

# Kringloop Openen bij partner

**Vorbereiding student:** Zorg dat de student ontspannen is. Doe bijvoorbeeld even innerlijke glimlach en zorg dat zijn aandacht in de Tan Tien is. Laat de student het liefdeslicht naar binnen brengen in de Tan Tien. Laat hun de tip van de tong tegen het verhemelte houden. Vraag dat je hen lichaam mag aanraken, de navel, het staartbeentje, de ogen. Vraag dat ze lenzen dragen.

**Vorbereiding begeleider:** Je lichaam is zuiver en je voelt je eigen kringloop. Was je lichaam met groen en blauw licht. Vul je lichaam met paars/violet licht.

**Stap 1:** Activeer het Tan Tien vuur en het nier voor. Zet je handen voor de navel en achter de Ming Men van de partner en straal van voor naar achter, door de navel naar de Ming Men.

**Stap 2:** Vraag de partner aandacht te brengen in het perineum, energie gaat van de Tan Tien naar het perineum. Eén hand is boven het hoofd en de andere hand is onder het perineum en voel de verbinding. Stuur energie van onder naar boven. Voel het staartbeen en strijk van daar naar boven en tap op het sacrum. Dit kan je een paar keer herhalen om het goed te openen.

**Stap 3:** Van het sacrum ga telkens naar boven strijken, je neemt energie mee en tap op de poorten van de kringloop: Sacrum, Ming-Men (L2-L3), T11, T5, C7, Occiput en de kruin. Telkens strijk je naar boven en sla op de poort en dit doe je een drie tal keer. Spiraal boven het hoofd en begeleid de energie naar het derde oog.

**Stap 4:** Breng één hand op de schedelbasis en de breng de duim en middenvinger van de andere hand op de neusbrug. Duw de vingers naar de ogen en breng de wijsvinger op het derde oog. Verbind met het Occiput.

**Stap 5:** Open het derde oog met de zwaardhand.

**Stap 6:** Open de kringloop verder naar beneden van het derde oog door het keelcenter, het hartcenter, de zonnevlecht en de navel.

**Stap 7:** Circuleer nu energie in de kringloop, begeleid de energie met je handen, volg goed de contouren van het lichaam.