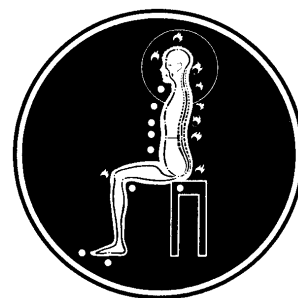


Een ander helpen om de Kleine Hemelse Kringloop te openen

Dit werkt alleen als de ander zich al bewust is van de energiestroom die de Kleine Hemelse Kringloop genoemd wordt, de stroom van chi door het yinne Conceptievat en het yange Goeverneursvat, die alle yin en yang meridianen in evenwicht brengt.



We worden geboren met deze energiestroom sterk, levend en krachtig – Tijdens ons leven raakt deze dikwijls op meerdere plaatsen geblokkeerd. Bedoeling is dat we de blokkades gaan ervaren om aan deze plekken, waar dikwijls veel vitaliteit vast zit, extra aandacht en veel accepterende “I” te kunnen besteden.

1 – zithouding ontvanger

De ontvangende persoon zit op de rand van de stoel (vrouwen zo dat de ♀ organen op de zitting zijn), met de ogen liefst gesloten, vol vertrouwen en met een Innerlijke ontvangende glimlach.

2 – voorbereiding gever

De gever bereidt zich staand of zittend voor, heldere I-kracht,

Innerlijke glimlach in de drie tantien,

de drie vuren neerzettend en een mooi gouden ei...

Wetend of tevoren nog checkend waar de kringloop-punten van de ander zich bevinden.

Vervolgens creëert de gever een klein chi-veld rond zichzelf en de ander door met de zwaardvingers “hemelvuur” aan te trekken, en middels een cirkelende beweging een beschermcirkel te maken,

beide persoonlijke sterren te verbinden

en de gezamenlijke groetpsster te connecten

met Poolster, Vega, Grote Beer aan de ene kant, de aardediepte aan de andere kant.

Dan heft de gever de handpalmen omhoog, ademt erin (iris-ademhaling) en trekt op deze manier universele liefde en kosmisch licht in de Laogongs.

Vervolgens brengt de gever de palmen naar beneden en voedt deze met aarde-chi, cirkelend of zacht verticaal bewegend...

3 – navel en mingmen

De gever bevindt zich rechts van de stoel, of gaat daar nu naartoe

het makkelijkst voor de eigen innerlijke structuur op de knieën of op de rand van een tweede stoel.

De rechter hand (laogong) is vóór de navel van de ontvanger, de linker achter de Mingmen

(let op! Niet met de vingers maar met de laogongs op deze plekken werken).

Beide laogongs ontmoeten elkaar en brengen daardoor navel en mingmen én het midden in trilling.

3 – het centrum in het midden van de onderste tantien

De rechter hand verplaatst zich naar het seksuele centrum,

de linker blijft achter de mingmen...

De tantien, het “centrum” van de ander, kan nu gaan draaien,

je kunt er een draai-beweging in brengen met je rechter hand, waardoor er een volte ontstaat in de Tantien en het is alsof er een heel universum aan het spiralen is (in de richting waarin de Kringloop draait)

4 - heiligbeen

De gever staat op en gaat, als zij rechts is, aan de linker kant van de ontvanger staan,

sluit duim en wijsvinger van de linker hand, die met de palm naar boven gedraaid is

en zet de wijs- en ringvingertoppen van de rechter hand stevig op de onderste gaten van het heiligbeen,

de middelvinger hou je in het midden...

(dikwijls vind de rest van je arm steun tegen de stoelleuning achter de zittende persoon)

Door fysiek te bewegen en te trillen met je vingertoppen, trek je de Jing naar deze plekken, en breng je zo het heiligbeen in trilling

5 – punten van de ruggengraat

Dan breng je alle vingertoppen (of de drie middelste vingers) bij elkaar,

trekt ze vanuit de heiligbeenpomp fysiek over de ruggengraat naar de mingmen, waar je 3x op klopt;

trekt/veegt je vingertoppen verder omhoog naar T-11, waar je 3x ritmisch op klopt,

Datzelfde doe je bij het vleugelpunt, C-7, jadekussen

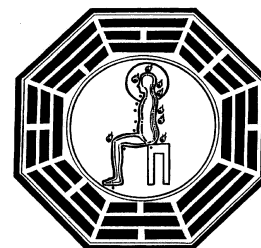
En strijk je ten slotte spiraal je met de laogong van de rechterhand ca. 10 cm boven de kruin.

Dit naar boven strijken en ritmisch kloppen doe je in zijn totaliteit drie keer,

om uiteindelijk zacht voelend met je handpalm het Goeverneursvant van de ontvanger bewust te maken.

De linker hand is al die tijd ontspannen naar boven gericht, duim en wijsvinger samen,

of, als je dat vermoeiend vindt, op de schouder van de ontvanger



6 – kruin en 3^e oog

Wanneer je rechts bent, ga je nu weer aan de rechter kant van de ander staan,

cirkelt zacht wat hemel-energie in de kruin, rechtsom,

en plaatst dan duim en wijsvinger (of middelvinger) stevig op de neusbrug.

De linker hand ondersteunt hierbij het jade-kussen als een open schaal, met de pinkkant.

Richt je "I" op de stroom van jade kussen naar derde oog, en op de kristallen kamer.

Als dat goed voelt, richt je je aandacht ook op een "open" kruincentrum

Dan strijk je met duim en wijs(of middel)vinger de wenkbrauwen naar het "kuiltje" in het bot in het midden ervan... en leg je daar de toppen van duim en middelvinger op, waarvan het verdere deel steunt op de oogbollen om deze tot rust te manen.

Wanneer de rust hier is aangeland haal je zacht duim- en vingertoppen weg,

Ga je op enige afstand van de ontvanger staan en richt je beide zwaardvingers op het derde oog, dat je opent met drie verticale en drie horizontale bewegingen (alsof je iemand zegent)

7 – Conceptievat

Dan strijk je zacht vanaf het jade kussen met de rechter hand over het haar

en met de achterzijde van de vingertoppen streel je heel licht over het voorhoofd tot het derde oog waar je superzachtjes drie keer op klopt...

héél licht over de hals streel je naar het keelcentrum dat je zachtjes en ritmisch 3 keer kopt;

glij naar het hartcentrum, waar je 3 keer op klopt,

de solar plexus als dat goed voelt (anders druk je er alleen liefdevol tegenaan)

en draai je 3 keer rond de navel met de dikke darm mee (vóór het lichaam).

Dit alles doe je weer drie keer, waarbij je de linker hand in de rustpositie hebt (duim tegen wijsvinger)

8 – Kringloop

Nu ga je met je rechter hand voelen in het energielichaam van de ontvanger, of je de chi voel stromen,

Aan de voorkant, en ook aan de achterkant. Sluiten de poorten zich mooi? Hoe is het boven de kruin?

9- Afstand nemen

Dan ga je zitten, je laat de ander dóórstromen en kijkt of je iets van de stroom kunt ontwaren door in jezelf aanwezig te zijn en mogelijk mee te stromen met de ander.

10 – uitwisselen