

LichtWesen Nummer 23. Je oprichten – HANIËL

Samenvatting:

- Inzicht
- Eigen grootheid herkennen en er naar leven
- Illusies doorzien
- Bewustzijn in het dagelijkse leven integreren
- Kalme stilte

De Aartsengel HANIËL

geeft kracht en moed om zich in de eigen grootheid op te richten, zich het ware Zijn te herinneren en er naar te leven. Zoals een verdroogde bloem die water krijgt, richt men zich vanzelf weer op. Het wordt dan makkelijk de situatie en de eerder gemaakte illusies te doorzien. Uiteindelijk lukt het ook de illusie van de afscheiding, de dualiteit, door te prikken.

Vragen om jezelf en de situatie beter te begrijpen:

- Hoe zou ik mij voelen wanneer ik in mijn ware grootte ben?
Hoe zou ik dan handelen (in deze situatie)?
- In welke situatie acht ik mij niet in staat succes te hebben?
- In welk gebied van mijn leven/in welke situatie maak ik mijzelf klein?
- Met welke beperkingen en denkbeelden houd ik mezelf klein?
- Wat voor talenten en kwaliteiten verstop ik (voor mijzelf)?

Aanvullende aanwijzingen betreffende deze LichtWesen essence:

Heeft zich bewezen in situaties waarin men beheerste kracht en helderheid nodig heeft.

Oefening bij het thema

Ga losjes rechtop staan, de knieën licht gebogen, de voeten op ongeveer schouderbreedte uit elkaar. Begin dan met het hoofd naar voren en naar onderen te buigen. Met iedere uitademing buig je het bovenlichaam met hangend hoofd en armen in slow motion, wervel voor wervel steeds verder. Ga zo ver naar beneden als mogelijk is, misschien tot de vingertoppen de grond raken. Daarna richt je je langzaam en bewust weer op. Bij iedere inademing zet je wervel voor wervel weer rechtop. Daarbij houd je hoofd en armen ontspannen. Wanneer je rechtop in een ontspannen houding staat, nodig je de kracht van Haniël uit, je te omhullen en te vullen en vraag haar, je ontspannen, rechte houding te stabiliseren.