

Contact maken met overledenen

Ook jij kan het

In dit E-book leg ik het uit



Door Eric van Riessen

Eigenaar van Eric's Spiritual School



Inhoud	
Inleiding	3
Is mediumschap een gave?	4
Disclaimer	5
Overledenen zijn in het licht	6
Mediumschap is contact maken met overledene	7
De meditatie via de website met geluid	8
De meditatie in tekst	9
Discipline en een alternatief als het niet lukt	10
Verdieping en mediumschap bij anderen	11

**Alle foto's en teksten zijn onder de rechten van Eric van Riessen en mogen niet worden gekopieerd**

## Inleiding

Contact met overledenen, ook jij kan het? Iedereen kan contact maken met overledenen. Contact maken met overledenen kan je heel veel moois brengen. Naarmate je als mens ouder wordt, verlies je waarschijnlijk steeds meer geliefden om je heen. Het is erg prettig om te leren dat je overleden familieleden, geliefden en vrienden gewoon bij je zijn. En ze zijn er al als je aan ze denkt. Door een techniek uit dit boek toe te passen, leer je ook hoe je de overledene kan voelen. Hoe je hun taal beter leert spreken.

Je gaat ook inspiratie krijgen van diegene die jij het meest kan vertrouwen. Van wie zou je liever je begeleiding krijgen? Van een leraar op school, iemand op cursus of iemand die familie van jou is en onvoorwaardelijk van je houdt? Die er altijd is en met liefde klaarstaat om jou te helpen naar het pad wat voor jou het beste te bewandelen is.

Door je mediumschap te ontwikkelen kom je er vanzelf achter dat je nooit alleen bent. Dus mocht je je eenzaam voelen, is het ook erg goed om met mediumschap aan de gang te gaan. De spirituele wereld is de wereld van de overledenen en zij willen jou heel graag laten weten dat ze er zijn vanuit het licht om jou te helpen. Om troost te bieden als je het zwaar hebt.

Alle overledenen zijn in het licht. De technieken waar ik je mee leer werken zijn gemaakt om vanuit licht contact te maken met de bovenwereld. En deze contacten kun je onderhouden en het besef dat we doorgaan na dit leven is toch wel een van de mooiste dingen van het leven is.

Als je contact maakt met een overledene, maak je contact met de ziel van de overledene. De ziel is datgene wat zuiver in ons is. De ziel is ook datgene wat altijd door leeft. De ziel is dan ook vanuit liefde, zonder oordeel. De ziel kan ons wel vertellen wat ons blij en wat ons ongelukkig zal maken. De ziel kan ons zelfs duidelijk maken dat wat anderen schaadt ons ook kan schaden, als wij dat veroorzaken. Maar één ding doet de ziel niet: over jou oordelen. De ziel kijkt altijd vanuit liefde en licht naar ons als we met een overledene werken. Ook je eigen ziel is vrij van oordeel over jou. Elk oordeel komt van het ego. Als je dus goed naar jezelf luistert, word je vanzelf liever tegen jezelf. Voor je eigen ontwikkeling zal je veel aan dit E-book hebben. Ik zal wel een aantal keer een verwijzing naar mijn trainingen en website maken zodat weet wat je nog meer met mediumschap kan. Dus ja, er zit een stukje reclame in.

Je krijgt verderop in dit boek een meditatie en via die meditatie leer je hoe je contact met overledenen kan maken.

### **Is mediumschap een gave?**

Mediumschap is geen gave. Ik heb inmiddels genoeg studenten les gegeven om te weten dat zo goed als iedereen het kan leren. Je dient dan wel de instructies goed op te volgen en een bepaalde openheid te houden en niet te streng te zijn naar jezelf. Maar mediumschap bestaat gewoon uit technieken net als sport of ander werk, zoals een auto repareren. Als je de techniek traint, ontwikkel je je mediumschap. Er bestaat wel talent. Sommige mediums worden ermee geboren, zoals ik zelf en veel talentvolle mediums hebben een bijna dood ervaring gehad. Als je dit niet hebt, betekent dit niet dat je niet ook heel goed kan worden in mediumschap. Talent onderscheidt de kwaliteit van mediumschap. Maar mediumschap is contact maken met overledenen. En dat kan ik echt aan iedereen leren, mits je open staat voor begeleiding. Dus ook jij kan het.



