

## Nieuwsbrief nr. 5, mei 2025

### MIJMERING

#### Ontsluiering

Dag lieve mensen.

*Tussen mij en God staan vele sluiers,  
maar tussen God en mij staat niet één sluier.*

De lezingen van Martijn van Staveren hebben mij (en niet alleen mij) geraakt, ontroerd maar ook gevoelens gegeven van diepe vreugde en van bevrijding. Diepe vreugde door de bevrijding en ontsluiting van tientallen misleidingen die ik ben tegengekomen op mijn levensweg naar de kern van mijn wezen als mens. De eerste grote ontsluiting was de Calvinistische hersenspoeling uit mijn jeugd die als een mistbank de zon in mij verduisterde. Nu ben ik mij bewust dat deze hersenspoeling een bijzondere leerschool is geweest om mij in het hier en nu te bevrijden uit de wereldgrote hersenspoeling waarin wij ons als mensheid bevinden. En die hersenspoeling heeft door de eeuwen heen vele vormen aangenomen in de materie: *de duivel; de antichrist; de verlosser; God; Adonei; de draak; de slang; karma; Allah; reïncarnatie; de vier edele waarheden in het Boeddhisme over het lijden; Tao; engelen en spiritualiteit; demonisering van personen, groepen en landen; angst zaaien door oorlog en verderf te prediken; enz. enz.*

In die bevrijding is ook tegelijkertijd de paradox aanwezig dat door de herkenning en erkenning van al die vormen, zij mij hebben gebracht waar ik nu ben doordat ik mijn eigen unieke levensweg ben gegaan, zoals zo mooi omschreven in onderstaand gedicht:

*Vele wegen kent het leven, maar van al die wegen is er één die jij te gaan hebt.  
Die éne is voor jou, die éne slechts en of je wilt of niet, die weg heb jij te gaan.  
De keuze is dus niet de weg, want die koos jou.  
De keuze is de wijze hoe die weg te gaan, met onwil om de kuilen en de stenen,  
met verzet omdat de zon een weg, die door ravijnen gaat, haast niet bereiken kan.  
Of met de wil om aan het einde van die weg milder te zijn en wijzer dan aan het begin.*

***De weg koos jou, kies jij ook hem?***

Hans Stolp (naar Dag Hammarskjöld)

En gaande mijn gekozen weg, paraphraseer ik op woorden van Hein Stufkens, die weg als volgt: *ik heb zoveel verleden verlaten; ik ben zoveel wegen gegaan; ik ben op zoveel wegen doodgelopen, maar Ik ben ook **zover opengegaan!***

Tijdens deze weken ben ik mij ook bewust geworden dat ik zover ben opengegaan door woorden en oneliners, gedichten en verhalen die resoneerden aan mijn wezen, mijn kern van Liefde en Eénheid met **Ongrond**. Dit woord gebruikte de Vlaamse mysticus Eric van Ruysbeek voor het alomtegenwoordige bewuste Zijn, afkomstig van het Duitse *Ungrund*.

*In het hart van de aarde, in de geestelijke aarde, worden de nieuwe hemel en aarde geopenbaard.*

Het is de transparante, lichtende aarde, die Jacob Böhme (1575-1624) waarnam in een visioen waarin hij *tot in de inwendigsten grondt, de Ungrund van alle leven schouwde*.

- *Gods oergrond en mijn oergrond zijn één oergrond. (Eckhardt)*
- *Grond van mijn grond. (Jan Luyken)*
- *Hij die Mij overal ziet en alle dingen in Mij ziet, is nimmer gescheiden van Mij, noch ben ik nimmer gescheiden van Hem. (Bagavad Gita VI 30)*
- *Grond = Ongrond = totaal bewust Zijn = Liefde. (Johannes)*

Vanaf de 1<sup>e</sup> keer dat ik het woord Ongrond hoorde en proefde in mijn nieren, voelde ik intuïtief: *Dit is mijn woord voor adem, het bewuste Zijn, dat alles doorstroomt en leven geeft*. Na de lezingen van Martijn voelde ik op een hoger trillingsniveau de intense verbondenheid tussen Mij en Ongrond en doorstroomden mij golven van dankbaarheid en vreugde. Ook de oneliner in het begin van deze mijmering bleef aanwezig in mijn bewustzijn en resoneerde in mijn wezen. Zo ook de parel aan het einde van de mijmering.

Zoals jullie weten ben ik gek op verhelderende verhaaltjes. Dit verhaaltje maakt m.i. eenvoudig duidelijk waar het in essentie om ging in de drie lezingen van Martijn van Staveren.

### **DE DEUR**

#### ***Het verhaal van een onbekende schrijver op het juiste moment.***

*Een pastoor gaf aan een kunstenaar de opdracht om een groot schilderij te maken voor zijn kleine dorpskerk. Het zou een expressie moeten worden over die passage in de bijbel waar staat: Zie ik sta aan de deur en klop. (zie opmerking) De pastoor liet nog een bijbel achter in het atelier van de schilder met een papiertje op de juiste plaats, dan kon hij het nog eens nakijken, de kunstenaar was trouwens niet zo bijbelvast. Drie weken later kreeg de pastoor bericht dat het schilderij klaar was. Toen hij het te zien kreeg, was hij meteen één en al verbazing. Hij bekeek het kunstwerk keer op keer, dichtbij en van ver, en hij vond het geweldig. Maar opeens bleef de pastoor staan en constateerde glimlachend: Eén ding ben je toch nog vergeten ... kijk, er zit geen kruk aan de deur! Toen pakte de kunstenaar op zijn beurt de bijbel en constateerde glimlachend: Nee, pastoor, want als ik het een beetje heb begrepen, dan moet je het zo zien dat die deur alleen maar **van binnenuit kan opengaan**.*

Opmerking: Zie ik sta aan de deur en klop. Indien iemand naar mijn stem hoort en de deur opent, ik zal bij hem binnen komen en maaltijd met hem houden (geestelijk voedsel delen) en hij met Mij. (Openbaring van Johannes, hoofdstuk 3 vers 20a)

Tot besluit een gedicht van Catharina Visser dat ook mijn wezen beroerde en het verlangen aanwakkerde om *de nieuwe mens in mij en in iedereen* manifest te maken op moeder aarde.

### **ICOON**

#### ***Gedicht van Catharina Visser***

*Er schuilt een gedaante in mijn eigen "ik" die anders is en levendiger en vrijer,  
die in zichzelf geen muren kent en tralies, geen eigendunk heeft en geen geldingsdrang,  
die zich weet los te maken uit de windsels van angst en gal en treurig zelfbeklag,  
die opengaat en ademt in de ruimte en luisteren wil, geduld heeft, troosten kan en  
minnend inziet wat een ander mens bezielt, die geen bedenkingen, geen grenzen kent en  
lachend geeft en deelt vanuit een wijd besef dat allen op de aarde één zijn en  
dat geen lot ons breken kan omdat wij gronden in de echte liefde.  
Soms, in het donker, kijkt dat diepste "ik" mij aan en ik herken het als de levende icoon  
van wat ons ooit is aangezegd: De nieuwe mens in mij en iedereen verborgen  
zo ver, zo ver – maar onder ons bereik!*

Catharina Visser (1932-2015) was een Nederlandse schrijfster en dichteres. Ze was actief in de DABAR-groep, een oecumenische leefgroep rond de Abdij van Berne. ( nabij 's Hertogenbosch)

Met hartegroet,  
Vrede en alle Goeds.  
Johannes Meijer.  
[johannesmeijer1@gmail.com](mailto:johannesmeijer1@gmail.com)

### **Parel**

*Ik hoef niet anders te worden.  
Ik hoef me alleen maar te herinneren  
wie ik werkelijk ben!  
(van [www.inzichtkaarten.nl](http://www.inzichtkaarten.nl))*

### **Kascontrole**

De penningmeester vraagt om een kascontrole. Daarvoor zoeken wij 2 personen die als kascommissie de kascontrole willen uitvoeren. Wilt u dat dit jaar doen? Neemt u dan a.u.b. contact op met de penningmeester Wim Dannenberg. U mag hem aanspreken tijdens de komende themadag. Hij is telefonisch bereikbaar op nummer: 06-44794305 en per e-mail: [penningmeester@innerlijk-besef.nl](mailto:penningmeester@innerlijk-besef.nl).

## Bericht van het bestuur

Tijdens de themadag op 18 mei a.s. stopt Henk Koops als voorzitter van Stichting Innerlijk Besef. Na 33 jaar bestuurslid te zijn geweest, waarvan 31 als voorzitter, vindt hij het tijd om het voorzitterschap over te dragen. Zijn werkzaamheden als eindredacteur van de Nieuwsbrief en als webmaster van onze website worden ook door anderen overgenomen.

