

TWEELINGZIEL ALS SPIEGEL
In zeven fasen op weg naar heelheid

TWEELINGZIEL ALS SPIEGEL



In zeven fasen op weg naar heelheid

©2026 Leonie Linssen, Verander je Wereld.

Alle rechten voorbehouden.

Tweelingziel als spiegel

Colofon

Redactie: Debbie Vlutters

Correctie: Cluster Effect

Boekverzorging: Art Wise

Eerste druk: februari 2026

Uitgeverij: Liefde Delen

ISBN: 978 90 835931 11

NUR: 728

www.veranderjewatereld.nl

*“Een tweelingzielrelatie is het grootste geschenk
dat een ziel kan ervaren op aarde.”*

Inhoudsopgave

Leonie Linssen

Dit boek is geschreven op basis van mijn persoonlijke ervaringen, inzichten en herinneringen, aangevuld met spirituele en energetische duidingen. Sommige gebeurtenissen en personen zijn geanonimiseerd om de privacy van betrokkenen te beschermen. Overeenkomsten met bestaande personen berusten op mijn beleving van gedeelde processen en hoeven niet volledig of identiek te zijn aan de herinneringen van anderen.

De inhoud van dit boek is bedoeld als inspiratie en bewustwording, en vervangt geen medische of psychologische behandeling. Lezers blijven altijd zelf verantwoordelijk voor hun keuzes, interpretaties en persoonlijke helingsweg. Auteur en uitgever zijn niet aansprakelijk voor enige schade of gevolgen die voortvloeien uit het gebruik van de informatie in dit boek.

Korte passages uit dit boek mogen worden gedeeld voor persoonlijke of educatieve doeleinden, mits voorzien van duidelijke bronvermelding: Leonie Linssen – *Tweelingziel als spiegel*, 2026. Het overnemen, verspreiden of publiceren van grotere gedeelten van de tekst, in welke vorm dan ook, is niet toegestaan zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Leonie Linssen

Leonie Linssen	4
Leeswijzer	12
<i>Voor wie is dit boek bedoeld?</i>	12
<i>Hoe dit boek gelezen wil worden</i>	12
Over hoofdletters en betekenis	13
<i>Over de termen: tweelingziel, tweelingvlam en tweelingstraal</i>	13
Tweelingziel, de spiegel die je wakker maakt	14
Tweelingvlam, de karmische geliefde die alles aanraakt	14
Tweelingstraal, de eeuwige, goddelijke verbinding in autonomie	15
<i>De energetische splitsing vanuit de bron</i>	16
<i>Over de verschillende zielsliefdes</i>	17
<i>Hoe jij dit boek kunt gebruiken</i>	19
De tweelingzielontmoeting	21
<i>Karma als energetisch geheugen van de ziel</i>	23
<i>De zeven fasen van tweelingzielrelaties</i>	24
1) De ontmoetingsfase	25
2) De aantrekkings- en afstotingsfase	25
3) De karmische helingsfase	25
4) De verlatings- en loslatingsfase	26
5) De verbindings- en compassiefase	26
6) De herenigingsfase	27
7) De completie- of de verlichtingsfase	27
1. De ontmoetingsfase	29
<i>Het eenheidsbewustzijn</i>	30
De ontmoeting met Gabriela	31

<i>De aardse spelregels</i>	33	<i>Oefening om destructieve energetische banden te verbreken</i>	73
<i>Je wilt begrijpen wat er gebeurt</i>	35	<i>Hechting en karakterstructuren - hoe liefde onze overleving raakt</i>	74
<i>Synchroniciteiten</i>	36	<i>De schizoïde karakterstructuur</i>	74
<i>Voorbeelden van synchroniciteiten</i>	36	<i>De orale karakterstructuur</i>	75
<i>Opvangen van elkaars emoties</i>	38	<i>De psychopathische karakterstructuur</i>	75
<i>Reflectievragen</i>	39	<i>De symbiotische karakterstructuur</i>	76
2. De aantrekkings- en afstotingsfase	41	<i>De rigide karakterstructuur</i>	76
<i>De dynamiek van de renner en de blijver</i>	42	<i>Dick en het afsluiten als overlevingsmechanisme</i>	77
<i>Onderliggende thema's van de renner</i>	42	<i>Vragen ter overdenking</i>	78
<i>Onderliggende thema's van de blijver</i>	44	<i>Narcisme, destructie en karmische spiegels</i>	78
<i>Met Dick als renner en blijver</i>	44	<i>Tweelingzielen en narcistisch gedrag</i>	78
<i>Je belandt in de duivelsdriehoek</i>	46	<i>Bem en elementen van verborgen narcisme</i>	80
<i>Reflectievragen</i>	51	<i>Als liefde afglijdt naar destructie</i>	82
<i>De aardse realiteit botst met de snelle spirituele ontwikkeling</i>	51	<i>SM en de ziel – heling of herhaling?</i>	83
<i>De intensiteit van de emoties is te overweldigend</i>	52	<i>Een moment van zelfonderzoek</i>	84
<i>Tips voor het omgaan met heftige emoties</i>	54	<i>Seksuele telepathie en seksuele heling</i>	85
<i>Tussen heimwee naar het vroeger en hartsverlangen</i>	54	<i>Hoe werkt seksuele telepathie?</i>	85
<i>Afscheidsmail aan mijn tweelingziel Hein</i>	55	<i>Gewenste seksuele telepathie</i>	86
<i>Afscheidsmail van mijn tweelingziel Hein</i>	57	<i>Gewenste seksuele telepathie tussen Leonie en tweelingvlam Dick</i>	87
<i>Van afscheid naar overgave</i>	59	<i>Ongewenste seksuele telepathie</i>	87
<i>Reflectievragen</i>	61	<i>Tips - Hoe ga je ermee om?</i>	88
3. De karmische helingsfase	63	<i>Seksuele heling middels seksuele intimiteit</i>	89
<i>Thema's en aspecten van de karmische helingsfase</i>	64	<i>Hulp vanuit de onzichtbare wereld met zielsliefde Rob</i>	90
<i>Openen of uitbreiden van paranormale gaven</i>	64	<i>Seksualiteit in het licht van mannelijke en vrouwelijke energie</i>	93
<i>Het bewust doorvoelen van de diepste emoties</i>	66	<i>Als karmische partners samen helen</i>	95
<i>Typische emotionele karmische aspecten zijn:</i>	67	<i>Kanaliseren van seksuele energie in verbinding met mijn tweelingziel Hein</i>	95
<i>Herinneringen aan mijn babytrauma en de heling ervan</i>	67	<i>Stilstaan bij jezelf - reflectie</i>	97
<i>Emotionele yoga</i>	70	<i>Afsplitsen, uitwisselen en integreren van zielendelen</i>	98
<i>Het terugkeren in je Touch Point, het stille midden</i>	70	<i>De uitwisseling van zielendelen als vorm van heling</i>	99
<i>Uitnodiging tot reflectie</i>	71	<i>Het zielendeel kracht teruggeven aan Dick</i>	100
<i>Energetische verstrikingen en opschoning van energiekorden</i>	72	<i>Zielsafspraken en contracten</i>	101
		<i>De energetische bevalling met Bem van Aïsha</i>	102
		<i>Reflectievragen</i>	103

