



Communiceren met dieren **WERKBOEK**

Hartenergie, De taal van het hart

Les 1, de taal van het hart

Als kind zien we dieren als onze gelijken, we spreken de zelfde taal en communiceren van hart tot hart.

Waar zelfs wetenschappers het over eens zijn, alles is opgebouwd uit energie. Onze gedachten bepalen de energie die we uitstralen.

De taal van het hart is een universele taal die we allemaal gemeen hebben. Je moet alleen wel je hart willen en durven openen om deze taal van een ander wezen te kunnen verstaan. Het is net als met de radio, er zijn verschillende frequenties en je moet de radio op de juiste frequentie afstemmen om te kunnen horen wat er gezegd wordt.

Wanneer we ons hart openen en afstemmen op de hartenergie, hebben we geen woorden meer nodig om te horen wat onze harten zeggen.

Het heeft tijd nodig om de taal van het hart en de hartenergie te trainen maar wanneer je er niets meer mee doet is ze helaas ook zo verdwenen.

Les 2 meditatie en hartcoherentie

Om je intuïtie goed te kunnen ontwikkelen is het belangrijk dat je zowel geestelijk als lichamelijk leert ontspannen. Wanneer ons lichaam gespannen is en er allerlei gedachten door ons hoofd spoken zijn we niet in staat om goed te luisteren.

Om ons hart open te zetten en van hart tot hart te communiceren is het belangrijk dat we goed gegrond of geaard zijn.

Wanneer wij met een dier willen communiceren of een dier willen helpen is het belangrijk om zelf goed gegrond te zijn. Wanneer de eigenaar van een dier niet goed gegrond is, kan dat gedragsproblemen geven. Zo kan een dier bijvoorbeeld angstig of juist extra waakzaam worden.

Wanneer we beter naar onszelf luisteren kunnen we ook beter naar de ander luisteren

Onze hartslag wordt bepaald door onze gedachten, emoties én onze ademhaling. Zorgen en stress doen onze hartslag versnellen en maken dat er geen evenwicht is tussen spanning en ontspanning. Via onze ademhaling kunnen we niet alleen ons hartritme maar ook onszelf opnieuw in evenwicht brengen. Door te mediteren en ademhalingsoefeningen te doen, wordt het hartritme gelijkmatiger waardoor het lichaam minder stresshormonen aanmaakt.

Aan de prestigieuze Harvard University doen ze al meer dan 12 jaar onderzoek op gebied van geluk en positieve psychologie. Een belangrijke uitkomst van een van de onderzoeken is dat meditatie en hartcoherentie ervoor zorgt dat gedeeltes in je hersenen die te maken hebben met geluk en positiviteit groeien. De gedeeltes in je hersenen waar stress en onrust zitten, worden juist kleiner.

Les 3 Gronden (oefening)

Door deze meditatie regelmatig te doen, leer je hoe je sneller en gemakkelijker in je hartenergie komt. En dus gemakkelijker van hart tot hart contact met dieren maakt.

Schrijf hier op wat er goed ging, wat je nog moeilijk vond en wat eventueel verbeterpunten zijn.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

*Wanneer we beter naar
onszelf luisteren kunnen
we ook beter naar
de ander luisteren*

Les 4 Snel gronden (oefening)

Wanneer je gevraagd wordt om op locatie een reading te doen, dan is het niet altijd mogelijk om je zittend op een stoel te gronden en voor te bereiden zoals bij een fotoreading. Je kunt dan eventueel van te voren deze oefening staand doen. Maar ook wanneer je bijvoorbeeld van jezelf een beweeglijk persoon bent, kan het zijn dat deze manier van gronden veel beter bij jou past. Dus zoek een plek waar je de ruimte hebt om deze oefening uit te voeren.

Naar mate je je meer bewust wordt van dit gevoel, heb je later vaak al aan een paar keer diep in en uit ademenen genoeg om je te gronden. Uiteindelijk wordt dit je natuurlijke staat van zijn en staat je hart open, zeker wanneer je met dieren werkt.

Schrijf hier op wat er goed ging, wat je nog moeilijk vond en wat eventueel verbeterpunten zijn.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Les 5, Hoe komt de boodschap?