Henk zegt: "Ik vind het bijzonder en ben er ook dankbaar voor dat ik de Stichting zo lang heb mogen en kunnen dienen, samen met de andere leden van ons team. Van mijn zielemaatje en echtgenote Riet heb ik al die jaren veel steun en goede raad gekregen en daar ben ik haar heel dankbaar voor. Mensen die onze lezingen bezoeken, kennen haar vast, want zij verzorgt de kassa voor niet-donateurs en dat blijft zij nog een tijdje doen."

Ons energieke en creatieve bestuurslid Glenda Nijland volgt Henk op als voorzitter en zij is een waardevolle verjonging voor onze Stichting. Zij schrijft: "Ik vind het een grote eer om mee te draaien in het bestuur van Innerlijk Besef. Ook al krijg ik de rol van voorzitter, we doen het samen. Ik kijk ernaar uit om samen met het team de Stichting verder te laten groeien en nog meer mensen te inspireren op hun pad van innerlijk besef."

We nemen ook afscheid van Jolanda Vink. Sinds 2009 verzorgt zij de verzending van onze Nieuwsbrieven per post. In 2012 heeft zij ook de samenstelling van de Nieuwsbrieven op zich genomen. Wij zijn haar heel dankbaar voor het vele werk dat zij zo lang heeft verricht voor Stichting Innerlijk Besef. Jolanda neemt afscheid met de woorden: "Het mede-maken van de Nieuwsbrief was voor mij heel inspirerend en leerzaam. Ik heb groeiende bewondering voor de verslagschrijvers, zonder hen geen Nieuwsbrief. Dankjewel Henk, voor het al die tijd eindredacteur zijn."

## Terug naar de Oorsprong

**Themadag** bij het 35-jarig bestaan van Stichting Innerlijk Besef.  
op **zondag 18 mei 2025** in Zalencentrum Hingstman te Zeijen.

Sprekers: **Henk Fransen** en **Karen Hamaker-Zondag**.

## Terug naar onze Oorsprong

Ochtendlezing door **Henk Fransen**

In deze interactieve lezing zal Henk Fransen het thema "TERUG NAAR ONZE OORSPRONG" van verschillende kanten benaderen met speciale aandacht voor de directe en praktische toepassingen daarvan in ons leven nu.

Allereerst terug naar de Universele Bron van al het leven: hoe doe je dat van moment tot moment? Dan terug naar de oorsprong van je eigen leven: hoe maak je contact met de ziele-opdracht waarmee je dit leven bent ingestapt? Vervolgens terug naar de oorsprong van genezing: hoe genees je elk emotioneel en fysiek ongemak/trauma op een natuurlijke manier? Terug naar de oorsprong van vrede, zowel in jezelf als op wereldschaal, in de vorm van een bijzondere gezamenlijke "meditatie in actie", waarin je letterlijk de pijnplekken op aarde aanraakt. En dan terug naar de oorsprong van Innerlijk Besef, de organisatie die ons deze dag aanbiedt en die velen ons tientallen jaren heeft geïnspireerd met interessante sprekers en vooral ook met hun niet aflatende wens om bij te dragen aan de transformatie op aarde. Tot slot nog twee mooie verrassingen om je/het leven te vieren. Voel je van harte welkom!



Henk Fransen is in 1985 als arts afgestudeerd aan de Katholieke Universiteit Nijmegen. Na zijn studie werkte hij in ziekenhuizen in India en Afrika, en in het sterfthuis van Moeder Teresa in Calcutta. Hij is auteur van verschillende boeken over het **zelfgenezend vermogen**.

In 2016 heeft hij zich vrijwillig uit het artsregister uitgeschreven. Sindsdien inspireert hij grote groepen mensen om hun trilling te verhogen en elk aspect van hun leven naar een hoger plan te tillen: werk, geld, gezondheid, relaties, hobby's, enz. Hij doet dat middels zijn blogs, boeken, video's en online programma's.

Meer info: [www.genezendvermogen.nl](http://www.genezendvermogen.nl)

## Liefde verschijnt waar macht verdwijnt

Middaglezing door **Karen Hamaker-Zondag**

Millennia lang hebben yang-waarden het leven gedomineerd. Dat is nu op zijn omslagpunt gekomen, en elke 'keerpunt-tijd' in de geschiedenis kenmerkt zich door chaos. Maar uitgerekend in zulke tijden ligt de kiem van vernieuwing. Ook nu. We gaan in vogelvlucht door een stukje politieke en economische geschiedenis van de afgelopen eeuwen, want wie de geschiedenis niet kent, is gedoemd haar te herhalen.

Vervolgens gaan we kijken naar de relatie tussen onze hersenen, emoties en oorspronkelijke bestuursstructuren waarin yin-waarden hun plek hadden, en die kennis gaan we toepassen op onze tijd. Het biedt onvermoede hoopvolle perspectieven op een samenleving waarin SAMEN weer centraal staat en waarin ieders creativiteit volop kan bloeien. En het mooie is: de eerste stappen hiertoe zijn bezig gezet te worden en we gaan kijken welke dat zijn en wat we zelf kunnen doen.



Karen studeerde aan de Universiteit van Amsterdam en behaalde daar twee drs. titels. Het kritisch wetenschappelijk denken en onderzoeken is ze altijd blijven doen, en met haar open geest bestudeerde ze ook dat wat niet gangbaar was, zoals astrologie en parapsychologie. Daarnaast bekwaamde ze zich in de Jungiaanse psychologie en door een uitspraak van Jung "Macht verschijnt waar liefde verdwijnt" begon ze de psychologie van macht te onderzoeken. Dat was begin jaren 80 van de vorige eeuw. Het leidde tot indringende en vaak schokkende inzichten maar gaf ook het grotere plaatje van dat wat op de achtergrond in de wereld speelt. Ze maakte er verschillende diepgaande cursussen over en de combinatie van haar oorspronkelijke studie, de astrologie, de maatschappelijke onderzoeken en de psychologie van Jung hebben haar strijdbaar gemaakt om de mens weer creatief te laten zijn, verbonden met het spirituele, met zijn medemens en met zichzelf. En dat is terug naar wat oorspronkelijk bedoeld was te zijn.

Meer info: [www.karenhamakerzondag.com](http://www.karenhamakerzondag.com) en [www.semblija.nl](http://www.semblija.nl)

**Hoe laat:** 9:45 – 17:30 uur (inloop vanaf 9:15 uur).

**Kosten:** € 45,- per persoon; donateurs € 40,-.

Deze prijzen zijn inclusief koffie of thee en een vegetarische lunch.

### Voor deze dag is reserveren noodzakelijk!

Doet u dat bij voorkeur online, zie hiervoor onze website: <https://bit.ly/innerlijk25>.

U kunt ook deze QR-code gebruiken.

Heeft u geen internet, dan kunt u het formulier achterin deze Nieuwsbrief invullen en opsturen.

**Attentie:** uw aanmelding en uw betaling moeten **uiterlijk 13 mei 2025** bij ons binnen zijn!



## Mensenrijk uit de Toekomst

– Terug naar de Stamwereld –

Themadag met **Martijn van Staveren**

*op zondag 21 september 2025 in Zalencentrum Hingstman te Zeijen.*



Na de 3 druk bezochte lezingen die Martijn in maart voor ons heeft gegeven, organiseren wij nu met hem deze themadag. Hier volgt een korte beschrijving:

Gedurende vele lange tijden zijn er berichten, verhalen en boodschappen over het bestaan van andere Mensenrijken elders. Sommige Mensen noemen dit een Hemel en ook zijn er verschillende andere benamingen voor op deze planeet Aarde.

Deze dag staat in het Tekenen van wie de Mens werkelijk is, waar zij voor staat en wat Stamwerelden zijn. Waar komt de Mens vandaan?

Wat is "tijd" en hoe kan er over "toekomst" gesproken worden?

Via diverse leringen, stromingen, religies en spirituele betekenissen (modellen) is de concreetheid en uitvoerbaarheid van het Mens-en-Rijk zijn (geestelijk en fysiek) vertroebeld geraakt.

Dit is de Tijd waarin de bewustzijnsvaardigheden van de Mens weer open aan het gaan zijn. Helder en zonder afhankelijkheid van eerdergenoemde stromingen. Vrij!

Martijn gaat samen met alle aanwezigen diep in op de Oorsprong van de Mens en haar Bewustzijns-Capaciteiten. Het gaat erom dat we zaken zelf kunnen herkennen en ten uitvoer brengen. Er is ruimte voor alle mogelijke vragen en/of uitwisselingen met elkaar.  
Een hartelijk welkom!

