



# AGAPHE VOOR BEWUSTWORDING SPIRITUALITEIT & GEZONDHEID

## Nieuwskrant voor de maand oktober 2015

Spreuk van de maand:

**Iedereen is van de wereld, en de wereld is van iedereen...**

\*\*\*\*\*

*Lieve lezers, veel plezier bij het lezen van deze nieuwskrant*

\*\*\*\*\*

*Er is veel informatie over bewust worden, geschikt voor de leerling als de meester. Deze rollen zijn subjectief, daarom... de Agaphe nieuwskrant is voor iedereen. [Dit deel wat je apart kunt aanklikken](#) is een extra deel in de nieuwskrant wat een eigen publiek heeft.*

*Wij geven de informatie door en het is aan jou om hier je eigen gedachte over te laten gaan en te doen besluiten of je deze teksten wilt lezen en bij je past.*

**Haal uit de nieuwskrant wat goed is en past bij jou.**

\*\*\*\*\*

**In deze nieuwskrant kun je de volgende artikelen lezen:  
Allerlei activiteiten:**

*Thema Wandeling over het strand Zelfhelend vermogen stimuleren*

[een link](#) - activiteiten kalender van Agaphe

[een link](#) - Project 7 blad

[een link](#) - Bijzondere documentaire over genezing langs geestelijke weg met Bruno Gröning

**Verzamelde nieuwsberichten:**

[een link](#) - *Waarom zou je je bezighouden met bewustworden?  
" Nieuwe ervaringen om te delen deel 1 "*

[een link](#) - *Oproep: Hoe verder...*

[een link](#) - *Een wijze man*

[een link](#) - *Charlie Chaplin*

[een link](#) - *Een verhaal over boeddha en toen filosofen van India...*

[een link](#) - *Channeling van de Week (40) Vertrouwen door Ranjana*

[een link](#) - *Uit de nieuwsbrief van Vera Helleman*

[een link](#) - *Door Taco Oosterkamp*

**Voeding Sup-lement:**

[een link](#) - *Zelf tijmsiroop maken*

**En verder:**

[een link](#) - *Interessante websites, weetjes en mooie extraatjes*

\*\*\*\*\*

## **Thema Wandeling over het strand Zelfhelend vermogen stimuleren**

Dit thema behandelt het **Anders Kijken naar Genezing** tijdens 5 wandeldagen.

1 Ga door je emotie heen, vraag hier zo nodig hulp bij.

*Welke rol hebben emoties en welk effect hebben ze op een ziekte.*

2 Accepteer wat nu is, dit is nu met al je kwalen en gebreken.

*Kun je vanuit de derde persoon jezelf zien, ervaar de strijd laat het zijn en je wordt opgenomen in het nu waarin de strijd verdwijnt.*

3 Kijk naar je denken, je situatie, je omgeving.

*Wat krijg je gespiegeld, hoe zit het met oordelen en veronderstellingen?*

4 Leef in het nu.

*Vanuit het nu kun je gaan omdenken, op dit inzicht zal je lichaam reageren en is straks het resultaat zichtbaar. Vandaag creëer je je nieuwe ik voor morgen. Ben je bewust wanneer je je pijnlichaam voedt.*

5 Hoe nu verder?

*Zoek die personen op die je voeden en sta in je kracht om nee te zeggen, maar ook om hulp te vragen.*

### **De wandeling kan op aanvraag verzorgd worden**

Kijk op de website [www.lifecoach4me.nl](http://www.lifecoach4me.nl)

*Het leven is een reis, het kan opluchten om persoonlijke ervaringen te delen tijdens deze reis. Je hoeft niet alleen te reizen, er zijn veel ervaringsdeskundigen. Laten we elkaar ontmoeten en op weg helpen door ervaringen uit te wisselen tijdens de wandeling.*

Voor meer informatie:

Joke Oosterbeek 06-44993248

Marcel Oosterbeek 06-44993240

*Wat is een lifecoach*

*Een lifecoach heeft een opleiding gevolgd in vragen stellen, die je bewust maken van je eigen proces.*

*Dus ook; Wat is de vraag die ligt onder de vraag die je stelt en ben je dat bewust.*

*Door verschillende oefeningen, kun je beter in je kracht komen staan. Maar ook kun je enkele Methodes meekrijgen wanneer je deze nodig heb je deze dan kunt inzetten, je lichaam herkent deze dan direct.*

\*\*\*\*\*

*Deze krant wordt in de loop van de eerste week van elke nieuwe maand verzonden.*

*Het kan zijn dat, voordat de nieuwskrant verstuurd wordt, een activiteit*

*wat wel in de agenda van de website staat, al voorbij is op het moment dat de nieuwskrant wordt verstuurd.*

**De agendapunten in elke nieuwskrant zijn een extra herinnering.**

**Houd daarom onze Agaphe kalender in de gaten.**

**Naar [de Agaphe kalender!](#)**

**Wandeling over het strand met aanwezigheid van een life coach op aanvraag met Marcel en Joke Oosterbeek**

Joke Oosterbeek 06-44993248  
Marcel Oosterbeek 06-44993240

**De bijdrage is €5,- per persoon, inclusief koffie of thee.**

*Past jouw activiteit binnen ons concept, dan plaatsen wij deze kosteloos in onze agenda. Stuur een mail en geef dan duidelijk aan dat je van deze mogelijkheid gebruik wilt maken. Omschrijf de activiteit, meld de datum, plaats en bijdragen. Stuur deze mail naar: [spirituelestichtingagaphe@gmail.com](mailto:spirituelestichtingagaphe@gmail.com)*

*Zorg dat de tekst goed samengevat wordt aangeleverd zodat deze één op één kan worden overgenomen in de agenda. En heel belangrijk: zorg dat de informatie voor de nieuwskrant is aangeleverd voor de 25-ste van de maand.*

\*\*\*\*\*

**Overzicht Gezond Verstand Avonden**

Voor een volledige agenda en meer informatie: [www.gezondverstandavonden.nl](http://www.gezondverstandavonden.nl)

**Informatie Project 7- blad**

*Anneke Bleeker heeft het concept Gezond Verstand Avonden doorgegeven en houdt zich nu bezig met Project 7-blad. Opgezet als studiegroep, komen er op verschillende plekken meer groepen bij en zijn nu voor alle geïnteresseerden toegankelijk.*

Project7-blad heeft als doel in korte tijd veel informatie te verspreiden over eetbare wilde gewassen en andere zaken die passen bij natuurlijk leven, gezonde voeding, verantwoord tuinieren en de natuur eren.

Ook kun je zelf gastvrouw of gastheer worden van een groep die minimaal eens in de twee maanden bij elkaar komt waar men kennis deelt, natuurlijke producten maakt en/of samen gaat kokkerellen.

De kosten voor de middagen zijn altijd €10,00 om de onkosten te dekken.

De kosten van materialen die moeten worden aangeschaft worden gedeeld door de leden van de groep, deze worden betaald aan degene die het onderwerp begeleidt, kostprijs dekkend is voldoende. Per keer verzorgt ieder iets lekkers voor de middag.

Gezellig samen verder komen in de wereld van gezonde onderwerpen.

Zie: [www.project7-blad.nl](http://www.project7-blad.nl)

Wil je ook naar een groep komen dan kan je mailen naar [anneke@project7-blad.nl](mailto:anneke@project7-blad.nl)

Aanmelden voor de maandelijkse nieuwsbrief: [marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl](mailto:marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl)

Hierin staan de locaties en onderwerpen vermeld.

\*\*\*\*\*

## **Bijzondere documentaire over genezing langs geestelijke weg met Bruno Gröning**

De documentairefilm 'Het fenomeen Bruno Gröning' wordt in 24 landen vertoond. Meer dan 50 getuigen vertellen over buitengewone genezingen en gebeurtenissen, tijdens het leven van Bruno Gröning (1906-1959). Originele film- en geluidsdocumenten, archiefmateriaal, groots opgezette speelfilmscènes en de basis van zijn eenvoudige leer zijn in de film verwerkt. Wereldwijd berichten toeschouwers ook over genezingen.

### *Verhalen van toeschouwers*

*Marion N., München*

*Een zeer indrukwekkende film, die toont, dat de verbinding tot God zo veel genezing bij ons als mens kan bewerkstelligen. God is het leven, - God is de liefde. God is zelferkenning. Teleurstellend is de tegenwerking ten opzichte van Bruno Gröning, ofschoon hij toch alleen het goede wilde.*

*Jana P., Bad Bevensen*

*Op 5 oktober zag ik de film. Nog steeds, dagen later, ben ik zeer onder de indruk en ontroerd over het verhaal Bruno Gröning. De film heeft een hoog moreel gehalte, rijk en arm zonder onderscheid, op de voorgrond de mens als mens, eerlijkheid, .. Ik ben gefascineerd door meneer Gröning, van alle mensen, die hij hielp, die hem sympathiek vonden... Grote waardering heb ik ten opzichte van de verhalen en hoop, dat de erfenis van hem steeds zal blijven bestaan.*

*Tina S., Potsdam*

*Door de film is mij de mens Bruno Gröning heel dichtbij gekomen, ... In het bijzonder is mij zijn totale liefde voor alle wezens opgevallen. Ook is mij nog eens heel duidelijk geworden, hoe egoloos deze mens was. Ik heb vaker een sterk kriebelen in het lichaam gevoeld en had achteraf enige tijd nodig, om weer tot mij zelf te komen. Energetisch was de film zeer intensief voor mij. Bovendien: Alle hoogachting voor de "makers" van de film.*

*Miriam V., Wenen*

*Er op attent gemaakt, nam ik tijdens de filmvoorstelling een open lichaamshouding aan en voelde daadwerkelijk de hele tijd kriebelen in de handen, daarna in het hele lichaam. Ik voelde trekken in de pijnlijke lichaamsdelen en had het gevoel alsof er in mijn lichaam iets in evenwicht komt. Ik heb dubbelzijdige scoliose en daardoor pijnen in de wervelkolom. Nu niets meer. Ik was door deze film zeer diep onder de indruk. Ook nu nog laat ik de genezende energie door mij stromen. ... Ik zal de film in ieder geval verder aanbevelen.*

De filmvoorstelling (in 3 delen, incl. 2 pauzes) is op **zondag 13 december** om **14.00 uur** in het Nivon Centrum, **Dirk Smitsstraat 76, 3031 XE, Rotterdam**. Bereikbaar met tram 7 en 8 en bus 38, halte Noorderbrug.

*De toegang is gratis, er wordt een gift gevraagd.*

De organisator is de Bruno Gröning-Vriendenkring/ Kreis für natürliche Lebenshilfe e.V.

Reserveren en informatie via tel. 010-4612334 of via [www.bruno-groening-film.org](http://www.bruno-groening-film.org)

De film wordt ook in Amsterdam, Delft, Arnhem, Sneek en Tilburg vertoond.

Evenement op <http://www.dagvandeduurzaamheid.nl/>

\*\*\*\*\*

*Verzamelde nieuwsberichten*

\*\*\*\*\*



## Waarom zou je je bezighouden met bewustworden?

### Persoonlijk:

Het bewustworden van je eigen doen en handelen is soms zeer confronterend. Het maakt wel dat ik meer facetten van mezelf heb ontdekt.

Durf ik eerlijk naar mezelf te kijken en te luisteren naar de stem van mijn ziel?

**De wereld om je heen:** Er is veel informatie in de wereld om ons heen. Welke informatie neem je tot je? Ik merk zodra ik afstand neem en de situatie overzie, ik vaak twee stromingen herken die twee zijden zijn van dezelfde medaille. Wat wil zeggen dat wij op de ervaring een oordeel plakken of iets goed of slecht is, gezien vanuit onze belevingswereld. Als we beide oordelen samenbrengen, wat ons tot een dieper inzicht kan brengen als we ervoor open staan en of we links om of rechts om we op hetzelfde pad uitkomen.

### Nieuwe ervaringen om te delen

deel 1

*Wat weten we nu echt?* Weer zo'n vraag die regelmatig oppopt, nu na het schoonmaken van het drinkbakje van onze beestjes. Smurf maakt er een gewoonte van om het drinkbakje te gebruiken als wc. Of zal het te maken hebben met de rangorde waarbij hij zijn geur achterlaat? Hoe dan ook, ik ga aan de slag en bedacht dat ik met bakingsoda dit misschien en beter en met een natuurlijk middel kan schoonmaken.

