

De inductie

1) Als ik tegen je zou zeggen, kun je een rode vogel zien, kun je hem dan voor je zien.

Kun je een gele bloem zien....Kun je een hond en een kat zien...Kun je een grote boom zien met veel bladeren en de wind die door de bladeren en de boom heen waait.

2)Dit is het deel van de geest waarmee we vandaag gaan werken. Dit is het deel van de geest dat beelden en herinneringen maakt. Dit is het deel van de geest dat 's nachts actief is, als je slaapt, want dit is het deel dat de beelden en symbolen bezit die we gebruiken in onze dromen. Dus dit is het deel van de geest waarmee we vandaag zullen werken.

3)En terwijl we dit vandaag gaan doen, voor de korte tijd dat we het gaan doen... zet je al je zorgen en problemen van je af. Er is *later* tijd genoeg voor. Dat kan altijd nog *later*. Maar in de korte tijd die we nu hebben, terwijl we deze sessie doen maak je je nergens druk om. *Geniet* van het feit dat je niets hebt om je zorgen om te maken. Geniet ook van het gevoel van ontspanning door je hele lichaam ...terwijl de ontspanning door je lichaam gaat, lossen alle spanningen, die in je lichaam zitten op, ze vloeien eruit.*Ze vloeien eruit...Laat ze gaan. Laat ze gaan.* We hebben ze niet nodig. *We hebben ze niet nodig.* Dus geniet van het gevoel, dat er niets is om over na te denken...geniet van het gevoel van ontspanning dat door je lichaam heen glijdt en beweegt....ontspannen..ontspannen..

4)Dit is een luxe die maar weinig mensen kennen. Om een beetje de tijd te nemen uit je drukke dag en je te ontspannen en nergens over te hoeven na te denken. Dus maak er gebruik van nu het kan en geniet van de ervaring. En onthoud, dat je je heerlijk zult voelen als je ontwaakt, net als wanneer je een lekker tukje doet, lekker slaapt. Je zult je uitgerust en verfrist voelen. Iedere keer als je een sessie doet zoals deze, zal het een plezierige ervaring zijn .

5)Onthoud... dat als je geluiden hoort, in deze kamer of buiten ,dat dat slechts natuurlijke geluiden zijn behorend bij de achtergrond. *Ze* zullen je niet storen of afleiden..op wat voor manier dan ook. Als je iets hoort, zal het *vervaaaagen* en onderdeel worden van de achtergrond.

6)Nu zou ik je willen vragen je een mooie pyramide voor te stellen, die volledig bestaat uit wit licht. Het is een prachtig ding om te zien, het gloeit... glanst en schittert. En ik wil je vragen om in gedachten deze pyramide om je lichaam heen te plaatsen, zodat je er volledig door omringd bent ..ook de onderkant van je lichaam bevindt zich binnen deze pyramide, zodat je volledig omgeven bent door een witte pyramide van licht.

7)Dit is jouw bescherming ..het witte licht heeft een hele sterke kracht ..het is een machtig middel en kan je tegen alles beschermen. Je lichaam zal zich de hele tijd dat we bezig zijn, omgeven zijn door de pyramide van wit licht...niets kan je kwetsen, fysiek, mentaal of spiritueel. Je bent beschermd en je bent veilig...je weet het , je voelt het en het is heel, heel goed .

8)Nu zou ik je willen vragen je de mooiste plek in de wereld proberen voor te stellen...wat jij de mooiste plek van de hele wereld vindt....een plek waar er geen zorgen zijn, geen problemen. Het kan een plek in de bergen zijn, in het bos, aan de zee, in een bloemenweide...een plek die jij mooi vindt en vredig ...kun jij zo een plek vinden. Antwoord.....

Vertel mij erover. (hoe ziet het eruit, welke geluiden hoor je, hoe ruikt het, hoe voelt het aan, hoe ervaar je het). Antwoord.....

9)Geen zorgen op zo'n mooie plek, het is vredig, er zijn geen zorgen en geen problemen, slechts vrede en rust. Kun je de lucht /hemel zien waar je bent? (zo niet dan moet je een stukje lopen totdat je dat wel kunt). Kijk naar boven ...naar de lucht ...de hemel en kijk of je een grote witte wollige wolk kunt vinden. Ik ga je vragen iets te doen wat misschien een beetje vreemd klinkt...ik ga je

vragen om naar boven op te stijgen naar de wolk en erop te gaan zitten. Vertel me hoe het zal voelen om op zo'n wolk te zitten en maak je niet druk, de wolk houdt op magische wijze je gewicht.....Hoe voelt het om op een wolk te zitten?

(Laat ze het beschrijven)

10) Sommige mensen vinden dat het aanvoelt alsof je wegzakt in een heel groot kussen van dons of veren. Maar het houdt wel je gewicht op magische wijze en zal je heerlijk ondersteunen, het is erg comfortabel, vind je niet.....leun achterover op de wolk ...ga er lekker op liggen en laat het je gewicht volledig absorberen. Het is zo'n wonderbaarlijk gevoel, het is net alsof je niets weegt.

11) Je kunt één worden met die mooie wolk. Als je erop ligt... laat het je gewicht dragen. Als je wilt kun je zelfs de wolk om je heen slaan als een donzen dekbed en je lekker nestelen in de wolk. Dat is zo'n mooi veilig gevoel, je voelt je helemaal op je gemak .En het is bijna alsof je niet eens een lichaam hebt... als je één wordt met die mooie, zachte, comfortabele en veilige wolk.

12) En deze wolk glijdt door de lucht en draagt jou met zich mee. Zacht en beschermd, comfortabel en veilig. Drijvend en zwevend, zwevend en drijvend.

13) En deze wolk ...drijft over 't land en over valleien en over de bergen en zelfs over de oceaan als hij dat wil, jou met zich mee dragend. Zacht, beschermd, comfortabel en veilig.

14) Drijvend en zwevend...zwevend en drijvend...2x

15) Over het land...over de valleien...beschermd en veilig. En deze wolk is magisch want hij draagt je niet alleen over het land en over de valleien, maar hij kan je ook terug, terug, terugdragen in de tijd en ruimte ... terugdragen in tijd en ruimte (...naar andere tijden ...andere plaatsen.)

16) Ik vraag nu aan de wolk om te gaan bewegen en je terug...terug en verder terug te voeren naar een andere tijd en een andere plaats, waar er informatie*is die we willen vinden om jou zo goed mogelijk te helpen.

17) De wolk gaat nu bewegen, hij brengt je terug...terug en verder terug. We kijken naar de meest geschikte tijd en plaats om te stoppen, ernaar te kijken en te onderzoeken. De meest geschikte tijd en plaats om te stoppen, ernaar te kijken en te ondezoeken.

18) De wolk begint nu langzamer te bewegen, hij is aan het stoppen bij de juiste tijd en plaats. Nu de wolk gestopt is bij de juist tijd en plaats, vraag ik je om van de wolk af te glijden en neer, neer, neer te dalen naar beneden, tot je op de grond bent.

19) Je doet dit heel rustig, net als een blad, dat langzaam uit een boom dwarrelt naar de grond, naar beneden, beneden en als je op de grond bent, vraag ik je mij te vertellen wat het eerste is wat je daar beneden ziet of wat je eerste indrukken zijn als je op de grond aankomt.

Kom je al van de wolk af?

Vertel me wat je ziet, wat is het eerste wat je ziet?

Wat zie je onder je?

Kijk om je heen en vertel me wat je ziet.