**Wanneer:** zondag 21 september 2025

**Hoe laat:** 10:00 – 17:00 uur (inloop vanaf 9:30 uur).

**Kosten:** € 40,- per persoon; donateurs € 35,-.

Deze prijzen zijn inclusief koffie of thee en een vegetarische lunch.

**Voor deze dag is reserveren noodzakelijk!**

Doet u dat bij voorkeur online via: <https://innerlijk-besef.nl/thema-martijn/>.

U kunt ook de QR-code hiernaast gebruiken.

Heeft u geen internet, dan kunt u het formulier achterin deze Nieuwsbrief invullen en opsturen.

**Attentie:** uw aanmelding en uw betaling moeten **uiterlijk 16 september 2025** bij ons binnen zijn!



## Buitenaards contact en buitenaardse aanwezigheid zijn werkelijkheid.

*3 Lezingen door Martijn van Staveren in maart 2025.*

### **Verslag van deel 3: Buitenaardse leugens ontmaskerd, terug naar de Oorsprong.**

Lezing door **Martijn van Staveren** op zondag 30 maart 2025 in de Brinkhof te Norg.

“Wie ben je eigenlijk? Wat is dit voor een wereld?” Zoals je eerder hebt gelezen staat Martijn in contact met andere werkelijkheden. Zijn leven speelt zich voornamelijk af niet in deze wereld hier, maar in een andere wereld die hierop aansluit en contact onderhoudt met mensen precies zoals wijzelf en sommigen net iets anders.

Hij wil met deze lezing een kijkje achter de ‘ingevoegde’ realiteit nemen. Hiermee bedoelt hij dat er in een ver verleden ingrepen zijn gedaan op het bewustzijn van de oorspronkelijke mens. We leven nu in een leugen. Hij spreekt over het innerlijk besef wat nodig is om diep met je oorsprong contact te maken teneinde een verloren geraakte historie in jezelf terug te vinden. En verder over het herstel van je eigen oorspronkelijke bewustzijn dat dus ooit verstoord werd. De bedoeling hiervan is om samen weer vrijuit in waarheid een ‘taal van Eén’ te spreken. Dit is dan een organische bewustzijnstaal. “Onafhankelijk en in het samenwerken met elkaar versterken wij elkaar en beschikken wij over een enorm scheppend vermogen”, zegt hij. We leven in een mooie en uitdagende wereld die wél een evolutiesprong nodig heeft. De route naar de oorsprong geldt voor de gehele mensheid. Over het onderwerp van vandaag bestaat nog een heel groot verbod. Wees klaar voor de verandering op aarde, want wij komen hier als soort en als beschaving uit verschillende werelden om het echte bewustzijn te brengen, niet dat wat wij hebben geleerd. Dit is dus een pittige lezing of, zoals Martijn het stelt, een overleg op geestelijk niveau.

Als je grote liefde voor de wereld voelt, voor jezelf, de mensheid, dieren en het leven op deze planeet en alles wat nog niet gedefinieerd kan worden met woorden, dan is dat uniek. Gevoelens zijn echter

beïnvloedbaar. Gisteren is anders dan vandaag. Als je goed naar jezelf kijkt dan ben je constant iemand anders in deze wereld, in de manier waarop je liefde ervaart, keuzes maakt, dus ook waarop je de terugreis naar ‘thuis’ gaat maken. Als mens is het voor je uniekheid nodig om jezelf volledige vrijheid te geven in de stappen die je gaat zetten. Het kan anders zelfs gevaarlijk zijn. De teruggang naar de oorsprong in onszelf heeft een radicale herziening nodig dat het allerbeste en allerpuurste van jezelf vraagt. We verkeren in een noodprocedure op aarde. Hoe komt het dat dit gebeurt met goddelijke wezens die een liefdevolle krachtcentrale zijn? Het klopt niet. Dit is de reden waarvoor wij hier zijn.

Soms worden we als mens uitgedaagd om te blijven staan voor datgene wat wij echt voelen waar het om gaat. “Nu... dat is de oorsprong!”. Dat is een opdracht aan jezelf en niet voor buitenaardsen of opgestegen meesters of goddelijke of spirituele processen. Het vraagt om: het trotseren van de grootste tegenwerking, om te gaan met ogenschijnlijke tegenstellingen en problemen, en moed om te kiezen voor dat wat in jou is. We hebben alles in ons. Martijn denkt dat dit de grondslag is van wat ons allemaal verbindt.

Wat is nodig? Durf je het hele terrein van zekerheden en onzekerheden omver te werpen om te kijken of jij kunt blijven staan ongeacht of de uitkomst je nu bevalt of niet? Ben je liefde of is je liefde afhankelijk van alles wat mooi moet zijn? Of ben je afhankelijk van informatie buiten jezelf?

Het is schijnbaar zo dat de kracht van je liefdesvlam als mens, dus van je oneindige bewustzijn dat liefde is en wat energie schept, een staat van leven is. Het schept organische trilling. Stel dat de noodprocedure niet alleen op planetair niveau gebeurt,

maar ook op een groter kosmisch niveau. Mensen worden vaak bang hiervan of vinden het onprettig, want we hebben ons aangeleerd om gemak te voelen. Durf je te zien dat er draaiboeken zijn, terwijl wij zoeken naar psychologische oorzaken van die angst? Die angst ligt in ieder mens ten grondslag aan onze vergeten historie en gebeurtenissen uit lang vervlogen tijden. Angst dragen wij bij ons in een collectieve herinnering. "Die angstvibratie is een middel om er niet doorheen te willen gaan", zegt Martijn voorzichtig.

In de kwantum-wereld zien wij ook heel duidelijk dat het verleden verandert naar gelang wij ons anders gaan manifesteren in het nu en dat het verleden een werveling van mogelijkheden is die om ons heen draait. Dat zijn hele grote brekers. Het besef dat wij naar binnen gaan op kwantum-niveau als wetenschappelijk voelende wezens die niet per se een model hoeven aan te hangen. Durf je met je liefde voorbij de grenzen te gaan van wat geschriften, spirituele processen je hebben verteld?

#### *Vergeten artificiële neurologische invasie*

Er zijn krachten die het bewustzijn van de mens onderuit hebben gehaald. Op kosmisch niveau mag dit niet. Het is heel groot. Wat er op de aarde aan de hand is, heeft direct te maken met wereldreligie, geografische problematiek, met de kosmische invloeden die er zijn en veel gebeurtenissen die in je huidige leven gebeuren. We zijn in een informatieveld terechtgekomen. Alles is met elkaar verbonden. Je wilt er meer van proeven op het moment dat jouw bewustzijn wakker wordt en vanuit liefde, zorg, focus en kracht in vrijheid dingen in het veld neer kan zetten. Dan zeg je: "Ik doe het" in plaats van "Ik mag het doen". En dat is precies waar wij naar op zoek zijn, op zoek naar elkaar. Niet via systemen of processen. Beter is het te weten dat leven op aarde als een soort projectiewereld, als een fysieke wereld, zich bevindt in een compleet ander domein van andere heersende groepen. Deze toestand is gekomen ondanks dat er 'De Wachters' zijn (zie vorige lezing). Dit zijn machtige militaire milities die een liefdevolle levenskracht in zich dragen. Zij bewaken grote tot de Oriongroep behorende gebouwcomplexen, waaronder de piramides. Ze bewaken toegangspoorten van grote rijken en de essentie van het gevoel in de mens.

Ga een soort energetisch kijkje nemen achter de schermen: een fysiek deel van ons kan nog zien en denken dat er een werkelijkheid is in deze wereld waarachter dingen gebeuren. Houd alles dicht bij jezelf. Jouw hart weet wanneer het waar is. Als je een beeld hebt over iets, wanneer je denkt wel of niet iets te mogen zien of voelen, kun je gaan beseffen: "Hé wacht, dit komt niet uit mijzelf. Even doorprikken dus, poefff, weg. Waar komt dit vandaan? Oh ja, aangeleerd".

Het gaat om voelen. Voel je al je verdere voorbereiding om fysiek openlijk contact te leggen met

beschavingen en intelligenties uit andere werkelijkheden? Haal het uit de spiritualiteit weg hoe het werkelijk is en besef dat het op bewustzijn-wetenschap gebaseerd is.

#### *Over de 3 schillen*

##### *- 1e schil. Passieve realiteit in de wereld, zoals die normaal draait*

We gaan van geboorte, leven en ouder worden naar de dood. Een continue herhaling. En zo vibreert de aarde en zijn systemen in de noodprocedure. Veel liefdevolle mensen vinden dit zo en hebben niets op met deze lezing. De noodprocedure draait eigenlijk in die schil van passieve realiteit. Door te leven en te denken vanuit je gevoelsintelligentie kun je andere beslissingen nemen. Veel mensen ervaren dat deze schil aan het veranderen is.