## Disclaimer

Mediumschap is geen gave, het is ook niet voor iedereen. Iedereen die een psychische stoornis heeft, raad ik wel af dit te doen. Een psychische stoornis kan door alles komen als je er aanleg voor hebt, dus ook terwijl je bezig bent met mediumschap. Dit zegt niks over mediumschap, maar wel iets over de psyche van de mens. Als je er voor kiest om je hiermee bezig te houden via een E-boek doe je het ook volledig op eigen risico en is alle verantwoordelijkheid bij jezelf. Je kan dan ook navragen bij je huisarts of hij het verstandig vindt als je hiermee bezig bent. Ook is les nemen bij een medium verstandig, want een medium die goed lesgeeft zal waarschijnlijk doorhebben dat er iets niet goed met je gaat en je adviseren om naar de huisarts te gaan. Als je dit alleen via een boek en zonder begeleiding doet, vind ik dat je aan je huisarts moet vragen of het verstandig voor jou is hiermee aan de gang te gaan. Grote kans dat je huisarts er niet in gelooft, maar dat is niet de vraag. De vraag is of je psyche gezond genoeg is om je hiermee bezig te houden. Je bent zelf uiteraard verantwoordelijk voor jezelf.

Ook vind ik dit boek niet geschikt voor kinderen. Sommige kinderen hebben contact met de wereld van de overledenen, dat klopt. Maar een kind mag ook kind zijn en de tijd van de ontwikkeling hierin komt vanzelf wel en ik vind dat de ouders van een kind hier ook toestemming voor moeten geven. Mocht je als ouder er voor open staan als je kind ook overledenen ziet, doe dan niet of dit eng is en neem het kind hierin serieus, net als bij het zien van aura's. Alleen blijft dit E-book niet geschikt voor kinderen. Als je het niet vertrouwt bij je kind, neem dan ook contact op met de huisarts.

In de meditatie vertel ik dat liefde alles geneest. Dit betekent niet dat je door deze meditatie volledig gezond wordt, maar het kan wel een positieve bijdrage aan je gezondheid geven.

De verantwoordelijkheid van deze meditatie en dit E-book is geheel voor jou. Je doet alles op eigen risico en Eric van Riessen en Eric's Spiritual School kun je dan ook nergens voor verantwoordelijk houden voor deze meditatie en dit E-book.



## Overledenen zijn in het licht

Vanuit mijn ervaring zijn alle overledenen bij het licht. Iemand kan zich dus veilig met mediumschap bezig houden, mits hij/zij psychisch gezond is en blijft.

Er wordt wel eens gesproken van iemand die niet over is. In mijn ervaring kunnen er dan twee dingen aan de hand zijn. Het medium kan geen contact maken en er heeft een andere ziel meer belang om door te komen voor jou. Omdat die ziel beter past bij de boodschap die je dient te horen. Of er is een heftig overlijden geweest. Bij een werkend medium wordt altijd eerst informatie over het leven door gegeven. Niet iedereen sterft op een prettige manier. Als medium kan je dit ervaren en als dit herkend wordt of je stopt met het consult, dan is deze energie gelijk weer weg. Je kan je voorstellen dat als je als medium te weinig kennis hebt en er is een heftig overlijden door bijvoorbeeld zelfdoding, dan kan het medium dat als onprettig ervaren en zelfs ten onrechte denken dat iemand niet bij het licht is. Als je als medium ermee werkt, merk je aan het eind van het consult als je naar de boodschap gaat dat de ziel juist heel erg in de energie van liefde en licht zit. Hoe harder je traint als medium hoe sterker je dit gaat voelen.

Mediumschap en kinderen, hoe werkt dat eigenlijk? We horen steeds vaker dat kinderen ook de spirituele wereld ervaren. Als eerst vind ik dat een kind vooral kind dient te zijn. Als een kind al een training zou doen in mediumschap moet dat vooral leuk en speels zijn. Maar voorop staat voor mij: een kind moet vooral kind zijn. Een kind dient te spelen en te ontwikkelen. Als een kind aura's of overledenen ziet, dan is het goed dit serieus te nemen. Praat er met dit kind over. Vertel dat het lieve mensen zijn die er zijn, zoals misschien een opa die overleden is. Maar laat vooral het kind praten en laat alles daarvan in zijn waarde.