Nu ben ik nog steeds een op zoek naar een goed voor mij werkend middel voor in de vaatwasser. Kwam ik op internet een recept tegen met o.a. bakingsoda en citroenzuur. Met citroenzuur (is dit wel zo natuurlijk?) in huis dacht ik met het recept in mijn achterhoofd, dat het bakje wel heel schoon zal moeten worden.

Tijdens het strooien van het citroenzuur, kreeg ik gelijk een onderbuik gevoel, weet je nog?? Oh ja, ik gebruikte deze combinatie in de wc en het begon te bruisen nadat het in contact kwam met het water. Weer even logisch nadenken: wanneer je een zuur en een base bij elkaar brengt reageert dat. En was mijn conclusie dat bakingsoda reageert met citroenzuur en dus dat geen effect zou hebben op het vuil.

En inderdaad, ik gooide het water weg en er bleef een vuile rand van de urine zichtbaar. Ik pakte een spons en wilde al hard boenend deze schoon gaan maken. Ik raakte de bodem nog maar net en met één veeg blinkte de bodem me al tegemoet: Wat was het onderbuik gevoel... Voor mij was dat, let op... en wat ik verwachtte gebeurde dus niet. Zelfs: Juist niet!

En misschien is dit scheikundig eenvoudig te verklaren maar deze les heeft mij op meerdere niveaus geraakt:

Er werken onbewust meer energieën op elkaar in of voor elkaar waar we bewust geen weet van hebben.

Waar ik ook zo blij van word, *wat ik van binnen al weet en dit uitkomt*, maar ondertussen heb genegeerd en er met mijn hoofd een draai aan heb gegeven. Waar ik jaren terug, ik heb niets met tijd, maar het moment van de ontdekking staat mij helder voor de geest, na een fietstocht door de duinen in Callantsoog aan kwam, ik een raar plekje op mijn been aantrof. Het leek op een bloedblaar maar ook of er iets in mijn huid zat wat ik er niet uit kon drukken.

Vanaf dat moment ben ik wel gaan opletten of er een rode ring zichtbaar zou worden. Het korstje heb ik later weggehaald waar een rare plek overbleef. Is wat is, ik had er geen last van. Tot voor kort ik eenzelfde plekje op de muis van mijn hand aantrof. Eerst schonk ik hier geen aandacht aan, al had ik al wel de link met het plekje in mijn been gelegd. En toen ik het korstje kon verwijderen zag ik een zwart haakje, of zal het een pootje zijn geweest? Toen ben ik gelijk gaan googelen en zag foto's van nimfen (voorstadia van een teek) en een foto na een teken beet. Tja, toen kon ik er niet om heen. Heel gek misschien, maar ik voelde een soort van dankbaarheid, dat ik ergens op gewezen moest worden waar ik aan voorbij ging. Maar ook besepte ik dat alle kleine klachten, verschillende zaken afkomstig kunnen zijn.

Kan komen van amalgaan (als ik deze informatie mag geloven), van een B12 tekort, naar aanleiding van de beet van een teek en zo kan ik nog wel even doorgaan. Ik kan alles geloven wat ik wil en ik creëer mijn eigen toekomst. Door wegduwen wat ik niet wil, krijgt het aandacht en zal zich uiten, hier geloof ik heilig in.

Ik laat de klachten zijn en concentreer me op wat er op dat moment nodig is, zie ik minder helder, wat wil ik niet zien? Klachten met de huid, de grens van mijn ik naar buiten toe, wat wil dat zeggen?

Na een fijn gesprek met mijn huisarts, weet ik dat ik daar terecht kan en me daar begrepen voel in hoe ik denk.

Meer en meer is mij duidelijk wat de uitspraak: je creëert je eigen wereld, inhoudt.

*Voelde een passie* wilde een plan uitwerken, zag beren op de weg en de passie vervloog. Dan zie ik links en rechts delen van het plan ontstaan. Er ontstaat een frictie: waarom zij wel en ik niet? Tot ik beseft dit hoort ook bij de creatie. Wie het uitvoert maakt niet uit, de energie hangt in de lucht en ik heb mede gecreëerd door aandacht aan de energie te geven. Een ander heeft het opgepikt en is het gaan uitwerken.

*Oppassen bij de kleinkinderen.* Zomaar een extra dag invallen, ze zijn herstellende van een virus, en is het met oma net iets fijner dan op het kinderdagverblijf. Pfff. Donderstralen zijn het. Ze laten van alles op de grond vallen, flessen, bordjes, vorkjes en komen aan spullen van de ouders. En ze weten het, ze kijken je aan en wachten op een reactie en doen het nog een keer en nog een keer... Oma zegt het lief, legt het uit, leidt ze af, valt uit, helpt een tik op de handjes? Niets van dat alles. Ik voel een innerlijke boosheid opzwellen. Het is zo mooi om te merken. En ik negeer het. Ik wil immers een lieve oma zijn, ja, wel duidelijk en consequent, maar dat gaat vanzelf, toch... Haha. Mispoes, de vermoeidheid speelt op, zowel bij de kleintjes als bij oma. Dan de kleintjes maar even naar bed brengen voor een vluchtig slaapje. En ik denk na: Je ziet ze nog voor je staan. En ze doen het niet om te plagen, ze doen, ze zijn, het gaat door hen heen en alles in het nu. En ik... ik mag mijn masker laten vallen. Waarom een lieve oma willen zijn, waar ben ik zelf? Pfff, de vermoeidheid trekt net zo snel weg als deze opkwam. Kleintjes bedankt, ik weet dat jullie spiegelen maar wilde dit niet zien. Hmmm, ik houd van ze!

Daarom: Als we neutraal naar de wereld kijken en laten zijn wat is, is er geen goed en geen fout. <https://www.facebook.com/>

Deze gedachte komt voort uit onze eigen belevingssysteem vanuit een voorgaande ervaring en deze verschilt met die van jou.

Als je jezelf als positief mens ziet, ben je dan niet het stukje aan het negeren wat ook wel eens niet positief kan zijn? Herken je dit ook, tref je jezelf niet ook steeds vaker aan in een situatie waar je met de negativiteit van een ander geconfronteerd wordt? Wanneer je beseft dat je oordeelt in positief (geeft een goed gevoel om zelf positief te zijn, toch?) en negatief (vaak de ander) is de les voor jou en gaat het om jou je trekt situaties aan waar dit thema aan hangt. Door te kijken naar beiden, door het te laten zijn, ontstaat de ruimte.

\*\*\*\*\*

### **Oproep: Hoe verder...**

*Agaphe kan en mag een andere vorm krijgen.*

***Daarom doen wij bij deze een oproep. De nieuwskrant heeft in het verleden verschillende veranderingen doorgemaakt en is nu toe aan een aanpak die past bij deze tijd.***

***Wie wil dit samen gaan vormgeven met ons?***

*Ons motto blijft informatie/kennis delen. We plaatsen activiteiten die goed voelen voor ons de intentie is hierbij doorslaggevend, en het is aan jou om te voelen wat bij je past.*

*Dit geldt voor alle informatie.*

*Als teksten die worden omschreven als iets wat goed of slecht voor je zou zijn, is dat bedoeld om een andere kant dan het gangbare van het verhaal te laten zien.*

***Heb jij een persoonlijk verhaal, een nieuw inzicht wat je graag wilt delen, stuur het ons toe. Maar ook als je denkt te kunnen bijdragen door de nieuwskrant een nieuw uiterlijk, een transformatie mee te kunnen geven, laat het ons weten.***

Elly, bedankt dat je samen met ons kritisch de tekst van de vaste rubrieken hebt doorgenomen.

\*\*\*\*\*

## **Een wijze man**

Een wijze man zei; Volg jouw hart en volg jouw passie...

Ik vroeg de wijze man, hoe kan ik mijn hart volgen als het mij constant leidt naar liefdesverdriet en teleurstellingen?

De wijze man lachte en zei; Lief mens, jouw hart is niet degene die jou leidt naar liefdesverdriet en teleurstelling.

Het zijn de verwachtingen die je creëert van het leven, door de verhalen die rond gaan dat geluk buiten je is te vinden en dat de ware liefde ergens buiten op jou aan het wachten is. Het is een hele mooie gedachte voor hoop.

Ik vroeg de wijze man; Hoe zit het dan met ware liefde en succes?

De wijze man lachte weer en zei; De wereld buiten probeert je wanhopig te overtuigen hoe succes eruit ziet, wat liefde is en waar je dit kunt vinden.

Het enige wat ze in het geheel eruit laten, is dat geluk en liefde niet buiten te vinden is. Dit is de reden waarom je constant op zoek gaat en constant teleurgesteld raakt.

Het begint allemaal bij zelfliefde. Zelfliefde is onvoorwaardelijk van jezelf houden.

Door zelfliefde word je allereerst gelukkig met jezelf en dit vormt een basis voor zelf respect, acceptatie en balans.

Een grote kracht van bewustwording is zelfrealisatie. Zelfrealisatie dat je "al" gelukkig bent. Door zelfrealisatie zal je ook dingen aan gaan trekken die jou daadwerkelijk in deze staat kunnen gaan brengen.

En hoe je naar de wereld kijkt is heel belangrijk, is het glas half vol of half leeg.

Vergeet niet dat aan het einde van de streep, jij degene bent die overal een betekenis aan geeft.

Op deze manier word je bewuster van de invloed die je hebt op jouw realiteit. En dit is hoe je langzaam terug gaat naar je natuurlijke staat waarmee je bent geboren.

Je bent gecreëerd uit liefde en daarom ben jij liefde. Als je onvoorwaardelijk van jezelf houdt, kan je ook onvoorwaardelijk van iemand anders houden.

De truc wat ze met mensen hebben uitgehaald is om mensen te laten denken dat de verantwoording van hun geluk bij iemand anders ligt dan bij zichzelf. Dit is een valse belofte en het is niks meer dan een illusie.

De mooiste dingen in het leven zijn heel simpel, kijk maar naar de natuur.

Alles werkt in harmonie samen om het gene te vormen wat wij noemen "de natuur". Niets wordt misleid, alles "is" en bloeit.

Ik vroeg de wijze man; Hoe kan ik nou terug gaan naar mijn natuurlijke staat, als mijn hart is gebroken?

De wijze man glimlachte en zei; Jouw hart is niet het gene wat gebroken is maar jouw wil en jouw verwachtingen van het leven.

Jouw hart is juist degene die de waarheid weet en dat is dat jij niets hoeft te zoeken of te verdienen.

Hetgene wat je zoekt heb je al en dat is verbondenheid in liefde en niemand kan dat van je afpakken.

Jij bent degene die acuut kan beslissen om uit de cyclus van angst te stappen en het leuke ervan is dat je van niemand toestemming nodig hebt.

Jouw hart weet allang de waarheid; De waarheid dat jij uit liefde gecreëerd bent, want het was er elke keer bij.

Jouw hart is niet het gene wat beschadigd is, het is jouw zelfvertrouwen en geloof.  
Jouw hart juist is het gene waar je "altijd" op terug kan vallen, omdat het jou nooit zal misleiden.

Ik vroeg de wijze man; Hoe kan ik leren om naar mijn hart te luisteren?

Wijze man; Jouw hart spreekt met je op diverse manieren en de meeste voorkomende manieren zijn jouw intuïtie en gevoel. Je kan het het beste horen in momenten van stilte.

Ik zei tegen de wijze man; dank je wel voor deze mooie woorden.

De wijze man zei; Geen dank, ik ben blij dat je me weer heb gevonden en ik heb nooit aan je getwijfeld.

Kom dansen met mij in het heden en laat al jouw oude herinneringen los hoe dingen zouden moeten zijn. Volg mij en ik laat je de echte wereld zien...

De wijze man is mijn hart...

Bron: Aldrich Arunde

\*\*\*\*\*

## **Charlie Chaplin**

Van jezelf leren houden

"Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, begreep ik dat ik steeds weer en bij iedere gelegenheid, op het juiste moment en de juiste plaats ben. Dat alles wat gebeurt goed is. Vanaf dat moment heb ik rust.

Nu weet ik dat men dat VERTROUWEN noemt.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, kon ik accepteren dat emotionele pijn en lijden slechts waarschuwingen voor me zijn, dat ik niet mijn waarheid leef.

Nu weet ik dat men dat AUTHENTICITEIT noemt.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, ben ik ermee opgehouden naar een ander, beter leven te verlangen. Ik kon zien dat alles om me heen een uitnodiging is om te groeien.