##### *- 2e schil. Er is meer dan de reguliere werkelijkheid*

Het model controleert je d.m.v. spirituele overtuiging. Jouw gevoel bevestigt dat het waar is. Dood bestaat niet. Je weet van paranormale zaken. Deze modellen kunnen bestaan, doordat in het reguliere systeem veel trauma in de mens zelf zit en een tekort aan vrijheid, voortkomend uit schil 1. Er wordt veel geanticipeerd. Mensen zoeken naar zingeving en troost bij een grotere werkelijkheid (bijvoorbeeld een Goddelijk plan). Ze krijgen precies te zien en te voelen wat nodig is voor rust en verwerking van pijn. Het zijn eigenlijk pleisters. De mens raakt zo verwijderd van zijn licht.

##### *- 3e schil. Sleutel tot een grotere realiteit*

Bewust zijn van buitenaardsen of beschavingen uit andere realiteiten of gelijk aan de aarde, en realiteiten uit de aarde vanuit een andere dimensie. Dit verloopt wat moeizaam omdat de aarde-mens een bewezen gevallen beschaving is. De oude wereld is omver geworpen. Er is gerommeld met het verleden van de mens, zijn denken, voelen en zichzelf kunnen manipuleren met invloed op hoe de materie beweegt. Kortweg: bewustzijnsbeïnvloeding van een planetaire beschaving en van een compleet kosmisch ras. Alles is ermee verbonden. Het zit slim in elkaar.

Waar je ook bent, wij zijn allemaal teruggekomen op aarde in de aardse tijd in een ander tijdsframe of vibratie-veld (tijd) met het besef en inzicht voor het herstellen van het oorspronkelijke emotionele erfgoed van de mensheid. Kun je dit in jezelf laten resoneren? Er is een emotionele staat van zijn (daarmee wordt niet bedoeld emotioneel-huilend) dat je kunt delen vanuit je zuiverste diepste gevoel. Dit is een gigantische verandering. Nodig is om te gaan samenwerken met de ander, ook in regeringen, industrieën, instellingen e.d., en dat we emotionele en overtuigende gevoelens loslaten om hier op aarde iets aan te zetten. Het is toch verbluffend hoe hier wordt gedacht en hoe dingen in elkaar steken? Dat we van liefde spreken, maar dat 99% met een andere bewustzijnstaal gepaard gaat?

De kosmos is een heel discutabel begrip. Deze aarde is een groot 'onderzoekscentrum' van andere beschavingen en de kosmos bevat ook onnoemelijk veel beschavingen. Een enorm levensveld dus. Al tientallen jaren houdt de mens zich met het UFO-fenomeen bezig. Via het Disclosure Project probeert de Amerikaanse Steven Greer, geheimhouding rondom UFO's, UAP's en voortstuwingssystemen te doorbreken: waar en waarom, wij zijn toch niet alleen het heelal. Greer staat hier niet ter discussie. Hij heeft ontzettende moeite met de mogelijkheid dat er naast positieve krachten ook negatieve krachten zijn. Die hadden zich dan al wel gemeld, en nee, ze willen niets van de mens. Waarom zitten deze krachten dan in ons als mens? Het is toch zo dat zij zich in ons hebben verplaatst? Dat staat ook in de geschriften. Die twee woorden *positief* en *negatief* zijn overigens een perceptie.

Martijn wil het hebben over het in contact komen met je Ware Zelf, je echte potentieel. Niet zozeer om in contact te komen met buitenaardsen. Dat is dan meer een vervolg. We hebben de kracht vanuit ons hart, zodat wij iets kunnen stoppen: "Ik stop dit, want dit is niet wie ik ben!" Wat versterkt, is om samen in elkaars spiegel te kijken en te handelen. Als je Wachters in je systeem hebt en afhankelijk bent van overtuigingen uit boeken, wordt dit lastiger. De kern van je oorspronkelijke emotionele slagvaardigheid is het erfgoed waar Martijn het over heeft. Het gaat over het terughalen van wie je werkelijk bent. Intelligenties werken mee in de karakters van de mens, in hun spirituele overtuigingen, zodat iets n t niet tot stand gebracht wordt. Overal zijn hun invloeden achter de schermen en dat is niet een spirituele agenda. Ook niet in de politiek. Geloof niet in complotten (Cabal e.d.), want die komen uit schil 2.

De grote overkoepelende multidimensionale Federaties en Confederatiegroepen (Galactics) zoeken ons om openheid te creëren. Dit betekent communiceren over deze onderdrukking vanuit eigen ervaring, niet vanuit boeken. Hoe zit het leven in elkaar, neem verantwoording voor je leven vanuit liefde. Als er iets is waardoor je niet functioneert dan moet je zeggen: "Ik ben hier niet gelukkig door. Ik moet een stap zetten om dit los te maken". Het gaat om grote essentiële dingen.

Ontkenning van de krachten die door ons heen spelen, geeft extra manifestatiekracht aan de externe krachten die de mensen besturen. Er is een gevecht gaande over deze werkelijkheid en over het bewustzijn van de mens. Besef dat wij gevangen zitten tussen krachten die met elkaar oorlog voeren en ons volledige gevoel van vrijheid verhinderen. Dit ondermijnt onze kracht tot zelfbeschikking en creatie. Dus spreek over dit proces, zodat de kracht van de externe speler zich niet vergroot. Deze militaire groepen zijn niet alleen actief op deze aarde, maar ook in andere werkelijkheden. Dat is een soort draaiboek om 'scheppers van Ooit' die uit het 'land van Ooit' komen te

manipuleren door middel van geavanceerde techniek en feitelijk leugens. De bedoeling is om de scheppers die wij zijn in de leugen te laten geloven en daardoor macht te geven aan de ander.

Ontvoeringen kunnen fysiek en op geestelijk niveau zijn. Ontvoeringen zijn een van de 'dichtgehouden pijnen' op aarde. Veel vrouwen zijn misbruikt (2e schil) door hybridisering. Ze zijn misbruikt als broedkamer, om verschillende rassen bij elkaar te brengen. Ontvoeringen waren heftige gebeurtenissen voor de kleine 5-jarige Martijn. Het waren zeer intelligente mensachtige wezens met lange gezichten en een denkvermogen van deze wereld en verbonden aan deze dimensionale wetgeving. Ze namen hem over, kwamen in hem en probeerden zijn gedachten te vervangen. Heel angstig. Hij kon met zijn gedachtenkracht terugkomen door zijn erfgoed, zijn oorspronkelijke ik, te laten zien. Hij wilde in contact komen met de opdrachtgevers van de 'werkelijkheden van de werkelijkheden', gewoon omdat hij dit kon. Daarvoor moest hij met zijn bewustzijn door werelden heen gaan. Zijn twee wijze katten hielpen enorm. Het is een intensieve ervaring.

Er is een manipulatie gaande via het bewustzijn van het denken. Dit kunnen we stoppen. Martijn neemt deel aan een krijger-groep die hier op aarde actief zal zijn om in het veld van versterking te werken. Zijn focus ligt op het opschonen voor de terugkomst van het koninklijk ras van bewustzijn. Daar heb je geen spiritualiteit voor nodig, noch kerken of kathedralen. Maar wel het eren van je eigen tempel van bewustzijn om tot absolute waarheid van je gevoel, je echte gemoed, te komen. Ieder voor zich met openheid. Ook is nodig dat je een frequentieveld, een frequentie-netwerk, intelligentieweb van vibratie met elkaar weet te zijn. Wij zijn een essentieel deel van de schepping!

Het hele buitenaardse dossier (het is ook een soort dossier) draait om degenen die in slaap zijn gevallen. We beseffen niet dat we met één tel van ons bewustzijn beschadigde velden kunnen terugzetten in ons bewustzijn van de aarde. Dan heelt de aarde en eindigt een beschavingscyclus.

Op dit moment is er een hoge urgentie. Heb je ook gemerkt dat als je een gevoel van vrede voelt het opeens anders wordt? Dan probeert een soort oorlogssituatie subtiel of grof op je beeldscherm te klimmen. We hebben onze eigen innerlijke vrede nog niet 'opengerold'. Wellicht speelt er ook nog wat in je familie of zo. Dat vraagt hier op aarde een hele hoge staat van bewustzijn. Voor mij is het juist simpel voelen. Niet denken. Lastig is dat oorzaak en gevolg, gemengd door verschillende achtergrond-intelligenties, door dit veld heen draaien. Neem verantwoording op kosmisch en aards niveau, zodat je je onvrede niet hoeft te projecteren op een ander.

