



Nieuwsbrief nr. 7, oktober 2017

De waarde van liefdevolle grenzen

Als mens hebben we niet alleen recht op gezonde grenzen, zodat we ons fysiek, mentaal, emotioneel en spiritueel vrij kunnen bewegen; je zou het ook een spirituele plicht kunnen noemen.

Allemaal dragen we die kostbare, heilige ruimte in ons mee die we moeten beschermen tegen de krachten van het eigen ego en tegen de negatieve invloed die anderen op ons kunnen hebben.

Het valt mij op dat het vooral degenen zijn die liefde en spirituele zuiverheid nastreven, soms moeite hebben hun grenzen – en dus ook het heilige in zichzelf – te bewaken. Door hier te terughoudend in te zijn, lopen we het risico dat onze innerlijke ruimte vertroebeld wordt en dat de ontplooiing van ons innerlijk wezen gevaar loopt. Sommigen laten het na uit angst voor een (nog groter) conflict, anderen zijn vooral bang de ander te kwetsen. En zo zijn er vele redenen te bedenken waarom we onze grenzen niet stellen.

Toch is dat stellen van grenzen niets anders dan een uiting van liefde en van eerlijk jezelf zijn. En als de ander daar dan door geraakt wordt, moeten we ons afvragen wát het dan in die ander is wat geraakt wordt. Is dat het ego van de ander of is het zijn of haar ware innerlijke wezen?

Het ego vindt het nooit prettig om begrensd te worden en daarom zal het natuurlijk gaan tegenwerken. Daarom moeten we weerbaar zijn tegen de egokrachten in en buiten onszelf.

Maar er is een valkuil: we moeten er evengoed voor waken onze grenzen niet vanuit ons ego te stellen. Want daarmee ontlopen we misschien een belangrijk leermoment of bewustwordingsproces. Het ego sluit zich daar meestal het liefst voor af, bang om zichzelf te verliezen. Zodra we het ego namelijk doorzien, verliest het onmiddellijk zijn macht over ons; dan dringen we door tot die diepere laag van bewustzijn, ons ware zelf. De ontmaskering van het ego vindt plaats door bewustwording.

En om dat ware zelf gaat het. Dát moet immers de ruimte krijgen op aarde, want dat komt niet alleen onszelf, maar ook onze naasten, de schepping en het goddelijk verlossingsplan ten goede.

Alles in de schepping heeft grenzen nodig, niets uitgezonderd. Ons fysieke lichaam leert ons dit al, zoals het stoffelijk lichaam in meerdere opzichten onze leermeester is. Zo beschermt onze huid ons tegen ongewenste indringers en is ons hele immuunsysteem erop ingericht deze indringers te bestrijden en naar buiten te werken. Het lichaam is ook hier een spiegel van de ziel en leert ons daarmee ook de les van het grenzen stellen.

Hoe meer we vanuit onze ware kern leven en naar die intuïtieve innerlijke leiding luisteren, des te eerder zullen we een (dreigende) grensoverschrijding opmerken. Dat is het moment dat we in actie moeten komen. Ons denken springt hier – onder invloed van ons ego – dikwijls bovenop om het de kop in te drukken. Albert Einstein zei het al:

“Onze intuïtieve geest is een godsgeschenk en ons verstand is een dienaar.

We hebben een maatschappij gecreëerd die de dienaar vereert en het geschenk is vergeten.”

Wijze en vooral ware woorden die ons allemaal iets te zeggen hebben. Staan we werkelijk stil bij wat we voelen? Of luisteren we naar ons verstand dat geneigd is onze oorspronkelijke grenzen af te zwakken?

Het leven vanuit die diepere laag maakt dat we in harmonie met ons levensplan zullen leven. Ontstaat daar een conflict, dan zal dit ons ware zelf de ruimte ontnemen of zelfs verstikken.

Grenzen moeten we op alle terreinen stellen. Vooral als het om bekenden gaat die onze grenzen schenden, kan het moeilijk zijn voor jezelf op te komen. Misschien ben je bang die ander kwijt te raken.

En toch is het de moeite waard, omdat de ontplooiing van je ware zelf voorop staat. Dat heeft voor jou de

hoogste prioriteit. Dat is geen egoïsme, maar een diep en bewust respect voor je ware zelf. Zuivere grenzen zullen altijd verbonden zijn met de liefde en met bewustzijn. Dan is de grenzenkracht een gezegende kracht. In de handen van het ego zal het al snel een vloek worden.

Tijdens de totstandkoming van mijn boek 'Het volgende tijdperk' werd het me door de engelenwereld al heel duidelijk gezegd: We leven in een overgangstijd en in die periode zullen er steeds meer gevoelige kinderen geboren worden die de gezonde grenzen harder nodig hebben dan ooit tevoren.

Het is aan ons, volwassenen, hier rekening mee te houden, zodat we ook de komende generaties de handvatten aanreiken waarmee ze dat nieuwe tijdperk zullen kunnen binnentreden.

Roelof Tichelaar

Roelof Tichelaar is spiritueel therapeut, auteur, docent weerbaarheid en spiritualiteit en geeft lezingen.
www.roeloftichelaar.nl

Opbrengst boekenmarkt

De boekenmarkt die we tijdens de lezing op 5 september jl. hebben gehouden, heeft € 212,70 opgebracht. De penningmeester heeft dit bedrag overgemaakt naar Stichting Lindenhof van Marcel en Marijke Messing.

Donaties

In de Nieuwsbrief van september hebben wij aan onze donateurs verzocht om hun bijdrage voor 2017-2018 aan ons over te maken. Wij danken u voor uw betaling. Onze penningmeester heeft echter nog niet alle betalingen ontvangen.