Nu weet ik dat men dat RIJPEN noemt.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, ben ik er mee opgehouden mezelf van mijn vrije tijd te beroven. Ik ben opgehouden met het bedenken van geweldige projecten voor de toekomst. Nu doe ik slechts wat me vreugde en plezier brengt, waar ik van hou en wat mijn hart blij maakt. Op mijn manier en in mijn eigen tempo.

Nu weet ik dat men dat EERLIJKHEID noemt.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, heb ik me bevrijd van alles dat niet gezond voor me was. Van eten, mensen, dingen en situaties, van alles dat me steeds maar weer naar beneden trok, weg van mezelf. In eerste instantie noemde ik dat gezond egoïsme,

Nu weet ik dat het ZELFLIEFDE is.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, ben ik gestopt met altijd gelijk willen hebben. Daardoor heb ik me steeds minder geïrriteerd.

Nu weet ik dat men dat NEDERIGHEID noemt.

Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, heb ik geweigerd nog langer in het verleden te leven en me zorgen te maken om de toekomst. Nu leef ik alleen nog maar in het ogenblik, daar waar alles gebeurt.

Zo leef ik op dit moment iedere dag en noem het BEWUST ZIJN.



Op het moment dat ik van mezelf begon te houden, begreep ik dat mijn denken me klein en ziek kan maken. Op het moment dat ik mijn hart liet spreken werd mijn verstand, mijn denken, een belangrijke partner.

Deze verbinding noem ik DE WIJSHEID VAN HET HART.

We hoeven niet bang te zijn ons bloot te geven. Ook hoeven we geen conflicten met onszelf en anderen te vrezen: zelfs sterren botsen weleens op elkaar en juist daardoor ontstaan er ook weer nieuwe... ('sterren')

Nu weet ik: DAT IS HET LEVEN...."

## **Charlie Chaplin**

\*\*\*\*\*

## **Een verhaal over boeddha en toen filosofen van India...**

Toen boeddha terug kwam naar de ontmoetingsplek voor de filosofen werd hem gevraagd wat verlichting is. Hij kreeg vragen over meditatie en vele andere vragen.

Boeddha zei: kom 1 jaar met mij mediteren en als je daarna vragen hebt, beantwoord ik ze allemaal...

De filosofen gingen mee en na 1 jaar meditatie vroeg boeddha of zij vragen hadden, maar zoals hij al wist, vragen of antwoorden verdwijnen, alleen wat overblijft is het zijn in wat er is.

\*\*\*\*\*

## **Channeling van de Week (40) Vertrouwen door Ranjana**

In het niet-weten zijn alle antwoorden eenvoudig zichtbaar. Als er niets meer gekend kán worden, omdat de identificatie ophoudt met het "willen-weten" en "moeten-weten", wordt er in de innerlijke ruimte automatisch een basis gelegd waarin ieder antwoord gemakkelijk gevonden wordt.

Echter, het is het oprechte vertrouwen hierin dát dit antwoord komen zal.

Tot die tijd dat Vertrouwen haar optimale ruimte in neemt in het Hart en in het Innerlijk Lichaam, tot die tijd is er een duwen, touwtrekken, discussie tussen ja en nee, schreeuwen, gelijk willen hebben, jagen...ja voorál een jagen naar iets dat zekerheid moet bieden, ook al weet het kleine zelf het niet zeker. Het kleine zelf kan het nooit zeker weten, want het is daarop niet toegerust!

Het is het jagen naar illusoire zekerheden, waarnaar het kleine zelf constant hunkert. Of het nu waardering is of het verkrijgen van een hoog cijfer of een uitnodiging of horen hoe geweldig je bent, alles IS hetzelfde als het gaat om de zogenaamde bevrediging van deze hunkering. Teruggebracht tot de kern van Eenvoud is het immer het verlangen naar zekerheid.

### **Wat is zekerheid?**

Het is een woord. Het is een gedachte. Het is een bedenksel. En het woord, de gedachte en het bedenksel roepen een emotie op. Dit kan gaan om: ergens bij horen, er toe doen, belangrijk zijn, gezien worden en goed genoeg voor iemand anders. Bedenksel "zekerheid" is het "deksel" van angst.

In de basis van het kleine zelf is altijd angst aanwezig- en angst is óók alleen maar een woord, een gedachte, een bedenksel- maar het woord "zekerheid" geeft een zogenaamd "houvast" aan bedenksel "angst" en daarmee wordt angst "hanteerbaar"!

Angst als bedenksel en zekerheid als bedenksel. Met beide wordt geschermd in de wereld. In iedere uitingsvorm ligt óf angst óf zekerheid ten grondslag.

Het vermijden of het bereiken ervan.

## **Vermijden en bereiken.... Daar is alle media op gestoeld.**

Daar is het hele dualistische op gericht. Daar draáit de wereld op. Het is de benzine waardoor het rad blijft draaien.

Rad van klein houden en klein blijven. Rad van angst en daardoor zekerheid zoeken. Vermijdingsgedrag en "bereikgedrag". Bereikgedrag gaat over moeten halen, moeten presteren, moeten moeten moeten. Het gaat over een doel zetten in de toekomst die niet bestaat. Er is zo een vermijdingsgedrag en daardoor "bereikgedrag" in de wereld, dat het water velen aan den lippen staat.

"Pas op dat je niet verdrinkt" vertellen de persoonlijkheden van vermijdingsgedrag en bereikgedrag elkaar, waardoor ze beiden zichzelf juist weer opnieuw bevestigen. Is het eng om uit het rad van vermijding en bereiken te stappen? Is het mogelijk?

## **Is zekerheid achter je laten met "angst" in de kielzog, te doen? Het antwoord Weet Jij.**

Ga te rade in het Innerlijk Lichaam, ervaar van binnen de stroming, de tinteling van Leven met een hoofdletter. Geef antwoord en Ervaar Dat Jij Antwoord Bent. IS er angst? Bestáát zekerheid werkelijk?

Er IS alleen maar NU. Het NU IS het Antwoord want in NU wordt alles gevonden omdat het er IS.

- NU = Antwoord.
- NU=Jij
- NU=Stilte
- NU=Zien, Horen, Proeven, Ruiken, (lichamelijk) Voelen zonder denken
- NU=een ontstaan van een impuls tot handelen of niet
- NU= Wat Er IS

NU IS Hetzelfde als Vertrouwen en biedt Vertrouwen. Realiteit Zien IS Hetzelfde als Vertrouwen. Een veelgehoorde uitspraak is : "what you see is what you get". Deze uitspraak geldt voor "het rad van vermijdinggedrag en bereikgedrag" én het geldt voor de realiteit.

De realiteit, ook wel Werkelijkheid genoemd met een hoofdletter, IS Wat Er IS. Er hoeft niets veranderd te worden, terwijl- als je geïdentificeerd bent met "het rad"- je voortdurend bezig bent zoveel mogelijk te veranderen.

### **Wat als je zou láten?**

Jezelf zou láten in het oprechte vertrouwen dát het antwoord tot je zal komen. Anders gezegd: dat je jezelf láát opdat Jij Als Antwoord tot jou als klein zelf zal komen!

Dát is opgaan in Vertrouwen, opgaan in het Koninkrijk Dat Jij Bent waardoor Jij als Lichtend Wezen in de wereld Bent. In Stilte Ben Jij Altijd Aanwezig, in Stilte wordt het Antwoord gehoord en wordt er naar geluisterd. In Stilte ontstaat Vertrouwen. Vertrouwen is als een rustig kabbelend beekje dat jou nooit zal doen laten verdrinken.

Neen, Vertrouwen dráágt jou juist. Het nodigt uit. Het verwelkomt. Het maakt ruim en geeft ruimte. De borstkas wordt breed, het hart gaat open en een blijde glimlach welt op uit het hart.

### **Wees Vertrouwen en Ontvang Het.**

#### **Wees Vertrouwen en Geef.**

NU heb jij gelaten. De stroperige draden van "angst" en "zekerheid" liggen ver achter jou. Zie dat zij niets Zijn, behalve bedenkzels die het rad lieten draaien.

Wees NU Zelf Vertrouwen en geef hiervan zaden van kiemkracht aan de wereld opdat Vertrouwen als adem de wereld rondgaat en een ieder hiermee beroert.

Adem in Vertrouwen en adem uit Vertrouwen. Adem in Vertrouwen en adem uit Vertrouwen. Adem Verbindt.

### **Jouw Adem IS Mijn Adem. Wij Zijn Verbonden in de Ademhaling van Leven.**

Vertrouw en Vind.  
Adem en Verbind.

In Liefde,  
Stem van Blijdschap, Die Jij Bent

bron Ranjana.nl

\*\*\*\*\*

### **Uit de nieuwsbrief van Vera Helleman**

Ik hoop dat je een fijne zomer hebt gehad en weer fris en geïnspireerd je dagelijks leven oppakt, hoewel dat misschien niet zo vanzelfsprekend als het klinkt he.

Sommige mensen voelen geen inspiratie meer en zelfs geen levensvreugde. Wat ze dan lijken te gaan doen is zoeken, maar feitelijk zijn ze aan het anti-zoeken ofwel nog dieper zinken in het drama van geen vreugde en inspiratie hebben. We voelen geen inspiratie als we uit verbinding raken met onszelf of willen sturen naar iets dat nu niet actueel is en dus geen prioriteit heeft. Er wordt gefocust op het gebrek aan, waardoor je nog verder van de bron van inspiratie verwijderd raakt.

Is het er even niet? Richt je focus dan op iets neutraals, iets zonder lading, zodat de verkramping oplost. Je veert dan terug in de verticale verbinding met jezelf, wat de poort is van vreugde, inspiratie, liefde, acceptatie, dankbaarheid en noem al die mooie, natuurlijke gevoelens maar op.

Dit geldt overigens voor alle processen. Mensen willen snappen, weten en er vanaf komen, maar de snelste manier terug naar jezelf is je non-acceptatie neutraliseren door je focus te richten op iets dat gemakkelijk en zonder moeite gaat.

Zonder moeite, maar misschien wel met inspanning overigens, zoals ikzelf de afgelopen weken weer bergen versjouwt heb na een flink dotje inspiratie ;-))

Met veel vreugde kan ik jullie een nieuw boek presenteren! 'Dualiteit is... ik en mijn projectie'. Met de emotie encyclopedie gaan we interactief en ook de weekendretraite is weer gepland voor het nieuwe jaar.

Warmts, Vera

bron Vera Helleman

*Persoonlijke note: Per twee maanden geeft Vera een nieuwsbrief uit <http://www.verahelleman.nl/>*

\*\*\*\*\*

### **Door Taco Oosterkamp**

**De perfecte espresso was jarenlang een van mijn belangrijkste secundaire arbeidsvoorwaarden.** Elk jaar stuurde ik mijn team naar een baristacursus, om de fijne kneepjes van het maken van een goede espresso op te frissen.

De geur van gebrande koffie, het rommelen van de maler van de bonen, het hissende opschuimen van de melk voor wie cappuccino wilde. En dan de volle smaak van een goed gemaakt kopje koffie — ik vond het heerlijk.

**En toen las ik begin dit jaar het boek 'Buzz' van Stephen Braun.** En opeens begreep ik waarom je steeds grotere hoeveelheden cafeïne nodig hebt om goed wakker te blijven. Ik zal je de biochemie besparen die hij in zijn boek beschrijft, maar wat ik nooit eerder had gehoord is dat cafeïne ervoor zorgt dat een ander stofje, adenosine, niet meer goed werkt. Adenosine laat je hersenen weten dat je vermoeid bent, bijvoorbeeld omdat je te hard aan het werk bent. Als die adenosine geblokkeerd wordt, voelt het alsof je heel veel energie hebt. Terwijl dat natuurlijk niet waar is. De benzinetank is bijna leeg, alleen het metertje staat nog op 95%.

**Is dat geen prachtig voorbeeld van een vicieuze cirkel?** Je gaat meer koffie drinken om wakker te blijven. Daarmee saboteer je je natuurlijke rem. Dus kun je harder werken en ga je over de gezonde grenzen van je eigen lichaam. En vervolgens kun je niet meer zonder koffie om überhaupt nog iets gedaan te krijgen.

**Vicieuze cirkels hebben een slechte reputatie.** Te veel alcohol drinken om je verdriet te vergeten, waardoor je dingen gaat doen die je weer verdrietig maken, waarvoor je dan weer alcohol nodig hebt. Niet delegeren, omdat je bedrijf daar te weinig winst voor maakt. En je maakt te weinig winst, omdat je geen tijd hebt om dingen te doen die wél geld op zouden leveren, omdat je teveel administratie aan het doen bent, wat je eigenlijk zou moeten delegeren. En ga zo maar door. Met een beetje zoeken kom je overal vicieuze cirkels tegen.

