

Intuïtieve ontwikkeling: Readen eigen tekening

1 Maak een tekening, spontaan, bijvoorbeeld na aanleiding van een visualisatie, droom, innerlijk gevoel of beeld.

2 Ga rustig bij de tekening zitten en maak je hoofd leeg, bijvoorbeeld door een korte ontspanning, je kruin(chakra) open te zetten, of door je hogere zelf te vragen je te leiden in het readen.

3 Kijk dan eerst eens naar de hele tekening. Wat valt je op? Wat zie je, wat voel je, wat denk je erbij? Misschien valt je iets op aan hoe het was om de tekening te maken? Maak hier notities van.

4 Dan ga je inzoomen op bijvoorbeeld een aspect dat opviel. Je stelt jezelf weer vragen over wat je ziet, voelt, denkt. Ook hiervan mak je notities.

5 Laat je blik als vanzelf langs de tekening gaan, volg je blik, waar trekt die naar toe? Wat zie, voel en denk je hierbij?
Misschien 'zie' je ondertussen verbanden, tegenstellingen of opvallende reeksen?
Misschien 'zie' je ook parallellen met thema's uit jouw leven? Maak hier ook notities van en neem de tijd om de inzichten tot je door te laten dringen en door te voelen.

6 Kijk dan nog eens naar de hele tekening. Zit er nog meer informatie in? Wat zegt alle verzamelde informatie jou, over jouw leven nu? Maak er een soort 'slotadvies' aan jezelf van. Noteer dit ook.

Misschien heb je behoefte om iets aan de tekening te veranderen of zelfs een nieuwe tekening te maken? Doe dit dan (of op een later tijdstip) en je kunt het readingsproces daar weer op herhalen.

7 Tips:

Laat de informatie spontaan tot je komen. Je hoeft niets te 'bedenken' maar keur ook niets af. Vertrouw erop dat de ingevingen precies de juiste informatie voor jou bevatten op dit moment.

Als je informatiestroom stopt, kan je de tekening even wegleggen (kan ook in het zicht) en, zodra het goed voelt, er later weer mee verder gaan.

Ook tijdens het readingsproces helpt het soms om even stil te staan, te voelen en te wachten tot er iets nieuws in je opkomt.

Veel intuïtief plezier!