

Cursus Osho Zen Tarot



Nelly van der Werff

Cursus Osho Zen Tarot

Nelly van der Werff

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, elektronische en/of magnetische opslag, CD-rom of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijfster.

© 2007 N.C. van der Werff

Inhoud

Cursus Osho-Zen Tarot - Inleiding	6
Opbouw van de Osho Zen Tarot	6
Lesprogramma	7
Het bestuderen van de kaarten	8
Osho Zen Tarot – Kaartenkennis	10
We beginnen met de <i>Inleiding</i>	10
De Spelregels	10
Vragen en oefeningen voor de individuele tarotkaarten	10
0 De Dwaas	10
I – Het bestaan	11
II De innerlijke stem	11
III Creativiteit.....	12
IV De rebel.....	13
V Niets-ietsheid	13
VI De geliefden.....	14
VII Gewaar-zijn	14
VIII Moed	15
IX Alleenzijn.....	15
X - Verandering	16
XI De doorbraak.....	17
XII Een nieuwe visie.....	18
XIII – Transformatie	18
XIV Integratie	19
XV Conditionering.....	20
XVI De donderslag	20
XVII Stilte.....	20
XVIII Vorige levens.....	21
XIX Onschuld	21
XX De illusie voorbij.....	22
XXI – Voltooing	24
De Meester	24
De Hofkaarten	25
Heer van Vuur – De Schepper	25
Vrouw van Vuur – Delen	25
Ridder van Vuur – Intensiteit.....	26
Schildknaap van Vuur – Speelsheid.....	27
Heer van Water – Genezing	27
Vrouw van Water – Ontvankelijkheid	27
Ridder van Water – Vertrouwen	28
Schildknaap van Water – Inzicht	28
Heer van Wolken – Controle	28
Vrouw van Wolken – Zedelijkheid.....	29
Ridder van Wolken – Vechten.....	29
Schildknaap van Wolken – Het denken	30
Heer van Regenbogen – Overvloed	32
Vrouw van Regenbogen – Bloei	32
Ridder van Regenbogen – Langzamer aan doen.....	33
Schildknaap van Regenbogen – Avontuur.....	33

De Kleine Arcanakaarten uit de serie Vuur – Aas tot en met 10	34
Vuur 2 – Mogelijkheden	34
Vuur 3 – Ervaren.....	34
Vuur 4 – Deelname	35
Vuur 5 – Totaliteit.....	35
Vuur 6 – Succes	36
Vuur 7 – Stress.....	36
Vuur 8 – Reizen	37
Vuur 9 – Uitputting.....	37
Vuur 10 – Onderdrukking.....	37
Vuur Aas – De bron	38
De Kleine Arcanakaarten uit de serie Water – Aas tot en met 10	39
Water 2 – Vriendelijkheid.....	39
Water 3 – Feestvieren	40
Water 4 – Naar binnen gaan.....	41
Water 5 – Aan het verleden hangen	42
Water 6 – De droom.....	42
Water 7 – Projecties	42
Water 8 – Loslaten	43
Water 9 – Luiheid	43
Water 10 - Harmonie.....	44
Water Aas – Met de stroom meegaan	44
De Kleine Arcanakaarten uit de serie Wolken – Aas tot en met 10.....	44
Wolken 2 – Schizofrenie.....	45
Wolken 3 – IJs-olatie	45
Wolken 4- Uitstel.....	45
Wolken 5 – Vergelijking.....	46
Wolken 6 – De last.....	46
Wolken 7 – Politiek	46
Wolken 8 – Schuldgevoel	47
Wolken 9 – Verdriet.....	47
Wolken 10 – Wedergeboorte	47
Wolken Aas – Bewustzijn.....	48
De Kleine Arcanakaarten uit de serie Regenbogen – Aas tot en met 10	48
Regenbogen 2 – Van moment tot moment.....	48
Regenbogen 3 – Leiding	49
Regenbogen 4 – De vrek.....	49
Regenbogen 5 – De buitenstaander.....	50
Regenbogen 6 – Compromis.....	50
Regenbogen 7 – Geduld.....	51
Regenbogen 8 – Gewoon zijn	51
Regenbogen 9 – Rijpheid.....	52
Regenbogen 10 Wij zijn de wereld.....	52
Regenbogen Aas – Volwassenheid.....	52
Cursus Osho Zen Tarot – De Praktijk.....	54
Legpatroon De Ruit.....	56
Huiswerkopdracht De Ruit	57
Legpatroon De Vliegende Vogel	58
Huiswerkopdracht De Vliegende Vogel	61
Legpatroon De Sleutel	61

Huiswerkopdracht De Sleutel	64
Legpatroon De Spiegel.....	64
Huiswerkopdracht De Spiegel	68
Legpatroon Het Keltisch Kruis	69
Huiswerkopdracht Keltisch Kruis.....	72
Legpatroon Relaties	72
Huiswerkopdracht Relaties	73
Legpatroon Een ‘supervluggertje’	73
Huiswerkopdracht ‘supervluggertje’	74
Legpatroon De Paradox	74
Huiswerkopdracht De Paradox	75
Extra oefenopdrachten	76
Opdracht 1 – spiritualiteit	76
Opdracht 2 – Werk/ carrière.....	76
Opdracht 3 – Overvloed/geluk.....	76
Opdracht 4 – Relaties.....	76
Opdracht 5 – vrije opdracht	76

Cursus Osho-Zen Tarot - Inleiding

Deze cursus geeft je handvatten om de kaarten indringend te bestuderen zodat ze 'eigen' worden. Het is niet de bedoeling om de kaarten uit je hoofd te leren. Wanneer je de kaarten 'ervaren' hebt, ken je ze veel beter dan wanneer je ze uit het hoofd leert.

De Osho Zen Tarot wordt als pakket verkocht: kaarten en boek. In het boek worden de kaarten toegelicht. Voor sommige mensen is die toelichting voldoende, voor anderen niet. Wil je meer uit de kaarten halen en ze gaan onthouden zodat je niet telkens de boodschap hoeft op te zoeken, dan is deze cursus iets voor jou. De cursus is geschreven om je te helpen de boodschap te integreren. Het is geen gewoon tarotboek waarin iedere kaart nog eens wordt toegelicht. De toelichting staat al in het bijgeleverde boekje. Dit is een cursus waarin je een manier van studeren en oefeningen krijgt aangereikt om de Osho Zen Tarot kaarten te ervaren en vervolgens uit het hoofd te kunnen duiden.

Iedere Osho-Zen-kaart is in feite een meditatie. Werken met deze Tarot moet je niet haasten. Het is belangrijk er rustig de tijd voor te nemen om de boodschappen van de Osho-Zen Tarot helemaal tot je door te laten dringen. Ik raad aan om maximaal één kaart per dag te bestuderen. Wanneer je dit trouw volhoudt, ben je met achtenzeventig dagen klaar. Sneller is niet aan te raden omdat de betekenissen dan niet volledig tot je onderbewuste kunnen doordringen. Een kaart per twee of drie dagen is ook prima. Probeer wel een bepaalde regelmaat in je studie aan te brengen, dat werkt altijd het beste.

Bij veel Osho Zen Tarotkaarten worden manieren van meditatie aangereikt want de basis van Zen is meditatie. Wat is meditatie? Osho heeft vaak gezegd dat meditatie op zich geen doel is, het is een middel om totaal in het hier en nu aanwezig te zijn. Totaal aandachtig, totaal aanwezig. Denk niet te snel dat je al heel vaak totaal aandachtig en aanwezig bent, want totale aandachtige aanwezigheid is niet zomaar geconcentreerd ergens op gericht zijn. Het is een één-zijn met waar je op gericht bent. En wanneer je dat eenmaal door hebt, kom je erachter dat op die momenten van één-zijn dat wat je 'ik' noemt er niet is.

Opbouw van de Osho Zen Tarot

Een tarotspel bestaat uit twee delen. Een deel van de kaarten wordt de Grote Arcana genoemd en een deel de Kleine Arcana. Arcana is de meervoudsvorm voor het Latijnse woord Arcanum dat geheim of dat wat verborgen is, betekent.



De Grote Arcana kaarten van de Osho Zen Tarot zijn te herkennen aan de paarse ruit onderop de kaart met daarin een Romeins cijfer. De meeste Tarots hebben tweeëntwintig Grote Arcana kaarten. Echter, Ma Deva Padma (de ontwerperster van deze kaarten) heeft aan de Osho Zen Tarot een drieëntwintigste kaart toegevoegd; namelijk Osho, De Meester, zelf.

De kaarten van de Kleine Arcana vallen uiteen in vier reeksen of kleuren die gekoppeld zijn aan een van de vier alchemistische elementen (water, vuur, aarde en lucht).

Ook deze kleuren worden weergegeven door een ruit onderop de kaart.

Rood heeft te maken met het element vuur en duidt op actie. Blauw heeft te maken met het element water en duidt op gevoelens en emoties. Grijs heeft te maken met het element lucht en duidt op het denken. Het element aarde is gekoppeld aan de Regenboog. Deze serie duidt op concrete, tastbare zaken.

			
Vuur	Water	Wolken (lucht)	Regenbogen (aarde)

De reeksen van de Kleine Arcana zijn opgebouwd volgens een vast patroon dat veel overeenkomst vertoont met het gewone kaartspel. Iedere reeks bestaat uit 14 kaarten. Tien daarvan zijn genummerd van Aas tot en met Tien. De nummers staan in de symboolruitjes onderop de kaarten. De Azen hebben een leeg ruitje. De overige vier kaarten in iedere reeks duiden op 'mensen'. Deze zogenaamde 'hofkaarten' worden weergegeven met een driehoekig symbool in de ruit. De naar boven gerichte driehoeken zijn Heren. De naar beneden gerichte driehoeken duiden op Vrouwen. De naar links gerichte driehoeken duiden op Ridders en de naar rechts gerichte driehoeken op Schildknapen.

			
Heer	Vrouw	Ridder	Schildknaap

Hofkaarten duiden in eerste instantie op eigenschappen of de houding van degene die de tarot raadpleegt en pas in tweede instantie op mensen in zijn of haar omgeving. Ridders vechten ergens voor en zijn gericht op actie en op het uitvoeren van opdrachten. Schildknapen zijn in opleiding en daarom worden ze over het algemeen gezien als leerlingen. De Vrouwen duiden op vrouwelijke, intuïtieve eigenschappen. De Heren zijn evenals de Ridders gericht op actie, maar meer in leidinggevende zin, dan in de uitvoerende zin van de Ridders.

Over het algemeen duiden de kaarten van de Kleine Arcana op zaken die je zelf in de hand hebt. De kaarten van de Grote Arcana duiden op zwaarwegende belangrijke (leer)processen en situaties in je leven.

Lesprogramma

Je begint met het lezen van de *Inleiding* en de *Spelregels* in het bij de kaarten geleverde boekje. Vervolgens bestudeer je de kaarten. Je kunt dit op twee manieren doen. Lineair of 'schots en scheef'. Met lineair bedoel ik dat je bij de Dwaas begint en de kaarten op volgorde bestudeerd. Met 'schots en scheef' bedoel ik dat je blind een kaart uit het Osho Zen Tarot trekt en met die kaart begint. De volgende dag trek je weer een kaart en zo verder. Het lijkt misschien verwarrend om schots en scheef als 'de dwaas' door het spel heen te springen, maar het is goed mogelijk dat deze methode goed aansluit bij je eigen leerproces en daarom juist heel verhelderend is.

Na het bestuderen van de kaarten ga je leren 'kaartleggen' met de Osho Zen Tarot. Je leert verschillende legpatronen en gaat deze ook zelf oefenen.

Het bestuderen van de kaarten (zelfstudie)

Lees dit goed door, dit is een belangrijk om de Osho Zen Tarotkaarten te gaan ervaren!

De eerste opdracht bij iedere kaart luidt: Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje. Hiermee bedoel ik het volgende:

Bestudeer de afbeelding op de kaart aandachtig door er een tijdje naar te kijken en voor jezelf te benoemen wat je ziet.

De daarbij behorende stap is intuïtief schrijven. Schrijf alles op wat er bij je opkomt wanneer je naar de kaart kijkt. Overhaast dit niet. Beschrijf wat je ziet en wat de betreffende kaart bij je oproept. Blijf minimaal 5 minuten **onafgebroken** doorschrijven. Verval gerust in herhalingen, maar stop niet met schrijven. Deze manier van schrijven is een manier om je intuïtie de kans te geven om te 'spreken'.

Lees, nadat je de kaart zelf beschreven hebt, de beschrijving van die kaart in het bij de kaarten geleverde boekje. De beschrijvingen vallen in twee delen uiteen. Het eerste deel (cursief) is een toelichting op de kaart van Ma Deva Padma, de ontwerperster van de kaarten. Het tweede deel is een door Ma Deva Padma gekozen citaat van Osho. Neem even de tijd om de beschrijving op je in te laten werken. Vergelijk wat je zelf hebt geschreven met de beschrijving uit het boekje.

Wanneer je bovenstaande gedaan hebt, kun je de gestelde vragen gaan beantwoorden en de voorgestelde oefeningen doen. Beantwoord alle vragen op papier of op de computer, maar niet uit je hoofd. Het opschrijven van je antwoorden en ervaringen kost meer tijd, maar beklijft ook beter. Neem de tijd voor het beantwoorden van de vragen en het uitvoeren van de opdrachten. Beantwoord de vragen zo uitvoerig mogelijk want door te schrijven maak je contact met je onbewuste en zal je onbewuste je helpen door de antwoorden aan te reiken. Je onbewuste zal je steeds meer waardevolle informatie geven, naarmate je deze methode langer en vaker en met regelmaat beoefent. Bestudeer maximaal één kaart per dag!

De laatste twee vragen hebben betrekking op een vergelijking tussen de Osho Zen en de Rider Waite Tarot. Deze vragen kun je alleen beantwoorden wanneer je enige kennis hebt van de Rider Waite Tarot. Heb je geen kennis van de Rider Waite Tarot maar wel van een andere Tarot, dan kun je dat andere tarotspel gebruiken voor de laatste twee vragen. Ken je geen andere Tarot dan sla je deze twee vragen over. Voor je begrip van de Osho Zen Tarot zijn ze niet van belang.

Dit eerste deel bevat opdrachten maar geen 'huiswerk' om in te sturen. Maar heb je vragen, loop je ergens tegen aan, wil je iets doorspreken, neem dan gerust contact met mij op. Dat is inbegrepen bij de cursusprijs, dus aarzel niet om hier gebruik van te maken.

Heb je dit cursusboek als e-boek gekocht, dan ben je ook van harte welkom om incidenteel je vragen voor te leggen, maar maak het niet te bont. Mocht je een tarotlegging uit deel 2, de praktijk nagekeken willen hebben, dan kun je gebruik maken van het Tweede Opinie Tarotconsult.

Deel 2: de praktijk

Na het bestuderen van de kaarten, volgt het praktijkgedeelte. Hier ga je daadwerkelijk oefenen met de tarotkaarten. Wanneer je de Cursus Osho Zen Tarot hebt gekocht, kun je de opdrachten naar mij mailen ter beoordeling.

Veel succes en plezier met het bestuderen van de Osho Zen Tarot!

Osho Zen Tarot – Kaartenkennis

We beginnen met de *Inleiding*

Lees de inleiding in het bij de kaarten geleverde boekje goed door en beantwoord de volgende vragen (liefst in je eigen woorden):

1. Hoe wordt de staat van verlichting omschreven in deze inleiding?
2. Hoe kun je die staat bereiken?
3. Hoe kun je de Boeddha in jezelf omschrijven?

De Spelregels

Het hoofdstuk over de *Spelregels* begint met te vermelden dat de tarot al duizenden jaren oud is en al bestaat sinds het oude Egypte of misschien nog langer. Ik wil hierbij opmerken dat er voor die uitspraak geen echte bewijzen bestaan. De Tarot duikt in het Westen voor het eerst op tijdens de Middeleeuwen en het is onbekend waar en hoe de Tarot is ontstaan en waarvoor de kaarten werden gebruikt. In mijn artikel *Wat is Tarot?* licht ik toe wat er feitelijk bekend is over de Tarot. Dit artikel is te lezen op mijn site www.tarotstapvoorstap.nl

Lees *De Spelregels* door en beantwoord de volgende vragen:

1. Geef beknopt, in je eigen woorden weer, waar de tweeëntwintig kaarten van de Grote Arcana op duiden.
2. Kun je je hiervan een concrete voorstelling maken? Zo ja, licht dit toe. Zo nee, kom dan aan het eind van de cursus terug op deze vraag, en kijk dan of het je wel lukt.
3. Wat is volgens *De Spelregels* het verschil tussen een traditionele Tarot en de Osho Zen Tarot?
4. Wat is de functie of doel van de Osho Zen Tarot? En waarop ligt de nadruk?
5. Waar duidt in leggingen de afwezigheid van kaarten uit de Grote Arcana op?
6. Waar duidt in leggingen de aanwezigheid van kaarten uit de Grote Arcana op?
7. Noem de vier kleuren (reeksen) van de Kleine Arcana en hun bijbehorende elementen.
8. Waar duiden de 'koninklijke' kaarten (ook wel hofkaarten) genoemd op?
9. Waarom is gekozen voor het regenboogsymbool voor het element aarde?

Vragen en oefeningen voor het bestuderen van de individuele tarotkaarten.

DIT IS GEEN HUISWERK. Maar als je vragen hebt over de lesstof, dan kun je mij die per e-mail voorleggen.

0 De Dwaas

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje. Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Hoe breng je het 'stappen in de afgrond' van de afgebeelde dwaas in verband met de beschrijving? Wat maakt het voor hem mogelijk om deze stap te zetten?

2. Osho zegt: "wat werkelijk van jou is kan niemand van je roven." Hoe begrijp jij deze uitspraak?
3. Kun je zien hoe 'een muur van kennis' met het verleden te maken heeft en hoe je daardoor kunt blokkeren in het heden? Heb je dit wel eens zelf ervaren?
4. Heb je de toestand van De Dwaas zoals beschreven bij deze kaart wel eens zelf ervaren? Beschrijf die ervaring. (Door dat werkelijk op papier te beschrijven, vallen puzzelstukjes op hun plaats omdat je intuïtie, je innerlijke zelf je daarbij helpt en je (door te schrijven) makkelijker voorbij gaat aan je blokkerende gedachten.)
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenissen van *De Dwaas* samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen Osho's Dwaas en de Rider-Waite Dwaas? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

I – Het bestaan

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Denk jij dat je alleen krijgt wat je nodig hebt wanneer je ervoor vecht?
2. Zijn er wel eens momenten in je leven geweest waarop dingen je 'toevielen' zonder dat je er bijster veel voor deed? Maak een lijst van zoveel mogelijk van dergelijke momenten.
3. Hoe begrijp je de zin "Maar uiteindelijk is een gevoel van gescheidenheid maar een illusie, die ontstaan is door de kortzichtige gepreoccupeerdheid van het denken."
4. Je bent één met het bestaan en dus ben je overal 'thuis'. Laat dit even op je inwerken en beschrijf de gedachten en gevoelens die bij je opkomen.
5. Lees de tekst van Osho bij deze kaart "Je bestaat niet toevallig" tot en met "kun je merken dat een geweldige liefde uit alle dimensies op je neerdaalt". Kun je zien dat het bestaan niet compleet is zonder jou? Kun je toelichten waarom dit 'waar' moet zijn?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Het Bestaan* en De Magiër uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

II De innerlijke stem

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

De tekst van Osho die je zonet gelezen hebt, is een fragment uit het boek *The Great Zen Master Ta Hui* (hfdst. 23). Hierin verteld Osho het verhaal dat God eerst op de aarde woonde, op de marktplaats. Daarmee aangevend dat God tussen de mensen woonde en benaderbaar was voor iedereen. God werd er gek van. Niemand leek tevreden met de schepping zoals die is. De een kwam naar hem toe en vroeg God er voor te zorgen dat het morgen niet zou regenen omdat hij ging vissen. Een ander kwam naar God en vroeg het morgen juist wel te laten regenen, want vandaag had ze gezaaid en een goede regenbui zou het zaad goed in de grond laten zakken. God vroeg

zich af waar hij zich kon verbergen voor de mensen want hij werd horendol van al die tegenstrijdige verzoeken, het geklaag en gezeur. De berg Everest was geen optie, want op een dag zou de mens de Everest beklimmen. De Maan was geen optie want op een dag zouden mensen op de maan landen. Een oudere, wijze engel, één van het eerste uur, stelde voor dat God zich zou verbergen in de mens zelf, want daar zouden ze zeker niet zoeken. En sindsdien woont God in onze harten. Het fragment “Als je de waarheid binnen in jezelf gevonden hebt...” sluit daarop aan. Lees deze tekst nu nog een keer.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van het kristal op deze kaart?
2. Wat drukt de dolfijnensymboliek uit?
3. Wat is de betekenis van het kleine hoofdje boven het grotere ronde hoofd in het midden?
4. Beschrijf een moment in je leven waar een ‘te veel’ aan stemmen je heen en weer trok. Visualiseer nu dat moment, voel dat moment. Wanneer je dat moment gevonden hebt, kijk dan of die stemmen te maken hebben met het verleden of de toekomst. Verschuif, nadat je de stemmen hebt onderzocht, je aandacht naar je hart. Wat geeft je hart je in? Wat voel je? Voor een goed begrip van deze kaart is het belangrijk dat je ‘in je hart’ gaat zitten. Stel het je gewoon voor. Zet je denken even opzij en zit een moment in je hart en voel. Visualiseer desnoods dat je hart een kamertje is, waar je kunt gaan zitten. Wanneer dit niet in een keer lukt, is er niets aan de hand, probeer het de volgende keer dat je deze kaart trekt, gewoon weer. Of probeer het weer op een moment dat je uit elkaar getrokken lijkt te worden door de stemmen, je tegenstrijdige gedachten in je hoofd. Wanneer je dit regelmatig oefent, zal het je op een dag lukken .
5. Ma Deva Padma zegt dat de innerlijke stem niet spreekt in woorden, maar in de woordloze taal van het hart. Heb je dit wel eens ervaren? Kun je zo’n moment beschrijven? Zeg niet gelijk nee. Laat zo’n moment rustig in je opkomen. Ga iets anders doen. Gedurende de dag, zal je echt wel iets te binnen schieten. Begin dan te schrijven en het hele voorval zal je weer helder voor de geest komen te staan.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De innerlijke stem* en De Hogepriesteres uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe

III Creativiteit

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Welke elementen op deze kaart symboliseren creativiteit (scheppingsdrang).
2. Hoe ontstaat ware creativiteit? Heb je dat wel eens zelf ervaren?
3. Wat is de visie van Osho op creativiteit.
4. Wat is het advies van Osho over creativiteit. Je past dit vast al toe in je leven. Kun je aangeven op welke gebieden, op welke momenten? Kun je zien hoe je dit kunt uitbreiden?