**Ik denk juist dat je blij zou moeten zijn als je zo'n neerwaartse spiraal opspoort.** Dat je een sprongetje van geluk zou moeten maken. Hoe vaak heb je de kans om een onderliggend probleem op te lossen, wat niet alleen maar een enkel negatief gevolg heeft, maar wat een hele keten aan ellende met zich meebrengt?

Als je een vicieuze cirkel oplost, ben je aan het werk met essentiële zaken. En het oplossen ervan zou een grote impact ten goede moeten hebben.

**Meestal vraagt het oplossen van zo'n negatieve spiraal om een ingreep van buitenaf.** Of om input van buitenaf. Per definitie kun je een vicieuze cirkel niet oplossen door te doen wat je altijd al doet. En meer doen van wat je altijd al doet, maakt het gegarandeerd alleen maar erger. Zelf vind ik dat één van de mooiste momenten in mijn werk — als ik een van mijn klanten kan helpen om zo'n spiraal te doorbreken.

**Zelf zoek ik ook hulp bij het oplossen van vicieuze cirkels in mijn werk en leven.** Als iemand anders je confronteert met de belangrijkste problemen in je werk, je inspiratie geeft om de onderliggende problemen aan te pakken en je dan dwingt om ze ook daadwerkelijk op te lossen, dan helpt dat enorm.

**Leuke oefening: maak een lijstje met de 10 grootste problemen in je werk, of je leven.** Loop ze alle tien even goed na en kijk of er misschien een vicieuze cirkel bij zit. Bedenk dan wie je zou kunnen helpen om die spiraal van ellende te doorbreken.

**Bij de koffie is het me in elk geval gelukt met de input van m'n vriendin Jessica,** die expert is op het gebied van gezondheid. Ik geniet nu van espresso die cafeïnevrij is gemaakt met het 'Swiss Water Process'. Er een paar merken koffie die met die methode zijn gemaakt, die net zo goed smaken als normale espressobonen. Of zelfs beter. Je krijgt er alleen niet zo'n 'kick' van. En in het geval van deze vicieuze cirkel is dat nou juist het voordeel.

Bron Taco Oosterkamp

\*\*\*\*\*

## *Voeding supplement*

\*\*\*\*\*

Waar staat deze rubriek **Voeding Supplement** voor?

Een **voedingssupplement** is een voedingsmiddel dat bedoeld is als aanvulling op de "normale" voeding. Het is, volgens de wet, een geconcentreerde bron van één of meerdere vitamines, mineralen of andere nutriënten met een voedingskundig of fysiologisch effect.



Meestal worden voedingssupplementen met het doel van gezondheidsbevordering gebruikt, deze werking is echter niet altijd wetenschappelijk bewezen. Gezondheidsbevorderend kan alles zijn wat niet tastbaar is, zoals geluk en vrijheid. Binnen deze rubriek vallen allerlei onderwerpen die deel uit maken waar je blij van wordt. Wat is voor jou je Voeding Supplement?

**Wat goed is voor de één hoeft niet voor de ander of voor jou te gelden. Ga op zelf onderzoek uit en ervaar of deze informatie iets toevoegt aan je welzijn en gezondheid.**

\*\*\*\*\*

## **Zelf tijmsiroop maken**

Tijmsiroop helpt uitstekend bij winterse kwaaltjes zoals ontsteking van de luchtwegen. De siroop versterkt de longen en werkt slijmoplossend bij hoest en bronchitis.

Tijm bevat de etherische olie thymol, een prima ontsmettingsmiddel met antibacteriële eigenschappen en het wordt al sinds de middeleeuwen gebruikt in kruidenmiddeltjes. Vroeger noemde men tijm ook wel "het antibioticum van het arme volk".

Je kan de siroop heel gemakkelijk zelf maken... Dit kan met verse tijm, maar als je die niet bij de hand hebt werkt het net zo goed met gedroogde tijm. Hierbij deel ik dus graag een receptje met jullie :-)  
Je kunt op internet uiteraard 1001 verschillende recepten vinden maar dit is mijn eigen favoriet.

### **Wat heb je nodig?**

100 g verse tijm of 50 g gedroogde tijm  
200 g (ruwe) rietsuiker  
600 ml water

### **Werkwijze :**

Spoel de takjes tijm goed af met water, zet het daarna op met 600 ml water, breng aan de kook en laat het vervolgens 10 min. zachtjes doorkoken. (Of doe gewoon de gedroogde tijm in de pot :-)

Daarna takjes eruit zeven en het tijmwater in de pan doen. Weer aan de kook brengen en onder goed roeren de suiker toevoegen. Laat dit een kwartiertje op middelhoog vuur koken tot het een licht stroperige massa wordt, regelmatig doorroeren om aanbranden te voorkomen.

De siroop hoeft niet echt heel dik te worden, als de siroop afkoelt wordt die ook nog iets dikker en ook iets dunnere siroop werkt net zo effectief.

Zet van te voren **steriele** voorverwarmde flesjes of glazen potjes klaar en zet ze op een theedoek zodat het glas niet op het koude aanrecht staat en niet barst als je de hete vloeistof in de potjes giet.

Giet de warme siroop in de potjes en sluit ze af. Laat ze dan rustig afkoelen. Doe er een etiket op met de naam en datum.

*Voel je vrij het artikel te delen .....*

*Volg nu ook de blog & zoveel meer op de Facebook pagina [The Witches Way](#)*

\*\*\*\*\*

## Interessante websites, weetjes en mooie extraatjes

### Meditatie

<https://www.youtube.com/> Meditatie Ho'oponopono

### Inzichten

<https://www.eckharttolletv.com/> Misuse of the Mind

<https://www.youtube.com/> Tigmonk exposing the light of you

<https://www.facebook.com/> "Who Am I?" The age old question that everyone has asked. Get ready to have your world possibly flipped upside down.

<https://www.facebook.com/> Racism, Hate Crimes, Victimhood, and the call for Love. The racists feels to be a victim, just as much as the victim of racism feels to be a victim.

### Gezondheid

<https://www.youtube.com/> Crowdfunding Licht Henk Fransen

<https://www.facebook.com/> Understanding the brilliance of sickness, disease, and illness. Here's how we might be invited to interpret the experience.

Via Facebook deel ik, **Agaphe door Joke Oosterbeek**, mooie spreuken en interessante informatie, zoals onderstaande filmpjes. Je bent van harte welkom om zo nu en dan een kijkje te nemen in deze enorme vergaarbak, verrijk jezelf.

\*\*\*\*\*

*Is jouw levensstijl een gewoonte geworden waar geen ruimte was voor informatie die je de andere kant laat zien? Of geeft het jou niet de ruimte om het in je dagelijkse leven toe te passen?*

*Wanneer je deze informatie op een ander moment (en) in een andere context tegenkomt, zul je dit op een andere manier gaan beluisteren. En misschien is dat het juiste moment om hiermee aan de slag te gaan.*

*Nieuwe inzichten kunnen mogelijk voor essentiële en radicale veranderingen zorgen, dat is soms eng en is tegelijkertijd een uitdaging.*

*Je weet wanneer je er klaar voor bent, dan kun je niet meer terug. Weet dat er velen je zijn voorgedaan en zij willen graag hun ervaringen delen. Je staat niet alleen.*

*Je kunt je eigen keus maken en herzien, doe dit, maar wel zo dat het jouw keuze is, een keuze die je bewust hebt gemaakt!*

*We willen samen meer bewustzijn creëren; uitwisselen met elkaar. De informatie die jij zojuist hebt verworven kan net dát zijn waarnaar ik op zoek ben, wat ik nodig heb. Andersom wil ik graag delen met jou. De keuze er al of niet iets mee te doen is aan onszelf. Mogelijk ondervind je nu of nog steeds de gevolgen van een eerder genomen beslissing. Met de kennis die je nu bekend is kun je nieuwe beslissingen nemen die mogelijk een positieve bijdragen leveren aan je gezondheid en welzijn.*

*Hoe ga jij om met het verspreiden van jouw kennis?*

*Hoever sluit jij je af van je omgeving door je bijvoorbeeld een eigen voedingsstijl aan te meten?*

*En hoe geloofwaardig ben jij voor jezelf als je dit verkondigt en je je eigen "waarden" overtreedt?*

*Eenmaal meer bewust geworden, worden we door signalen geprikkeld alert te blijven, zodat we ook constant onze eigen waarden kunnen bijstellen.*

*Zitten we in een kring waarin een bepaald gegeven als waar beschouwd wordt, kan het zijn dat we geconfronteerd worden met een "geleerde" of ervaringsdeskundige die een andere invalshoek belicht, waardoor we onze waarheid nog eens onder de loep kunnen nemen. Dus ook voor de bewuste mens is het belangrijk mee te blijven bewegen en open blijven staan voor andere meningen en de veranderingen in de wereld en niet in je eigen flow te blijven hangen.*

We sluiten de Nieuwskrant af met de volgende tekst:

- 1. Als je iets leuk vindt, geniet ervan.**
- 2. Als je iets niet leuk vindt, vermijdt het.**
- 3. Als je iets niet leuk vindt, maar het niet kan vermijden, verander het dan.**
- 4. Als je iets wat je niet leuk vindt, niet kan of wil vermijden of veranderen, aanvaardt het dan.**
- 5. Je kan pas iets aanvaarden door je perceptie erover te wijzigen.**

**Reageren** op de nieuwskrant: [klik hier](#)

**Tip** voor de nieuwskrant: [klik hier](#)

We willen oprecht zuivere informatie uitwisselen. Op het moment van plaatsen van het artikel staan we hier helemaal achter. Als je een stukje wilt schrijven voor de nieuwsbrief en daarin een andere kijk belicht, nodigen we je van harte uit.

In alle oprechtheid en zonder winstbejag willen we, jouw link en/of persoonlijke informatie of informatie delen, plaatsen, waar mogelijk in overleg en met toestemming van de auteur.

Door informatieve artikelen te plaatsen willen wij jou als lezer prikkelen zodat je deze schrijver, een genoemde site of meer over dit onderwerp gaat opzoeken.

Mogelijk kan aangereikte informatie niet geverifieerd worden waardoor deze of gene zich benadeeld kan voelen, wat nooit onze bedoeling is. Door het plaatsen van deze tip wordt de informatie die we graag willen delen, voor iedereen bereikbaar.

*Wij vermelden graag **activiteiten** en hebben een aparte rubriek met links naar interessante **collega nieuwsbrieven**. Maak jij een **nieuwsbrief** die passend is bij ons concept, plaatsen wij graag jouw link.*

© Overname of vermenigvuldiging van informatie is uitsluitend toegestaan met vermelding van bron en handhaving van verwijzingen in deze informatie.

Voor ingezonden stukken is uitsluitend de auteur verantwoordelijk.

## **Er is nog meer tussen hemel en aarde:**

Kijk welke informatie je tot je neemt. Wat het met je doet. Overzie alle kanten van het verhaal, en volg wat het beste bij je past.

\*\*\*\*\*

## *Inhoud extra informatie van de nieuwskrant*

\*\*\*\*\*

### **Gegroet lieve Lichtwezens van de Aarde. Gegroet kanalen, gegroet vredelievende alles omvattende energie.**

Gegroet mensen, die liefde vast willen houden en door blijven geven.

Jullie zijn de kanalen van de liefdesenergie, die wij momenteel doorgeven. De energie die jullie zal helpen om Liefde en Vrede op aarde te brengen. **Het begint met Vrede en Liefde in jezelf.**

Vrede is niet een stap naar achteren doen, maar **vrede is van binnenuit leven en gelukkig zijn.** Liefde is niet iets dat je ontvangt, maar **liefde is iets dat je bent.** Liefde zit in je. Liefde hoef je niet te delen, want liefde is er. Pas als je zover bent en het helemaal begrijpt, zal je acties ondernemen die bij jou passen en die bij het grote geheel passen.

