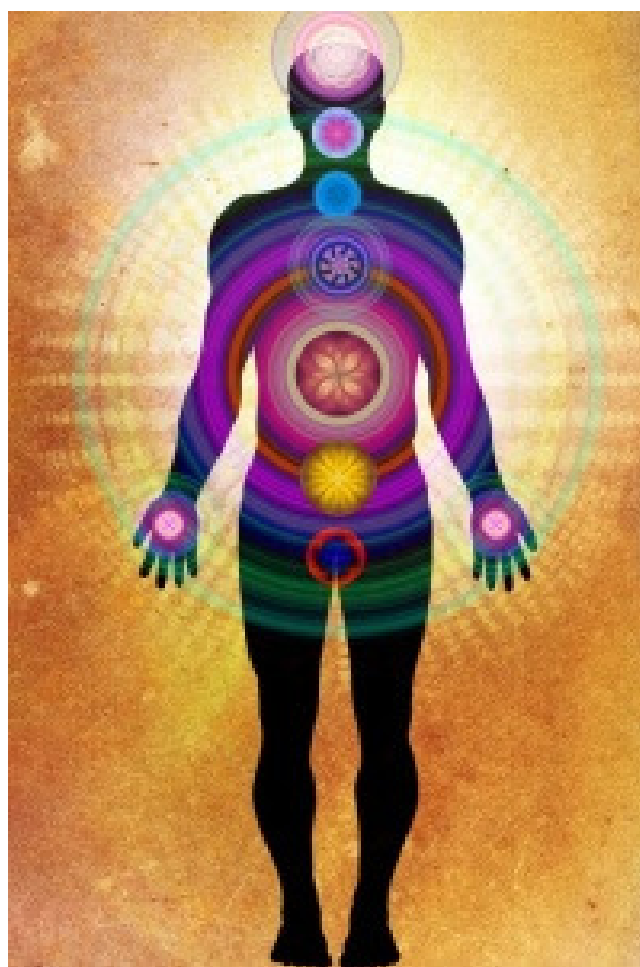




Cursus Energetisch Consulent



Docente: Astrid Verhulst

Deze cursus wordt uitgegeven door

Instituut voor Bedrijfskunde en Opleiding vzw
Mechelsesteenweg 73, 2018 te Antwerpen

Copyright

© Hoofdstuk 1 en 4 : Instituut voor Bedrijfskunde en Opleiding vzw

© Hoofdstuk 2 en 3 : Astrid Verhulst, Pastorijstraat 56, 2800 te Mechelen

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur

Ondanks al de aan de samenstelling van de tekst bestede zorg, kan noch de auteur, noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige fout die in deze uitgave zou kunnen voorkomen.

INHOUD

Inleiding

Huiswerkgave 1

1. Anatomie en fysiologie van het menselijk lichaam

1. Definities Anatomie en fysiologie
2. De cel
3. Weefsels
4. Beenderstelsel
5. Spierstelsel
6. Uitscheidingsstelsel
7. Bloedvaatstelsel
8. Spijsverteringskanaal – De Mond
9. Spijsverteringskanaal –De Tong
10. Spijsverteringskanaal –De Keelholte
11. Spijsverteringskanaal – De Slokdarm
12. Spijsverteringskanaal – De Maag
13. Spijsverteringskanaal – De Dunne Darm
14. Spijsverteringskanaal – De Dikke Darm
15. Hulporganen
16. Het spijsverteringsproces
17. De darmflora
18. Het zenuwstelsel
19. Het ademhalingsstelsel
20. Het lymfestelsel
21. De Huid

Huiswerkgave 2

2. Het energetische lichaam

1. De aura (Het menselijke energieveld)
 - A. Wetenschappelijke waarneming van de aura in de geschiedenis
 - B. Eigenschappen van de aura
 - a. De aura is een electro-magnetisch veld
 - b. Het menselijke lichaam straalt licht uit
 - c. Bioplasmische eigenschappen
 - d. Kunnen we de aura zelf waarnemen ?
 - C. De aura bestaat uit verschillende lagen
 - Het etherisch lichaam
 - Het emotionele lichaam
 - Het mentale lichaam
 - Het astrale lichaam
 - Het etherisch-causale lichaam
 - Het universele lichtlichaam
 - Het keterisch –causale lichaam
2. Chakra's en hun werking
 - A. Wat is een chakra?
 - B. Werking van een chakra
 1. Een visuele hulp via vergelijking met de natuur
 2. het raderwerk

3. functies

C. De 7 basischakra's

1. Ligging en benaming

2. Kleur

3. Bespreking

1. Wortel-of stuitchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Gebruik van kleur (Verbinding met de aarde)

Visualisatieoefening

Bewegingsoefeningen

Meditatie (connectie met de

natuur/boommeditatie)

Bekrachtiging

Vragenlijst

2. Heiligbeenchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Gebruik van kleur voor geïnspireerde uiting

van creativiteit

Visualisatieoefening (aanvaarden sexueel

genot)