5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Creativiteit* en De Keizerin uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

IV De rebel

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat betekenen de volgende symbolen: zon, adelaar, toorts, ketens en de regenboogkleuren in de lange haren van de afgebeelde figuur?
2. Kun je zien hoe deze symboliek bijdraagt aan 'de macht' van de rebel?
3. We zijn gewend een rebel te zien als vechter. Waartegen zou deze rebel kunnen vechten?
4. Waarom zijn mensen die zichzelf niet kennen, volgens Osho, bang voor mensen die zichzelf wel kennen?
5. Op welke manier ben jij een rebel? Op welk gebied zou je een rebel willen zijn?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De rebel* en De Keizer uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

V Niets-ietsheid

Kijk naar de kaart. Beschrijf de kaart. Je vraagt je misschien af "wat valt hieraan te beschrijven?" Je zult merken dat er genoeg gedachten bij je opkomen om op te schrijven wanneer je naar deze kaart kijkt. Schrijf gewoon 5 minuten onafgebroken je gedachten over deze kaart op. Lees de beschrijving in het boekje en laat die op je inwerken.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waarom heeft Osho gekozen voor de vertaling Niets-ietsheid in plaats van Nietsheid. Wat is het verschil tussen Niets-ietsheid en Nietsheid?
2. Kun je deze kaart relateren aan de big bang, het ontstaan van het universum? Licht toe.

Het niets ervaren

Doe onderstaande oefeningen niet achter elkaar maar laat er minimaal 6 uur tussen zitten.

3. Wanneer iemand praat, luister bewust en aandachtig naar de stiltes tussen de woorden. Doe dit minstens 15 minuten en beschrijf je ervaring. (Hiervoor kun je ook een praatprogramma op TV of radio uitkiezen.)
4. Kijken naar het niets (ca. 5 minuten). Ga ontspannen zitten. Kijk naar de kleuren om je heen. Niet naar de vormen van dingen en al helemaal niet naar het hele ding. Kijk naar de kleuren. Kijk vervolgens naar de lijnen om je heen, naar de rechte lijnen en gebogen lijnen. Kijk dan naar de ruimte tussen de voorwerpen, tussen de dingen om je heen. Benoem in geen geval de voorwerpen. Beschrijf je ervaring.

5. De pauze tussen inademing en uitademing gadeslaan (15 minuten). Ga ontspannen zitten, doe je ogen dicht en ga gewoon door met ademen. Je hoeft niets aan je ademhaling te veranderen. Je ademt in, pauze, je ademt uit, pauze en zo verder. Let vooral op de pauzes. Beschrijf je ervaring.
6. Wanneer je terugkijkt op bovenstaande oefeningen (3 tot en met 5) heb je dan de ervaring gehad dat het Niets zwanger is van mogelijkheden?
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Niets-ietsheid* en De Hogepriester uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

VI De geliefden

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Kun je in je eigen woorden de drie verschillende niveaus van liefde beschrijven?
2. Kun je zien hoe je huidige partner of een vroegere partner als spiegel voor jou fungeerde?
3. Kun je zien hoe de mensen om je heen als spiegel voor je fungeren?
4. Wat is compassie? Zoek het woord compassie op in een woordenboek. Osho zegt in het boek *Zen, zest, zip, zap en zeng* dat het hier niet draait om compassie **hebben**. Dat is niet de compassie waar hij op doelt. Hij doelt op compassie **worden**, op compassie **zijn**. Kun je je voorstellen dat compassie van een Boeddha de hoogste vorm van liefde is omdat hij alles als één ervaart? Mediteer op het begrip compassie. Beschrijf nu wat compassie voor jou betekent.
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De geliefden* en De Geliefden uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

VII Gewaar-zijn

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Deze kaart gaat over gewaar-zijn wat alleen maar mogelijk is wanneer je totaal in het hier en nu aanwezig bent. Dit betekent dat je ervaringen uit het verleden niet op het heden projecteert en ook niet je toekomstbeelden, je angsten en verlangens voor de toekomst. Wanneer je zonder gedachten - gedachten hebben altijd met het verleden of de toekomst te maken - kunt kijken naar het heden kun je het heden zien zoals zij werkelijk is.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Zodra je namen geeft aan dingen en gebeurtenissen gaat beschrijven in woorden verval je in oordelen. Je zegt dit is een tafel. Daardoor kan de tafel geen stoel meer zijn. Je gaat de wereld om je heen beperken. Een gebeurtenis

is goed of slecht of middelmatig. De gebeurtenis is gewoon een gebeurtenis, het is je denken dat een oordeel velt over een gebeurtenis. Kijk eens naar een gebeurtenis zonder je ideeën uit het verleden erbij te betrekken en ook zonder je toekomstbeelden. Hoe ziet zo'n gebeurtenis er dan uit? Licht je antwoord toe.

2. Osho zegt dat het denken nooit intelligent kan zijn. Observeer je eigen denken een tijdje (af en aan gedurende een aantal dagen) en probeer een intelligente gedachte te vinden. Licht toe wat je ontdekt.
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Gewaar-zijn* en De Zegewagen uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

VIII Moed

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waarom is er moed voor nodig om je 'zaadjes-bestaan' los te laten en uit te groeien tot een bloem?
2. Kun je een voorval uit je eigen leven beschrijven die aangeeft dat je dit soort moed in het verleden getoond hebt?
3. Kun je een voorval uit je leven beschrijven waar je je door gedachten laat tegenhouden dit soort moed te tonen? Hebben die gedachten te maken met het verleden of de toekomst?
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Moed* en De Kracht uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

IX Alleenzijn

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is (volgens Osho) het verschil tussen alleenzijn en eenzaamheid?
2. Heb je je wel eens eenzaam gevoeld terwijl je samen met iemand anders was, of met meerdere mensen?
3. Ga in gedachten terug naar een moment dat je alleen was en je eenzaam voelde. Als je die gedachten over eenzaamheid die je toen had niet zou kunnen hebben, hoe zou je je dan voelen?
4. Beschrijf een aantal momenten uit je leven waarin je alleen was en dat als uiterst positief hebt ervaren.
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Alleenzijn* en De Kluizenaar uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

X - Verandering

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

De uitspraak van Osho is genomen uit het boek *Take it Easy* deel 1, hoofdstuk 7. In dit hoofdstuk licht Osho toe wat hij bedoelt met de laatste zin uit het citaat: “Als je het patroon eenmaal ziet, kun je eruit stappen.”

In bovengenoemd hoofdstuk legt Osho uit dat er van alles met ons gebeurt waarvoor we de oorzaak vaak buiten ons leggen. We worden boos en dat komt door iemand. We zijn blij en dat komt door iets van buitenaf. Dit is niet juist. Niemand maakt ons boos of blij, dat gebeurt gewoon. Dat komt door het innerlijke wiel dat maar door blijft draaien, waarvan we ons niet bewust zijn. Het is een onbewust wiel. Dit komt overeen met wat Byron Katie leert, namelijk dat gedachten komen en gaan. We hebben daar geen invloed op. We denken niet 's ochtends laat ik eens dit of dat denken. Gedachten komen gewoon, of we dat nu willen of niet. De methode van Byron Katie is erop gericht om stressvolle gedachten te onderzoeken op hun waarheidsgehalte. De methode van Osho is om de hele dag door bewust te zijn van wat er gebeurt en wat je doet. Wanneer je loopt, wees je er dan van bewust dat je je linkervoet optilt, en dan je rechter. Je hoeft niet tegen jezelf te zeggen: Ik til mijn linkervoet op, nu til ik mijn rechtervoet op,” maar wees je er wel van bewust. Doe het niet gedachteloos. Doe alles wat je doet met aandacht en dat is de manier om uit het rad te stappen. Loop langzaam, want om langzaam te lopen heb je je aandacht erbij nodig. Alles wat we geautomatiseerd doen, inclusief meditatie, moeten we de-automatiseren, willen we uit het rad kunnen stappen. Osho raadt aan om van lopen een meditatie te maken. Loop langzaam. Om langzaam te lopen heb je je aandacht erbij nodig. Zodra je aandacht verslapt ga je vanzelf sneller lopen.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beoefen de loopmeditatie minimaal 20 minuten. Beschrijf je ervaring(en).
2. Neem een leeg vel papier en teken er een cirkel op. Zet een stip ergens op de rand van de cirkel. Schrijf bij die stip een probleem dat je nu hebt. Heb je geen probleem, neem dan een probleem uit het verleden. Zet nog een stip ergens op de rand van de cirkel die de oplossing vertegenwoordigt. Zet die stip intuïtief, ergens waar het voor jou juist voelt. Zet nu een stip in het midden van de cirkel en schrijf daarbij 'ik'. Ga nu in gedachten in het midden van de cirkel zitten en kijk vanuit dat midden naar het punt dat je probleem vertegenwoordigt. Waar en hoe voel je dit probleem in je lichaam? Het kan een steek zijn in de borst of een krampgevoel in je buik of wat dan ook. Voel waar het probleem zit in je lichaam. Pak nu een pen in iedere hand. Je handpalmen zijn naar beneden gericht op zo'n manier dat wanneer je je handen opent de pennen op de grond vallen. Stel je voor dat je het probleemgevoel dat ergens in je lichaam vast zit naar je handen verplaatst. Open je handen en laat het probleem vallen. Je kunt in plaats van pennen ook niets gebruiken of een papiertje waarop je het probleem kort hebt samengevat. Soms is een keer loslaten niet voldoende. Herhaal dan gewoon het voelen van het probleem in het lichaam, verplaats het naar je handen, en laat los. De volgende stap is om, terwijl je zelf in het midden van de cirkel blijft, je innerlijke blik te verplaatsen van het probleempunt naar het punt van de oplossing. Open je handen naar boven toe en ontvang de oplossing. Soms krijgt je op zo'n manier direct de oplossing aangereikt, soms duurt het even voordat je ziet hoe je op het punt van de oplossing kunt komen. Ga er

maar vanuit dat deze oefening je heeft geopend voor het ontvangen van de oplossing, voor de beweging richting oplossing. Beschrijf je ervaring met deze oefening.

3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van de kaart *Verandering* samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Verandering* en Het Rad van Fortuin uit de Rider-Waite Tarot? Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XI De doorbraak

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje en lees onderstaande toelichting.

De kaart De Doorbraak heeft te maken met loslaten. Met name het loslaten van beperkende overtuigingen. We hebben geleerd om dingen vast te houden en om dingen te claimen door te zeggen 'dit is van mij'. Wanneer je dat doet, beperk je jezelf omdat je daardoor minder kunt 'hebben' dan wanneer je 'open' bent. Om te kunnen ontvangen is het belangrijk om open te staan en 'ja' tegen het leven te kunnen zeggen. In het Osho Zen Tarot Handboek zegt Osho bij De Doorbraak het volgende:

“ Probeer gewoon als een experiment lucht in je hand vast te houden. Zo gauw je je greep verstevigt, ontsnapt de lucht. Hoe steviger je je vuist balt, hoe minder lucht je vasthoudt, totdat tenslotte er geen lucht meer over is. Maak je greep losser en lucht haast zich naar je open hand. Er zit altijd lucht in een geopende hand maar ze ontvlucht de gesloten vuist. Iemand die zijn hand openhoudt, heeft hem altijd vol lucht; hij is nooit leeg, de lucht is elk moment fris. Heb je dit wel eens gemerkt? Een open hand is nooit leeg, terwijl een gesloten hand altijd leeg is en als er al een beetje lucht overblijft in de gesloten vuist, is die lucht muf en oud en bedorven. Je kunt alleen van dingen genieten als je ze kunt loslaten. In deze wereld, in dit leven, krijgt de mens evenveel als hij bereid is op te geven en los te laten. Dit is paradoxaal, maar alle wetten van het leven zijn paradoxaal. Het is je reinste domheid om in je leven aan iets vast te houden. Je doet er verkeerd aan als je gierig naar de dingen grijpt. Daarmee verspeel je wat je zou hebben gekregen. Door 'Het is van mij' te verkondigen, verliest een mens wat al van hem was.”

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat gaat eraan een doorbraak vooraf?
2. Kun je je een kleine of grote doorbraak herinneren uit je eigen leven? Wat ging hieraan vooraf? Ging je tijdens de ineenstorting helemaal op in de ineenstorting of was je nog alert? Kon je observeren wat er met je gebeurde, hoe je reageerde, of ging je zo totaal op in de gebeurtenis zodat er buiten die gebeurtenis niets leek te bestaan?
3. Op welk gebied wens je een doorbraak?
4. Waar zeg je 'nee' tegen? Wat weerhoudt je ervan om 'ja' te zeggen?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De Doorbraak* en Gerechtigheid uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?

7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XII Een nieuwe visie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat betekenen de geometrische figuren vierkant, driehoek en cirkel?
2. Ga in de kruiphouding zitten zoals de onderste figuur op deze kaart. Kruip even rond en beschrijf hoe dat voelt en wat je ziet.
3. Ga vervolgens staan in de danshouding van de tweede figuur. Hoe voelt de overgang van kruipen naar je oprichten? Hoe voelt die danshouding? Stel je nu ook voor dat je een paar krachtige vleugels hebt. Hoe voelt dat? Geeft deze houding je 'een nieuwe visie'?
4. Neem nu een probleem in gedachten en stel je voor dat je tot nu toe je probleem vanuit de kruiphouding hebt bekeken. Probeer dit te visualiseren. Visualiseer dat je je opricht in de danshouding en bekijk het probleem opnieuw. Geeft dit je 'een nieuwe visie'?
5. De uitspraak van Osho komt uit het boek *Zen the Diamond Thunderbolt*, hfdst.9. In het geciteerde fragment zegt Osho dat wanneer je je openstelt voor het allerhoogste, het zich ogenblikkelijk in je uitstort. Dat iets dat zich in je uitstort is iets dat alle dualiteit overstijgt. Dat iets heet bhagavat – de bhagavat in de tien richtingen. In hoofdstuk 9 ligt Osho dit wat nader toe. Want wat is bhagavat? Bhagavat betekent het Heilige of het Goddelijke. De 10 richtingen zijn de 8 windrichtingen (noord, noordoost et cetera) en boven en beneden of hoog en laag. De lijn tussen hoogtepunt en dieptepunt is die 'ene weg' die naar het nirvana leidt. Kun je deze uitspraak van Osho relateren aan de drie op de kaart afgebeelde geometrische figuren? Licht je antwoord toe.
6. De belangrijkste zin bij deze kaart is volgens mij dat wanneer je je openstelt voor het allerhoogste, het allerhoogste zich ogenblikkelijk in je uitstort. Heb je zelf wel eens zo'n ervaring gehad?
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Een nieuwe visie* en De Gehangene uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XIII – Transformatie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Welke symbolen worden beschreven en wat betekenen die symbolen?
2. Ma Deva Padma laat in haar beschrijving weg dat de afgebeelde figuur zeven armen heeft en dat de vogel feniks opstijgt uit zijn hoofd. De slapende persoon wordt uit zichzelf geboren wat overeenkomt met de visie van Pythagoras over de numerologische betekenis van het getal 7 en de mythe van de geboorte van de Griekse Godin Athene¹. Het moment van verlichting komt wanneer de tijd rijp is, wanneer wij er rijp voor zijn en niet eerder. De symbolen die genoemd

¹ Op mijn site heb ik een artikel staan over het getal 7 en de mythe van de godin Athene:
<http://tarotstapvoorstap.nl/tarot-numerologie/getal-zeven/>

worden zijn de symbolen die de weg wijzen hoe je jezelf kunt voorbereiden op dat moment om het te laten gebeuren.

Het fragment van Osho komt uit het boek *Zen: The solitary bird, cuckoo of the forest*, hoofdstuk 6. In dit hoofdstuk deelt Maneesha de volgende ervaring met Osho: “Onlangs realiseerde ik me dat verwachtingen inbreuk maken op de vrijheid, niet van degene op wie de verwachtingen worden geprojecteerd, maar op mijn vrijheid, degene die de verwachtingen heeft. Toen ik mijn verwachtingen liet vallen, voelde het als een last die van mij af viel, een gevoel van bevrijd worden kwam over mij.”

Osho antwoord hierop: Maneesha, laat dat gevoel ook vallen en dan zul je pure vrijheid kennen.

En dat is wat Zen van je vraagt, steeds dieper te gaan en los te laten en dan weer dieper.

Herinner je nu een moment van transformatie uit je eigen leven. Beschrijf deze gebeurtenis met wat eraan vooraf ging, hoe moeilijk het leek voor het transformatiepunt en hoe duidelijk het ineens werd op het moment van transformatie. Het lijkt dan ineens eenvoudig, zo eenvoudig dat je je afvraagt waarom je het niet eerder doorhad. Wat liet je los? Of welke verwachting liet je gaan?

3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Transformatie* en De Dood uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XIV Integratie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Schrijf in je eigen woorden op wat de afgebeelde symbolen betekenen.
2. Het bruggetje waar Osho het over heeft, wordt sterker naarmate je er vaker op gaat staan. Wat meestal gebeurt is dat we verzand raken in links of rechts, in onze logische kant of onze intuïtieve, creatieve kant en daardoor de toegang tot de andere kant blokkeren, tot we weer spontaan overspringen naar de andere helft en weer geen toegang hebben tot de helft waar we vandaan kwamen. Door meditatie leer je de twee helften gadeslaan, waardoor je je minder gaat vereenzelvigen met de kant waar je op dat moment inzit. Wanneer je verzand raakt in een probleem, ga dan in gedachte op het bruggetje staan. Vanaf het bruggetje krijg je een totaaloverzicht. Dit gebeurt niet altijd in praktische beelden of oplossingen, maar meer in een gevoel dat het bruggetje overhelt naar één kant. Probeer dan vanuit het midden van het bruggetje de twee kanten even groot en zwaar te maken door dat te visualiseren. Doe dit nu of op een goed punt ergens op deze dag wanneer je het gevoel hebt dat je uit balans dreigt te raken. Beschrijf je ervaring. Beschrijf aan het eind van de dag wat er voor je veranderd is met betrekking tot het probleem.
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Integratie* en Matigheid uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?

5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XV Conditionering

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Kijk terug op je leven en beschrijf in welk opzicht jij je als een schaap gedraagt.
2. Zijn er momenten geweest waar de leeuw zijn kop op stak?
3. Let er een dag op hoe iedereen, inclusief jijzelf, zich gedraagt. Vertonen ze schaap- of leeuwgedrag?
4. Optioneel maar wel aan te raden: Ga een keer trance dansen om de leeuw in jezelf wakker te schudden. Gewoon om te kijken hoe dit voelt.
(www.zweethut.nl, www.youneverwalkalone.net)
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Conditionering* en De Duivel uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XVI De donderslag

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Het is in eerste instantie misschien een beetje moeilijk om de in brand staande toren te zien in deze kaart. Traditioneel heet de 16^{de} kaart van de Grote Arcana De Toren. Zie afbeelding hiernaast uit de Rider Waite Tarot. Wat Ma Deva Padma niet noemt in haar beschrijving van *De Donderslag* is dat ze de vuurtjes geplaatst heeft op chakrapunten. Wanneer je kijkt naar kaart XV *Conditionering* dan kun je je vast wel voorstellen dat het de bedoeling van *De Donderslag* is om je uit je conditionering te halen. De Toren staat in brand, maar de persoon erachter komt tot leven. Zijn chakra's komen tot leven. Het is mogelijk dat je na een depressie, ontslag, scheiding of iets dergelijks tot de ontdekking komt dat het 'goed' was omdat je daardoor gedwongen werd om 'wakkerder' te worden. Je leven kreeg een andere, betere wending. Heb je dit zelf wel eens ervaren of herken je dit proces bij iemand uit je omgeving?
2. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken? Waar moet je 'ja' tegen zeggen?
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De donderslag* en De Toren uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.



XVII Stilte

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Je komt in de Stilte wanneer je je niet meer vastklampt aan je gedachten. Wanneer je ophoudt je te verzetten tegen dat wat is, tegen de werkelijkheid. Ga diep naar binnen in meditatie en kijk waar je verzet voelt. Vaak is dit te voelen als een spanning in je lichaam. Trek de spieren daar extra samen en laat de spanning los en ga dieper en dieper.... Beschrijf je ervaring.
2. Optioneel: Wanneer je het kunt regelen, probeer dan eens 24 uur lang stil te zijn, niet te praten. Ga wandelen in het bos of langs het strand. Maar praat met niemand. Kijk naar de dingen om je heen, maar probeer niets te benoemen. Dingen benoemen is een verstandelijke activiteit. Klamp je niet vast aan gedachten. Iedere keer wanneer je merkt dat je je vastklampt aan een gedachte, laat je die gewoon weer los. Kijk geen tv, luister geen radio, ga niet lezen maar zoek de stilte op.
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Stilte* en De Ster uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

XVIII Vorige levens

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat betekenen de hagedissen op de kaart?
2. Wat is het doel van meditatie?
3. Vergelijk kaart XVIII *Vorige levens* met Water 5 *Vasthouden aan het verleden*. Kun je je voorstellen dat het herinneren van vorige levens een last kan zijn?
4. Wat kan positief zijn aan het herinneren van vorige levens? Wanneer je je vorige levens kunt herinneren, geef dan een voorbeeld hoe het herinneren van een vorig leven je in dit leven tot voordeel heeft gestrekt.
5. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Vorige Levens* en De Maan uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Tip: Een ander aspect van Vorige levens is dat deze kaart je erop wijst dat je ervaringen uit vorige levens *onbewust* in je huidige leven doorwerken. Je voorkeuren en afkeuren kunnen een diepliggende oorzaak hebben, die nu nog maar moeilijk te achterhalen is. Wanneer je het gevoel hebt te blokkeren door iets waarvan de oorzaak mogelijk in een vorig leven ligt, kun je dit onderzoeken door er een regressietherapie sessie op te doen.