**Momenteel zijn de energieën die naar jullie toekomen gezegende energieën. De energie die je nodig hebt dringt in jouw lichaam naar binnen en duwt weg wat je niet meer nodig hebt. Dat zijn de lasten en het lijden en de afkeuring. Allemaal dingen die jullie aangeleerd zijn en niet passen bij jullie nieuwe leven.**

Ik vraag jullie dan ook om de nieuwe energie te omarmen en op te letten op jezelf als je in een proces komt. Deze processen hebben meestal te maken met de omgeving. **Je bent gekomen als lichtkanaal en als lichtkanaal ben je aan het werken.** Daarom is het belangrijk dat je onthoudt wie je bent. Wat is je taak? **Je taak is om liefde te brengen naar de mensen. Liefde en vrede die jij bent, die jij bezit, die jij mag delen.**

Jij wordt aangevuld, terwijl je schenkt. Daarom mag je vertrouwen op je taak. Vertrouw erop, geef, wees niet bang dat het niet goed is. Want dat bestaat niet. Jij bent het kanaal dat gekozen heeft om lichtwezen te zijn op deze aarde. Op een aarde die hulpbehoevend was hebben jullie gekozen om te komen en hier te werken en mee te werken aan het licht. Wie kan het dan beter doen als jullie!

**Het licht vasthouden voor jouw omgeving is de taak die jullie licht houdt.** Het licht zit in jullie. Het is niet zo dat het kanaal constant gevoed wordt. Het kanaal is aangesloten bij de liefdesbron die van ieder van jullie is. Die voor jullie is om te gebruiken. Nu ben jij mijn lichtkanaal. Jullie hebben hard gewerkt aan jullie zelf en nog ben je niet helemaal tevreden omdat je streeft naar perfectie zoals die is aangeleerd, of zoals die zou moeten zijn volgens de normen en de waarden die de wereld jullie heeft opgelegd. Maar dat is de vlo in je pels. Dat is het stukje dat je af mag schudden. Want onthoudt... zoals je bent ben je een lichtwezen, **een kanaal, een kanaal van vrede en liefde en licht en dat geef je door.** Neem nu niet je taak op je. Deel die taak met je burens, deel die taak met de mensen die je tegenkomt. Je zult zien dat jouw glimlach, jouw knipoog, jouw knik, jouw goedemorgen, goedemiddag of goedenavond de anderen zal optillen naar vreugde en vrede en liefde. En zo zal die persoon aangeraakt door jouw liefde het doorgeven en zo zal het licht groter worden op aarde. Je taak is simpel denk je dan. Je taak is groot, denken wij dan.

Daarom wil ik jullie zeggen ga nu en ga werken. Neem de tijd om de energie bewust tot je te nemen. Neem de tijd om je aan te wennen dat jij het kanaal bent van licht, vrede en liefde.



Stap bewust uit je bed 's morgens en zeg tegen jezelf: "**Ik ben licht, liefde en vrede**". Je zult zien dat werkt door! Je kinderen en je omgeving en je hele situatie zal veranderen en het zal alleen maar beter worden. De mensen zullen blij zijn als ze je zien. Ze zullen je naam onthouden, ze zullen je prachtige ogen onthouden en ze zullen onthouden wie je bent. Je zult gezien worden. En als je gezien wordt, weet je dat wij jullie ook zien. Jullie zijn dappere mensen, om nu in deze tijd van verwarring dit neer te zetten. Als je durft om kanaal te zijn van Licht. Al je durft kanaal te zijn van Liefde en vrede. In deze tijd van verwarring waarin mensen zoeken en niet vinden, begrijp je ook hoe groot en belangrijk jullie zijn. Jullie kanalen reiken tot diep in de aarde en jullie kanalen gaan tot ver in de kosmos.

Geloof dat als je zou zien hoe hard jullie broeders en zusters van de kosmos werken om jullie te voorzien van alles wat jullie nodig hebben, zou je weten dat je alles los kunt laten en dat je nooit tekort zult komen. Daarom... ga gewoon door op je pad. Twijfel niet. Spreek met elkaar. Durf elkaar te omarmen en te steunen. Durf lief te zijn voor de ander maar ook voor jezelf. Wordt duidelijk in je behoeftes en weet wie je bent. Want alles wat je nu op aarde neerzet is zo belangrijk voor ons allemaal! Wij, jullie lichtbroeders en lichtzusters kijken iedere keer met verbazing naar de uitdagingen die jullie aangaan. Hoe krachtig jullie zijn. Hoeveel bewust jullie zijn van je macht en de creatie van je eigen ik. De verbondenheid met ons hart en jullie harten is gigantisch. Wij zouden niets anders willen als deze verbinding zodat jullie weten dat jullie gedragen worden door ons.

Onthoudt, liefde is kosteloos. **Liefde is zo'n groot geschenk dat je het niet kunt uitpakken, omarmen maar alleen ontvangen en doorgeven. Het is niet van jou, het is iets dat is. Dat steeds vaker als je je daarvan bewust wordt je omgeving zal veranderen. En dat is waarom je naar de aarde bent gekomen.**

Wij geven geen tijd. We geven niet aan dat de ruimte beperkt is. Momenteel gebeurt er heel veel en eigenlijk zou je kunnen zeggen dat wat jullie al wisten nu aan het gebeuren is. De aarde staat op zijn kop. Dat is de bedoeling zodat alles wat gebeurd is vergeten is. Het draagt niet bij tot een nieuwe ontwikkeling. Het draagt niet bij om te veranderen. Daarom staat de aarde op de kop. Jullie levens doen daarin mee. Jullie lichamen reageren daarop. Jullie gemoedsrust ook. Toch vraag ik jullie om daar met een glimlach naar te kijken, want het is goed zo. Als je leven op de kop staat, begrijp je dat er veel aan het gebeuren is. Je begrijpt ook dat je vlugger moe wordt en je begrijpt ook datje minder nodig hebt om meer te krijgen. Weet je ... je begrijpt ook dat alles naar je toe aan het komen is en grote zegeningen plaatsvinden.

De mens is op de vlucht en laat achter wat niet meer dient om gelukkig te zijn. De mens op de vlucht neemt mee het kostbaarste bezit: zichzelf en de mens waar hij van houdt. En dan zie je hoe weinig je nodig hebt en hoeveel overvloed op de aarde is. Omdat ieder mens die op de vlucht is gevoed kan worden, gekleed, het warm kan krijgen en een dak boven zijn hoofd. En ieder mens op de aarde krijgt langzamerhand genoeg geld en alles wat hij nodig heeft om gelukkig te zijn. Gelukkig zijn, kan hij van jullie leren omdat jullie zullen delen wat je hebt. Je zult zoeken en zien dat je niets teveel hebt, maar alles kunt missen omdat je dat wil in verbondenheid met de liefde die in je is. Daarom is het belangrijk dat je gewoon doorgaat op dit pad. Niet twijfelen, gewoon moedig, liefdevol en vredevol leven. Dat is alles wat we vragen.

De creatieve God, de God van de universa, van de Kosmos, van het-geheel van al dat is, vraagt jullie 'maar één ding: deel, geef en blijf in vreugde. Want je zult zoveel ontvangen dat je ervan achterover slaat. Je zult zo gemakkelijk krijgen dat je denkt, had ik dat maar eerder geweten. Alles dat op je pad komt zal je met verbazing aannemen omdat je één keer ja hebt gezegd tegen alles dat is. Boodschap ontvangen door Jean Freer. Boodschap van De Vrouw van Alle Volkeren, oftewel de Universele Moeder.

Ik wil jullie danken dat jullie naar dit verhaal hebben geluisterd en dat jullie het in jullie cellen hebben opgenomen en dat jullie weten dat jullie hier zijn met een taak. De taak is duidelijk.

Je kunt alleen maar zijn wie je bent en in genade van God ben je gekomen en de genade zal je uitdragen omdat je bent zoals je bent.

\*\*\*\*\*

## **De ompoling van de Aarde**

In deze overgangstijd hebben we allemaal wel gehoord over de **Maya kalender**. Maar wat veel mensen niet weten is dat de Maya's in de afgelopen paar jaar kennis hebben vrijgegeven die ze duizenden jaren hebben bewaard, voor dit moment. Groepen Maya oudsten hebben hiervoor een woordvoerder gezocht om deze kennis bekend te maken. En die hebben ze gevonden in de persoon van **Drunvalo Melchizedek**. Een bekende onderzoeker van nieuwtijdsaspecten.

Hij heeft in zijn boek "**de Maya Ouroboros**" een uitleg gegeven van zijn eigen kennis in samenhang met dat wat de Maya's ons willen vertellen. Na het lezen van dit boek bleef ik met veel vraagtekens zitten en ben gaan zoeken naar antwoorden.

Het 3e deel van "**Through the eyes of love**" van **Michael Roads**, gaf **aanvullende informatie** alsmede het internet met de nodige wetenschappelijke sites. Zekerheden over wat er in de toekomst gaat gebeuren zijn door niemand te geven, maar wel grote waarschijnlijkheden. Realiseer echter dat niemand in de toekomst kan kijken en alles misschien heel anders loopt als wat alle waarschijnlijkheden aangeven.

De officiële datum voor de overgang van de Aarde in haar volgende cyclus was 21-12-2012. En afgezien van wat individuele onprettige gevoelens die volgden op het verhogen van het trillingsniveau, hebben we er verder eigenlijk niet veel van gemerkt. Dat was de officiële datum, maar zo'n datum is te vergelijken met 21 maart de start van de lente, en we weten allemaal dat op die dag ook niet plotseling alle krokussen hun kop boven de grond uit steken.

**De Maya's hebben aangegeven dat er een tijdsperiode is voor de eindtijd. Deze loopt van 24 oktober 2007 tot 19 november 2015.** Dat wil zeggen dat de effectieve overgang binnen deze eindtijd ligt. We moeten dus nog steeds deze fysieke overgang gaan meemaken. Drunvalo Melchizedek gaf een tijdsvenster van 2012-2017 aan.

## **Poolverschuiving**

Bij het lezen over de nieuwe tijd is iedereen vast wel eens tegengekomen dat er gesproken werd over poolverschuivingen. En dat is nu precies het onderwerp waar de Maya's het over hebben. Zij geven aan dat er een **fysieke poolverschuiving** gaat plaatsvinden. En ze willen ons tegelijkertijd laten weten hier niet van te schrikken of angstig over te worden. Die poolverschuiving is eigenlijk al bezig, want het magnetisch Noorden wordt dagelijks aangepast op alle vliegvelden. Zoals Edgar Cayce, de beroemde helderziende uit de vorige eeuw, ook al voorspelde, zal de **Noordpool 16 graden opschuiven richting Siberië**. Dit is een heel geleidelijk proces wat al vele jaren gaande is.

Maar voor alle duidelijkheid, er zijn **twee soorten polen, magnetische poolpunten en geografische poolpunten**.

De **geografische polen zijn de punten op het aardoppervlak waar de denkbeeldige rotatie-as van de Aarde naar buiten komt, de as waar de Aarde om draait**. De **magnetische polen vallen niet samen met de geografische**. Ze liggen wel steeds (relatief) dicht bij elkaar maar vallen zelden of nooit samen. De afstand tussen de magnetische en geografische polen kan tot wel **2000 km** zijn. Je zou denken dat de magnetische Noordpool ook in het Noorden ligt, maar dat is niet het geval. De **magnetische Zuidpool ligt namelijk in het Noorden van Canada**. Dat betekent dat de magnetische Zuidpool bij de geografische Noordpool ligt waaruit volgt dat de **magnetische Noordpool bij de geografische Zuidpool** ligt. Verder is het zo dat de magnetische polen voortdurend, al is het relatief traag, van plaats veranderen.

De rotatie-as van Aarde ligt anders dan de magnetische as van de Aarde. Het **magnetisch veld van de Aarde wat een torusmodel (donutvorm)** heeft. Bij de **verschuiving van de magnetische Zuidpool** over de jaren heen, dan valt het op dat hij over een afstand van ca 2000 km omhoog aan het schuiven is **richting de geografische Noordpool**. En dat hij daar binnenkort vlak langs zal komen op weg naar Siberië.

Vooraf de **laatste 25 jaar heeft zich een grote versnelling** voorgedaan m.b.t. de **verschuiving van het magnetische Zuidpoolpunt**. En momenteel is dat dus wel **90 meter per dag**. We hebben het hier dus over een **magnetische poolverschuiving**.

### **De Maya voorspelling**

De Maya's geven aan dat er in de laatste 26.000 jaar **twee poolverschuivingen** hebben plaatsgevonden. Ik heb het nu over fysieke poolverschuivingen dus van de geografische polen. De eerste was ca **26.000 jaar geleden** en de tweede ca **13.000 jaar geleden**. Dus halverwege en aan het eind van een tijdbaan cyclus. Wetenschappelijk werden deze verschuivingen vóór 1994 al bevestigd, maar daarna is die informatie van het Internet gewist door de "instanties".

