de ziel. Je begint een reis altijd vanuit je voorkeur, anders zou je niet eens onderweg gaan. Uiteindelijk kom je echter tot het besef dat het precies die voorkeur is die de tralies van onze gevangenschap vormt. Zo is het ook met ascenderende en descenderende octaven. Er komt een moment, dat er geen voorkeur meer is. Dan heb je de lichtladders zo vaak gespeeld, van boven naar onder, van onder naar boven, van thema naar thema, dat er een andere innerlijke alchemie plaats kan vinden.

De vrucht van deze alchemie wordt in de westerse mythologie de heilige graal genoemd. Het moment dat ons geestelijke bewustzijn volkomen samenvalt met ons fysieke bewustzijn. Onze hemelse afkomst en onze aardse oorsprong vinden elkaar in een alchemistische samensmelting. Het is een wezenlijke stap in het volledig mens worden. Wanneer de heilige graal beschikbaar is gekomen, activeer je je lichtlichaam: een stralend bewustzijn dat altijd in direct contact staat met de scheppingsorde. Het wordt ook wel het activeren van diamanten leiding genoemd. Het is een substantieel, tastbaar lichaam.

Deze alchemie werd in de Egyptische mysteriescholen beoefend, Egypte is werkelijk het moederland van mystieke kennis. De weg van het soefisme is daar op terug te voeren. Achter de uiterlijke religie van islam, ligt de innerlijke kennis van de Egyptische bewustwordingsweg. Waar de uiterlijke religies zich veelal hebben beziggehouden met macht en politiek, bewaarde de mystieke tak de innerlijke kennis.

Door de jaren heen is er veel kennis verloren gegaan, maar de levende herinnering bleef bewaard. Een wonderlijk iets is dat. Nu is de tijd dat de herinnering hersteld wordt en weer beschikbaar komt, stukje bij beetje. Dit volgt dus ook de wetmatigheid van Fibonacci. Om de volgende stap in onze evolutie te kunnen maken, kijken we naar wat achter ons ligt en voegen dat bij onze huidige staat. Met andere woorden: Om het ambacht van menswording een nieuwe stap te laten maken, dienen we terug te kijken naar wat geweest is en dat te voegen bij onze huidige staat van zijn.

Het octaaf is een universele scheppingscode die je in contact brengt met het eeuwige levenswater van de Fibonacci-spiraal. Deze kennis werd bewaard in de Egyptische mysteriescholen. Ook de mystieke tak van het Christendom put uit deze bron. Je vindt ook in de Bijbel verwijzingen naar de scheppingsweg van de Fibonacci-spiraal. De bekendste komt uit het evangelie van Mattheus:

*Gaat in door de enge poort,  
want wijd is de poort en breed de weg,  
die tot verderf leidt;  
velen zijn er die daardoor ingaan;  
want eng is de poort, en smal de weg,  
die ten leven leidt,  
en weinigen zijn er,  
die hem vinden.*





Mattheus maant je om je te richten op het eeuwige scheppingspad van de Fibonacci-spiraal, en je te hoeden voor de imitaties. Om het Fibonacci-pad te leren onderscheiden van de imitatie, zul je je instrument van bewustzijn moeten uitzuiveren van alles dat niet in overeenstemming is met de wetmatigheid van Fibonacci. Dat is de paradox van deze leerweg. Je bent het altijd zelf: zowel Fibonacci als imitatie. Zowel de parel als de oester. Je kunt alleen gaan onderscheiden door ermee aan de slag te gaan.

In het ambacht van de christelijke mystiek werd het octaaf van bewustzijn gestemd met behulp van de smalle weg van de 7 deugden (en hun brede weg tegenhanger: de 7 donkere passies). Als het octaaf de muziek is waar we op dansen, dan zijn de zeven deugden een van de stemvorken die je kunt gebruiken om de muziek zuiver te laten klinken.

Ons lichaam is het instrument dat bewustzijnsfrequenties decodeert en uitzendt. De centra waar dit in gebeurt, liggen in het midden van wat we chakra's noemen. Je kunt ze vergelijken met de gaten in een fluit waardoor de tonen klinken. Het zijn de klieren in het hart van de chakra's die hormonen uitscheiden, die, wanneer we in overeenstemming met de Fibonacci-spiraal van schepping leven, de fysieke sensatie van bliss, gelukzaligheid, geven. Ons bewustzijn heeft direct invloed op onze hormoonhuishouding. Het stemmen van je bewustzijnsinstrument is dus een daad van zelf-liefde en intelligentie.



