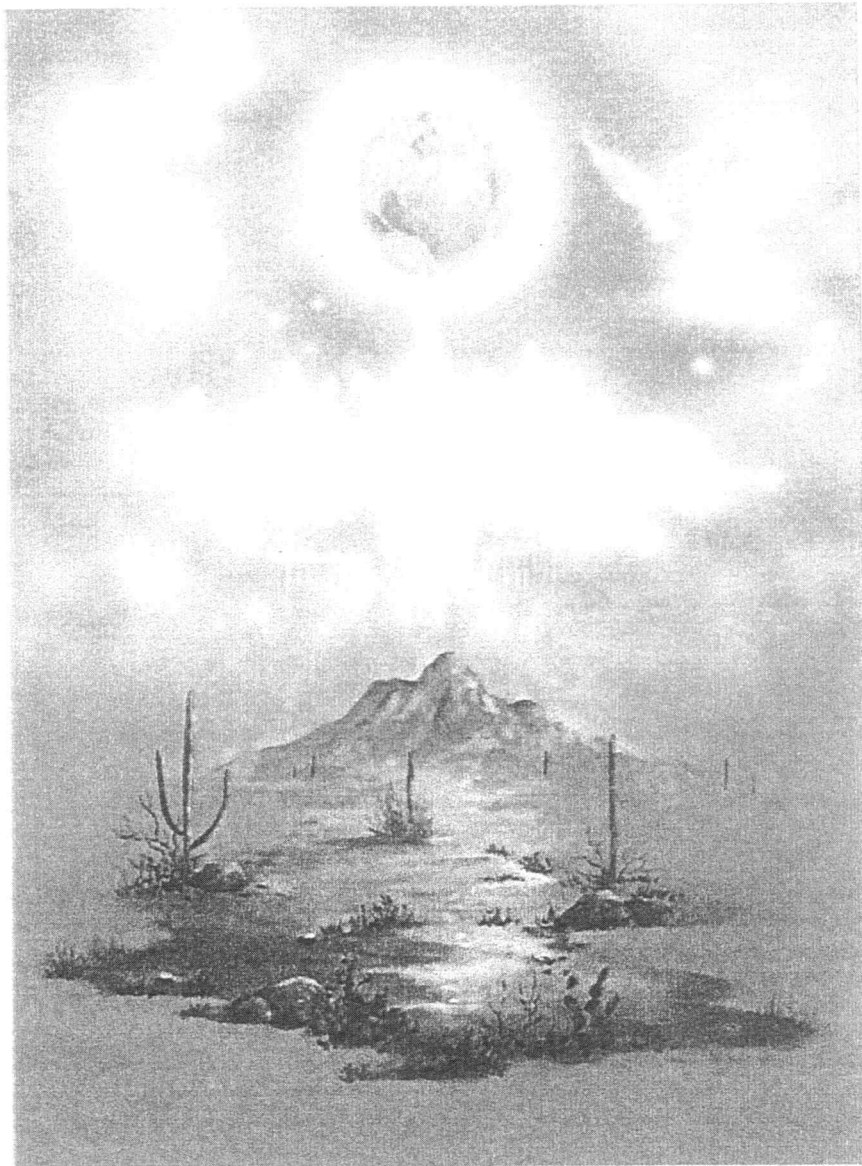


Jan Oke Smit

Shamballa Multi Dimensional Healing



tweede graad

**Shamballa Master
Margriet Tegenbosch**

Tweede graad

De eerste graad van Shamballa Multi Dimensional Healing is vooral een kennismaking van het werken met energie. Een kennismaking, óók met een manier van denken, voelen en ervaren, die duidelijk anders is dan we meestal gewend zijn. We zijn een gebied binnengegaan wat naast, of achter onze gewoonlijke werkelijkheid bestaat en daar toch in alle opzichten in doordringt.

Bij de tweede graad staat het werken met de energie centraal. Er komen symbolen bij die te maken hebben met energieverhoging, maar vooral ook met de toepassing op het gebied van "zelftransformatie". We werken eraan om de grenzen en inperking die de "gewone wereld" ons heeft opgedragen tijdens opvoeding, scholing, werk, religie en relaties onder de loep te nemen. Wat past wel bij mij en wat niet? Waar heb ik delen van mezelf ontkent en om "de lieve vrede" mezelf weggecijferd? Wie ben ik in mijn diepste wezen en wat wil ik?

