

## Gesprekken rond de healing

### Inleiding

Bij een healing zijn het inleidende gesprek en het eindgesprek van groot belang. In het boek *EenheidsHeling, Stap in de 5<sup>de</sup> dimensie* wordt op bladzijde 132 tot en met 134 en bladzijde 142 tot en met 144 ingegaan op respectievelijk het voorgesprek en nagesprek. Dit document zet dat in het kort nog eens op een rijtje en voegt daar nog een aantal punten aan toe. Bovendien geeft het tips voor het tussentijdsgesprek, dat wil zeggen, het gesprek wat je hebt bij het begin van het volgende consult.

### Het voorgesprek:

In het voorgesprek gaat het kortweg om:

- Soms heeft de healy behoefte te vertellen waarom hij/zij komt, maar noodzakelijk is dat niet.
- Vertel bij mensen die hun eerste healing ontvangen, kort over het *effect* dat de healing kan hebben en *hoe* de healing uit kan *werken*.  
Dat de EenheidsHeling werkt aan emotionele, mentale en spirituele ontwikkeling, en als gevolg daarvan op lichamelijke genezing. Over de uitwerking kun je het volgende vertellen: dat de persoon niets kan voelen, of energie om zich heen of in delen van het lichaam. Dat er soms reacties optreden als trillende oogleden, 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.
- Geef aan dat het beste is *geen verwachtingen* te hebben en gewoon de healing te ondergaan, zonder wensen en intenties, en met een open houding, zonder iets te doen of juist niet te doen, niet wakker te blijven, niet te voelen, het gaat zoals het komt.
- Vertel dat je in *stilte* werkt.  
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.
- Geef aan dat als er iets *storends* is (kou etc.) het goed is dat aan te geven
- Geef aan dat je alleen aan het begin en het eind de healy *aanraakt* (ook de plek, bijvoorbeeld linker schouder)
- Vertel dat het soms voorkomt dat de healy *druk of een beklemmend gevoel* ervaart en dat het goed is als de healy met haar/zijn aandacht daar naar toegaat en 'open' zegt, omdat de energie dan makkelijker kan doorstromen

### Het nagesprek

Vooraf het nagesprek, het gesprek net na de healing, is erg belangrijk, omdat dat er voor kan zorgen dat de healy zich bewust wordt van wat er gebeurd is. Vaak raakt de healy zelf ook licht in trance en worden de ervaringen snel vergeten. Het lijkt dan of er nauwelijks iets gebeurt is, behalve dat het 'prettig' of 'fijn' was. Die informatie geeft geen inzicht.

Door informatie terug te halen in het nagesprek wordt de healy zich bewuster waaraan gewerkt is en wat dat betekent. Op die manier kunnen er op dat moment, of in de loop van de week, inzichten ontstaan. Dat is vaak het begin van een verandering. Ook wordt het duidelijk waar de healy de komende tijd meer op kan letten. Per slot van rekening komen juist vaak die dingen naar boven waarvan het tijd is die te veranderen, ook op bewust niveau. Wat er gebeurt is, wordt dieper in het geheugen opgenomen en daarmee ook op energetisch niveau in meerdere lagen verankerd of getransformeerd.

## EenheidsHeling

In het nagesprek gaat het kortweg om:

- het integreren van ervaringen op bewust niveau,
- ervaringen plaatsen en verdiepen,
- het doorgeven van informatie die je hebt gekregen,
- de healy voorbereiden op veranderingen die (nog) plaats kunnen vinden.

### Hoe kun je zo'n nagesprek doen?

Het nagesprek kan op vele manieren plaatsvinden. Belangrijk daarbij is dat de ander *contact houdt met het gevoel* dat er tijdens de healing was. Dat kun je doen door de ander rustig en zachtjes bij te brengen en de tijd te geven om bij te komen. Begin niet direct na de healing te praten. Laat de ander lekker liggen om zoveel mogelijk 'in de healing' te blijven.

Dan, als je voelt dat het tijd ervoor is, vraag je naar de ervaringen van de ander. Sommige mensen beginnen meteen gedetailleerd ervaringen te vertellen. Maar niet iedereen is dat gewend of durft te vertellen over persoonlijke zaken. Ook kan het zijn dat de ander net iets speciaals of gevoeligs heeft ervaren. Vertelt de ander niet uit zichzelf over de healing, stel dan vragen. Vraag op een rustige manier, voorzichtig en respectvol. Als de ander het moeilijk vindt om te vertellen, dan kun je vragen om de ervaringen op te schrijven. Voor zichzelf of om er op een later moment nog eens over praten.

Vraag niet hoe het was, want dan krijg je antwoord vaak alleen 'prettig'. Vraag naar wat gevoeld en ervaren is? Stel ook geen denkvragen, maar gevoelsvragen, *vraag naar gevoelens*. Daardoor blijft de ander in contact met het gevoel van tijdens de healing. Een open en nieuwsgierige houding van de healer stimuleert het vertellen.

