

NIEUWSBRIEF

HOLISTISCH THERAPEUT GERDA

Nr. 41, Februari 2018



DE INHOUD

- Thema: Contracten
- Het resultaat
- Oefening: Negatieve contracten verbreken

CONTRACTEN

Contracten zijn psychische overeenkomsten die je hebt met andere mensen.

In je dagelijkse leven maak je vaak bewust overeenkomsten met mensen:

- ♥ Zullen we samen gaan lunchen?
- ♥ Zal ik de boodschappen doen terwijl jij op de kinderen past?

Wanneer de activiteit voorbij is, lost het contract op en blijft er niets achter.

Er zijn echter veel soorten contracten die je geheel onbewust met anderen aangaat. Bijvoorbeeld: Je vader zegt 'Je doet wat ik zeg, want anders...'

- ♥ Vind ik jou niet (meer) lief.
- ♥ Mag je deze week de deur niet uit.
- ♥ Praat ik niet meer tegen je.
- ♥ Kun je het ouderlijke huis verlaten.

Dit soort contracten draag je met je mee, al is je vader al jaren geleden overleden. Ook kan je je vader nog heel lang tegenkomen in het gedrag van een broer of zus, leidinggevenden, collega's, enz.

Dit soort contracten maakt je zeer afhankelijk, want anderen voelen het onbewuste contract haarfijn aan en zullen overeenkomstig handelen. Net zo lang tot jij het (h)erkent en zegt 'Ik ben er helemaal klaar mee, tot hier en niet verder' en je dat contract gaat opheffen.

Je overtuigingen in dit voorbeeld kunnen zijn:

- ♥ Ik moet doen wat de ander zegt, want anders...
- ♥ Ik ben niet goed genoeg.
- ♥ Ik word niet gehoord/gezien.

Op jouw contract kan dan komen te staan:

- ♥ Bij autoritaire personen kan ik mezelf niet goed uiten en klap ik dicht.

Deze overtuiging ga je dan opheffen.

Een contract opheffen is een heerlijk gevoel. Het geeft je letterlijk ruimte en emotionele vrijheid.

HET RESULTAAT

Zodra je een (oude) overtuiging, misvatting of leugen inziet of loslaat, kan hij je hart genezen, omdat er dan energie vrijgekomen is, je de waarheid hebt ingezien en je de misvatting hebt losgelaten. De opgeslagen misvatting in ons cellulaire geheugen/systeem komt vrij. De blokkade is weg en de energie kan weer stromen.

Om negatieve en destructieve cellulaire herinneringen makkelijker los te laten, kan je een aantal keren per dag een **affirmatie** toepassen, bijvoorbeeld:
Help me God,
om mijn negatieve en destructieve cellulaire herinneringen moeiteloos los te laten.

Je hebt nu als het ware je menselijke harde schijf gedefragmenteerd en de herinnering genezen. Je hebt de energiefrequenties in je lichaam gereguleerd:

De oorzaak van je probleem is opgelost.
Je hebt zelfgenezing toegepast.

BOEKENTIP

- Het Pleiadisch werkboek.
Auteur: Amora Quan Yin.

WARME GROET
GERDA



OEFENING: NEGATIEVE CONTRACTEN VERBREKEN

Er bestaan geen beperkingen, alleen maar overtuigingen.

Dit zegt heel veel, namelijk dat je je eigen realiteit creëert, en dat wat je gelooft zich in je leven zal manifesteren, omdat wat je in je hebt, je naar je toe trekt, of je daar nu wel of niet bewust van bent. Het is daarom nuttig enkele van de overtuigingen te onderzoeken waarvan je niet wilt dat ze je leven beheersen. Wil je echt genezen en een positieve toekomst creëren, dan moet je bereid zijn om het verleden los te laten.

Een contract kun je makkelijk verbreken.

Dat doe je door een contract helder te maken middels open vragen te stellen:

- ♥ Met welke persoon, groep of situatie heeft het contract te maken?
- ♥ Met welk thema heeft het te maken?
- ♥ Waar is de overtuiging/het contract ontstaan? ➔ In dit leven (welke leeftijd?) of een vorig leven?