Men geeft nog wel aan dat er al vele poolverschuivingen hebben plaatsgevonden op Aarde, maar de laatste zou 700.000 jaar geleden zijn geweest! De instanties willen de stabiliteit bewaren en daarom worden eventuele onrust veroorzakende gebeurtenissen verhult. Niet elk einde van een cyclische tijd wordt gevolgd door een fysieke poolverschuiving, maar als dit plaatsvindt is het meestal een paar keer achter elkaar. Vandaar ook dat de kans dat het deze weer keer gebeurt heel groot is. De wetenschap heeft ook ontdekt dat als er een **fysieke poolverschuiving** plaatsvindt en deze **altijd wordt vooraf gegaan door een magnetische**. De huidige magnetische verschuiving, wijst dus al in de richting van een fysieke poolverschuiving.

### **Ompoling**

Een fysieke verschuiving van de polen gaat ook altijd gepaard met een ompoling. De **ompoling** houdt in, dat de **magnetische polen zich omdraaien**. Dat wil dus niet zeggen dat de Aarde zich omdraait, maar dat **het magnetisch Zuiden wat nu geografisch in het Noorden ligt, ompoolt naar het geografisch zuiden en omgekeerd**. Ik zal uitleggen hoe dat tot stand komt. Het magnetisch veld van de Aarde is een soort torusmodel (donutvorm) er komt een stroming op gang

bij onze Zuidpool die vandaar buitenom omhoog gaat, en in een boog terugbuigt naar de Noordpool om daar weer de Aarde in te gaan.

**In het centrum van de Aarde bevindt zich een massieve metalen kern met daar omheen een vloeibare laag en daaromheen weer de mantel van de Aarde**. De binnenste metalen kern van de Aarde wekt het magnetisch veld op doordat haar draaisnelheid wat sneller is dan die van de mantel van de kern. Ze draaien wel dezelfde kant uit overigens.

Nu is de **kern van de Aarde sinds 1987 geleidelijk aan steeds langzamer gaan draaien**. En aangezien **de rotatie van de kern het magnetisch veld op Aarde opwekt**, heeft dit een belangrijke invloed. **Het verzwakt het magnetisch veld**.

Dit verzwakte magnetische veld is overigens ook **een van de belangrijke oorzaken voor onze klimaatverandering**.

De **kern zal op een gegeven moment op dezelfde snelheid gaan draaien als de mantel daaromheen** (de Aarde zelf dus). Dit **moment, waarop ze op dezelfde snelheid draait is een moment van optische stilstand**. Er zal dan dus **geen magnetisch veld meer** zijn want er is geen wrijving meer die dit tot stand brengt. Deze **optische stilstand van de kern heeft tot gevolg dat het magnetisch veld in elkaar zal storten en tot nul zal reduceren**. Op dat moment bestaat er dus **geen magnetisch noorden of zuiden** meer. We zitten dan op het **nulpunt**.



**Door deze stilstand zullen/kunnen de magnetische polen omdraaien/ompolen.** Noord is dan Zuid en Zuid is dan Noord geworden.

**Na enige tijd zal de kern weer langzaam gaan versnellen,** waarna er **opnieuw een magnetisch veld zal starten,** alleen deze keer is het **torusmodel omgekeerd.**

### **Hoe lang gaat dat duren?**

In de afgelopen miljoenen jaren heeft dit al vele malen plaatsgehad. De wetenschap is er ook nu van overtuigd dat er veel aanwijzingen zijn waaruit blijkt dat het binnenkort weer gaat gebeuren.

Volgens **Michael Roads** in zijn derde boek, "Through the eyes of love" kan dit nulpunt, van een **enkele dag tot weken of zelfs wel jaren duren.** Hij heeft metafysisch in het verleden van de Aarde gekeken en deze verschillen geconstateerd. Ook hij ziet duidelijke aanwijzingen voor een komende **ompoling.** Drunvalo schrijft dat het **nulpunt volgens de wetenschap enkele weken** kan duren. En persoonlijk denk ik dat als het deze keer gebeurt, het heel snel zal plaatsvinden. Een **kwestie van een aantal uren tot hooguit 3 dagen.** Afgaande op wat er gechanneld wordt door lichtwezens uit andere dimensies, gaan wij een hele goede tijd tegemoet door alle veranderingen die komen. Het lijkt dus niet waarschijnlijk dat er ons verschrikkingen te wachten staan veroorzaakt door een wekenlang durende ompoling.

**Wij mensen beïnvloeden met ons innerlijk bewustzijnsniveau deze veranderingen. Onze gedachten zijn energie en die trillingsfrequenties hebben een hele belangrijke invloed op dit gegeven. Hoe meer liefdesbewustzijn wij creëren, hoe gemakkelijker en sneller alles zal verlopen.**

**Volgens de Maya's gaat er een fysieke poolverschuiving plaatsvinden binnen de door hen genoemde eindtijd welke eindigt eind 2015.** En dat is ook logisch aangezien de magnetische polen al jaren aan het verschuiven zijn. Aangezien de geografische polen de magnetische polen volgen, is dit ook precies wat er gaat gebeuren. **De geografische Noordpool zal 16 graden opschuiven richting Siberië.**

Een fysieke poolverschuiving vindt niet zomaar plaats, daar moet heel wat voor gebeuren. Het is een nogal pittig proces. **De fysieke verschuiving van de plaats van de polen, kan alleen plaatsvinden als er in dezelfde tijd ook een ompoling plaatsvindt.** Er is een afname van het magnetisch veld noodzakelijk. Dat is wetenschappelijk vastgesteld. **Er is heel veel energie nodig voor een geografische verschuiving en men denkt dat door de optische stilstand, de onderkorst van de Aarde vloeibaar wordt, waardoor de continenten heel gemakkelijk kunnen gaan verschuiven terwijl de kern niet verschuift. De poolshift (ompoling) zal de aanjager zijn voor de poolverschuiving. Het is dan ook waarschijnlijk dat "gedurende" de nulpunttijd, de poolverschuiving zal plaatsvinden.** Dat betekent dat alles tegelijk gebeurt. **Zowel ompoling als poolverschuiving. Wetenschappers denken dat een poolverschuiving ca. 20 uur nodig heeft** maar hier is geen zekerheid over.

### **Wat betekent dat voor ons?**

Dus al deze **gigantische processen kunnen in de relatief korte tijd van uren of dagen plaatsvinden.** Maar laat dat eens even tot je doordringen. Dat betekent, als de Maya's gelijk hebben, dat op een moment **tussen nu en november 2015 deze veranderingen gaan gebeuren.** Het is ongelooflijk wat er hier op ons afkomt. Hoe zal dat zijn voor ons mensen als er een ompoling gaat plaatsvinden?

Als er **geen magnetisme meer is gedurende die nulpunttijd** zal de energie die wij gebruiken zoals **elektriciteit, gas en benzinemotoren, maar ook batterijen en je mobieltje niet meer werken.** Het enige wat het nog doet is **gewoon vuur.** Dat houdt dus ook in dat **het water niet meer uit de kraan komt!** Wel iets om van te voren rekening mee te houden dus. Koken zal ook lastig worden. Maar daar hebben we hoogstwaarschijnlijk ook helemaal geen behoefte aan. **Op lichamelijk niveau zullen we merken dat het moeilijk is gegrond te blijven.**



En we hebben **geen behoefte aan eten**, want ons **spijsverteringskanaal komt praktisch stil te liggen**. Hoogstens aan **drinken blijft er behoefte**. We zullen ons **wat zweverig en licht in het hoofd** voelen. En omdat alles in ons lichaam naar een heel laag pitje gaat, zullen al **onze bewegingen vertraagd** zijn. **Ook ons denken en onze wil zijn vertraagd**. We zullen **volledig passief** zijn.

Dat alles heeft **te maken met onze cellen die elektromagnetisch geladen zijn en dus tot een soort stilstand komen, omdat ze functioneren op basis van het magnetisch veld van de Aarde. Ook de dieren en de natuur komen tot stilstand**. Het is net een **soort winterslaap** waar we in terecht komen. Ik zou me kunnen voorstellen dat **veel mensen er gewoon doorheen slapen. Als je eruit komt duurt het een aantal uren voor je weer gewoon functioneert in je lichaam**. Alles komt weer heel geleidelijk op gang.

### **Onze dagen donker**

Veel mensen hebben wel eens ergens gelezen over de voorspelling dat het **drie dagen donker** zou worden. Dat is **niet het geval**, het zit anders in elkaar, al is het effect hetzelfde. We zullen waarschijnlijk niets meer kunnen zien.

Dat komt omdat ons lichaam zich moet aanpassen aan de aarde nulpuntenergie. De **Maya's denken overigens dat deze blindheid 30 uur gaat duren**. Zowel de voorspelling van de drie dagen blindheid als de 30 uur voorspelling van de Maya's zijn voor mij ook indicatoren dat de **ompoling en de poolverschuiving kortdurend** zullen zijn. Deze blindheid heeft zich bij een aantal, maar niet alle vorige verschuivingen ook voorgedaan. Ook nu, is het dus slechts een waarschijnlijkheid en geen zekerheid.

Als de ompoling langer dan enkele dagen duurt zullen wij een groter probleem hebben. Ons geheugen zal dan namelijk geleidelijk verloren gaan. **Onze hersencellen worden omgeven door een magnetisch membraam rond iedere cel. En onze herinnering wordt hierdoor vastgehouden, net zoals bij een cd of dvd**. En vanaf 8 dagen zonder magnetisch veld neemt ons geheugen af. Dat heeft men gemerkt in de ruimtevaart, waar sindsdien ook een kunstmatig magnetisch veld wordt gevormd om te voorkomen dat de astronauten hun geheugen verliezen in de ruimte. Helaas heeft zich dat de eerste paar keer dus wel voorgedaan met Russische astronauten.

### **Na de omzetting**

En hoe gaat het verder na de ompoling en zoals waarschijnlijk, ook de fysieke poolverschuiving? Aangezien wij ons op dat moment nog in onze **passieve winterslaap** bevinden, zullen we er op het moment zelf niet zoveel van meekrijgen.

Maar daarna gaan we het overal op de wereld merken. Om te beginnen zal de **evenaar verplaatst zijn en onze plaats op de Aarde, ten opzichte van de zon**. Het heeft dus een directe invloed op ons klimaat en ons leven.

**Het is eigenlijk niet voor te stellen wat er daarna precies zal plaatsvinden**. Doet de elektriciteit het nog? Gedurende de poolshift in ieder geval niet, maar daar is een ander geval. Elektriciteit is wisselstroom dus in hoeverre een magnetische ompoling erop van invloed is zou ik niet weten. Voor de rest blijft het gissen want met deze shift van de Aarde is alles anders als alle voorgaande keren.

**Vanuit alle channelings komt telkens weer naar voren dat deze overgangperiode heel anders is als ooit tevoren op enige andere planeet**. Dat maakt ook de vraag of dit alles werkelijk gaat gebeuren zo twijfelachtig.

Vanuit de logica ligt het voor de hand. Maar wij op Aarde worden heel erg ten positieve begeleid door wezens uit hogere dimensies. Zij zijn erop gericht ons goed door dit proces heen te helpen. Daarom denk ik dat we dat voor ogen moeten houden. **Keer op keer wordt ons weer verteld dat alles ten goede zal komen. Dus laten wij daar aan vast houden en op vertrouwen**.

De cyclus van 26.000 jaar is de precessie van de aardas. Vergelijk de Aarde met een tol die niet helemaal rechtop staat. In zijn draaiingen zal de tol een ellipsvormige ronding maken. Dit is ook wat er met de aarde gebeurt en deze ellipsvorm duurt in totaal 26.000 jaar. Daarbij beweegt de Aarde zich gedurende 13.000 jaar van onze Melkweg af en ook weer 13.000 jaar richting het centrum van de Melkweg. De datum 21-12-2012 was de einddatum van een rondgang van deze cyclus, waarna er weer een nieuwe opstart. Deze cyclus wordt ook wel een Galactisch jaar of tijdbaan genoemd.