## Mediumschap is contact maken met overledenen

In dit E-book ga je leren hoe je met die overledenen in contact kan komen. Hoe je dit voor anderen kan doen, ook op andere manieren, kan je leren in de mediumopleiding van Eric's Spiritual school. Via deze link kan je daar meer informatie over vinden:

<https://ericsspiritualschool.com/medium-opleiding/>

Een overledene bevindt zich altijd achter je als hij of zij zich kenbaar maakt. Dat is ook de plek waar ik je in de meditatie leer focussen. Het is gewoon net alsof een levende achter je staat. Je kent dat gevoel wel als iemand achter je staat zonder dat je iemand ziet aankomen, dan voel je dat. Voor overledenen is dit precies hetzelfde.

Om je hoofd zich er niet te veel mee te laten bemoeien, adviseer ik om niet te bepalen met welke overledene je in contact komt tijdens de meditatie. Als je teveel van tevoren vastlegt is er een grotere kans dat je fantasie of je hoofd het overneemt en het gaat invullen. Sta gewoon open voor wie er komt. Er is ook altijd een reden waarom degene komt die komt, want deze ziel heb jij waarschijnlijk op dit moment het hardste nodig. Stel vanuit deze richtlijn ook geen vragen. Een overledene weet precies wat jij nodig hebt om te horen. Bij iedere vraag bedenkt je hoofd namelijk een antwoord. Maar de kans is groot dat de overledene jou iets heel anders wil vertellen dan je hoofd. Een boodschap komt bijvoorbeeld uit je hoofd als je iets moet. Is het niet liefdevol of positief inspirerend dan is het je hoofd en geen overledene die je dit vertelt. Want overledenen spreken altijd vanuit vrijheid en liefde en inspiratie. Soms is het al fijn genoeg om samen te zijn met jouw gids of overledene en is er helemaal geen boodschap nodig.

Een overledene wil ook herkend worden. Dus de eerste herkenning vanuit jou hoeft niet altijd vanuit liefde te gaan. Ze komen met persoonlijke herinneringen die jij weet. Dus als je een lastig contact met iemand had, is het mogelijk dat je ook die emotie voelt. Dit kunnen soms heftige emoties zijn als jij deze hebt gehad of herkend van een overledene. Als de overledene herkend wordt, gaat hij of zij naar de boodschap. En dan zal je merken dat de energie in een lichte en liefdevolle energie verandert. Het kan ook zijn dat je die gelijk voelt, zeker bij overledenen die jij goed kent omdat ze zich op meerdere manieren kenbaar kunnen maken. Het goed interpreteren van informatie over een overledene, zowel voor jezelf als bij een ander, leer je in de mediumopleiding van Eric's Spiritual School.

<https://ericsspiritualschool.com/opleidingen/>

## De meditatie via de website met geluid

Via deze meditatie leer je om contact te maken met overledenen.

Je kunt op <https://ericsspiritualschool.com/> gratis de meditatie op muziek doen. Als je op de homepage komt en je scrollt naar beneden zie je hem vanzelf. Het geluid vind ik het beste als je een speaker gebruikt.

Je dient dan alleen twee dingen te weten die niet in die meditatie worden uitgelegd.

1 De plek waar je derde chakra zit. Dit is je zonnevlecht. Als je je handpalm op je navel legt in de breedte met je pinkknokkel onderop terwijl je vingers naar de zijkant wijzen. Het centrale punt van jouw derde chakra zit dan precies boven jouw duimknokkel.

2 Wat ik in de meditatie op mijn website niet vertel omdat die daar ook voor andere doeleinden gebruikt wordt, is hoe je contact met overledenen maakt. Ik vertel in de meditatie hoe je jouw energieveld steeds groter maakt. Als je energieveld op zijn grootst is, dan wil ik dat je achter je concentreert en zo probeert te voelen of er iemand achter je staat. Als je dit voelt, is dit de ziel van een overledene of een gids. Een gids is een persoonlijke spirituele begeleider. Je zal deze energie waarschijnlijk achter je hoofd en hoger voelen, maar wel vooral achter je. Misschien neem je dit de eerste keer nog niet waar, maar door het vaker te doen komt het bij de meeste mensen vanzelf. Probeer dan een te kijken of deze ziel jou iets wilt vertellen. Dat kan via plaatjes, gevoel, geluid, reuk, smaak en de gedachte dat je ineens iets beseft. Kijk of je de overledene zelf herkent en laat hem of haar vooral spreken, want zij weten wat je nodig hebt. Als de overledene niet uit liefde of inspiratie praat of je vrij wil beïnvloedt, ben je in je hoofd belandt. Probeer dan je energieveld weer groter te maken en weer naar achter te gaan. Als je mediteert, houd te allen tijde je voeten op de grond. Als ik nadat ik een tijdje stil ben, weer ga praten neem je afscheid van de overledene of gids. Je kan altijd opnieuw naar deze gids toe gaan. Je voelt de gids of overledene dan weer naar de energie achter jou gaan.