Gebruik vooral *open vragen*. Dat zijn vragen die niet met 'ja' of 'nee' beantwoord kunnen worden. Vragen met wat, wie, waar en welke. Vooral de 'wat'-vragen zijn belangrijk. Wat het je gevoeld, wat heb je ervaren? Ook een vraag die begint met 'hoe' is een open vraag, maar vraagt vaak naar een oordeel, wat in deze fase niet wenselijk is. Ook 'waarom' vraagt vaak om een mentale inspanning, terwijl het hier juist gaat om het gevoelsniveau te benoemen, dus kun je waarom ook beter vermijden.

En vraag door, steeds weer open vragen. Rustig en zachtjes. Wat heb je nog meer gezien, gevoeld, geproefd, gehoord. Hoe zag het eruit? Welke gedachten waren er?

Een paar voorbeelden:

Net na de healing kun je de ander vragen:

'Wat heb je ervaren tijdens de healing?'

Als de ander dan bijvoorbeeld aangeeft dat ze energie voelde stromen, vraag dan:

'waar in het lichaam heb je dat ervaren?'

Op het antwoord 'Ik voelde een druk op mijn borst', kun je vragen:

'welk gevoel had je daarbij?'

of

'waar moest je toen aan denken?'

## EenheidsHeling

Je kunt net zolang doorgaan tot je informatie krijgt die wat te betekenen heeft. Zorg wel dat het geen kruisverhoor wordt, vraag rustig en voorzichtig.

Een kruisverhoor kun je voorkomen door bijvoorbeeld in je eigen woorden iets te *herhalen* en dan weer een vraag te stellen.

Aansluitend op het voorbeeld, kun je dan zeggen:

‘Oké, je voelde druk op je borst, alsof er een steen op ligt, en je moest toen aan je jeugd denken’.

‘Welk moment in je jeugd kwam toen in je op?’

Je geeft daarmee ook aan dat je het begrepen hebt en zoekt langzaam door naar de misschien de oorzaak van de druk.

Vertel ook niet meteen jouw ervaring als healer. Aan het eind kun je vertellen wat je zelf hebt gezien en gevoeld. Om met jouw eigen ervaringen aan te sluiten bij die van de ander kun je vragend naar voren brengen wat je zelf ervaren hebt.

Als je bijvoorbeeld gevoeld hebt dat er aan de zonnevlecht gewerkt is, vraag dan: ‘heb je ook gevoeld dat er in het gebied bij je zonnevlecht iets gebeurd is?’ Ga ook dan net zolang doorvragen tot je echt informatie hebt.

Het kan zijn dat je een ‘boodschap’ van de geestelijke wereld hebt ontvangen of beelden hebt gezien: geef dit pas als laatste door en *vraag wat het voor de healy betekent*, hoe het voelt en of ze er iets mee kan

Rond het gesprek af met een korte samenvatting en vraag of het klopt dat hij/zij dat ervaren heeft

Het nagesprek samengevat:

- Laat eerst de healy aan het woord, vraag: ‘wat heb je ervaren?’
- Gebruik open vragen, wat, wie, waar en welke.
- Vraag door.
- Herhaal de ander in je eigen woorden en stel dan weer een vraag.
- Breng vragend naar voren wat je zelf ervaren hebt tijdens de healing.
- Vat het nagesprek samen.

Voordat je cliënt naar huis gaat is het goed om aan te geven wat er in de tijd na de healing kan gebeuren:

- Vreemde gevoelens, zoals kriebels op het hoofd of ergens anders, energie voelen stromen, druk ergens voelen of warmte en kou etc.
- Dat het kan zijn dat hij/zij anders met mensen of problemen omgaat
- Dat hij/zij zich anders kan gaan voelen
- Dat het kan zijn dat hij/zij anders tegen zichzelf aankijkt of vanuit een andere kijk dingen gaat beleven
- Oude herinneringen die boven kunnen komen
- Lichamelijke reacties: druk, genezing, moe, veel slapen, niet kunnen slapen etc.

## EenheidsHeling

- Besteedt even tijd aan een goede aarding van de healy en vertel waarom dat belangrijk is en hoe hij/zij dat zelf de komende tijd kan doen

### **Het tussengesprek:**

In het voorgesprek dat je hebt bij de volgende healing is het goed aandacht te besteden aan:

- Wat er in de tussentijd gebeurd is.
- Als de healy aangeeft dat er niets of weinig is gebeurd, vraag dan bijvoorbeeld: 'is je iets opgevallen dat je anders reageert?' of 'voelde je je misschien anders dan daarvoor?' of 'zijn er de afgelopen week bepaalde herinneringen boven gekomen?' of 'heb je andere inzichten gekregen?' of 'heb je opvallend gedroomd?'
- Ook is het goed om dingen terug te halen uit het nagesprek waarvan jij het idee hebt dat het belangrijk is geweest.
- De manier van doorvragen is ongeveer hetzelfde als in het nagesprek: zorg dat je echt informatie krijgt
- Rond het gesprek af door even kort samen te vatten en vraagt of het klopt dat hij/zij dat ervaren heeft
- Herhaal voor je met de healing begint even dat het belangrijk is zonder verwachtingen de healing in te gaan

We hopen dat jullie met deze tips uit de voeten kunnen en dat het de kwaliteit van je healingen verhoogd.