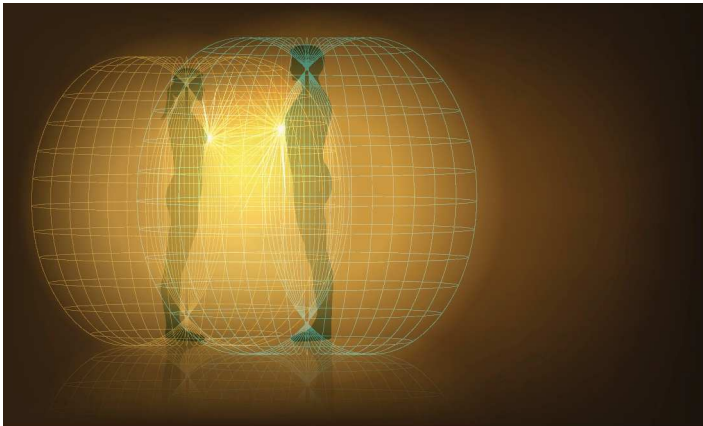
Wanneer je de chakra's, het (descenderende) octaaf, de deugden en donkere passies met elkaar in relatie brengt, ziet dat er zo uit:

<b>chakra</b>	<b>octaaf</b>	<b>deugd</b>	<b>donkere passie</b>
Kroonchakra	do	wijsheid	trots
Pijnappelklier	re	kennis	gierigheid
Schildklier	mi	raadgeving	recht hebben op
Thymus	fa	standvastigheid	toorn
Zonnevlecht	sol	begrip	gulzigheid
Buikgebied	la	vroomheid	afgunst
Rectum	ti	eerbied	indolentie

Wanneer je werkt met een ascenderend octaaf, is het startpunt in je lijf het rectum, en begin je daar met de do. De passies en de deugden vormen de basis van 7 van de enneagramtypen.

Door een octaaf uit te zetten in de tijd, en dit te verbinden aan een vraag die voor jou van belang is, komen al deze thema's voorbij in een bepaalde periode. Het biedt daarmee de mogelijkheid om je bewustzijn als het ware te stemmen, en jezelf steeds meer uit te zuiveren van de passies, ofwel van de frequenties die niet verbonden zijn met de levende stroom van het Fibonacci-bewustzijn.

Een octaaf in de muziek bestaat uit 7 tonen (do-re-mi-fa-sol-la-ti) plus de do, die tegelijk de eerste toon vormt van het volgende octaaf. Op een piano kun je die ladder letterlijk zien. Bij ons mensen, stoffelijke wezens die we ook zijn, krijgt deze ladder iets anders vorm. We worden per slot van rekening niet langer als we meer octaven gaan belichamen, en toch zullen die frequenties ergens naartoe moeten. Ze worden opgeslagen in een vorm die de torus wordt genoemd en die zich rond je lichaam bevindt.



De torus is de universele vorm die aangeeft hoe energie stroomt, door en om alles wat leeft: van appels, tot planeten, tot mensen. Het is het zuivere feedbackmechanisme van schepping. De spirituele benaming voor de torus is de aura. Het is niets meer of minder dan het magnetische veld dat ons omringt. Hoe die torus gevormd wordt, heeft weer alles te maken met de wetmatigheid van pi en Fibonacci.

Waar de octaven op een piano elkaar lineair opvolgen, zijn alle octaven die een mens heeft leren belichamen terug te vinden in zijn of haar magnetische veld. Wanneer je bewust werkt met het octaaf, volg je ongeveer dit pad: Nadat je je aan de hand van je vraag hebt geslepen aan do-re-mi-fa-sol-la-ti, is de volgende do het moment dat de uitgezuiverde frequenties die je dieper bent gaan belichamen zich in je magnetisch veld verankeren. Het gevolg is dat je vanaf dat moment een zuiverder afgestemd instrument bent dat weer nieuwe frequenties kan ontvangen en belichamen. Frequenties die eerder niet resoneerden met je systeem. En met dat verruimde bewustzijn kun je dan opnieuw bewust een octaaf aangaan.

Een octaaf wordt dus eigenlijk gevormd door  $7 + 1$ . Die  $+1$  is het rustmoment dat zowel eind- als beginpunt vormt. Interessant is dat de zogenaamde moederademhaling, ook al een krachtig instrument uit de soefi-traditie, ditzelfde ritme volgt, om je in uitlijning te brengen met de universele ademhaling. 7 tellen in, 1 tel rust. 7 tellen uit, 1 tel rust.