4. De verlatings- en loslatingsfase	105
<i>De donkere nacht van de ziel</i>	106
Mijn donkere nacht van de ziel - is mijn moeder seksueel misbruikt?	108
Zeven aspecten van de donkere nacht van de ziel	110
De donkere nacht van de ziel met tweelingvlam Bem	112
De donkere nacht van de ziel als proces van wedergeboorte	113
Tips bij het ervaren van de donkere nacht van de ziel	114
<i>Het verschil tussen zielsverlangens en verlangens van de persoonlijkheid</i>	115
Voorbeelden van zielsverlangens versus persoonlijke verlangens	117
<i>Doorvoelen van menselijke, negatieve emoties als stap naar bevrijding</i>	118
Oefening: Doorvoelen van negatieve emoties als pijn, verwijt en verzet	120
Het stadium van begrip en liefde	121
Het stadium van pijn	122
Toen ik Dick in stilte begroef	123
Het ontkennen van pijn	126
Aardse Eric en de schaduw van Dick	127
Het stadium van haat	129
<i>Het Alles-of-Niets principe</i>	133
Het zwijgen van Hein	133
<i>Projectie bij tweelingzielen</i>	139
Energetische symbiose	140
Voorbeelden van projectie in tweelingzielrelaties	141
Zelfonderzoek en reflectievragen die jij jezelf kunt stellen	146
Spiegel oefening – van projectie naar zelfinzicht	147
<i>De aardse partner in een tweelingzielrelatie</i>	149
Vier mogelijke uitkomsten voor de aardse partner	151
Reflectievragen voor de aardse partner	153
5. De verbindings- en compassiefase	155
<i>Het stadium van verlangen - zielstalenten</i>	156
<i>Het stadium van verbinden van Hoger Zelf en Lager Zelf</i>	158
<i>Het stadium van compassie</i>	161
Oversteken naar de ander, gezien vanuit de ziel	163

Leonie en compassie voor de vrouw van tweelingziel Hein	164
Oversteken naar de ander, gezien vanuit het lichaam	165
De rol van hormonen in de ontwikkeling van compassie	166
Innerlijke dialoog	170
Zeven manieren om compassie te ontwikkelen	170
<i>Zelfcompassie</i>	174
Leonie over haar weg naar zelfcompassie	175
Zelfcompassie schrijfoefening	176
Voorbeeldbrief aan jezelf	178
<i>Het stadium van vergeving</i>	178
Hoe kunnen we vergeven?	178
Vergeving in 10 gedachtenstappen	179
Oefening - De Hawaiïaanse Ho'oponopono vergevingsmethode	180
Leonie over vergeving na een vorig leven bij de Montségur	182
Reflectievragen over vergeving	185
6. De herenigingsfase	187
<i>Heling van de moederwond: het foetus-, geboortetrauma en symbiosetrauma</i>	188
De invloed van conceptie tot en met geboorte	190
Leonie en de oerbeweging van verlies	191
<i>De alleengeboren tweeling als verborgen dynamiek</i>	192
Kenmerken van de alleengeboren tweeling	193
<i>Heling van de moederverbinding via een driehoeksproces</i>	195
De helende spiegel van een derde	196
<i>Heling van de bevroren foetus via de driehoek Anne, Leonie, Gabriela</i>	196
Mail van Leonie aan Gabriela over het foetustrauma – de abortus	199
Antwoord mail van Gabriela aan Leonie	201
Channeling: Het antwoord van een verloren tweelinghelft	203
Reflectie op jouw conceptie en geboorte	205
Reflectie en fluisteringen van jouw lichaam en ziel	205
<i>De drie innerlijke delen</i>	205
<i>Het creatiewiel, de vreugdecirkel en de vervreemdingscirkel</i>	206

<i>De innerlijke man</i>	209	<i>Zo herken je of karma is afgerond</i>	238
De schaduw van de innerlijke man	209	<i>Leven vanuit je zielsmissie</i>	239
Mijn innerlijke man in disbalans	210	Een zielsafpraak in het licht van mijn zielsmissie	240
<i>De innerlijke vrouw</i>	211	<i>Creëren met het Hoger Zelf</i>	241
De schaduw van de innerlijke vrouw	211	Integratie van het Hoger Zelf in het lichaam	242
Mijn innerlijke vrouw in disbalans	212	Integratie van mijn Hoger Zelf bij de training van Marie-Jose Rietdijk	243
<i>Het innerlijk kind</i>	213	Jij als goddelijke creator in een veld van oneindig potentieel	244
De schaduw van het innerlijk kind	213	Integratie van het Aardse Zelf met Dionysos en Apollo	246
Mijn innerlijk kind in disbalans	214	Volhouden in zachtheid, vertrouwen en zielsvertrouwen	246
<i>Zielsvertrouwen of zelfvertrouwen?</i>	215	Veertig dagen rouwen om Petro als poort naar een nieuw leven	247
<i>De transformatie van duivelsdriehoek naar helingsdriehoek</i>	216	Gedicht – Ik blijf	249
De verleiding en bevrijding van symbiose met Moreno	218	<i>Tips bij het leven van je zielsmissie</i>	251
<i>Heling van het (overgedragen) baby- en symbiosetrauma</i>	220	Reflectievragen	253
Trauma en mijn zielspad	222		
Trauma en de erfenis van je voorouders	223	Woorden van dank	254
<i>Heling met hulp van je spirituele gidsen en godinnen</i>	224		
<i>Isis, Thoth, Ra en Esperanta als mijn goddelijke helpers</i>	225	Nawoord	256
Wie is Isis?	225		
Wie is Thoth?	225	Inspiratiebronnen: boeken, spellen, mensen en podcasts	258
Wie is Ra?	226	<i>Boeken</i>	259
Wie is aartsengel Esperanta?	226	<i>Podcasts</i>	261
Meditatie – Ontmoeting met Esperanta	228	<i>Spellen</i>	263
Vragen om bij stil te staan	229		
		Boeken van Leonie Linssen	264
7. De completie- of verlichtingsfase	231		
<i>Wat is verlichting?</i>	231		
<i>Verlichting in het tweelingzielenproces</i>	232		
De keuze van tweelingzielen Marianne en Sophie	233		
Reflectievragen	235		
<i>Leven voorbij de illusie</i>	235		
Het loslaten van projecties als tweede natuur	236		
In de dagelijkse praktijk	236		
Als je oprechte intentie niet wordt ontvangen	238		

