

# **20190621-MvS-Hersengolfstaten**

**Bron: Martijn van Staveren**

**Thema: Hersengolfstaten**

**Subthema: Leidingnemen in ontspanning**

## **Inhoud**

Deel 1 verzamelde info over hersengolfstaten

Deel 2 vier oefeningen

## **Deel 1**

Het is het gamma, bèta, alfa, theta, delta bewustzijn van de hersenen is van heel groot belang. Dat is eigenlijk het trillingsveld, aantal cyclussen per seconde waarin het elektromagnetisch veld van ons brein vibreert. Het bètaveld, dat is het vibratieveld waarin wij nu leven, dus het "normale" tussen aanhalingstekens, het "normale" veld waarin de mens denkt, met je boodschappen, je leeft dat zijn de normale dingen hoofdzakelijk in bèta, zo zwart wit als ik het nu stel is het niet want er zitten ook moment tussen van alfa en gamma, maar het bèta bewustzijn is de hersengolf frequentie waarin we nu op dit moment leven. Als je heel erg leert, je gaat naar school waar je allerlei externe informatie naar binnen haalt, kun je heel diep denken, dus dat is eigenlijk het volgen, het opnemen van die informatie, dat is het gamma bewustzijn. Dat is echt een heel hoog verwerkingspercentage, dus het zijn heel veel cyclussen per seconde waarin het elektromagnetisch beeld van het brein trilt. Dat is niet het volledige brein, dat zijn delen, velden. Dus het is niet dat je alleen maar gamma of bèta bent maar er lopen verschillende velden en functies door elkaar heen. Je hebt het alfa bewustzijn, dat is de meditatieve staat dat je tot rust komt, dan worden de prikkels van boven veel prikkels naar beneden, alfa bewustzijn is het meditatiebewustzijn, dan gaat je elektromagnetische veld ontspannen in een aantal cyclussen per seconde gaat het echt halveren. Dan heb je daarna nog het theta bewustzijn, dat is het frequentieveld waarin je voorbij meditatie terechtkomt net voor het in slaap vallen. Dus het moment tussen hele diepe meditatie en bijna in slaap vallen, dat is het moment dat er theta bewustzijn ontstaat, gevolgd door het delta bewustzijn. Bij het delta bewustzijn is dat het brein heel langzaam in een elektromagnetisch veld trilt, dus de trillingen per seconde zijn laag. In delta gebeurt ook heel veel. Het is niet zo dat bij het één meer gebeurt dan bij het ander, alleen zijn het andere informatievelden.

Eigenlijk is theta de droomstaat, maar zoals het nu functioneert is het bijna delta. Theta bewustzijn is een frequentieveld waarin als je brein naar theta toe schuift en je valt dus niet in slaap, je bent in hele diepe ontspanning, dan is het moment waarin je theta ervaart, kun je binnen het moment waarin je bijna in slaap valt kun je wakker worden. Dat is het volledige theta bewustzijn en als je daarin terechtkomt dus tijdens dat je slaapt dat je net niet in slaap valt maar wel dat veld vasthoudt door bewustzijn, dan kun je vanuit dat theta bewustzijn kun je alles weten. Alles. Op het moment dat je door het meditatie bewustzijn heen gaat, dus van bèta, alfa naar theta, dat is een verandering van een focus, dus je gaat van een ontspanning naar een diepere ontspanning en daar ontstaat heel veel helderheid in, op het moment dat je daarin terechtkomt dan is het informatiebewustzijn van het brein in staat om het frequentieveld van het hart, het hart ontvangt, aan de binnenkant van het hart zit neuroweefsel, is het brein in staat, als het functioneel is, trilt in theta, is het brein in staat om informatie van het hartbrein één op één te ontvangen. En theta is de normale frequentie waar de mens in het begin van het experiment met haar hersenfrequentie in leeft. Maar wij zijn uit het theta gehaald, dus uit de helderheid van dat denken en voelen zijn we geleid naar het bèta bewustzijn. En de kinderen, dus wij zelf ook toen wij kinderen waren, worden bewust naar het gamma bewustzijn gebracht zodat wij eigenlijk op voorhand al zware denkers worden en geprogrammeerd. En dit is eigenlijk het frequentieveld, als we terugkeren in een theta bewustzijn dan kunnen we vrij makkelijk, eenvoudig het veld van binnenuit één op één doorvoeren, dat gebeurt automatisch, naar het brein. Dan weet het brein wat er werkelijk te weten is, evenwicht en ook tot daadkracht komen. Dat heeft dus niets te maken met spiritualiteit. Dat is gewoon bewustzijn. Als je kijkt naar onze oorspronkelijke bewustzijn van wie wij van origine zijn, zijn wij hele krachtige wezens, heel krachtig bewustzijn. En er is een enorme diepe verbinding, gigantisch diep met het leven, maar we zijn niet afwezig, we staan er recht voor, we weten heel krachtig waar we zijn en waar het om gaat! Het beta bewustzijn, als je begint met dit soort zelfbekrachtigingen, aandachts momenten, dan is het vanuit bèta is het heel fijn om even in ontspanning te komen, dan stemt je brein zich meer af. Dat wil niet

altijd lukken en dan ga je naar gamma omdat je buurman muziek hard aanzet, dan komt er een ander reactieveld.

Het is belangrijk om dit te snappen, neem de tijd om in ieder geval een beetje in dat alfa bewustzijn te komen van je brein, in de rust. En het is ook bijzonder om te beseffen dat als je naar iemand luistert die vanuit alfa spreekt of vanuit theta bewustzijn spreekt, dat dat bij jou ook ontstaat. Dat merk je ook als je naar mij luistert en dan merk je ook dat je af en toe denkt nou delta bububrr ik val bijna in slaap. Maar het is bewustzijn, maar in feite val je niet in slaap dat is alleen wat je denkt, dit schakelt uit. Wij moeten dus leren om in een ander bewustzijn gewoon functioneel te zijn zonder in slaap te vallen. Maar omdat delta er op volgt hebben we de neiging om naar deze brug te gaan en ja te knikkebollen, maar dit is een heel helder bewustzijn. En de beschavingen die de mens bezoeken, die ook verbonden zijn vanuit de hartskracht die leven allemaal vanuit theta. Dus die kijken naar ons met een compleet ander bewustzijn, met een heel ander innerlijk weten en ze zien ons eigenlijk in een robot bewustzijn. Het bèta bewustzijn is een heel erg denk level, een instructie systeem, dus er zit geen autonomie in, er wordt meer gereageerd in het programma.