De tweede graad is de start van een ontwikkelingsproces wat persoonlijk en spiritueel steeds dieper gaat. Velen merken al bij de eerste graad dat dit proces op gang komt, soms snel, soms wat langzamer. Nu, bij de tweede graad gaat het erom dit proces zelf te voeden. Het accent blijft in deze periode dus vooral op de persoonlijke ontwikkeling liggen. Hoe dat gaat is niet in het algemeen te zeggen. Het mooie van het werken met deze energieën is als je je overgeeft aan de leiding van je I Am Presence er precies datgene gebeurt wat voor jou het beste is. Wij kunnen met ons ego niet overzien wat voor ontwikkelingsproces nu aan de orde is. Daar is ons ego niet voor. Ons ego is een uitvoeringsorgaan wat gerichte opdrachten moet krijgen. Bij je ontwikkelingsproces weet je eenvoudig weg niet wat de volgende stap zal zijn.

Dit betekent ook dat niet iedereen zich in hetzelfde tempo ontwikkelt. Anderen lijken misschien sneller of juist langzamer te gaan. Als je het vertrouwen kan hebben dat het zich op de voor jou juiste manier en in het juiste tempo ontvouwt, zal je ervaren hoe dat bevestigd wordt. Zo groeit je vertrouwen, en weet je wanneer en wat jou te doen staat.

Je kunt pas werken met de energieën, en dus ook met de symbolen, als je op de energie bent afgestemd en je energiekanaal daarvoor is geopend. Dit kan alleen tijdens een afstemming, waarbij de werkelijke afstemming plaatsvindt door het kanaal van de Shamballa master die het uitvoert.

Shamballa Multi Dimensional Oefening

Oefening om beide hersenhelften in balans te brengen.

Deze oefening doe je in tweetallen. Degene wiens hersenhelften gebalanceerd worden zit op een rechte stoel. Degene die behandelt staat achter de stoel.

Zoek bij degene die op de stoel zit de schedelgroeven bij de slapen. Deze zitten meestal iets voor de oorschelp, verticaal. Leg je handchakra's op deze groeven.

Je doet deze oefening met aarde-energie. Omdat we gewend zijn met Kosmische energie te werken vergt het enige concentratie. Laat je handen stil liggen terwijl je je aandacht via je hara naar je voeten brengt. Zorg dat je knieën niet op slot zijn. Voel je voetchakra's. Stel je een verbinding voor vanuit je voetchakra's diep de aarde in.

Richt je nu op de verbinding vanuit je rechtervoet. Laat de aarde-energie via die verbinding opstijgen en via je rechter lichaamshelft doorstromen naar je rechterhand. Via die hand stroom nu de aarde-energie door het hoofd van de persoon op de stoel naar je linkerhand. Het kan enige tijd duren voordat de energie daar aankomt. Wacht rustig tot je de energie daar goed voelt.

(N.B.: Soms is de doorgang geblokkeerd, dan komt de energie niet door. Ga niet duwen maar herhaal de oefening regelmatig tot de blokkade verdwijnt.)

Als de energie in je linkerhand is aangekomen laat je de stroom via je linker lichaamshelft doorgaan naar je linkervoet. Vandaar via de verbinding naar de aarde. Diep in de aarde verbindt het zich met de stroom die omhoog gaat naar je rechtervoet. De cirkel is nu gesloten. Laat de energie een tijd doorstromen. Richt je aandacht op die energiestroom en als je voelt dat het voldoende is zeg je in stilte "STOP".

Draai nu de energiebeweging om: Eerst energie uit de aarde omhoog naar je linkervoet, dan je linkerhand, via het hoofd naar rechts, als het daar aangekomen is via je rechtervoet weer naar de aarde en laat de cirkel zich weer diep in de aarde sluiten. laat de energie een tijd lang stromen en breek de stroom dan weer af met het teken "STOP".

Je zult meestal in het begin verschil merken in hoe snel de energie van rechts naar links en andersom stroomt. Blijf de energiestroom afwisselen tot de energie ongeveer gelijk doorkomt. De stroom komt meestal steeds sneller door.

