



## Introductie Shamanistisch Healer binnen Nâm Yoga

Altijd al in de wonderlijke wereld van sjamanen en healers willen kijken? Er gaat weer een introductie cursus shamanistische healing van start. Deze cursus is de voorbereiding voor de Shamanistische healers opleiding en is gericht op zelfhealing, zelfkennis en algemene ontwikkeling in de sjamanistische wereld. Het zijn 12 lessen van 1½ tot 2 uur. Gedurende lessen ontmoet je je krachtdier en leer je hem gebruiken. Ook zal een shamanistische gids zich bij je voegen die op termijn de healings gaat doen. In deze specifiek vorm van Sjamanisme (Nâm Healing) leer je reizen in de shamanistische lagen die iedereen kent uit de verhalen. Daarnaast word je uitgenodigd verder te gaan, verder te kijken naar waar je eigen transcendentie begint.

### De cursus opbouw

Het zijn drie blokken:

- 1) Krachtdier: hierin ontmoet je je krachtdier en bouw je een band met hem/haar op. Het krachtdier is jouw eigen specifieke kracht, jouw specifieke essentie. Dit ben je zelf. Tegelijkertijd staat het jouw eigen uitdaging. Wat kun je van je krachtdier leren? Wat denk je niet te hebben en stiekem toch wel? Eigenlijk is je krachtdier je kernkwadrant:
  - a) De kenmerken van je krachtdier zijn de kenmerken van jouw eigen kracht. Daarbij gaat het om waar het krachtdier voor staat? Bv de hond is de boodschapper van de goden, je bent instaat je te verbinden in de verticale, hogere afstemming en dat te vertalen naar het dagelijkse leven. De adelaar staat voor overzicht, dolfin voor speelse communicatie.
  - b) Daarnaast zijn er de specifieke kenmerken van jouw eigen manifestatie van dat krachtdier: zachtheid, trouw: kenmerken die jijzelf omarmt, die jij bent.
  - c) En wat dien je te leren? Waar ligt je uitdaging?
- 2) Ontmoeting met de archetypen: samen met je krachtdier bezoek je vervolgens archetypische figuren als de oersjamaan, de oermoeder. Afgesloten levensdomeinen worden geopend, ontmoetingen met mythische figuren en symbolen als je voorouders maken je tot een completer mens. Je krijgt de initiaties die ons zo ontbreken in onze ver-rationaliseerde Westerse Cultuur.
  - a) Je krijgt lessen uit het gemeenschappelijk onderbewuste, uit het transpersoonlijk veld.
  - b) Ook leer je zelf-healing en tips voor je leven te verkrijgen.

- 3) Shamanistische Gids: dit is een overleden shamaan die een bepaalde staat heeft bereikt. Hier begint het transpersoonlijke. In dit blok ontvang je de initiatie met de gids en bouw je een relatie met hem of haar op. De zelf-healings worden verstevigd doordat je het nu niet meer zelf of met de transpersoonlijke kracht doet maar de transcendente kracht.

## **Leerdoelen**

Op het eerste leerniveau leer je reizen in het onderbewuste. Daar kom je mythische figuren tegen als je voorouders, de oermoeder, de oersjamaan, Je leert meditatiemethodes die je helpen beter bij jezelf te blijven (shamanistisch reizen en Asha meditatie). Je leert je krachtdier en gids in te zetten voor zelf-healing en tips voor het dagelijkse leven en jezelf te healen. Ook zelf ontvang je veel healings en open je domeinen in jezelf die nog gesloten waren, je wordt completer. Je leert daarbij veel over jezelf.

Daarnaast wordt je mensbeeld completer. De shamanistische lagen zijn een eerste verkenning in het enorme, grote complexe wezen dat je feitelijk bent. Door in die complexiteit te gaan reizen, krijg je ook voorstellingsvermogen over de rest.

Op het tweede leerniveau is deze cursus gericht op het transcendente wezen die je al bent. De cursus resoneert diep in je. De cursus is het begin van het afpellen van de vele laagjes en maakt dat verstopte transcendente zijn in je wakker opdat je transcendente zijn je op termijn kan vervullen. Dit is iets wat automatisch gebeurt tijdens de cursus. Sommigen pikken dat op en gaan er mee door. Anderen niet, en dat is ook goed. Hoe dan ook wordt je transcendente kern geactiveerd wat weer positief doorklinkt in de kwaliteit van je leven.