Wij verzoeken u daarom eens na te gaan of u al betaald heeft en dat zo nodig alsnog te doen. U kunt uw betaling overmaken naar IBAN NL 08 TRIO 0254 4199 33 van Stichting Innerlijk Besef te Beilen. De penningmeester is verhuisd naar Beilen. Wij ontvangen uw betaling graag voor 16 oktober 2017.

Heeft u vragen over donaties, dan kunt u daarmee terecht bij onze penningmeester. Dat kan per e-mail naar penningmeester@innerlijk-besef.nl of telefonisch: 0593-565102.

De islam vanuit het perspectief van het esoterische christendom

Lezing door Hans Stolp, op DONDERDAG 5 oktober 2017 om 19.30 uur in Zalencentrum Hingstman te Zeijen.

Het wordt de hoogste tijd om ons te bezinnen op de islam. Niet alleen is de islam inmiddels een onderdeel van de Nederlandse samenleving geworden, maar door het islamitische terrorisme is deze religie ook omstreden geraakt. Hoe kunnen we nu op een zinvolle manier, zonder vooroordelen, tegen deze religie aankijken? Bij de lezing willen we dat doen vanuit het perspectief van het esoterische christendom.

Alle godsdiensten leveren door de eeuwen heen een eigen bijdrage aan de ontwikkeling van de mens. Daarom zijn alle godsdiensten belangrijk en zinvol: we hebben ze allemaal nodig (gehad) bij onze menselijke ontwikkeling. Toch zijn de verschillende religies zeker niet gelijk aan elkaar, zoals ten onrechte wel gedacht wordt. Zo zijn de islam en het christendom beide weliswaar 'een monotheïstische godsdienst' en 'een religie van het boek', zoals de islam zegt, maar tegelijk zijn ze heel verschillend. Het is belangrijk om ons dit verschil bewust te worden: pas dan leren we el-

kaar beter te begrijpen.

Vanuit het christendom gezien is het grootste verschil dit: dat de islam zegt dat Allah geen zoon heeft en dat Mohammed een profeet is (en niet de zoon van Allah). De islam wijst dan ook de Drie-eenheid af. Dat is daarom belangrijk, omdat volgens het christendom de Drie-eenheid het ontwikkelingsproces van de mens weerspiegelt, ofwel zijn voortdurende groei naar een hoger bewustzijn. Het monotheïsme van de islam blijft daarentegen vasthouden aan het besef dat God boven en buiten ons te vinden is, maar niet in ons. Voor het christendom is vrijheid essentieel (pas dan kan de mens de weg naar binnen gaan en zich bewust worden van de Geest of het hoger Zelf), terwijl voor de islam vooral gehoorzaamheid en overgave aan Allah belangrijk zijn.

Dit verschil in visie leidt tot een verschil in levenshouding.

Naast dit verschil zijn er natuurlijk nog andere die even belangrijk zijn. Graag licht ik bij de lezing deze verschillen (met respect voor beide religies)

toe. Daarnaast zullen we merken dat bezinning op de islam ook inhoudt dat we ons bewust worden van de essentie van het christendom!

Hans Stolp (1942) is pastor en auteur. Hij studeerde theologie aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Later bestudeerde hij de psychologie van G.C. Jung en maakte hij een studie van het esoterische christendom. Na zijn studie werd hij docent in het middelbaar onderwijs, waar hij geschiedenis, maatschappijleer en godsdienst doceerde. Daarnaast was hij schooldecaan.

In 1978 werd hij ziekenhuispastor van het AZG in Groningen. Daar was hij de metgezel zowel van volwassenen, als van kinderen in hun laatste levensfase. In 1987 werd Hans benoemd tot radio-



pastor van de IKON, welke functie hij vervulde tot begin 1994. Hij legde toen dit werk neer, om zich volledig te kunnen wijden aan het esoterische christendom. Sinds die tijd geeft hij cursussen en lezingen over dit thema, o.a. voor Stichting De Heraut. In zijn werk maakt hij de oorspronkelijke, spirituele of esoterische christelijke traditie (weer) voor een breed publiek toegankelijk. Behalve in Nederland geeft hij ook lezingen in Duitsland, Zwitserland en Oostenrijk. Voor Stichting De Heraut geeft hij op zaterdagen lezingen en cursussen in Amersfoort.

De actuele onderwerpen van die lezingen kunt u vinden op www.stichtingdeheraut.nl onder 'Lezingen'.

Hans' persoonlijke website is: www.hansstolp.nl.

Verandering in het programma

Willem de Ridder zou op zondagmiddag 22 oktober a.s. bij ons een verhaal komen vertellen, maar hij heeft helaas afgezegd om gezondheidsredenen.

In zijn plaats komt nu Abe van der Veen (Abe de Verteller) die middag bij ons spreken.

Parzival en de Graal

Het machtige middeleeuwse ridderverhaal verteld door Abe de Verteller

Aansluitend lezing over de prachtige en diepzinnige beeldspraak in dit verhaal.

Abe van der Veen, Alias Abe de Verteller zal het machtige middeleeuwse ridderverhaal vertellen van Parzival en de Graal. Dit doet hij in een versie waarin elementen worden gecombineerd van de tekst van Chrétien de Troyes en die van Wolfram von Eschenbach.

Ook vertelt hij het begin van het verhaal van de Queeste naar de graal door die andere grote Graalridder Galahad.

Abe gaat daarna, tijdens zijn lezing, dieper in op de prachtige en diepzinnige beeldspraak die te vinden is in deze verhalen van de Heilige Graal.