Bewegingsoefeningen

Bekrachtiging

Vragenlijst

3. Zonnevlecht of Plexus solaris

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Gebruik van kleur

Visualisatieoefening

Energiebescherming

Bewegingsoefeningen

Bekrchtiging
Vragenlijst

4. Hartchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Gebruik van kleur

Visualisatieoefening 1

Visualisatieoefening 2

Bewegingsoefeningen

Meditatie

Bekrchtiging

Vragenlijst

5. Keelchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Stemoefening

Gebruik van kleur voor geïnspireerde uiting
van creativiteit (variante)

Bewegingsoefeningen

Bekrchtiging

Vragenlijst

6. Voorhoofdchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Gebruik van kleur

Intuïtieoefening

Visualisatieoefening

Bekrchtiging

Vragenlijst

7. Kruinchakra

Ligging

Bij een goed functioneren

Bij een slecht functioneren

Oorzaken van een slecht functioneren

Kleur

Endocriene klier

Lichaamsdelen

Oefeningen :

Bewegingsoefeningen

Meditatie

Bekrachtiging

Vragenlijst

3. De hoofdmeridianen

Visie van de oosterse geneeskunde

Yin-Yang

Huiswerkgave 3

3. Energetisch werk

Ziekte versus gezondheid

Wat is ziekte ? Wat maakt ons ziek ?

Wanneer wel, wanneer niet ?

A. Heling van het energieveld via handoplegging

1. Reiki

Wat is Reiki ?

Hoe werkt Reiki?

Wanneer wel en wanneer niet ?

De geschiedenis van de Usui methode van Reiki

Reiki principes

1. Ik ben vandaag niet boos of geërgerd

2. Ik maak me vandaag geen zorgen

3. Ik ben dankbaar voor alles wat op mijn pad komt

4. Ik werk vandaag met toewijding

5. Ik ben vandaag vriendelijk tegen iedereen

Hoe word je kanaal van deze universele levensenergie

Eerstegraads inwijding

Tweedegraads inwijding

De vorming en inwijding tot Reiki meester

De 3 pijlers van Reiki

Gassho : meditatie

Reiji Ho : laten leiden

Chyrio : behandeling

De zelfbehandeling

De behandeling

2. Aura- en chakra therapie

Vorbereiding

Jezelf voorbereiden

Dagelijks werk aan jezelf

Je voorbereiden om een behandeling te geven
De ruimte voorbereiden
De klant voorbereiden
Chakra-diagnose
Healing met kleuren
Intuïtieve healing /Healing met de hulp van engelen en meesters (kosmische wezens)
Na de behandeling

- B. Andere hulpmiddelen voor heling van het energieveld
1. Werken met kleuren of visualisatieoefeningen
 2. Edelsteentherapie of kristaltherapie
 - Een kristal kiezen
 - Reinigen en opladen
 - Hoe kristallen gebruiken ?
 - Chakra therapie met edelstenen
 - Enkele veelgebruikte stenen
 3. Geluid
 - a. Stem
 - Stemwerk
 - Boventoonzingen
 - Mantra's
 - b. Klankschalen
 - Een aantal verschillende technieken
 - Contra indicaties
 4. genezing via "heling" van het heden vanuit het verleden
 5. Bachbloesemtherapie
 - Indeling
 - Gebruik en dosering
 - De 38 bachbloesemremedies in kaart gebracht

Bijlagen :
Pendelkaart voor het uitpendelen van de chakra's
Huiswerkgave 4

4. Starten als zelfstandige ondernemer
1. inleiding
 2. wat is ondernemen en werken als zelfstandige ?
 3. Durven ondernemen!
 1. Angst voor kritiek van en afgaan voor de directe en indirecte omgeving
 2. Angst voor onregelmatige inkomsten
 3. Angst voor het zwarte gat als men faalt
 4. Angst voor het sociaal statuut van de zelfstandige
 5. Angst voor succes
 4. Welke commerciële aanpak is de beste ?
 1. Ken je cliënten
 2. Maak je zaak zichtbaar voor je cliënten

Oefening

Oefening

Breng je zaak altijd en overal in de aandacht!

3. De opening van uw nieuwe zaak is de beste reclame

4. Mond aan mond reclame

5. Bepaal je strategie aan de hand van de marketingmix

5. Hoe start je als zelfstandige praktisch

1. naam van de onderneming kiezen

2. Inschrijven in de kruispuntbank van ondernemingen (KBO)

3. Openen van een financiële rekening

4. BTW-nummer aanvragen

5. aansluiten bij een sociaal verzekeringsfonds

6. Bewijzen beroepskennis

7. Vergunningsplichtige beroepen

8. Bewijzen kennis bedrijfsbeheer

9. Nationaliteitsvoorwaarde

10. Formaliteiten voor venootschappen

Welke prijzen moet ik vragen ?