Leeswijzer

Voor wie is dit boek bedoeld?

Dit boek is geschreven voor iedereen die geraakt is door een diepe zielsherkenning. Voor wie zijn of haar tweelingziel, tweelingvlam of tweelingstraal heeft ontmoet en zich sindsdien op een innerlijke reis bevindt die alles in het leven op zijn kop zet, of juist op zijn plek. Het is voor de mensen die deze liefde ervaren maar ook voor hun partners, familieleden of geliefden die proberen te begrijpen wat er gebeurt. Voor wie aan de zijlijn lijkt te staan, maar diep vanbinnen geraakt wordt door het soms onbegrijpelijke intense drama dat zich voor hun ogen afspeelt of waarvan ze zelf deel uitmaken.

Ik schreef het ook voor coaches, counselors, therapeuten, lichtwerkers, psychologen en psychiaters die werken met cliënten die intense liefdesprocessen doormaken die vaak niet in reguliere kaders passen. Dit boek helpt je woorden te geven aan ervaringen die vaak moeilijk uit te leggen zijn, omdat ze zich vooral laten voelen.

En misschien is het boek ook voor jou, als je ergens voelt: er klopt iets niet in mijn leven of in de liefde, maar ik weet niet wat. Als je heimwee hebt naar iets wat je niet kunt benoemen. Als je het gevoel hebt dat liefde groter is dan het verhaal dat je er tot nu toe over gehoord hebt. Ik hoop dat dit boek je helderheid en houvast biedt in tijden van wanhoop en verlies. En in je zoektocht naar die liefde die je (n)ooit gekend hebt, maar waarvan je diep vanbinnen weet dat zij er is.

Hoe dit boek gelezen wil worden

Dit boek is geschreven vanuit mijn persoonlijke tweelingzielenreis en zielsperspectief. Het komt voort uit ervaringen en diepgaande zielsprocessen in diverse relaties en relatievormen die plaatsvonden tussen 2008 en 2025. Ik heb het niet geschreven als universele waarheid, maar als uitnodiging

tot herkenning, reflectie, heling en herinnering. Mijn leven bracht me in contact met meerdere diepe zielsliefdes, ieder met hun eigen toon, kleur en betekenis. In de loop der jaren ben ik gaan begrijpen dat deze liefdes mij hielpen helen, groeien en herinneren wie ik werkelijk ben: een spiritueel, multidimensionaal en goddelijk wezen met aardse ervaringen in een menselijk lichaam. Tegelijkertijd is dit boek ook bedoeld voor de aardse partners van tweelingzielen, die zelf niet altijd zulke spirituele of diepgaande ervaringen hebben, en daardoor soms het gevoel krijgen aan de zijlijn te staan. Niets is echter minder waar: we zijn allemaal mensen hier op aarde, we hebben allemaal een lichaam en gevoelens en we hebben het met elkaar te doen. De schepping sluit niemand uit, in het eenheidsbewustzijn hebben we allemaal een unieke plek. Met dit boek hoop ik een brug te slaan tussen de verschillende belevingswerelden van de liefde in al haar omvattendheid.

Over hoofdletters en betekenis

In dit boek schrijf ik bepaalde begrippen met een hoofdletter, zoals het Hoger Zelf, het Lager Zelf of Aardse Zelf en het Touch Point. Dat is geen taalkundige keuze, maar een energetische benadrukking. Door deze woorden met een hoofdletter te schrijven, erken ik hun wezenlijke betekenis binnen het proces van bewustwording, belichaming en zielsheling. Het Hoger Zelf vertegenwoordigt het ruimer bewustzijn van wie we ten diepste zijn. Het Aardse Zelf is de mens die we nu zijn, met lichaam, emoties en ervaringen. Deze is even waardevol, omdat juist via dit Zelf onze ziel zich kan uitdrukken in de wereld. Hoofdletters zijn voor mij een manier om de heilige gelijkwaardigheid tussen deze innerlijke aspecten tot uitdrukking te brengen. Ze helpen herinneren dat alles met elkaar verbonden is en in ons leeft.

Over de termen: tweelingziel, tweelingvlam en tweelingstraal

De termen tweelingziel, tweelingvlam en tweelingstraal worden in spirituele kringen soms door elkaar gebruikt, maar er zijn wel degelijk nuances. In dit boek gebruik ik vaak het woord tweelingziel als overkoepelende term, omdat dat voor veel mensen de meest herkenbare en gebruikte aanduiding is. Waar relevant maak ik onderscheid, zoals in mijn eigen ervaringen met

Hein, Dick en Gabriela. Hieronder leg ik uit wat deze verbindingen voor mij betekenen, op basis van mijn eigen ervaring en geïnspireerd door de omschrijvingen van Joke ElZiam Nootebos van het Elohim Centre, waarin ik mijn ervaringen het meest herkende. Om je een gevoel te geven bij de verschillende lagen van zielsliefde, neem ik je eerst mee in hoe ik deze verbindingen zelf heb ervaren.