Zowel voor de antroposofie, de vrijmetselarij als voor de rozenkruisers is dit een zeer belangrijk en krachtig symbool.



De betekenis van de Heilige Graal is rijk. Zij is niet alleen te zien als de beker waarin het bloed van Christus werd opgevangen, maar ook – in één middeleeuwse versie – als een edelsteen die uit de kroon van Lucifer is gevallen! In de Graalprocessie dragen geheimzinnige vrouwen verder ook nog een gebroken zwaard en een lans die bloed druppelt. Met deze vier schatten: de beker, de steen, de lans en het zwaard, vinden we de vier elementen bij elkaar. Elementen die onder andere terug komen in de tarot, de Ierse mythologie en in het huidige kaartspel. Het is aan de ridders van koning Arthur om deze schatten terug te vinden om de gewonde koning te genezen en om de verwoesting van het land te stoppen. Laagje voor laagje zal Abe proberen door te dringen tot de diepste betekenis van de Graal en de vier elementen!

De website van Abe vindt u op www.abedeventeller.nl.

Wanneer: Zondagmiddag 22 oktober 2017
Waar: Zalencentrum Hingstman te Zeijen.
Hoe laat: 14:00 - 16:30. Inloop vanaf 13:30 uur.
Entree: € 10,- per persoon, donateurs Innerlijk Besef € 8,-
Jongeren tot 22 jaar: € 6,-
Deze prijzen zijn inclusief 1 consumptie.

Verslagschrijver (m/v) gezocht

Wij zoeken mensen die ons willen helpen met het schrijven van verslagen van onze lezingen. Een van de schrijfsters is helaas gestopt, dus de groep verslagschrijfsters heeft dringend versterking nodig. Dankzij de inzet van deze dames kunt u in iedere Nieuwsbrief het verslag vinden van laatstgehouden lezing!

Als u ook wilt helpen met verslagen schrijven, krijgt u een geluidsopname van de lezing. U kunt daar thuis rustig naar luisteren en zo het verslag maken. Het gaat om 2 verslagen per jaar (voorjaar en najaar).

Wilt u meedoen? Neemt u dan even contact op met Ruth, bijvoorbeeld tijdens een lezingavond. U mag haar ook bellen op 0592-314290. Een mailtje sturen naar nieuwsbrief@innerlijk-besef.nl kan ook.

De Pijnappelklier Jouw kosmische antenne

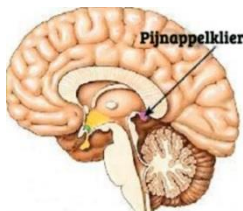
Verslag van de lezing door Dr. Saskia Bosman, bioloog, op dinsdag 5 september 2017 in Zalencentrum Hingstman te Zeijen.

Saskia Bosman, is bioloog en ZZP-er. Zij houdt een leerzaam en goed te volgen verhaal over *de pijnappelklier* 'als bemiddelaar tussen binnen en buiten ons'. Al promoverende ontdekte ze in wetenschappelijke literatuur steeds meer informatie over o.a. de pijnappelklier. Dit kleine orgaantje blijkt erg belangrijk te zijn. We zien veel plaatjes voorbij komen, waarvan hier enkele. Na een mooie geleide meditatie spitsen wij onze oren.

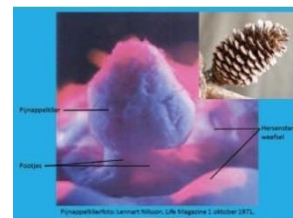
Wat is de pijnappelklier?

De pijnappelklier, ofwel *epifyse*, is ca 5-7 mm lang en weegt maar 100 tot 150-duizendste gram. Een heel klein pukkelkje in ons brein maar oh zo belangrijk. Op de foto is deze duidelijk te zien. Je kijkt hier tegen de binnenkant van een rechter hersenhelft aan met de hersenbalk (corpus callosum). Dat is een dikke bundel van circa 300 miljoen hersenceluitlopers, die linker- en rechterhersenhelft met elkaar verbinden via elektrische signalen. De hypofyse hangt als een druppel aan de bovenkant van de hersenstam, achter boven je neusholte. De hypofyse en epifyse zijn allebei hormoonklieren.

- De pijnappelklier is een hol orgaantje dat in verbinding staat met de 3^e hersenholte, het is, net als de beide hersenhelften, gevuld met hersen/ruggemerg-vloeistof. Aan de buitenkant steekt hij uit in een bloedholte.



- pijnappelklier-cellen maken hormonen. Hiermee regelen ze slapen, waken en ons bewustzijnsstaat (later meer).
- De pijnappelklier geeft zijn hormonen af aan de bloedbaan, maar ook direct aan de hersen/ruggemerg-vloeistof, zodat deze heel snel bij andere hersengebieden kunnen komen.
- Uitlopers van de zenuwcellen (neuronen) van de pijnappelklier zitten via 2 holle pootjes vast aan de hersenstam waardoor hij ook via elektrische signalen kan communiceren met de hersenen.
- Dus communicatie met de hersenen via elektrische signalen en hormonen. Via hormonen met de rest van het lichaam, bijvoorbeeld met ons afweersysteem.



Waar vinden we onze pijnappelklier?

Deze is in 3 richtingen te vinden:

1. De pijnappelklier ligt op een denkbeeldige lijn tussen de bovenaanhechting van je beide oren.
2. De lijn tussen circa drie vingers boven de achterrand van je schedel, en het punt tussen je wenkbrauwen (waar ze bijeen zouden komen) gaat door je pijnappelklier heen.
3. Op de lengte-as van je lichaam, deze valt samen met het centrale verticale energiekanaal.

