

Algemene informatie

Onderstaand tref je een kort verslag aan van de meest wezenlijke bevindingen die ik ervaarde bij je healing. Er valt allicht meer over te vertellen, voel je vrij om contact met me op te nemen daarover. Dit kan telefonisch, per mail, facetime; kies gerust wat het beste bij je past.

Ik kan ook met meer adviezen en/of meditatiesuggesties komen dan diegene, die je hierin vermeld vindt. In dit verslag beperk ik me tot het meest essentiële.

Voordat ik mijn verslag begin is het wellicht goed te realiseren dat een chakra wordt opgebouwd uit -noem het maar- minichakra's. Al die verschillende vermogens die bij een chakra horen, bouwen een totaal chakra op. Belangrijke en makkelijk herkenbare vermogens heb ik beschreven in 'Ik voel (n)iets voor verandering'. Maar er zijn er veel meer dan die ik daar beschreven heb.

Het kan heel goed zijn dat je bepaalde onderdelen van een chakra goed beheerst en andere onderdelen niet. Het bovengenoemde in een concreet voorbeeld: bij het eerste chakra kun je heel goed door werk je eigen geld verdienen en in je eigen onderhoud voorzien. Dat is dat onderdeel goed of voldoende in balans. Een andere kwaliteit van het eerste chakra is goed -op fysiek vlak- voor jezelf kunnen zorgen. Kwaliteitsvoeding kiezen, je woonomgeving ordelijk en schoon houden, schone en verzorgde kleding dragen, rust en beweging met elkaar in balans hebben etc. Als je bijvoorbeeld wekelijks gemaksvodsel eet, of geregeld pep-voeding gebruikt (koffie, chocola, drop, sigaretten e.d.) dan is dat gebied van het eerste chakra onvoldoende ontwikkeld.

In de chakrapyschologie is het uiteindelijke doel om het totaal aan vermogens, dus alle minichakra's, in zijn meest optimale toestand te ontwikkelen.

Specifieke informatie over jouw healing

Er zijn over je energie tijdens deze healing verschillende zaken te zeggen. Ik haal twee punten naar voren.

- 1) Toelaten van de healing
- 2) 2^e chakra

Toelaten van de healing

Je laat de healingsenergie heel makkelijk toe. Dat is voor mij een indicatie dat op een dieper gelegen niveau je de besproken veranderingen wilt toelaten. Dat is trouwens lang niet altijd een bewust proces, maar het helpt wel in hele proces van genezen. Iemand kan genezen rationeel willen, maar op dieper niveau nog niet klaar voor zijn. Bij jou is dat dus niet het geval: 'Je bent er werkelijk klaar voor'.

Genezen is namelijk niet het terugkeren naar een toestand zoals het vroeger was. Of een geïdealiseerde staat. Het is het vinden van een nieuwe levenswijze en instelling. Zo'n proces roept altijd veranderingen en daarmee 'weerstand' op. Uit de healing merk ik dat er een diepere laag is in je die zegt (laat ik het maar wat populair verwoorden:) "Kom maar op, ik weet dat ik soms mijn hakken in het zand zal zetten, dat ik er soms tegenop zal zien ed, maar toch sta ik er werkelijk open voor. Laat ik maar eens kijken wat ik tegenkom."

Zie ook hoofdstuk 4 uit 'Ik voel (n)iets voor verandering' het onderdeel "Weerstand is nooit alleen".

Ik merk ook dat je nu met een heel nieuw stuk bezig bent. Een nieuwe ontwikkeling in jezelf. Deze energie voelt plezierig licht en vrij aan, bij vlagen wat diffuus. Het is ook nog wat 'jong', met wat onzekerheidsvlagen erbij, maar ook heel ruim en verwachtingsvol. Het lijkt een energiebeweging die je veel voldoening kan opleveren. Het is alsof je op weg bent delen van jezelf te herwaarderen en van ballast écht los te komen. Vooral dat laatste is energetisch nieuw. Want je bent daar al langer mee bezig, maar nu voel ik dat er een beweging in je opstart die werkelijk een nieuwe vormgeving wil ontwikkelen. Waarmee je een stuk vrijheid en blijheid naar je toe haalt, waar je al langer naar verlangt.

2^e Chakra

In je tweede chakra is merkbaar dat je geneigd bent daar de energie vast te houden. De energie voelt er onplezierig vol aan. Ook een beetje drukkend, een beetje stug, net alsof de energie van verschillende emoties 'vastgezet' worden en ze met zijn allen als 'haringen in een ton' zitten. Het wordt dan wat benauwd, krap en ongemakkelijk. Het stroomt niet soepel in dat gebied.

Verder merk ik dat er ook een aparte 'herhalingsbeweging' in zit. Als ik bijv. de energie daar wat lichter maak of help door te stromen. Wat op zich goed gaat! Dan stroomt na verloop van het tijd het weer terug.