XIX Onschuld

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Hoe komt je eigen beschrijving van de uitstraling van de oude man overeen met die van Ma Deva Padma?
2. Kun je je voorstellen dat deze man een betekenisvolle conversatie heeft met de bidsprinkhaan op zijn hand.
3. Waar duiden de roze bloemen op?
4. Neem een persoon in gedachte die je niet graag mag. Het liefst iemand die je nog regelmatig (of af en toe) tegenkomt. Probeer nu die voorkennis dat je deze persoon niet mag en het waarom daarvan te laten varen. Stel je nu voor, visualiseer, dat je die persoon ontmoet zonder voorkennis. Hoe verloopt de ontmoeting?
5. Probeer stap 4 ook in het echt. Beschrijf je ervaring.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Onschuld* en De Zon uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Symboliek van de Bidsprinkhaan

Bidsprinkhanen behoren tot het geslacht Mantis. Mantis is Grieks voor profeet of waarzegger. De symbolische betekenis van de bidsprinkhaan hangt samen met zijn naam. In Europa werd de bidsprinkhaan beschouwd als zeer gelovig. In Arabische landen wordt van de bidsprinkhaan gezegd dat hij de weg naar Mekka wijst. In Frankrijk waar de bidsprinkhaan veel voorkomt dacht men dat bidsprinkhanen verdwaalde kinderen de weg naar huis konden wijzen. In Afrika duidt het op geluk wanneer een bidsprinkhaan op je valt of op je neerdaalt. Er werd zelfs gedacht dat een bidsprinkhaan een dode weer tot leven kon wekken. Algemeen werd gedacht dat wanneer je een bidsprinkhaan in de ogen kijkt, je God zou zien. Verder duidt de bidsprinkhaan op kracht, aanpassingsvermogen en op gemakkelijk kunnen communiceren. Wanneer je een bidsprinkhaan ziet is het mogelijk dat hij een goddelijke boodschap voor je heeft. In negatieve zin zien we dit terug in de Bijbelse sprinkhanen plagen. Wat de meeste mensen weten over de bidsprinkhaan is dat het vrouwtje het mannetje opeet na de paringsdaad. Dit is waar en dat doet ze om genoeg proteïne te hebben voor de eitjes. Je zou dit kunnen zien als een gezamenlijke afspraak. Het mannetje laat zich opeten om de eitjes, zijn nageslacht, veilig te stellen.

XX De illusie voorbij

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van de vlinder op deze kaart?
2. Waar duidt het gezicht achter de vlinder op?
3. Wat is de betekenis van het symbool, van de vlam tussen de beide ogen?
4. Het citaat van Osho komt uit het 12^{de} hoofdstuk van het boek *The great Zen Master Ta Hui*. In dit hoofdstuk licht Osho toe wat bedoelt wordt met werkelijkheid, illusie en maya. De werkelijkheid is dat wat eeuwig en onveranderlijk is. Een Illusie is iets wat niet bestaat. Illusie is een verkeerde vertaling van het woord Maya, want Maya bestaat wel, maar is van tijdelijke aard. Alles wat we met onze zintuigen waarnemen is maya, is vergankelijk en dus van tijdelijke aard.
Wanneer je 's nachts droomt twijfel je niet aan de werkelijkheid van die

droom. Wanneer je uit de droom ontwaakt, weet je dat het een maar een droom was en niet de werkelijkheid. Zo is het ook met het ‘grote ontwaken’. Wanneer je ‘wakker wordt’ of verlicht dan weet je dat dat wat je voor werkelijk hebt gehouden, dat niet is.

Osho zegt in het bovengenoemde hoofdstuk dat “Alleen gewaar-zijn, je innerlijke waarnemer behoort tot de eeuwige realiteit – is de enige realiteit. Het is nooit geboren, gaat nooit dood. Het is er altijd geweest en zal er altijd zijn. De ervaring van verlichting maakt dit overduidelijk. Maar om dit in woorden uit te drukken die kunnen worden begrepen door mensen die de verlichtende ervaring nog niet hebben is altijd een groot probleem geweest, waaruit veel misverstanden zijn voortgekomen.”

Het idee van twijfel is heel belangrijk omdat je door te twijfelen gaat zoeken naar de waarheid. Een manier om de waarheid te vinden is om te mediteren. Het trekken van deze kaart duidt niet noodzakelijkerwijs op totale verlichting, maar kan duiden op momenten van verlichting, ontdekking die je doet over jezelf en de wereld die je een gevoel van bevrijding geven. Deze kaart vraagt je je overtuigingen en oordelen te onderzoeken. Vraag je af of dat wat je denkt de hele waarheid is of dat er nog andere manieren zijn om de situatie te bekijken. Beperk je jezelf door je manier van denken? Je kunt bijvoorbeeld denken dat iemand je niet mag omdat hij je altijd zo stuurs voorbij loopt. Het is mogelijk dat deze persoon erg verlegen is en je niet durft te benaderen. Een gedachte die ik heel lang heb gekoesterd is dat werk leuk moet zijn. Waarom eigenlijk? Mijn inzicht was dat wanneer het doel maar belangrijk genoeg voor me is, het werk niet leuk hoeft te zijn. Maar omdat ik zo gefixeerd was op het idee dat werk leuk moet zijn, keek ik niet voorbij de korte termijn. Voor mij was dit een Aha-ervaring.

Een andere Aha-ervaring was toen ik me realiseerde dat die grenzen waar iedereen over sprak niet al ergens vastlagen, maar dat ik die zelf moest stellen. Beschrijf een aantal ervaringen uit je eigen leven die voor jou ‘de illusie voorbij’ illustreren.

5. Ma Deva Padma wijst er bij deze kaart ook op dat je het reële niet buiten je moet zoeken, maar binnen in je. Dit komt overeen met de hermetische wet: Zo boven, zo beneden. Zo binnen, zo buiten. Deze wet duidt erop dat wat je denkt bepalend is voor je ervaringen. Wanneer je de wereld met een glimlach tegemoet treedt zal de wereld je toelachen. Wanneer je de wereld chagrijnig bekijkt, zul je een hoop negativiteit ervaren. Wanneer je deze kaart trekt, is dat ook iets waar je naar zou kunnen kijken. Hoe beïnvloed je innerlijk de buitenwereld op dit moment? Sta je open voor positieve ervaringen of sluit je die uit door negatieve verwachtingen te koesteren? Heb je ooit wel eens een ervaring gehad waarbij het veranderen van je innerlijke houding een verandering in je omgeving tot gevolg had? Beschrijf die ervaring.
6. Met de hermetische wet Zo binnen, zo Buiten in gedachten is het ook zo dat de buitenwereld je innerlijk beïnvloed. Kijk eens een dag lang hoe de buitenwereld invloed heeft op je binnenwereld. Beschrijf je ervaring(en).
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De Illusie Voorbij* en Het Oordeel uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Symboliek van de vlinder

De vlinder wordt vaak gebruikt als symbool voor spiritueel ontwaken omdat hij zich ontwikkelt uit een radicaal andere gedaante, namelijk die van rups. Voor de rups is zijn rups-zijn werkelijkheid. Wanneer hij een vlinder wordt, is hij die illusie voorbij. Het beeld van rups en vlinder wordt ook aangehaald in de kaart *De Meester*.

XXI – Voltooing

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat stelt de puzzel voor?
2. Op welke plek wordt het laatste puzzelstukje gelegd? Wat is hiervan de symbolische betekenis?
3. Kun je je iets herinneren, een project of een reis die je nog niet zo lang geleden hebt afgerond. Was je je bewust van het moment van afronding? Voelde je je blij of verdrietig. Licht je antwoord toe. Diende het volgende project zich spontaan aan? Of heb je ernaar gezocht? Hoe heb je de rustpauze tussen de beide activiteiten ervaren?
4. Het citaat van Osho komt uit het boek *Joshu, The lion's roar*, hoofdstuk 5. Hierin legt Osho uit dat een Zenmeester je niet het volledige antwoord kan geven over het hoe en wat van de staat van verlichting omdat je je er geen voorstelling van kunt maken. Een Zenmeester kan je op weg helpen, maar het laatste puzzelstukje moet je zelf vinden en dan valt alles op zijn plaats. Herinner je een ervaring die niet met woorden uit te leggen was en die je pas echt begreep toen je het zelf had ervaren.
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Voltooing* en De Wereld uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

De Meester

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. De Meester op de kaart is Osho. Wat symboliseert volgens jou de bol boven zijn hoofd?
2. Wat kan een verlichte meester voor je doen en wat niet?
3. Heb je deze kaart voor vandaag getrokken? En zo ja, waarom juist nu? Wat zegt deze kaart je over je huidige situatie?
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.

De Hofkaarten

Weet je nog aan welke symbolen je de heren, vrouwen, schildknapen en ridders kunt herkennen?

Hofkaarten duiden in eerste instantie vaak op je eigen houdingen, eigenschappen, en gedrag. Ze verwijzen naar hoe je een situatie bekijkt en aanpakt. Iedereen is af en toe de Schildknaap van Wolken of de Heer van Vuur. Pas in tweede instantie zou ik zeggen dat een hofkaart duidt op iemand in je omgeving.

Heer van Vuur – De Schepper

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje en mijn onderstaande toelichting.

Vuur is hier het overheersende element en dit zie je terug in de rood-oranje kleur op deze kaart. Het element vuur wordt nog eens extra benadrukt door het symbool achter het hoofd van de Heer van Vuur dat eruit ziet als een vlam. In zijn handen houdt hij een bol van licht voor zijn derde chakra². Dit chakra is verbonden met het element vuur en duidt op wilskracht.

Wij zijn allen scheppers van onze eigen wereld. De buitenwereld is een afspiegeling van je binnenwereld en daarom is het zo belangrijk om inzicht te krijgen in je denkprocessen. De Osho Zen Tarot kan je daarbij helpen.

Deze Heer van Vuur is in evenwicht. Het vuur van de hartstocht brand fel maar niet op zo'n manier dat de hartstocht hem gaat beheersen, maar op een gecontroleerde manier waardoor hij invloed heeft op zijn leven. Hij weet wat hij wil en omdat hij totaal geconcentreerd is op wat hij wil, bereikt hij zijn doel.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Welke twee soorten scheppers zijn er in de wereld?
2. Wie is de ware schepper volgens Osho?
3. Hoe kun je het meesterwerk in jezelf onthullen?
4. Ben je voor verbetering vatbaar?
5. Wat zegt deze kaart je op dit moment over je houding ten opzichte van jezelf, je doelen en je leven?
6. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De Schepper* en de Koning van Staven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vrouw van Vuur – Delen

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje en mijn onderstaande toelichting.

Met het vierde centrum bedoelt Osho het vierde chakra dat met het hart te maken heeft. Het derde centrum is het derde chakra dat ook wel de zonnevlecht wordt

² Een korte inleiding over chakra's kun je hier vinden: <http://tarotstapvoorstap.nl/tarot-chakras/>

genoemd en dat te maken heeft met wilskracht. Dit derde chakra kwam ter sprake in de Heer van Vuur.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Hoe wordt het element vuur tot uitdrukking gebracht op deze kaart?
2. Hoe worden de rijkdommen van de Vrouw van Vuur tot uitdrukking gebracht?
3. Wanneer je deze kaart voor nu getrokken hebt, kun je dan het advies plaatsen? Zo ja, probeer het dan gedurende de dag op te volgen en beschrijf aan het eind van de dag je ervaringen. Wat heb je gedeeld? Hoe heb je gedeeld?
4. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Delen* en de Koningin van Staven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Ridder van Vuur – Intensiteit

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje en de onderstaande toelichting.

Het citaat van Osho komt uit het boek *Zen, Turning in* wat te vinden is op www.oshoworld.com als boek 266, hoofdstuk 6. Hierin zegt Osho dat alle religies gebaseerd zijn op geloof. Zen is daarop een uitzondering omdat zen in niets geloofd. De waarheid moet worden ervaren, niet geloofd. De waarheid moet gezocht worden. Het is noodzakelijk om alle theorieën en ideologieën in twijfel te trekken. Want wanneer je erin gelooft stop je bij je geloof en je God zal enkel een geloof zijn in plaats van een waarheid. Daarom hamert hij op het onderzoeken van alles wat je hoort en leest. Want door het intense vuur van je onderzoekingsdrang kun je de zonsopgang (het ontwaken) niet mislopen.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat laat deze kaart zien?
2. Welke twee soorten intensiteit worden toegelicht.
3. Heb je beide vormen van intensiteit ervaren? Licht toe.
4. Kun je het verschil tussen beide vormen van intensiteit beschrijven?
5. Heb je zelf wel eens een intense drang gevoeld om iets te onderzoeken, om ergens een antwoord op te vinden? En zo ja, duurde het lang voordat je het antwoord vond?
6. Stel dat iemand deze kaart trekt of de Studie Criminologie iets voor hem is. Hoe zou je die kaart kunnen interpreteren?
7. Stel nu dat iemand vraagt hoe hij zijn/haar relatie kan verbeteren Hoe zou je die kaart dan interpreteren?
8. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
9. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Intensiteit* en de Ridder van Staven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
10. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Schildknaap van Vuur – Speelsheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat laat deze kaart zien?
2. Wat betekent deze kaart in kaartleggingen?
3. Hoe is deze kaart nu op jou van toepassing? Heb je de neiging te serieus te zijn? Hoe kun je 'speels' zijn op dit moment? Neem een half uurtje vrij om te gaan spelen. Maak een tekening, een zandkasteel, ga schommelen, bellen blazen of wat dan ook, maar doe iets waar je innerlijk kind van geniet. Welke activiteit heb je uitgekozen?
4. Heb je echt gespeeld of was er een competitief (en daardoor serieus) element in je spel? Of ben je op een 'volwassen manier' gaan spelen, door bijvoorbeeld een wandeling te maken?
5. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Speelsheid* en de Schildknaap van Staven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Heer van Water – Genezing

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waarop duiden de kristallen op deze kaart?
2. Waarop duiden de handen?
3. Geef de interpretatie van deze kaart weer in je eigen woorden.
4. Waarom heb je deze kaart vandaag getrokken? Welke 'wond' komt aan de oppervlakte? Kun je 'de wond' accepteren? Kun je 'de wond' liefhebben als een deel van jezelf?
5. Kun je inzien dat 'de wond' een wond van je ego is en niet van je ware zelf?
6. Het advies van Osho is om vierentwintig uur lang alles totaal te accepteren. Volg dit advies op en beschrijf je ervaring(en).
7. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Genezing* en de Koning van Kelken uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vrouw van Water – Ontvankelijkheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waarom is de vrouw zonder hoofd afgebeeld?
2. Wat symboliseert de lotusbloem?
3. Wat is er belangrijk wanneer je deze kaart hebt getrokken en wat niet? Kun je dit plaatsen voor vandaag?
4. In het citaat heeft Osho het over luisteren. Wat is luisteren wel en wat niet?
5. Probeer vandaag echt te luisteren naar de mensen waarmee je in contact komt. Beschrijf je ervaringen.

6. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Ontvankelijkheid* en de Koningin van Kelken uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Ridder van Water – Vertrouwen

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat vraagt deze kaart je te doen?
2. Heb je deze kaart getrokken omdat je twijfelt over wat het beste is om te doen? Wat zegt je gevoel en wat zegt je verstand? Is dat wat je gevoel zegt gebaseerd op kennis uit het verleden of op angst voor de toekomst? Is dat wat je verstand zegt gebaseerd op het verleden of op angst voor de toekomst?
3. Wanneer je zeker wist dat de situatie goed voor je zou uitpakken, wat zou je dan doen? Kun je de eerste stap zetten op dat pad?
4. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Vertrouwen* en de Ridder van Kelken uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Schildknaap van Water – Inzicht

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wie wordt er gesymboliseerd door de vogel op het stokje?
2. Wat gebeurt er met de tralies?
3. Wat is het inzicht dat wordt aangereikt?
4. Waarom heb je deze kaart vandaag getrokken? Hoe is deze kaart op jouw van toepassing?
5. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Inzicht* en de Schildknaap van Kelken uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Heer van Wolken – Controle

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf in je eigen woorden wat je op deze kaart ziet.
2. Wat is de betekenis van deze kaart?
3. Heb je deze kaart getrokken door je behoefte 'alles in de hand' te hebben?
4. Kun je voelen hoe de drang om alles onder controle te houden je nerveus maakt?

5. Alles onder controle willen houden, heeft iets dwingends en doet mij denken aan een stampvoetend kind dat zijn zin niet krijgt. Gedraag je je als een stampvoetend kind?
6. Heb je verwachtingen van de toekomst die je wilt afdwingen? Wanneer ik iets van Osho heb geleerd dan is het dat verwachtingspatronen de oorzaak zijn van veel ellende. Ik verwacht dat iemand zich op een bepaalde manier gedraagt en dat doet hij niet, dus ben ik teleurgesteld. Ik verwacht dat mijn kinderen hun kamers opruimen, maar dat doen zij niet, dus ben ik teleurgesteld. Welke verwachtingen koester je? Kun je die loslaten?
7. Komt je drang om controle te houden voort uit de verwachting dat alles in het honderd loopt wanneer jij er niet voor zorgt dat alles goed geregeld wordt? (Ben je er van overtuigd dat je alles zelf moet doen en niets (of niet veel) aan anderen over kunt laten?)
8. Let vandaag op je drang om de controle te behouden en onderzoek waar die drang vandaan komt. Laat, wanneer je dat verantwoord vindt en het aandurft, de teugels iets varen en kijk wat er gebeurt. Hiermee geef je mensen in je omgeving de kans om zich te bewijzen.
9. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
1. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Controle* en de Koning van Zwaarden uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
2. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vrouw van Wolken – Zedelijkheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat laat deze kaart zien?
2. Wat is de betekenis van deze kaart?
3. Hoe is deze kaart nu op dit moment op jou van toepassing? Welke vooroordelen of beperkende overtuigingen blokkeren je op dit moment van het leven te genieten?
4. In de situatie waarop je deze kaart getrokken hebt kun je je afvragen of je fatsoenlijkheid echt is of is zij slechts een dun laagje beschaving? Wanneer je beleefd doet tegen iemand en je zou die persoon het liefst een schop verkopen, is het tijd om te onderzoeken waarom dit zo is. Wat zegt dit over jezelf? Heb je misschien zelf een schop nodig om bijvoorbeeld tot actie over te gaan?
5. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Zedelijkheid* en de Koningin van Zwaarden uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Ridder van Wolken – Vechten

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waar duidt de achtergrond van deze kaart op?

2. Kijk nu naar je eigen gedachten en teken of beschrijf de achtergrond die te maken heeft met je eigen situatie waardoor je in de gevechtshouding staat.
3. Ben je je bewust van de pijn die je met je woede maskeert? Wat ligt er onder de woede? Wanneer je deze kaart vaak trekt, kan het zinvol zijn om bijvoorbeeld een therapeut in de arm te nemen om de woede en pijn te onderzoeken. Je kunt dit bijvoorbeeld met een Helende Reis doen volgens de methode van Brandon Bays. Een andere manier om naar je woede te kijken is met The Work van Byron Katie.
4. Kun je het gevecht opgeven? *Kun* je het loslaten? *Wil* je het loslaten? *Wanneer* wil je het loslaten? Wanneer je het nu wilt loslaten, stel je dan voor dat je het gevecht gewoon laat vallen, net zoals je een pen zou loslaten en zou laten vallen.
5. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Vechten* en de Ridder van Zwaarden uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Osho zegt dat vechten altijd te maken heeft met het ego. Het ego groeit door vechten. Vechten is ook ‘doen’, met name de dingen zelf doen. Het ego heeft dit nodig om zichzelf in stand te houden. Wanneer je het bestaan door je heen laat werken, valt het ego weg.

In feite zijn we instrumenten van het bestaan, net zoals een schep een instrument is van de tuinman. De schep bedenkt niet zelf wanneer en waar er een gat gegraven moet worden. De tuinman bedenkt dat, en de schep is het instrument. Het bestaan, het universum, God weet precies wat het beste is voor ons en hoe onze wensen het beste, snelste en op de meest gemakkelijke manier vervuld kunnen worden. Wij hebben daar zo onze eigen ideeën over en werken vaak gewoon tegen. Probeer eens opzij te stappen en het bestaan door je heen te laten werken. Volg de impulsen die je dan krijgt en je zult zien dat het leven moeiteloos wordt. Een manier om dit nu direct te ervaren is om rustig te zitten en op je ademhaling te letten. Wie ademt er? Doe jij dat? Of ademt het bestaan door jou heen?

Schildknaap van Wolken – Het denken

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Het denken is de bron van al het lijden. Byron Katie leert dat alle stress, alle ellende, voortkomt uit het *geloven* van onware gedachten. Wanneer je The Work toepast op de gedachten die je stress geven, zul je erachter komen dat haar uitspraak waar is. Stress duidt op het geloven in een gedachte die niet waar is. Punt.

Zij zegt ook dat wanneer je The Work toepast op een stressvolle gedachte, die gedachte jou loslaat. Dit komt precies overeen met wat Osho zegt in het citaat: “Jij klampt je eraan vast – de wolk (de gedachte) interesseert zich niet voor jou, bedenk dat wel.”

Je denken is bepalend voor je ervaringen. Gedachten hebben scheppingskracht. Die rommel in je hoofd veroorzaakt een hoop ‘rommel’ in je leven. Julia Cameron

beschrijft een eenvoudige manier om van die rommel af te komen. Ze noemt dit het schrijven van ochtendpagina's. Dit gaat als volgt:

Ochtendpagina's zijn drie geschreven A4-pagina's die je dagelijks schrijft – als een stroom van bewustzijn. Ze gaan over van alles en nog wat – alles wat in je opkomt is goed. Ze kunnen kleingeestig, zeurderig, vervelend, boos zijn. Je schrijft gewoon aan een stuk door wat er bij je opkomt. “Ik ben vergeten kattenbakzand te kopen... Ik vond de gang van zaken tijdens de vergadering gisteren niet prettig.... Ik ben die eeuwige troep in huis zo zat. Hoe krijg ik de kinderen ooit zo ver dat ze vuile glazen in de vaatwasser stoppen en niet onder hun bed schuiven? Het was een prachtige dag gisteren, ik heb zo genoten van de wandeling over de heide!”

Het schrijven van ochtendpagina's werkt als een 'memory-dump'. Je hoofd wordt leeg. Je hoeft die gedachten niet meer telkens te denken. Je hebt het op papier gezet en daardoor raak je ze kwijt.

Ze moeten 's ochtends geschreven worden. Maar wanneer dat echt niet gaat, zou je kunnen overwegen om ze 's avonds net voor het slapen gaan te schrijven.