Als we ineens zouden gaan doen waar het echt om gaat dan worden de hypotheeken en huurhuizen opgezegd en dan gaan we allemaal iets anders doen. Het gaat meer om de feiten, de feiten laten ons zien we zitten in bèta.

Je wilt iets veranderen, je kijkt er naar in een diepe staat van emotie of in een diepe staat van ontspanning waarbij je hersengolven veranderen naar het thetabewustzijn. Maar ja wie doet tegenwoordig veel moeite om in het thetabewustzijn te gaan? Geen tijd voor en de modellen zijn zo gemaakt om te denken, denken, denken, in bèta en gamma, we moeten snel denken en snel in acties. De hersengolven zijn afgestemd waardoor we niet meer informatie ontvangen van hier (hart). Vanuit de persoonlijkheid willen we dat het Nu gebeurt.

Dus het theta bewustzijn, dus de ontspanning is heel belangrijk, want als ons brein ontspant dan vertraagt het elektromagnetische puls frequentie waarop de informatie verwerkt wordt, en op dat moment stemt dit veld zich af op de informatie van het hartbrein en die informatie die daar is die zit in de cyclussen van het theta bewustzijn. Dat is ook door neurologen gemeten. En ze hebben ook vastgesteld dat het neuroweefsel 40.000 keer over 90.000 daar zijn er velen het niet mee eens, 40.000 keer meer neuroweefsel in het hartbrein dan in het hele hersenpan.

In de bekrachtiging die je doet op je eigen manier kijk eens of je even een moment nodig hebt voor alfa bewustzijn. Het is niet zo dat je je hele leven altijd eerst naar alfa toe moet anders zou je dingen niet voor elkaar kunnen krijgen. Als er iets gebeurt plotseling en je beseft wat er gebeurt, je hebt het door, daar gaat het om. En dat je daar iets in kunt betekenen en het heeft effect op jou, en je loopt er niet aan voorbij, dan ben je al niet meet in bèta! Dan verandert dat al. Er vindt namelijk een omdraaiing plaats in je bewustzijn. Dus je bent al uit het programma. De mensen die in bèta zitten lopen er aan voorbij. Dus je hebt het door, je zit dan in een ander veld, en alles wat je dan doet met je bewustzijn, het door hebben, het voelen de informatie wat al binnen is gevoegd, voel je al vertrekken.

De bekrachtigingen zijn bedoeld om hele zware trauma's aan te vliegen in jezelf en heel krachtig naar bepaalde dingen te kijken, in de wereld bijvoorbeeld, maar uiteindelijk is dit hele systeem gebaseerd op inzicht en bewustzijn en dat kun je voortdurend de hele dag door kun je dat vasthouden. Alfa en theta bewustzijn is belangrijk.

Dus als je 's nachts wakker wordt en je hebt gedroomd, de hersenen zitten nog in theta, dus je weet het precies en dan moet je een pen pakken. En dan ga je rechtop zitten en pak je die pen en alleen al door die handeling ga je naar bèta en je denkt wat was het ook alweer, en op dat moment van oeh wat was het ook alweer schiet je naar gamma. En dan is het weg. En dan denken wij dat het weg is, maar het is niet weg, het zit in theta, alles wordt opgeslagen in feite in thetabewustzijn, dromen, negatieve gebeurtenissen, trauma's, alles zit in theta, in dat hersenfrequentieveld. Dus kunnen wij problemen ook oplossen zonder in theta te zitten, nee eigenlijk niet. Dus we moeten naar een bredere werkelijkheid kijken door de grotere werkelijkheid te aanschouwen en door te hebben van aha hier gebeurt iets, op dat moment is het doorhebben van is een verschuiving vanuit het bèta bewustzijn naar een iets rustiger trillingsveld. En dan kun je makkelijker tot oplossingen komen.

Als je met aandacht naar het gevoel gaat waarmee je linkt aan een droom maar je weet niet welke

droom dan kan de gevoel de schakelaar zijn., dus eigenlijk wat een regressietherapeut doet dat doe je eigenlijk zelf.

En als je meer in een alfa of theta bewustzijn gaat leven, dus je visie verandert, je draait hem om, dan wordt je wakker in dat bewustzijn maar je blijft in dat bewustzijn en dan gaan je dromen ook niet weg.

Vraag: theta bewustzijn op straat is dan dat alles vertraagt?

Martijn theta bewustzijn is dat de tijd kan vertragen maar ook kan versnellen, in theta wordt het hele tijdsprincipe anders. En je kunt ook in details kijken. Dus theta is één van de grootste sleutels die in het fysieke lichaam zit. Het brein kan switchen naar andere velden en dan kun je rustig een wandeling hebben van drie kwartier terwijl je maar 3 minuten hebt gelopen. Eigenlijk zien we heel veel, alleen het wordt niet omgezet. Het bèta bewustzijn is niet in staat om alles wat we oppikken, niet alleen met de gewone fysieke zintuigen maar we hebben ook informatie grids rondom ons lichaam die uitgeschakeld zijn, maar een bepaald deel staat nog wel in actief. Het bèta bewustzijn is niet in staat om dat allemaal om te zetten en te interpreteren en als jij onder theta bewustzijn wordt gebracht met een hypnose sessie dan wordt je terug gebracht naar een dag geleden of misschien een jaar geleden, dan kan de therapeut jou ondersteunen om precies naar die details dan ga je zelfs iemand die 10 meter afstand voorbij is gelopen die je nooit hebt gezien, kan je precies vertellen wat voor kleur jas die aan had bijvoorbeeld. Terwijl je dat in je bèta bewustzijn niet weet. Maar het wordt allemaal wel opgeslagen. We leven maar voor zo'n summier deeltje en dat is allemaal door dat bèta bewustzijn.