De torus is het magnetische veld dat ons omringt en dat de staat van ons bewustzijn opslaat volgens de wetmatigheid van Fibonacci. Dat magnetische veld heeft een enorme impact op de kwaliteit van ons leven, preciezer gezegd: de kwaliteit van dat magnetische veld is recht evenredig aan de kwaliteit van ons leven. De natuurkundige Werner Heisenberg zegt het zo: *Magnetische energie is de elementaire energie waarvan het leven van een organisme afhankelijk is.*

We zijn als menselijke soort afhankelijk van de kwaliteit van het magnetisch veld om onze planeet, en als individu zijn we afhankelijk van de kwaliteit van het magnetisch veld om ons heen. Wat heeft dit te maken met de mystieke beoefening van het octaaf en Fibonacci?

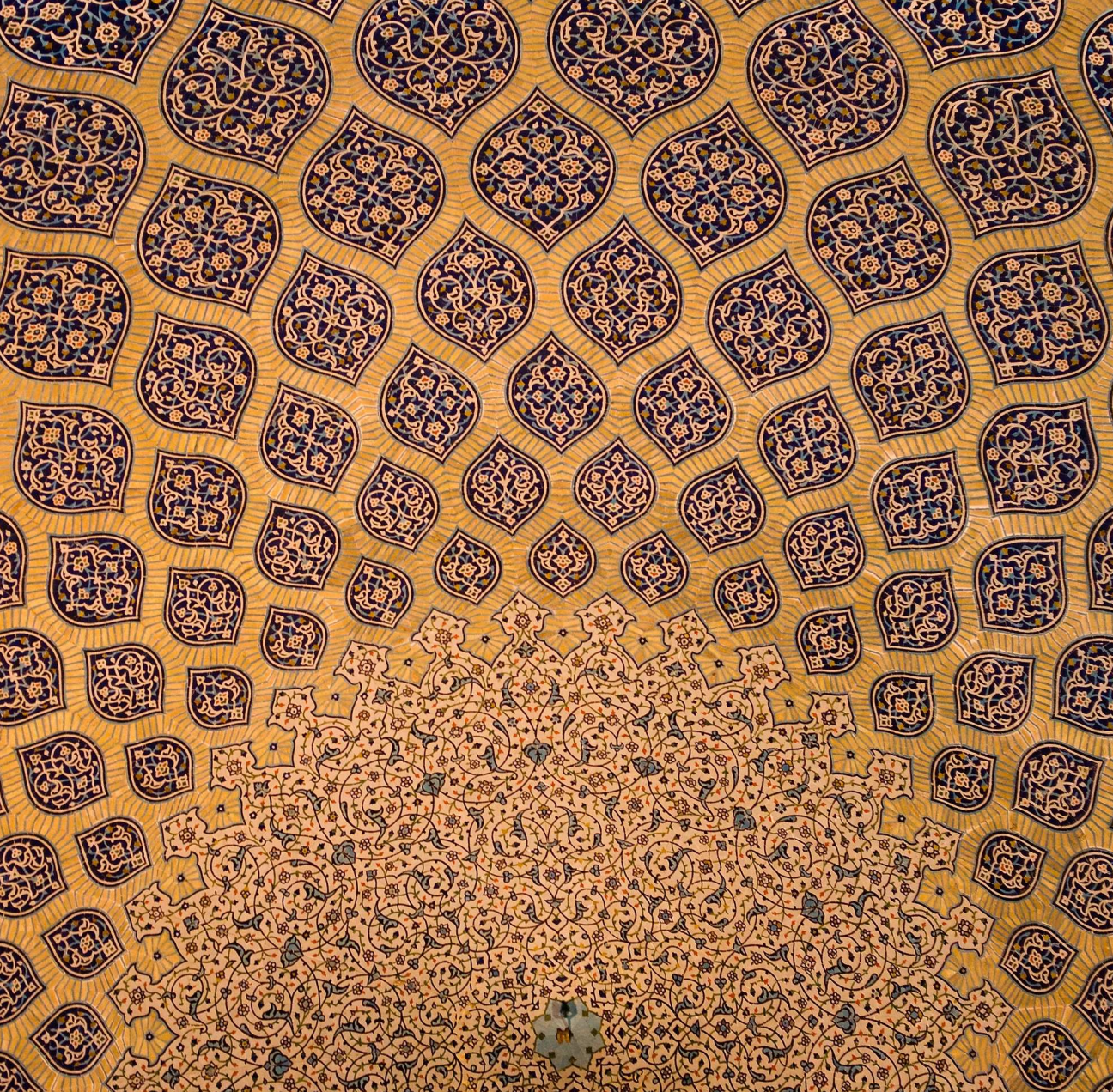
Wanneer we ons bezig houden met ons uitzuiveren aan de hand van het octaaf, brengen we onszelf in overeenstemming met de wetmatigheid van schepping. Met andere woorden: we ordenen onszelf naar de grote ordening van schepping. Daardoor weerspiegelt ons magnetisch veld ook een steeds groter ordening. Dat trekt weer meer ordening aan, en geeft ook ordening af aan de omgeving. Een leven in scheppingsordening heeft een grotere kwaliteit dan een chaotisch bestaan.