Tweelingziel, de spiegel die je wakker maakt

Een tweelingziel voelt als thuiskomen. De herkenning is diep en de liefde onvoorwaardelijk. Het is alsof je jezelf ontmoet in de ander. De verbinding is intens, maar het doel is niet per se een romantische relatie. Juist in het leren loslaten van de ander word je uitgenodigd om helemaal thuis te komen bij jezelf, in je eigen liefdevolle kern. Mijn eerste zielsherkenning als tweelingziel was met mijn jeugdliefde Hein. We hadden dertig jaar geen contact gehad en in de mails die we elkaar schreven begon de herinnering aan onze goddelijke oorsprong zich te openen. Tweelingzielverbindingen maken het eenheidsbewustzijn wakker, maar vragen ook om diepe innerlijke heling. Ze nodigen je uit om alles wat nog geen liefde is, onder ogen te komen. Ze zijn spiegels van je licht én je schaduw.

Tweelingvlam, de karmische geliefde die alles aanraakt

Een tweelingvlam raakt alle lagen van je bestaan: het fysieke, emotionele, spirituele en energetische. Je deelt vaak een lange karmische geschiedenis. De liefde is rauw, intens, transformerend en soms bijna ondraaglijk omdat het zo dicht bij de essentie van je wezen komt. Een tweelingvlam laat je alle emoties ervaren die er mogelijk zijn in een menselijk leven, middels een innerlijke en/of uiterlijke reis.

Bij Dick, mijn tweelingvlam, voelde ik me volkomen gezien. Ik kon al mijn vorige levens en processen met hem delen, inclusief mijn diepe schaduwkanten. Tegelijkertijd kon hij me ook het diepste raken en kwetsen. Ik voelde zijn energie op afstand, zelfs als hij fysiek met zijn vrouw was. Met Bem, mijn andere tweelingvlam, kon ik juist veel karma uitwerken via heilige

seksualiteit. De pijn rond het terugkerende afscheid en de onmogelijkheid van het kunnen leven van de liefde met Dick op de manier zoals ik dat voor ogen had, kon ik in het contact met Bem helen en transformeren.

Tweelingvlammen spiegelen elkaar niet alleen in liefde, maar ook in pijn en oude wonden. Ze nodigen uit tot radicale eerlijkheid, het overstijgen van de persoonlijkheid en tot bewustzijns groei.

Tweelingstraal, de eeuwige, goddelijke verbinding in autonomie

Een tweelingstraal is je goddelijke wederhelft. Je leeft niet vanuit hechting of noodzaak, maar vanuit een diep innerlijk weten: wij zijn één. De verbinding is verankerd op zielsniveau en overstijgt tijd, ruimte en vorm. Met Gabriela, mijn tweelingstraal, ervoer ik een allesomvattende liefde die niet afhankelijk was van contact of nabijheid. Zelfs met een oceaan tussen ons voelde ik haar liefde direct in mijn hart aankomen. We hoefden niets van elkaar en toch was alles er. De verbinding is nog steeds puur, heilig en on-aantastbaar. Tweelingstralen helpen elkaar herinneren wie ze zijn in hun goddelijke essentie. Ze leven hun zielsmissie autonoom én in afstemming.

Voor mij persoonlijk is de tweelingstraal ook verbonden met het fenomeen van de alleengeboren tweeling. Gabriela, die vijf jaar ouder is dan ik, herkende mij bij onze ontmoeting in 2009 onmiddellijk als de incarnatie van haar overleden tweelingbroertje. Later, in de ontmoeting met mijn huidige partner Moreno in 2018, ontdekte ik in een diep zielsproces dat wij oorspronkelijk als tweeling bij mijn moeder geboren hadden moeten worden. Moreno keerde als zieltje halverwege terug naar de bron, terwijl ik in mijn eentje verder afdaalde naar de baarmoeder. Deze ervaring van op existentieel niveau verlaten te worden – of zelf te verlaten – werkt op een diep onbewust niveau door in liefdesrelaties. Het raakt de wortels van onze bindings- en verlatingsangst en beïnvloedt hoe we ons hechten aan de ander. Die onbewuste dynamiek kan juist in de ontmoeting met een tweelingstraal opnieuw geactiveerd worden om bewust te worden en zo vanuit een volwassen bewustzijn te helen. Zo zie je dat elke zielsverbinding, of het

nu een tweelingziel, tweelingvlam of tweelingstraal is, een eigen trilling en bedoeling heeft en een bijdrage levert aan jouw eenwordingsproces. Voor mij vormen ze samen verschillende ingangen naar dezelfde bron van onvoorwaardelijke liefde. Vanuit die bron ontvouwde zich ook mijn inzicht in hoe de ziel zich energetisch splitst.

De energetische splitsing vanuit de bron

In mijn eigen reis merkte ik dat de zielsverbindingen zich stap voor stap opbouwden, elk met hun eigen doel en bewustwordingsfase. Eerst via mijn tweelingziel Hein, daarna de energetische inslag van mijn tweelingstraal Gabriela, vervolgens de karmische intensiteit van mijn tweelingvlammen Dick, Bem en Moreno. Hun komst werkte als katalysator en spiegel voor mijn bewustzijnsproces. Later begreep ik dat deze zielsverhoudingen voortkomen uit een groter kosmisch proces. Volgens de visie van het Elohim Centre, en in lijn met andere spirituele bronnen, ontwikkelt zielsherkenning zich in lagen. Bij de afdaling van het oorspronkelijke bewustzijn uit de bron, splitste het zielsveld zich in drie fasen:

Eerst ontstonden de **tweelingstralen**: goddelijke wederhelften die autonoom in hun kracht staan, verbonden in licht, liefde en zielsmissie.

Daarna volgden de **tweelingvlammen**, die vanuit een sterke zielsverwantschap en karmische geschiedenis elkaars schaduwkanten aanraken en helen.

En uiteindelijk verschenen de **tweelingzielen**: zielsverwanten die elkaar helpen bij het spirituele ontwaken, spiegelen en leren loslaten. Zij vormen vaak de eerste herkenning van zielsliefde in een mensenleven.