### **Klimaatverandering**

Doordat de **kern langzamer gaat draaien ontstaat ook de opwarming van de Aarde**. Dat is een indirect proces. **Het magnetisch veld van de Aarde vormt een bescherming van de Aarde tegen heftige zonnewinden**. Doordat nu het **magnetisch veld aan het verzwakken** is, kunnen **zonnewinden een sterkere invloed** krijgen op de Aarde. Hierdoor hebben we ook **meer last van hevige stormen en onweer** en wordt het **weertype beïnvloed**. Niet alleen is het **gemiddeld warmer geworden** maar we merken ook bijvoorbeeld dat een **bepaald weertype langer blijft hangen**. Vooral afgelopen jaar is dat gebleken, de regen in midden Europa, het slechte weer in onze winter en ook de heerlijke zomer die we nu hadden.

**Dynamotheorie:** De binnenste kern van de aarde, die grotendeels bestaat uit ijzer en nikkel, is super heet maar in vaste vorm vanwege de zeer hoge druk die daar heerst, de laag daaromheen (buitenkern van weer ijzer en nikkel) is iets minder heet en er heerst tevens een kleinere druk zwaartekracht) waardoor die vloeibaar is. De binnen- en buitenkern draaien met een verschillende snelheid maar wel in dezelfde richting, daardoor zouden er enorme elektrische stromen ontstaan die de buitenkern magnetiseren.

**Convectiemodel:** De hete, vloeibare buitenkern wordt nog verder opgewarmd door de nog hetere binnenkern waardoor er vele convectiecellen zouden ontstaan in de buitenkern (convectiecellen betekent, dat arme lichte vloeistof opstijgt en koude zware vloeistof neerdaalt). Tegen de rand van de binnenkern zou de vloeibare buitenkern nog sterker verhit worden, het opgewarmde metaal zou daardoor "opstijgen" om verderaf van de binnenkern na lichte afkoeling terug te dalen, men zou dus kunnen spreken van convectie binnen die cellen. Kleine verschillen tussen de vele convectiecellen in de buitenkern zouden ook hier weer resulteren in elektrische stromen die opnieuw een magnetisch veld zouden opwekken.

### **Dimensies**

De overgang naar de 4<sup>e</sup> dimensie. Gaan deze overzettingen van de aarde nu wel of niet gebeuren? Dit staat los van de dimensie verandering die er plaats gaat vinden. **De aarde is op weg om een dimensionele verandering te ondergaan van de 3<sup>e</sup> dimensie via de 4<sup>e</sup> dimensie naar de 5<sup>e</sup> dimensie.**

Er wordt veel over dimensies gesproken als we het hebben over de nieuwe tijd, maar wat zijn nu die dimensies precies? **Dimensies zijn lagen van een bepaald trillingsniveau**. Ter verduidelijking eerst een uitleg over welk trillingsniveau we het hier hebben. **Het gaat namelijk over het elektromagnetisch veld wat zich rond de Aarde bevind. De atmosfeer van de Aarde bestaat uit vele lagen**. Een van de hogere lagen is de elektrisch geladen ionosfeer die op ongeveer 75 km hoogte begint. Tussen de ionosfeer en de Aarde ontstaat een soort tunnel. De positief elektrisch geladen ionosfeer geeft een weerkaatsing met het negatief geladen geomagnetisme van de Aarde. De spanning die hierdoor ontstaat wordt ontladen door de bliksem van onweersbuien. **De resonantie die zich in deze tunnel bevind noemen we de Shumann resonantie, genoemd naar Otto Shumann die dit in 1952 ontdekte.**

Volgens Shumann zat de frequentie van deze laag zo rond de 7,8 hertz ( hertz = het aantal trillingen per seconde).

**Dit atmosferisch veld wordt beïnvloed door de kosmos, de zon, de Aarde, de bliksem en door de mens. (Bliksem genereert negatieve ionen en hoe meer er zich daarvan in de lucht bevinden, hoe prettiger wij ons voelen.**

Het zijn o.a. deze negatieve ionen die de frequentie verhogen). Vanaf de harmonische convergentie, een planeetstand in augustus 1987, is die frequentie geleidelijk omhoog gegaan. Dit is ook de frequentie waar we het over hebben als we spreken over het verhogen van de trilling rond de Aarde. **Niet alleen de atmosfeer rond de Aarde heeft een trillingsniveau maar wij mensen hebben ook allemaal een eigen trillingsniveau wat uit te drukken is in hertz.** Het is de verzameling van onze energetische lichamen, onze aura, die je in dit verband **ook je lichtlichaam** kunt noemen.

#### **Dimensionele frequenties:**

1e Dimensie: hertz 0 t/m 1

2e Dimensie: hertz 1,1 t/m 1,8

3e Dimensie: hertz 1,9 t/m 14,4

4e Dimensie: hertz 14,5 t/m 19

5e Dimensie: hertz 19,1 t/m 26

#### **Dimensies bij de mens**

Omdat **wij mensen zelf ook een elektromagnetisch veld** hebben, **beïnvloeden wij daarmee ook het veld om ons heen.** Net zoals het veld ons weer beïnvloedt. **De mens heeft zelfs als taak om de trillingen uit de atmosfeer via ons lichaam van boven naar beneden te ankeren in de Aarde.** Dat gaat overigens vanzelf via ons energielichaam. **Ons collectieve bewustzijn beïnvloed hierdoor het trillingsveld op een bepaalde plaats op de Aarde (piramide van Gizeh is antenne).** De trilling van de atmosfeer is niet overal hetzelfde. **Hoe hoger in de atmosfeer, hoe hoger de trilling.** Dichter bij de Aarde is de trilling lager en wij mensen hebben daar lokaal een flinke invloed op. Zo kunnen gevoelige onder ons ook zeker de verschillen in trilling in andere landen voelen als ze bijvoorbeeld met vakantie zijn. In de hogere luchtlagen van de Aarde is het trillingsniveau momenteel van 13,9 hz (nov. 2014) en **nu in 2015 is het 16.5 hz.** Maar direct rond de Aarde is dat heel anders. **Nederland zit op gemiddeld 8 hz en dat is het hoogste van de wereld!** Andere landen die **hoog** zitten zijn b.v. **Denemarken, Zweden, Noorwegen, IJsland.** Alhoewel het vlak naast ons ligt, zit **België op 4,4 hz** en dus een **heel stuk lager.** Het collectieve bewustzijn van de Belg is dus lager dan dat van Nederlanders. Syrië zit op een lage hz wat met die oorlog ook niet zo verbazingwekkend is. Mensen die daar naar toe willen voelen zich onbewust aangetrokken tot dat lage frequentieniveau.

#### **De overgang naar de 4e dimensie**

De mate van licht in ons lichtlichaam zegt iets over de **poolverschuiving en de mate van liefde in ons wezen. Hoe hoger het lichtlichaam van trilling is hoe hoger iemands bewustzijnsniveau.** Of de overzettingen van de Aarde nu wel of niet gaan gebeuren iemands bewustzijnsniveau staat los van de dimensie verandering die er plaats gaat vinden. Via kinesiologie (arm drukken) is het mogelijk om iemands bewustzijnsniveau te meten. De Witte Broederschap heeft doorgegeven dat een dimensionele verandering voor een heel aantal mensen nog moet worden ondergaan en dat er nog mensen die in de 2e dimensie bevindt. Hun persoonlijk trillingsniveau komt dus nog niet boven de 1,8 hz uit.

#### **4 Dimensioneel bewustzijn**

De **4e dimensie start op een trillingsniveau van 14,5 hz** en daar zitten we op (16,5 hz). Op basis van ons **collectieve trillingsveld** zijn we nog gaande **voor het veld direct rond de Aarde op dit niveau is.** Maar wat belangrijker is, het **blijft een individuele kwestie** om het 4e dimensionele niveau te bereiken, aangezien dat om een **persoonlijk bereikt licht/liefdesniveau** gaat. We beïnvloeden het met elkaar, maar toch is het vooral een individueel gebeuren.



## **Gevolgen**

Het voorgaande ging vooral over cijfers en hoe bet nu precies in elkaar zit met die frequenties. Uiteindelijk gaat het natuurlijk helemaal niet over de cijfertjes, maar over de gevolgen van die frequenties. **Op menselijk niveau merkt iedereen al veranderingen. Alles is veel sneller aan het gaan.** Een film uit 1985 is al niet meer om aan te zien zo langzaam als alles daarin gaat. **De trillingsverhoging beïnvloedt onze emoties want alle donkere delen daarin die niet corresponderen met de hogere trilling om ons heen komen ongenadig naar boven. Ze willen getransformeerd worden naar het licht. Je kunt het niet meer wegdrücken. Het is een opschoningsproces want we zijn op weg naar meer liefde in eenheidsbewustzijn.** Onze hersens zullen nieuwe idealen openen waardoor we open komen te staan voor een andere manier van denken. Nu gebruiken we nl. maar **10% van onze hersencapaciteit.** We zullen, als een van de belangrijkste veranderingen, **in contact gaan komen met ons hoger zelf. In plaats van God buiten onszelf te zoeken zullen we de goddelijkheid binnen onszelf gaan ervaren.** Het afgescheiden denken van de **3 dimensie gaat over in een open hart en eenheidsbewustzijnsdenken en voelen.**

## **Materiële gevolgen**

De overgang naar de 4e dimensie heeft ook **gevolgen voor kunstmatige materialen. Voor alles wat niet zo in de natuur voorkomt.** Die zullen **uit elkaar vallen en verdwijnen.** En dat geldt dus ook voor **metaallegeringen, dus roestvrij staal** valt daar ook onder. Ik moet direct denken aan de schroeven waarmee mijn man altijd alles aan elkaar vast maakt. Afhankelijk van het soort materiaal zal het verval snel of langzaam gaan. Een proces van vele jaren. U heeft al begrepen uit het voorgaande dat de **hele dimensionele verandering een heel geleidelijk proces is. Zo'n 250 jaar voor 2012 en ook nog een ca 250 jaar na 2012.**

## **De bewustzijnsrasters**

Waarom vallen alle kunstmatige materialen uit elkaar? Dat komt door het menselijke rasterwerk. En hier moet ik iets meer over uitleggen. Elke bestaande levensvorm op Aarde heeft een eigen elektromagnetisch veld nodig om te kunnen bestaan. Een bewustzijnsraster dat in een geometrische vorm rond de Aarde heen ligt. Elk raster heeft een eigen geometrische vorm. **Voor de mens bestaan er momenteel 3 bewustzijnsrasters.**

Het **eerste** is het **Aboriginalraster** dat de oorspronkelijke mens op Aarde vertegenwoordigt. Over de hele wereld verspreid zijn er enkele enclaves die nog steeds functioneren op dit oorspronkelijke raster wat vooraf ging aan de moderne mens. Deze mensen hebben een ander bewustzijn als de moderne mens. Als zij bijvoorbeeld naar een foto kijken kunnen ze wel de kleuren en de vormen zien, maar niet de werkelijke foto. Er is niet zoveel bekend over dit raster.

Maar des te meer over het **tweede raster**; het **menselijk raster van de moderne mens.** In de zestiger jaren heeft de wetenschap hier ontdekkingen over gedaan. **Dit raster is ruim 13.000 jaar geleden ontstaan, zo'n 500 jaar voor de vorige poolshift.**

**Het is een polariteitsraster.** Het is een noodzakelijk raster waar we doorheen moesten met betrekking tot onze bewustzijns groei. Het houdt in dat we de dingen zwart wit zien en over alles een oordeel hebben. We zien zaken in goed, slecht of neutraal, dat hoort bij het polariteitsbewustzijn. In dit bewustzijn wordt een ego in de geest gecreëerd die voornamelijk aan zichzelf denkt en aan de mensen van wie hij/zij houdt. Polariteitsbewustzijn is een bewustzijn van afgescheidenheid. Het is een tegennatuurlijk bewustzijn, want wij zijn een onderdeel van de Bran. Dat zijn we dat nu dus vergeten. Op de knooppunten in de Aarde van de geometrische vormen van dit raster hebben zowel de Russen als de Amerikanen militaire basissen gestationeerd. Dat deden ze omdat ze dachten dat ze op die manier het raster en dus de bevolking konden beheersen.

**Dit tweede raster creëert een werkelijkheid die we met elkaar in stand houden.** Als wij in deze werkelijkheid iets creëren in de materie, dan blijft het bestaan omdat het raster dit in stand houdt.



Maar als het raster instort dan zullen alle voorwerpen die niet natuurlijk zijn en dus door het raster in stand werden gehouden, ook instorten.