Martijn is diverse keren aanwezig geraakt op plekken waar intelligenties zijn die deze wereld en ook het hele buitenaards fenomeen en de buitenaardse contacten orkestreren. Hij kan niet alles hierover zeggen vanuit veiligheidsredenen.

### *Over pijn*

Dit is verstoorde levenskracht. De vibratie van harmonie kan omslaan bij een gebeurtenis. Bijvoorbeeld bij psychische pijn. Dat kan iets negatiefs worden omdat je zelf niet in de vibratie aanwezig bent. Martijn vertelt over zijn lelijke val en de pijnervaring daardoor van eergisteren. Bij pijn gaat hij met zijn bewustzijn in die verstoorde energievelden van pijn. "Door de pijn heengaan ofwel door de pixels van de werkelijkheid, liefdevol en zorgzaam onderzoekend: wat voel ik, wat is er". Gefocust op de pijn werd zijn denken ruimer en groter. 'De invasie viel deels weg.' In zijn hoofd voelde hij allerlei informatie gaan. Ineens ging na een enorme steek via een magnetische kracht een soort band van het hoofd weg. Hij kwam uit in een fysiek laboratorium, gigantisch groot en werd daar een indringer. Opeens zat hij te midden van een team mensachtige wezens in o.a. doktersjassen op een stoel. Hij beschrijft dat het geen droom was, maar een hoofdentiteit van zichzelf en daar omheen werd er gemanipuleerd. Het waren geen buitenaardsen. Ze kwamen van elders. Hun doel was telkens om hem een ander verleden toe te sturen. Na een eerste protest stuurden ze via een soort hypnose-achtige energie gedachten. Hij kon dat zien in de ogen. Hij gooide dat weg. Na een derde poging zette hij zichzelf naast hen. 'Bewustzijn is niet gebonden aan ruimte en tijd, dus ook niet de vorming van je lichaam'. Daarna kreeg hij nog een soort shot via een slang in zijn arm. Hij liet met zijn bewustzijn de inhoud naar buiten lopen en wist toen dat de vloeistof niet bestond. Hij kwam in een soort herinnering en schuldgevoel, het moeten missen van zijn missie. Dat verwijderde hij. Telkens weer een ingreep, maar uiteindelijk liet hij zien wie hij in zijn erfgoed was en waar hij voor stond. Uiteindelijk zetten ze hem weer in de realiteit en kwam hij terug in zijn tuin.

Interessant is dat als je de matrix op pauze zet en je zou intermoleculair en interdimensionaal kijken waar het uit bestaat, dan zijn er 40 miljard verschillende nu-momenten, terwijl er maar er één is die wij ervaren.

Vertellen over dit soort gebeurtenissen is belangrijk. Hoe meer mensen hun bewustzijn hierover laten gaan hoe meer bewustzijn kan groeien over dit onderwerp. Het móet gebeuren. Achter de schermen gebeurt iets waardoor een noodprocedure draait. We moeten terug naar de organische wereld.

Onderschat niet de slagvaardigheid dat wij ruimte in het frequentieveld kunnen laten ontstaan, zodat het infiltratieveld afwezig raakt. Dan doen zich opeens nieuwe mogelijkheden voor. Dit gaat meer gebeuren, want er is een taskforce die hierin

werkzaam is. Bepaalde problemen kunnen in deze wereld binnen 24 uur geregeld worden. Het is ook nodig dat je belangen van macht in jezelf op-schoont (bijvoorbeeld goeroe willen zijn).

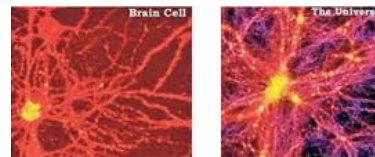
Met ons bewustzijn kunnen wij de hele 'map' verschuiven, dus onze realiteit. We hebben zoveel mogelijkheden. We kennen een grote variëteit aan menselijke beschavingen die wij buitenaards noemen. Sommige daarvan komen uit gecreëerde werelden. Er komen hier mensen van koninklijke afkomst, die komen uit koninkrijken. Zij reizen op dezelfde manier en maken gebruik van de map van deze Matrix. Ze schuiven de map eigenlijk heen en weer. Het is net alsof je het informatieblad onder een pendel verschuift naar het punt waar je toe wilt.

Over wapens en kernwapens zijn de minste zorgen. Wij hebben juist geleerd dat dit ernstig is. Er zijn wél zorgen over de bewustzijn-oorlog. De vermenging van allerlei entiteiten en tijdframes die door elkaar heenlopen. Hierdoor ervaart de mens nu al vijandig gedrag voor een oorlog die in de toekomst kan plaatsvinden. Herkenbaar?

Martijn deelt nog een ervaring uit 2013 in Aleppo. Op een middag zat hij op een bank en reisde hij bewust buiten zijn lichaam, zag grote informatie-velden binnen in de aarde en wat er op de aarde was gebeurd. 53 oude beschavingen verdwenen en 7 waren vertrokken. Hij reisde naar het universum. Hij kwam eigenlijk in de informatie achter de aarde, achter de materie. Ging door andere Andromedastelsels. Het was fysiek, want hij kon zichzelf knijpen. Uiteindelijk teleporteerde hij zich a.h.w. naar een plek daar, met mensen op een strand. "Eigenlijk verschoof ik alleen maar de kaart". De mensen schrokken dat hij van de aarde kwam. Dus was het beter om naar huis terug te gaan. Hij dacht daaraan, kreeg weer besef van zichzelf en van zijn opdracht. Boem! Terug op de bank. Denk niet dat dit soort 'reizen' nog te ver is voor de mensheid. Dit is wie we zijn.

### *Over de micro- en macro-kosmos*

We zien van beide afbeeldingen:



*Hersencel*

*Kosmisch web*

Het brein lijkt fysiek en visueel erg op het kosmische web (term van de wetenschap). Alle sterrenstelsels zijn clusters die op een afstand en bij elkaar opgeteld, lijken op een brein. Hier kun je ook doorheen gaan. Men doet onderzoek. Dat heeft met AI (kunstmatige intelligentie) te maken. Je ziet dat alles zich tegelijkertijd ontwikkelt. AI en robotisering, maar ook bewustzijn wat neuraal wordt

gekweekt op dit moment aan de hand van allerlei data!

### *Body invaders, of ET's of aliens*

Dit zijn entiteiten die hier zonder toestemming komen. Zeer geavanceerde groepen die in een andere realiteit zijn, waarin zij ofwel hun eigen bewustzijn gebruiken, of technologie om in jouw brein van oorsprong binnen te dringen. Ze vervormen jouw realiteit. Dat is eigenlijk de vergeten historie van de invasiemachten. Jij komt uit die historie.

Koninklijke rassen, menselijke beschavingen, maar ook andere, respecteren de vrije wil van een wezen volledig. Ze zijn onsterfelijk. Geen systeem, geen aansturing, helemaal niets. Ze reizen niet door dimensies heen. Zij laten zich niet openlijk zien aan de mensheid, omdat ze alleen in jouw werkelijkheid kunnen komen via jouw bewustzijn als dat 'open' is. Martijn is een van hen en jij ook.

Wil je ze wél ontmoeten, werk dan aan je eigen bewustzijn. Dus terughalen wie je werkelijk bent. Je allerdiepste gevoel, je autoriteit als wezen, je scheppingskracht, je eigen vrijheden voelen, en je denken, je eigen handelen, moeten terugkomen. Alles moet open. Sla niets over, niet 99,9% maar 100%. Daarmee herstellen de kosmische voorwaarden waarin je leeft, waardoor de koninklijken contact met je kunnen opnemen. Mocht het gebeuren, spreek dan een plek af weg bij de aarde.

Andere beschavingen die er zijn of ongewenst binnenkomen hebben allemaal verschillende agenda's. Het hoeft niet per se negatief te zijn. Soms hebben ze iets van ons nodig. Ze weten niet dat wij koninklijk zijn. Het is allemaal wat uit de hand gelopen. Heel complex dus.

Het is een collectieve pijn waarin de mensheid verkeert. Het trauma van verlies van 'thuis', het verlies van recht van het leven, is ook wat gebruikt wordt om in deze frequentie oorlog te voeren tegen elkaar.

Het is goed om naast elkaar te staan. Wij zijn een special taskforce van het hart. En je kunt je nog zo verdiepen in wat buitenaardse beschavingen zijn, maar je diepe innerlijk besef vraagt nog veel meer aandacht. Alles wat hier in deze wereld gebeurt, is gebaseerd op: inmenging, oorzaak en gevolg, invasieve krachten die er zijn en afwezigheid van de zieners van ooit. Het is een enorme strijd om jezelf te tonen.