## De meditatie in tekst

Doe deze meditatie op een stoel. Ik gebruik het woord God, je kan uitgaan van kosmos, energie of wat jij prettig vindt. Beslis van tevoren hoe lang je wilt mediteren en zet ook een wekker. Begin bijvoorbeeld met vijf minuten en bouw zo steeds verder uit. Je kan deze meditatie ook zelf inspreken als je dat fijn vindt.

Ga rechtop zitten en zet je voeten stevig op de grond. Sluit je ogen. Concentreer je op je ademhaling. Terwijl je inademt, adem je de liefde van God in en terwijl je uitademt, adem je de liefde van God uit. Zo komt er een continu een stroom van de allerhoogste vorm van liefde door jou heen. Terwijl je op je ademhaling let, wil ik dat je met je aandacht gaat naar jouw derde chakra. Je voelt hierbij de derde chakra, een klein balletje van liefdevol, krachtig licht. En je voelt langzaam hoe dit balletje van liefdevol, krachtig licht groter wordt. Het wordt zo groot als een bal. Weet ook dat alles wat je in deze meditatie doet door je gidsen gebeurt. Het is belangrijk dat jij het waarneemt. Het enige wat jij hoeft te doen, is opletten wat er met je energie gebeurt. Je gidsen doen het voor jou. Voel nu hoe jouw energie zo groot wordt als je hele lichaam. Jouw kracht, jouw licht wordt zo groot als je hele lichaam. En het wordt zelfs zo groot als een armlengte om jou heen, naar alle kanten. Dan wordt het zo groot als de ruimte waar je nu inzit. Dan wordt jouw kracht, jouw licht zo groot als de plaats waar jij nu bent. Dan wordt jouw kracht, jouw licht zo groot als het land waar je nu bent. En dan wordt het ook zo groot als de hele wereld. En ook in het heelal komt jouw kracht en jouw licht. In je eerste chakra, je bekkenbodemp, voel je dat er een energetisch kanaal komt dat tot in de in de hemel. Ook je kracht, liefde en licht reikt tot in de hemel. Jij bent nu één met alles. Met alle liefde om je heen ben jij één. Je bent net zo goed als al het andere. Je bent nu licht en je bent één met alles wat er is. Geniet van deze ervaring. En voel hoe je in dit licht zit. Je kunt nu de focus achter je leggen. Doe dit vooral achter je hoofd en daarboven aan de achterkant. Voel hoe vanuit die energie een ziel naar voren komt en probeer daarnaar te luisteren. Dit is een gids of een overledene die jij hebt gekend. Dit luisteren doe je via al je zintuigen, dus niet alleen met woorden. Deze gids of overledene weet precies wat je nodig hebt om te horen en op een vraag geeft je hoofd vaak antwoord. Wat je gids of overledene vertelt, is altijd vanuit liefde of inspiratie en uit vrije wil. Zo niet dan is het ook je hoofd. Door vaker te mediteren, leer je steeds beter naar ze te luisteren. Na een tijdje neem je afscheid van deze gids of overledene. Je voelt deze gids of overledene dan naar achter gaan, weer terug naar hun energie. Maak in de stappen zoals hier beschreven je energie weer wat kleiner. Breng je energie terug naar de wereld. Breng jouw kracht, jouw liefde, jouw licht terug naar het land waar jij nu bent. Dan breng je de energie naar de plaats stad of dorp waar je nu bent. Nu breng je de energie terug naar de ruimte waar je nu bent. En als laatst breng je de energie terug tot een armlengte om jou heen, naar alle kanten. Zo groot hoort je licht aura te zijn. Als je deze meditatie vaak doet zal dit je ook helpen met je hooggevoeligheid. Liefde is de genezer van alles. Dus op het moment dat jij een cirkel van liefde om je heen hebt, sta je open voor de spirituele wereld, maar ben je ook beschermd. Omdat liefde alles geneest. Hoe vaker je dit doet, hoe sterker jouw gevoeligheid wordt en hoe beter je leert om ermee om te gaan. Waardoor het aangener wordt die gevoeligheid te hebben. Beweeg dan je voeten, handen en andere lichaamsdelen als je die behoefte hebt

en doe dan in je eigen tempo je ogen open. Als je je niet helemaal gegrond voelt, kan je een wandeling maken of sporten zodat je even goed aardt. Ik wens je een hele fijne dag.

