Les:
vullen en een cocconetje creëren

We zijn aangekomen bij de laatste stap van de WZV-methode: het vullen van je huis.
In de eerste les hebben we geleerd om de energie in ons huis waar te nemen. Daarna zijn we aan de slag gegaan met het zuiveren van de verschillende ruimtes.

Nu gaan we ons huis bewust vullen met fijne, liefdevolle energie. Dit doen we met behulp van magnetiseren. We gebruiken de methode die we in februari hebben geleerd, maar passen deze een beetje aan. We magnetiseren nu namelijk geen persoon, maar iedere keer een kamer en uiteindelijk ons hele huis.

We beginnen met de vijf basisenergieën. Daarna geven we iedere kamer een eigen energie die past bij hoe jij je er graag wilt voelen.

De vijf energieën
Bij deze vorm van magnetiseren werken we met vijf energieën uit de universele bron. Iedere energie heeft een eigen werking, maar ze vullen elkaar aan. Daarom gebruiken we altijd alle vijf in dezelfde volgorde.

Blauw: rust en kalmte
De blauwe energie brengt rust en ontspanning. Het is een verkoelende energie die spanning verzacht. Voor mij voelt deze energie als een geruststellende mantel, alsof er een heerlijke stilte ontstaat.

Groen: healing en herstel
De groene energie is de helende energie. Ze past zich aan aan wat er nodig is en helpt om de energetische balans te herstellen. Het is een trage energie die voor mij aan honing of zacht mos doet denken.

Geel: vrolijkheid en creativiteit
De gele energie is warm, speels en vrij. Ze brengt vrolijkheid, inspiratie en creativiteit. Geel stroomt niet altijd rechtstreeks. Ze danst door de ruimte en mag haar eigen weg volgen.

Rood: liefde en vertrouwen
Rode energie brengt ontspanning, liefde en vertrouwen. Een warme, geruststellende energie die voor mij voelt als een prachtige zonsondergang.

Oranje: levensenergie
Oranje is de activerende levensenergie. Ze brengt de andere energieën samen, vult de laatste open plekjes op en laat alles weer stromen. Ze vormt de buitenste laag van de magnetisering.

De voorbereiding
Pak je energetische plattegrond erbij. We gaan kamer voor kamer aan de slag. We beginnen weer met de ruimte die voor jou het belangrijkste voelt.

Ga ongeveer in het midden staan en wrijf je handen tegen elkaar om de energie in je handen te activeren.

Sluit je ogen en visualiseer de prachtige witte energiebron van het universum boven je. Stel je voor dat vanuit deze bron de vijf kleuren naar je toestromen: blauw, groen, geel, rood en oranje.

Laat de energieën via je armen naar je handen stromen.

Voel als laatste bewust de grond onder je voeten. Je kunt ook om de beurt je voeten even optillen en weer neerzetten.

De kamer magnetiseren

De kamer gronden

Visualiseer dat er onder de vloer een grote schijf van rode en oranje energie ontstaat, ongeveer zo groot als de kamer. Vanuit die schijf stroomt rode en oranje energie omhoog door de vloer heen. Zo krijgt de kamer een stevige energetische verbinding met de aarde.

De blauwe energie

Laat vanuit de universele bron blauwe energie via je handen de kamer instromen. Zie hoe ze als een zachte golf door de ruimte beweegt, alle hoeken bereikt en de hele kamer vult.

Voel hoe de rustgevende energie zich verspreidt. Neem hier rustig de tijd voor. Ga pas verder wanneer je voelt dat blauw klaar is.

De groene energie

Laat nu groen vanuit de bron via je handen de kamer instromen. Deze energie mag de blauwe energie omringen en zich er gedeeltelijk mee vermengen.

Visualiseer hoe groen ook de muren, vloer en het plafond bereikt. Laat de ruimte rustig met deze helende energie gevuld worden.

De gele energie

Daarna laten we geel stromen. Geel mag haar eigen weg door de kamer volgen. Misschien zie je haar langs de muren dansen en kleine omwegen maken. Dat is helemaal goed.

Ze mag zich gedeeltelijk met groen vermengen en vormt een nieuwe laag rondom de andere energieën.

De rode energie

Laat deze warme, liefdevolle energie vanuit je handen de kamer instromen. Visualiseer hoe rood een nieuwe laag rondom de andere energieën vormt. De ruimte mag zich vullen met ontspanning, vertrouwen en liefde.

De oranje energie
Als laatste is oranje aan de beurt. Deze energie mag de andere kleuren volledig omringen en de laatste open plekjes in de kamer opvullen.

Visualiseer hoe oranje vanuit de buitenste laag helemaal naar de kern van de magnetisering stroomt. Zo ontstaat er een verbinding tussen de verschillende energielagen.

Laat daarna de oranje energie door de hele kamer bewegen, zodat ieder hoekje ermee gevuld wordt. Blijf erbij stilstaan totdat je voelt dat het helemaal klaar is.

Geef iedere kamer een eigen energie
Nu we de kamer met de vijf basisenergieën hebben gemagnetiseerd, gaan we nog iets anders doen.