Telepathisch contact kan op verschillende manieren tot stand komen; door emoties, lichamelijk gevoel, beelden, gedachten, of geuren. Er zijn geen beperkingen. Sommige mensen krijgen woorden of geluiden, anderen ruiken geuren, anderen krijgen honger of worden misselijk, weer anderen voelen angst of de opwindings van het dier door het bonzen van het eigen hart. Er zijn mensen die

het verdriet van het dier voelen doordat ze tranen in de ogen krijgen en sommige mensen zeggen dat ze gewoon weten wat het dier zegt. Soms gaat de communicatie zo snel dat je er over moet nadenken hoe het gebeurde.

Ieder mens heeft zijn eigen manier van contact maken. Als jij verbaal gericht bent, ontvang je de boodschappen waarschijnlijk in woorden of zinnen. Wanneer je een gevoelsmens bent, is de kans groot dat je veel gevoelens van het dier oppikt omdat jij deze sneller herkent. En wanneer je visueel ingesteld bent, zijn het waarschijnlijk beelden die je doorkrijgt. Mensen die met gezondheid bezig zijn, krijgen vaak de boodschappen over lichamelijke disbalans. Je zal het ongemak van het dier kunnen voelen in je eigen lichaam. En als je spiritueel ingesteld bent krijg je waarschijnlijk inzichten binnen. Dat betekent niet dat we de andere boodschappen niet binnenkrijgen maar dat komt omdat we de dingen die bij ons passen sneller herkennen.

Het dier vertelt wat jij aankan om te begrijpen, iedere “dierentolk” heeft zijn eigen specialiteit.

Les 6, Droomreis meditatie (oefening)

Geleide droomreis meditatie om te leren luisteren naar je onderbewustzijn
We beginnen met aarden / gronden en gaan dan samen via een geleide meditatie op reis om te luisteren naar ons onderbewustzijn. In deze droomreis gaan we oefenen en contact leggen met een dier. We gaan kijken en oefenen hoe de boodschappen binnenkomen; in beelden, geluiden, geuren, een helder weten, emoties of lichamen in een gevoel.

Neem nu even de tijd om alles wat je ervaren hebt op te schrijven zodat je voor je zelf nog eens kunt teruglezen welke boodschappen je binnenkreeg, wat goed ging, wat je nog moeilijk vond of wat verbeterpunten zijn voor een volgende keer.

*Geef jezelf toestemming
om te falen, dat hoort
bij het leren!*

Les 7, tips en veel oefenen

Het is heel normaal dat je in het begin nog wat onzeker bent. Maar wanneer je oefent ga je steeds meer ontdekken wat voor jou het beste werkt en zul je merken dat je op den duur op verschillende manieren de boodschappen binnenkrijgt. Wees in het begin dus vooral blij en dankbaar met het contact wat je krijgt en wees niet te streng voor jezelf. We kijken vaak naar waar we willen zijn maar de reis er naar toe is net zo belangrijk. In het begin kun je voor jezelf in een schriftje schrijven wat goed ging, je zal dan merken dat de lijst steeds langer wordt.

Een profvoetballer heeft misschien wel meer talent dan een ander maar ook hij moet hard trainen om aan de top te blijven. Als hij niet traint en niets met zijn talent doet, gaat dat talent verloren. Iemand met minder talent kan ook de top behalen maar moet er net iets harder voor werken dan degenen met het talent. Maar dat betekent niet dat je er met de juiste instelling en hard werken niet kan komen.

[illegible]

Les 8, Contact leggen via foto

Wanneer je contact legt met een dier vanaf een foto, zorg dan dat je altijd toestemming hebt van de eigenaar.

Ik wil zelf altijd graag minimaal 2 foto's van het dier. 1 waarop de ogen goed te zien zijn, of in ieder geval 1 oog en een foto waar het hele dier op staat. Daarnaast vraag ik leeftijd, geslacht en zoveel mogelijk informatie als nodig is om de eigenaar de antwoorden te laten krijgen waarnaar hij op zoek is.

Stap 1; mediteer of doe een ademhalingsoefening, kom tot rust en zet je gedachten uit

Stap 2; ga naar de plek in je hart waar je liefde voelt, ga naar je hartenergie

Stap 3; stel je voor aan het dier en vertel waarom je contact wil maken

Stap 4; stel je vragen

Stap 5; bedank het dier

Stap 6; kom weer terug in het hier en nu

Stap 7; schrijf je ervaring in een schriftje



Les 9, Je eigen dier

Bij je eigen dier moet je het onderscheid maken tussen wat je weet en wat je denkt dat je dier je vertelt. Het bewustzijn van het dier waarmee je communiceert wordt (tijdelijk) jouw bewustzijn, zijn gedachten worden jouw gedachten. Hierdoor komt het dat je in het begin het gevoel kunt krijgen dat je het allemaal verzint, dat jij zelf de gene bent die de antwoorden geeft.