Bij theta intensiveren je gevoelens.

Iemand deelt dat als zij iets heeft meegemaakt en zit dan in een hele grote ontspanning, dan alles is oké, het is geen probleem meer. .

**Martijn:** op dat moment wordt jij gegijzeld door een spiritueel veld. Want het moment dat we in dat stuk komen van aahhh (ontspanning) het is wel lekker om dit te voelen, maar dan moet 'ie niet dieper ingezet worden, want ons bewustzijn moet ontwaken en daar juist heel ontspannen maar krachtig bij aanwezig zijn! Op het moment dat dat wegebt dan worden we ontvoerd. En dat gebeurt op zo'n slimme manier en daar worden allerlei bewustzijnstrainingen in gegeven. "hoe worden we zo snel mogelijk ontvoerd door de draconiërs"

Het is fijn om je ontspannen te voelen maar op het moment dat de leiding wegglijpt dan is er echt werk aan de winkel.

Op het moment dat we in alfa of theta terecht komen gaan we er eigenlijk altijd via onze persoonlijkheid in, want onze persoonlijkheid wordt gekweld en onze persoonlijkheid heeft ontspanning nodig. Op dat moment worden we ontvoerd op basis van de behoefte van onze persoonlijkheid. Maar als jij gaat oefenen, mediteren op een andere manier met deze kennis, en je blijft heel diep bij het weten, hoe het ook in elkaar zit, ik ben een reiziger uit een andere werkelijkheid, ik beschik en ben één en al kracht en liefde en ik ga nu in de ontspanning, dan moet je eens kijken wat er gebeurt. Ga er maar eens mee bezig, neem maar eens de leiding, ga maar eens tot dat heldere licht binnenin van bewustzijn dat helemaal zich opent en dat zich niet laat misleiden door allerlei gefalsificeerde beelden en ratdraaiers.

Hoe kun je nou maximaal bewustzijn als je je daar niet bewust van bent?

God slaapt niet, god is altijd open, de kracht is altijd aanwezig. En natuurlijk als wij gaan slapen dan val je in slaap, maar ook dat behoeft aandacht, want wat gebeurt daar dan eigenlijk? Als we onsterfelijk zijn hebben we dan slaap nodig, nou ja dit lichaam misschien, blijkbaar wel. Maar waarom moeten wij slapen en slapen wij überhaupt wel, want als wij gaan dromen blijkt dat we helemaal niet slapen.

Nou dan zit je in ieder geval met je bewustzijn niet statisch vast aan je persoonlijkheids grid, dus je geïnstalleerde veld. En de persoonlijkheid reageert en regeert. Dat is een informatieveld wat bij het lichaam hoort. Als je andere hersengolven krijgt, als het lichaam fysiek ontspant, en de hersengolven, ik noem het even hersengolven, het is veel meer dan dat, het zijn hele informatievelden, die veranderen, dan kun je ineens denken zoals bijvoorbeeld een andere menselijke beschaving denkt, maar het kan ook zijn dat je heel goed, dat het denken zich afstemt op een innerlijk informatieveld van jezelf en dat is wat ik bij jou hoor, en dan ga je anders kijken naar de situatie. Sterker nog, in dat moment zou je een beslissing kunnen nemen die je hele leven verandert. Juist dan. Dus het persoonlijkheidsinformatieveld, gedragspatronen, noem het maar eventjes een soort bewustzijn, dat geprogrammeerde bewustzijn wat bij het lichaam hoort, dat

verandert waardoor je ineens anders naar de werkelijkheid kunt kijken en je dan ook kunt voelen, en dat is niet alleen vanuit jou meer, dan voel je van nou wat ik nu ervaar dat komt ergens anders ook vandaan. Dat komt veel dieper uit mijzelf.

Dit is de achterkant van een hoofd, linker hersenhelft, rechter hersenhelft, het zit niet zozeer alleen in links en rechts hoor, want het loopt dwars door elkaar heen want het zijn hersengolven, maar het is wel zo dat de linkerkant wel veel meer het mentale gedeelte is en dat in de rechterkant de creatieve processen plaatsvinden. Dus links is denken, brein en het neurologische proces wat aangestuurd wordt, dus dat is het lichaam fysiek, de mind waar de programma's liggen opgeslagen dat is links en de rechterkant is ons emotionele stuk waar we in kunnen voelen, waar we gepassioneerd kunnen zijn, dat is het Harts intelligentie, de zielenkracht van ons, de creatie en vooral de Harts intelligentie rechts wat wordt ontvangen aan de rechterkant van het hoofd, en het brein dus de breinintelligentie dat is de linkerkant van het hoofd. Dus als iemand tegen je zegt "ga uit je hoofd" Dan zeg ik "waag het eens" Want als ik uit mijn hoofd moet dan moet ik dus ook uit mijn creatie, mijn Harts intelligentie. En daar wilde ik nou juist lekker in gaan zitten. Dus dit stuk hier is van belang. Alles waar we het nu over hebben, hologrammen van familie werkt allemaal in de mind. Het zit allemaal aan de linkerkant. Daar zit de manipulatie van de hologrammen Dus de oefening die je daar ook in doet als je naar binnen gaat in je hoofd dan concentreer je je ook met name heel erg op de linker hersenhelft. Terwijl je nu hier zit kun je dat al voelen, ga maar eens met je aandacht met je ogen open naar de linkerkant van je hoofd, dan voel je die kant voel je sterker, dat kun je gewoon doen. Met je voorstellingsvermogen kun je dat ervaren. Nu switch je naar de andere kant ga je naar de rechterkant van je hoofd en dan kun je die plek heel duidelijk voelen. Elke plek is voelbaar in je lichaam. En daar waar je aandacht naar toe gaat dat wordt in beweging gezet.

