

Inkijkexemplaar

Cursus Osho Zen Tarot



Nelly van der Werff
www.webtarot.nl

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	7
Opbouw van de Osho Zen Tarot	7
Lesprogramma.....	8
Het bestuderen van de kaarten	9
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 – Voltooiing	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 op hoeft 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 kun je niet overhaasten. 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 ontwerpster 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 bestudeert. 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

Lees dit goed door, dit is een belangrijk onderdeel van de cursus!

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 ontwerpster 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.

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

Een greep uit de vragen en oefeningen voor de individuele tarotkaarten zodat je je een beeld kunt vormen van het onderdeel 'kaartenkennis', waarbij de nadruk ligt op de kaarten 'ervaren'.

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? </i
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 vertelt 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

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.

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

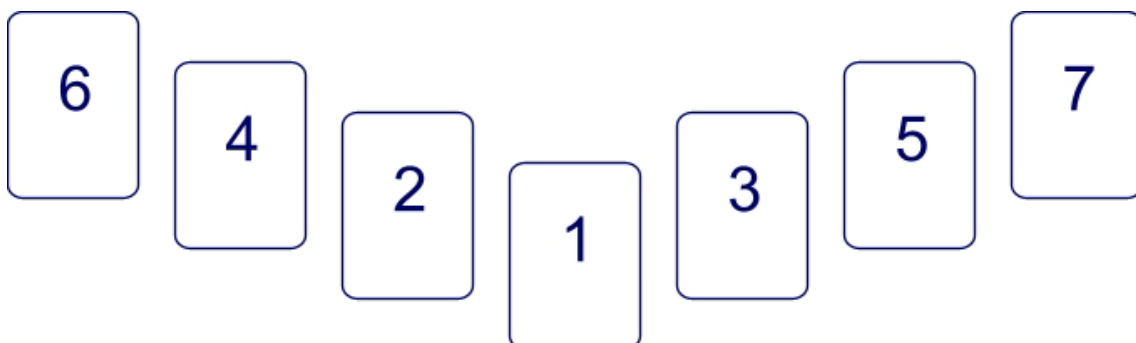
Cursus Osho Zen Tarot – De Praktijk

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 situaties waarin je verkeert. Je kunt hiervoor eenvoudigweg één kaart trekken, maar je kunt ook gebruik maken van een legpatroon. 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 kaartleggen onder de knie te krijgen.

Hieronder kun je één de acht uitgebreide voorbeeldconsulten uit de cursus lezen. Na bestudering van ieder legpatroon, ga je zelf aan de slag.

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 rechtervleugel 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.

Je kunt je aanmelden voor de cursus Osho Zen Tarot op www.webtarot.nl