Het gaat niet om een uniform soort ordening. Je ordent je zoals jij bent, en niet anders. Je komt daardoor zelf in de formatie van wie je ten diepste bent, helemaal terug tot aan de bron. Een gehavend magnetisch veld is echt en een veel voorkomend euvel in deze tijd. De meest diepgaande manier om je veld te herstellen is door je af te stemmen op zuivere scheppingsorde.

Wat ik heb geleerd in mijn zoektocht hoort onmiskenbaar bij het soefisme en de bewustzijnsstroom waar islam over gaat. Het is belangrijk onderscheid te maken tussen de zogenaamde Kulturgedanke en de Elementargedanke, twee begrippen die ik van Joseph Campbell leerde. Hij gebruikte die om onderscheid te maken tussen de tijdelijke, culturele betekenis die gegeven wordt aan een religieus kader, en de eeuwige, transcendente betekenis die je eraan kunt geven. Met dit werk richt ik me op de Elementargedanke.

Je kunt het niet over islam hebben, zonder te spreken over christendom. In islam wordt Christus erkend als een wezenlijke profeet, en Mohammed noemt hem met liefde. Binnen de lijn van de Judea-Christelijke-Islamitische profeten, die gaat over de alchemie van het tot vorm komen als volledig menselijk wezen, is er een levend besef van in elkaars voetsporen treden. Zoals natuurkundigen ongetwijfeld de lijn kennen van hun leermeesters en daar erkentelijk in zijn. Ik heb nog nooit een natuurkundige horen zeggen dat Newton van geen betekenis was bijvoorbeeld. Onder profeten is die hoffelijkheid er ook.

Mohammed wordt het zegel der profeten genoemd, de laatste der profeten die nieuwe kennis brengt. Waarom is dat? Na mijn zoektocht en mijn onderdompeling in het belang van de Fibonacci-spiraal, ben ik tot de volgende gedachte gekomen:





Christus leefde de weg van het ascenderende octaaf voor, en verbond deze weer met Bron bewustzijn. Hij bracht het levenswater weer in het bewustzijn van deze planeet. Het eindpunt van zijn reis was het realiseren van Bron-bewustzijn in zijn lichaam, waarna hij fysiek ascendeerde. Ik houd me buiten de discussie of dit echt is gebeurd, of metaforisch, omdat het er niet toe doet voor wat ik duidelijk wil maken. Zijn leven stond in het teken van het herinneren van bron, van God, in onszelf. Aangezien alles in dit leven altijd maar beweegt en doorspiraalt, is dit geen eindpunt. Daarna gaat het leven, gaat evolutie, gaat de spiraal van leven, weer verder. "Hoger" dan bron kan niet, dus spiraalt bewustzijn weer naar beneden.

Als de weg van Christus de *what goes up* is, is de weg van Mohammed de *must come down*. Mohammed ging de weg voor van een descenderend octaaf. Een bewust descenderend octaaf, met medeneming van de geïntegreerde herinnering aan Bron. Samen vormen ze de code van een volledig mens.



De beeldtaal van islam spreekt ook van deze descenderende weg van bronbewustzijn. Dat zie je in de architectuur en de tegels: alle motieven in islamitische kunst zijn gebaseerd op de Fibonacci-spiraal. De instrumenten en beoefeningen uit deze lijn, die in het soefisme te vinden zijn, doen hetzelfde. Ze gaan allemaal over het ontsluiten van de goddelijke/ bron- ordening in je menszijn. Van zikr, waarbij je je magnetisch veld oplaadt en uitlijnt met bron, tot de instrumenten van het enneagram en het octaaf. Allemaal gericht op wat in het soefisme het *volledig mens worden* wordt genoemd: Om zowel schepper als schepsel te zijn.

Dan realiseer je zowel het heilige als het vulgaire in jezelf, zowel de geest als de stof, zowel de eeuwigheid als de tijdelijkheid. Uiteindelijk zijn we daar allemaal naar op weg.

Hoe het leven op deze planeet eruitziet als ieder mens zijn of haar volledige bewustzijn heeft ontsloten weten we nog niet....

Ik vermoed dat we dan het web van juwelen hebben gerealiseerd, een levend netwerk van menselijk bewustzijn, waarin ieder juweel van bewustzijn zich gereflecteerd ziet in de andere juwelen. Licht op licht op licht. Maar zover zijn we nu nog niet.