Net na het opstaan en net voor het slapen zijn de best momenten. Op een of andere manier ben je op die momenten ontvankelijker voor al die gedachten die je overdag onderdrukt. Daarom dat de ochtend, direct na het ontwaken, de beste tijd is. Een ander voordeel van deze pagina's 's ochtends schrijven is dat het structuur aanbrengt in je dag. Julia Cameron noemt het “een unieke manier van mediteren voor de westerling. Ze stellen ons in staat onze geest en ons hart vrij te maken van verstorende afleiding en maken tegelijkertijd onze geest en ons hart open voor diepere bespiegelingen.

Het is belangrijk met de hand te schrijven. De hand heeft een soort energie die onze gedachten tot een diepere en meer centrale plaats leidt dan schrijven op een schrijfmachine of computer dat kan.” Om 3 A4-tjes vol te schrijven duurt ongeveer een half uur tot drie kwartier.

Het is belangrijk om aan een stuk door te schrijven en je pen niet van het papier te halen. Schrijf gewoon alles op wat bij je opkomt, ook gedachten als: “Dit is stom gedoe, alsof ik niets beters te doen heb. Waarom doe ik dit eigenlijk? Ik lijk wel gek.” Blijf gewoon schrijven tot de 3 A4-tjes vol zijn en dan stop je.”

Probeer het een week, en kijk hoe het bevalt en welke invloed het heeft op je dagelijks leven.

Julia Cameron heeft twee boeken geschreven waarin ze het belang van ochtendpagina's toelicht: *Je leven schrijven* en *The Artist's Way* (Engelse Titel, maar onder deze titel verkrijgbaar in het Nederlands).

1. Kies een van de volgende oefeningen:

Wanneer het in je hoofd een warboel is, is het belangrijk om de stilte op te zoeken, zodat je goddelijke leiding, je inspiratie kunt horen. Meditatie is hiervoor de aangewezen manier.

Doe de komende week (dus 7 dagen achtereenvolgend) het volgende en beschrijf na 7 dagen je ervaringen met de door jou gekozen methode.

- Mediteer minstens 15 minuten
- Of schrijf dagelijks de 3 ochtend pagina's uit de methode van Julia Cameron
- Of geef jezelf een Reiki zelfbehandeling van minimaal een half uur.

Voor wie nog nooit gemediteerd heeft, hier is een eenvoudige methode.

Ga ontspannen zitten op een stoel. Rechtop en voeten naast elkaar. Handen ontspannen op je schoot. Sluit je ogen. Richt nu je aandacht op je ademhaling. Laat gedachten komen en weer gaan, maar klamp je er niet aan vast. Bedank de gedachte

en laat die weer los. Dus wanneer de gedachte komt: Ik moet kattenvoer kopen. Zeg dan dank je wel, tegen die gedachte en richt je aandacht weer op je ademhaling. Ga niet door op die gedachte, door bijvoorbeeld te denken dat de kat te dik aan het worden is, of dat kattenvoer zo duur is en dat de huur nog betaald moet worden etc. Doe niets met die gedachten die komen. Laat ze gewoon weer gaan. Blijf gewoon je aandacht op je ademhaling richten. Dat is alles.

2. En nog een oefening

Wanneer het in je hoofd zo'n warboel is, bestaat die warboel vaak uit een hoop negatieve gedachten en dat maakt onrustig. Naast een van de drie hierboven aangegeven methodes om tot rust te komen, helpt het ook om dagelijks 5 dingen op te schrijven waar je dankbaar voor bent. Doe dit ook een week lang en beschrijf je ervaringen.

Beantwoord nu de volgende vragen:

3. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart Schildknaap van Wolken, *Het denken* en de Schildknaap van Zwaarden uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Heer van Regenbogen – Overvloed

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Op welke manier geeft Ma Deva Padma op deze kaart uitdrukking aan een compleet mens?
2. Wat is de betekenis van deze kaart voor een man?
3. Wat is de betekenis van deze kaart voor een vrouw?
4. Hoe is deze kaart vandaag op jou van toepassing?
5. Maak een lijstje van minstens 20 punten van de overvloed die je in je leven ervaart.
6. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Overvloed* en De Koning van Pentakels uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.
9. Kijk nu weer naar je lijstje van 20 punten van overvloed en zet een I voor punten die met innerlijke overvloed te maken hebben en een U voor zaken die met uiterlijke overvloed te maken hebben. Hoeveel I's heb je en hoeveel U's. Breng nu balans aan in je lijstje door nog meer punten te bedenken tot je evenveel I's en U's hebt.

Vrouw van Regenbogen – Bloei

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf de kaart en de symbolen in eigen woorden

2. Geef de betekenis van de kaart weer in je eigen woorden
3. Wat is ware compassie?
4. Hoe ben jezelf tot bloei aan het komen?
5. Hoe is deze kaart vandaag op jou van toepassing?
6. Deel vandaag je liefde met iedereen door zo oprecht mogelijk en liefdevol naar iedereen te glimlachen. Probeer contact te maken met de goddelijke vonk of kern in iedereen waarmee je vandaag in aanraking komt. Beschrijf je ervaringen.
7. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Bloei* en De Koningin van Pentakels uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Ridder van Regenbogen – Langzamer aan doen

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

De schildpad is een universeel symbool voor traagheid. Onthaasten is goed advies voor veel mensen in onze jachtige maatschappij. Door te haasten ontgaat je zoveel. Je loopt heel veel mooie dingen mis. Vandaar het advies het langzamer aan te doen. De situatie vraagt om geduld, niet om overhaaste actie.

Bedachtzaamheid, alertheid zijn karaktertrekken van de Ridder van Regenbogen.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat symboliseert het huis/schild van de schildpad?
2. Waarom hoef je nergens heen?
3. Probeer vandaag 'rustig aan' te doen en met name om oplettend te zijn op wat je doet en hoe je het doet en hoe je je voelt! Wanneer je je ongemakkelijk voelt in een situatie of met iemand, ontspan dan bewust je spieren en je zult merken dat je je steeds meer bewust wordt van je ontspannen essentie.
4. Bedenk ook iedere keer waardoor je gevoel van ongemak veroorzaakt werd. In hoeverre werd het gevoel van ongemak veroorzaakt door illusies, verwachtingen, hoop en verlangens? Beschrijf je ervaringen.
5. Beschrijf aan het eind van de dag je ervaringen met 'langzamer aan doen' en kijk daarbij ook hoe dit van invloed was op je productiviteit.
6. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Langzamer aan doen* en De Ridder van Pentakels uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Schildknaap van Regenbogen – Avontuur

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waarom heeft Ma Deva Padma gekozen voor het beeld van een klein kind op deze kaart?

2. Je denkt misschien dat je niet avontuurlijk bent, maar ieder mens heeft in zijn leven al vele avonturen meegemaakt. Het avontuur van de eerste stapjes zetten. Het avontuur van de eerste schooldag. Het avontuur van je eerste liefde. Op vakantie gaan, verhuizen, van baan veranderen. Het zijn allemaal avonturen.
En ergens onderweg krijgen we angst voor avonturen. We hebben liever dat alles bij het oude blijft. Kijk nu eens terug op je leven en alle avonturen die je bent aangegaan. Waar zou je nu zijn wanneer je die avonturen niet was aangegaan?
3. Beschrijf de stemming die je voelt wanneer je een avontuur aangaat.
4. Waarom heb je vandaag deze kaart getrokken? Voor welk avontuur sta je nu?
5. Schrijf twee steekwoorden (karaktertrekken) op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Avontuur* en de Schildknaap van Pentakels uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

De Kleine Arcanakaarten uit de serie Vuur – Aas tot en met 10

Weet je nog wat de symbolische betekenis is van vuur?

Vuur 2 – Mogelijkheden

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat symboliseert de adelaar?
2. Denk nu aan een ongewenste/vervelende situatie in het verleden waarbij het lang duurde voordat je er een oplossing voor vond of lang duurde voordat een oplossing zich aandeede. Kun je je herinneren hoe je innerlijke gespannenheid de ongewenste situatie in stand hield en hoe je daardoor in een vicieuze cirkel terecht kwam? Hoe loste de situatie zich op? Kwam dat omdat je 'opgaf' en als het ware de spanning losliet?
3. Osho wijst erop dat 'kleinheid' iets is wat je jezelf oplegt door klein te denken. Wat speelt er op dit moment in je leven? Wat zijn je 'begrenzende' gedachten over de situatie. Welke mogelijkheden sluit je uit?
4. De interpretatie van Ma Deva Padma is dat deze kaart aangeeft dat er nu een wereld van mogelijkheden voor je opengaat. Waarom heb je deze kaart juist vandaag getrokken? Heb je het gevoel dat deuren opengaan of heb je het gevoel dat je deuren dichthoudt door je begrensde denken?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Mogelijkheden* en de Staven Twee uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 3 – Ervaren

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is een ervaring?
2. Wat is ervaren?
3. Ga vandaag een boom, bloem of plant ervaren. Je kunt dit gewoon thuis doen met een plant in een potje. Je kunt ook naar buiten gaan en contact maken met een boom. Bij deze oefening is het belangrijk dat je niets gaat benoemen, dat je de ervaring niet in woorden probeert weer te geven. Het is belangrijk om totaal aanwezig te zijn en niets te denken. Door denken ga je benoemen. Wees gewoon aanwezig bij de boom of plant en ervaar. Probeer op gevoelsniveau contact te maken met die plant of boom, maar probeer dat niet te beschrijven in je hoofd. Naderhand kun je je ervaring(en) beschrijven op papier.
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken? Was je leven vol ervaringen zonder te ervaren?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Ervaren* en de Staven Drie uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 4 – Deelname

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf deze kaart in je eigen woorden.
2. Denk nu aan een groepssituatie (een feestje, vergadering, werksituatie of wat dan ook) waarbij andere mensen het vertikten om een bijdrage te leveren. Wat gebeurde er met het energieniveau van jezelf en van de groep?
3. Denk nu aan een groepssituatie waarin iedereen meedeed. Wat gebeurde er met het energieniveau van jezelf en van de groep?
4. Osho merkt op dat de meeste mensen niet aan het bestaan deelnemen maar er als buitenstaanders naar staan te kijken. Hoe is dit op jou van toepassing?
5. Kijk vandaag naar hoe je deelneemt aan alles wat er vandaag voorvalt. Neem je deel aan roddels? Neem je deel aan het verspreiden van negatieve energie door het met anderen te hebben over wat er allemaal niet deugt in de wereld/op werk/in het gezin? Neem je deel aan het verspreiden van positieve energie? Neem je deel aan een vergadering of ben je aanwezig? Neem je deel aan een telefoongesprek of zit je het uit? Beschrijf je dag in termen van deelname en toekijken. Hoeveel percent van de dag was je aan het toekijken?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Deelname* en de Staven Vier uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 5 – Totaliteit

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf deze kaart in je eigen woorden.
2. Heb je op dit moment veel verschillende dingen die je aandacht vragen?
3. Wat heeft de hoogste prioriteit?

4. Hoeveel tijd besteed je aan die zaak die de hoogste prioriteit heeft?
5. Vind je het leven saai? Zo ja, probeer dan het principe van totale aanwezigheid toe te passen. Vergelijk dit met *Vuur 3 – Ervaren*.
6. Wanneer je merkt dat je bezig bent met denken, tobben, uitgekookt en slim te zijn, laat dat dan varen door je totale aandacht op je bezigheden te richten. Hoe voelt dat?
7. Waarom heb je deze kaart juist vandaag getrokken en welk aspect van deze kaart is op jou van toepassing?
8. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
9. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Totaliteit* en de Staven Vijf uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
10. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 6 – Succes

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf de kaart in eigen woorden.
2. Wat is volgens Ma Deva Padma de betekenis van deze kaart?
3. Welke betekenis wordt daar door Osho aan toegevoegd?
4. Heb je deze kaart vandaag getrokken omdat je in een dal zit of op een top? Kun je je voorstellen dat je van een dieptepunt ook kunt genieten? Licht dit toe met een voorbeeld.
5. Wat is volgens jou de belangrijkste boodschap van deze kaart?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Succes* en de Staven Zes uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 7 – Stress

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf deze kaart in je eigen woorden.
2. Kun je je een ervaring uit je eigen leven herinneren van ‘slechte timing’ zoals door Ma Deva Padma beschreven?
3. Ben je perfectionistisch en/of er van overtuigd dat je alles zelf moet doen? Zo ja, kijk dan of de Kaart *Controle* (Heer van Wolken) je verder kan helpen.
4. Wat zijn de eigenschappen van de essentiële mens?
5. Wat zijn de eigenschappen van de toevallige mens?
6. Welke mens ben jij het meest? De essentiële mens of de toevallig mens?
7. Kun je je voorstellen hoe je leven verloopt wanneer je je meer richt op je essentiële mens-zijn?
8. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
9. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
10. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Stress* en de Staven Zeven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?

11. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 8 – Reizen

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Hoe verhoudt je eigen (eerste) indruk van deze kaart zich met de beschrijving van de kaart?
2. Wat is volgens Ma Deva Padma de betekenis van deze kaart?
3. Wat is de visie van Osho over het najagen van doelen?
4. Wat is het advies van deze kaart?
5. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken en heb je iets aan het advies?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Reizen* en de Staven Acht uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 9 – Uitputting

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is volgens de beschrijving van Ma Deva Padma de symbolische betekenis van de op de kaart afgebeelde machinerie.
2. Welke betekenissen kun je daaraan toevoegen na het lezen van het citaat van Osho?
3. Heb je wel eens de ervaring gehad dat je heel erg je best ergens voor deed en dat het maar niet wilde vlotten en dat na een rustpauze alles ineens vanzelf leek te gaan?
4. Wat is het verschil tussen een respons en een reactie?
5. Let er vandaag op hoe en wanneer je automatisch en geconditioneerd reageert op mensen en situaties. Waren er ook momenten waarop je vanuit je bewustzijn hebt geantwoord?
6. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Uitputting* en de Staven Negen uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur 10 – Onderdrukking

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf deze kaart in je eigen woorden.
2. Beschrijf een aantal gebeurtenissen waar je je eigen kracht en visie opzij hebt gezet om je geaccepteerd te voelen. Werkte dat? Voelde je je geaccepteerd? Je kunt hierbij denken aan werksituaties, aan beroepskeuze, aan je aanpassingsvermogen in relaties en dergelijke.

3. Was er een verlangen dat spontaan bij je opkwam bij het lezen van het citaat van Osho: “de dingen die je wilt doen maar niet kunt vanwege de maatschappelijke omstandigheden, cultuur of beschaving.”
4. Wat is het risico van het onderdrukken van je eigen energie?
5. Wanneer deze kaart op jou van toepassing is, op welke gezonde manier kun je dan de opgebouwde stressvolle spanning kwijt raken?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Onderdrukking* en de Staven Tien uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Vuur Aas – De bron

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf de betekenis van de kaart in je eigen woorden.
2. Oefen de Bronmeditatie. Het citaat van Osho komt uit hoofdstuk 11 van het boek *The Zen Manifesto: Freedom from onself*. Aan het eind van het genoemde hoofdstuk geeft Osho een meditatie om de bron te ervaren. Ik heb deze hieronder opgenomen (inclusief een link naar een door mij ingesproken mp3-versie), zodat je zelf de bron kunt ervaren. Het is waarschijnlijk nodig om deze meditatie een tijd lang te doen, voordat je de bron ervaart. Het belangrijkste is dat je deze meditatie op een ontspannen manier benadert. Komt de ervaring niet, dan is het ook goed. Maak je er niet druk om, want dan krijg je de ervaring zeker niet. Beschrijf je ervaring(en) met deze meditatie.
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De Bron* en de Staven Aas uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Bronmeditatie

Ga ontspannen zitten ... wees stil ... en sluit je ogen... en wees zo stil dat het lijkt alsof je totaal bevroren bent. Dit is het juiste moment om naar binnen te keren.

Raap al je energie bij elkaar, je totale bewustzijn en spoed je, met een diepe intensiteit en gevoel van urgentie, naar dat innerlijke centrum. Dit centrum bevindt zich vijf centimeter onder je navel, binnenin je lichaam.

Sneller ... en sneller... Dieper ... en dieper....

Terwijl je dichterbij het centrum van zijn komt, daalt er een grote stilte op je neer. En binnenin een vrede, een zaligheid, een licht dat je hele binnenste vult. Dit is je oorspronkelijke wezen. Dit is je boeddha.

Op dit moment, neem je waar dat je niet het lichaam bent, niet de geest, niet het hart, maar dat je de waarnemer zelf bent, puur bewustzijn. Dit is je verborgen boeddha-natuur, je ontmoeting met het universum. Dit zijn je wortels.

Ontspan je...

Ontspan je... en wees de stille getuige.

Je begint te smelten als ijs in de oceaan. De ruimte waar je je bevindt, wordt een oceanisch veld van bewustzijn. Je bent niet langer afgescheiden... je bent één met het bestaan. Je bent een boeddha, het is je natuurlijke staat. Het is niet een zaak van zoeken en vinden. Je bent het al, nu, op dit moment.

Verzamel al de bloemen, de geur, de vlam en het vuur, het onmetelijke, en breng het met je mee terwijl je terugkomt.

Kom terug, stil, als een boeddha.

Sluit een paar seconden je ogen en herinner je het pad en de bron die je hebt gevonden en de boeddha-staat die je hebt ervaren.

Op dit moment ben je de meest gezegende persoon op aarde. Jezelf herinneren als een boeddha is de kostbaarste ervaring, want het is je eeuwigheid, het is je onsterfelijkheid. Het is je totale bestaan. Je bent één met de sterren en de bomen, de lucht en de oceaan. Je bent niet langer afgescheiden.

Het laatste woord van Boeddha was, sammasati³.

Herinner je dat je een boeddha bent --- sammasati.

Klik hier <http://tarotstapvoorstap.nl/tarotkaarten/osho-bron-meditatie/> voor de mp3-versie

De Kleine Arcanakaarten uit de serie Water – Aas tot en met 10

Weet je nog wat de symbolische betekenis van Water is?

Water 2 – Vriendelijkheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf in je eigen woorden de betekenis van deze kaart en gebruik daarbij het beeld van de twee bomen.
2. Hoe ontstaat er volgens Osho vanzelf veel liefde?
3. Mij doet deze kaart denken aan de Huna-techniek van het harmoniseren van je aura met de omgeving. Dit is een heel eenvoudige techniek (alle Huna-technieken zijn eenvoudig) waarbij je je aura de opdracht geeft om in harmonie te trillen of te vibreren met de aura's in je omgeving. Wanneer je je onprettig voelt in een ruimte dan zal je aura zich samentrekken. Je voelt dit vaak ook in je lichaam. Je trekt je als het ware terug in jezelf en je zet automatisch een pantser om je heen. Wat er dan gebeurt is dat je aura gaat botsen met andere aura's in je omgeving. Je kunt je dit makkelijker voorstellen wanneer je iemand vraagt om zijn (haar) hand op te steken (een soort van 'high five' gebaar). En jij doet het zelfde en duwt dan tegen de hand van die persoon. Wat is de reactie van die persoon? Meestal duwen ze automatisch terug. Dit is wat er ook gebeurt wanneer je je aura als schild gebruikt. Andere aura's gaan terugduwen en dat is onprettig, geeft je een gevoel van stress en kan zelfs letterlijk tot slaande ruzie leiden. De Huna-oplossing is om je aura te zeggen in harmonie te zijn met de omgeving. Doe je ogen even dicht en denk aan je aura. Probeer je aura met je innerlijk oog waar te nemen en te beschrijven. Zit je aura dicht op je lichaam of heb je veel ruimte? Het is geen kwestie van goed of fout. Het gaat er alleen maar om dat je een klein beetje

³ Sammasati betekent herinner je dat je een boeddha bent.

een idee krijgt dat er een energieveld om je heen zit, zodat je met dat energieveld kunt communiceren. Zeg nu tegen je aura ‘harmonie’ en stel je voor (visualiseer) dat je aura zich ontspant. Voor mij ziet het er dan een beetje uit zoals de afbeelding op de kaart *Vriendelijkheid*. Verschillende aura’s kunnen elkaar raken en zich aan de randen eventueel een beetje vermengen zonder een spoor van agressie. Wanneer je dit regelmatig oefent, kun je het op kritieke momenten heel snel toepassen. Ik heb het ooit eens gehad dat ik in een treincoupe stapte waar wat ‘tuig’ de andere passagiers terroriseerde met luidruchtig gedrag en er hing een gevoel van gevaar in de lucht. Ik overwoog even om naar een andere coupe te gaan, maar heb in plaats daarvan mijn aura de opdracht ‘harmonie’ gegeven. Wat er toen gebeurde was wonderbaarlijk, want bijna gelijktijdig ontspande iedereen zich. De jongens gingen rustiger praten en bemoeide zich niet meer met de andere passagiers en iedereen ging meer ontspannen zitten. Probeer deze techniek een aantal keren en beschrijf je ervaringen.

4. Stel, een vriend of vriendin vraagt of hij/zij ooit zijn/haar droompartner zal vinden en hij/zij trekt deze kaart. Hoe zou je die dan interpreteren? Wat zou je tegen je vriend(in) zeggen?
5. Waarom heb jij juist vandaag deze kaart getrokken? Licht je antwoord toe.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Vriendelijkheid* en de Kelken Twee uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 3 – Feestvieren

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf de betekenis van deze kaart in je eigen woorden
2. Waar is ‘feestgevoel’ van afhankelijk?
3. Kun je op dit moment een ‘feestgevoel’ oproepen?
4. Osho beschrijft ‘het leven’ als “een moment om te vieren, om van te genieten.” Laat dit diep tot je doordringen. Wat voel je als je het woord ‘moment’ leest. Ben je het met Osho eens dat leven bedoelt is om te genieten en feest te vieren? Of voel je meer voor het leven als leerschool en harde leermeester?
5. Wat is volgens Osho aan de hand wanneer we niet genieten?
6. Heel veel mensen stappen uit bed met een gevoel van ‘O jee, weer een dag. Wat staat me nu weer te wachten?’ Of met het gevoel naar werk ‘te moeten’. Wanneer je niet fris en vrolijk uit je bed springt en zin hebt in de nieuwe dag, probeer dan een week lang bewust het gevoel op te roepen dat het vandaag een ‘feestdag’ is. Het is namelijk erg belangrijk hoe je je voelt. Je werkelijkheid wordt



geschapen op basis van wat je gelooft, niet in woorden, maar hoe je je erover voelt. Probeer je positieve gevoelens wat uit te vergroten, wat sterker te maken, iets enthousiaster.