Therapeut & Cliënt kunnen een negatief contract verbreken op de volgende manier:

Vraag – vooraf – aan de kosmos om het consult moeiteloos te laten verlopen.

1. Je constateert dat je cliënt erg boos is.
2. Je vraagt of dit klopt (dit kan ontkent worden omdat het onbewust kan zijn).
3. Je vraagt door tot je bij de kern van de boosheid bent.
Daar komt bijvoorbeeld uit dat de cliënt de overtuiging heeft:
 - ♥ Ik moet doen wat de ander zegt, want anders...
 - ♥ Ik ben niet goed genoeg.
 - ♥ Ik word niet gehoord/gezien.
4. Maak helder – samen met je cliënt – waarmee het contract te maken heeft.
Ben je therapeut: Zie zelf helder voor je wat er op het contract dient te komen staan in een korte zin.
5. Laat de cliënt een leeg officieel document visualiseren, waar zij bovenaan met hoofdletters 'CONTRACT' zet. Laat haar daaronder haar voor- en achternaam zetten. (Wanneer het iets uit haar jeugd is, laat haar dan haar meisjesnaam noteren. Dit gebeurt meestal vanzelf!).
6. Laat je cliënt hardop vertellen wat de inhoud van het contract is, en/of laat haar de woorden op het contract visualiseren als zij dat prettiger vindt.
(Het heeft mijn voorkeur om het haar hardop uit te laten spreken, zodat zij zich (meer) bewust wordt van het probleem. Mocht het erg persoonlijk of gênant zijn, laat het haar dan in haar hoofd doen).
7. Cliënt zet dan vervolgens haar formulering in een zin op het contract. Bijvoorbeeld: 'Ik moet doen wat de ander zegt, want anders...'
Let op: Laat haar de negatieve dingen benoemen waar zij vanaf wilt.
Je haalt namelijk alleen negatieve contracten weg.
8. Dan laat je haar een groot rood kruis door het contract zetten.
9. Laat haar er ook met een rode rubberen stempel op zetten:
ONGELDIG en/of VERVALLEN en/of OUD en/of VERLOPEN en/of NIET MEER VAN TOEPASSING.
10. Laat de cliënt vervolgens het contract in kleine stukjes scheuren.
Soms lukt scheuren niet, omdat:
 - ♥ het een dik pakket contracten is met hetzelfde onderwerp;
 - ♥ het contract verstaand is (in de loop der jaren/levens/eeuwen).Laat de cliënt dan de hulp invoeren van:
 - ♥ een stuk gereedschap, zoals een zwaard, betonschaar, sloopkogel, of iets dergelijks,
 - ♥ aartsengel Michaël,
 - ♥ een dierbare,om haar te helpen het contract te vernietigen.
11. Als de cliënt klaar is met het vernietigen van het contract, laat haar dan een Violet Vuur naast zich visualiseren, waar zij alle snippers/gruis van het contract in doet, tot er niets meer van over is.
Het Violet Vuur transmuteert de energie naar een hogere trillingsfrequentie of verlicht ze.
(Over het Violet Vuur meer in mijn volgende nieuwsbrief).
12. Wanneer de cliënt klaar is, laat haar dan haar ogen weer openen.

Je kunt na afloop een positieve affirmatie creëren ter vervanging van het contract, bijvoorbeeld:

- ♥ Ik ben veilig en kan me nu vrijelijk uitdrukken.
- ♥ Ik ben een prachtig en schitterend Lichtwezen.
- ♥ Ik verdien het om respect en liefde te ontvangen.
- ♥ Het leven en de mensen ondersteunen me moeiteloos en vreugdevol.

De affirmatie zal een alternatieve realiteit helpen verankeren, die meer op één lijn ligt met wie je werkelijk bent en met wat je in het leven wilt verwezenlijken.

Een contract verbreken kan je ook voor jezelf toepassen.