Wat deze verbindingen op een dieper niveau verbindt, is een oeroud principe dat ik herken uit mijn eigen werk met het levenswiel, de vreugdecirkel en de vervreemdingscirkel: de ziel is in haar oorsprong androgyn, een eenheid van mannelijke en vrouwelijke energie. De splitsing die ik hier beschrijf is een energetische, onstoffelijke splitsing vanuit de bron, nog vóór incarna-

tie, toen er nog geen sprake was van een fysiek lichaam. Bij de afdaling in de dualiteit is dit één-zijn gesplitst geraakt. Deze oerscheiding vormt de basis van veel innerlijke en uiterlijke liefdesdynamieken. Want in dit aardse leven incarneren we in een fysiek lichaam, mannelijk of vrouwelijk, of soms in een androgyn of tweeslachtig lichaam. Het lichaam dat je nu hebt, is het voertuig dat onze ziel heeft gekozen om bepaalde ervaringen op aarde in op te doen. Vanuit een biologisch perspectief draagt ieder mens elementen in zich van de mannelijke, bewegende en richting gevende zaadcel en de vrouwelijke, ontvangende eicel. Deze twee innerlijke krachten vullen elkaar van nature aan en vormen samen de basis voor het leven. Door meergenerationeel en vroegkinderlijk trauma kunnen er verstoringen ontstaan die de natuurlijke samenwerking tussen het mannelijke en vrouwelijke in ons uit balans brengen.

Door ontmoetingen met een tweelingziel, tweelingvlam of tweelingstraal, opent zich de weg naar herstel en heling van deze innerlijke zielsverbinding. In het levenswiel zie ik dit terug als het huwelijk van de innerlijke man en vrouw. De reis die tweelingzielen en -vlammen maken leidt uiteindelijk naar die innerlijke eenheid, zodat je elkaar als het ware niet meer ‘nodig’ hebt om je heel te voelen. De paradox is natuurlijk dat we als mensen elkaars spiegels zijn om onszelf te kunnen ervaren en dat we elkaar dus altijd nodig hebben. We zijn niet geboren in dit lichaam om alles alleen te doen. Voor mij persoonlijk voelt het rijk dat ik, vanuit mijn vrouwelijke belichaming, soms energetisch kan invoelen hoe het is om man te zijn. Dat komt ook omdat ik veel vorige levens als man opnieuw heb ervaren. Het verdiept mijn begrip en compassie. Het overstijgt het lichaam niet, maar maakt juist dat ik mijn eigen vrouw-zijn in dit leven voller kan belichamen.

Over de verschillende zielsliefdes

Sommige mensen herkennen slechts één tweelingziel in hun leven. Voor mij waren er meerdere (ziels)liefdes die diepgaand sporen nalieten en verschillende lagen van mijn wezen raakten. Ik had een aardse en fysieke latrelatie met Eric van 2000 tot 2013. Tijdens deze relatie kwam de spiegeling

en het ontwaken van het hart via mijn tweelingziel Hein (2008 t/m 2012). Maar nog voordat ik Hein fysiek opnieuw ontmoette, was daar in 2009 de energetische inslag van mijn tweelingstraal Gabriela, als een kosmische bom van onvoorwaardelijke liefde. Die ontmoeting bracht een zielsherinnering op gang die het proces met Hein diepgaand versnelde. Daarna volgde de karmische intensiteit van de tweelingvlammen met Dick (2012- 2017) en Bem (2013-2017). Toch stond de intensiteit niet altijd in verhouding tot de mate waarin de verbinding op aarde vorm kreeg. De relatie met Dick, met wie ik vele vorige levens heb gedeeld, was in veel opzichten het meest confronterend. De karmische lagen met hem én met zijn vrouw (waarmee ik ook levens had gedeeld) raakten alles aan. Die verstrengeling en driehoeksverstriking maakte onze ontmoeting tot een enorme katalysator voor bewustzijn en heling. De fysieke en intieme relatie met Bem zorgde voor de diepe heling die met Dick fysiek nauwelijks kon plaatsvinden. Na deze intensieve jaren van bespiegeling, karmische heling en transformatie diende zich een nieuwe fase aan in mijn liefdesleven: ik ontmoette in 2018 Moreno. Ook met hem had ik karmische verbindingen uit vorige levens, die zich in de eerste periode van ons contact aandienden en konden worden doorleefd. Daarna bleef er een liefdevolle en blijvende relatie over, die nog steeds voortduurt. Elke zielsverbinding bracht een eigen en unieke sleutel tot bewustzijn, heling en transformatie. Alles bleek ook met elkaar verbonden te zijn. Het leidde o.a. tot het schrijven van mijn biografie *De Karma-drager – bevrijding van seksueel geweld door de eeuwen heen* dat in 2022 uitkwam. Het ontluiken van de herinneringen aan mijn vorig leven in de Tweede Wereldoorlog dat eindigde in Auschwitz, gebeurde in verbinding met Hein. Ook de andere zielsliefdes bleken een belangrijke rol te hebben gespeeld in dat vorig leven. De onverwerkte emoties van toen wilden gezien, erkend en geheeld worden. Het was een zielsafspraken met mezelf om er een boek over te schrijven. Het was bij tijden een eenzaam proces, maar zonder de liefdevolle bedding van deze zielsliefdes had ik het nooit gekund.

Soms past een zielsverbinding niet precies binnen een van deze beschrijvingen. In de verbinding met Moreno herken ik die oorspronkelijke splitsing

én de heelheid die voelbaar wordt als onze energieën elkaar ontmoeten. Met Moreno heb ik zowel trauma vanuit vorige levens, waaronder mijn vorig leven in de Tweede Wereldoorlog, als vroegkinderlijk trauma uit dit leven geheeld. De verbinding met hem voelt voor mij als een hybride vorm met elementen van zowel een tweelingvlam als een tweelingstraal: een diepe energetische nabijheid, oude karmische lagen die in korte tijd werden geheeld, én een autonomie waarin liefde zonder hechting mogelijk is. Hoewel hij en ik op veel vlakken elkaars tegenpool zijn, valt er in onze nabijheid iets samen wat voorbij de vorm gaat. De liefde die daarin voelbaar is overstijgt het persoonlijke. Het is de herinnering aan een oeroude eenheid.

Zelf beleeft Moreno onze relatie anders, meer vanuit een aards perspectief. Voor hem bestaat onze verbinding uit momenten van liefdevol samenzijn, waarin hij volledig aanwezig is en waarbij alles er mag zijn. Daartussenin leeft hij zijn eigen leven, in vrijheid. Ik respecteer hem daarin en geniet daarbij van mijn vrije tijd en autonomie. Ik voel onze liefde en hoe die liefde onze ego-delen doet vervagen. Doordat we alles met elkaar kunnen meevoelen is er nooit 'gedoe'. Alles is bespreekbaar. Als we elkaar weer zien ben ik zo blij, dan valt alles weg en is er alleen maar liefde. Dat ervaar ik ook met Gabriela.