Laat ik dit maar een 'herkauw-energie' noemen. Je hebt net afscheid van een bepaalde emotie of emotionele ervaring gedaan en dan voor jou hoegenaamd 'opeens' komt deze weer terug. En dan zit je als het ware weer in diezelfde sfeer, emotie 'gevangen'.

Dit 'herkauwen' is duidelijk al langer aan de gang. Het is een beweging in dat 2^e chakra wat het niet makkelijker voor je maakt zaken emotioneel te verwerken. Voor jou kan het aanvoelen als iets ongrijpbaars waardoor je toch maar niet 'los kunt komen'. Of zo je wilt 'vast blijft zitten'. Dat zullen natuurlijk vooral de onprettige situaties zijn, waarvan je merkt dat het lastig is deze emotioneel 'los te laten'.

Wanneer ik dieper op dit 2^e chakra inwerk en probeer oude energie meer weg te halen, dan lukt dat wel. Desondanks ontstaat er direct een tegenreactie. En die reactie is dat je in zijn totaliteit je energie ijler gaat maken, je trekt deze op naar boven toe (richting je kruinchakra). Dat kan soms ook fysieke effecten geven. Bijv. als een soort duizeligheid, of licht zijn in je hoofd, of afwezigheid.

Deze energetische beweging is voor mij een teken dat je het heel ongemakkelijk vindt om met emoties om te gaan.

Meestal zijn plezierige emoties nooit een probleem, maar de vervelende des te meer. Als ik dit verder aftast dan is het voornamelijk dat je geen idee hebt hoé je dan moet reageren, wat moet je wel/niet doen, wat kan je wel/niet doen, wat werkt gunstig/ongunstig? Alsof je in een soort 'niemandsland' even terecht komt. En van weeromstuit ontstaat dan een beweging om wat er zich voorvalt 'mooi' te maken.

Je kunt het ook anders zeggen: dan ontstaat de neiging tot 'please-gedrag'. De 'lieve vrede' willen bewaken. De ander weer 'goed' te willen stemmen etc. En dat allemaal omdat jij het in de diepte heel ongemakkelijk vindt wanneer een ander een onaangename stemming heeft.

Dat is ook lastig. Maar heel belangrijk is dat je leert dat je die energie bij die ander laat. Dat je niet omdat het voor jou ongemakkelijk is de andersmans energie gaat 'oppoetsen'. Dan ontstaat nl. een 'energetische ruil' waarbij jij op de termijn altijd aan het kortste stukje trekt. En daar wordt iedereen altijd 'knorrig' van. Het activeert een boosheidsenergie, want het voelt gewoon niet goed. Niet zuiver.

Je kunt meer hierover lezen bij de hoofdstukken over Overdracht, H. 10 t/m 15. Jij kan als het ware in overdracht getrokken worden, doordat het moeilijk voor je is de nare stemming van de ander te laten voor wat het is. Kijk ook nog maar eens naar de tabel op blz. 200 die laat zien hoe je vanuit ieder chakra in overdracht getrokken kan worden. Het schema is natuurlijk globaal, maar het geeft zeker een aardig indruk.

Ik denk dat je dat wel zult herkennen. Wanneer je bijv. iemand die een slecht humeur had weer hebt opgevrolijkt. Naderhand kun je dan toch een 'kater-achtig' gevoel overhouden. Alsof jij meer hebt moeten geven, dan de ander. Dat jullie uitwisseling niet 'gelijk' was. En dan zit je weer 'gevangen' in wat je vroeger veel moest doen 'jij moest heel veel geven en je broer hoefde dat niet'. En dat voelt heel onaangenaam en is in wezen ook oneerlijk en onrechtvaardig.

Mede door de ziekte van je broer en hoe je ouders ermee omgingen heb je aangeleerd (moest je wel aanleren) bij vlagen meer te geven dan te (mogen) krijgen. Daarmee ben je energetisch gaan wennen aan 'ongelijkwaardigheid'.

Nu hoef je dat nú weliswaar niet meer te doen, maar het is een wat ingesleten patroon. En die energetische 'code' van vroeger is nog actief in je. In je aura merk ik dat je daar nu écht van af wilt komen. Ook al weet je nog niet goed hoe, maar die wens wordt steeds dieper.

Je hebt ook in diepere lagen van je psyche een heel mooie stevige energie. Het is stevig en toch ook zacht, maar nog niet rechtstreeks voor je grijpbaar. Het is deze meer diepere energie die je nu voedt met je nieuwe ontwikkelingen.

Het hoofdstuk over het 2^e chakra uit 'Ik voel (n)iets voor verandering' zal veel informatie aan je geven. En zal je kunnen helpen om anders met emoties om te leren gaan. De cd Emotionele Souplesse en de cd Emoties en Gevoel kunnen je uitstekend helpen om deze energie in je aan te sterken.

Warme groet,

Tessa Gottschal