We hebben allemaal een soort van gevoels-onderstroom. Deze kun je gaan herkennen door je een tijdje op je gevoel te richten. Hoe voelt je je 's ochtends wanneer je net wakker bent? Denk je dan "Getsie, weer een dag? Of denk je "Jippie, weer een dag!"

Het jippie-gevoel is het gevoel waar we voor gaan. Hoe beter je je voelt, hoe makkelijker alles gaat, hoe vriendelijker iedereen tegen je is, hoe makkelijker jij je doelen bereikt. Het jippie-gevoel is te trainen. In het verleden had ik ooit eens een mooi plaatje van Dagobert Duck naast mijn bed hangen (een beetje zoals deze hiernaast) om me er iedere ochtend aan te herinneren niet in dat oude patroon te vervallen van "ik heb geen zin, ik ben moe", maar in plaats daarvan eerst dat positieve, verwachtingsvolle gevoel op te roepen van een feestdag, een dag waarop alles gaat lukken. Het werkt. In plaats van het plaatje van Dagobert kun je ook een kopie van de kaart Feestvieren van Osho naast je bed hangen. Liefst uitvergroot tot A4.

Beschrijf je ervaringen met deze oefening.

7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Feestvieren* en de Kelken Drie uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 4 – Naar binnen gaan

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Vergelijk je eigen beschrijving van deze kaart met de beschrijving in het boekje.
Hoe kwamen de achtergrondgezichten op je over? Had je het idee dat de dame op de afbeelding er naar keek en dat het haar niet stoorde of had je het idee dat ze niet doorhad door welke gevaren ze wordt belaagd?
2. Osho zegt dat we 'binnen' zouden zijn, ware het niet dat we constant 'naar buiten gaan' om verlangens na te jagen. Beantwoord nu de volgende vragen:
Welk verlangen jaag jij op dit moment na? Hoe voelt dat? Als je er een stresserig, of anderzijds negatief gevoel over hebt, probeer dan het volgende:
Vraag jezelf harop:
Kan ik dat gevoel loslaten? En bedenk dat je dat gevoel niet bent maar hebt, net zoals je een pen in de hand kunt hebben.
Wil ik dat gevoel loslaten?
Wanneer wil ik dat gevoel loslaten?
Wanneer het antwoord op de laatste vraag "Nu: is, adem dan diep in en laat het gevoel los bij het uitademen.
Misschien heb je het gevoel dat je dat 'jachtige gevoel' nog niet helemaal hebt losgelaten. Dan kun je deze oefening nog een aantal keren herhalen.
Beschrijf je ervaringen.
3. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.

5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Naar binnen gaan* en de Kelken Vier uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 5 – Aan het verleden hangen

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van het glas achter de dame op deze kaart?
2. Waarom kan de afgebeelde dame dat glas niet zien?
3. Op welke manier hang jij aan het verleden? Kun je zien dat jij het bent die zich aan het verleden vastklampt en dat je op geen enkele manier gedwongen wordt dat te doen? Wil je het loslaten? Zo ja, Stel je dan voor dat je de hele gebeurtenis in een doos stopt en er een strik omheen doet. Visualiseer vervolgens een tijdlijn en zet de doos terug op het tijdstip waar het thuishoort. Neem er afstand van en loop over de tijdlijn naar het heden.
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Aan het verleden hangen* en de Kelken Vijf uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 6 – De droom

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Geef in je eigen woorden de betekenis van deze kaart weer.
2. Osho zegt dat al je activiteiten kunnen worden herleid tot één enkele bron. Welke bron is dat?
3. Sla jezelf vandaag intens gade en zie tot welke bron je je activiteiten kunt herleiden.
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De droom* en de Kelken 6 uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

N.B. Het is mijn ervaring dat wanneer deze kaart getrokken wordt in liefdesaangelegenheden waarin toch al geen voortgang zit, dat er ook nooit voortgang in zal komen. Ook niet wanneer betrokkene sterk het gevoel heeft dat het zijn/haar zielemaatje betreft.

Water 7 – Projecties

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat raadt Ma Deva Padma je aan te doen wanneer je merkt dat je een oordeel hebt over iemand anders?

2. Je zult vandaag ongetwijfeld wel een oordeel hebben over iemand. Iemand op werk of iemand op tv. Volg vandaag iedere keer dat je een oordeel over iemand hebt, het advies van Ma Deva Padma op en kijk of het klopt. Beschrijf je ervaringen hiermee.
3. Kun je je voorstellen hoe je eigen oordelen je mening over een persoon kleuren en dat dat helemaal niet hoeft te kloppen? Probeer eens naar iemand waar je problemen mee hebt te kijken zonder tussenkomst van het denken. Beschrijf je ervaring.
4. Op <http://aura-chakra.nl/artikelen/gronden/> heb ik een oefening staan die ik 'het opblazen' noem, die erg effectief is om energetische banden te zuiveren. Wanneer je problemen hebt met iemand, kun je deze oefening uitproberen. Beschrijf je ervaring.
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Projecties* en de Kelken Zeven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 8 – Loslaten

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat vind je van het door Ma Deva Padma geschetste beeld van een druppel die loslaat en terugkeert in de oceaan?
2. Wat is volgens Ma Deva Padma de betekenis van deze kaart?
3. Wat is volgens Osho de definitie van 'onschuld'?
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken? Weet je wat je moet loslaten?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Loslaten* en de Kelken Acht uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 9 – Luiheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat symboliseren de brokstukken op de linkerkant van de kaart?
2. Wat is de symbolische betekenis van de witte vogel in de lucht?
3. Hoe beschrijft Osho het verschil tussen een 'staat van niet-doen' en luiheid? Heb je beiden wel eens ervaren? Beschrijf je ervaringen.
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
5. Eckhart Tolle⁴ zegt keer op keer dat je in een 'staat van niet-doen' kunt komen door je lichaam te voelen. Ga met je aandacht naar je lichaam. Voel je ademhaling, voel je voeten, je benen, je armen. Doe het nu met je ogen dicht. Hierdoor zet je even je gedachten stil en kom je tot rust en ben je weer helemaal aanwezig in het heden. Beschrijf je ervaring.

⁴ Auteur van o.a. *De Kracht van het Nu* en *Een Nieuwe Aarde*

6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Luiheid* en de Kelken Negen uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Water 10 - Harmonie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de symbolische betekenis van de twee dolfijnen?
2. Welk advies geeft deze kaart je? Probeer dit een dag lang toe te passen en beschrijf je ervaringen.
3. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
4. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Harmonie* en de Kelken Tien uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
5. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

N.B.: Het citaat van Osho komt uit de lezingenserie *Dang dang doko dang*. In de lezing voegt Osho aan het citaat toe dat er niet zoiets is als De Weg, maar dat er vele wegen zijn naar de harmonie van het hart en dat we ieder onze eigen weg moeten vinden. In dat opzicht is het tweedelige *Het boek der geheimen* van Osho een aanrader omdat het vol staat met verschillende meditatieën waarvan er een zeker als ‘weg’ voor jou kan fungeren.

Water Aas – Met de stroom meegaan

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat drukt de ontspannen in het water drijvende persoon op deze kaart uit?
2. Wat is volgens Ma Deva Padma de boodschap van deze kaart?
3. Waarmee vergelijkt Osho het water?
4. Wat zegt Osho over ambitie?
5. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
6. Wat gebeurt er volgens jou wanneer je je op de stroom laat meedrijven in plaats van er tegenin te zwemmen?
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Met de stroom meegaan* en de Kelken Aas uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

De Kleine Arcanakaarten uit de serie Wolken – Aas tot en met 10

Weet je nog wat de betekenis van het symbool ‘Wolken’ is?

Welk alchemistisch element hoort bij ‘Wolken’?

Wolken 2 – Schizofrenie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf in je eigen woorden de betekenis van deze kaart.
2. De situatie waarop deze kaart is getrokken is volgens Ma Deva Padma niet op te lossen met het verstand. Hoe dan wel?
3. Kun je je uit je eigen leven een Wolken 2-ervaring herinneren? Hoe heb je die opgelost en hoe pakte dat uit?
4. Hoe beschrijft Osho deze kaart?
5. Kun je de verdeeldheid waar Osho het over heeft in jezelf herkennen?
6. Probeer vandaag volmondig ‘ja’ te zeggen tegen alles wat er op je pad komt. Beschrijf je ervaringen.
7. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
8. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Schizofrenie* en de Zwaarden Twee uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
9. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 3 – IJs-olatie

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de functie van het ijs op deze kaart?
2. Wat is de functie van de tranen?
3. Wat betekent ‘in het zelf zitten’?
4. Wanneer je deze kaart voor vandaag getrokken hebt, kun je die dan plaatsen?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *IJs-olatie* en de Zwaarden Drie uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 4- Uitstel

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Beschrijf in je eigen woorden de betekenis van deze kaart.
2. Waarom komt de op de afgebeelde dame nog niet toe aan het ‘uitbreken’ uit haar situatie?
3. Wat brengt volgens Ma Deva Padma het uitstellen van zaken teweeg?
4. Wat zegt Osho over uitstellen?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Uitstel* en de Zwaarden Vier uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 5 – Vergelijking

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat ontstaat er volgens Osho door het maken van vergelijkingen?
2. Heb je deze kaart vandaag getrokken omdat je jezelf ongelukkig maakt door jezelf met anderen te vergelijken?
3. Houdt 'het vergelijken' je tegen of blokkeert het je op een of andere manier om zo goed als je kunt je eigen mogelijkheden waar te maken?
4. In welk opzicht komt de boodschap van Grote Arcana kaart I – *Het bestaan* overeen met Wolken 5 – *Vergelijking*? En in welk opzicht verschillen deze twee kaarten van elkaar?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Vergelijking* en de Zwaarden Vijf uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 6 – De last

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de symbolische betekenis van de verschillende figuren/personen op deze kaart.
2. Welke last draag jij op dit moment op je schouders? Is dat een zelfopgelegde last of een last die je hebt overgenomen van anderen?
3. Osho zegt dat je moet inzien dat je, zoals je nu bent, een leugen bent. Dit heeft te maken met je identificatie met je persoonlijkheid. Kun je zien waarom je persoonlijkheid een leugen is?
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De last* en de Zwaarden Zes uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 7 – Politiek

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat symboliseert de op deze kaart afgebeelde slang?
2. Wat is de betekenis van de twee gezichten?
3. Ma Deva Padma vergelijkt het denken met het bedrijven van politiek. Kun je enkele voorbeelden geven van eigen gedachten die aan haar definitie voldoen?
4. Op welke manieren worden we, volgens Osho, door priesters en politici onderdrukt? Op welke manier oefenen ze macht uit over ons?
5. Hoe is deze kaart vandaag op jou van toepassing? Welk 'gezicht' laat je aan de wereld zien of op welke manier verwoest/onderdrukt/vernederd jij jezelf?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.

7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Politiek* en de Zwaarden Zeven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 8 – Schuldgevoel

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van de wolken en de klauwen op deze kaart?
2. Wat is de betekenis van de tak met bloesems?
3. Hoe moet je volgens Ma Deva Padma omgaan met schuldgevoelens?
4. Wat zegt Osho over de begrippen zonde en heiligheid?
5. Heb je deze kaart getrokken omdat je een schuldgevoel hebt of omdat je leven een aaneenschakeling van zonden lijkt? Zo ja, kijk dan of je de gemaakte fout kunt herstellen. Zo niet, maak dan een lijst in je leven van alles wat je goed hebt gedaan in je leven, van al je pluspunten en ga dan dansen.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Schuldgevoel* en de Zwaarden Acht uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 9 – Verdriet

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wie heeft Ma Deva Padma op deze kaart afgebeeld en waarom?
2. Waar kan een periode van groot verdriet toe leiden?
3. Waartoe dient volgens Osho de pijn van verdriet?
4. Kun je een voorbeeld geven uit je eigen leven om de betekenis van deze kaart te illustreren?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Verdriet* en de Zwaarden Negen uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken 10 – Wedergeboorte

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van de kameel, de leeuw en het kind op deze kaart?
2. Hoe zou je je gemoedstoestand van dit moment karakteriseren?
3. Heb je het idee dat je gemoedstoestand in ontwikkeling is? Wat is er aan het veranderen?
4. Wat is de betekenis van deze kaart in kaartleggingen aangaande de periode waarin iemand zich bevindt?

5. In het citaat zegt Osho dat je “bewustzijn als een spiegel is. Je komt niet en evenmin ga je. De dingen komen en gaan.” Meestal hebben we het gevoel dat we erg ‘bezig’ zijn en dat we wel degelijk komen en gaan. Probeer vandaag van een afstandje naar jezelf te kijken en te zien hoe je werkelijke jij inderdaad nergens heen gaat en dat het dingen zijn die komen en gaan. Beschrijf je ervaringen.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Wedergeboorte* en de Zwaarden 10 uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Wolken Aas – Bewustzijn

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Leg alle kaarten uit de serie Wolken voor je neer en beoordeel voor jezelf of de figuren lijken op stripfiguren of op figuren in benarde omstandigheden. Beschrijf wat je opvalt.
2. Ma Deva Padma zegt dat de invloed van het denken op je leven over het algemeen of belachelijk of deprimerend is. Kijk vandaag de hele dag naar je gedachten en beoordeel de invloed ervan op je leven. Is het belachelijk? Deprimerend? of iets anders?
3. Waarom leven we vele levens?
4. Wat is de betekenis van deze kaart in leggingen?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Bewustzijn* en de Wolken Aas uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

De Kleine Arcanakaarten uit de serie Regenbogen – Aas tot en met 10

Weet je nog wat de betekenis van het symbool ‘Regenbogen’ is?

Welk Alchemistisch element hoort bij ‘Regenbogen’?

Regenbogen 2 – Van moment tot moment

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waaraan kun je zien dat de afgebeelde man volmaakt in evenwicht is?
2. Hoe weet je dat het afgebeelde water ‘verraderlijk en kolkend’ is?
3. Hoe komt de afgebeelde stad op je over?
4. Waartoe nodigt deze kaart je uit? Wat moet je laten varen om deze uitnodiging aan te kunnen nemen?
5. Wat moet je doen als je valt?
6. Wat is de ‘gouden poort’? Hoe kom je daar?
7. In welke tijd kom je door ambities te koesteren?
8. Kun je het plaatsen waarom je deze kaart juist vandaag getrokken hebt?

9. Stel je voor dat iemand vraag of hij ooit nog een relatie zal krijgen en hij trekt deze kaart. Is het antwoord op zijn vraag ja of nee? Welk advies krijgt hij aangereikt?
10. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
11. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Van moment tot moment* en de Pentakels Twee uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
12. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 3 – Leiding

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van de afgebeelde engel. Wie is de vrouw op de achtergrond?
2. Wat is de betekenis van deze kaart?
3. Waarom vragen we, volgens Osho, om leiding?
4. Hoe noemt Osho de innerlijke gids?
5. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken? Zoek je 'leiding' van buitenaf of krijg je leiding van binnenuit?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Leiding* en de Pentakels Drie uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 4 – De vrek

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Waaraan klamp je je vast? Wat wil je niet delen?
2. Wanneer je niet precies weet waarom je deze kaart getrokken hebt, kijk dan eens goed naar je verschillende levensgebieden (financieel, liefde, gezondheid et cetera) en beoordeel welk levensgebied geblokkeerd is. Misschien helpt dat je verder.
3. Ga in een meditatieve houding zitten met je handen geopend naar boven (op je schoot of bovenbenen) en stel je voor dat je alles wat je hebt weggeeft. Je huis, je auto, je baan, je sieraden, je kleding, al je geld et cetera. Word je daar daadwerkelijk armer van? Probeer vervolgens alle liefde die je hebt weg te geven. Denk aan je familieleden en je vrienden, en probeer ze te overladen met liefde. Hoe voelt dat? Sluit de meditatie af door je voor te stellen dat je nu, als leeg vat, klaar bent om al het goede van het leven te ontvangen. Beschrijf wat je hebt ervaren.
4. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
5. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De vrek* en de Pentakels Vier uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
6. Geef je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 5 – De buitenstaander

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Ma Deva Padma zegt in haar beschrijving van deze kaart dat het kleine jongetje ervan overtuigd is dat hij er niet IN kan. Waarom gebruikt zij het voorzetsel IN en niet het voorzetsel UIT?
2. Heb je je wel eens buitengesloten gevoeld? Voelde je toen als een klein kind? Voelde je je minderwaardig?
3. Verkeer je nu in een situatie waarin je je buitengesloten voelt? Kijk dan eens goed naar je eigen houding. Doe je iets waardoor je jezelf buitensluit?
4. Meditatie om het hek te openen: Ga in meditatiehouding zitten met je handen geopend naar boven. Keer diep naar binnen en bedenk hoe je het hek kunt openen. Bedenk zoveel mogelijk manieren. Wanneer je niets meer weet te bedenken en er zit geen enkele bruikbare manier tussen, laat dan je denken los en vraag het universum/ je innerlijke gids om je de beste manier aan de hand te doen. Blijf rustig zitten tot je het antwoord hebt ontvangen. Beschrijf wat je hebt ervaren.
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *De buitenstaander* en de Pentakels Vijf uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 6 – Compromis

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de symbolische betekenis van de twee afgebeelde figuren en waarin zijn zij verwickeld?
2. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken? Ben je bezig je eigen waarheid te verraden omdat je hoopt dat het je iets oplevert zoals macht of goedkeuring?
3. Herinner je een situatie waarin je gekozen hebt voor een compromis. Hoe pakte dat uit? Wat leverde het je op?
4. Osho zegt dat een compromis kan dienen om geen richting te kiezen, maar ook om je verwarring te onderdrukken. Heb je voorbeelden van beide situaties uit je eigen leven?
5. Wanneer je nu in verwarring bent over iets en niet weet welke weg te kiezen, welke oplossing de beste is, stel dan vast dat je in verwarring bent en ga iets anders doen. De oplossing komt vanzelf wel.
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Compromis* en de Pentakels Zes uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 7 – Geduld

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje en lees de onderstaande toelichting.

Het citaat van Osho komt uit het boek *Zen, the Diamond Thunderbolt*, hoofdstuk 10. Dit hoofdstuk verhaalt hoe Ejo na jarenlang in de leer te zijn geweest bij de Zenmeester Dogen plotseling verlicht wordt. Dogen had Ejo jaren geleden de volgende uitspraak voorgelegd: One hair pierces myriad holes (Eén haar doorboort ontelbare gaten). Ejo wilde natuurlijk weten wat dit betekende, maar wist ook dat je een zenmeester niet om een antwoord vraagt voordat je klaar bent om het antwoord te ontvangen. Je moet jezelf reinigen. Je moet er rijp voor zijn. Dus Ejo vroeg niks, maar gaf zich over aan zijn meester in totaal vertrouwen dat het moment zou komen waarop hij rijp zou zijn om het antwoord op de vraag te ontvangen. Wanneer je deze kaart trekt, kan het zinvol zijn om te kijken of het geduld dat je gevraagd wordt op te brengen te maken heeft met natuurlijke processen of met jezelf voorbereiden op het kunnen ontvangen van dat wat je wenst. Stel je voor dat je een nieuwe relatie zoekt, maar je zit in gedachten nog vast aan je vorige relatie. Het is mogelijk dat het trekken van deze kaart betekent dat je nog niet rijp bent voor een nieuwe relatie. Je zult aan jezelf moeten werken.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat is de betekenis van de verschillende maanfasen boven het hoofd van de afgebeelde vrouw?
2. De vrouw ziet er zwanger uit, wat is hier de betekenis van?
3. Vat de betekenis van deze kaart samen in je eigen woorden.
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Geduld* en de Pentakels Zeven uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 8 – Gewoon zijn

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wat voor soort periode luidt het trekken van deze kaart in?
2. Hoe raadt deze kaart je aan om de zaken aan te pakken?
3. Osho zegt dat je soms een uniek moment van eenwording beleeft, bijvoorbeeld wanneer je naar de zee kijkt. Heb je wel eens zo'n moment beleefd?
4. Wat is er voor nodig om die buitengewone momenten je dagelijkse ervaring te maken?
5. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Gewoon zijn* en de Pentakels Acht uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 9 – Rijpheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Wanneer je deze kaart trekt, waar wijst dat dan op? Kun je dit plaatsen in je huidige situatie?
2. Wanneer en hoe wordt de dood getransformeerd tot de deur tot het goddelijke?
3. Wanneer ben je daar rijp voor?
4. Stel je voor dat iemand deze kaart trekt op de vraag of het starten van een praktijk een goed idee is. Hoe zou je deze kaart dan interpreteren?
5. Stel je voor dat iemand deze kaart trekt op de vraag of zijn/haar huidige relatie wel toekomst heeft. Hoe zou je deze kaart dan interpreteren?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Rijpheid* en de Pentakels Negen uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen 10 Wij zijn de wereld

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

1. Op deze kaart wordt de mensheid afgebeeld als een regenboog van wezens die de aarde omvat. Wat is hiervan de betekenis?
2. Vat in je eigen woorden samen wat de betekenis is van deze kaart.
3. Waarom wijst Osho op het belang van feestvieren en wat verstaat hij onder feestvieren?
4. Waarom heb je juist vandaag deze kaart getrokken?
5. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
6. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Wij zijn de wereld* en de Pentakels Tien uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?
7. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Regenbogen Aas – Volwassenheid

Bestudeer en beschrijf de kaart. Lees de beschrijving in het bijgeleverde boekje.

Beantwoord nu de volgende vragen:

Wat symboliseren de bloemen op deze kaart?

1. Wat zegt Osho over het verschil tussen gras en bloemen?
2. Wat is de symbolische betekenis van het witte licht?
3. Waarom heeft de afgebeelde persoon een oneindige bewegingsvrijheid?
4. Wat voor tijd kondigt het trekken van deze kaart aan?
5. Waarom heb jij juist vandaag deze kaart getrokken?
6. Schrijf twee steekwoorden op die voor jou de betekenis van deze kaart samenvatten.
7. Wat is het belangrijkste verschil tussen de Osho-kaart *Volwassenheid* en de Pentakels Aas uit de Rider-Waite Tarot. Wat is de belangrijkste overeenkomst?

8. Geeft je begrip van deze Osho-kaart een verdieping van je begrip van de Rider-Waite kaart? Licht je antwoord toe.

Cursus Osho Zen Tarot – De Praktijk

Nu dat je alle kaarten hebt bestudeerd, gaan we praktisch leren werken met de Osho Zen Tarot.

