

Algemene informatie

Onderstaand tref je een kort verslag aan van de meest wezenlijke bevindingen die ik heb opgedaan bij je healing. Er valt allicht meer over te vertellen, mocht je ook de behoefte voelen hierover nader te contact te hebben voel je vrij daartoe. Dit overleg kan ook telefonisch plaatsvinden. Zelfs eventueel per email.

Het is net zo goed mogelijk met meer adviezen en/of meditatiesuggesties te komen dan diegene, die je hierin vermeld vindt. Ik heb mij in dit verslag tot het meest essentiële beperkt.

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 ben van gisteren'. Maar er zijn er veel meer dan die ik daar beschreven heb.

Het kan heel goed zijn dat je bepaalde onderdelen van een chakra heel 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 chakrapsielologie is het uiteindelijke doel om het totaal aan vermogens, dus alle minichakra's, in zijn meest optimale toestand te ontwikkelen.

Specifieke informatie

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

- verschil in energie-niveau
- je gevoel wegdrücken

1) Verschil in energie-niveau

Ik heb er al kort met je hierover gesproken. Er is onmiskenbare een heel krachtige energiestroom in je merkbaar. Deze zit op een diep en stabiel niveau. En bij krachtig moet je denken aan krachtig in de zin van duidelijk uitgekristalliseerd, een diep besef van richting, weten waar je voor staat en voor gaat, integer en stabiel. Het is een warme en tegelijkertijd heel heldere energie, stralend zelfs.

Echter: daarnaast is er ook een andere energie. Die is meer vormloos, je zou het ook 'jong' kunnen noemen, deze is niet helder, het is wat zwabberig, onduidelijk en diffuus. Deze twee energielagen hebben amper connectie met elkaar. Misschien omdat die stabiele, krachtige laag opvallend diep ligt en het daardoor niet makkelijk is om contact mee te maken.

Die diepe warme energie lijkt als het ware ouder, wijzer. Alsof dat al heel lang een deel van je is, vandaar dat ik het in ons gesprek ook benoemde als een soort 'ziele-energie'. Die andere energie (die best lastig te omschrijven is, mede omdat daar nog

zoveel richtingsloosheid in zit en omdat dit nog geen expliciete kleur c.q. stelling heeft ingenomen) die lijkt veel meer verbonden met je huidige persoonlijke trekken en je Ayurvedische constitutie, waarbij de Kapha (Olifant) domineert.

Een belangrijk punt om van deze constitutie te leren, is het durven uitkomen voor duidelijkheid. Die 'oude' energie heeft daar geen moeite mee, die weet heel goed wat en hoe hij iets wil. Die 'jongere' of diffuse energie probeert dit op allerlei manieren te omzeilen. Simpel vertaald is er een innerlijk twistpunt tussen deze twee lagen en daarmee ook met duidelijkheid en je uitspreken versus onduidelijkheid en zaken onuitgesproken houden. Dit heeft een duidelijke relatie met het tweede punt wat ik vermeld: het wegmaken van je gevoelens.

2) Je gevoel wegdrücken

Het tweede chakra heeft met veel belangrijke thema's te maken. Hier kan ik merken dat je op gevoelsmatig niveau je al heel jong hebt aangepast aan je omgeving. Je hebt 'niet tot last willen zijn' en die 'rol' heb je goed 'gespeeld'. Op zich ontwikkelen we als mens daardoor goede kwaliteiten. Flexibiliteit -een belangrijke 2^e chakra eigenschap-, zorgt dat je eigen gevoelens je niet overrompelen, dat je open kunt staan voor andermans meningen, ideeën, meevoelendheid en dergelijke. Dit wordt allemaal ontwikkeld als je je aanpast.

Er is natuurlijk ook een keerzijde.

En deze is -en dat is merkbaar bij jou- gepaard gegaan met het wegdrücken van wat jij voelt.

Bij jou is het 2^e chakra opvallend actief in het wegdrücken van je eigen gevoelens. Heel diep druk je dit naar binnen toe. Een metafoor hier kan zijn 'alsof ik in een diepe put moet bukken voordat jouw energie helder wordt en dat ik dan van heel in de verte een echo hoor als ik je energie aanroep'.

Dat houdt ook in dat er een zekere leegte in dit chakra zit. Het is geen echte leegte, maar de energie ervan is wel heel diep weggetrokken.

Ik merk dat je vanuit vroeger héél veel inspanning hebt gegeven om je eigen gevoelens absoluut niet naar boven te laten komen. Daar zit nu ook een deel angst; angst om die gevoelens naar boven te laten komen. Een angst die met de tijd gegroeid is, al is het alleen maar omdat je simpelweg weinig gelegenheid hebt gehad om hier mee te oefenen. Het is een redelijk onbekend terrein voor je. En die patronen van vroeger die laten een indruk achter alsof het 'niet goed' is om ermee naar buiten te komen en dat is wat in het heden een angst in je oproept.

Overigens: áls je die energie wél laat aangroeien dan merk ik dat je 2^e chakra heel warm en gevuld daarmee kan raken. Het is een energie die dan heel 'wollig' aanvoelt. In de zin van warm, zacht, behaaglijk.

In termen van afweer is ontkenning hier actief. Het zou zelfs soms in bepaalde situaties een lichte vorm van splitsing kunnen aannemen. Omdat je in staat bent heel ver van je gevoel af te gaan staan. (zie ook de afweermech. in 'ik voel (n)iets voor verandering' blz 70-74)

Dit chakra is van groot belang om helderheid voor je te verschaffen. Want het kunnen differentiëren (zie ook de inleiding van H. 19 uit 'Ik voel (n)iets voor verandering' op blz. 290/291) en zie ook blz. 480) zorgt dat je helderheid krijgt wat je nu echt voelt en waar de subtiele verschillen zitten. En dat is weer belangrijk om een goede keuze te maken, waarbij ik bij mijn laatste punt ben.

Er is hier een link met het 5^e (keel) chakra. Want iedereen hoort te durven verwoorden wat hij voelt. Dat is namelijk de stroom die vanuit het 2^e naar het 5^e moeten kunnen gaan. Je keelchakra voelt aan alsof er een beklemming zit, een druk, ook daar is het weer minder helder. Maar vooral voelt het 'ingesnoerd' aan. Dat kan deels te maken hebben met gevoelens verdriet, machteloosheid e.d. die nu meer aan de oppervlakte treden, maar óók heeft het te maken met je zelf mogen uiten. Mogen verwoorden wat je voelt. Alsof een deel in je je de keel 'afsnoert' als je je vrijuit wilt uitspreken. Het werken met de cd Emotionele Souplesse kan je hierbij veel verlichting geven. Daarna zou je het kunnen versterken door de cd Emoties & Gevoel.

Warme groet,

Tessa Gottschal