1. Ken je waarde !

2. Wees verstandig in je prijsbepaling

3. Wees in het begin niet te bescheiden

4. Pas op met het geven van korting

6. De belasting op de toegevoegde waarde (BTW)

7. De boekhouding van een zelfstandige

8. Het koopcontract tussen de ondernemer en de cliënt

9. Het sociaal statuut van de zelfstandige

Oefeningen bij starten als zelfstandige

Bronnen :

Licht op de aura, Barbara Ann Brennan

De Kristallengids, Judy Hall

Het kleine edelstenen Lexicon, Laura Lorenzo

Helende Stenen van A tot Z, Petra Sonnenberg

Chakra's ontcijferd, Ambika Wouters

Chakra werkboek, Ambika Wouters

Met dank aan

Marie-Anne Verhulst, Reiki Meester uit Lede, Oost-Vlaanderen voor de foto's

Annelies Uyttendaele uit Lede, Oost-Vlaanderen voor de foto's

Gilberte Dewilde, Reiki 1 uit Staden, West-Vlaanderen voor de foto's

De Gezellige Heks uit Lint, Antwerpen voor het nemen van foto's

INLEIDING

Iedereen heeft een zekere hoeveelheid **vitale energie** opgeslagen in het lichaam. Deze energie houdt je in leven en regelt bijvoorbeeld je ademhaling en je hartslag. Daarnaast heb je een reserve aan **energie** die je aanspreekt op het moment dat je bijvoorbeeld last krijgt van mentale klachten, hoofdpijn, rugklachten, blessures enz...

Het energie systeem bestaat uit **chakra's** en **meridianen**. De chakra's (sanskriet woord voor ronddraaiend wiel) kunnen energie uit het universum opvangen en afgeven aan de meridianen, die het vervolgens weer **tot op het celniveau** naar al je organen, weefsels en botstructuur verdeelt.

Als een of meerdere **meridianen** geblokkeerd raken door bijvoorbeeld zorgen, woede, frustraties, verdriet enz. kunnen er fysieke en/of mentale klachten ontstaan. Momenteel is stress de grootste veroorzaker van de meeste ziekten.

Een energetisch consulent werkt op **holistisch niveau**. De mens wordt binnen deze **natuurwetenschappen** gezien als een drie-eenheid: **lichaam, geest en hoger mentaal lichaam (ziel)**.

Om als energetisch consulent **goed geaard** (met beide voeten op de grond) te kunnen werken, is het belangrijk een **evenwicht tussen deze drie aspecten** te vinden. Deze cursus is dus eerst en vooral een groei-boek voor jezelf. Je vindt er allerlei **tips en trucs om jezelf en anderen te helpen** dichter bij dit evenwicht te komen.

Deze cursus bestaat uit 4 hoofdstukken.

- 1) In het eerste hoofdstuk Anatomie en Fysiologie wordt in begrijpelijke termen het **menselijke lichaam** en zijn werking besproken. De bedoeling is om een goede achtergrondkennis van het menselijke lichaam te hebben. Je kan het ook bekijken als de gronding voor het spiritueel/energetisch werk dat je straks zal uitvoeren.
- 2) In het tweede hoofdstuk wordt **het energetisch lichaam besproken**. Dit houdt een bespreking van **de aura, de chakra's en de meridianen** in. Er staan meditatieoefeningen, bewegingsoefeningen,

visualisatieoefeningen en kleuroefeningen voor de chakra's in.

- 3) Het derde deel van de cursus handelt dan uiteindelijk over de **therapeutische methodes** die je als energetisch therapeut kan gebruiken om het energiesysteem weer in balans te brengen.. We stellen ons eerst de vraag wat ziekte is. Vervolgens bespreken een aantal methodes
 - a. Werken via Handoplegging (Reiki + Aura en chakrahealing)
 - b. Werken met Edelstenen/Kristallen
 - c. Werken met Bach bloesems
 - d. Werken met Kleuren
 - e. Werken met Geluid
 - f. Heling van het verleden

- 4) In het vierde en laatste gedeelte krijg je informatie over **hoe je als zelfstandig energetisch consulent kan starten.**

Deze cursus bevat **theoretische informatie en praktische informatie**. Een goede kennis van beiden is belangrijk.

Er zijn per hoofdstuk **huiswerkopgaven** voorzien zodat je kan nagaan of je alle informatie voldoende onder de knie hebt.

Deze cursus is evenzeer bedoeld als opleiding als, als **handboek en naslagwerk** om in jouw praktijk aan de slag te gaan.

Wil je de kennis die je opdeed via deze schriftelijke cursus verfijnen door extra praktijklessen, dan kan je je inschrijven voor een praktijkopleiding. Ook een initiatie voor het openen van de kanalen is mogelijk op aanvraag.

Ik wens je veel succes.

Astrid Verhulst

Huiswerkopgave 1

1) Schrijf in het kort neer wie je bent en waarom je deze cursus aankocht. Wat wens je er mee te bereiken ? Wat zijn jouw verwachtingen ?

2) Werk je nu al op één of andere manier met het energetisch veld, zo ja, op welke manier ? Wat zijn jouw ervaringen ?