## **Lesopbouw**

De eerste paar lessen beginnen iedere keer met een Asha meditatie. Dit is een krachtige vorm waarbij ratelen en mantra zingen afgewisseld worden met stilte. Het ratelen en zingen helpt je hersengolven naar de meditatiestand te brengen. Daarna worden drie onderwerpen behandeld die bij elkaar horen. Tussendoor bespreken we de ervaringen. Later worden vooral reisjes gemaakt.

## **Locatie en planning**

De locatie is afhankelijk van wat we afspreken, bij mij in de praktijk, vlakbij, daar waar de cursisten willen of via Skype. Mocht je een les missen, kun je het één op één inhalen. De cursus kan, naast Nederlands, ook in het Engels of Spaans.

## **Nodig, kosten en voorbereiding**

Je hebt nodig een campingmatje, dekentje, en kussen en een ratel. Ik heb eventueel ratels voor je. De (bijkomende) kosten staan op [de site](#). Eventueel komen de volgende elementen erbij:

- Een ratel.
- Boek: SIWEB: dimensies van ervaren.
- Boek: Meaning and Joy of Nâm Yoga.

Ter voorbereiding zou je boeken en Youtube films van Joseph Campbell kunnen lezen en kijken (bv <https://www.youtube.com/watch?v=RLUgZhLJCHK>). Joseph Campbell legt uit hoe de symboliek en mythe in de shamanistische laag Soul werken (het gemeenschappelijk onderbewuste, de causale laag). Hier heb je meer aan dan aan boeken over sjamanisme die je vooral het (beperkte) beeld van iemand anders geven. Dergelijke boeken kunnen je makkelijk op een dwaalspoor brengen. De cursus gaat namelijk over jouw vorm en niet over die van iemand anders.

Mocht je nog vragen hebben kun je me bereiken. Water voor Ruimte, Praktijk voor Nâm healing (Shamanistische healing) Rozenprielstraat 28, 2012 ZE Haarlem, 06-44598915. [marcel.rozemeijer@watervoortruimte.nl](mailto:marcel.rozemeijer@watervoortruimte.nl). <http://watervoortruimte.nl/home-water-voor-ruimte>

## Aanvullende introductie Nâm Healing

Shamanisme kent vele vormen. Nâm Healing is een shamanistische vorm binnen de Yoga van Nâm. Het heeft daarmee een oriëntering op éénheidsbewustzijn, op zijn in één, één in die onkenbare totaliteit die Abbah wordt genoemd in de Yoga van Nâm. In zijn uitwerking liggen de accenten dan ook iets anders in vergelijking tot andere vormen van Sjamanisme. In het mensbeeld van Nâm Healing besta je uit heel veel lagen met in al die lagen vier zintuigen voor alledag (body, mind, soul en spirit). Shamanistisch reizen gebeurt in Soul (gevoel, voelen, geheugen). Shamanistisch reizen is alsof je afdalt in je zelf, of beter gezegd als je jezelf als een boek beschouwt, je weet te verplaatsen van de pagina van het bewuste zijn naar andere pagina's: van jouw onderbewuste en het gemeenschappelijk onderbewuste (is Soul). Bij de reizen krachtdier en reizen shamanistisch gids begint ieder meestal bij de eerste bladzijdes waar beelden en symboliek erg prominent aanwezig zijn. En om te starten zijn die ook belangrijk, en ja de symboliek vertelt je een boodschap, laat je dingen zien. Alleen in Nâm healing nodig ik je uit voorbij die eerste pagina's te gaan naar de volgende pagina's, steeds maar weer verder (zie de box beneden). En naarmate je reismogelijkheden groter worden (je perceptie groeit), worden ook andere pagina's zichtbaar. In die pagina's worden de beelden steeds abstracter, steeds moeilijker te interpreteren, totdat je komt in lagen waar het alleen nog maar energie in zijn puurste uiting is, zonder vorm, zonder betekenis, alleen puur stromende energie, verandering (Panta rhei). En met dat verdwijnen van vorm, verdwijnt ook identificatie, je identificeren met het beeld en in feite ook je identificeren met het probleem. En als je het probleem geen identiteit geeft, je er geen identificatie mee aan gaat, verdwijnt het probleem ook.

