

# LichtWesen® Nummer 4. Overgave en medeleven – KWAN YIN

## Samenvatting

- .. Loslaten
- .. Zich op het leven en veranderingen verlaten
- .. Overmatige controle loslaten
- .. Ingehouden tranen en gevoelens weer laten stromen
- .. Emotionele heling
- .. Tolerantie en medeleven
- .. De vrouwelijke kant ontwikkelen

## De kracht van de Opgestegen Meester Kwan Yin

helpt het volgende los te laten: achterhaalde gedachtenpatronen, overmatige controle, onderdrukte gevoelens, lichamelijke inspanning en verkramping, verstopte energie, verkrampde gedragingen (daarom ook ondersteunend bij verdriet). We kunnen het toelaten en weer meestromen met het leven, ons laten dragen, zonder de eigen kracht en sterkte op te geven. We leven in harmonie met de Goddelijke geordendheid. Het is gemakkelijk te herkennen wanneer men moet handelen en wanneer men de dingen eenvoudig gebeuren laat. In het Aziatische gebied is Kwan Yin de meester voor medeleven en heling. Haar kracht heelt, leert om te tolereren en sterkt de vrouwelijke, zachte en toch krachtige kant. Daardoor wordt het gemakkelijker, de eigen gevoelens te voelen en te verwoorden.

## Vragen, om jezelf en de situatie beter te begrijpen

- .. In welke situatie ben ik intolerant of star?
- .. In welke situatie zeg ik „Ik moet“?
- .. Wat houd ik vast (zelfbeeld, situaties, ergernissen, wrok, verdriet, tranen, teleurstelling, mensen, gevoelens)?
- .. Op welk levensgebied, in welke situatie ben ik star? Wat weerhoudt mij om los te laten?
- .. Waar bevinden zich de spanningen in mijn lijf – wat houd ik daar vast? En wat gebeurt er, wanneer ik deze spanning loslaat?
- .. Onder welke voorwaarden ben ik bereid, de controle op te geven en het leven te vertrouwen?

## Aanvullende aanwijzingen betreffende deze LichtWesen Essence

Heeft zich bewezen bij lymfedrainage, massage, „wanneer men er schoon genoeg van heeft“, bij menstruatie problemen (dan op de buik of halverwege de schaamstreek aanbrengen). Door het gebruik kunnen de tranen meer gaan vloeien (loslaten van vastgehouden tranen).

## Oefening bij het thema

Voel je lichaam en sta toe dat je aandacht met een plek van lichamelijke of ziels spanningen in verbinding staat. Stel je voor dat deze spanning als een knoop is. Hoe sterker de spanning, des te groter is de knoop- een lichte spanning is als een knoop in een wollen draad, een sterke spanning een knoop in een dik scheepstouw. Doe de essence op de gespannen plek en, of visualiseer, hoe de kracht van Kwan Yin in deze knoop vloeit en de knoop daardoor steeds meer lossier wordt. Terwijl de knoop lossier wordt, kun je diep adem halen en met een zucht van verlichting uitademen. Als deze plek een boodschap voor je heeft, wordt jij je ervan bewust.