Een voorbeeld uit hoofdstuk 2:

Het energetische lichaam

1. De aura (Het menselijke Energie veld)

Microniveau	Bestaat er werkelijk enkel leegte tussen moleculen en atomen ? Of is hetgeen er is enkel ongrijpbaar ? Op microniveau zijn metingen quasi onmogelijk maar op macroniveau gaat het om meetbare massa's, energieladingen en golven. Als een fenomeen ongrijpbaar, onzichtbaar is, wil dat nog niet zeggen dat het niet bestaat. Hetzelfde geldt voor het energieveld rond de mens : De aura. De term onzichtbaar is trouwens relatief. Er zijn wel degelijk mensen die aura's (al of niet visueel) waarnemen. Met een beetje training kan je leren een energieveld waar te nemen en er wat meer informatie over te geven. Dat is wat een energetisch consultant in eerste instantie doet. Hij/ zij scant het auraveld om inzicht te krijgen of de energie al dan niet goed stroomt. Waar eventuele blokkades of potentiële problemen in het energieveld opgemerkt worden, kan de consultant een invloed uitoefenen op het energieveld. Hoe dit in zijn werk gaat komt later aan bod.
Macroniveau	
Energetisch consultant	

In haar artikel "De Aura — Feit of Fictie" dat verscheen in het tijdschrift "*Mens & Wetenschap februari/maart 2003*" verwijst Dr. Jayne Jubb naar verschillende wetenschappelijke onderzoeken naar het meten en waarnemen van het Menselijke Energieveld. Ik haal er hier enkele aan.

A. Wetenschappelijke waarneming van de aura in de geschiedenis

1911 stralende nevel uit 3 lagen	De Londense arts Walter Kilner bekeek het menselijke energie veld door met dicyanineverf gekleurde glazen schermen en filters en zag een stralende nevel om het lichaam heen. Hij publiceerde zijn bevindingen in 1911. Kilner nam drie verschillende lagen waar. <ul style="list-style-type: none">- dicht bij de huid zag hij een donkere laag van ruim 6mm breed.- Deze laag werd omgeven door een ijlere laag van 2 ½ cm breed die recht van het lichaam afstraalde.- Tenslotte zag hij nog een erg fijne ongeveer 18 cm brede zwak oplichtende laag met vage contouren.
Diagnose	Kilner was de eerste die het Griekse woord 'aura', dat 'licht' betekent, gebruikte om het menselijke energieveld te benoemen. Hij merkte dat de aura van iedere persoon anders is. De verschillen bleken niet enkel afhankelijk te zijn van leeftijd en geslacht. Ook de fysieke mentalen en emotionele gezondheid van de geteste personen speelden een rol. Hij slaagde er in een diagnosesysteem te ontwikkelen dat gebaseerd was op onregelmatigheden en vlekken die hij in de aura kon waarnemen.

Hij maakte van deze diagnose gebruik om ziekten zoals hysteric, tumoren, leverproblemen en epilepsie met succes te behandelen.

1939
Kirlianfotografie

Tijdens onderhoudswerk aan een hoogspanningsmachine kwam de Rus Semyon Kirlian in aanraking met een onschuldige waterval van elektronen. Daarbij zag hij een gloeiende straling rond zijn handen. In wetenschappelijke taal is het meer formeel bekend als het 'coronale ontladingseffect'. De Duitse natuurkundige Georg Christoph Lichtenberg had dit in 1777 reeds eerder opgemerkt.

Kirlian echter, slaagde er in om dit verschijnsel op fotografische film vast te leggen. Dit effect staat nu bekend als kirlianfotografie.

Informatie

De medisch psycholoog Thelma Moss begon later zelf met onderzoek met de kirlianfotografie. In verschillende studies toonde ze aan dat kirlianfotografie informatie gaf over de emotionele en psychologische staat van de persoon maar ook over de omgevingsinvloeden en stress.

In onderstaande Kirlian foto's merk je dat onze emoties een invloed hebben op ons energieveld



Bovenstaande Kirlian foto's zijn van de vingertoppen van een koppel. Zowel de man als de vrouw liet een vinger fotograferen op dezelfde foto

Links : koppel dat instructies kreeg om 'onplezante' dingen over elkaar te denken

Midden : het zelfde koppel dat liefdevolle gedachten heeft over elkaar

Rechts : het zelfde koppel tijdens een kus

Bron : [www. Kirlian.org](http://www.Kirlian.org)

Onderstaande foto's illustreren dat healing/Reiki een effect heeft op het energieveld

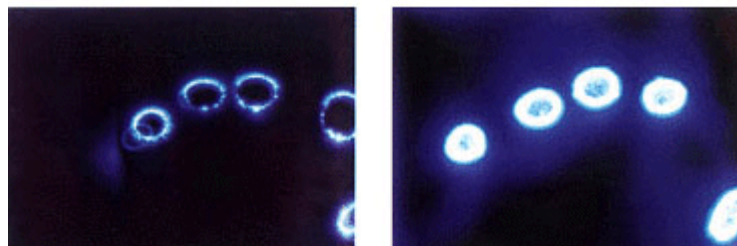


Foto van de vingers van een healer

Links : vóór healing sessie

Bron : www.connectedtocenter.com

Rechts : Tijdens healing

B. Eigenschappen van de aura

a. de aura is een elektromagnetisch veld

Hersengolfpatroon van genezers

Andria Puharich onderzocht de magnetische puls die uit de handen van genezers kwam en kwam tot de conclusie dat die 8 HZ was. Robert Beck, een kernfysicus, heeft de wereld afgereisd om de hersengolven van mediamieke personen en genezers te meten. Bij alle van deze personen meet hij een

Schumann-golven

hersengolfpatroon van 7.8-8 Hz tijdens het genezen. Ook het magnetisch veld van de aarde fluctueert tussen de 7.8-8 Hz. Deze fluctuaties heten Schumann-golven. Hij ontdekte dat tijdens een behandeling de hersengolven van de genezers synchroon liepen met de frequentie en fase van de Schumann-golven.