Er gebeurt iets in je leven wat je onvoorstelbaar diep raakt, het hoeft niet perse drama te zijn het kan wel dramatisch voelen, je ben zo ontzettend verdrietig dat je kunt niets anders dan alleen maar huilen, en de pijn voelen en terwijl je zo ontzettend diep geëmotioneerd bent, kun je dus alleen maar dat ervaren. Alleen maar die emotie. Dan kun je niet denken. Dan is de kracht van de emotie zo'n krachtig energieveld dat je hele brein die dus denkt in het beta bewustzijn, dat is een golfstaat, een elektromagnetisch veld, beta bewustzijn, dat het hele brein als het ware door die andere informatie wordt getrakteerd als het ware met een compleet ander energiebewustzijn. Dus het brein schuift heel snel van het beta bewustzijn naar het theta bewustzijn. Wij hebben vaak gehoord dat theta een hele diepe staat van ontspanning is, dat zeg ik ook weleens, maar als je in hetzelfde moment als je theta gaat doorgronden kom je er achter dat dat een bewustzijn is van een hele diepe ontspanning waarbij je volledig aanwezig kunt zijn. Door de meditatie heen kom je in een hele diepe ontspanning en op het moment dat je de grip kwijt lijkt te raken net als bij in slaap vallen, wordt je juist wakker, in een moment van diepe ontspanning. Dat kennen we vast allemaal wel in ons leven dat we in slaap vielen en net niet in slaap valt en toch die diepe ontspanning voelt. heel diep maar je bent ook super wakker. Maar die emoties dat is de taal van het vormloze. Dus we worden geraakt in ons diepste kracht van zijn op het moment dat we in het diepste moment, in het diepste zijn van emotie kunnen verkeren. En normaliter is dat een voortdurende staat van zijn. Een voortdurende bewustzijnsstaat. Als je je ontspannen voelt en je loopt lekker door de natuur dan kun je een ontzagwekkende gevoel hebben met de natuur, dan voel je je zo ontzettend lekker. En dat is een emotionele staat, een emotioneel bewustzijnsstaat, we voelen ons dan niet geëmotioneerd dat we gaan huilen of iets dergelijks, we voelen een bep bewustzijnsstaat een gemoedstoestand aanwezig en die aanwezigheid van het gemoedsbewustzijn dat is een theta bewustzijnsstaat. Dus dan schiet je uit je denken weg. En waarom vertel ik dat nou, dat het moment van verbondenheid met dat je ten diepste kunt voelen met dat het oké is dat je er bent en dat je heel veel respect en waardering hebt, en op het moment dat je dat ervaart dan ben je niet aan het denken. En dat is dus een emotie, emoties kunnen in allerlei gradaties, je kunt ze heel minimaal voelen of je kunt ze heel excessief voelen.

Er zijn eigenlijk geen beelden het is het interpreteren van informatie en beelden inderdaad, maar de betekenis die je pakt, je houdt beelden vast, maar dat is gekoppeld aan de hersengolfstaat, als je in theta bewustzijn zit, in meditatie, dus beta, alfa, theta bewustzijn zit, en theta bewustzijn beleeft dan is het een hele emotionele gebeurtenis in een heel kort moment. Als je een heel ernstig auto ongeluk krijgt of je krijgt een heel positieve prachtige ervaring, in een flits, dat is eigenlijk hetzelfde, dan flipt die hersengolfstaat verandert razendsnel naar thetabewustzijn en die informatie kun je opslaan en daar zit heel diepgaande emotie aan vast. Dus dat wordt vaak heel makkelijk opgehaald.

Alles wat je onbewust leeft wat in andere hersengolf wordt opgeslagen, daar kun je vaak niet bij komen, weet je bijna niet.

We zijn energie, er is niet een onderscheid niet in lagen, ook niet in chakra's. Het fysieke hart is alleen maar de holografische invoegingen die het doorgeeft aan de hoofd centraal zenuwbanen die het ook aan het brein informeren. Dus het hart heeft zo'n enorme capaciteit van informatie wat een theta bewustzijn is aan de binnenkant is, wat informatie, schepping informatie puur energie kan vertalen naar en driedimensionaal neurologisch proces en die voegt zich dus in in het brein. Uiteindelijk komt het uit het grote veld. Dus je raakt die plek aan, maar het hart is natuurlijk veel meer dan alleen het fysieke hart. En dat kun je dus ook voelen.

Wij leven nu in een omgeving waar een andere taal wordt gesproken, we zijn overgeleverd aan de overtuigingen van ons lichaam, ons fysiek menselijk denken, in de reden waarom er over het theta bewustzijn werd gesproken (filmpje), beta bewustzijn dagelijks bewustzijn, gamma leren?, alfa bewustzijn meditatie en het thetabewustzijn dat is nog een diepere laag van ontspanning, de reden daarvan is dus ook aan de hand van het filmpje dat het hartskrachtveld, de neuroweefsels in het hart, en het elektromagnetisch veld wat daarbij ontstaat, dat ligt in dezelfde frequentie als het thetabewustzijn van het brein. Dus waarom we ontspanning nodig hebben dat is puur om het brein hier af te stemmen op onze hartskracht. Dus we kunnen die route van de stilte in relatie tot ons brein hier en in relatie tot ons brein hier, kunnen we die stilte niet overslaan. We moeten altijd naar die stilte durven gaan. Wat er gebeurt is dat we in onze acties ontzettend worden afgeleid, steeds van buiten af. Dus we hebben ruimte nodig. We bekrachtigen onszelf waardoor we niet in de chantage terecht komen.