De ziel laat zich niet in hokjes vangen. Ze beweegt zich vloeiend door lagen, vormen en ervaringen heen, als water dat zijn weg zoekt. Het belangrijkste is niet welke naam je ergens aan geeft, maar wat het met je doet, wat het je spiegelt en in jou opent, en dat het je laat herinneren van wie jij in essentie bent.

Hoe jij dit boek kunt gebruiken

Met dit boek wil ik graag algemene duiding geven aan de spirituele, energetische en emotionele processen die je in relatie met je tweelingziel en andere zielsliefdes kunt ervaren en tips geven hoe je ermee om kunt gaan. Wat ik hier deel, is hoe het voor mij werkt. Misschien herken je jezelf er volledig in, misschien voelt het soms als een ver-van-mijn-bedshow. Beide zijn goed.

Voor mij is dit werkelijkheid, maar jij kunt het heel anders ervaren en toch de essentie begrijpen. Ik heb mijn eigen ervaringen als leidraad genomen, mede in afstemming met mijn spirituele gidsen die me vaak informeerden vanuit de onzichtbare wereld. Ik kreeg contact met hen toen ik in 2011 ontdekte dat ik borstkanker had en zij me hun eerste boodschap doorgaven: *This is a wake up call, you are supported.* Ik nodig je uit om te voelen wat voor jou klopt. Neem mee wat resoneert en laat los wat (nog) niet past. Misschien ontdek je onderweg dat jouw ervaring een andere vorm aanneemt. Dat is precies de bedoeling: dit boek is een gids, geen wetboek. Ik wens je een mooie en helende reis toe.



De tweelingzielontmoeting

In deze tijd van grote veranderingen in de wereld, kan het gebeuren dat jouw persoonlijke liefdesleven behoorlijk verandert als je jouw tweelingziel ontmoet. De ontmoeting met je tweelingziel is heel bijzonder en lijkt vaak geregisseerd door het toeval, alsof het zo moest zijn. Het is alsof je jezelf ontmoet, alsof je in de spiegel kijkt naar een kopie van jou, de essentie van wie jij bent. Je voelt een enorme vertrouwdheid en als je elkaar in de ogen kijkt is het alsof je thuiskomt en de tijd stil staat. Er is vanaf het begin een gevoel van eeuwige verbondenheid en onvoorwaardelijke liefde, een liefde die zo diep in je hart verankerd zit dat je weet dat deze nooit meer over gaat. Dat kan behoorlijk wat verwarring opleveren. Zeker als je in een gelukkige liefdesrelatie zit en helemaal niet zit te wachten op de komst van een tweelingziel.

Tweelingzielen zijn op zielsniveau zo sterk met elkaar verbonden dat zij in wezen één zijn. Als tweelingzielen elkaar in dit leven ontmoeten, betekent dit dat er een bepaalde vorm van spirituele volwassenheid is bereikt. Tweelingzielen kunnen alleen een relatievorm met elkaar aangaan als zij hun lessen geleerd hebben en bereid zijn hun liefde in te zetten voor een groter belang dan alleen het beleven van hun liefde voor elkaar. De ontmoeting

tussen tweelingzielen zorgt ervoor dat lessen versneld worden. Zij versterken elkaar in hun lichtenergie waardoor er vaak grote veranderingen plaatsvinden in hun leven.

Hoewel tweelingzielen in essentie veel op elkaar lijken, zijn er ook verschillen. Deze zijn voornamelijk ontstaan door een verschil in ontwikkeling waarbij ieder zijn eigen levenslessen heeft en levenspad volgt. Vaak spiegelen tweelingzielen elkaar deze verschillen en het komt dan ook regelmatig voor dat er heftige botsingen ontstaan tussen de tweelingzielen. Soms staan persoonlijke ontwikkelingen elkaar in de weg, waardoor er periodes voorkomen waarin zij afstand nemen, zodat de eigen ontwikkeling door kan gaan. De aantrekkingskracht tussen tweelingzielen is echter enorm groot waardoor zij steeds weer naar elkaar toetrekken. Deze wisselingen kosten vaak veel energie, maar gaan door totdat de levenslessen geleerd zijn. Niemand kan zeggen of voorspellen wat de komst van een tweelingziel voor jou en je leven betekent. De liefde tussen tweelingzielen hoeft niet altijd op een fysieke of seksuele manier geleefd te worden. Er volgt niet altijd een romantische liefdesrelatie. Hoe een tweelingzielverbinding vorm krijgt, hangt af van bestaande relaties en van wat partners onderling hebben afgesproken over het delen van liefde. Er zijn veel tweelingzielen die, ondanks hun diepe liefde voor elkaar, trouw blijven aan hun partner. Zij voelen heel duidelijk dat hun liefde voor hun aardse partner losstaat van de liefde voor de tweelingziel en dat zij hun partner niet willen missen in hun leven.

Anderen voelen heel sterk dat de enige manier om de wereld te dienen met het licht van hun liefde, mogelijk is door ook met elkaar een liefdesrelatie aan te gaan. De manier waarop de liefde vorm krijgt bepaal je samen. Dit is voor iedereen verschillend en je hebt hierin altijd een eigen keus. Besef dat iedere relatie anders en uniek is en dat vergelijken vaak leidt tot verwarring en wanhoop. Misschien heb je al jaren een vaste partner en kom je nu je tweelingziel tegen. Neem de tijd om uit te zoeken wat liefde en relatie(s) voor jou betekenen en wat de bedoeling is van jouw tweelingzielontmoeting. Het kan zijn dat je ontdekt dat de ander durven loslaten niet alleen

een manier is om de onvoorwaardelijke liefde naar jezelf te erkennen, maar ook een unieke vorm is van onvoorwaardelijke liefde voor jouw tweelingziel en zijn of haar levenspad. Besef dat je vanuit de ziel en in je hart altijd verbonden blijft met elkaar.