John Zimmerman (Bio-Electro-Magnetics Instituut in Reno) ontdekte dat de rechter en linkerhersen helft van genezers in balans komen en een alfaritme van 7.8-8 Hz vertonen, als deze genezer in contact is gekomen met de Schumann-golven. Door handoplegging worden ook de hersengolven van de patiënt in een alfaritme van 7.8-8 Hz gebracht en wordt zijn linker- en rechterhersen helft in balans gebracht.

In China (Lanzhou Universiteit) ontdekte Zhong Ronghang electromagnetische karakteristieken in de energiestraling van het lichaam bij zijn onderzoeken met een lichtkwantumapparaat.

b. Het menselijke lichaam straalt licht uit

Donkere kamer

De wetenschappers Richard Dobrin, John Pierrakos en Barbara Brennan maten het lichtniveau in een donkere kamer op een golflengte van 350 nanometer (een zichtbare lichtfrequentie). Dit deden ze vóór, tijdens en na de aanwezigheid van mensen in de kamer. De resultaten lieten een kleine lichttoename zien toen er mensen in de kamer verbleven. Bij één persoon nam het lichtniveau in de donkere kamer af. Het bleek om een uitgeputte en wanhopige persoon te gaan.

Kooi van Faraday

In het CIHS (California Institute of Human Studies) creëerden wetenschappers een met koper geïsoleerde kamer om biofotonemissies te kunnen bestuderen. In deze koperen "kooi van Faraday" worden alle transversale electromagnetische golven afgeschermd. Andere trillingen zoals bijvoorbeeld geluid worden niet afgeschermd. Zonder verlichting is de kamer 100% donker.

In de lege kamer registreert een fototeller geen enkel foton. Bij een menselijk lichaam in deze kooi van Faraday mat men een fotonengetal van 1 foton/sec/cm².

Chakra's	Dat wil zeggen dat per seconde 1 foton ontsnapt per cm ² huid. Wat opvalt is dat op gebieden van de chakra's (zie bespreking chakra's verder in deze cursus) een fotonengetal van 100-1000 fotonen per seconde gemeten wordt.
Onderzoek Rolfing	Valerie Hunt onderzocht de effecten van een therapeutische bindweefselmassage, Rolfing genoemd, op het lichaam en de psyche. Tijdens de behandeling registreerde ze de frequentie van de lichaamssignalen met een laag millivoltage. Tegelijkertijd observeerde een auralezer (Rosalyn Bruyère en later nog 7 andere auralezers) de Rolfer en de persoon die de behandeling onderging. Hun commentaren werden op dezelfde recorder vastgelegd als de elektronische gegevens. Bij analyse van de resultaten bleken de frequenties overeen te komen met de kleuren die de auralezer waarnam.
Kleuren	Een beperkte indicatie van de frequenties: Blauw 250 - 275 Hz (plus 1200 Hz) Groen 250 - 475 Hz Geel 500 - 700 Hz Oranje 950 - 1050 Hz Rood 1000 - 1200 Hz Paars 1000 - 2000 Hz (Plus 300 - 400, 600 - 800 Hz) Wit 1100 - 2100 Hz
Aura lezen	Dr. Hunt beschrijft 'Na alle eeuwen waarin mediamieke personen uitstralingen van de aura's hebben 'gezien', vormt dit het eerste elektronische bewijsmateriaal omtrent frequentie, omvang en tijdsduur van dergelijke stralingen, dat hun subjectieve waarnemingen van kleurontladingen bevestigt.'

c. Bioplasmische eigenschappen

Trillingen	Russische wetenschappers ontdekten dat levende organismen trillingen uitzenden met een frequentie van 300 tot 2000 nanometer. Zij noemden deze energie het bioveld of bioplasma. Later bevestigde de Academie voor Medische Wetenschappen in Moskou deze ontdekking. Victor Inyushin heeft het menselijke energieveld uitgebreid onderzocht. Hij suggereerde dat er een bioplasmisch veld is dat uit ionen, vrije protonen en vrije elektronen bestaat. Plasma's worden door natuurkundigen beschouwd als een toestand tussen energie en materie in.
Beweging	Inyushin zag dit bioplasmische energieveld als een vijfde toestand van de materie- De andere vier zijn vaste stof, vloeistof, gas en

plasma. Uit zijn onderzoek blijkt dat bioplasmische deeltjes in constante beweging zijn en door chemische processen in de cellen voortdurend vernieuwd worden. Er blijkt een relatief stabiel evenwicht te zijn van positieve en negatieve deeltjes in het bioplasma. Is deze balans verstoord, dan kan dat leiden tot een verandering in de gezondheid van de persoon in kwestie.

Vernieuwing
Balans versus
Gezondheid

C. Kunnen we de aura zelf waarnemen ?

Onbewust

De doorsnee mens neemt de aura niet bewust waar. Noch visueel, noch op andere manier. Onbewust echter nemen we allen de aura, of het energieveld of simpelweg “het emotionele veld” van anderen waar. We registreren het en gaan er onbewust op gaan reageren. Iemand die zich onzeker voelt over zichzelf bijvoorbeeld, straalt dat uit. Je ziet het vaak in de houding en de lichaamssignalen, maar ook als een onzekere persoon zich zelfzeker voordoet, zul je onbewust toch vaak de onzekerheid opvangen. We zullen een indruk krijgen dat er iets niet klopt. Hoe zekerder wijzelf zijn, hoe beter we deze subtiele verschillen zullen merken.