Beëindig de oefening met een dank aan de aarde-energie.

Bij degene die deze oefening uitvoert worden tegelijkertijd ook de hersenhelften gebalanceerd. Het is dus niet persé nodig de rollen om te draaien.

Oefening in het openen van het hartchakra.

Het hartchakra is bij de meesten van ons gesloten. Als we werken met de hogere energieën van Shamballa zal vroeg of laat ons hartchakra zich openen. Omdat ons hartchakra zolang gesloten is geweest (over meerdere generaties) is het opengaan van je hartchakra niet altijd pijnloos. We kunnen dit proces bevorderen en helpen met energie.

De voorzijde openen d.m.v. een energiebol tussen de handen.

Start met ontspanning, en vervolgens de aardingsoefening: verbind de hara via het Hui Yin punt met de kern (kristal) van de aarde. Bouw dan de energie op en stem af op de Mahatma energie. Neem de tijd om de energie te laten stromen en richt je aandacht op je handen. Je kunt eventueel een affirmatie gebruiken: "de energie bouwt op in mijn handen, neemt toe en groeit, en groeit, en groeit"

Breng nu je handen op borstbreedte afstand van elkaar en stel je voor hoe de uitstromende energie een bol tussen je handen vormt. Voel hoe de energie tussen je handen de bol opbouwt, groter en groter. Vorm de bol alsof je een bal tussen je handen rolt.

Stel je nu voor hoe de energiebol door de chakra's van je linkerhand naar binnen gaat. Voel de energie via je arm omhoog gaan naar je borst tot in het hartchakra. De energiebol blijft daar even rusten. Stel je nu voor hoe de energiebol doorgaat via je rechterarm naar je rechterhand. De energiebol bevindt zich weer tussen je handen.

Voed nu de bol met energie. De bol wordt compacter krijgt nog meer energie nog meer Laat de bol nu weer door de linkerhand naar binnengaan via je linkerarm tot in het hartchakra. De energie neemt nog steeds toe. Voel hoe de bol nu tegen je hartchakra drukt. Sterker en sterker Stel je nu voor dat er een deur is op de plaats van je hartchakra. Zie, voel, ervaar die deur Je gaat de deur openen Open de deur NU! Laat de energie vrij stromen Neem de tijd tot alle energie de deur is binnengestroomd.

Breng je aandacht terug naar je hara. Dan naar de aarde, en voel de ondergrond waarop je zit. Als het goed voelt, open je ogen.

Openen van het hartchakra aan voor- en achterzijde met behulp van Kosmische energie.

Deze oefening doe je met zijn tweeën. Begin aan de rugzijde van je oefenpartner. Bepaal al "scannend" waar de achterzijde van het hartchakra is (een chakra is altijd een poort door het lichaam van de voor- naar de achterzijde). Houd nu je handen een poosje op het hartchakra, dit hoeft niet persé op het lichaam te zijn. Laat de energie stromen met de intentie dat het hartchakra zich opent. Werk vooral op je gevoel!

Vraag degene die behandeld wordt zich voor te stellen hoe hij/zij met zijn/haar aandacht aan de voorzijde het hartchakra binnengaat net zo diep totdat hij/zij de binnenkomende energie van achteren voelt.

Daarna kun je, door één hand aan de voorzijde vóór het hartchakra te houden, en de andere hand op de rugzijde de energie van achter naar voren sturen. Je voelt als de energie je andere hand bereikt.

Draai nu de rollen om. Als ook bij jou het hartchakra geopend is ga dan tegenover elkaar staan. Leg de handen met de palmen tegen elkaar. Laat de energie nu linksom stromen en voel dat de energie opnieuw het hartchakra activeert. Even later voel je een directe verbinding tussen jullie hartchakra's. Op energetisch niveau is er nu een tweede Kosmische energiestroom bijgekomen. De energie stroomt niet alleen via het kruinchakra, maar ook rechtstreeks via het hartchakra, van achter naar voren. Bij elke vorm van energiewerk wordt in het vervolg het hartchakra vanzelf mede geactiveerd. Je merkt dat aan de energiestroom die via dit chakra naar buiten stroomt.