Door het punt bovenop je hoofd aan te raken, activeer je de pijnappelklier al. Die punten staan subtiel energetisch in contact met de pijnappelklier en dat doet al iets met de pijnappelklier.

Wat doet de pijnappelklier?

De pijnappelklier maakt in deze volgorde hormonen aan:

- tryptofaan (is een aminozuur)
- serotonine
- melatonine → pinoline
- 5 Meo-Tryptamine → 5 Meo-DMT
- DMT

Aminozuren zijn bouwstenen voor eiwit, maar de pijnappelklier maakt van het aminozuur tryptofaan hormonen i.p.v. eiwit.

- **Licht.** Onze ogen registreren het licht en dat het overdag is. Door een zenuwverbinding via netvlies met de hersenen registreert de pijnappelklier dit en zet tryptofaan om in het hormoon serotonine; een waakhormoon, waarvan we wakker blijven. We worden eerst wakker van een beetje cortisol uit de bijnier. Intussen maakt de pijnappelklier serotonine aan. We blijven wakker zolang het licht is.
- **Donker.** 's Avonds als het donker is, wordt de pijnappelklier geïnformeerd door onze ogen en zet de pijnappelklier serotonine om in het slaaphormoon melatonine. We slapen totdat het weer licht wordt. Dan wordt tryptofaan weer omgezet in serotonine.

Het licht komt via het netvlies van de ogen door een aantal lagen en via ganglioncellen bij de pijnappelklier. De ganglioncellen hebben het pigment melatonine dat het indigoblauwe licht absorbeert. Er is een zenuwverbinding via de oogzenuw, het schakelt een paar keer over in de hersenen en een stukje in het ruggenmerg van de hals en dan komen de elektrische signalen van indigoblauw licht (onderdeel van wit licht, zoals daglicht) bij de pijnappelklier terecht.

Voor het blauwe licht (kunstlicht) van pc, tv, tablets, smartphones e.d., moeten we oppassen. Ze hebben een enorme piek in het indigoblauw en beslaan een groot deel van je visuele veld. Gelukkig is daar tegenwoordig heel gemakkelijk iets aan te doen. Kijk bij de app-store voor het installeren van een gratis "blauwfilter, waardoor je 's avonds zonder gevaar naar je beeldscherm kunt kijken en je beter inslaapt, dieper slaapt en niet zo vaak wakker wordt. Het is beter om in huis een lamp met een warme kleur aan te hebben dan een wit ledlicht in verband met de blauwcomponent.

Hoe helpen we de pijnappelklier om gezond te blijven?

- Door verstandig om te gaan met licht. Volg een gezond dag en nachtritme. Stel je 's avonds niet teveel bloot aan blauw licht.

Er kunnen slaapproblemen ontstaan. Zit overdag niet teveel in het donker. Veel in het donker zijn overdag (bijv. Scandinavische landen) maakt dat de pijnappelklier denkt dat het nacht is en produceert hij het slaaphormoon melatonine, waardoor het ritme van het lichaam uit de pas raakt met het ritme van de aarde. Voor mensen die er gevoelig voor zijn, kunnen depressieklachten ontstaan. Op den duur kunnen er zelfs klachten ontstaan als gevolg van een slecht functionerend immuunsysteem. Immuncellen hebben n.l. melatonine nodig om te kunnen functioneren zodat ze het lichaam kunnen verdedigen tegen indringers en ook kankercellen. Als er te weinig melatonine 's nachts in het bloed komt, dan functioneert het immuunsysteem ook maar zwakjes en kan het chronisch vermoeidheidssyndroom ontstaan. Een symptoom hiervan kan depressie zijn.

- **Via voeding.**

De pijnappelklier maakt al zijn hormonen uit tryptofaan. Dit aminozuur maakt het lichaam zelf niet en moeten we dus uit de voeding halen. Tryptofaan vind je vooral in zonnebloem- en pompoenpitten, linzen, dadels, roomkaas, eieren, granen, zilvervliesrijst en sesamzaad. Daarnaast zijn bananen, noten en pinda's belangrijk, omdat daar de hoogste concentratie tryptofaan in zit. Tryptofaan wordt bijzonder goed door de hersenen opgenomen als deze voedingsmiddelen gecombineerd worden met iets zoets, zoals honing of ahornsiroop. Rijpe bananen en dadels zijn al een zoetmiddel. Deze levensmiddelen kunnen helpen om gemakkelijker in slaap te vallen en ook in het kalmeren van nervositeit en angst. Eetpatroon veranderen met deze voedingsmiddelen kan al enorm helpen bij depressieklachten.

- **Voorkom verkalking** (zie verdere uitleg), doe meditatie, yoga en klankzingen.

Pijnappelklier en kristallen

Pijnappelklier-cellen zijn niet alleen zenuwcellen en hormoonproducerende cellen, maar ze produceren ook nanokristallen (100 tot 200-miljoenste mm) als enige zachte weefsel in het lichaam. De componenten zijn calciet als voornaamste, hydroxyapatiet en magnetiet die zich groeperen in bolletjes tot een soort bramen die weer met eiwitdraden aan het celskelet vastzitten. Saskia laat de kristallen rondgaan, zodat we ze kunnen voelen. Magnetiet is gevoelig voor magnetische velden en de andere twee kristallen voor elektrische velden. Er is verschil met de aardekristallen.

De wetenschap weet officieel nog niet waar de kristallen in de pijnappelklier voor dienen, maar enkele wetenschappers denken dat ze bijna een soort radiokristallen zijn, een soort antennes voor elektrische en magnetische velden. Ze zouden ons richtingsgevoel kunnen bepalen, dus ons aardmagnetisch veld.