Eerst maar eens aan de slag met het octaaf.

## Aanwijzingen voor het werken met het octaaf

Een goede vuistregel om te weten of je met je vraag/thema met een ascenderend of descenderend octaaf te maken hebt, is je vraag te plaatsen in de weg van de held, zoals deze door Joseph Campbell is omschreven. Campbell onderscheidt twee fases in de heldenreis: die van het onderweg gaan, het monster verslaan en de schat verwerven (het ascenderende deel) en die van aanbieden van wat verworven is aan de wereld van vandaag (het descenderende deel). Er zijn altijd verschillende octaven tegelijk actief in je bestaan. Voor de helderheid raad ik je aan met 1 octaaf tegelijk te werken, en te gaan voor een thema dat het meest op de voorgrond is.

Heeft je vraag te maken met op weg zijn naar iets? Wil je iets bereiken, ben je onderweg naar het verslaan van het monster, onderweg naar het ophalen van de schat? Met andere woorden, staat de vraag of het thema in het teken van iets *verwerven*? Dan heb je naar alle waarschijnlijkheid te maken met een ascenderend octaaf en pas je die sleutel toe op je vraag/thema. Heb je het monster verslagen? Sta je met je zwaard in de draak, heb je de schat binnen, de prinses aan je zijde? Dan zijn de vragen en thema's die bij je spelen van een andere aard. *Dienstbaarheid* en *integratie* zijn begrippen die horen bij het descenderende octaaf.

Voor wat betreft de tijdspanne waarop je het octaaf uitzet: Dat is volkomen afhankelijk van hoe je het toepast. Een persoonlijk thema zet je bijvoorbeeld in een kalenderjaar uit, terwijl je voor een workshop of teamdag werkt met een octaaf van een aantal uur.

## Sleutel ascenderend octaaf

Je deelt een tijdsperiode door 6. Dan deel je 1/6 door 2.  
Zo houd je 7 tijdsdelen over.

In het ascenderend octaaf zijn de mi en de ti halve tonen.

Vertaald naar een tijdsperiode van een jaar:

DO	januari en februari
RE	maart en april
MI	mei
FA	juni en juli
SOL	augustus en september
LA	oktober en november
TI	december

\* de stap van een octaaf is, wanneer een jaar 365 dagen telt, om precies te zijn 60,83 dagen. Dat komt ongeveer overeen met 2 maanden. Om het geheel een organische flow te laten houden, heb ik hier in hele maanden gerekend.

## Sleutel descenderend octaaf

Je deelt een tijdsperiode door 6. Dan deel je 1/6 door 2.  
Zo houd je 7 tijdsdelen over.

In het descenderend octaaf zijn de do en de sol halve tonen.

Vertaald naar een tijdsperiode van 24 uur:

DO	2 uur
RE	4 uur
MI	4 uur
FA	4 uur
SOL	2 uur
LA	4 uur
TI	4 uur

Wanneer je het werken met een leervraag (of bede), tijd, het octaaf en je lichaam met elkaar verbindt, creëer je een kosmos (een tijd-ruimte continuüm) waarbinnen je alle dimensies van je bewustzijn gericht kunt doorlopen. Deze manier van werken maakt dat je zowel zelfkennis ontsluit, als dat je werkzaamheid in de fysieke wereld eenduidig, en daarmee doertreffender wordt.

Wat is dan de blauwdruk van zo'n traject?

Men neme een leervraag of een bede. Een leervraag kan over van alles gaan: van “Wat betekent het om een vader te zijn?” tot “Wat is de betekenis van overvloed?” Een bede is een directe uiting van open verlangen: “Leer mij de liefde kennen” is een mooie, of “Mag ik leren wat vergeving is”.

Deze leervraag of bede zet je vervolgens uit in de tijd: je verbindt er een periode van tijd aan. In die periode krijgt het octaaf zijn werkzaamheid. Je leert te kijken en te beleven volgens de wetmatigheid van het octaaf, die een uitdrukking is van de orde in deze schepping. Zo breng je jezelf in overeenstemming met de schepping en met de schepper die je zelf bent. Je past natuurkundige wetmatigheden met betrekking tot energie, trilling en frequentie toe op jouw innerlijk systeem, zodat je het kunt ervaren. Zoals ik in dit hele boekje heb betoogd: Dat is wat mystiek is. Broodnuchter en erg werkzaam.