Oefening met Vywamus en Djwhal Kuhl

Onze angsten komen voort uit gedrag patronen die zeer diep in ons onderbewuste geworteld zijn. Er zijn persoonlijke ervaringen uit onze jeugd, die ons doen en laten sturen, via persoonlijke overtuigingen die we onszelf vaak niet eens bewust zijn. Daarnaast zijn er overtuigingen waar iedereen in gelooft. Een collectief onderbewuste, waarin veel angsten zijn "opgeborgen". we realiseren ons meestal niet hoe onze persoonlijke angsten ons beïnvloeden, en we realiseren ons al helemaal niet hoe sterk de invloed is van de collectieve angsten. Omdat we ons dat niet bewust zijn en omdat het ondoenlijk is om ons dat bewust te worden lijkt het onmogelijk om ons van de knellende greep van deze "kernangst patronen" te bevrijden. We kunnen dit inderdaad niet zelf, maar we kunnen wel aan de Ascended Masters vragen om dit voor ons te doen. De energieën die daarvoor het best toegerust zijn worden Vywamus en Djwhal Kuhl genoemd.

Je kunt het volgende doen:

Vóór je gaat slapen neem je de tijd om rustig en ontspannen te ademen.

Verbind je met je hara en stel je daarna voor dat alle raakvlakken waar je lichaam op rust in een trechtervorm samenkomen in één verbinding, die doorgaat naar het centrum van de aarde.

Richt je aandacht nu omhoog, op je kruin en je zielester, en stel je open.

Vraag nu om verbinding met je I Am Presence en de I Am Presences van Vywamus en Djwhal Kuhl.

Ikzelf vraag ook altijd verbinding met mijn eigen I Am Presence en de I Am Presence van de Moeder/Vader Bron.

Wacht totdat je deze verbinding voelt.

Affirmeer nu: "Ik vraag en verzoek Vywamus en Djwhal Kuhl om vannacht terwijl ik slaap mijn kernangst patronen te transformeren in Licht en Liefde".

Bedank de energieën op jouw manier en ga slapen zoals je gewend bent.

Het is goed om deze oefening langere tijd elke avond te doen.



Zonar

Heelt vorige levens.

Heelt karma.

Is multidimensionaal.

Werkt op het cellulaire geheugen (de genen).

Alle cellen hebben een bepaalde intelligentie die alles opslaan wat er met je gebeurt.