Zien

Bepaalde mensen kunnen de aura zien. De wetenschappelijke test die Valerie Hunt afnam met Rosalyn Bruyère en 7 andere auralezers is er het bewijs van. Voor wie zijn helderziendheid wil oefenen is het van belang om te weten dat je in een beginfase waarschijnlijk enkel de onderste lagen zult kunnen waarnemen. Misschien zie je zelfs geen onderscheid tussen de lagen.

Voelen

Mijn manier van waarnemen is vooral door te “voelen”. Vaak kan ik bij een gesprek (telefonisch of rechtstreeks) voelen hoe die andere persoon zich voelt. Je zou kunnen zeggen dat ik dit waarneem aan de stem of houding, maar ook als iemand in de ruimte naast mijn werkruimte bijvoorbeeld kwaad of angstig is, dan kan ik dat voelen. Dit alles uiteraard op voorwaarde dat ik mij er voor open stel. Maar voelen gebeurt niet enkel op deze manier. Je kan, met wat oefening de energiestroming in je lichaam voelen, aura's en chakra's voelen. Sommigen zijn er heel gevoelig voor, anderen voelen niets. Als een klant dus niets voelt stromen tijdens een reikibehandeling of healing, maak je dan niet onmiddellijk zorgen.

Innerlijk zien

Een andere manier van waarnemen is via “innerlijk zien”. Net zoals tijdens een droom wordt dan innerlijk een beeld geprojecteerd met de informatie die ik nodig heb. Net voldoende om inzicht te krijgen.

Oefeningen

Hieronder geef ik 3 oefeningen om het energieveld van de mens te leren zien met de fysieke ogen

1. Ga op een zonnige dag in je tuinstoel naar de lucht liggen kijken. Ontspan je en verslap de focus van je zicht. Na een poosje zul je bewegende kleine bolletjes of sliertjes zien.
2. Ga in schemerdonker (bijvoorbeeld in een donkere kamer waar er uit de kamer ernaast nog flauw licht binnenvalt of wanneer 's nachts bij halve of volle maan nog wat licht binnenvalt) zitten of liggen. Hou je hand tussen jou en het flauwe lichtschijnsel dat de kamer binnenkomt. Je hand tekent zich donker af tegen het licht, maar als je de focus van je blik even verslapt, zie je een lichtschijnsel onmiddellijk rond je hand. Je kan dit-zelfde soms zien bij bomen als de nacht aan het vallen is
3. Ga op een zonnige dag op je rug naar de lucht liggen kijken (niet rechtstreeks naar de zon). Hou je handen tussen je ogen en de lucht in. Als je jouw focus wat verslapt, kan je een (blauw of wit) lichtlaagje omheen je vingers zien.

Enkele goede oefeningen om energie te leren aanvoelen zijn de volgende

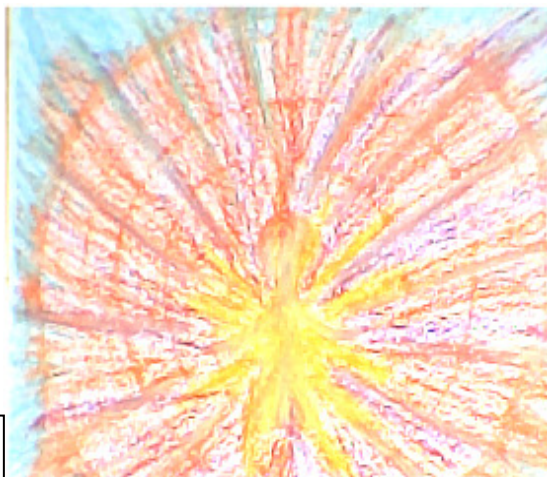
1. Wrijf je beide palmen tegen elkaar en hou ze daarna enkele cm van elkaar. Voel je de spanning die aanwezig is? Laat deze spanning of energie opbouwen en hou je handen iets verder van elkaar. Je kan nu een bol van energie tussen je beide handen voelen. Je kan wat "spelen" met die bol door te proberen hem wat groter of kleiner te maken.
2. Ga met 2 personen tegenover elkaar zitten en leg beide handen met de palmen op de palmen van je partner. Hou daarbij je rechter palm naar beneden (in de gevende houding) en je linker palm naar boven gericht (in de ontvangende houding) en laat de energie tussen jullie in een cirkeltje stromen. Ben je met meer dan 2 dan kan je deze oefening ook doen. Geef gewoon de energie in een cirkel door. Voel je de stroming? Terwijl deze energie stroomt probeer dan even hoe het voelt om jullie handen lichtjes uit elkaar te houden. Normaal gezien kun je nu ook nog de stroming voelen. Je kan ook proberen (allen samen) om de energie te stoppen. Je zal merken dat dit moeilijk gaat en niet aangenaam aanvoelt. Laat daarna de energie terug stromen.....