Bij verkalking van de pijnappelklier (voornamelijk calciëtvorming) gaan de bolletjes samenklonteren en uit de cel knappen samen met naburige cellen. Dat kan eruit zien als op dit plaatje. De bovenkant is het verkalkte gedeelte. Men heeft door onderzoek vastgesteld dat het niets met veroudering te maken heeft. Het blijkt dat mensen met een verkalkte pijnappelklier meer last hebben van slapeloosheid en daardoor vermoeidheid overdag, maar ze hebben ook last van een slecht richtingsgevoel. Zelfs postduiven kunnen een verkalkte pijnappelklier hebben met alle gevolgen.



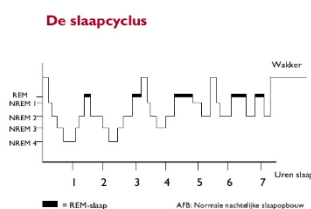
Waardoor verkalkt onze pijnappelklier?

Voornamelijk door wat we binnen krijgen, vooral fluoride en aluminium. Fluoride zit in heel veel tandpasta's. Bij de natuurwinkel kun je fluoride-vrije tandpasta kopen. Aluminium vind je in aluminiumfolie en pannen, maar ook in heel veel deodorants bij de supermarkt of drogist. De witte halfdoorzichtige kristallen zijn gemaakt van aluïn. Dit is helaas een aluminiumzout. De natuurwinkel verkoopt aluminiumzout-vrije deodorant gebaseerd op essentiële oliën.

Een pijnappelklier kun je gelukkig ontkalken, wel met een dure manier, met groene algen (chlorella) of spirulina als tweede keus. Maar let op het etiket of bijsluiter: de celwanden moeten gebroken zijn! Onze maag breekt die celwanden van een alg niet af en we hebben juist de inhoud van de algencellen nodig. Een goedkoop middel is dagelijks door de dag heen water met wat citroensap drinken, wat al een enorm ontkalkende werking heeft. Zowel het water met het citroensap als de groene algen (in pil- of poedervorm) hebben in het algemeen een ontgiftende werking op het lichaam en dus ook op de pijnappelklier. Oosterse wetenschappers zeggen dat meditatie, yoga en klankzingen de pijnappelklier op een gezond niveau houden.

De rol van pijnappelklier in verschillende bewustzijnslagen

Ieder normaal functionerend mens maakt verschillende bewustzijns-lagen mee, zoals wij dit dag en nacht meemaken. Denk eens aan hoe wij door onze slaapcycli heen gaan. We komen in steeds diepere slaapstadia. De grafiek geeft het slaappatroon gedurende 8 uur weer.



De slaapacties worden gemeten aan de hand van ademhaling, hartslag, hersengolven. De zwarte blokjes geven de zgn. REM-fase aan (Rapid Eye Movement) met actiedromen. Het lichaam ligt dan als verlamd op bed, alleen de ogen bewegen. We hebben dan onze meest levendige dromen, waarin we bewegen, emoties voelen, kleuren zien,

communiceren, etc. In andere fasen zijn dromen eerder passief, als een soort gesprekken of gedachten. Op een gegeven moment word je wakker, eerst door cortisol. De pijnappelklier krijgt via een seintje van je ogen informatie dat het dag wordt en gaat melatonine weer omzetten naar serotonine.

Ook als we mediteren gaan we door verschillende bewustzijnsstadia heen. Door je ogen dicht te doen, denkt de pijnappelklier dat het al nacht geworden is en begint serotonine om te zetten in melatonine. Als je er in slaagt om wakker te blijven, raak je steeds dieper ontspannen. In het begin van de meditatie moet je jezelf misschien een zetje geven om mee te gaan, maar op een gegeven moment ervaar je dit min of meer spontaan en dan kan het zijn dat er ook nog je eigen innerlijke beelden bijkomen. Dan zit je al in een heel andere staat van bewustzijn en ben je de melatonine-productie-periode voorbij. De melatonine wordt dan namelijk omgezet in een aantal visionaire bewustzijns-uitbreidende hormonen. Dus onze eigen gemaakte drugs, kun je zeggen.

Melatonine wordt vlak vóór de REM-fase omgezet in een 3-tal visionaire hormonen die je echt in een andere bewustzijnsstaat brengen, of je nu slaapt en op het punt staat te dromen, of dat je nu wakker bent en in diepe meditatie zit. Ze verschijnen in deze volgorde:

1. Pinoline
2. Meo tryptamine → Meo-DMT
3. DMT (dimethyltryptamine)

Bespreking van deze 3 hormonen:

Er is onderzoek gedaan naar de effecten van de afzonderlijke pijnappelklier hormonen.

Het is ons bekend dat wij in onze slaap ook weefsel schade herstellen.

- *Pinoline zorgt voor celherstel door de celdeling te stimuleren.* Men kan lucide dromen krijgen (je bent je bewust van wat je droomt en je kunt je droom sturen). Mensen hebben bijna-dood-ervaringen zonder bijna dood te gaan. Helderziendheid, helderhorendheid en inzichten die leiden tot psychologische integratie. Afsplitste delen van de persoonlijkheid door bijvoorbeeld trauma, komen weer bij je terug.