Vorige keer gehad over beta en theta bewustzijn, Op het moment dat we geboren worden, functioneert ons brein in een theta bewustzijn, dus de hersenen van een baby functioneren in een theta hersengolfstaat, een elektromagnetisch veld, door instructies van buiten te ontvangen, prikkels van buiten af, opvoeding en vooral te zien hoe het allemaal zo zou moeten zijn, verschuift het denken van een kind naar het beta bewustzijn. Dus eerst zit het in theta dat is een volledige overgave van het leven van zijn, het wordt eigenlijk puur alleen maar gevoeld, hoewel van de kinderen van u wordt gezegd van "ja ze zijn zo zuiver" er zijn heel veel kinderen die het nog moeilijker hebben als dat we het ooit zouden willen benoemen. Er is veel meer aan de hand dan dat het alleen maar mooi is, ook daarin zien we kinderen geboren worden dat zij heel erg onderdrukt zijn in de baby fase al. Daar naar durven kijken. Ik ben speciaal naar ziekenhuizen gegaan en dan bij de kraamafdeling kindertjes te kunnen bekijken door het raam, met een neutrale blik, observeren wat kom ik daar tegen. Maar op het moment dat kinderen worden opgevoed, ik spreek ook over mijzelf, met allemaal instructies van buiten af, de externe hypnotiseur die ons gaat vertellen waar we aan moeten voldoen, en alles wat onnatuurlijk is wat we dus niet vanuit onze werkelijke zelf zouden doen, wat aangeleerd is, wat afwijkt, mogen we zien als een modificatie van wie we zijn. Dat is een aanpassing. Als je als kind volledig tot je recht komt en de stroming kunt kiezen waar je je echt goed bij voelt, dat je de eerste 25 jaar in de bloementuin kunt leren, met dieren omgaan en dat je leert, dat je leert dat er appelverschillen zijn, welke appel wanneer geplukt wordt, waar dat mee te maken heeft, wanneer een appel geel is, en wanneer rood, al dat soort hele mooie dingen, dat weten we niet, we lopen in de winkel en gooien het in de kar, we rekenen af met een plastic kaart en dan eten we hem op. Maar als je 20 jaar lang zou kunnen leren en dat je ermee bezig bent en dat je helemaal vervult van liefde als kind, dat je helemaal in die staat zit, dan krijg je een heel ander mens. Maar wat gebeurt er, dat dus niet, maar mensen gaan in een programma, krijgen dus externe software, dus i.p.v. vrije creatie, dat is een emotioneel vrij veld van ongedwongen vrijheid, dus waar we allemaal binnen in onszelf weten waar het om gaat. Vrijheid in onszelf. Om dat te voorkomen worden we geleid in programma's, worden externe dingen in ons gepropt, dat ervaren we niet, we denken dat dat eigen keus is, we volgen dat, we doen dat, we zetten het vast en wat gebeurt is dat onze hersengolven veranderen van theta door het alfa naar het beta bewustzijn. In feite wordt er een ander magnetisch veld geïnstalleerd, gedurende onze opvoeding. We worden zuiver denkende wezens, zuiver denkend, zuiver denkend.

Die school heeft mij ook opgevoed, zo zijn we allemaal opgevoed, we worden zuiver denkende wezens. En dan komt het bijzondere, op het moment dat we beta bewustzijn dragen, fysiek bewustzijn hersengolfstaat, kunnen we zeggen de hele wereld, deze planeet verkeert in beta. Dat is een hersengolfstaat dus terwijl we op afstand naar de aarde kijken, en 7 duizend miljoen mensen