Op het tweede niveau spelen de uitgangspunten van de Yoga van Nâm. In de Yoga van Nâm staat voorop dat je eigenlijk al in één bent (transcendent bent). En je wordt uitgedaagd ieder moment het goddelijke<sup>1</sup> in jou te beleven, in "ontzag en verwondering" te zijn om de schoonheid van het moment en ook in volledige overgave en zekerheid te zijn naar/van het moment en het leven. Die beleving van dat goddelijke, de essentie van de essentie van ieder moment heet Awareness. Als mens zijn we een soort transformatie-fabriekje: we beleven het nu vooral via onbewust voelen (Soul) en we zetten het nu (the split-second) om in tijdloos geheugen (ook Soul). Het is onze uitdaging en onze taak dat geheugen te laden met die goddelijke kwaliteit, met Awareness. Deze cursus resoneert met je transcendente kern. Die wordt sterker en belangrijker. Aansluitend leert de cursus je reizen in Soul, Soul op te ruimen en je te openen in Soul wat een openen is naar de overgave in één. Die overgave in één geeft je een enorme zekerheid in het leven door de volledige acceptatie en omarming. In een dualistische houding waar je Mind (ratio en denken) met rigide, beperkte denkmodellen een complexe steeds maar weer veranderende wereld probeert te vatten is die zekerheid ver te zoeken. Mind wordt daar erg angstig van. In afstemming op één is er bliss.

Relevante sites:

<https://yoginam.org/>

<https://livingnam.org/>

---

<sup>1</sup> Het woord 'goddelijk' is eigenlijk erg moeilijk. Het gaat wel over wat het behelst, alleen woorden als "God", 'goddelijk', daar hebben we al een beeld bij, en dat beeld kan belemmerend werken. Voor nu dient 'goddelijk' maar bij voorkeur gebruik ik het woord Abbah. Dat is nieuw, daar heb je geen beeld bij.

### **Meerdere vormen van waarnemen**

Om een voorbeeld te geven omtrent die meerdere vormen van waarnemen en lagen, een studente vroeg naar de betekenis van de symboliek van een rode tulp. Ze had dit als antwoord gekregen op de vraag naar de aard van een relatie; dit symbool en tegelijkertijd een gevoel van fluweel, hartverwarmend en veilig. Je ziet hier al tegelijkertijd twee vormen van waarnemen: visuele beelden en voelen. Eigenlijk is het signaal van het voelen erg duidelijk en de beelden van de rode tulp ondersteunen dat. Voor mij is het niet perse nodig om dan de symboliek van de rode tulp uit te zoeken. Internet laat dan zien dat het staat voor "perfecte liefde". Maar is dat nu een aanvulling die je perse nodig hebt? Het gevoel was al zeer duidelijk.

Tijdens cursussen deden we een healing van een persoon als groep. Iedereen had in de evaluatie een ander verhaal met zijn eigen symboliek. Je ziet uiteindelijk beelden die voortkomen uit jouw geheugen en uit jouw fantasie. En als je er dan doorheen keek had ieder wel dezelfde rode draad, dezelfde problematiek gehealed.

Vaak gebeurt het dat men niet door de symboliek heen kijkt. Een cliënt had beelden gezien van de zon en een gouden leeuw; duidelijke symbolen van mannelijkheid. Het kostte toch nog wel enige moeite hem vanuit het verhaal naar de betekenis te krijgen. Dat is wel het nadeel van de plaatjeslaag. Die is zo overweldigend en interessant dat je er in kunt blijven hangen. De andere pagina's bv die van het gevoel (van het probleem, of van de oplossing) vertellen al veel meer. Mijn lessen zijn er op gericht te beginnen bij de symbolische pagina's om je vervolgens mee te nemen naar de andere perspectieven, vooral naar dat van de terugreis in ÉÉN.