- *5 Meo-DMT zorgt voor verhelderd bewustzijn.* Ook wel 'akashon' genoemd (naar de Akasha kroniek, de kosmische databank). Het bijzondere van dit stofje is dat het heel veel licht geeft. Als de pijnappelklier-cellen akashon aan het produceren zijn, dan straalt de pijnappelklier als een ledje. Door de wetenschap is in de jaren '60 en '70 onderzoek gedaan naar het verschijnsel dat yogi, die lang mediteren in donkere grot, opeens licht kunnen zien, zonder dat er licht van buiten komt. Ze filmde licht dat uit het brein kwam, zelfs zó dat er een lichtschijnsel om hun hoofd kwam. O.a. door de hersenen, een half doorzichtige massa, de hersenceluitlopers die functioneren als een soort van glasvezelkabels en de iets licht doorla-

tende schedel. Qua lichtschijnsel kun je denken aan iconen waar heiligen een aureool rond hun hoofd hebben met soms nog stralen opzij en omhoog. De al eerder genoemde plaatsen om de pijnappelklier te lokaliseren (oor-aanhechting, voorhoofd, achterhoofd), laten n.l. extra veel licht door. Op een vraag antwoordt Saskia dat het wel samenhangt met de aura, het is echter letterlijk licht dat gefotografeerd is.

Als het functioneren van iemands hersenen bekeken wordt via een functionele MRI scanner, dan ziet men dat 40% meer van hersenschors actief is onder invloed van 5 Meo-DMT.

Mensen ervaren onder invloed van 5 Meo-DMT telepathie, buitenlichamelijk reizen en op het moment dat de 5 Meo-DMT afgeremd wordt, is er een ander stofje, waardoor je in een diepe staat van trance komt. Een soort 'niets'.

- *DMT staat voor verhelderd waarnemen.*

De ervaring wordt dan visueel. Als mediterende mensen zich in een donkere grot bevinden kunnen ze elkaar ineens zien. Je komt geen lichte grot binnen, maar je ziet elkaars warmtestraling ofwel infrarood licht. Het gezichtsvermogen heeft zich onder invloed van DMT uitgebreid naar het infrarood en dat is licht met een langere golflengte dan die van rood licht. Normaal zien we infrarood niet. Men is ook aan het andere eind van het spectrum gaan testen bij het ultraviolet licht (met een golflengte korter dan dat van violet), wat je normaal niet ziet. Dan blijkt dat mensen dit ook kunnen zien.

Naar aanleiding van een vraag over ayahuascessies, merkt Saskia naar eigen ervaring op dat sessies helend zijn, doch dat mensen na een half uur meditatie geen spontane ervaringen (innerlijke beelden, gevoel, klanken, ervaringen vanuit diepere bewustzijns-lagen) hadden. Blijkbaar maakt ayahuasca dat de pijnappelklier lui wordt. Deze heeft 6 tot 8 weken nodig om te herstellen. Biochemische reacties, die visionaire hormonen aanmaken zoals DMT, worden aangedreven door enzymen. Enzymen schakelen af als er genoeg van een visionair bewustzijnsverruimende stof aanwezig is.

Oude culturen

In allerlei oude culturen was er ook kennis aanwezig over de pijnappelklier. Het bizarre is, dat



hoe ouder de cultuur hoe gedetailleerder men informatie had over de pijnappelklier. Als voorbeeld geeft Saskia een plaatje van een groot Boeddha beeld in Lantau nabij Hongkong. Op het hoofd zijn allemaal kleine bolletjes terwijl het oord waar de Boeddha oorspronkelijk vandaan kwam in Noord-India iedereen stijl haar heeft. Krul- en kroeshaar kom je in het zuiden van India tegen. Het haar is hier symbolisch bedoeld, lijkend op

een dennenappel als een pijnappelklier. Het knetje bovenop is een extra symbool daarvan. In culturen van alle tijden, zelfs in de christelijke cultuur, kom je de dennenappel tegen als symbool voor de pijnappelklier en voor vruchtbaarheid. Dat is op zich niet zo'n gekke combinatie, want de pijnappelklier heeft te maken met vruchtbaarheid. Kinderen hebben een grotere pijnappelklier dan volwassenen, produceren meer melatonine en slapen meer. Op een gegeven moment wordt de pijnappelklier kleiner en de productie van melatonine gaat terug naar het volwassen niveau. Dat is tevens de aanzet tot de puberteit, de geslachtsrijping. Nog meer voorbeelden: in hindoeïstische tempels zijn afbeeldingen/beelden van oudere vrouwen en mannen met een hoge krul op hun hoofd, als teken van een spirituele hoge ontwikkeling; een stipje als pijnappelklier op het voorhoofd van een vrouw in India; een ananas (pineapple) kun je zien als een pijnappelklier.



In Tibet is een vorm van boeddhisme, de monniken trainen zich innerlijk, via droomyoga, om bewust door de verschillende slaapstadia te gaan. Als ze daar in slagen, dan – zo zeggen de Tibetaanse geschriften – zullen de neerdalende witte druppel uit de pijnappelklier en de opstijgende rode druppel uit het hart zich verenigen. Saskia vermoedt dat de witte druppel de bewustzijnsuitbreidende hormonen zijn (Pinoline, 5 Meo-DMT en DMT) en dat de rode druppel uit het hart het harthormoon is. Dit hormoon beïnvloedt de hersenen. Hoe die de pijnappelklier beïnvloedt is nog onbekend, misschien door een biochemische reactie. Op het moment dat dat gebeurt, zeggen de oude Tibetaanse geschriften, ontwaakt de droomyogi uit de droom en gaat bewust de werkelijke realiteiten achter de stoffelijke realiteit binnen. Dit verlicht hun geest en lichaam. Daar streeft de boeddhist naar.