allemaal in die denkpatronen zitten van zoals ze zijn opgevoed, zelfs als ze in de natuur leven, leven ze volgens de modellen van de natuur die hen gedictieerd werden, er zijn nog enkele uitzonderingen, maar globaal gezien is er volledige uitsluiting van creatie kracht. En dan kijk je naar 7 duizend miljoen mensen en dan vraag je je af als bezoeker uit een ander universum wat voor gesprekken zou ik met deze mensen kunnen voeren want het denken, de perceptie van die mensen zelf, dus de perceptie van onszelf wie wij denken dat we zijn, de rol die wij hebben gekregen en ook hebben aangenomen, de totale verwarring in onszelf, die we vaak niet eens meer los kunnen laten, omdat we in die modellen gevangen zitten, daar is eigenlijk niet mee te spreken. En dan kijken we nog een keer naar die 7 duizend miljoen mensen en dan weet je ik zou zo graag contact met ze willen hebben, met de mensheid maar niet via dat hersenbewustzijn in beta en waarom niet, omdat die zuiver denkende mensen, die in het denken ook kunnen voelen, gevoelens hebben binnen het denken, die zitten in een bandbreedte, elektromagnetisch bewustzijn wat gecontroleerd wordt door andere krachten, en dat zijn de houders van de hack die heeft plaatsgevonden. Dus er is een heel grote agenda gaande waar andere beschavingen van alles van weten, die weten tot in detail hoe het in elkaar zit, maar die weten ook dat als ze gaan communiceren met de mensen op deze wereld via het beta bewustzijn, via de persoonlijkheid, die die mensen denken dat ze zijn, dat ze worden gezien via het brein, door andere krachten. Hoor je wat ik zeg? Ik zeg letterlijk dat als wij in onze persoonlijkheid functioneren, in ons beta bewustzijn zitten, onze volgzame energie i.p.v. zelf creëren en zelf beslissingen nemen van binnen uit, als we in een volgsysteem zitten van het menselijk denken dan gaat er een andere kracht door de mens heen lopen. Het gedrag van de mensen is anders, het voelen van de mensen is anders, ze hebben andere belangen, zie wat er hier gebeurt, hoe de aarde er uit ziet. En wij dachten dat wij goed bezig zijn. Dus wat is hier nu nodig. Wat is er nodig om die twee verschillende werkelijkheden, die dus bij elkaar tot één werkelijkheid hebben geleid, wat is er nodig in jezelf om los te komen van de gedachtegoed van andere intellectuele wezens uit andere beschavingen, wat is er nodig om los te komen van de software als jij een bril op zet waarin je je identificeert met degene in het spel die het spel is. Wie weet het? Daar kun je pas over gaan nadenken als je beseft dat je ergens los van kunt komen en dat je vastzit. Dit is zo'n diep en groot onderwerp en dan zijn er mensen op deze aarde die denken te weten wat ander beschavingen hier op aarde komen doen. Ze weten nog niet eens wat ze zelf aan het doen zijn en dat is geen oordeel maar het heeft wel met elkaar te maken. Wij zijn allemaal galactische wezens, wij komen allemaal uit een andere wereld vandaan, en wij zijn allemaal hier in deze ervaring in deze gigantische werkelijkheid, waar andere dingen gebeuren. En we moeten het ook niet als doel gaan zien dat we die werkelijkheid moeten opschudden en dat we het hier eventjes allemaal harmonieus maken, nee we moeten vooral onszelf zijn. En als je jezelf bent dan is dat dus uit de persoonlijkheid, dan ga je dingen voelen van binnen en dan gaat je verstand nog even zeggen van "ja ha ha dat kan helemaal niet" Wat dacht ik daar, kan dat niet? Wie zegt hier dat dat niet kan? Twee verschillende vormen. Eigenlijk zijn wij superschizofreen. En dat is ook aangetoond, daar zijn hele boeken over geschreven door top psychiaters. "de schizofrene mens" Want we hebben allemaal verschillende lagen van bewustzijn, er is niet één statisch bewustzijn, morgen ben je weer anders, misschien ben je over een half uur al weer anders. Vanavond zit je misschien met zo'n gezicht op de bank, zo van jij hebt een leuke dag gehad met Martijn, ja shit. Maar dan is er een ander bewustzijn. Zou je dan in dat moment de hele groep mensen zien, dat je met zo'n rot gevoel zit, boos, zou je alle mensen van vandaag in één keer zien, ploep, referentiepunt, tak, bam bam, hé, daar zijn al die mensen weer dan ben je gelijk ook weer jezelf. Dus de invloed van buiten af, dat noemen we ook de epigenetica omgeving van de mensen heeft zoveel invloed op je gemoedstoestand. Dus wij leven nu als beta bewustzijnswezens. Waar ligt nu de sleutel om van bepaalde zaken in jezelf verlost te raken, laat ik het zomaar zeggen heel zwart wit uitgedrukt. Of het ook werkelijk ook is om volledig verlost te zijn van iets dat ga je zelf ontdekken. Je hebt in ieder geval de mogelijkheid om in de momenten waarin je verkeert in dat moment leiding te nemen. Dat is één. Als je in een patroon komt of er gebeurt iets naar jou toe wat jou in je trauma gaat brengen, of je denk van potverdorie wat ben ik vandaag in een slecht humeur, of ik ben woedend of ik zie het niet meer zitten, of hop ik gooi alles in de openhaard, bekijk het maar. Of het tegenovergestelde, ik zit in een euforische toestand, dat kan ook, dat het je ook helemaal uit je eigen kracht haalt. Euforie kan je uit je kracht halen. Als je erkent dat je met stilte en aandacht in jezelf kunt komen. Die oefening die we net hebben gedaan die is hoofdzakelijk gericht om het beta bewustzijn tot rust te brengen. Als jij nou met je aandacht naar binnen toe gaat, in je hoofd, daar waar menselijke observatie is, vindt er verandering plaats in het elektro magnetisch veld, en ons brein is daar een deel van, onze persoonlijkheid is een elektromagnetisch veld, als je daar met je bewustzijn aanwezig op die plek bent en blijft, je houdt hem daar vast, dan zul je merken dat de neuroden die door het lichaam worden verplaatst, die

informatie geven aan het lichaam wat daar dus gebeurt, kun je merken dat hier verandering plaatsvindt. Er is geen therapeut die dat blijvend voor jou kan bewerkstelligen, alleen jij kan dat zelf, er zijn wel therapeuten die kunnen jou daarin geleiden in dat proces. Dan praat je over ontspanning sessies, hypnosessies, etc maar dat zijn instructies van buiten af. Dan luister je met je aandacht naar buiten. In deze driedaagse doe je dat ook. Als je beseft dat het daar dus niet om gaat, maar dat het een opzet is en dat je het helemaal in jezelf kunt ervaren, dus op het moment dat je ergens bent in een winkelstraat of in een setting met familie, of je krijgt een bekeuring en daar ontstaat een bepaald gevoel bij en dat je er bij kunt zijn met je bewustzijn, dan merk je hoe neutraal je kunt staan in het moment. En precies dat is belangrijk. Want je kunt niet in het theta bewustzijn komen, in het grotere diepe bewustzijn, wat hier gewoon dwars doorheen ligt, als je je laat lokken door het denken, door geprogrammeerd te zijn. Dus eerst naar het hoofd, altijd naar het hoofd, ook al is het hoofd een onderdeel van de matrix, maakt niks uit, dat is wel de boardcomputer, De meeste mensen slaan het over, gaan allemaal gelijk naar het hart of die gaan naar de natuur. Is ook mooi en is niet beter of slechter, maar er is iets wat we niet hoeven over te slaan. Want hier wordt alles gecoördineerd. Mijn persoonlijkheid ligt hier (brein) opgeslagen.