We gaan haar bewust vullen met de energie die jij er graag wilt ervaren.
Iedere kamer heeft een andere functie en mag dus ook een andere sfeer hebben.

We beginnen met de vraag welke energie je in een kamer wilt neerzetten.

Misschien wil je in de slaapkamer rust en geborgenheid, in de woonkamer liefde en verbinding en in je werkkamer concentratie, inspiratie of daadkracht.

Kies de energie per kamer die voor jou op dit moment het belangrijkste en fijnste voelt.

De kleur bepalen
Sluit je ogen en denk aan de energie die je hebt gekozen. Laat intuïtief een kleur bij je opkomen. Welke kleur past volgens jouw gevoel bij deze energie?

Denk niet aan de standaardbetekenissen van kleuren. Misschien voelt rust voor jou als zachtroze, terwijl iemand anders daar diepgroen bij vindt passen.
Wat voor jou klopt, klopt.

Vul de kamer met jouw kleur en energie
Blijf ongeveer in het midden staan met je handpalmen omhoog. Maak opnieuw verbinding met de universele energiebron.

Visualiseer hoe jouw gekozen kleur vanuit de bron naar je handen stroomt. Laat de energie daarna langzaam vanuit je handen de kamer instromen.

Stel je voor dat de kleur zich verder verspreidt, totdat de hele kamer ermee gevuld is. Laat de energie ook alle muren, de vloer, het plafond en de hoeken bereiken.

Blijf dit doen totdat je voelt dat de kamer gevuld is met de energie die je er neer wilt zetten.

Vul je plattegrond aan
Schrijf bij iedere kamer welke energie je hebt gekozen en welke kleur daarbij hoort.

In les 1 schreven we ook al een woord en kleur bij iedere ruimte. Toen deden we dat om te ontdekken hoe de kamer op dat moment aanvoelde.

Nu heb je bewust gekozen welke energie je in de kamer wilt brengen.

Het is tof om die twee naast elkaar te leggen.
Gewoon om te kijken wat je energiewerk gedaan heeft.

Het hele huis magnetiseren
Wanneer je alle kamers afzonderlijk hebt gevuld en een persoonlijke energie hebt gegeven, gaan we nog een stap verder.
We gaan het hele huis energetisch verbinden en er een geheel van maken.

Een kleine energiebron creëren
Ga op een centrale plek in huis staan. Sluit je ogen en visualiseer opnieuw de grote witte universele energiebron boven je.

Stel je voor dat er vanuit deze bron een kleinere witte energiebol ontstaat, ongeveer in het midden van je huis.

De kleine bron blijft met een sterke, witte energiestroom verbonden met de oorspronkelijke bron, zodat er steeds energie kan blijven toestromen.

Visualiseer nu dat er vanuit de kleine energiebron verbindingen naar alle kamers ontstaan.

Het zijn als het ware zachte, lichtgevende energiedraden die iedere ruimte bereiken. Laat deze verbindingen helemaal doorlopen naar de energie die je eerder in de kamers hebt opgebouwd.

Iedere kamer mag haar eigen kleur en energie behouden, maar is tegelijkertijd onderdeel van één groter geheel.

De vijf energieën door je huis laten stromen
Laat vanuit de kleine energiebron opnieuw de vijf basisenergieën stromen.

Begin weer met blauw. Zie hoe ze via de verbindingen alle kamers bereikt en het hele huis met rust vult.

Daarna volgt groen, dat de blauwe energie omringt. Vervolgens komt geel, dat speels door je huis beweegt.

Daarna laten we rood stromen, zodat er een warme en liefdevolle laag ontstaat.

Als laatste stroomt oranje door de verbindingen. Deze energie mag alle andere energieën omringen en het hele huis met levenskracht vullen.

Neem hier rustig de tijd voor.

Je huis een beschermend coconnetje geven
Nu gaan we het hele huis een extra beschermende laag geven.

Visualiseer dat de oranje energie zich steeds verder uitbreidt, totdat ze als een grote, warme bol om je hele woning ligt.

De bol omvat het hele huis, van de fundering tot het dak. Je kunt eventueel ook de tuin of het balkon meenemen.

Laat de oranje energie een stevige, beschermende laag vormen.

Een laatste laag wit licht

Als je wilt, kun je nog een laatste laag wit licht toevoegen.

Visualiseer dat er vanuit de grote universele energiebron een fijne, witte energie over je huis stroomt.

Deze mag als een zachte lichtlaag om je hele huis heen komen te liggen. Wit vormt zo de buitenste laag van je energetische coconnetje.

De verbinding tussen de universele bron en de kleine energiebron in je huis mag blijven bestaan.

Zo blijft jouw huis in deze visualisatie verbonden met de fijne energieën waarmee we hebben gewerkt.

De WZV-methode is afgerond
Je hoeft niet iedere keer alle stappen uitgebreid te doorlopen. Soms is het al fijn om een kamer opnieuw te magnetiseren of de persoonlijke kleur even extra aandacht te geven.

Ik hoop dat je huis steeds meer die heerlijke plek mag zijn waar je de wereld even buiten kunt laten, tot rust kunt komen en helemaal jezelf kunt zijn.