Die grote realiteit wordt ook ervaren door mensen met een bijna-dood-ervaringen (BDE). Saskia is ervan overtuigd dat het bewustzijn onafhankelijk van het lichaam kan bestaan, het bewustzijn niet het resultaat is van biochemische processen en dat wij niet ons brein zijn, maar dat wij een bewustzijn hebben. Dat op grond van o.a. fantastische onderzoeken door cardioloog Pim van Lommel van honderden bijna-dood-ervaringen, opgetekend in zijn boek "Eindeloos bewustzijn".

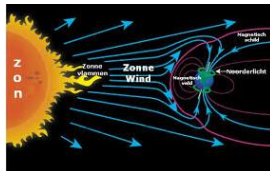
Evolutie van de pijnappelklier als 3^e oog

Als je voor het gemak uitgaat van de Darwinistische evolutietheorie, dan zou je kunnen zeggen dat alle diersoorten, zoals vissen, amfibieën, reptielen, een 3^e oog hebben, ook wel pijnappelklier-oog, pariëtaal oog, of mediaan-oog genoemd. We zien inderdaad bovenop de kop van een hagedis een pijnappelklier. Dit 3^e oog is onderdeel van de pijnappelklier, is niet beeldvormend, ondanks dat

het oog een lensje en pupil heeft. Het dient puur om de dag/nachtwisseling waar te nemen voor afstemming van waak/slaapritme. Bij de meeste van dit soort dieren zit het 3^e oog onder de huid of onder een dun plekje van de schedel. Men zegt wel eens dat een mens in de embryonale ontwikkeling in een snel tempo de evolutie herhaalt van een gewerveld dier. Bij het menselijk embryo van ongeveer 2 weken oud zien we de pijnappelklier als eerste hersenstructuur. De pijnappelklier maakt een oogje en een zenuwdraadje. Dit oogje komt later bij de baby te zitten waar de fontanel ontstaat. Binnen een paar weken trekt de pijnappelklier het oogje weer terug en dat verklaart waarom wij in volwassen pijnappelklier nog cellen aantreffen die lijken op oogzintuig- of ooglenscellen.

De pijnappelklier als kosmische antenne

De pijnappelklier als kosmische antenne is gevoelig voor invloeden vanuit de geesteswereld, de hogere dimensies. Om dit te begrijpen duiken we in de Astrofysica. De zon produceert voortdurend zonnwind en die wind bestaat uit geladen deeltjes die door de zon alle kanten uitgezonden worden de ruimte in. De zonnwind die in de richting van de aarde komt, drukt aan de dagzijde het magnetisch veld een beetje plat en aan de nachtzijde worden de veldlijnen een heel eind de ruimte in geblazen tot voorbij de maan. Die zonnwind fluctueert en zorgt voor fluctuaties in het aardmagnetisch veld en dus ook voor het dag/nachtritme in het aardmagnetisme. Eens in de 11 jaar zijn er zonnuitbarstingen met enorme plasmawolken (bevatten geladen deeltjes) richting de aarde. De eerstvolgende in 2023. Dit kan zorgen voor enorme verandering in het aardmagnetisch veld, zelfs zover dat tijdelijk even het magnetische noorden en zuiden worden omgedraaid. Dit kunnen we zien gebeuren met behulp van een kompas. Grote wetenschappelijke onderzoeken onder duizenden mensen tonen aan dat er tijdens die stormen meer paranormale ervaringen optreden, maar ook meer medische voorvallen zoals hartaanvallen, epileptische aanvallen. Misschien pikken de magnetiet kristallen, voor het merendeel in de pijnappelklier, de magnetische veldenwisselingen op. Wat minder magnetietkristallen zitten elders in de hersenen.



Fosfenen

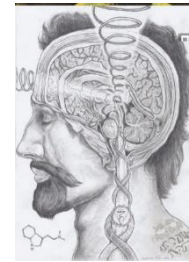
Dit zijn lichtvlekken of geometrische vormen die je achter je gesloten oogleden kunt waarnemen, bijvoorbeeld net op de overgang van waken naar slapen of andersom. Dit heeft te maken met spontane elektrische activiteit in de hersenen en biofotonen. Verschillende wetenschappers hebben honderden studenten gevraagd tekeningen te maken van hun fosfenen. Er blijkt veel overeenkomst.

Dezelfde vormen vinden we ook wereldwijd in grottekeningen, gemaakt door prehistorische culturen. Dit waren vooral sjamanistische culturen, gericht op hun eigen binnenwereld en op het krijgen van visioenen e.d. Dat kennen we ook van hedendaagse culturen, zoals indianen, de Sami in Lapland, de sjamanen in Siberië. Men vermoedt dan ook dat deze mensen juist donkere grotten in gingen om fosfenen te zien. En door op de fosfenen te letten, kwamen er spontaan innerlijke beelden uit diepere bewustzijnslagen tevoorschijn, beelden van jagers, dieren etc. Stel je voor dat als men genoeg beelden of visioenen gezien had, men dit afbeeldde op de grotwanden. Ook de pijnappelklier heeft een rol bij het ontstaan van fosfenen. Juist de inheemse sjamanistische culturen maakten gebruik van hun pijnappelklier.

Chakra's

Vanuit het verre oosten kunnen we zien dat de pijnappelklier ook te maken heeft met de chakra's.