Tarotkaarten kunnen je helpen om antwoord te krijgen op vragen die je hebt of inzicht te krijgen in je huidige situatie. Je kunt hiervoor eenvoudigweg één kaart trekken, maar je kunt ook gebruik maken van een tarotlegpatroon. In het Osho-Zen-Tarot-boekje worden een aantal legpatronen gegeven, echter zonder uitgewerkte voorbeelden. In dit deel van de cursus geef ik voor ieder legpatroon een voorbeeld en ga je zelf aan de slag om het tarotkaarten leggen onder de knie te krijgen.

Opdracht - Spelregels

Kijk nog even terug naar de spelregels aan het begin van de cursus en met name naar vraag 2. Heb je deze vraag aan het begin van de cursus niet kunnen beantwoorden, kun je dat da nu wel?

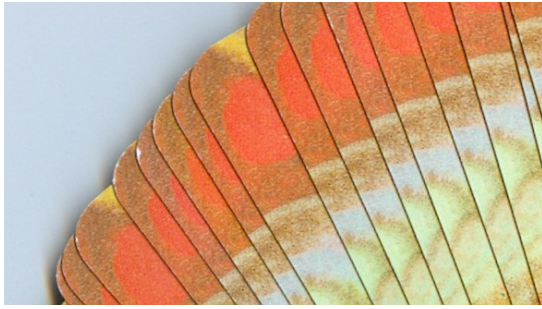
Vragen stellen

Als je geen vraag stelt, komt de situatie op tafel te liggen, die op dit moment voor jou het belangrijkste is. In het begin is het handig en verstandig om *wel* een vraag te stellen omdat dit houvast geeft bij het interpreteren van de kaarten en het zien van de verbanden tussen de kaarten onderling. Je kunt iedere vraag stellen die je wilt, zoals jij wilt. Het universum rekent je niet af op je woordkeus of de precisie van je vraag. Je mag ook vragen of je ooit de loterij zal winnen. Het enige wat ik afraad is het stellen van vragen over gezondheid. Die kun je beter voorleggen aan je arts. Daarnaast is het heel belangrijk je gezonde verstand te blijven gebruiken en niet klakkeloos tarotadviezen op te volgen. Tarot kan een leidraad zijn en een steuntje in de rug. Je kunt inzicht krijgen in een situatie en je bewust worden van beperkende patronen en dergelijke, maar je bent en blijft altijd zelf verantwoordelijk voor je leven en je keuzes.

Kaarten schudden

Nadat je bepaald hebt welke vraag je wilt stellen, ga je de kaarten schudden. Het is niet noodzakelijk allerlei rituele handelingen te verrichten voordat je de kaarten in een bepaald patroon gaat uitleggen. Wel is het nuttig om altijd dezelfde werkwijze aan te houden. De reden hiervoor is, dat dit voor jezelf een gevoel geeft dat je het 'goed' hebt gedaan. Waar ik de kaarten normaal gesproken voor mij op tafel uit en trek er dan willekeurig het benodigde aantal kaarten uit, dan weet ik dat de kaarten 'goed' liggen, ook al ben ik misschien niet blij met wat de kaarten mij vertellen. Doe ik de ene keer zus en de andere keer zo, dan ben ik sneller geneigd om te zeggen dat de kaarten 'verkeerd' liggen als de boodschap mij niet aanstaat.

Een veel gebruikte methode is de kaarten te schudden en ze daarna in een halve cirkel uit te waaieren op tafel.



uit de waaier trekt.

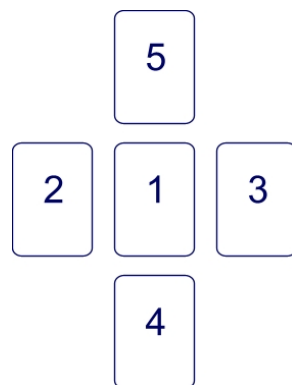
Het uitwaaieren van de kaarten is een kwestie van oefening. Ik leg de stapel kaarten bij mijn linkerhand en met mijn rechterhand veeg ik ze als het ware in een halve cirkel voor mij uit.

Een andere methode is om de kaarten goed te schudden en vervolgens te couperen in drie stapeltjes. Je kunt dit doen met je linkerhand, maar dat hoeft niet. Die stapeltjes kun je naar links uitleggen, maar ook dat hoeft niet. Vervolgens leg je de stapeltjes in tegenovergestelde richting weer op elkaar en pak je eenvoudig het benodigde aantal kaarten van bovenaf.

Vervolgens trek je uit die waaier de hoeveelheid kaarten die je nodig hebt om het gekozen legpatroon te kunnen maken. Wil je het legpatroon De Ruit gebruiken, dan trek je vijf kaarten uit de waaier. Je doet dit gewoon intuïtief. De ervaring zal leren dat het inderdaad de 'juiste' kaarten zijn. Het maakt niet uit of je de kaarten met je linkerhand of met je rechterhand

Legpatroon De Ruit

Dit legpatroon is nuttig om duidelijkheid te krijgen over een bepaalde kwestie.



De eerste kaart is de kernkaart en zegt iets over de kwestie.

De tweede kaart geeft aan wat de invloed is van binnenuit waar je geen weet van hebt.

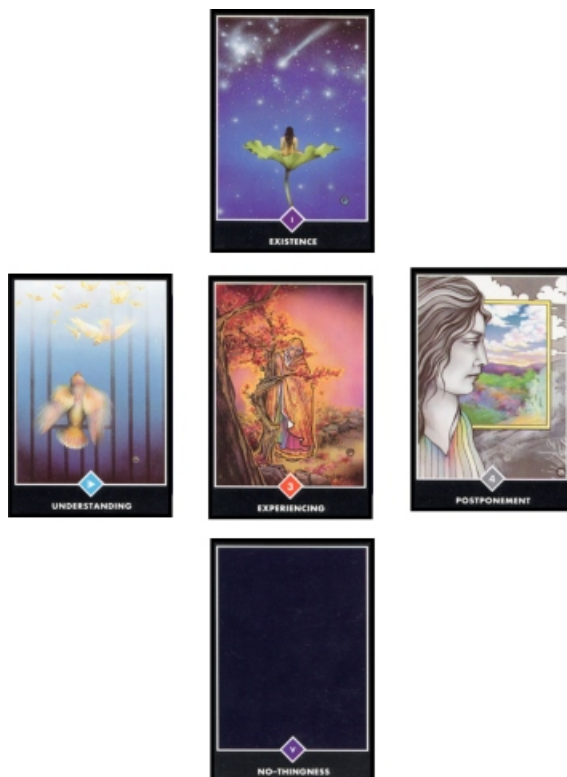
De derde kaart is de invloed van buitenaf waarvan je je bewust bent.

De vierde kaart geeft aan wat nodig is voor de oplossing.

De vijfde kaart geeft de oplossing of het inzicht.

Voorbeeld

Renate heeft gesolliciteerd en is uitgenodigd voor de tweede sollicitatieronde. Ze twijfelt echter of ze er wel mee door moet gaan, maar kan niet benoemen waarom ze twijfelt. Hier wil ze wat meer inzicht in.



De Kwestie wordt weergegeven door Vuur 3- Ervaren. Deze kaart heeft te maken met omhelzen wat er is en op deelname. Dit sluit aan bij de vraag omdat Renate zich afvraagt of ze nog wel aan het sollicitatie proces moet deelnemen en bovendien had ze het gevoel dat het niet klikte met een persoon tijdens het eerste sollicitatiegesprek. Daardoor ontstond een afstand en verliep het gesprek een beetje stroef.

De invloed van binnenuit, waar ze geen weet van heeft, wordt weergegeven door de Schildknaap van Water – Inzicht. Deze kaart duidt erop dat je vrij bent om uit je kooi te vliegen, je bent vrij om de kooi los te laten en te gaan vliegen. Dit suggereert dat ze zich op een bepaalde manier vastzet. Renate zegt dat ze het gevoel heeft dat ze veel vrijheid opgeeft door eventueel deze baan te accepteren, maar dat geldt uiteindelijk voor iedere baan (ze

werkt nu niet).

De invloed van buitenaf, waarvan ze zich bewust is, wordt aangeduid door Wolken 4 – Uitstel. Deze kaart wijst erop dat uitstel gewoon stom is. Ze zal op een bepaald moment toch een baan moeten accepteren. Renate merkt op dat dit een grappige kaart is, want er zit bij dit bedrijf geen vaart in het sollicitatieproces. Haar eerste gesprek werd verzet. En nu het tweede ook al.

Op de vierde positie ligt V – Niets-ietsheid en deze kaart geeft aan wat nodig is voor de oplossing. Osho vraagt hier: Waarom maak je je zo druk halverwege? Deze kaart suggereert dat ze zich zorgen maakt om niets.

De vijfde kaart vertegenwoordigt de oplossing of het inzicht. Hier ligt I Existence.

Deze kaart duidt erop dat het universum, het bestaan niet compleet is zonder Renate.

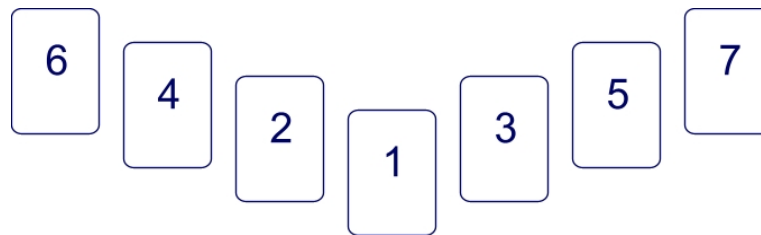
Hij suggereert ook dat ze nodig is binnen dit bedrijf en dat wanneer ze in staat is de eenheid te *ervaren* zich overal thuis kan voelen. Dit sluit weer mooi aan bij de eerste kaart. Ik denk dat het verstandig is voor Renate om zich niet zo druk te maken. Ze kan aangenomen worden, ze kan niet aangenomen worden en wordt ze wel aangenomen, dan kan ze van daaruit weer verder solliciteren. Renate geeft aan dat dit allemaal wel klopt en dat haar twijfel er waarschijnlijk mee te maken heeft dat ze al bijna twee jaar niet gewerkt heeft en bang is om weer te beginnen. Dit sluit ook aan bij De Schildknaap van Water die duidt op 'loslaten van de kooi en gaan vliegen'.

Huiswerkopdracht De Ruit

Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie voorzien van commentaar van degene die de vraag stelt. Mijn e-mailadres is nellyvanderwerff@gmail.com.

Toelichting: Commentaar in de zin van 'dit klopt', 'hier kan ik wat mee' 'dit snap ik niet' etc. Wanneer je kaarten legt voor anderen, is het niet belangrijk of die ander erbij aanwezig is, maar wel dat die ander je toestemming heeft gegeven om voor hem/haar kaarten te trekken. Je kunt je consulten dus ook telefonisch of per e-mail doen.

Legpatroon De Vliegende Vogel



Deze rangschikking heeft de vorm van een opvliegende vogel. De gekozen kaarten die op de linkervleugel liggen symboliseren onze vrouwelijke, ontvankelijke energie van dit moment en geven ons enkele aanwijzingen hierover. De rechternleugel symboliseert onze mannelijke, actieve energie. De eerste kaart die gekozen wordt is de initiatiefnemer voor de vlucht en is daarom afkomstig van de mannelijke kant. Elke volgende kaart geeft respons op de vorige en tilt de 'vogel' hoger op, waardoor de vraagsteller meer helderheid en innerlijke ruimte krijgt.

- Positie 1 – Hier en Nu – de kaart waardoor je 'loskomt'
- Positie 2 – Weerstand – 'vliegangst'
- Positie 3 – Je vermogen tot respons op je angst
- Positie 4 – Innerlijke steun (intuïtie) voor je verantwoordelijkheid.
- Positie 5 - Steun van buitenaf (respons van je intelligentie op je intuïtie)
- Positie 6 - Ontspanning en acceptatie
- Positie 7 - Aankomst op een nieuw bewustzijnsniveau

Voorbeeld

Anita vroeg: Wat maakt dat ik mij zo op de achtergrond houdt wat betreft mijn kwaliteiten?



Op positie 1 ligt Wolken 6 – De Droom. Deze positie heeft te maken met het Hier en Nu en de kaart die hier ligt, moet aangeven waardoor je loskomt. Normaal gesproken is De Droom een redelijk negatieve kaart omdat hij verwijst naar de illusie van de sprookjesprins die al je verlangens zal vervullen, de je gelukkig zal maken. Die prins bestaat niet. Alleen jijzelf kunt jezelf gelukkig maken. En dat, denk ik, is de positieve kant van het verhaal. Hoe graag wil je uiting geven aan je kwaliteiten? Hoe sterker de wens, hoe duidelijker je ideaal, hoe meer kans er is dat je in beweging komt om die wens te vervullen. Deze kaart komt daarom overeen met een belangrijke stap wat betreft de Wet van Aantrekking. Eerst moet je een duidelijk beeld hebben van wat je

wilt en wie je wilt zijn. Een droombeeld, zo je wilt. Hoe duidelijker het beeld in je geest, hoe sneller het zich zal manifesteren in de alledaagse werkelijkheid. Dus hierbij zou je ook kunnen kijken of je jezelf kunt zien als iemand die zichzelf krachtig op de voorgrond durft te zetten met haar kwaliteiten.

Een ander belangrijk aspect is de naam van deze tarotkaart: De Droom omdat je, naast je reguliere werk, werkt met dromen en het uitleggen daarvan.

De kaart op positie 2 laat zien wat je weerstand is, je vliegangst. Hier ligt kaart XVIII – Vorige Levens. Deze kaart kan erop duiden dat de weerstand gelegen is in vorige levens. Het is ook mogelijk dat wanneer je terugkijkt op je huidige leven, je een patroon kunt ontdekken die de weerstand kan verklaren. Een andere mogelijkheid is dat je onbewust bang bent om slecht karma op te bouwen, omdat we door de eeuwen heen zijn gebombardeerd met overtuigingen dat wanneer we iets slechts doen - en jezelf naar voren schuiven valt daaronder - je daardoor in de hel zou kunnen belanden. Hoe dan ook, de kaart Vorige Levens geeft aan dat de angst diep zit en een sessie bij een regressietherapeut zou kunnen helpen.

De kaart op positie 3 laat je vermogen tot respons op je angst zien. Hier ligt de Schildknaap van Regenbogen – Avontuur. Op de kaart zien we een klein meisje dat alleen op weg is. Ze maakt zich niet druk want ze voelt zich veilig en geborgen en de verwachtingsvolle stemming van het avontuur doet haar voortgaan. Ze kijkt ernaar uit. Haar verwachtingspatroon voor de toekomst is positief. Ze maakt zich geen zorgen. De oefening bij deze kaart is de volgende en helpt wellicht om je angst voldoende los te laten zodat die geen obstakel meer vormt:

Je denkt misschien dat je niet avontuurlijk bent, maar ieder mens heeft in zijn leven al vele avonturen meegemaakt. Het avontuur van de eerste stapjes zetten. Het avontuur van de eerste schooldag. Het avontuur van je eerste liefde. Op vakantie gaan, verhuizen, van baan veranderen. Het zijn allemaal avonturen. En ergens onderweg krijgen we angst voor avonturen. We hebben liever dat alles bij het oude blijft. Denk nu eens terug over je leven en alle avonturen die je bent aangegaan. Waar zou je nu zijn wanneer je die avonturen niet was aangegaan?

De kaart op positie vier verwoordt je innerlijke steun. Hier ligt kaart XX - De Illusie Voorbij.

De kaart De Illusie Voorbij duidt erop dat je een Boeddha bent, een goddelijk wezen. Je kern is eeuwig en onveranderlijk. Door je te richten op uiterlijkheden kun je verstrikt raken in oordelen. Hierdoor blijf je gevangen in je illusies. Het antwoord is je denken los te laten, naar binnen te keren en te ontspannen in je diepste waarheid. Dit sluit aan op de kaart Avontuur, want die kleine meid denkt niet na over wat haar allemaal kan gebeuren onderweg. En goed beschouwd kan je niets gebeuren, omdat je werkelijke zelf onaantastbaar is.

Op de vijfde positie, de positie die duidt op steun van buitenaf, ligt kaart X – Verandering. Deze kaart wijst je erop dat het leven een aaneenschakeling is van gebeurtenissen die allemaal voorbijgaan. Niets in de tastbare wereld is eeuwig, en ook je gedachten hebben geen eeuwigheidswaarde. Gisteren wist je zeker dat de wereld plat was en vandaag ben je ervan overtuigd dat de wereld rond is. Wanneer je je vastklampt aan de buitenkant van het wiel kun je duizelig worden. Wanneer je naar het midden kruipt, kun je je ontspannen in de wetenschap dat wat er ook gebeurt, het ook weer voorbij gaat.

Het citaat van Osho bij deze kaart wijst erop dat het leven een gedachteloze herhaling is tot het moment dat je opmerkzaam wordt. Het is dus belangrijk jezelf te observeren, te gaan zien dat het rad steeds ronddraait en dat je je dan weer blij voelt en dan weer terneergeslagen. Door dit proces te observeren word je je steeds meer bewust van je innerlijke getuige, die dit alles gadeslaat, en zie je dat er op het niveau van de getuige niets verandert. Dat is het middelpunt van het rad, je bron, je innerlijke rustpunt, je innerlijke kern. Je gaat door dat gadeslaan de rand loslaten en komt vanzelf in het midden.

Bij deze kaart heb ik de volgende oefening, die ook zou kunnen helpen:

Teken een cirkel. Zet een stip in het midden van de cirkel en schrijf daarbij 'Ik'. Zet vervolgens een stip ergens op de rand van de cirkel. Deze stip vertegenwoordigt je probleem. Schrijf er in het kort bij wat je probleem is. Neem nu een los vel papier en schrijf daarop ook in het kort op wat je probleem is. Maar een prop van dit vel papier. Keer nu weer terug naar de cirkel en zet nog een stip ergens op de rand van de cirkel. Deze stip vertegenwoordigt de oplossing. Pak de prop papier met je probleem in je linkerhand en sluit je ogen. Je handpalmen zijn naar beneden gericht op zo'n manier dat, wanneer je je handen opent, de prop papier op de grond valt. Ga in gedachten in het midden van de cirkel zitten en 'kijk' vanuit dat midden naar het punt dat je probleem vertegenwoordigt. Waar en hoe voel je dit probleem in je lichaam? Het kan een steek in je borst zijn, kramp in je buik of wat dan ook. Voel waar het probleem zit in je lichaam. Stel je voor dat je het gevoel dat je probleem vertegenwoordigt, dat ergens in je lichaam vastzit, naar je handen verplaatst. Wanneer je dat gevoel helemaal in je handen hebt zitten, open je je fysieke handen en laat je het probleem vallen. Soms is een keer loslaten niet voldoende. Herhaal dan gewoon het voelen van het probleem in het lichaam, verplaats het naar je handen, en laat los. De volgende stap is om, terwijl je zelf in het midden van de cirkel blijft, je innerlijke blik te verplaatsen van het punt van het probleem naar het punt van de oplossing. Open je handen met de handpalmen naar boven en ontvang de oplossing. Soms krijg je op zo'n manier direct de oplossing aangereikt, soms duurt het even voordat je ziet hoe je op het punt van de oplossing kunt komen. Ga er maar vanuit dat deze oefening je heeft geopend voor het ontvangen van de oplossing. Komt de oplossing niet direct, dan komt ze wel gedurende de dag of de volgende dag.

Op de zesde positie, de positie van ontspanning en acceptatie, ligt Regenbogen 5 – De Buitenstaander. Op deze kaart zien we een klein jongetje dat er van overtuigd is dat het hek op slot is, maar dat is niet zo. Het hek wordt weliswaar dicht gehouden met een ketting, maar het slot is open. Deze kaart heeft te maken met een gevoel 'er niet bij te horen', met een diepgeworteld gevoel niet goed genoeg te zijn om er bij te horen. Het is belangrijk om in te zien dat die gevoelens niets met nu te maken hebben, maar uit het verleden stammen en dat je die gevoelens nu rustig kunt loslaten. Dit kun je ook doen met hierboven aangegeven oefening. En dan doe je de deur open en kun je gaan vliegen.

Op de zevende positie, de positie van de aankomst op een nieuw bewustzijnsniveau, ligt Vrouw van Wolken – Zedelijkheid. Deze kaart gaat ook over het uitbreken uit een kooi en wel uit een kooi van zedelijkheid, van dat "wat hoort" en dat "wat niet hoort". Dit sluit aan bij de voorgaande kaarten die ook gingen over het loslaten van de denkbeelden die je belemmeren tot volle bloei te komen. Die denkbeelden hebben niets meer met *nu* te maken. Laat ze los en ga vliegen. De Vrouw van Wolken is de

kaart die jou een schop verkoopt zodat je in actie komt. Er is niemand die jou vanuit de achtergrond naar voren zal halen. Je moet het zelf doen.

Huiswerkopdracht De Vliegende Vogel

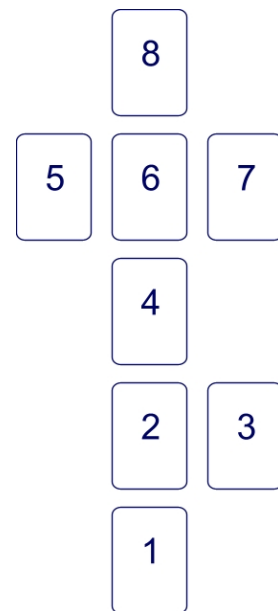
Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of die van iemand ander. Stuur mij je uitgebreide interpretatie voorzien van commentaar van de vraagsteller (ook wanneer je dat zelf bent).

Legpatroon De Sleutel

De sleutel kan 'de deur openen' naar inzicht in verborgen, onbewuste aspecten van een bepaalde kwestie. Ze kan ook als een algemene methode worden gebruikt om inzicht te krijgen in je innerlijk in het hier-nu.