Je leervraag is bijvoorbeeld *Wat betekent het om een vader te zijn?* en je besluit dit gedurende een jaar te onderzoeken. Dan stel je eerst vast of deze vraag voor jou een integrerend (descenderend) of een verwervend (ascenderend) karakter heeft. Deze vader-vraag kan zowel ascenderend als descenderend doorlopen worden. Is je vertrekpunt de vormwereld, of is je vertrekpunt de geesteswereld m.b.t. de vraag die je stelt?

Deze vraag is enige tijd geleden echt in een octaaftraject gezet door een vriend van me. Toen hij enkele jaren geleden vader werd, een vervulling van een diep verlangen, ervoer hij pas goed hoe hij als kind de levende aanwezigheid van zijn eigen vader gemist had. Zijn vader was, klassiek, de kostwinner van het gezin geweest die zich in het weekend achter de krant verschool en de dagelijkse gang van zaken aan zijn moeder had overgelaten. Pieter wilde niet zozeer bezig zijn met dat gemis, maar een leidraad uit zijn eigen ziel laten ontstaan. Het werd in zijn geval een descenderend octaaf, omdat je dan vertrekt vanuit de wereld van de geest/ziel.

Dan zijn de focuspunten gedurende een kalenderjaar als volgt:

## **JANUARI**

DO correspondeert met het kroonchakra, de kruin. Hier veranker je een stevige verbinding met je Hoger Zelf, ofwel dat deel van je dat zich bevindt in de ongeziene, eeuwige wereld. De poort van waarachtige zelfaanvaarding en zelfliefde, omdat je je hier herkent en bekrachtigt als tijdloze ziel die een menselijke ervaring aangaat. De do heeft een halve toon in een descenderend octaaf, wat betekent dat er een bewustzijnssprong wordt gevraagd. De sprong die je hier maakt is de bewuste keuze om de menselijke ervaring, die (of we dat nu willen of niet) gekenmerkt wordt door lijden en tijdelijkheid, aan te gaan. Met als voorbeeld Pieter: In de do verhoudt hij zich met Vaderschap als tijdloze kwaliteit, met de volmaaktheid ervan, en neemt vervolgens het besluit om iets van deze kwaliteit op zijn eigen imperfecte wijze te gaan belichamen.

## **FEBRUARI EN MAART**

RE correspondeert met de pijnappelklier, het derde oog. Hier vinden mentale helderheid en intuïtie elkaar. Met heldere geest en fingerspitzengefühl houd je je hier bezig met je leervraag. Je gaat op zoek naar een natuurlijk beeld dat resoneert op wat je vraag bij je oproept aan verlangen. Wees daar volkomen vrij in, volg je gevoel, volg waar je wakker van wordt, wat je vreugde geeft. In het geval van Pieter: hij kwam uit bij het beeld van een panter. Hoewel dat zich meteen bij hem aandiende, kostte het hem moeite om het aan te nemen, hij vond dat het niet vaderlijk genoeg was. Het is van wezenlijk belang dat beeld dan te volgen, en niet te zwichten voor je innerlijke criticus (die zo feilloos verbonden is aan 'hoe het hoort') Je eigen ziele spoor en resonantie vinden is het enige waar het om gaat. In deze twee maanden richt je je op je intuïtie, je verbeeldingskracht, je niet-zintuiglijke waarnemingsvermogen. Zo ontvouwt zich, in de diepte van je eigen bewustzijn, jouw unieke, persoonlijke antwoord op je vraag. Durf hier buiten je eigen gebaande paden te treden.

## **APRIL EN MEI**

MI correspondeert met de schildklier. Het thema is communicatie. Hier bevindt zich het hele centrum van verbale en non-verbale communicatie. In deze periode is het de kunst om het ziele spoor dat je nu te pakken hebt te bekrachtigen in je communicatie. Dat begint bij het elektro-magnetisch veld waarbinnen je leeft, ofwel de aura. Je hele energetische huishouding is daarin opgeslagen, en als het goed is, bevat dit veld nu de resonantie van jouw beeld. Er is dus al iets in je veld veranderd. Hier wordt van je gevraagd dat te bevestigen en te doen groeien, zoals je zorgt voor een plantje dat net boven de



grond komt. Water en beschutting geven is hier je veld ruim houden en je waarheid spreken. Let wel: Je bent hier nog niet actief naar buiten gericht, je bent gericht op de voorwaarden voor het belichamen van je leervraag.