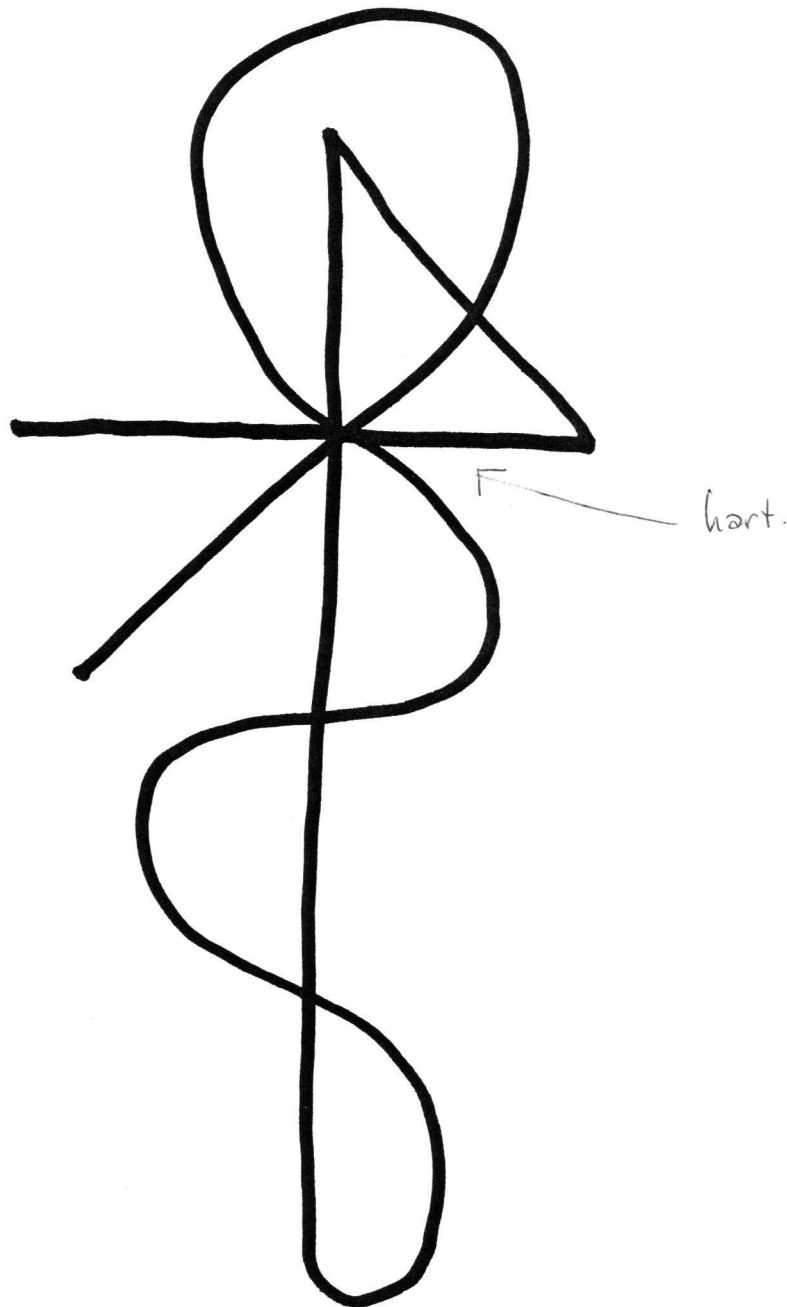
Motor – Zanon

Dit symbool heeft twee namen. "Motor" als het het lichaam binnengaat, "Zanon" als het het lichaam weer verlaat. Het symbool is gericht op virussen. De kleine kronkels in het midden vangen het virus. Je werkt als volgt met dit symbool:

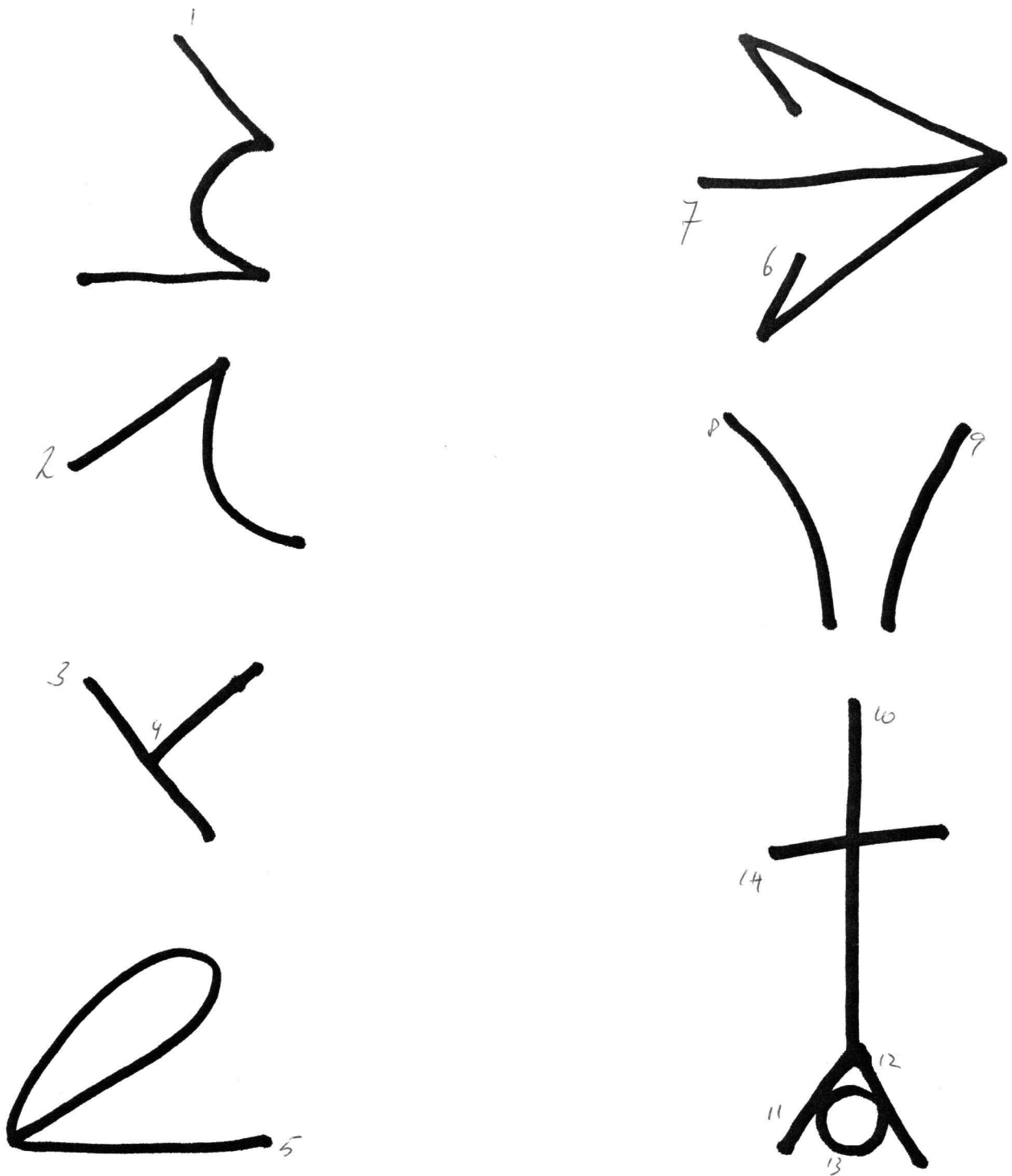
Teken het symbool, noem driemaal de mantra "Motor". Teken het Cho Ku Rei, noem driemaal de mantra. Wacht even en geef de energie de kans om het virus te bereiken en los te maken. Teken opnieuw het symbool, noem driemaal de mantra "Zanon" en teken de Cho Ku Rei en noem driemaal de mantra. Waar het vooral om gaat is de intentie waarmee je beide symbolen gebruikt, dat bepaalt wat er gebeurt.