Veel tweelingzielen voelen juist ook op afstand die onvoorwaardelijke hartsverbinding en nemen elkaars gevoelswereld op. Uiteindelijk zorgt de tweelingzielontmoeting ervoor dat je steeds meer gaat leven vanuit je hart. Je leert om het verlangen naar liefde los te laten zodat je uiteindelijk beseft dat je liefde bent. Hierbij speelt het ego een dienende in plaats van een leidende rol. Je benadert de wereld steeds meer vanuit een onvoorwaardelijke liefde die verder reikt dan je ooit voor mogelijk had gehouden. Met deze liefde die huist in je hart, beïnvloed je de mensen om je heen, bewust maar ook onbewust. Zo kan de wereld veranderen in een wereld waarbij meer ruimte is voor liefde en compassie. Ieder doet dit op zijn of haar eigen manier en met de persoonlijke kwaliteiten en talenten. Gun jezelf tijd en ruimte om te ontdekken wat jouw unieke missie voor deze wereld is. Ik nodig je uit om naast de beproevingen en uitdagingen die de tweelingzielontmoeting met zich meedraagt, ook te genieten van je ontdekkingsreis en van de momenten van plezier en verwondering.

Karma als energetisch geheugen van de ziel

In dit boek lees je over karma en karmische processen. Voor mij is karma geen strafsysteem, maar een energetisch en emotioneel geheugen van de ziel. Het is een onafgemaakt verhaal dat opnieuw gelezen, doorvoeld en begrepen wil worden om het mens-zijn in al zijn vormen te kunnen ervaren. In mijn werk en leven ervaar ik karma als een uitnodiging tot heling die zich vaak aandient via liefde, verlies en onverwachte ontmoetingen. In verbinding met zielsliefdes kunnen karmische wonden opnieuw geopend worden, juist opdat ze geheeld kunnen worden en je in het hier en nu echt vrij kunt zijn in de keuzes die je maakt. Karma is ook een weg naar compassie, misschien wel de diepste vorm van liefde die we kunnen belichamen. De ziel kiest er bewust voor om in verschillende levens tegenovergestelde ervarin-

gen op te doen. Wie in het ene leven dader was van seksueel misbruik of andere soorten van geweld of emotionele verwaarlozing, zal in een ander leven de ervaring van slachtofferschap op zich nemen. Dit gebeurt niet om gestraft te worden, maar om het menselijke bestaan in al haar facetten te leren kennen, om te doorvoelen en om compassie te kunnen ontwikkelen voor de andere kant.

Wat ik steeds opnieuw als helend ervaar, is dat het mogelijk is om je werkelijk in te leven in de belevingswereld van de ander, of beter gezegd: om er tijdelijk mee samen te vallen en weer terug te keren naar je eigen bron. Juist daardoor neutraliseren de overweldigende emoties. Ze verliezen hun verlam-mende grip en energetische zuigkracht waardoor je weer verder kunt in het nu. Dat is de paradox van karma: door je in de ander te verplaatsen, kom je dieper thuis bij jezelf. Je gaat helderder onderscheiden wat van jou is, wat bij jouw waarheid hoort en wat van de ander is, en daar mag blijven. In de ontmoeting met een tweelingziel komt dit proces vaak in een stroomversnelling. De ziel nodigt je uit om stap voor stap door verschillende fasen heen te bewegen, waarin elke laag van karma en liefde je dichterbij je Ware Zelf brengt.

De zeven fasen van tweelingzielrelaties

De zeven fasen van tweelingzielrelaties, zijn grotendeels gechannelled. Deze volgorde is geen hiërarchie, maar een beweging. Soms cirkel je erdoorheen. Soms keer je terug naar een eerdere fase met nieuwe ogen. Alles gebeurt op het juiste moment, als je ziel er klaar voor is en op de manier die past bij jouw persoonlijke reis op aarde. Hecht er de waarde aan die jij het toekent. Met dit boek wil ik je introduceren in de wereld van tweelingzielrelaties. Voor de gewone wereld is dit spirituele concept een ver-van-mijn-bedshow. Ontmoet je echter jouw tweelingziel, dan staat je wereld binnen no time op zijn kop. Niets van wat je dacht te weten over de liefde lijkt nog te kloppen. Nieuwe emoties en ervaringen treden jouw belevingswereld binnen. Met wie kun je erover praten? Wat wil deze bijzondere verbinding jou vertellen en hoe ga je ermee om? Hoe houd je verbinding met je (aardse) partner of neem je afscheid? Aan de hand van de zeven fasen van tweelingzielrelaties, neem ik

je mee en deel ik mijn kennis, ervaringen en inzichten met jou. Het dient als inspiratie en voeding voor jouw persoonlijke situatie. Neem niets zomaar van mij aan, maar toets alles wat ik schrijf aan jouw innerlijk weten en aan jouw waarheid. De levensreis van ieder mens is immers uniek.

1) De ontmoetingsfase

In deze fase ervaar je een onmiddellijke herkenning van elkaar. Het menselijke bewustzijn maakt instant contact met het goddelijke bewustzijn dat je in de ander weerspiegeld ziet. De lichamelijke reacties zijn sterk en voelbaar in alle lichaamscellen en kunnen nog tot dagen na de ontmoeting gevoeld worden. De ziel verlangt steeds opnieuw naar een ontmoeting en die wordt dan ook vaak kosmisch geregeld, wat we als mens 'toeval' noemen.

2) De aantrekkings- en afstotingsfase

In de verbinding met de aardse realiteit komt alles onder spanning te staan. In deze periode ontvouwt zich een relatiepatroon van de renner en de blijver. Degene die wegrent voelt zich overweldigd door de grote hoeveelheid licht en is bang verpletterd te worden onder alle intensiteit. Degene die blijft, weet alleen maar: ik moet blijven, ook al zorgen de heftige emoties en het on vervulde verlangen voor veel pijn en verdriet. Deze fase is voor beiden bedoeld om de eigen pijn uit het verleden aan te gaan, die weerspiegeld wordt in de relatie met de tweelingziel.

3) De karmische helingsfase

In deze fase vindt de herbeleving en verwerking van het verleden plaats. Dit kan vanuit je kindertijd of kunnen verborgen overgedragen emoties van je voorouders zijn, maar het komt ook vaak voort uit vorige levens die je met je tweelingziel deelt. De thema's die spelen zijn altijd verbonden met wat er nu gebeurt in jouw huidige leven. Vanuit de bron word je begeleid om de thema's met bijbehorende gevoelens van het vorige leven in het hier en nu te ervaren, maar deze keer zonder dat het slecht of traumatisch afloopt. Je ziel nodigt je ditmaal uit een andere, betere afloop te ervaren met als doel terugkeer naar liefde voor alle betrokkenen.