Om Pieter weer aan te halen: Hij stond anders in de ontmoetingen met zijn ouders. Waar hij voorheen bijna zijn adem inhield als hij op bezoek ging en de uitgesproken mening van zijn moeder over hoe hij zijn kinderen moest opvoeden gelaten over zich heen liet komen, werd hij zich nu bewust hoe klein hij zijn ruimte maakte als hij bij zijn ouders was. Daar ging hij mee aan het werk. Niet door nu te vuur en te zwaard de confrontatie met zijn moeder aan te gaan, maar door zich bewust te blijven van zijn eigen inzicht en gevoel en vanuit dat bewustzijn in geprek te gaan. De uitgesproken meningen van zijn moeder veranderden niet, maar Pieter voelde hoe hij steeds meer vanuit een ruim bewustzijn kon leven, waar hij toegang toe had wanneer hij daar aandacht aan gaf.

## **JUNI EN JULI**

FA correspondeert met de thymus en het hart-longgebied. Hier gaat het over je verbondenheid met de wereld(en) om je heen. Vanuit dat ruime bewustzijn, dat zo ruim kan zijn omdat je trouw bent aan waar het je om gaat, kun je de verbinding met de wereld(en) om je heen aangaan. Dit is het gebied van liefde: je vermogen om verbindingen aan te gaan omdat je gevuld bent met je eigen bewustzijn, omdat je trouw bent aan je eigen spoor. Dan is het leggen van verbinding ( met mensen, dieren of de natuur) een bron van geluk en vrijheid. Hier hoort ook het ontwikkelen van begrip voor de ander en waar deze vandaan komt bij. Je bent bereid je te verbinden met het lijden dat is. Deze

bereidheid vormt de brandstof voor de komende fase van het octaaf, vanaf de sol, waarin er handelen in de wereld wordt gevraagd. Pieter kreeg tijdens de fa zicht op en begrip voor de dynamiek tussen zijn ouders, hoe zijn vader de regie volkomen aan zijn moeder had gegeven zodat er van hem niet teveel gevraagd werd. Pieter realiseerde zich hoe zijn vader gevormd was door een dominante vader die zijn gezin in de steek had gelaten voor een jonge minnares, de oma van Pieter verbijsterd en ontredderd achterlatend. Pieter verstond de pijn die zijn vader zelf wilde vermijden met zijn afwezige houding, en kon tegelijk zijn eigen pijn over die afwezige houding dragen. Dit inzicht, en dat aannemen van het lijden in zijn familielijn gaf hem stevigheid en richting.

Hier open je je hart voor de wereld om je heen, zonder daarin je eigen draad uit het oog te verliezen. Daaruit rijst mededogen op: het vermogen de pijn van een ander te verstaan zonder je eigen draad uit het oog te verliezen.

## AUGUSTUS

SOL correspondeert met de solar plexus, ofwel de zonnevlecht. Augustus markeert de tweede halve toon van het octaaf, en hier vindt dus weer een bewustzijnsprong plaats. Hier pak je het werk op dat hoort bij je vraag en dat neem je mee naar de la en de ti. Je bent nu rijp om je innerlijke verstaan in de wereld te zetten. Hiervoor neemt je ziel de vorm aan van je persoonlijkheid: dat vehikel van je bewustzijn dat zich weet te bewegen in de wereld. Je ken je eigen zieleklank en weet deze te beschermen met de structuur van je persoonlijkheid. Hierdoor kun je zowel trouw zijn aan jezelf als in een gemeenschap of team bewegen. Dat is ten diepste wat *werk* inhoudt: de bijdrage die jij als ziel bent door weten te trekken naar je persoonlijkheid, en van daaruit naar je vermogen om te constructief te handelen in de wereld.

Dat kun je alleen als je heldere grenzen kunt aangeven en als je in staat bent tot gezonde zelfzorg. Het kan hier behulpzaam zijn om het beeld dat je hebt gekozen in te zetten als toetssteen voor welke grenzen je wilt bewaken. Voor Pieter was het beeld van de panter, heel onverwacht, een enorme hulp. Hij realiseerde zich dat hij kwaliteiten als alertheid en ontspanning, kunnen genieten, heel belangrijk vond. Dat wilde hij ook inbrengen in zijn rol als vader. Met de panter als octaaf-totemdier kon hij helder ervaren waar hij ja en nee tegen wilde zeggen.

