

Helende gronding

Je kan ook met dit principe werken om blokkages op te sporen en te verwijderen.

Of de grondingslussen in deze volgorde moeten gaan gebeuren, laat ik aan jouw bescheiden en gevoelige wijsheid over.

Je kan de gronding nu ook verder gaan integreren in een systeem dat heel wijd bekeken kan worden.

Hier volgt een eerste mogelijke toepassing:

1. Eerste en vooral start de gronding door het optrekken van de Aarde Energie door je linker been.
Trek die op tot je voelt dat je ergens in je lichaam weerstand voelt, daar bevindt zich een blokkage.
2. Laat de energie daar eventjes werken.
3. Dan richt je ze terug naar Moeder Aarde, via je rechter been.
4. Je voelt de blokkage je lichaam helemaal of gedeeltelijk verlaten.
5. Voel nog eens door de energie terug via links omhoog te sturen, als je geen verhindering van de stroom meer voelt, is de blokkage verdwenen.

Je kan zo tewerk gaan voor je gehele lichaam.

Neem hier rustig je tijd voor.

Na afloop, dank je Moeder Aarde voor haar hulp in jouw heling.

Dit heeft niets met de lijn van de chakra's te maken, eerdere oefeningen, waren er om je alert te maken op de energie en de energiestroom ook effectief te leren voelen.

De oefeningen kunnen ook anders gebeuren, zoals optrekken via rechts en weggeven links, het is aan jouw bescheiden mening en gevoel om eens uit te proberen wat voor jou op dat moment is.

Onhou dat je het beste **veel water drinkt** om de toxines uit je lichaam te verdrijven.

Als je hulp nodig hebt, of je wil je ervaring delen, kan je me gerust [mailen](mailto:teramai@reikileen.be), ik ben er voor jou.

Geniet,
leen.

Tera-Mai™ Healing System
<http://www.reikileen.be>