4) De verlatings- en loslatingsfase

In deze fase van de tweelingzielrelatie ervaar je de grens van de onvoorwaardelijke liefde. Menselijke en persoonlijke verlangens, behoeften en grenzen worden bewust gevoeld en aangegeven. De goddelijke onvoorwaardelijke liefde komt in tegenspraak met de grenzen van de eigen persoonlijkheid. Niet zelden is het de aardse partner die een streep trekt of voor zichzelf gaat staan om de bestaande relatie te kunnen behouden, maar het kunnen ook de renner of de blijver zijn. Je maakt keuzes. De ene keer is het voor de aardse partner, de andere keer is het voor jezelf als eerbetoon aan zelfliefde en aan je eigen behoefte. Tot slot kun je kiezen voor jouw tweelingziel en zet je al jouw persoonlijke verlangens opzij wat kan voelen als zelfverloochening.

Het is de moeilijkste fase waarin je leert om te gaan met de diepste afwijzing, de meest intense pijn en het grootste verdriet, waarin je uitgenodigd wordt om hoe dan ook de liefde in jezelf te zoeken. Vaak vindt de omkering naar het licht plaats in de zogenaamde donkere nacht van de ziel. Hierbij ervaar je een enorme eenzaamheid waarbij je niet alleen de verbinding met anderen niet meer kunt ervaren, maar ook dat de verbinding met het goddelijke is verbroken. De donkere nacht van de ziel is een voorbode van verandering en laat je zien dat je niet langer kunt doorgaan zoals je altijd geleefd hebt. Maar in de schemering ligt ook het eerste licht van de nieuwe dageraad besloten, een uitnodiging aan wat mag ontwaken.

5) De verbindings- en compassiefase

In deze fase ontwikkelen tweelingzielen zich los van elkaar, ieder op hun eigen pad. Je ontwikkelt compassie voor alle betrokkenen in de relatiesituatie, inclusief voor jezelf. De verbinding met jezelf verdiept en je zelfliefde groeit. Je leert je in te leven in de wereld van de ander, terwijl je tegelijkertijd erkent dat jouw beleavingswereld anders is. Iedere betrokkene leeft liefdevol vanuit de eigen waarheid, in verbinding met zichzelf. Het verlangen om met alle betrokkenen vanuit het hart in liefdevolle afstemming te komen, neemt toe. Het hartsbewustzijn groeit voorbij het hart en brengt

een mildheid voor elkaar en voor andersdenkenden in de wereld. Er komt innerlijke rust. Je laat de dwangmatigheid rond jouw relatie-ideaal, na het vele proceswerk, eindelijk los.

6) De herenigingsfase

In deze fase van de tweelingzielrelatie vindt een innerlijke hereniging plaats op een aantal niveaus. Het is de herverbinding met de goddelijke bron, de innerlijke man en innerlijke vrouw, het innerlijk kind en de innerlijke baby. De innerlijke versmelting van alle delen wordt ook wel het heilig huwelijk genoemd. Al deze herenigingen vinden niet allemaal tegelijkertijd plaats. Soms volgt er een fysieke hereniging met elkaar, maar dit hoeft niet. Niet alle tweelingzielen komen in dit leven werkelijk samen in de buitenwereld. Jouw tweelingziel fungeert immers als spiegel van jouw verlangen naar innerlijke heelheid. Deze bekrachtiging is namelijk de meest belangrijke: de eenheid terugvinden in jezelf en er voor jezelf kunnen zijn op alle fronten, onafhankelijk van je partner of tweelingziel. Het is thuiskomen bij jezelf.

7) De completie- of de verlichtingsfase

In deze fase maakt het voor de tweelingzielen niet meer uit of ze wel of niet bij elkaar zijn, of tijd doorbrengen met elkaar. Het voelt als thuiskomen in jezelf, of je nu alleen bent of samen. Tweelingzielen kiezen vanuit innerlijke vrijheid of ze samen zijn of niet. In de verlichtingsfase leef je volledig vanuit het hart, in verbinding met de mensen om je heen en sta je ten dienste van het grote geheel. Er is ruimte voor alle emoties, die je positief of negatief kunt labelen. Je ervaart ze vanuit het volwassen bewustzijn, zonder erin te blijven hangen. Het zijn slechts energiefrequenties zonder lading van goed of fout. Het zijn richtingaanwijzers voor het maken van keuzes die kloppen voor jou, de ander, het grote geheel en de toekomst. Je weet hoe je er voor jezelf kunt zijn als het leven tegenzit. Het hart is leidend, het ego ondersteunt. Je leeft vanuit zielsvertrouwen en merkt steeds opnieuw hoe alles verbonden is. Zo zet je jouw levensmissie op aarde neer, creëer en manifesteer je.



Fase 1 **De ontmoetingsfase**



1. De ontmoetingsfase

In deze fase ervaar je een onmiddellijke herkenning van elkaar. Het menselijke bewustzijn maakt instant contact met het goddelijke bewustzijn dat je in de ander weerspiegeld ziet. De lichamelijke reacties zijn sterk en voelbaar in alle lichaamscellen, en kunnen nog tot dagen na de ontmoeting gevoeld worden. De ziel verlangt steeds opnieuw naar een ontmoeting en die wordt dan ook vaak kosmisch geregeld, wat we als mens 'toeval' noemen.

Een tweelingzielrelatie is niet de gemakkelijkste relatie. Als je jouw tweelingziel ontmoet, staat je wereld in no time op zijn kop. Het kan zijn dat je al in een vaste relatie zit, al dan niet in een gezin met kinderen. Je kunt gelukkig zijn in je relatie, maar door de ontmoeting met je tweelingziel gaan twijfelen over wat liefde nu werkelijk is. Want het gevoel voor je tweelingziel is alomvattend en zeer diepgaand. Het kan ook zijn dat jouw tweelingziel juist onbereikbaar is voor jou, omdat die gebonden is aan een ander, eventueel met een gezin. Ook komt het voor dat jouw tweelingziel zich helemaal niet wil binden, verslaafd is aan drugs of alcohol waarbij jij dwars door hem of haar heen kijkt en precies voelt wat je tweelingziel nodig heeft. Hoe de relatiesituatie ook is: jij weet dat er iets bijzonders is gebeurd. Jij bent degene die het goddelijke licht bij jouw tweelingziel herkent en dat is zo indrukwekkend