

EenheidsHeling

Vorbereiding van het geven van een EenheidsHeling aan een ander.

(Onderstaande tekst bevat de letterlijke weergave van track 2 van de CD "EenheidsHeling geven aan een ander")

EenheidsHeling kun je het beste geven in een rustige ruimte waar je niet gestoord wordt. Zet telefoons uit. Gebruik geen wierook of andere geuren.

Laat de persoon die de healing ontvangt, de healy, ontspannen en recht liggen. Het liefst op de rug op een behandeltafel, een bed, matrasje of op de grond. Is een behandeltafel of iets dergelijks niet voor handen, dan volstaat een zo comfortabel mogelijke stoel met armleuningen.

Ook voor jou als healer is comfort en ontspanning van belang. Neem zelf ook een gemakkelijke maar wel rechtzittende stoel. Plaats de stoel op ongeveer een halve meter afstand van het hoofdeinde.

Zorg voor een mp3-speler of een discman, zodat alleen jij de tekst van deze meditatie hoort. De gesproken tekst op deze CD kan de healy 'uit de ontspanning en uit de ervaring' houden. Het leidt af.

Het beste kun je de healy in stilte de healing laten ondergaan. Eventueel kun je naar wens van de healy kun je nog een muziekje opzetten. Gebruik dan rustige muziek, vrij monotoon en zonder zang. Controleer het volume ervan voordat je jouw mp3-speler opzet. Niet te hard en ook niet te zacht.

Laat de healy comfortabel gaan liggen, met naar wens een kussen onder hoofd en knieën. Voeten naast elkaar en handen naast het lichaam of als dat niet prettig is, op het lichaam, maar niet gekruist.

Leg naar wens een dekentje over de healy. Laat bril afzetten.

De eerste keer dat de healy een EenheidsHeling krijgt, is het aan te raden informatie te geven over de aard en wijze van EenheidsHeling. Dat de EenheidsHeling werkt aan emotionele, mentale en spirituele ontwikkeling, en als gevolg daarvan op lichamelijke genezing. Ook kun je vertellen hoe de healing verloopt en wat er van de healy verwacht wordt. Dat de ander hoeft alleen maar te ontvangen, zonder wensen en intenties, en met een open houding. Dat hij of zij niets hoeft te doen, niet wakker te blijven, niet te voelen, het gaat zoals het komt.

Vertel ook wat de healy kan verwachten aan reacties tijdens de healing. Dat de persoon niets voelt, of energie om zich heen of in delen van het lichaam. Dat er soms reacties optreden als oogleden die trillen, draaiende ogen, droge mond, kriebel of druk op het lichaam. Ook spiertrekkingen kunnen optreden. Sommige mensen hebben het gevoel omgedraaid te worden. Ook een dromerige toestand kan voor komen. Eigenlijk is van alles mogelijk.

Tenslotte kun je de healy vertellen dat je hem of haar in het begin bij de schouders aanraakt, dat je jezelf daarna terugtrekt in meditatie en aan het eind weer de schouders aanraakt om de persoon terug te brengen.

Stel de persoon op je eigen manier gerust.

Jouw taak als healer is meer en meer in eenheid te komen, in een toestand van Zijn. De healy wordt daarin zoveel mogelijk meegenomen, door jou en de gidsen. Hoe beter deze eenheid is, hoe beter de healing kan plaats vinden.

EenheidsHeling

De meditatie in track 5 is daarop gericht. Het helpt je te ontspannen en je eigen energieveld, je aura te versterken. Alle stappen die je doet zijn daarop gericht, het ademen van het licht uit de bol, het aflopen van de trap en het ademen door je hart. Daarbij is het belangrijk alles wat je doet, met zachtheid en liefde te doen. Niet alleen tijdens de healing, ook ervoor en erna. Voel de zachtheid. Wees zacht.

Je hoeft ook geen intenties of wensen neer te zetten als, 'dat de healy een prettige healing ontvangen mag', of 'kan ook de pijnlijke schouder van de healy geheeld worden'. Misschien is het op dit moment helemaal niet de bedoeling dat de schouder van de ander geheeld wordt. Intenties en wensen beïnvloeden de healing, sterker nog, ze sturen de healing. Het enige wat je voor de ander hoeft te doen, is, er zijn. Zonder intenties, wensen en verwachtingen. Puur en in liefde.

Samengevat is de voorbereiding gericht op: comfort, zachtheid naar de healy en naar jezelf en healen zonder intenties en wensen.