Een chakra is in feite een portaal waardoor wij energie en informatie uitwisselen met onze omgeving; het is een subtiel energetische structuur, een soort draaikolk van energie. De draaikolken



beginnen allemaal met een punt op het verticale energiekanaal dat als een lengteas door ons lichaam loopt. Hier zie je ook nog de Ida en de Pingula. Dit zijn twee energiestromen die als twee slangen om de sushumna heen slingeren en uitkomen bij de pijnappelklier. Alle chakra's

die uit het hoofd steken, beginnen met het puntje van de energiedraaikolk in de pijnappelklier. De voorhoofdschakra gaat ook nog eens door de hypofyse heen met een puntje in de epifyse. Saskia meldt dat er in chakraboeken nogal eens tegengestelde informatie wordt gegeven.

Dennenappel

Deze heel grote dennenappel staat opgesteld op een plein (Cortile della Pigna) in het Vaticaan. De denneappel is een symbool voor de pijnappelklier en vruchtbaarheid en de twee pauwen staan voor de verlichting. Oorspronkelijk was deze eigendom van de Romeinen, maar hij is a.h.w. door het Vaticaan overgenomen. In de staf van de paus is ook een dennenappel aanwezig. Vele gelovigen kennen de symbolen niet. In een ander plaatje uit de Sumerische cultuur zien we een Sumerische god die een dennenappel vasthoudt.



Die dennenappel zien we door alle tijden en alle culturen heen terugkomen. Het zou Saskia niets verbazen als de dennenappel in de steentijd ook al gebruikt werd als symbool voor de pijnappelklier en vruchtbaarheid. De oude culturen zoals hindoeïsme en boeddhisme maakten gebruik van

hun pijnappelklier. Ze sneden niet in het lichaam, maar verzamelden hun anatomische kennis, zowel de stoffelijke als subtiel energetische, door meditatie en innerlijk schouwen in het lichaam.

Geleide meditatie

Saskia gebruikt graag meditaties. We stellen ons voor in een groot observatorium te zijn in onze bol van liefde, uitkijkend in de kosmos, terwijl we verbonden zijn met het hartkristal diep in de aarde. We kunnen de wereld ervaren, voorbij ruimte en tijd, de dimensies, helemaal tot en met de bron, die niet ver weg is maar die overal is, dus

ook in ons. Deze meditatie is speciaal om onze pijnappelklier te stimuleren en ons te verbinden met onvoorwaardelijke universele liefde binnen en buiten ons. Saskia eindigt en laat ons eindigen met een glimlach.

Saskia's website www.inspiradiance.nl geeft veel informatie, zoals samenvatting van de lezingen uit 'Spiegelbeeld', inhoud van de workshopdagen, waarin Saskia ook dieper ingaat op o.a. depressie en elektromagnetische smog.

Irene

Parel

In de wereld wordt een nieuwe religie geboren.
 De religie van het bewust zijn.
 De religie van het ontwaakt zijn.
 De religie van het allemaal met elkaar weten dat we één zijn met de Eenheid van al wat is.
 De religie van het beseft dat we allemaal met elkaar verbonden en van elkaar afhankelijk zijn en in het ene grote Geheel niet van elkaar te scheiden
 De religie van het herkennen van alle levensvormen als één Familie, van heel de planeet als een Thuis.

Wolter van Hasselt (1943-2011)

Programma's

STICHTING INNERLIJK BESEF.

Activiteiten in **Zalencentrum Hingstman**, Hoofdstraat 18, **Zeijen**. Aanvang: **19:30 uur**.

Datum	Spreker	Thema
<i>Donderdag!</i> 5 okt.	Hans Stolp.	De islam vanuit het perspectief van het esoterisch christendom.
Zo 22 okt. 14:00-16:30	Abe van der Veen.	Het middeleeuwse verhaal van Parzival en de Graal. Aansluitend lezing over de prachtige en diepzinnige beeldspraak in de verhalen van de Heilige Graal.
7 nov.	Willem Glaudemans.	Het Zelf.
12 dec.	Bert Janssen.	Hyper-intuïtie – tracking – remote viewing.
Info:	tel. 0592-656610	
Website:	www.innerlijk-besef.nl .	E-mail: Via het contactformulier op de website.

STICHTING IN-ZICHT TE JOURE.

Activiteiten in **Party Zalencentrum 't Haske**, Vegelinsweg 20, **Joure**. Aanvang: 19:30 uur.

Datum	Spreker	Thema
4 okt.	Gabriela en Reint Gaastra.	Maria Magdalena en Jezus: Hun leven, liefde, missie en hun heilige reizen naar Egypte, Perzië, India en Brittannië.
Za 4 nov. 10:30-17:30	Saskia Bosman.	Workshop: De Pijnappelklier, jouw kosmische antenne. <i>Reserveren verplicht, via de website.</i>
8 nov.	Mireille Mettes.	De MIR-methode en onze bijzondere vermogens.
22 nov.	Thea Terlouw.	De Heelkamers.
6 dec.	Oene Hofman.	Sleutels tot eenheidsbewustzijn.
Donderdag 21 dec.	Oene, Jenny en gasten.	Midwinterviering.
Info: Oene Hofman, tel. 0519-346491.		
Website:	www.in-zicht.nl .	E-mail: post@in-zicht.nl .

STICHTING DE GRAANCIRKEL TE STEENWIJK.

Lezingen in het **Rabothheater in Meenthe**, Stationsplein 1, **Steenwijk**. Aanvang 20:00 uur.

Datum	Spreker	Thema
10 okt.	André Wierenga.	De mystieke Inwijdingsweg van de Mens.
14 nov.	Leo van der Wal.	Familieopstellingen in de Praktijk.
12 dec.	Thea Terlouw.	de Cyclus van Leven en Dood.
Info: Tel: 06-20343018 of via het contactformulier op: www.stichtingdegraancirkel.nl .		
Website:	www.stichtingdegraancirkel.nl .	E-mail: Via het contactformulier op de website