## **SEPTEMBER EN OKTOBER**

LA correspondeert met het buikgebied (en alle organen die zich daar in bevinden) en gaat over (innerlijke) samenwerking, flow en creativiteit. En het gaat over de relaties in je leven. Niet de dynamiek van de partner-relatie (die hoort meer bij de thymus), maar alle kringen van relatie waar je in beweegt, van gezin tot vrienden tot werkkring. Wanneer je solar plexus goed geactiveerd is, wanneer je persoonlijkheid in staat is de unieke gevoeligheid van je ziel gezond te bewaken en tegelijkertijd transparant te blijven voor haar input, dan is dit het gebied waarin je intiem met anderen kunt zijn, je creativiteit laat stromen en je leven als een dans kan aanvoelen. Zonder een gezond ontwikkelde solar plexus is dit het gebied waar je in de slangenkuil van relaties terechtkomt: waar niet helder is wat bij wie hoort, je elkaar met projecties om de oren slaat en er van vrij dansen al helemaal geen sprake is. Gedurende deze periode is het dus belangrijk je iedere dag je eigen zonnekracht te herinneren, en je bewust te verbinden met de intelligentie van het solar plexus gebied. Dan kan dit een periode zijn waarin je je creatieve vermogen met betrekking tot je leervraag vrij laat stromen. Om het beeld van Pieter te gebruiken: Hier speelt zijn vader vrij en ongedwongen met zijn kids in het gras, en is het zuivere genieten van het vader-zijn. Geen waakzaamheid, enkel de vreugdevolle flow van het vaderschap a la panter. Je leert hier wat je diepe vervullende vreugde brengt in relatie tot je vraag.



## NOVEMBER EN DECEMBER

TI correspondeert met het perineum, ofwel het stuitgebied. Hier komt je leervraag aan in de materiele wereld. Dit is een periode van oogsten. In het geval van Pieter: hij had voor zichzelf helder welke kwaliteit hij wilde belichamen in zijn rol als vader en schreef daar over, voor zichzelf. In deze periode merkte hij hoe de relatie met zijn eigen vader veranderde, er ontstonden onverwachte korte gesprekjes waarin zijn vader zijn waardering voor Pieter uitsprak. Hij had het gevoel dat hij niet meer hard hoefde te werken om de vader in zichzelf te ontsluiten, eerder dat hij alert diende te blijven op dit spoor. Daar hielp het beeld van de panter hem bij. Dat bracht hem bij de gevoelskwaliteit van welke vader hij wilde zijn, als een gevoelskompas. Samen met praktische overwegingen en de dynamiek met zijn vrouw werd dat een blijvende stemvork in het nemen van beslissingen.

Het kan ook zijn dat je hier tot de ontdekking komt dat het beeld dat je hebt gekozen geen toegang biedt tot een gevoelskwaliteit die voor jou van belang is. Dan is het beeld waarschijnlijk ontstaan uit wat je voor jezelf hebt bedacht, in plaats van wat je hebt waargenomen. Dat is dan de belangrijkste les van dit octaaftraject. Het vraagt een leven lang beoefenen om werkelijke vanuit je ziel te leven en te manifesteren, dus geef niet op! Als je eenmaal de smaak van de levende aanwezige stroom die je zelf bent te pakken hebt, weet je waar je het voor doet. Beloofd!



Dit kleine boekje is de vrucht van bijna 30 jaar van mijn leven. Het heeft een lange rijpingstijd nodig gehad. In die rijpingstijd ben ik ondersteund, geïnspireerd, bemoedigd, op reis gegaan, getroffen, moeder geworden, geïnitieerd, gevallen, opgestaan, en uiteindelijk een volwassen mens geworden.

Er zijn een aantal mensen aan wie ik dank wil zeggen.

Aan Indra Bhattacharya, voor de levende stroom die haar aanwezigheid beschikbaar maakt in mijn bestaan. Indra is in juni van 2016 verongelukt, in de bloei van haar wonderbaarlijke leven. Haar aanwezigheid blijft voelbaar.

Aan Anna, voor haar niet aflatende steun en vertrouwen. Aan Marianne, voor haar betrokkenheid, het lachen en het knarsen en piepen. Aan Claudia, voor haar bemoediging en openheid. Aan Philip, voor zijn beschaving, zijn mildheid en de vanzelfsprekende vertrouwdheid die je hebt met iemand met wie je het bloed onder de nagels van de leraar Frans vandaan haalde. Aan Nanco, die mijn wereld keer op keer weet te openen. Aan Marije, voor haar zachtheid en doorzettingsvermogen. Aan Stan voor het zijn van de zuiverste slijpsteen die een mens zich kan wensen. En tot slot aan Michael, voor de initiatie in het soefi-bewustzijn. Het luidde werkelijk het begin van een nieuw leven in.

Dank jullie wel. Zonder ieder van jullie was dit boekje niet geschreven.







Anne-Marie Splinter (1971) is geïnitieerd in de soefi-orde die verbonden is aan Mevlana Rumi. Ze verdiepte zich jarenlang in de werking van het octaaf en heeft oude kennis uit de soefi-traditie verbonden aan de beeldtaal van mythen, heilige geometrie, lichaamsbewustzijn en het werken met tijd. Dit boekje is de verhalende weergave van een dertigjarige reis in deze werelden.