Wees bereid om onbevooroordeeld te ontvangen, ook al snap je soms niets van de dingen die je doorkrijgt. Bij telepathisch communiceren is vertrouwen hebben en geloven dat je het kunt, het belangrijkste. Sta open voor het contact.

Les 10, Veel gestelde vragen bij een reading

Veel gestelde vragen zijn; Is mijn dier gelukkig? Heeft mijn dier pijn? Waarom vertoont mijn dier dit probleem / gedrag? Hoe kan ik dit probleem / gedrag verminderen?

Maak het jezelf niet te moeilijk en beperk het aantal vragen van de eigenaar tot 4 à 5.

Natuurlijk is het heel begrijpelijk wanneer iemand vragen heeft over de gezondheid van zijn of haar dier. Maar het stellen van een diagnose is alleen voor dierenartsen weggelegd. Wij zijn geen dierenarts, maar het dier zelf ook niet. Het dier kan wel aangeven waar het pijn, jeuk of ongemak heeft maar kan er zelf geen ziekte aan koppelen. Je kunt dus alleen doorgeven wat je van het dier doorkrijgt. Je kan dus wel vertellen dat je doorkrijgt dat het dier jeuk heeft maar of het om een schimmelinfectie, vlooiën, luizen of mijten gaat, dat is aan de eigenaar en eventueel dierenarts om uit te zoeken.

*Het dier vertelt wat jij aankan om
te begrijpen, iedere “dierentolk”
heeft zijn eigen specialiteit.*

Les 11, Contact leggen via foto reading kip Suus

Dan gaan we contact maken met Suus. Dit is kip Suus, een meisje, geboren in 2019. Ik als eigenaresse zou graag willen weten hoe Suus zich voelt, of ze een blijde kip is en wat ze het liefst eet.

Pak dan je aantekeningenschrift erbij en kijk of je met het contact met Suus in gedachten, een verhaal van kan maken wat de eigenaar kan begrijpen. Of je kunt vertellen hoe Suus zich voelt, of ze een blijde kip is en wat ze het liefste eet.



Les 12, Fotoreading pony Harrie

Dit is Harrie, geboren in 2007, een ruin (gecastreerde hengst). Harrie is mijn pony en er zijn een paar dingen die ik van Harrie zou willen weten. Harrie heeft wat tegenslag gehad met zijn hoeven daarom zou ik graag willen weten of hij nog lichamelijke beperkingen of pijn heeft. En ik ben benieuwd welke activiteiten Harrie leuk vindt om te doen.



Dier; Pony

geb. datum; 2007

geslacht; ruïn (gecastreerd)

Wat zijn verbeterpunten:

Wet heb je geleerd:

Wat doe je volgende keer anders:

*Stop je ego in de kast en
ervaar wat er allemaal
mogelijk is wanneer we ons
hart voor de dieren openen*

Les 13 Reading van een dier in levende lijve

Door het oefenen op foto's weet je al een klein beetje wat je kunt verwachten en hoe je boodschappen binnenkrijgt of herkent. Soms is het al lastig genoeg om iemand die dezelfde taal als ons spreekt te begrijpen, je bent nu een andere taal aan het leren. Wees realistisch in je verwachtingen, leren kost tijd en veel oefenen.

Ik neem je weer stapje voor stapje mee;

Stap 1; Ga met het dier naar een rustige plek. Als je thuis bent, neem je het dier mee naar een rustige kamer waar je rustig kunt gronden, mediteren en ontspannen.

Stap 2; Nodig het dier uit om samen met jou stil te zijn. Stel het dier op zijn gemak door zachtjes en rustig tegen hem of haar te praten en het te aaien.

Stap 3; Zoek je stiltepunt. Sluit je ogen en doe je ademhalingsoefening. Voel hoe je in je hartenergie komt. Dan doe je je ogen langzaam open maar houdt ze halfgesloten zodat je blik zacht is.

Stap 4; Als je in je hartenergie zit, vraag je het dier “Wil je met mij praten?” Meestal krijg je dan een positieve reactie. Dit kan op allerlei manieren, het kan zijn dat je het voelt of hoort maar ook dat het dier een knikje met zijn hoofd geeft.