## **Discipline**

Je zult natuurlijk wel begrijpen dat hoe vaker je dit doet hoe makkelijker het wordt. Op een bepaald moment heb je de meditatie op de website zelf niet meer nodig en kan je op je eigen muziek in stilte of in de natuur zelfstandig deze meditatie doen zonder dit E-book. Ik zeg er wel altijd bij: begin rustig. Doe het eerst twee of drie keer per week, dan op een gegeven moment als je wilt elke dag. Als je deze meditatie elke dag doet, kan je er ook voor kiezen om langer de tijd te nemen. Doe de meditatie niet langer dan een uur per dag.

Wees niet te streng voor jezelf als je een periode heel veel afgeleid bent in je meditatie. De spirituele wereld werkt al met je energie veld als jij de tijd neemt om voor hun te gaan zitten. De ene dag gaat het gewoon makkelijker dan de andere dag.

## **Alternatief als de stoel meditatie niet lukt**

Als het je niet lukt om te mediteren op deze manier, kun je kijken naar alternatieven. Ik had een aantal jaar geleden heel veel last van tinnitus. Dit zijn één of meerdere geluiden in je oor.

Bij mij waren dit pieptonen. Dit werd zo heftig dat ik niet thuis kon mediteren op een stoel. Ik kon op dat moment ook geen baan in loondienst vinden. Ik liep in het bos en was emotioneel en moest hard huilen. In mijn tranen vroeg ik de spirituele wereld: wat willen jullie nou van mij? Toen kreeg ik een duidelijk antwoord. Mediteer wandelend in het bos als het thuis niet lukt. Inmiddels kan ik weer thuis mediteren, maar ik heb toen heel lang wandelend in het bos gemediteerd. Er is altijd een alternatief als iets niet lukt. Doe je de meditatie wandelend, let dan wel extra op je veiligheid in het verkeer en houd je ogen dan open. Maar lukt het niet in de stoel door een medische reden, zoek een alternatief. Of nog beter, vraag het aan de spirituele wereld.



## **Verdieping en mediumschap bij anderen**

Ik kan me voorstellen dat je nu denkt, leuk dat mediumschap maar hoe kan ik anderen hiermee helpen? En hoe weet ik zeker dat ik niet steeds in mijn hoofd zit? En misschien heb je zelfs de behoefte aan een dieper contact met jouw eigen gidsen, overledenen en je ziel.

Je weet nu hoe je contact maakt met je eigen overledenen. Als je wilt dat je ook voor anderen contact kan maken met overledenen en hoe je dit ook bewijst via informatie over die overledene en een liefdevolle boodschap door wilt geven, dan is de mediumopleiding echt iets voor jou.

In de medium opleiding ga we werken met de onderstaande punten.

- Wat komt uit mijn hoofd en wat is echt?
- Ook leer je om dichterbij je gidsen te komen.
- Je leert schrijven en tekenen vanuit de spirituele wereld.
- Ook leer je aura's zien, met orakelkaarten werken, water lezen, foto's lezen en kom je tot een heel dicht contact met je eigen gids.
- Dit alles doen we in een opleiding die in 8 dagen over een jaar zijn verdeeld.
- Daarna zijn er nog vervolgcursussen waarin je jezelf leert specialiseren. Elk jaar wordt officieel afgerond en het is aan jou of je er mee door wilt gaan.

Je leert ook 2 andere meditatie technieken waardoor je dichterbij je ziel komt en je een beter contact met je gidsen opbouwt. Zeg nou zelf, wie vertrouwt je het meest in jouw begeleiding? Je eigen ziel, een overledene die van je hield, Een gids die ervoor kiest jou je hele leven te begeleiden? Of iemand die je nog nooit hebt ontmoet? Ik kan me geen betere leraren voorstellen en in deze opleiding leer je je meer met ze te verbinden. Ik werk met een groep van maximaal tien personen, zodat jij de aandacht krijgt die je verdient.

Nog meer verdieping? Wil je meer informatie dan kun je mailen naar [info@ericsspiritualschool.com](mailto:info@ericsspiritualschool.com) of bel 0641723232 Alleen bellen tussen 9.00 en 21.00. De mail komt soms in de spam, dus houdt die ook goed in de gaten als je mij hebt gemaïld.