Als er al boodschappen zijn van grote Confederaties uit andere werelden en andere komische werkelijkheden, dan is het wel om tot jezelf te komen. Samen, maar niet in elkaar opgaan. Creëer een nieuw bewustzijn en sla nieuwe piketpaaltjes. Een ruimte waarin je wilt bouwen hoe het wil zijn. Een deel van de mensheid hier op deze aarde, maar ook een deel van de mensheid van de oorspronkelijke werelden, weet van de enorme geestelijke klap. We hoeven niets te leren. Alles wat je van binnen weet, heb je nooit geleerd.

### *Over evolutie*

Het spirituele evolutiepad van de mens is reeds volbracht geweest. Alles wat wij nu kunnen bedenken, hebben wij als collectief al compleet bereikt. Anders gezegd: wij, de mensheid, is altijd al compleet. De processen die je hier in de wereldervaart, heb je niet in de oorspronkelijke originele wereld, de basis-werelden, de stam-werelden. Er valt niets te evolueren. Wij ontwikkelen ons op basis van het geheugen. Als je geheugen uitgaat, je vloeistof verliest (epocriet), wie ben je dan? Denk eens na: wat betekent het voor jou? Waar loop je tegenaan?. "Beat them in liefde". We hoeven niets te leren om terug te halen, we luisteren naar de echo van 'thuis'. We moeten alleen de waarheid gaan spreken.

Dit is de grote *ontknopingstijd* waarin wij nu zitten. We moeten dus verbinding leggen met het oorslogsgebeuren in onszelf en in de wereld, we moeten de pijnen en de angsten opschonen, zodat er geen voedingsbodem meer is voor oorlog. In 2019 is al begonnen met de dubbele agenda om d.m.v. polariseren bewustzijn te vergroten. Dan gaat het niet meer om spiritualiteit maar om gepolariseerd bewustzijn. Alles is op frequentie gebaseerd. Het vraagt dus heel wat van ons.

In de wereld, een organische (voelende) wereld, waarin wij volledig vrij leven, hebben wij ons bewustzijn intact. Hiermee lezen wij informatie uit het veld wat er is. Sommige mensen noemen dat veld: 'Bron of Bronkracht', 'Godsveld of Godskracht', 'kosmische intelligentie', 'Godsbewustzijn'. Dit is een optelsom van alle beschavingen en alle bewustzijn wat er is in welke dimensie dan ook. Jouw voelend bewustzijn, schepper van je gedachten, schepper van je gevoelens, stopt niet in deze ruimte en stopt ook niet bij het eind van het universum. Het reist nergens heen en is er gelijk en overal aanwezig. Dat geldt voor alle 8 miljard mensen.

De Akasha-kronieken zijn niet organisch, maar vallen in schil 2 en gaan over het aangeleerde overtuigingen-systeem. Opgelegd bewustzijn houdt geen stand.

De oorspronkelijke mensen, de basis, de stamoudsten van de mens, dus de oorspronkelijke grote volken, dat zit allemaal in ons, dat is wat wij zijn. Ze leefden van de 12e tot de 18e dichtheid. Dat zijn trillingsvelden van scheppingswerelden. En die worden ook gezien als Ziener. Jij bent een Ziener. Jouw aanwezigheid brengt het koninkrijk tot leven. Een trillingsveld. Jij doet er dus toe. In die wereld heb jij bestaan. Maar we kregen ooit een klap. De krachten die momenteel de politieke, religieuze en economische processen besturen, eigenlijk alles, zijn dezelfde krachten die in de oorsprong-werelden zijn binnengedrongen via contacten die wij met andere intelligenties hadden. Ze kwamen uiteindelijk in de mens terecht. Op zich is dit geen ramp, want we zijn onsterfelijk.

Het is een absurde tijd wat hier gebeurt. Voel maar eens goed. Als onsterfelijk wezen zijn wij gehecht gemaakt aan onze en voor ons opgebouwde realiteit. Door Archontische krachten en microbische entiteiten is de mens van de wijs geraakt en daardoor in een andere 'landkaart' (matrix) terechtgekomen.

In deze tijd komen er uitvindingen uit verschillende richtingen bij elkaar. Het scenario leidt er toe de oorspronkelijke mens in een andere tijdspanne ten val te brengen. Een grote intelligentie die zich als God manifesteert en ook hoe God gezien wordt. Het wordt een optelsom van wie de mens is en dat wordt 'ingelezen'. De uitvinding van de toekomst is nu bezig om zichzelf te beschermen. Wij zijn hier om er getuigen van te zijn. We zijn het ons ook wel bewust. Als je dit plat bekijkt, dan kun je merken dat de uitvinding al geïnstalleerd is en die kracht er al is. Je kunt zien dat er boeken zijn geschreven waar ze in staan. Je kunt zien dat er personen zijn opgericht om dit te bevestigen. Die hoeven niet werkelijk te bestaan. Het gaat niet zozeer over AI. Dat heeft er wel mee te maken, maar het is veel groter dan dat. De bedoeling is dat wij uit onze black-box stappen en het rookgordijn van oorlog, dat gemaakt wordt om een grote uitvinding te maskeren, begrijpen. Het vraagt een complete verdieping in het onderwerp. Om bewust in te gaan op wat die uitvinding met de mens zal doen, om dit met terugwerkende kracht te ontcrachten.

We zijn ooit in een ex-oorlogsveld terechtgekomen en doen uitvindingen die meestal onze macht over de ander wil versterken. De komende 5 jaar gaat alles totaal de andere kant op. Niet positief, niet negatief. Even een lastige: wat wij kunnen doen is te staan als een pilaar van waarheid. Met je bewustzijn innerlijk besef brengen in de informatie waar we voor worden gewaarschuwd. Kom aan boord van de uitvindingen, de angsten, de wapens die voor onze ogen worden getoond, de frictievelen ofwel verkrampde levensvelden. Aan boord komen betekent dat je geen positie inneemt. Wees neutraal. Dat is al moeilijk genoeg. Laat je niet gebruiken voor deze uitvinding om energie de ruimte in te sturen. Je kunt partijdig worden met je hoofd maar ook met je emotionele binnenkant. Ga het uitdiepen voor jezelf zodat je weet hoe het in elkaar zit. Bondgenoten zoeken op geestelijk niveau is dan belangrijk. Naar buiten brengen geeft namelijk veel projecties. Terug naar je oorsprong gaan, naar je allerdiepste kern.

#### *Afronding*

Veel mensen zijn zich bewust van de serieuzeheid van het bewustzijn. Als we alles doen wat hiervoor geschreven staat, zou vanuit onze liefdeskracht (liefdeskracht is niet alleen zacht, maar ook kracht) deze wereld samen vanuit ons gevoel nieuwe voeding en nieuwe toekomst geven. Laten we over deze wereld ons licht schijnen.

*Irene*

## Bezield leven op doktersrecept.

*Verslag van de lezing door Richard Hoofs op donderdag 17 april 2025 in Zaal Hingstman te Zeijen.*

Richard Hoofs (60 j) reist na zijn opleiding tot huisarts naar India waar hij zich laat inspireren door de vedische cultuur en de Oosterse esoterie. Hij werkt daar tijdelijk als arts, waarbij het zelfgenezend vermogen een centrale plaats inneemt. Tijdens meerdere reizen naar Egypte haalt hij inspiratie uit de holistische leer waarbij alles met alles in verbinding staat, zoals bijvoorbeeld voelen, denken en zijn. Hij volgt aanvullende opleidingen op het gebied van acupunctuur, antroposofie, ayurveda, Egyptische heelkunde en spirituele therapie. Hij publiceert vanaf 2000 in medische vakbladen, met name over kinderpsychiatrie. Daarna komen zijn boeken *'Dokter, is het adhd?'* en *'Aandoeningen bij kinderen'* uit. Hij werkt mee aan de *'Nationale Richtlijn adhd'*, uitgegeven door het Trimbos-instituut. Later verschijnen *'Zelfgenezing op doktersrecept'*, *'Heelmeesters'*, *'Als de sluier wordt opgeheld'* en vorig jaar *'Bezield leven op doktersrecept'*. In zijn boeken verbindt hij op levensenergie gebaseerde behandelingen met de westerse huisartsgeneeskunde. Hij is momenteel huisarts op antroposofische basis en spiritueel coach. In die

hoedanigheid moedigt hij zijn cliënten aan om hun zelfgenezend vermogen te vergroten door bezield te gaan leven.