Stap 5; Maak vanuit je hartenergie contact van hart tot hart. Zet de deuren van je hart open voor het dier. Voel de energie van het dier voor je. Hoe voelt het dier zich? Laat alle indrukken die je van het dier ontvangt rustig bij je binnenkomen.

Stap 6; Stel je vragen vanuit je hart. Als je van hart tot hart contact hebt gemaakt, kun je het dier vragen iets over zichzelf te vertellen. Je kunt het dier laten praten maar je kunt het dier ook gerichte vragen stellen.

Stap 7; Luister, vertrouw en geniet. Al je je vraag naar het dier hebt verzonden, wacht dan geduldig, open en ontvankelijk op zijn of haar antwoord. Aanvaard de antwoorden, in welke vorm ze ook mogen binnenkomen. Wanneer je een antwoord hebt gekregen, bedankt je het dier voor het contact.

Stap 8; Schrijf op wat je allemaal ervaren hebt.

Je bent een vreemde taal aan het leren en dat vergt oefening voor je de nieuwe taal vloeiend spreekt. Gun jezelf de tijd om deze nieuwe taal te leren.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on its right side, suggesting it's resting on a surface. There is no handwriting or other markings on the paper.

*spiritualiteit is leven vanuit
je hart met de voeten
op de grond.*

Les 14, live reading Skippy

We hebben eerder al een fotoreading van Skippy gedaan dus als het goed is herken je de energie van Skippy. Zo kun je voor jezelf het verschil voelen tussen een fotoreading en een live reading.

Pak na de reading je schrift en schrijf eens voor jezelf op hoe dit voor jou voelde?
Waren er dingen die goed gingen? Waren er dingen die je nog moeilijk vond?
Wat zou je een volgende keer anders doen? En wat heb je geleerd?



Datum;

Dier; Kat geb. datum; 2004

Naam; Skippy geslacht; poes (gesteriliseerd)

Bijzonderheden; _____

Vragen eigenaar;

Verslag;

Wat ging goed; _____

Wat zijn verbeterpunten; _____

Wat heb je geleerd; _____

Wat doe je volgende keer anders;

Les 15,

Soms kan het ook zijn dat het baasje de boodschappen die je vertelt niet direct kan plaatsen. Het kan zijn dat het dier het nog niet aan het baasje heeft laten zien of dat het baasje het nog niet bewust opgemerkt heeft. Het kan ook zijn dat je dingen aanvoelt die nog in ontwikkeling zijn, die nog duidelijk moeten gaan worden de komende periode.

Denk niet dat je je moet vasthouden aan het vragenlijstje, voel je vrij om te ontdekken wie het dier in wezen is. In het begin kunnen de gesprekken wat korter zijn maar naar mate je vaker oefent zul je merken dat je het contact langer kunt vasthouden. Het kan ook zijn dat het dier het contact verbreekt wanneer het goed is geweest.

Er kunnen dingen zijn die op dat moment niet duidelijk zijn. Maar wanneer je later alleen en ontspannen bent kun je je aantekeningen er nog eens bij pakken om te zien of het verhaal dan duidelijker wordt.

Wanneer je een live reading doet mag je gerust het dier aanraken en voelen wat er onder je handen gebeurt. Misschien voel je op sommige plekken verschil in temperatuur of voel je spanning en ontspannen gebieden onder je handen. Of vindt je het prettig om je handen iets van het lichaam af te houden om zo het energieveld van het dier te voelen. Laat gebeuren wat er gebeuren mag en doe het op een manier die voor jou en het dier prettig voelt en bij jou past.

Stop je ego in de kast en ervaar wat er allemaal mogelijk is wanneer we ons hart voor de dieren openen

Les 16, Maak het persoonlijk en afsluitende helende meditatie

Hoe je de boodschappen van het dier aan de eigenaar overbrengt is ook afhankelijk van wat bij jou het beste past. Ook kun je jouw persoonlijkheid toevoegen aan een reading. Als je kaarten legt, reiki of healing geeft, gebruik het gerust om je reading af te sluiten. Dat maakt jouw reading extra speciaal en persoonlijk en dat onderscheid jou van anderen.

Wanneer je niet bekend bent met het geven van een healing, neem ik je mee in een helende meditatie waarin we liefdevolle krachtige energie naar het dier sturen.

En als je wil, schrijf dat in je schrift wat je ervaren hebt.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's resting on a surface.

Copyright

Petra Silberberg

Online cursus Communiceren met dieren

© 2021

Uitgegeven in eigen beheer

www.paardennatuurlijk.com

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van PaardenNatuurlijk.