Er zijn neurowetenschappers die hebben elektromagnetische velden kunnen uitlezen en die kunnen doorzetten in het brein van een ander. Dat gebeurde al in 1937 bij de KGB die allerlei testen deed op gebied van controle op menselijk denken en voelen, in 1953 deed de CIA het ook, hele geavanceerde test, daar zijn boeken over verschenen heb ik begrepen ik heb ze niet gelezen. Ik weet wel alles van die onderzoeken af. En daaruit blijkt dat de persoonlijkheid en ook een storing in de persoonlijkheid, zijn elektromagnetische velden, informatie die dus ook in het brein, rondom het brein en door het brein is, dat je dat kunt meten, je kunt het zelfs pakken met apparatuur en opslaan, en je kunt dat zenden in iemand anders zijn brein, waardoor de ander jouw persoonlijkheid heeft. Dat zijn dus energievelden. Dat is het beta bewustzijn, En nog sterker, je kunt het over de hele mensheid uitzenden. En dan denken ze allemaal dat ze net even unieker zijn dan de ander maar in feite hebben ze allemaal hetzelfde bewustzijn. En met zulke mensen is de vraag wil jij als bezoeker uit een andere wereld dat contact aangaan? Of moeten die mensen eerst zichzelf daar uit bevrijden en terugkeren naar het vrije bewustzijn? En dat is iets wat we als mensen zo moeilijk vinden omdat het gaat over mij, shit, ik dacht ook dat ik even aan jullie kon sleutelen, dat gaat niet, het gaat over mijzelf.

Wat gebeurt er bij de mens bij ontspanning dan veranderen de hersengolven, van beta naar alfa bewustzijn door meditatie, in het moment van de ontspanning van de meditatie veranderen onze hersengolven, als we naar het theta bewustzijn gaan dan komt er nog aan andere hersengolf functie en het bijzondere is dat als onze hersenen naar het theta bewustzijn schuiven, we moeten niet denken dat we een volledige theta bewustzijn moeten bereiken, anders leggen we de lat weer daar, het gaat om dat we het gaan herkennen, als we het theta bewustzijn gaan herkennen dan verandert de hersengolfstaat dan komt hier een ander elektro magnetisch bewustzijn en dan luistert dit bewustzijn naar de kracht van het hart. En op dat moment is er communicatie, kosmische communicatie. Dan is het verlichtte hart aan het woord. En het verlichtte hart binnenin, dus dat je werkelijke voelend bent, voelend hier binnen in, in gelijkwaardigheid met al het leven, op het moment dat dit hart weer kan spreken, het spreekt altijd, maar dat het hart weer gehoord wordt door het brein kan je het ook uitvoeren, je weet het. Stel je voor de mens van Oorsprong die leeft vanuit het krachtveld, een heel diep krachtveld, waarbij het hart de ontvanger is van alle informatie wat er ook maar is. Het hart ontvangt het, het hart zet om via het brein, daar hebben we niet een brein zoals nu, maar ik stel het nu zo even in het verhaal voor. Informatie hier, de kracht van leven, van gelijkwaardigheid, verbondenheid, niet liefde hoor, verbondenheid is daar alleen maar aan de orde, maar het is eigenlijk liefde, als er verbondenheid is, dan is alles er gewoon. Vanuit die verbondenheid gaat die informatie door naar het brein en het brein zendt het uit. Zo'n beschaving die volgens andere ideologieën een bedreiging zou kunnen vormen, die je niet kunt doden, die onsterfelijk is, dus die je niet kunt beëindigen in haar bestaan daarvan zou je in ieder geval kunnen concluderen oké dan moet ik die beschaving op zijn minst onthoofden zodat wat hier (hart) gevoeld wordt niet meer daar (brein) komt. Dus dit (brein) gedeelte moeten we bezetten, hier moet andere informatie in en dat hebben ze ook gedaan, andere informatie in het brein. En vervolgens hebben die wezens die dat niet meer kunnen voelen en in dienst staan van al die agenda's die er zijn, dat er iets groter is buiten zichzelf dan de kracht in zichzelf, op het moment dat ze in die perceptie leven, dan is het veilig, en tegelijkertijd moet dat brein ook nog in een afleidings manoeuvre komen met dat ze sterfelijk zijn want dan zullen ze in de levens dat ze leven zich meer drukker maken om te overleven tijdens die levens dan het werkelijk zijn.

Als je naar de hersengolfstaat kijkt het theta bewustzijn, dat is een hele diepe staat van ontspanning, een hele diepe staat van uit het huidige denken, ik noem het weleens een schemerzone tussen heel erg wakker zijn of echt in slaap vallen, dat moment daar tussen in. En dat theta bewustzijn is bij iedereen actief, het is dus niet zo dat we dat moeten gaan creëren, het is een hersenfrequentie wat er voortdurend is. We hebben verschillende hersengolven en er is er eentje die als hoofdwerkelijkheid navigeert en als je in slaap valt schuif je zo door het alfa naar het theta bewustzijn uiteindelijk kom je in delta terecht, ben je diep aan het dromen en dan geldt die werkelijkheid als hoofdwerkelijkheid. En als je dit beschrijft dat je in slaap kunt vallen heel erg vermoeid kunt raken en ik ben er heel erg op uit door energie bij te zetten in mijn verhaal achter de woorden. Dus ik ben er op uit niet om die vermoeidheid te bereiken maar om vanuit die theta bewustzijn te spreken waardoor de mensen zelf ook in theta terecht komen en het gevoel hebben van oh ik val in slaap, dat kan je ook al vanuit jezelf in je hebben. Dan is er iets aan de hand waardoor je hersengolven blijkbaar ineens naar een andere frequentie gaan, trilling. Dat kan door van alles zijn. Daar zijn allerlei namen voor, wetenschappelijk maar niet bewezen welke naam daar aan gegeven zou moeten worden. Je zou het kunnen beschouwen dat, mensen die vermoeidheid vaak voelen, en ik heb zelf ook veel vermoeidheid de afgelopen tijd gehad, maar niet vermoeidheid waardoor ik denk daar komt het door, maar vermoeidheid in het brein. Je zou kunnen zeggen dat je misschien ergens in je leven iets hebt meegemaakt, dat is gerelateerd aan dit leven hier, waardoor er een prikkel, referentiepunt is wat steeds opspeelt wanneer je hersengolven veranderen. Daar moet jezelf dieper naar gaan kijken, mogelijk met iemand anders samen. Maar je mist dus niks, want als wij hier allemaal in theta bewustzijn zitten. Theta bewustzijn is je ligt in bed, je voelt je ontspannen en als je met je bewustzijn bij jezelf blijft en je voelt dat je ontspannen raakt dat je half gaat dromen, kom je in andere werelden, als je je niet mee laat nemen door de droom maar je blijft heel alert bij jezelf, dan is het mogelijk, terwijl je gaat dromen, aanwezig te blijven in je dromen. En dan komt er een volgend moment, dat is het theta bewustzijn, als je daarin aanwezig bent en blijft bij het in slaap vallen dan wordt je wakker in die droom. Terwijl je in het theta bewustzijn zit heb je ook toegang tot alle trauma's als het ware. Meestal bij wat jij beschrijft dat daar traumatische gebeurtenissen aan ten grondslag liggen.