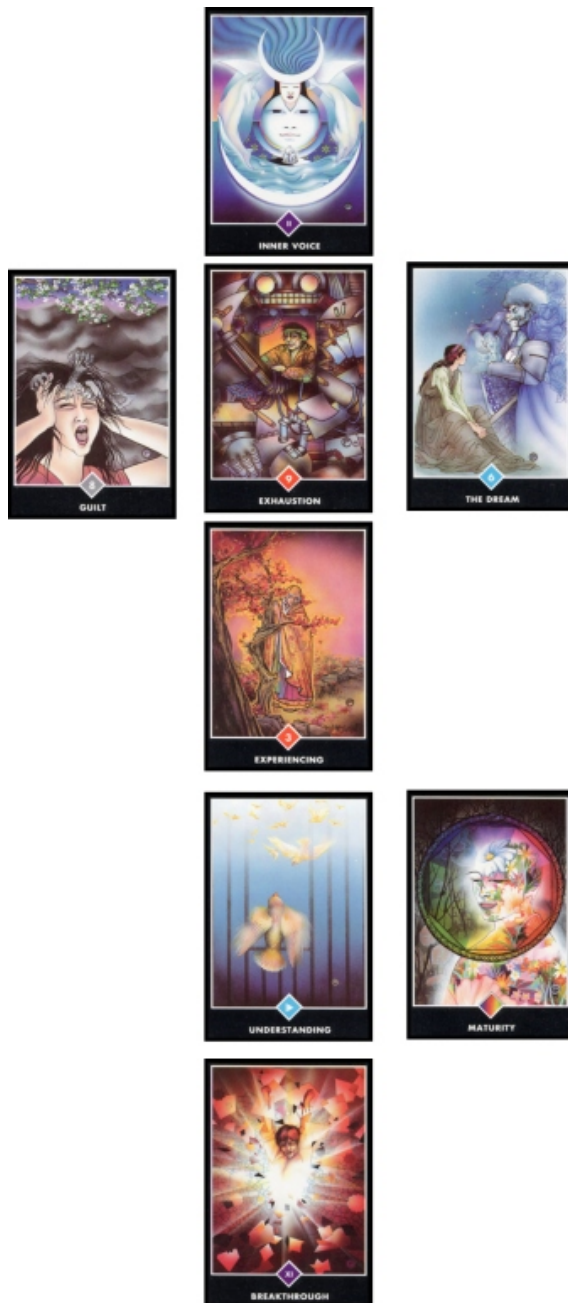
De betekenis van de posities:

1. Wat onderdrukt wordt.
2. De yin-kaart, je vrouwelijke (passieve) kant
3. De yang-kaart, je mannelijke (actieve) kant
4. De meditatie
5. Inzicht in je lichaam
6. Inzicht in je hart
7. Inzicht in je wezen
8. Bewustzijn (inzicht)



Voorbeeld

Petra had de volgende vraag: Hoe komt het dat mannelijke leidinggevendenden nooit echt blij met mij zijn. Vrouwelijke leidinggevendenden zijn dit over het algemeen wel.



Op de eerste positie, de positie die aangeeft wat onderdrukt wordt, ligt kaart XI – *De Doorbraak*.

De doorbraak is een kaart die aangeeft dat het probleem al sinds lange tijd bestaat en misschien zelfs dateert uit vorige levens. De Doorbraak is een kaart die erop wijst dat het nu tijd is om oude patronen en beperkingen die je energie verstikken te doorbreken. Dat deze kaart hier ligt, wijst erop dat een doorbraak mogelijk is.

Op de tweede positie, de positie de te maken heeft met je vrouwelijke (passieve) energie, ligt de *Schildknaap van Water – Inzicht*. Deze kaart laat een vogeltje zien op de rand van zijn kooi waarvan de tralies vervagen omdat de beperkingen aan het oplossen zijn. Hij is vrij om zijn vleugels uit te slaan. Hij hoeft alleen maar zijn kooi los te laten en eruit te vliegen en dan is de hele hemel van hem.

Deze kaart heeft een speels, vriendelijk en lichtvoetig karakter. Wat dit vogeltje tegenhoudt is in hemzelf gelegen, in zijn eigen innerlijk. Het is tijd om het avontuur aan te gaan en jezelf de vrijheid te gunnen.

Op de derde positie, de positie de te maken heeft met de mannelijke (actieve) kant, ligt de *Aas van Regenbogen – Volwassenheid*.

Volwassenheid is een kaart die erop

wijst dat je een Boeddha bent en dat er niets aan je ontbreekt. Je bent compleet. Hoewel de dame op de kaart in rust is neergezet heeft ze een oneindige bewegings- en keuzevrijheid. Ze kan alle kanten op.

Uit de kaarten *Inzicht* en *Volwassenheid* zou je kunnen aflezen dat de vrouwelijke, ontvankelijke, intuïtieve kant minder goed ontwikkeld is dan de mannelijke, logische, actieve kant. In verband met je vraag over mannelijke bazen kan dit betekenen dat ze daarmee niet overweg kunnen, omdat het voor hun 'vreemd' is. Ze zien een vrouw

voor zich en ze verwachten ‘vrouwelijke maniertjes en manipulatie’ en je gedrag komt dus niet overeen met hun verwachtingspatronen en dat kan de verstoring veroorzaken.

Op de vierde positie, de positie die duidt op De Meditatie, ligt *Vuur 3 – Ervaren*. Deze kaart geeft aan dat er een verschil is tussen een ervaring en ervaren. Een ervaring kun je beschrijven in woorden. Ervaren heeft niets met het denken te maken, maar is totaal aanwezig zijn met het object of in de situatie en die te ervaren. Het denken is typisch iets van de mannelijke kant en die is goed ontwikkeld. Het niet-denken is iets van de vrouwelijke kant, waar we het vogeltje zagen dat nog zijn vleugels moest gaan uitslaan. Ervaren als meditatie kun je oefenen door een bloem, plant of boom te ervaren. Door die boom (bloem of plant) niet met je gedachten te analyseren en te beoordelen, maar gewoon zonder denken in de aanwezigheid ervan te verkeren. Deze meditatie zou je kunnen gaan oefenen.

Op positie vijf, ligt een kaart die iets zegt over inzicht in het lichaam. Hier ligt *Wolken 8 – schuldgevoel*. Schuldgevoel heeft te maken met jezelf voor fouten straffen omdat je niet genoeg gepresteerd zou hebben. Dit schuldgevoel komt vaak voor bij mensen die een dusdanige drang naar perfectie hebben dat ze zich nooit goed genoeg voelen. Wanneer ze bijvoorbeeld 100 plus punten hebben opgebouwd en een klein foutje maken van 1 punt dan hebben ze niet nog 99 pluspunten over, nee, dan staan ze gelijk 99 punten in de min. Kijk of dit op jou van toepassing is, want als dat zo is, dan beïnvloedt dit je energiehuishouding en je uitstraling.

Op positie zes, de positie die te maken heeft met inzicht in je hart ligt *Vuur 9 – Uitputting*. Deze kaart sluit aan op de kaart *Ervaren* op de meditatie-positie. *Uitputting* geeft aan dat je verhard bent omdat je niet vanuit je bewustzijn leeft. Je leeft vanuit een pantser van ideeën over hoe je je moet gedragen en hoe je moet leven. Je reageert op dingen en situaties vanuit je conditionering in plaats van er spontaan op te antwoorden van uit je ware kern.

Op positie zeven, de positie van inzicht in je wezen, ligt *Wolken 6 - De droom*. *De Droom* duidt erop dat je streven gericht is op het opheffen van een gevoel van eenzaamheid. Dit is echter alleen op te heffen door je innerlijke kant te ontwikkelen, door de weg van het hart te gaan.

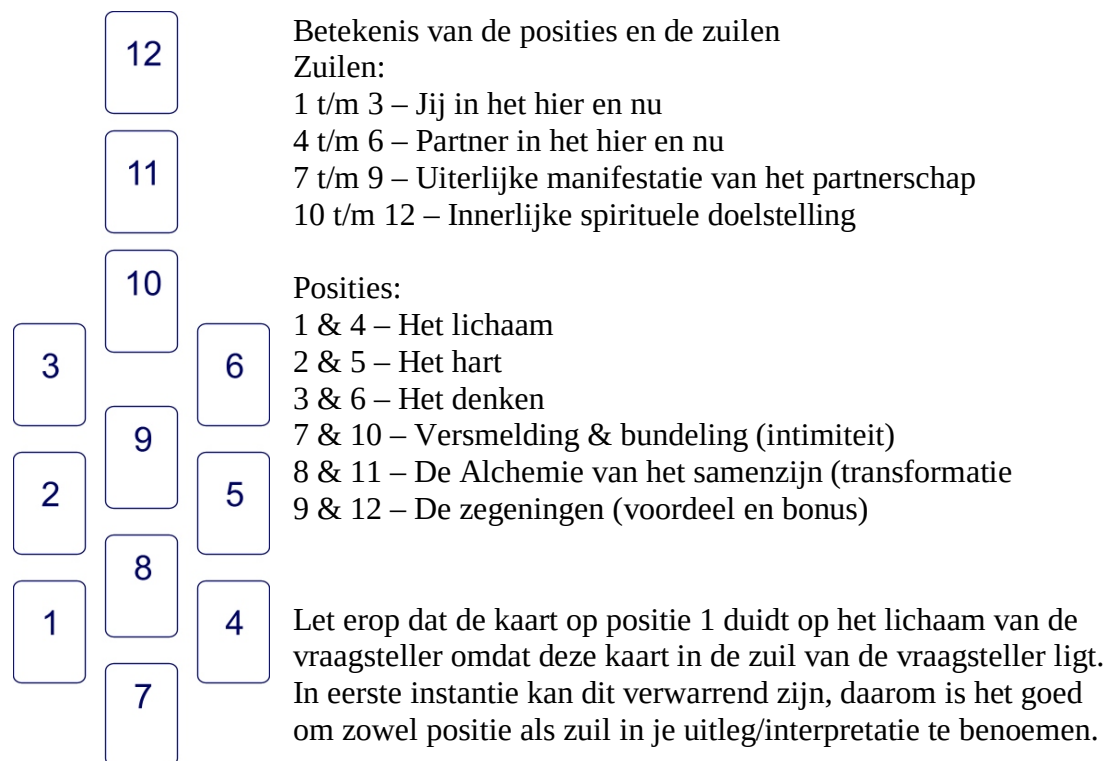
Op positie acht, de positie van bewustzijn en inzicht, ligt *kaart II -De Innerlijke Stem*. De Innerlijke Stem, de stem van je hart, van je wezen, van de Boeddha in je, is alleen te horen wanneer je stil bent. Het is dus belangrijk om stil te zijn, je denken van tijd tot tijd stop te zetten, zodat je deze innerlijke stem kunt horen. De kaart *Ervaren* die op de meditatie positie ligt, sluit hierop aan. Door ervaren, door gewoon aanwezig te zijn bij mensen, planten en dieren, en niet te denken, niets te benoemen, zal je hart zich steeds meer openen. Het is ook belangrijk om je bewust te worden hoe en wanneer je op een automatische, aangeleerde manier en vanuit je verstand op zaken reageert en te kijken of je ‘spontane antwoorden’ vanuit je gevoel onderdrukt omdat je verstand de boventoon voert. Om de situatie te doorbreken lijken deze kaarten aan te geven dat je uit je hoofd moet komen en in je hart moet gaan zitten. In ieder geval in gelijke mate, want nu is er een onevenwichtigheid tussen verstand en gevoel.

Huiswerkopdracht De Sleutel

Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Legpatroon De Spiegel

Deze rangschikking wordt gebruikt om inzicht te krijgen in je relatie met anderen (geliefde, vriend, familielid, enz.) Ze toont beide personen in hun huidige levensproces, evenals de combinatie van hun energieën of hun partnerschap.



Voorbeeld:

Relatie AN met AP. AN is degene die de vraag stelde.



AN in het hier en nu. Zij trok de volgende kaarten:

1= XVII –Stilte

2= Water 3 – Feestvieren

3= Water 4 – Naar binnen gaan

Stilte duidt op de stilte in jezelf. Die stilte is heel waardevol omdat het een thuiskomen is. Maar voor anderen, in dit geval voor AP kan het zo zijn dat hij zich ongemakkelijk voelt bij die stilte omdat hij meer gewend is aan 'lawaaï'. Feestvieren is een kaart die erop wijst dat het gevoel van feest van binnenuit komt en niets te maken heeft met uiterlijke omstandigheden. Wanneer je in de Stilte verkeerd, weet je dit en kun je dat ook zo ervaren. Daarnaast is de tijd van Feestvieren een aanwijzing dat je je steeds meer openstelt voor de kansen op je pad. Naar binnen gaan duidt op meditatie en je niet laten meeslepen door je gedachtes en verlangens. Dus ook dit is weer een kaart die duidt op het opzoeken van de Stilte. Ik vind dat deze kaarten jou goed beschrijven omdat je een rustig en bedachtzaam persoon bent, die haar eigen gedachten goed in de gaten houdt. Je bent je ervan bewust dat je je van tijd tot tijd laat meeslepen door je gedachten en dan stop je weer om naar binnen te keren en de stilte op te zoeken. Je vreugdevolle zelf is niet altijd zichtbaar en die zit ook ingebed tussen twee 'introverte' kaarten.

AP in het hier en nu. (AP was niet aanwezig bij dit consult en AN heeft de kaarten getrokken.)

4 = Vuur Aas, De Bron

5= X - Verandering

6= VIII – Moed

De Aas van Vuur is een kaart die duidt op de innerlijke bron. Dit is bron van energie, de goddelijke vonk. Je zou kunnen zeggen dat AP de bron is van jouw streven op dit moment, maar deze kaarten duiden op hem. Hij is dus iemand die wel degelijk vanuit zijn bron opereert. Hij is een energieke, vuurkrachtige persoonlijkheid. Verandering is een kaart die erop wijst dat we dingen blijven herhalen tot we ons ervan bewust worden en dan stopt het vanzelf. Het is ook een kaart die aangeeft dat het belangrijk is om het midden van het Rad op te zoeken zodat we niet constant meegesleurd worden door het draaiende Rad. De stilte van het midden komt overeen met De Bron, maar iemand kan bij de Bron zitten en zich eraan laven, maar het is ook mogelijk om die energie van de Bron naar je hart of je hoofd te sturen. En ik denk dat AP de Bron gebruikt om zichzelf op te laden om het aan het Rad hangen vol te kunnen houden.

Moed duidt op het aannemen van uitdagingen om te groeien. En ik denk dat AP daar heel erg hard mee bezig is, maar het is allemaal nog in het beginstadium en heel teer.

Kaart 1 en 4 kunnen met elkaar vergeleken worden. Ze duiden op het lichaam.

Op 1 heb jij De Stilte en AP heeft De Bron. Dit duidt op een overeenkomst. Jij ervaart je kern door de Stilte binnen te gaan en het is een subtiele, intuïtieve, vrouwelijke energie, die je ook leidt en waardoor er van alles op zijn plaats valt. De 'toevalligheden' of 'wonderen' volgen elkaar in hoog tempo op wanneer je in deze Stilte bent. Voor AP is de bron actiever en energiever. Het is een mannelijke energie. Jullie hebben daarom een gelijke basis waarbij die van jou gezien kan worden als de vrouwelijke tegenhanger van de mannelijke energie van AP. Qua lichaamstaal kun je uit deze kaarten ook opmaken dat jij langzaam en bedachtzaam bent en AP veel energiever overkomt. Jij straalt rust uit en hij straalt vuurkracht uit. Op dit vlak zijn jullie dus ook tegenpolen.

Kaarten 2 en 5 duiden op het hart. Hier heb jij Feestvieren en hij heeft Verandering. Feestvieren is een kaart van innerlijke vreugde die niet afhankelijk is van uiterlijke omstandigheden. Het is een optimistische en blijde kaart. Dus wat er ook gebeurt, jij weet altijd weer die vreugde te vinden en je weet dat je die alleen in jezelf kunt zoeken en dat het niet afhankelijk is van uiterlijke factoren. Voor AP ligt dat anders. Zijn humeur wordt in hoge mate bepaald door uiterlijke omstandigheden.

Kaart 3 en 6 duiden op het denken.

Jij hebt hier Naar binnen keren en hij heeft Moed.

Naar binnen keren duidt op het gadeslaan van je gedachten. Het is geen actieve kaart. Moed heeft te maken met durven groeien, met uitdagingen aannemen. Deze kaart is naar buiten gericht. Er komt iets op zijn pad en hij gaat moedig de strijd aan. Ook hier hebben we weer die tegenstelling van introvert en extrovert.

Omdat je zo de neiging hebt om naar binnen te keren, kan AP moeilijk hoogte van je krijgen, want zijn eigen manier van doen is heel anders.

Uiterlijke manifestatie van het partnerschap

7= Wolken 9 – Verdriet

8= Regenbogen 5 – De Buitenstaander

9= Regenbogen 7 – Geduld

In de relatie is er duidelijk het verdriet van het niet bij elkaar zijn en het daarbij behorende gevoel van eenzaamheid (AN en AP wonen erg ver van elkaar en zien elkaar niet vaak en wanneer ze elkaar ontmoeten is er altijd een aantrekkingskracht, maar ook veel ruzie. Dit is ook de reden waarom geen van beide wil verhuizen). Het Verdriet kan je echter transformeren. Hierdoor ga je groeien. Gebruik de pijn om bewuster, alerter te worden.

De Buitenstaander duidt op het gevoel er niet bij te horen. Dat is wat jullie elkaar aandoen. Dit komt ook door het verschil introvert/extrovert. Deze kaart duidt er ook op dat hoewel dat gevoel van niet bij horen duidelijk aanwezig is, het aan jezelf ligt want de deur is niet op slot. Je kunt die zelf opendoen. En dat geldt voor jullie allebei. Jij wilt graag wat meer toegang tot zijn leven, maar hij net zo goed tot dat van jou.

De laatste kaart wat betreft de uiterlijke manifestatie van het partnerschap is Geduld. Deze kaart laat zien dat je de dingen niet moet overhaasten, maar dat je geduldig, stapje voor stapje vooruit kunt gaan. De situatie kan zich dus wel degelijk verbeteren, maar je kunt dit niet overhaasten. Heb geduld! Wacht op het juiste moment en zet dan een klein stapje en wacht dan weer op het volgende moment, voor het volgende kleine stapje.

Innerlijke spirituele doelstelling

10 = IX Alleenzijn

11 = XXI – Voltöoing

12 = XVIII – Vorige levens

Het is frappant dat alle drie de kaarten, kaarten uit de Grote Arcana zijn. De innerlijke spirituele doelstelling is dus heel belangrijk en dwingend aanwezig.

Alleenzijn duidt op het vinden van je eigen licht, van je innerlijke licht. Dit moment van afgescheiden zijn, is misschien noodzakelijk om niet van elkaar afhankelijk te worden voor je geluk. Eerst moet je doorhebben dat je ook heel goed met jezelf kunt leven en dan kunnen jullie een mooie relatie hebben, die op geen enkele wijze met afhankelijkheid van doen heeft.

De kaart Voltooing duidt op het laatste puzzelstukje dat op zijn plaats valt. Hierdoor kun je het geheel aanschouwen en valt alles op zijn plaats. Door deze afronding, ontstaat er ruimte voor iets nieuws.

Vorige Levens duidt daadwerkelijk op een karmisch patroon en zo wordt de relatie door jou ook ervaren. Dat deze kaart hier ligt, kan erop duiden dat je dat karma nu kunt inlossen of kunt overstijgen. Het is bedoelt om je wakker te schudden.

De kaarten op posities 7 en 10 duiden op versmelting en intimiteit. Hier liggen Verdriet en Alleenzijn. Ik zie het zo dat het verdriet moet leiden tot 'alleenzijn' maar niet in de zin van elkaar moeten missen, maar in de zin van alleen kunnen zijn zodat je een ander niet nodig hebt om gelukkig te zijn. Dit is een bijzonder transformerend en bevrijdend proces en een gelukkige relatie hangt hiervan af. Met wie dan ook.

De kaarten op posities 8 en 11 duiden op de alchemie van het samenzijn. Hier liggen De Buitenstaander en Voltooing. Wanneer je ophoudt met jezelf buiten te sluiten en buitengesloten te voelen, dan valt het laatste puzzelstukje op zijn plaats. Dus deze kaart lijkt mij erg belangrijk in het geheel.

De kaarten op positie 9 en 12 duiden op De Zegeningen, op voordeel en bonus. Hier ligt Geduld en ook Past Lives. Geduld wordt ook uitgelegd als een kaart vol mysterie en het opbloeien van je ware wezen. Past Lives kan erop wijzen dat je daar al vele levens aan werkt.

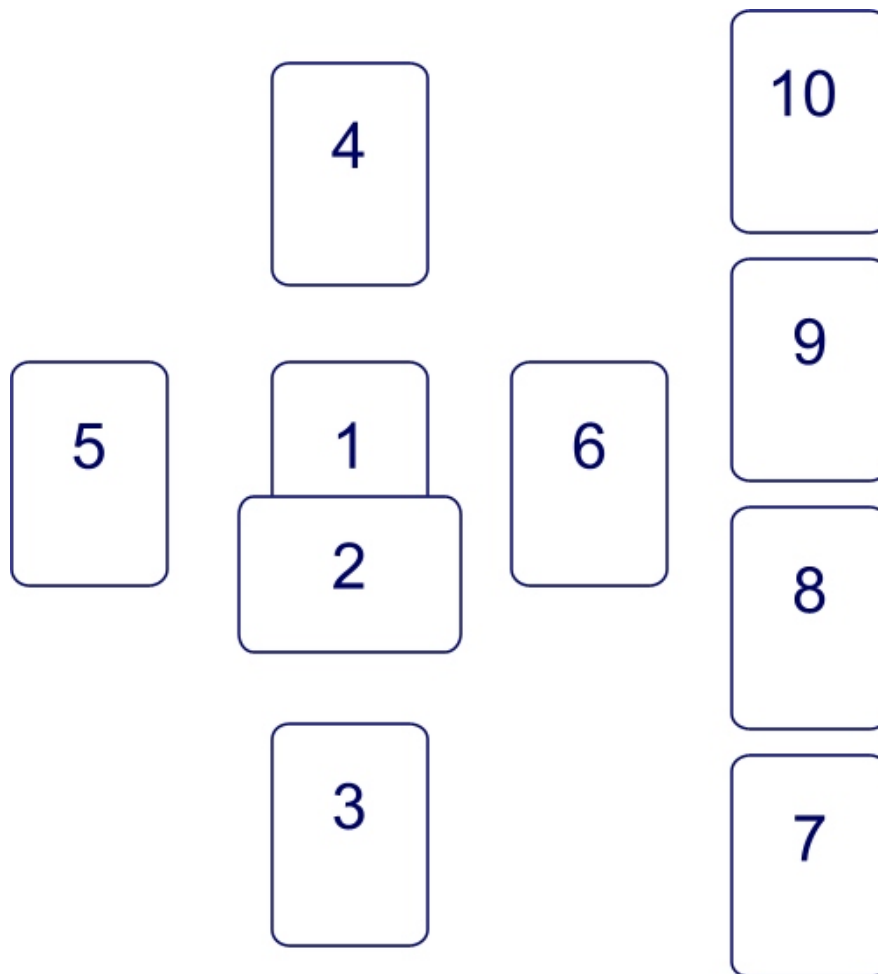
Het aardige is dat VI Geliefden uit het spel viel terwijl ik aan het schudden was. We hebben hier dus wel degelijk met een liefdesrelatie te maken en ik twijfelde bij het trekken van de laatste kaart tussen twee kaarten en heb toen de kaart die ik niet getrokken heb, wel uit het spel gehaald om te kijken welke dat was. Het was De Droom. Dit is geen gunstige kaart wat betreft relaties omdat hij duidt op de droom van de man op het witte paard, en dat die droom een sprookje (een illusie) blijkt te zijn. Maar die heb ik dus niet getrokken. En dat zie ik als gunstig. Wat op mij als heel belangrijk overkomt uit deze legging is dat jij door je introvertheid jezelf buitensluit. Ik denk dat het belangrijk is dat je wat enthousiaster en spontaner in de relatie gaat staan en dat gevoel dat het samenzijn met AP een feest voor je is (zie kaart Feestvieren), ook duidelijker laat blijken.