D. De aura bestaat uit verschillende lagen

7 lagen

Een auralezer die moeiteloos aura's ziet is Barbara Brennan. In haar boek "licht op de aura" beschrijft ze de 7 eerste lagen van de aura. Dit hoofdstuk is gebaseerd op de omschrijvingen die Barbara geeft. In andere bronnen is sprake van nog meer lagen.

Rechts :een intuïtieve tekeningen waarin ook verschillende lagen in de aura zichtbaar zijn.



Dualistisch

In haar waarnemingen merkte Barbara Brennan een dualistisch patroon. Ze ziet beurtelings zeer gestructureerde lagen, afgewisseld met ongestructureerde lagen. Bepaalde lagen bestaan uit constante golven van lichtpatronen. Andere lijken te bestaan uit voortdurend bewegende gekleurde wolkjes. De eerste, derde, vijfde en zevende laag zijn gestructureerd terwijl de tweede, vierde en zesde laag bestaan uit ongestructureerde bewegende gekleurde wolkjes. Ze vermeldt er bij dat iedere volgende laag de onderliggende lagen, inclusief het fysieke lichaam volledig doordringt.

Vibratieniveau

Eigenlijk is elk van deze lichamen helemaal geen "laag", maar zo nemen we het waar. Het is meer zo dat ieder lichaam een uitbreiding van onszelf vormt, waarbij elk de andere, beperktere vormen in zich draagt. Vanuit het standpunt van de wetenschap kan iedere laag beschouwd worden als een hoger vibratieniveau dat niet alleen dezelfde ruimte beslaat als de niveaus eronder, maar daar weer boven uitsteekt.

Bewustzijn
verruimen

Om een volgende laag te kunnen zien, moet de waarnemer zich 'bewust opwerken' naar een nieuw trillingsniveau. Hij moet dus zijn bewustzijn verruimen.

Elk niveau
omvat het
vorige

We hebben dus zeven lichamen die allemaal tegelijk dezelfde ruimte beslaan, waarbij elk weer verder uitstraalt dan het vorige. Ieder niveau ziet er weer anders uit en heeft zijn eigen specifieke functie.

Organen

De gestructureerde lagen bevatten alle vormen die het fysieke lichaam ook heeft, inclusief inwendige organen, bloedvaten enz.

Er zijn ook nog vormen te vinden die in het fysieke lichaam niet bestaan.

Vertikale stroom Er is een verticale energiestroom die via het ruggemerg pulserend in het veld op en neer gaat. Deze stroom breidt zich uit naar boven uit tot boven het hoofd en naar beneden tot voorbij het stuitbeen.

Chakra's In het veld bevinden zich konisch gevormde, wervelende draaikolken, chakra's genaamd. Hun spits toelopende toppen raken de grote verticale energiestroom en de open kanten de randen van iedere laag van het veld waarin ze hun plaats hebben.

Eerste laag Het etherisch lichaam

De eerste laag heeft te maken met het lichamenlijk functioneren en de lichamenlijke gewaarwordingen, met het voelen van pijn of genot. Deze laag staat ook in verband met het automatisch en zelfstandig functioneren van het lichaam.

Het etherisch lichaam heeft dezelfde opbouw als het fysieke lichaam, inclusief alle anatomische delen en organen. Het bestaat uit fijne energielijnen die voortdurend in beweging zijn. Het is als het ware een soort blauwdruk van het fysieke lichaam.

De fysieke weefsels bestaan al in de etherische vorm vóór ze een fysieke vorm aannemen. Je kan dus zeggen dat de energie aan de materie voorafgaat.

Het etherische lichaam breidt zich ongeveer 0,5 tot 5 cm voorbij het fysieke lichaam uit (alle afmetingen van de lagen in de aura zijn kunnen steeds verschillen van persoon tot persoon).

Tweede laag Het emotionele lichaam

De tweede laag wordt algemeen geassocieerd met de emotionele kant van de mens.

Het emotionele lichaam heeft dus alles te maken met gevoelens. De structuur ervan is veel vloeiender en vormt ook geen dubbel van het fysieke lichaam. Het lijkt te bestaan uit constant bewegende gekleurde wolken van een fijne substantie. Het breidt zich uit van ongeveer 2,5 tot 7,5 cm vanaf het lichaam.

Dit lichaam doordringt de dichtere lichamen die het omgeeft. De kleuren kunnen helder en stralend zijn, maar soms ook donkere of modderige vlekken. Duidelijke, sterk geladen gevoelens, zoals liefde, opwinding, plezier en woede, zijn helder en duidelijk. Verwarde of niet geuite gevoelens zijn donkerder of modderig. Dit lichaam bevat dus alle mogelijke kleuren.

Derde laag

Het mentale lichaam

De derde laag wordt geassocieerd met ons mentale leven, het lineaire denken.

Dit derde auralichaam sluit zich rond het emotionele lichaam en is samengesteld uit nog fijnere substanties. Elk daarvan is verbonden met gedachten en mentale processen. Dit lichaam ziet er meestal uit als een helder geel licht dat uitstraalt boven hoofd en schouders en het hele lichaam omgeeft. Het breidt zich uit wanneer de eigenaar ervan geconcentreerd zit te denken. Het reikt van ongeveer 7 tot 20 cm vanaf het fysieke lichaam, ook hier weer verschillend van persoon tot persoon.