Als je het symbool meerdere keren gebruikt, zorg dan dat je het symbool "Motor" net zo vaak gebruikt als het symbool "Zanon". De plaats op het lichaam waar je het symbool gebruikt is van ondergeschikt belang. Een virus, dat zich in het lichaam bevindt, verspreidt zich, volg je intuïtie. Kijk met dit symbool ook eens naar blokkades bij jezelf opgeslagen door angst, verdriet, boosheid Laat het symbool binnenkomen, met jouw intentie blokkades los te laten. Geef jezelf de tijd.

Mer Ka Fa Ka Lish Ma



Dit symbool betekent "moeder energie". Het werkt rechtstreeks op ons DNA, het erfelijk materiaal. DNA strengen zijn de bouwstenen van ons lichaam en het is onze taak om door liefde alle strengen te activeren en tot héélheid te komen. Er zijn nog maar weinig mensen op aarde die alle twaalf strengen, die ons DNA van origine heeft, gebruiken. Voorbeelden zijn de Dogons, een Afrikaanse stam en de Aboriginals uit Australië. Deze mensen hebben directe toegang tot de oeroude kennis. De meeste mensen hebben maar twee actieve DNA strengen. Mer Ka Fa Ka Lish Ma herstelt de originele blauwdruk van je DNA en activeert die. Door dit symbool regelmatig te gebruiken worden alle twaalf strengen, in al je lichaamcellen, gaandeweg geactiveerd. Het effect daarvan is dat ons contact met de Bron en met de Aarde weer compleet wordt. We worden het volmaakte kanaal voor de Universele Levensenergie, de onvoorwaardelijke Liefde. Dit symbool kreeg de opdracht mee "neem je geboorterecht en ben vrij". Het symbool komt door het lichaam en kruist bij het hart.



Amsui

Het woord Amsui betekent "Lichtstraal" en integreert de liefde.

Het is het symbool van volledigheid en verbinding.

Verbinding van de energieën in de overgang van het Vissen-naar het Watermantijdperk.

Het is fijn om met dit symbool ook voor jezelf te werken.

Vraag om verbinding van jouw I Am Presence met de I Am Presence van Mr. Sananda.