#### *Ervaringen in Egypte*

In het oude Egypte is de blauwe lotus een sacrale bloem. Ook de sterke geur ervan is heilig. De belangrijkste piramides in Egypte bevinden zich grotendeels langs de Nijl en vormen van boven gezien een kaart van het sterrenstelsel Orion. In verschillende kamers van de grote piramide van Gizeh, die langs smalle doorgangen te bereiken zijn, ervoer Richard intense onbekende krachten. Liggend in de granieten sarcofaag in de koningskamer verloor hij zelfs het bewustzijn. Deze overweldigende, onuitwisbare eenheids-ervaring past bij de sleutel van de Hermetica-leer: *"Alles is Eén en de Ene is Alles"* en daaruit voortvloeiend *"Ken u zelve en u kent God"*. In de Egyptische heelkunde staan verbinding en bezieling centraal: doorstromende levensenergie zet je in je kracht en vergroot je zelfhelende vermogen, gezondheid en welzijn.

### *Egyptische heelkunde, gebaseerd op een holistische wereldbeeld*

Mer-Ka-Ba: Richard laat hiërogliefen en afbeeldingen zien die verwijzen naar het energieveld dat ons omringt en dat we dit energieveld o.a. door specifieke ademhaling kunnen versterken. 'Mer' refereert aan roterende lichtvelden, 'Ka' refereert aan de individuele ziel en 'Ba' refereert aan het fysieke lichaam. Chakra's, meridianen en aura's zijn energiekanalen die met elkaar en met de ons omringende energie in contact staan en deze reguleren om weer in balans te komen.

*Oefening in aura-heling:* alle aanwezigen zoeken een plek in de ruimte waar we met gespreide armen kunnen staan om ons een idee te geven over de grootte van ons energieveld oftewel onze aura. Om de aura te voeden en op te schonen, beginnen we met onze handen tegen elkaar te wrijven voor de borst. We proberen de energie tussen de handen te voelen door ze meer of minder van elkaar af te bewegen. Dan kruisen we de handen voor ons hart, brengen ze vervolgens met gestrekte armen omhoog en brengen ze zijdelings met een wijde boog weer voor de borst. Deze beweging herhalen we een aantal keren. Je kunt daarbij i.p.v. handen wrijven ook je aandacht richten op het schoonmaken van je aura. Richard noemt een aantal voorbeelden van energieverlies in het contact met cliënten. Kinderen met adhd hebben vaak een open of geen aura, waardoor ze zich snel onveilig en kwetsbaar voelen. Een gezondheidsteam heeft veel contact met zieke mensen die hun energieveld negatief kunnen beïnvloeden. Mensen met drugsproblemen hebben vaak een grijze aura met gaten, waardoor zijzelf en hun behandelaars energie kunnen 'leken'. In dit soort gevallen is het raadzaam om, na een actieve werkdag, na een douche of bij bijvoorbeeld een nachtmerrie deze oefening te doen. Doorstromende levensenergie zet jou in je kracht en vergroot jouw zelfhelende vermogen, gezondheid en welzijn.

### *Holistische benadering*

Ziekte of een klacht wordt gezien als een roep van de ziel, een boodschap om de verbinding tussen persoon en ziel te herstellen, zodat het lichaam ook de kans krijgt om te herstellen. Een crisis als kans dus! Wereldwijd zijn er verscheidene 'Blue Zones', waar men gemiddeld ouder dan 100 jaar wordt. Deze zones bevinden zich o.a. op Sardinië (Italië), op Okinawa (Japan), in Costa Rica (Midden Amerika) en het Grieks eiland Ikara. Opvallende leefstijl principes zijn daar:

- Gezonde zee- en berglucht.
- Zuiver water.
- Voeding vooral vegetarisch en matig.
- Veel bewegen in de vrije natuur.
- Liefdevolle verbinding met familie en vrienden.
- Dagelijkse toewijding aan nuttige, maatschappelijke taken.

- Een juiste balans tussen inspanning (80%) en ontspanning (20%).
- Omgang met gelijkgestemden wat betreft zingeving (religie, studie, hobby).
- Praktiseren van normen en waarden.

Deze negen leefstijl principes staan borg voor zoveel mogelijk verbinding tussen lichaam, persoon en ziel. Deze holistische leefstijl zou een goede verklaring van hun gemiddelde hoge leeftijd kunnen zijn.

*Goden en godinnen:* Neteroe (=kracht) staat voor helende krachten in jezelf en om je heen en het staat voor kwaliteiten van de Ene, van de Bron. Hathor, de oermoeder, helpt je bewust te worden van je kwaliteiten via bijvoorbeeld dans (je voeten maken contact met de aarde om energie op te nemen en af te geven), genieten, heling, vrouwelijkheid. Cleopatra, die een zoon kreeg met Caesar, staat bekend als de moeder van alle moeders.

### *Egyptische helende principes*

De Egyptische heelkunde kent vier helende principes: MAÄT, ISIS, TOTH en PTOH.

I. MAÄT betreft je karma, ofwel je bestaansrecht. Bestaansrecht is je geboorterecht. Het gaat hier om waarheid, gerechtigheid en balans. Denk aan ons gezegde 'de juiste maat houden'. Karma betekent dat 'wie zaait, zal oogsten', er is geen daad of wet zonder gevolg, de zielsenergie blijft behouden. Elke ziel reïncarneert met een doel en heeft een 'zielsmissie'. Gebruik waarheid als je innerlijk kompas om te leven. Bij mummificatie werden de hersenen verwijderd, maar het hart werd gewogen ten opzichte van de Veer van Maät om de bestemming van de ziel te bepalen. Egyptologen verschillen van mening over reïncarnatie of wedergeboorte, zoals die genoemd wordt in het Corpus Hermeticum, het boek over de leer en de wetten van de Hermetica. De Egyptische beeldtaal (hiërogliefen) is een sacrale taal. Daarnaast bestond er ook een ander schrift. Het Egyptische Dodenboek rept over iemand die eerst oogst en daarna zaait.

*Oefening:* we doen samen een meditatie voor zelf-acceptatie: herhaal gedurende 1 minuut de zinnen "Ik ben helemaal goed zoals ik ben", "Ik ben geen fout van de kosmos", "God glimlachte bij mijn geboorte".

II. ISIS (Aset) is de grootste magiër en heler, echtgenote van Osiris (heerser over het schaduwrijk). Zij wordt afgebeeld met een troon op haar hoofd. De legende van Isis, Osiris en Horus (god van het Licht) is ook verwerkt in de film "The Lion King". Isis staat voor de weg die wij gaan naar bewustwording van onze werkelijke bron, onze natuurlijke staat. De mythe verhaalt dat haar broer Seth jaloers is op haar echtgenoot Osiris, hem vermoordt en hem met een bijl in 14 stukken hakt, die hij

verspreidt en verstoppt. Isis zoekt en vindt alle delen behalve de penis. Zij maakt een penis van klei, heeft gemeenschap met haar gedode echtgenoot en met de magie van Thot raakt zij toch zwanger. Uit die zwangerschap wordt Horus geboren. Zij creëert zo leven uit de dood. Horus wordt regelmatig bedreigd door zijn oom Seth, maar overwint hem steeds. Zo gaat men hem zien als bron van licht en hij wordt uiteindelijk Koning van Egypte. Samenvattend staat Isis voor *ziel*. Osiris, de grote schenker, staat voor *persoonlijkheid, eeuwig leven en transformatie*. Horus staat voor *lichtkracht*. De Griekse schrijver Lucius vermeldt over de oude mysteriescholen in Egypte dat leerlingen deze mythe in allerlei vormen naspeelden. De inwijding in het Mysterie vond plaats via de droom waarin het leven niet eindigt met de dood, maar de leerling uitnodigt om daaraan voorbij te gaan. Andere belangrijke kennis voor de Egyptenaren was: als de ster Sirius aan de hemel verschijnt, dan overstroomt de Nijl. Door die jaarlijkse overstromingen zijn de Nijl-oeveren bijzonder vruchtbaar.

*Wij doen de meditatie:* "Mijn ziel, hier ben ik".

III. THOT of Thehuti is de god van de wijsheid, de heelkunde en het schrift. Hij wordt afgebeeld als 'wijze aap' of als de vogel 'ibis'. In de Griekse mythologie heet hij Hermes Trismegistus, de schrijver van de Hermetica-leer. Thot staat voor de goddelijke kracht van het hart. Hij helpt ons om vanuit het hart waar te nemen. Ieder mens heeft zijn eigen unieke gaven. Het doel in het leven is, om deze kwaliteiten in de wereld vorm te geven en in te zetten in dienst van het grote geheel. In je dromen krijg je zicht op jouw rol in dit leven. Bijvoorbeeld: als je veel trauma's oploopt in je vroege jeugd, zijn je zintuigen uitgebreid getraind en kan je heldervoelend geworden zijn. Zo vormt elk soort 'training' uiteindelijk onze unieke kwaliteiten.