### **Het eenheidsbewustzijnsraster**

Het **derde raster** is het eenheidsbewustzijnsraster, oftewel het kristalraster. Het bestond al voor de vorige ompoling, maar is toen door alle catastrofes die de mens veroorzaakte, vernield. Dat was toen eigenlijk niet de bedoeling en het zou in principe 200.000 jaar duren voor we weer terug zouden zijn op het bewustzijnsniveau wat we hadden bereikt. De mensheid zou weer van voren af aan hebben moeten beginnen. We hebben het nu over 13.000 jaar geleden, de eindtijd van Atlantis.

Er zijn toen **dna opgestegen meesters** geweest die tot de Nakals in Atlantis behoorden. Dat was de **toenmalige priesterorde** die vanuit de 4e dimensie de bevolking begeleidde. Deze dna meesters hebben, **met Goddelijke toestemming, besloten om een nieuw raster te creëren, op een kunstmatige wijze.** Die meesters waren **Chequetet, Ra en Aragat.** Chequetet is gedurende 523 jaar koning in Atlantis geweest. Vervolgens

was hij Hermes Trismegistus in het oude Griekenland en daarna de Schriftgeleerde Toth in Egypte.

**De creatie van het nieuwe eenheidsbewustzijnsraster werd gerealiseerd door de bouw van piramides, tempels, kerken en andere heilige gebouwen en structuren van alle religies.** Ze liggen verspreid over de hele wereld. Het hele plan werd in een paar uur gemaakt in de 4 dimensie, maar de uitvoering zou nog 13.000 jaar in beslag nemen, want nu moest het plan nog langzaam in de 3 dimensie getrokken worden en dat vergde die tijd.

**Deze gebouwen die voornamelijk de afgelopen 6400 jaar zijn gebouwd, zijn bedoeld om ons op een kunstmatige manier te helpen een hoger bewustzijn te krijgen. Om ons te brengen naar het niveau waar we nu zijn. Al die heilige gebouwen, het zijn er 83.000 over de hele wereld, vormen met elkaar een raster.** Ze zijn allemaal op zeer nauwkeurige plaatsen in de wereld gebouwd. **Ze deden dit om de energiestromen te veranderen, waardoor een ander geometrisch veld rond de Aarde ontstond, wat uiteindelijk het eenheidsbewustzijnsraster vormt.**

Het eerste gebouw wat ze creëerden was de **Grote piramide in Gizeh.** Deze is nog voordat Atlantis zonk gebouwd. En gebeurde in een aantal uren!! **De piramide is namelijk d.m.v. bewustzijn gebouwd,** niet door lichamelijke arbeid. En wel **vanaf de top naar beneden.** En dit is wetenschappelijk bewezen door de Egyptenaren, maar die willen daar nu natuurlijk niet meer over praten.

Bij de bouw en locatiebepaling van alle heilige gebouwen op dit raster zijn de betrokkenen vooral **onbewust geïnspireerd geweest met informatie uit de 4 dimensie. Als het eenheidsbewustzijnsraster helemaal af is en functioneert, zullen al die piramides en heilig plaatsen niet meer van nut zijn.** We zullen vrij zijn en op eigen kracht verder kunnen. En in wezen is dat **al enigszins het geval,** want het **eenheidsbewustzijnsraster is sinds kort af. Maar het is een soort baby die zich nog moet ontwikkelen.** Alle processen hebben een geleidelijk verloop. Zo ook de overgang van het ene bewustzijnsraster naar het andere. Vooral Drunvalo Melchizedek heeft een belangrijke rol gehad in de vervolmaking van het raster. Hij heeft daar ook een boek over geschreven, "de Kundalini van de Aarde".

### **Verval en opkomst**

Maar terug naar **waarom de rasters een rol hebben in de materiële veranderingen die zullen ontstaan als we in de 4<sup>e</sup> dimensie zijn gekomen.** Het tweede raster, dat van de moderne mens, zal dan niet meer van toepassing zijn. Het stort geleidelijk in. **Het is juist dat tweede raster wat alle kunstmatige dingen die wij hebben gecreëerd, in stand houdt. Met het instorten van het tweede raster zullen dus ook alle**

**aspecten die het in stand hield, vervallen.** Aangezien alles geleidelijk gaat, kan dat wel honderden jaren duren.

**Dus niet alleen de materie wordt in stand gehouden door een raster, maar ook onze manier van denken en doen. Vandaar ook dat ons denken zal veranderen van polair naar eenheidsbewustzijn. Alles wat niet zuiver en vanuit het hart is zal geleidelijk aan instorten.** Dat is wat we nu al heel goed aan het merken zijn. Ons financiële systeem deugt niet en zal verder instorten. Hoe het dan verder moet? Zonder geld! Een wereld zonder geld en zonder oneerlijk systemen. Een heel nieuwe manier van met elkaar omgaan en leven. Een manier van samenwerken vanuit ons hart.

Het staat allemaal beschreven in het boek "De samenleving 2015" van Christoph Fasching.

### **Samenhang**

Wat is nu precies de samenhang van dit alles? Er is een groter plaatje, en dit begint met de cycli. We hebben het **Galactisch jaar van 26000 jaar. Als de Aarde zich van het centrum van de Melkweg af beweegt, dan heeft dat gevolgen voor hoe wij ons hier op Aarde voelen. We keren ons letterlijk van het licht af.** Dat is wat er ruim 13000 jaren geleden gebeurde. De veranderingen die hiervan het gevolg waren zijn zowel fysiek in de zin van een poolverschuiving en ompoling, als energetisch. We gingen toen van de 4<sup>e</sup> naar de 3<sup>e</sup> dimensie. Ook verviel het kristalraster waar we alleen nog toegang hadden tot het raster van de moderne mens. Het raster wat los staat van het eenheidsbewustzijn, maar gericht is op gevoelens van afgescheidenheid. De trilling om ons heen werd lager en lagere gevoelens in ons mensen kwamen sterk naar boven om uitgewerkt te kunnen worden. We gingen ons leerproces in. Nu bevinden we ons weer aan het eind/begin van een cyclus en zijn we op weg naar het centrum van de Melkweg en gaan we naar het licht toe. **De polen gaan weer veranderen en we maken de sprong van de 3<sup>e</sup> naar de 4<sup>e</sup> dimensie. En nu ook het kristalraster weer functioneert zijn we op weg naar eenheidsbewustzijns denken.** De trilling om ons heen is zich aan het verhogen en wij gaan daarin mee. **Ons hart zal zich openen en we komen te staan voor grotere innerlijke wijsheid en creatieve en spirituele groei. Op weg naar harmonie en positieve samenwerking met elkaar. En wat vooral duidelijk moge zijn; alles hangt met alles samen.**

### **Literatuurlijst:**

De Maya Ouroboros door Drunvalo Melchizedek

De kundalini van de Aarde door Drunvalo Melchizedek

De geometrie van de Schepping Deel 2 door Drunvalo Melchizedek

De geometrische vorm van het kristalraster, verwacht niet dat direct alles om je heen zal instorten. Uiteindelijk zullen alle voorwerpen die niet natuurlijk zijn, terugkeren naar materialen waar ze vandaan kwamen, zonder een spoor achter te laten. En dit is ook precies de reden waarom wij zo weinig kunnen terugvinden van oude culturen als Atlantis. Ook toen hebben de materialen de ompoling niet overleefd. Het ging toen om een shift van de 4<sup>e</sup> naar de 3<sup>e</sup> dimensie en daarmee stortte het eenheidsbewustzijnsraster dat toenmalige materialen in stand hield, in. Telkens wanneer er een dimensieverschuiving plaatsvindt, schoont het Universum de oorspronkelijke werkelijkheid op.

Door Sylvia de Court Onderwater

\*\*\*\*\*

Er zijn vele interessante websites waar ieder een eigen waarheid of een deel van de waarheid verkondigt. Ongemerkt delen we van alles zonder de waarheid te controleren. En wat is de waarheid, waar komt deze vandaan? We worden behoorlijk door elkaar geschud en met onze gevoelens geconfronteerd. Er ontstaan tegengestelden; voor of tegen; een tussenweg lijkt niet mogelijk. Hierbij wordt een deel van de waarheid overgeslagen. Namelijk dat niet alles donker of licht is en dat wij een keuze hebben om in onszelf door vernieuwde inzichten te kunnen veranderen. Hoe wij denken en kijken is onze waarheid en tegelijkertijd de waarheid geworden. Deze waarheid kunnen we vanuit dualiteit beleven of vanuit eenheid. Wanneer wij vanuit eenheid onze krachten bundelen komt de ruimte van waaruit iets nieuws kan ontstaan.

Ons doel is elkaar te verrijken met informatie zodat ieder vanuit het hart, gedachten kan transformeren. Om te voorkomen dat je in een gat valt, verbinden wij vanuit ons netwerk gelijk gestemde zielen. Wij organiseren verschillende activiteiten met de mogelijkheid elkaar te ontmoeten.

Bij het ontwaken voelt het alsof je een ander soort eigen verantwoordelijkheid, een diepere verantwoordelijkheid terug in handen neemt. Je krijgt te maken met een soort transformatieproces.

De kern is vertrouwen in jezelf. Ga af op je gevoel, jij hebt de oplossing zelf in handen en jij bent de oplossing om het verschil te kunnen maken. Als er voldoende jij's zijn kunnen we met elkaar de wereld veranderen.

Het bewustwordingsproces:

Je kunt vanuit een helicopterview een overzicht maken: oude kennis/nieuwe kennis. Weet dat je een eigen keus hebt, de boodschap negeren of oppakken. En dat deze keuze mede bepaalt welke emotie en gevoelens je hierbij zelf toelaat.

Sluit een pact met jezelf, zorg dat je met het ontvangen van de informatie deze liefdevol afsluit.

Ga met je gedachten naar je hart en voel wat jouw oplossingen zijn. Oplossingen die vanaf dat moment bij je passen. Zorg dat je iemand hebt bij wie jij je verhaal kwijt kunt.

Breid je netwerk uit om met de vrijgekomen energie aan het werk te kunnen gaan.

*Er zijn verschillende oefeningen op internet te vinden die je kunt doen om jezelf te beschermen. Houd dan rekening met...*

Het Geheim van een Goede Afscherming  
Hagetessa [www.energiewerk.aanhet.net](http://www.energiewerk.aanhet.net)

*Ben je erg gevoelig voor sfeer? Ben je het zat om plekken te mijden omdat er zo'n nare energie hangt? Neem je emoties of andere zaken van anderen over? Heb je veel last van drukke plekken? Of ben je altijd degene bij wie mensen hun ellende uit komen storten zodat ze jou na afloop doodmoe achterlaten? Dan is het tijd om eens naar je grenzen te kijken.*

*Er zijn allerlei manieren om een grens neer te zetten, van jezelf in het licht zetten tot een piramide om je heen.*

*Ik heb in mijn praktijk al veel mensen ontmoet die al verschillende methodes geprobeerd hadden, maar er steeds achter kwamen dat ze voor hen niet werkten. Als dat voor jou ook zo is, dan is wat volgt interessant.*

*Er zijn een paar geheimen die horen bij het afschermen van je aura:*

*- Ook dit werkt niet zonder te oefenen*

*Als je iets wilt gebruiken in een situatie waarin je het nodig hebt, moet je het trainen in gewone situaties, zodat je onderbewuste deze nieuwe manier van doen gaat vertrouwen. Anders schiet je gewoon weer in je oude, niet effectieve manier van doen.*

*- Je idee over afschermen moet bij je passen*

*Ik hoorde ooit iemand zijn afscherming omschrijven als een ijzeren gordijn. En wie wil daar nou achter zitten? Kies dus een symbool waarbij je je comfortabel voelt om dat de hele dag om je heen te hebben.*

*- Een bescherming gaat niet alleen om dingen buiten je houden, maar ook om dingen doorlaten*

*Het ijzeren gordijn van hierboven beschermt tegen alles. Maar niemand wil alles buiten zich laten. Dingen als positieve verbindingen, de natuur, en goede sferen willen de meesten van ons natuurlijk wèl.*

*- Hoe beter je nee kunt zeggen, hoe beter je jezelf af kunt schermen*

*Als je de tips hierboven (al) toepast en het werkt toch niet, of niet goed genoeg, dan zit er een diepere oorzaak.*

*Mag je jezelf wel afschermen? Of ben je misschien bang om informatie te missen omdat je zo gewend bent alles binnen te laten? Dan is het zaak om aan de diepere oorzaak te gaan werken.*