Huiswerkopdracht De Spiegel

Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Legpatroon Het Keltisch Kruis

Deze traditionele rangschikking wordt gebruikt om duidelijkheid te krijgen over een bepaalde kwestie, maar ook voor een algemene lezing. Bij de Osho Zen Tarot hebben de posities van de kaarten de volgende betekenis:

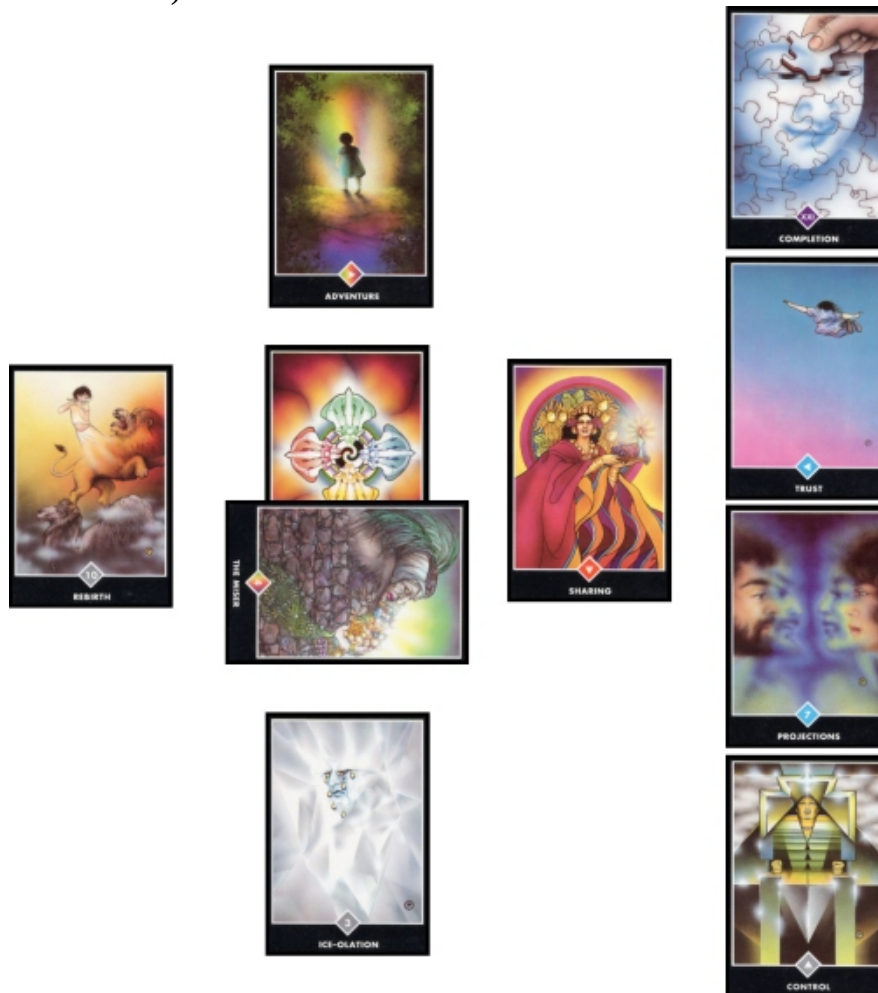


1. De kwestie
2. Wat de kwestie verzwakt/versterkt of verheldert/verdoezelt.
3. Onbewuste invloeden
4. Bewuste invloeden
5. Oude patronen, de oude manier
6. Nieuwe patronen, wat tot iets nieuws leidt.
7. Het zelf: je gevoelens en opvattingen over de kwestie
8. Wat je van buitenaf aantrekt
9. Wat je begeert/ontkent
10. Uitkomst/sleutel

Voorbeeld

Vraag van Bernadette: Moet ik ophouden met de “alleen voor de seks-relatie” met A.

(In eerste instantie dacht ik bij mezelf, wat is dit nu weer voor vraag, maar lang geleden heb ik al geleerd dat ik niet hoeft te oordelen over de soort vragen die ik krijg voorgelegd. Voor Bernadette is dit een relevante vraag en deze dient met respect behandeld te worden.)



De kwestie wordt vertegenwoordigd door Vuur 4- Deelname.

Deelname is zo'n kaart die erop wijst dat je kunt deelnemen of kunt toekijken.

Wanneer iedereen deelneemt ontstaat er iets groters dan de som der delen. Deze kaart wijst erop dat wanneer je een groepsproces hebt en iemand of aan aantal mensen doet niet mee, dit de groepsenergie naar beneden haalt en dit beïnvloed ook de individuele deelnemers. Sex is iets wat samen met A gebeurt, dus ik ga er vanuit dat er wel 'deelname' is van beide partijen. Misschien denk je dat er ook deelname moet zijn aan elkaars leven op andere fronten?

Wat de kwestie dwarszit is Regenbogen 4 – De Vrek

Deze kaart wijst erop dat je schatten (materiële en immateriële zoals liefde) hun glans verliezen wanneer je ze niet deelt met anderen. Door het vrekkelig vasthouden van je schatten, trek je ook een muur om je heen op en dat sluit aan op de volgende kaart, namelijk Ice-olation.

De onbewust invloeden worden vertegenwoordigd door Wolken 3 – IJs-olatie
Deze kaart duidt op je, al dan niet bewust, afsluiten voor je gevoelens en emoties om niet gekwetst te worden.

De bewuste invloeden worden vertegenwoordigd door Schildknaap Regenbogen – Avontuur. Dit is een kaart waarop we een klein meisje zien dat onbevangen door het landschap wandelt. Haar houding is onschuldig, kwetsbaar, open en vol vertrouwen.

De oude patronen, de oude manier wordt toegelicht door Wolken 10 – Wedergeboorte
Deze kaart duidt op een periode van groei en verandering. Volgens Osho ben je gewoon hier en nu. Alle toestanden, gebeurtenissen gaan voorbij, veranderen. Het zijn weerspiegelingen in een eeuwig meer van bewustzijn. De spiegel, je bewustzijn is stil en spiegelt alleen. In verband met oude patronen kan deze kaart erop duiden dat je oude patronen gaat herkennen.

De nieuwe patronen, wat tot iets nieuws leidt wordt weergegeven door Vrouw van Vuur – Delen.

De Vrouw van Vuur vertegenwoordigt een staat van springlevend zijn. Deze dame is heel seksueel en liefdevol. Ze verspreidt haar levensvreugde en liefde in alle richtingen. Osho wijst erop dat Zen wil dat je intens leeft en niet dat je levensvreugde opgesloten zit in een zaadje, maar openspringt en tot bloei komt.

Het zelf, je gevoelens en opvattingen over de kwestie worden weergegeven door de Heer van Wolken – Controle.

Deze kaart laat iemand zien die alles onder controle wil houden. Hij wil alles voor zijn en niets aan toeval overlaten of aan spontaniteit. Hierdoor wordt hij kil en raakt hij verstart, de levensenergie kan niet vrijelijk stromen. In deze toestand is een echte ontmoeting met een ander persoon niet mogelijk. Wanneer die energie wel zou gaan stromen, komt alles wat je verdrongen hebt naar buiten en zou je de controle kunnen verliezen.

Wat je van buitenaf aantrekt is Water 7 – Projecties.

Projecties toont het beeld van een man en een vrouw die naar elkaar kijken maar elkaar niet zien. Ze zien hun projecties van het beeld dat ze hebben gecreëerd van die persoon, niet de echte persoon. Je kunt alleen de waarheid zien wanneer je leert kijken zonder tussenkomst van het denken.

Wat je begeert of ontkent, wordt weergegeven door de Ridder van Water – Vertrouwen.

Op deze kaart zien we iemand springen zonder vangnet of koord. Hiervoor is een enorm vertrouwen nodig. In verband met de bovenstaande kaarten lijkt het mij dat het er hier omgaat al je angsten, beperkingen en je drang om de controle te behouden, los te laten en te vertrouwen op het leven. Deze kaart wijst erop dat het leven geweldig mooi wordt wanneer je het denken durft los te laten. Leven is geen gewoon leven meer, maar het wordt vol van God, stroomt ervan over.

De uitkomst/sleutel wordt vertegenwoordigd door XXI – Voltooing.

Deze kaart duidt op afronding. En na de afronding komt er weer iets nieuws. Deze kaart laat zien dat wanneer het laatste puzzelstukje op zijn plaats valt, je past zult

begrijpen waar de grote meesters het over hadden, waar ze op doelden. Dit stukje zul je vinden, wanneer je de adviezen van de voorgaande kaarten ter harte neemt.

Het lijkt mij dat het antwoord niet is dat je moet ophouden met een seksrelatie met wie dan ook, maar wel moet ophouden jezelf en de relatie te beperken door deze relaties te benoemen als 'een relatie voor alleen de seks', want dan is er geen totaal opbloeien mogelijk.

Huiswerkopdracht Keltisch Kruis

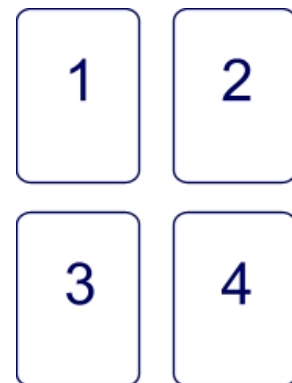
Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Legpatroon Relaties

Een 'vluggertje'

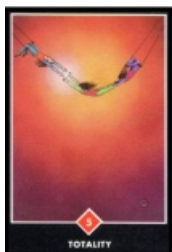
Deze rangschikking biedt een snelle blik op je relatie met de ander, of de 'ander' nu je baas, minnaar, vriend, zus of ouder enz. is.

1. Jij en wat je hier-nu aan de relatie bijdraagt
2. De ander, de bijdrage van de ander aan de relatie
3. De combinatie van energieën
4. Het inzicht.



Voorbeeld

G trok de hieronder weergegeven 4 kaarten op zijn relatie met een collega.



Wat G zelf aan de relatie bedraagt wordt weergegeven door kaart XIII – Transformatie. G denkt helemaal niet dat zijn collega geïnteresseerd is in een transformatie. Hij beschrijft zijn collega als star, leugenachtig en 'heeft het achter de ellebogen'. Het is natuurlijk mogelijk dat G door een liefdevolle houding wel een transformatie teweeg kan brengen in de relatie, maar G ziet dat niet zo zitten. Het is ook mogelijk dat de relatie voor G een transformerende ervaring kan zijn. Ook dit ziet G niet zitten.

Wat de ander bijdraagt aan de relatie wordt weergegeven door Wolken 5 – Vergelijken. Dit kan erop duiden dat door de houding van de collega ze allebei constant bezig zijn zichzelf met elkaar te vergelijken. Dit klopt ook en vooral in de kinderachtige

sfeer van 'ik ben beter dan jij' alleen uitgedrukt in 'volwassen jargon' waardoor het niet zo opvalt. Dat hoopt G tenminste.

Op de positie die iets zegt over de combinatie van energieën ligt Vuur 5 – totaliteit. Dit is een interessante kaart want hierbij zegt Osho: "Als je niet totaal bent, elke keer

dat je in je hoofd zit – bezig bent met denken, tobben, berekenen, uitgekookt en slim zijn – ben je niet totaal. Laat je heel langzaam uit die momenten glijden. Het is niets dan een oude gewoonte. Gewoontes verdwijnen maar langzaam. Maar ze verdwijnen zeker – als je volhoudt, sterven ze af.” Ik vind dit een interessante kaart, want ik denk dat deze kaart aangeeft dat de weerstand die de collega oproept toch werkelijk een mogelijkheid van transformatie biedt voor G. Hij is immers bezig met denken, tobben, berekenen, uitgekookt en slim te zijn! Door uit zijn hoofd te komen en niet meer mee te doen aan de machtsstrijd, en zich te gaan oefenen in het totaal zijn, alles zijn totale aandacht geeft en zich niet laat verleiden tot automatische reacties maar iedere keer weer antwoord uit een nu-bewustzijn, dan zal die strijd waar hij het nu zo moeilijk mee heeft, en waarvan hij denkt dat hij er ‘uitgekookt en slim’ mee omgaat, vanzelf ophouden.

De laatste kaart geeft een inzicht. Hier ligt kaart XIX – Onschuld. En door steeds verder te gaan in het laten vallen van zijn van buiten opgelegde persoonlijkheid en kennis zal hij steeds meer zijn kern, zijn eigenheid, zijn werkelijke ik gaan ervaren en die onschuld ook gaan uitstralen. En hij is niet de enige met zo’n prachtige onschuldige kern. Zijn collega heeft dat ook. Iedereen heeft een boeddha in zich. Het is mogelijk dat door deze transformatie ze beiden het werk weer als vreugdevol gaan ervaren. En G kan hiertoe de aanzet geven.

Huiswerkopdracht Relaties

Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Legpatroon Een ‘supervluggertje’

Een enkele kaart – voor inzicht in elke situatie of als je meditatie voor vandaag. Dit is in feite wat je de hele cursus door al hebt gedaan, maar je kunt altijd een kaart trekken als antwoord op een vraag.

Voorbeeld

Ik trok Wolken 10 – Wedergeboorte als meditatiekaart voor de dag.

Deze kaart geeft aan dat mijn ware ik nergens heen gaat, maar slechts een spiegel is.

Vandaag ga ik mij richten op het zien dat dit zo is. (zie punt 5)

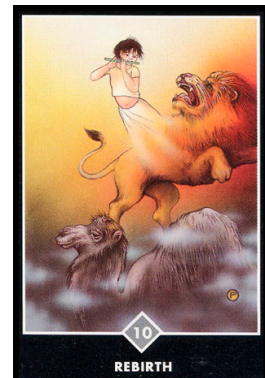
De vragen uit de lesstof:

1. Wat is de betekenis van de kameel, de leeuw en het kind op deze kaart?

Mijn gemoedstoestand is denk ik wel aan het veranderen. Ik ben soms slaperig en mat en ook zelfgenoegzaam als de kameel.

Op andere tijden voel ik me verwant met zelfverzekerd brullende leeuw, waarbij het aspect van me terugtrekken altijd erg aanwezig is.

Het Kind is aan het ‘groeien’. Het lukt mij steeds vaker om onschuldig, vertrouwend en spontaan te zijn als het kind.



2. Hoe zou je je gemoedstoestand van dit moment karakteriseren?
Tussen de leeuw en het kind in.

3. Heb je het idee dat je gemoedstoestand in ontwikkeling is? Wat is er aan het veranderen?
Het kind groeit.

4. Wat is de betekenis van deze kaart in kaartleggingen aangaande de periode waarin iemand zich bevindt?
Dit is een periode van groei en verandering. Dat gevoel heb ik ook wel dat dingen aan het groeien en veranderen zijn. Alles gaat ook meer vanzelf. Ik maak me niet zo druk.

5. In het citaat zegt Osho dat je “bewustzijn als een spiegel is. Je komt niet en evenmin ga je. De dingen komen en gaan.” Meestal hebben we het gevoel dat we erg ‘ bezig ’ zijn en dat we wel degelijk komen en gaan. Probeer vandaag van een afstandje naar jezelf te kijken en te zien hoe je werkelijke jij inderdaad nergens heen gaat en dat het dingen zijn die komen en gaan. Beschrijf je ervaringen.
Het schept afstand van de dingen, ik identificeer mij minder met dingen en gebeurtenissen. Het is bijvoorbeeld ontzettend grappig om te kijken naar mijn typende vingers. Ik heb ook het idee dat ik er alerter van word, dat ik meerdere dingen tegelijk kan waarnemen.

Huiswerkopdracht ‘supervluggertje’

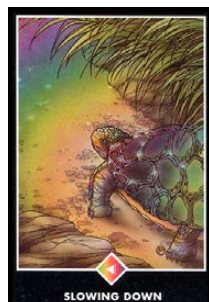
Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Legpatroon De Paradox

Een paradox is een ogenschijnlijke tegenstrijdigheid. Je hoeft voor deze legging geen vraag te stellen omdat De Paradox je antwoord geeft over het ‘hier-nu’. Wanneer je wel een vraag wilt stellen, kan dat natuurlijk altijd.

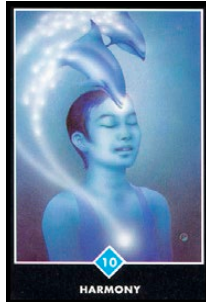
Schud het pak kaarten enkele minuten (dus niet een paar seconden). Verdeel het pak in drie stapels en kies daar één stapel van uit. De bovenste kaart van de stapel die je hebt gekozen vertegenwoordigt het hier-nu. De onderste kaart vertegenwoordigt de invloed van vorige levens. Spreid de rest van de stapel uit (in een waaier) en kies nog één kaart. Deze kaart vertegenwoordigt het inzicht in de paradox.

Voorbeeld



Ik heb de kaarten enkele minuten geschud en drie stapels gemaakt. Ik heb de middelste stapel gekozen. De bovenste kaart van de middelste stapel is de Ridder van Regenbogen – Langzamer aan doen. Deze kaart heeft te maken met het hier-nu. Deze kaart zegt dat ik me niet hoeft te haasten, ik ben al thuis. Hoop, verlangens, dromen vervagen en dat is goed. Daardoor kan ik ontspannen en kan ik het rustig aan doen, want er is niets om na te jagen.

De onderste kaart is de Schildknaap van Wolken – Het denken. Deze kaart laat zien dat mijn hoofd vol zit met allerlei gedachten. Gedachten over verlangens, dromen en hoop. Hierdoor ga ik jagen en raak ik in de stress en raak ik het gevoel van ontspanning en stilte kwijt. Deze kaart heeft te maken met de invloed van vorige levens op het hier-nu. Mijn denken is dus gekleurd door vroegere ervaringen, door alles wat ik geleerd en meegemaakt heb. Het is makkelijk om mij daardoor te identificeren met die rommel in mijn hoofd, want ik voel me daar thuis, net zoals ik me in de stilte thuis voel. Deze denkrommel is echter niet echt, maar slechts een schijnwerkelijkheid. Ik kan echter de neiging hebben om er heel veel waarde aan te hechten.



De derde kaart (willekeurig uit de middelste stapel getrokken) is Water 10- Harmonie. Deze kaart reikt het inzicht aan dat het belangrijk is om te luisteren naar mijn hart om weer de stilte te kunnen ervaren. Eenvoudig-zijn is voldoende. Het Denken maakt de zaak onnodig gecompliceerd. Wanneer ik vanuit mijn hart leef, dan zwemmen de dolfijnen (zie kaart) uit mijn hartchakra naar mijn derde oog (voorhoofdchakra) en dit geeft aan dat mijn hoofd in plaats van gevuld te zijn met fietssturen, pedalen en andere rommel, gevuld raakt met licht, liefde en vrolijkheid.

Huiswerkopdracht De Paradox

Oefen dit legpatroon op een vraag van jezelf of van iemand anders. Stuur mij je uitgebreide interpretatie, ook voorzien van commentaar van de vraagsteller.

Extra oefenopdrachten

Opdracht 1 – spiritualiteit

Bedenk een vraag op het gebied van spiritualiteit of persoonlijke ontwikkeling. Dit kan een vraag zijn van jezelf of van iemand anders. Gebruik een van de zeven legpatronen die je in deze cursus hebt geoefend om de vraag te beantwoorden. Stuur mij je interpretatie, inclusief het commentaar van de vraagsteller en een toelichting waarom je hebt gekozen voor het gebruikte legpatroon.

Opdracht 2 – Werk/ carrière

Stel een vraag op het gebied van werk. Dit kan een vraag zijn van jezelf of van iemand anders. Gebruik een van de zeven legpatronen die je in deze cursus hebt geoefend om de vraag te beantwoorden. Stuur mij je interpretatie, inclusief het commentaar van de vraagsteller en een toelichting waarom je hebt gekozen voor het gebruikte legpatroon.

Opdracht 3 – Overvloed/geluk

Stel een vraag op het gebied van overvloed of geluk. Bijvoorbeeld: Wat kan ik doen om mijn financiële situatie te verbeteren? Wat kan ik doen om meer geluk te ervaren in mijn leven? Dit kan een vraag zijn voor jezelf of voor iemand anders. Gebruik een van de zeven legpatronen die je in deze cursus hebt geoefend om de vraag te beantwoorden. Stuur mij je interpretatie, inclusief het commentaar van de vraagsteller en een toelichting waarom je hebt gekozen voor het gebruikte legpatroon.

Opdracht 4 – Relaties

Stel een vraag op het gebied van relaties. Dit kan een vraag zijn voor jezelf of voor iemand anders. Gebruik een van de zeven legpatronen die je in deze cursus hebt geoefend om de vraag te beantwoorden. Stuur mij je interpretatie, inclusief het commentaar van de vraagsteller en een toelichting waarom je hebt gekozen voor het gebruikte legpatroon.

Opdracht 5 – vrije opdracht

Stel een vraag op welk gebied dan ook. Dit kan een vraag zijn voor jezelf of voor iemand anders. Gebruik een van de zeven legpatronen die je in deze cursus hebt geoefend om de vraag te beantwoorden of een ander legpatroon. Stuur mij je interpretatie, inclusief het commentaar van de vraagsteller en een toelichting waarom je hebt gekozen voor het gebruikte legpatroon. Wanneer dit een legpatroon is dat niet in de cursus is toegelicht, graag een toelichting op de posities meesturen.