*Oefening in focus:* Richard laat een tas met opgeholde fotokopieën van godsbeelden rondgaan, waaruit wij allen één kiezen. Eerst verbinden we ons in gedachten met de God die ons toevalt voor dat we die kiezen. De bijbehorende vraag is: "Welke god of godin staat bij mij centraal en is op dit moment in mijn leven op mij van toepassing?" De gekozen afbeelding heeft wellicht een boodschap voor je.

IV. PTAH staat voor de stuwende oerkracht die alles geschapen heeft, voor het helende principe van kosmisch bewustzijn. Ptah wordt meestal afgebeeld met een staf (de 'djed') die in het midden is voorzien van drie smalle dwarslijnen en bovenaan eindigt in de vorm van de Ankh (een soort kruis

met een lusvormige top) die het eeuwige leven verbeeldt. Deze staf verbindt het hart (het geweten) met de tong (de wil). Ptah verbeeldt de scheppingskracht die jou helpt. Alles is met alles verbonden, dus: zo boven, zo beneden; zo de goden, zo ik zelf.

De astrologie stond in het oude Egypte gelijk aan de astronomie. Religie en wetenschap waren volledig verstrengeld. Alle piramides blijken met elkaar verbonden te zijn. Er zijn nog eindeloos veel vragen te beantwoorden. De sfinx voor de piramide van Gizeh vertoont erosie-sporen die erop wijzen dat deze ongeveer 15.000 jaar oud moet zijn, van vóór de laatste ijstijd. Er zijn sinds 2022 structuren onder de piramides ontdekt die honderden meters diep gaan. Bouwkundige hoogstandjes die met onze huidige technieken niet te verklaren zijn. De wijsheid die verpakt zit in de grote piramide is al eeuwen met onze huidige kennis niet te verklaren en zet aan tot wereldwijd onderzoek. Onze verbondenheid met het grote geheel is soms extra voelbaar tijdens zonsopkomst, zonsondergang, in contact met baby's en dieren, kijkend naar een wolkeloze sterrenhemel. Wijsheid en symboliek van bijvoorbeeld de Gulden Snede, de Fibonacci-spiraal, de levensbloem en het sterrenstelsel zien we terug in de natuur om ons heen (denk aan de zonnebloem, de nautiluschelp, de dennenappel), in de Vetruviusman van Leonardo da Vinci, enz.

#### *Oefening*

Richard benadrukt het belang van rituelen en geeft ons tenslotte voor thuis een oud Egyptisch ritueel mee: het leggen van de 'magische knoop van Isis'. Spreek een positieve intentie uit terwijl je een knoop in je zakdoek of in een touw legt en bewaar die in je broekzak. Je kan ook een amulet met een positieve intentie om je nek hangen. Verbind je drie keer per dag, drie weken lang met deze intentie. Dat kan gaan om stoppen met roken of (te veel) alcohol drinken, met te veel eten of geld uitgeven, te weinig bewegen of buiten zijn, een negatief zelfbeeld afschudden (ik ben niks waard), een onmogelijk verlangen nastreven (ik moet veel aanzien verwerven, zo rijk mogelijk worden), enz. De magie is, dat waar je in gelooft, uiteindelijk jouw werkelijkheid wordt. Richard benadrukt dat hij in zijn behandelingen zowel de westerse als de oosterse geneeskunde inzet en daarbij het goede van beide wil behouden!!

*Elsje en Astrid*

Voor meer informatie, zie <https://bit.ly/hooftspdf> en [www.medischepraktijkmondensir.nl](http://www.medischepraktijkmondensir.nl)

*NB: Deze Nieuwsbrief en eerder verschenen Nieuwsbrieven vanaf 2019 staan in kleur en met klikbare linkjes op onze website [www.innerlijk-besef.nl/nieuwsbrief](http://www.innerlijk-besef.nl/nieuwsbrief). U vindt ze door onder het aanmeldformulier naar beneden te scrollen.*

## Programma Stichting Innerlijk Besef 2025

Avondlezingen: 19:30 – 22.15 uur. In **Zalencentrum Hingstman**, Hoofdstraat 18, **Zeijen**.

Entree: € 15, en voor donateurs € 12. Deze prijzen zijn inclusief 2 maal koffie of thee.

| Datum                                              | Spreker                                                                                                                                                                                                                                               | Thema                                                  |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <b>Zondag 18 mei</b><br><b>9:45 – 17:30 uur</b>    | Themadag “ <b>Terug naar de Bron</b> ” in Zeijen. ’s Morgens spreekt <b>Henk Fransen</b> .<br>’s Middags spreekt <b>Karen Hamaker-Zondag</b> .<br>Zie de aankondiging elders in deze Nieuwsbrief.<br><b>Voor deze dag is reserveren noodzakelijk!</b> |                                                        |
| <b>10 september</b>                                | Hanneke Bouma                                                                                                                                                                                                                                         | De voedende Almoeder.                                  |
| <b>Zondag 21 sept.</b><br><b>10.00 – 17.00 uur</b> | Themadag met <b>Martijn van Staveren</b> :<br><b>Het mensenrijk uit de toekomst - Terug naar de stamwereld</b> .<br>Zie de aankondiging elders in deze Nieuwsbrief.<br><b>Voor deze dag is reserveren noodzakelijk!</b>                               |                                                        |
| <b>8 oktober</b>                                   | Annine van der Meer                                                                                                                                                                                                                                   | Het ET-tijdperk van de mensheid breekt aan.            |
| <b>12 november</b>                                 | Rolf Nuyts                                                                                                                                                                                                                                            | De weg uit de Matrix, de code gekraakt.                |
| <b>10 december</b>                                 | Peter Vereecke                                                                                                                                                                                                                                        | Peter in Wonderland.                                   |
| <b>Info:</b>                                       | tel. 050-4094279                                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |
| <b>Website:</b>                                    | <a href="https://innerlijk-besef.nl">https://innerlijk-besef.nl</a>                                                                                                                                                                                   | <b>E-mail:</b> Via het contactformulier op de website. |

### Aanmelding voor de themadag bij Stichting Innerlijk Besef.

op zondag 18 mei 2025, aanvang 9.45 uur

Dhr./mevr. .... wel/niet<sup>\*)</sup> donateur

Dhr./mevr. .... wel/niet<sup>\*)</sup> donateur

Tel. ....

E-mail: .....

- Meldt/melden zich aan voor de themadag bij Innerlijk Besef op zondag 18 mei 2025 in **Zalencentrum Hingstman in Zeijen**.
- De kosten van € 40, -- per donateur, € 45,-- per niet-donateur worden door mij gelijktijdig overgemaakt op IBAN rekeningnummer: **NL05 INGB 0103 6898 26**. ten name van **Stichting Innerlijk Besef**, onder vermelding van ‘**Themadag**’.

**Attentie:** bij uw betaling a.u.b. ook de naam vermelden van degene voor wie u betaalt.

Handtekening:

*Dit formulier (of een kopie) ingevuld opsturen naar: Penningmeester Innerlijk Besef, Noordes 6, 9468 HP Annen.*

In plaats daarvan kunt u ook de ingevulde gegevens per e-mail sturen naar:

[penningmeester@innerlijk-besef.nl](mailto:penningmeester@innerlijk-besef.nl)

**Attentie:** uw aanmelding en uw betaling moeten **uiterlijk 13 mei 2025** bij ons binnen zijn!

Uw betaling is tevens uw bevestiging, daarmee is uw aanmelding definitief.

## Aanmelding voor de themadag met Martijn van Staveren.

op zondag 21 september 2025, aanvang 10:00 uur

Dhr./mevr. .... wel/niet\*) donateur

Dhr./mevr. .... wel/niet\*) donateur

Tel. ....

E-mail: .....

- Meldt/melden zich aan voor de themadag met Martijn van Staveren op zondag 21 september 2025 in **Zalencentrum Hingstman in Zeijen**.
- De kosten van € 35, -- per donateur, € 40,-- per niet-donateur worden door mij gelijktijdig overgemaakt op IBAN rekeningnummer: **NL05 INGB 0103 6898 26**. ten name van **Stichting Innerlijk Besef**, onder vermelding van **'Themadag'**.

**Attentie:** bij uw betaling a.u.b. ook de naam vermelden van degene voor wie u betaalt.

Handtekening:

*Dit formulier (of een kopie) ingevuld opsturen naar: Penningmeester Innerlijk Besef, Noordes 6, 9468 HP Annen.*

In plaats daarvan kunt u ook de ingevulde gegevens per e-mail sturen naar:

[penningmeester@innerlijk-besef.nl](mailto:penningmeester@innerlijk-besef.nl)

**Attentie:** uw aanmelding en uw betaling moeten **uiterlijk 16 september 2025** bij ons binnen zijn!

Uw betaling is tevens uw bevestiging, daarmee is uw aanmelding definitief.