

## Boomgeesten

Zoek een boom om mee te werken. Eik en Esdoorn zijn hiervoor bijzonder geschikt omdat zij een krachtige vriendelijke energie hebben.

Het is ook goed om te werken met andere bomen maar om te beginnen zou ik kiezen voor de Eik of de Esdoorn. Ga bij je boom zitten en ontspan. Probeer met je rug tegen de boom te leunen als het kan en laat je geest en lichaam ontspannen.

Voel de energie van de boom. Probeer de Aura te voelen of zelfs te zien. Open je geest voor de mogelijkheid tot communicatie met de boom, misschien niet in woorden, maar in gevoelens die diep in je geest vloeien.

Wat maakt de boom je duidelijk? Welke energie straalt zij uit? Als de energie goed voelt, wat zou moeten, laat jezelf dan opladen door de boom. Breng zo enige tijd door met de boom en zo mogelijk vaker, wanneer je maar kunt. Boom energie is voedend, langzaam en diep. Het is de Sjamaanse equivalent aan een "Radox bad" op meerdere manieren. Dit betekent natuurlijk dat dit de perfecte manier is om stress uit je leven te bannen. Als je zelf een boom in je omgeving hebt probeer dan zoveel mogelijk tijd door te brengen in zijn energie om je stress kwijt te raken, probeer het en zie het resultaat.

Vergeet niet de boom te bedanken voor het mogen zitten in haar energie en een klein geschenk voor de boom achter te laten. Dit kan een snuffje kruiden zijn, een stukje koek of iets dergelijks. Op deze manier help je jezelf om bewust te blijven van de energie, "wie zaait zal oogsten".

De natuur probeert op ieder moment met jullie te communiceren