Ook dit is een gestructureerd lichaam. Het bevat de structuren van onze ideeën. In dit veld zijn gedachten zichtbaar als vormen. Het lijken vlekken die verschillen in helderheid. Aangezien met elke gedachte een emotie over die verbonden is, worden daar vanuit het emotionele niveau worden nog extra kleuren aan toegevoegd. Als een gedachte duidelijk gevormd is, is deze gedachtevorm die zichtbaar is in het mentale lichaam helder en mooi. We kunnen deze vorm nog versterken door onze gedachte te versterken. Gedachten die we onze gewoonte maken, zijn dus als heel sterke lichtvormen duidelijk in ons mentaal lichaam. Gedachten hebben dus een invloed op ons energieveld, op ons leven.

Vierde laag

Het astrale lichaam

Het vierde niveau, geassocieerd met de hartchakra, is het energielichaam waardoor wij liefhebben. Deze liefde beperkt zich niet tot de liefde voor onze vrienden en kennissen. Het is evenzeer de liefde voor de mensheid in het algemeen.

Het astrale lichaam is samengesteld uit kleurwolken. Het reikt van ongeveer 15 tot 30 cm vanaf het lichaam. De kleuren zijn ongeveer dezelfde als diegene in het emotionele lichaam, maar zijn meestal vermengd met het roze licht van de liefde. Dit roze licht is ook voor een deel zichtbaar in de chakra's op dit niveau.

Op het astrale niveau vindt heel wat uitwisseling van energie tussen mensen plaats. Ook mensen die in dezelfde ruimte zijn en schijnbaar (fysisch) geen contact hebben kunnen op astraal niveau communiceren.

Als het om intense relaties gaat worden er vaak koorden getrokken die de aura's verbinden met elkaar. Hoe langduriger en dieper de relatie is, des te groter in aantal en sterkte de koorden zijn die worden gevormd.

Vijfde laag

Het etherisch-causale lichaam

Het vijfde niveau staat in verband met de hogere wil, die zich richt naar de goddelijke wil.

Dit etherisch-causale lichaam bevat alle vormen die op het fysieke niveau bestaan in blauwdruk, maar dan in negatief. Het heeft veel weg van het negatief van een foto (wat alles omvat wat op de foto zal komen, maar in negatief).

Het is de blauwdruk voor het etherische niveau wat op zijn beurt dan weer de blauwdruk voor het fysieke niveau is.

In de etherisch-causale laag wordt een “open” of “negatieve” ruimte gecreëerd waarin de etherische laag van de aura kan ontstaan.

Waar in de etherische laag dus de blauwdruk in de vorm van een nier aanwezig is, zal in de etherisch-causale laag een lege ruimte aanwezig zijn in de vorm van die nier.

In deze laag hebben klanken een sterk helende invloed.

Ze reikt ongeveer 45 tot 60 cm van het lichaam af.

Zesde laag

Het universele liefdelichaam

Het zesde niveau heeft te maken met universele of goddelijke liefde. Het gaat om die liefde die groter is dan de menselijke, de liefde die alle leven omvat. Op dit niveau voelen we de liefde en koestering van alles wat bestaat.

Het universele liefdelichaam is als het ware de emotionele laag van het spirituele niveau. Het straalt van 60 tot ruim 80 cm van het lichaam af.

Als we de staat van “zijn” bereiken waarin we onze éénheid met gans het universum beseffen en weten dat alles, inclusief onszelf bestaat uit licht en liefde, dan hebben we ons bewustzijn geopend tot dit niveau van de aura.

Barbara Brennan beschrijft dit lichaam als prachtig, glinsterend licht, pastelkleurig met een zilver/gouden gloed en een opaalachtige schittering, net als van parelmoeren lovertjes.

Zevende laag

Keterisch-causale of causale lichaam

Dit causale lichaam houdt verband met het hogere, met een integratie van het spirituele in het lichamelijke bestaan.

Het is als het ware de mentale laag van het spirituele niveau.

Als we een staat van “zijn” bereiken waarin we onze éénheid met God, de Schepper, de Bron beseffen, dan hebben we ons bewustzijn geopend tot het zevende niveau van de aura.

De buitenrand van deze laag geeft een eivorm aan de aura. Ook dit lichaam is in hoge mate gestructureerd. Het lijkt samengesteld te zijn uit fijne gouden-zilveren draadjes en blijkt gans de aura te beschermen tegen invloeden van buitenaf.

De gouden eivorm beslaat een ruimte van ongeveer 75 cm tot een meter rondom iemands lichaam. Deze afmeting kan nog groter zijn als iemand veel energie heeft.



2. Chakra's en hun werking

A. Wat is een chakra ?

Cirkel of wiel	Het woord chakra is afkomstig uit het Sanskriet (cakram) en betekent cirkel of wiel. In de klassieke oosterse geneeswijzen wordt de term gebruikt voor plaatsen in het lichaam die van belang zijn voor de levenskracht.
knooppunt	Een modernere visie is dat een chakra een energieknooppunt is, dat energie ontvangt, doorstroomt, transformeert en afgeeft.