

Ik ben drie aan een gesloten dagen bij Gemma geweest voor de Inverse Wave Therapie

De eerste dag, maandag, gingen we eerst precies benoemen aan welk thema we zouden gaan werken, dat wisten we samen al wel een beetje omdat ik ook een Helend Hart sessie bij Gemma ervoor had gedaan.

Maar deze maandag, werd het beter belicht, mijn thema was: Mezelf inhouden; Het niet durven uiten van mezelf. Waardoor mijn keelchakra niet goed stroomt. Dat betekent in mijn geval veel informatie die binnenkomt via mijn zonnevlecht (plexus solaris) chakra, maar die ik niet naar buiten breng (keelchakra), waardoor ik vaak zomaar boos kan worden, want tja het moet er toch een keertje uit. Zodra iets niet loopt zoals het zou moeten raak ik gefrustreerd, emoties lopen uit de hand. Ik voelde al heel lang dat dit niet meer bij me past, maar toch gebeurt het me iedere keer. Ik heb mijn emoties dan niet in de hand. Heftige emoties. Als plannen doorgaan gaat het goed, als ze gehinderd worden raak ik uit balans. Ik wil het goed doen, ik voel de faalangst. Ik ken dit gedrag ook heel erg van mijn vader. Smijten met spullen, schreeuwen; de meest gruwelijke dingen. Als kind heeft dat heel veel impact op me gehad, wat tot op de dag van vandaag doorgewerkt heeft.

Eerst ging ik op de behandeltafel liggen, Gemma plaatste de stemvork waarbij deze in trilling werd gebracht op de binnenkant van mijn polsen, beide sleutelbenen en aan twee zijden van mijn hoofd. Daarna vroeg Gemma mij naar het gevoel te gaan wat ik voel als ik mij niet kan uiten, wat dat gevoel met mij doet. Voor mij was het een gevoel van een fles champagne die je flink heen en weer schud, zonder de kurk er af te halen. En waarbij als je de fles weer neerzet, de druk ook weer lager wordt: een beklemmend gevoel.

Daarna volgde een reis in de toekomst. Ik ontmoette daar het gevoel wat het zou zijn als mijn contract gewijzigd zou zijn, hoe ik me dan zou voelen. Hoe mijn leven er dan zou uitzien. Ik kwam in een weiland terecht waar ik mij weer vrij kon uiten en alles deed zonder enige schaamte. Ik krijg lucht, ik heb lucht, ik ben zoals ik ben. Op het eind van deze sessie werd alles met de stemvork weer gesloten op dezelfde plekken. Ik kreeg nog wat huiswerk mee om te kijken wat dit thema van het me niet kunnen uiten mij had opgeleverd of cadeau had gegeven in mijn leven.

De tweede dag (dinsdag) bespraken we even samen wat het cadeautje was. Voor mij was het: Een luisterend oor zijn. Voor anderen ben ik veilig en te vertrouwen, zeker voor kwetsbare personen. Ik kan vooral meevoelen met een ander, ik heb er een goed inlevingsvermogen door ontwikkeld.

Gemma ging met de stemvork weer de trilling maken op polsen, bij de hals, hoofd maar nu ook bij mijn voeten. Ook deed Gemma wat oefeningen met mijn benen, armen en wiegen van het hele lichaam. Daarna met twee andere stemvorken, met een geluidstrilling, boven bij mijn hoofd en later boven mijn voeten. De trilling gaf echt een hele fijne ervaring, een gevoel van thuiskomen.

Vervolgens kon ik tot mijn engel spreken, die eerst voor mij stond. Deze engel heeft mij tot nu toe begeleid met dit thema: 'Het niet durven uiten van mezelf'. Ik vertelde deze engel (engelbewaker) dat ik nu de verantwoording zelf kan dragen en dat zij achter mij kon gaan staan i.p.v. voren. Dat deed ze; ze wist al dat het ging gebeuren.

Daarna werden de stemvorken met de geluidstrillingen in een beweging van de lemniscaat (dat is een acht beweging) boven mijn hele lichaam bewogen en dit werd een tijdje herhaald. Dit was een fijne ervaring; ik voelde deze trilling heel fijn door mij heen gaan. Daarna werden de punten weer met de andere stemvorktrillingen afgesloten. Nu ging ik weer naar huis met huiswerk; Gemma zei: ontvang alle zegeningen en complimenten die je maar kunt krijgen de komende dag(en).

De derde dag, donderdag was ik weer bij Gemma. Nu gingen we het contract wijzigen; ze vertelde dat we naar het moment zullen gaan waarbij vermoedelijk dit probleem is ontstaan, dat kon ook al in levens hiervoor liggen . Via meditatie zou ik daar vanzelf terecht komen. Maar ook naar een meest recent moment in dit leven waar we terug naar zouden gaan.

Ik ging weer op de behandeltafel liggen en de punten op de polsen, sleutelbenen etc. werden weer geopend. Met het reizen terug in de tijd, kwam ik eerst bij het moment in dit leven, daar was ik meteen, wel heel raar want het moment was ik zelf alweer vergeten. Vervolgens gingen we verder terug in de tijd en kwamen we uit in een vorig leven, daar was ik ook meteen en nu werd ook alles meteen duidelijk. Het was even heel heftig, maar ook wel heel mooi dat je zo makkelijk naar dat moment kunt gaan.

Gemma zei, op een gegeven moment, dat ik er uit moest stappen, uit deze scene en ze begeleidde mij naar de ronde tafel waar je het levensplan maakt voordat je aan een leven begint. Daar zag ik twee van mijn begeleiders zitten en toen werd duidelijk wat ik wilde wijzigen. Gemma bracht mij weer terug naar dat moment van dat leven, maar nu zou het heel anders gaan lopen en zonder moeite veranderde dat leven helemaal. (Het is net als in een droom, als hij vervelend wordt verander je hem gewoon).

Toen leidde Gemma mij naar een moment waarbij ik voorheen last zou hebben gehad van mijn niet durven uiten en vroeg hoe ik mij nu voelde. Nou dat ging heel erg goed ik praatte volop, ik durfde vrij uit te spreken, ik durfde mezelf te zijn, ik kan haast niet meer stoppen met praten.

Vervolgens bracht Gemma mij naar de toekomst; nou en dat was weer toen ik in het weiland was, zo vrij als een vogel; ik danste en zong, oh dat was leuk! Moet ik mezelf nou eens zien: Ik moest er zo hard om lachen. Ik neem het allemaal veel te serieus; ik kom niet meer bij! Ik hoef me niet meer in te houden, ik hoef het niet meer onder controle te houden, dat heb ik niet meer nodig. Ik voel me als een klein meisje: Hupatee de lucht in springend.

Daarna werd ik terug in het nu gebracht en met de stemvorken werd alles weer afgesloten. Het was een heerlijke ervaring.

Nu een paar weken later ik kan het niet uitleggen; alles is nog meer gaan stromen; dat voel ik door mijn hele lijf gaan. Voor mij is het echt een wonder dat zo iets kan. Ik wil hierbij Gemma dan ook hartelijk bedanken.

Carla