Wat er gebeurt is dat het brein in de rust komt, dan gaan de hersengolven van beta bewustzijn naar alfa bewustzijn, dat is de meditatieve staat en als je nog dieper gaat dat is het theta bewustzijn. En als de hersenen in een diepgaande staat van ontspanning komen alleen maar doordat jij met aandacht daar in aanwezig bent, dan gaat het theta bewustzijn naar een frequentie toe die nagenoeg dezelfde frequentie is als het neurobewustzijn in het fysieke hart. En op dat moment vindt er een verbinding plaats tussen het brein én je fysieke hart en als je dan vanuit dat rustpunt vanuit je brein voorstelt dat je naar je hart toe reist, dan trakteer jij het elektronische beeld van je brein, want dat hoort bij het lichaam, op de frequentie van je hart. Dus zoals die microfoon in het elektronische brein aanwezig is in een golf, zo wordt ook jouw hartskracht omdat je met je aandacht daar naar toe reist gerepresenteerd in je brein. En op dat moment is het de kers op de taart. Je gaat naar binnen in je hoofd, er komt rust in je hoofd, je hoofd stemt zich af op de frequentie van het hart, dan ga je naar beneden naar je hart, op het moment dat je met je aandacht bij je hart bent wordt het hartsbeeld in het hoofd gerepresenteerd, waardoor het hele brein nog meer in de frequentie komt van het hartskrachtveld. En in dat moment en dat is oefenen en werken aan jezelf en met jezelf, in dat moment maak je zo diep contact met je hart dat jij informatie ontvangt via je hart omdat dat het enige orgaan is in dit lichaam wat een schakelaar is tussen deze dimensie de fysieke werkelijkheid en het meta universum maak je contact met het scheppingsveld. En dat zijn alleen schepperswezens die dat kunnen en die kunnen dat alleen omdat zij emoties kennen, de taal van emotie.

Dus je moet eigenlijk een soort, ja, een lus maken in je bewustzijn dat je aanwezig bent in je lichaam, dat je in stilte bent in je lichaam, dat je je hele lichaam dus ook voelt van boven naar beneden en met aandacht bij je hart bent en dat je heel erg gefocust bent, heel erg geconcentreerd bent op jezelf en daar je aandacht ook houden. Dus niet in een ontspanning terecht komen want dan wordt je gedeactiveerd. Ja. Je moet in de helderheid blijven. En dat is een heel belangrijk omkeerpunt. Laten we het gewoon eerlijk zeggen. Hoe vaak geven wij aandacht aan onszelf? In feite is dat van oorsprong het gebed, het meditatieve proces dat je in stilte gaat en je jezelf heel duidelijk voelt. Maar binnen het meditatieproces raakten bijna alle mensen gedeactiveerd omdat ze hun aandacht verloren. Ze voelden zichzelf ontspannen, ze voelden zichzelf leeg worden, ze voelden

zichzelf heerlijk, en hun bewustzijn was weg! Ze zaten in ontspanning maar dat is precies niet god! God is alert. God is ontspannen én aanwezig, helder en krachtig! Dus hier dit krachtveld aandacht aan jezelf geven. Ga het gewoon doen! Het is belangrijk om je persoonlijkheid ook op een andere manier aan te vliegen. Dit doen maar heel weinig mensen.

Het bijzondere is dat als je gaat mediteren en bewust bent in je lichaam en dat heeft een bepaald moment, ineens beklijft dat, dat je voelt dat je in een hele diepe ontspanning zit, maar dat die ontspanning niet meer een ontvoering wordt. Dat je voelt dat die ontspanning leidt tot een heel helder aanwezig zijn en dat je ook heel helder je lichaam kunt voelen, heel helder. En op dat moment zetelt jouw innerlijke lichtkracht, jouw innerlijk bewustzijn, zetelt in het lichaam en dan staat het brein afgestemd. Dan kun je ook niet vermoeid raken. Maar het is goed opletten wat er gebeurt omdat overall liggen de-activatie processen en de mens wordt voortdurend gedeactiveerd met haar bewustzijn. Dus in feite moet alles op de schop. Alles moet opnieuw aangevlogen worden. Het is niet zo dat als je gaat mediteren of aandacht gaat geven aan jezelf dat je daarbij in een hele diepe ontspanning komt en je focus kwijtraakt en dat dát aandacht is. Logisch hè? Dus het gaat om samenvoegen van alert bewustzijn, helder bewustzijn, in het lichaam en daarin heel duidelijk aanwezig zijn en ook bewust zijn dat als die alertheid verslapt, dat je het gevoel hebt van nou ik heb nu wel zin om er weer uit te gaan, ik heb nu gedachten of ik merk dat ik juist weg glij in een totale stilte, nee, nee, dat gebeurt niet want ik ben me er bewust van. "Hé dat is interessant" (ademt diep in) hopsa "en mijn lichaam goed voelen!" Je moet eigenlijk helemaal opnieuw inloggen in een lichaam. En wat gebeur hier is dat de mensen, dus eigenlijk de avatarwezens, helemaal niet geritst zitten in hun lichaam. Hè, dus mensen zitten of voor een heel klein deeltje maar met hun lichaam, dus ze zijn eigenlijk helemaal niet bewust. En daar waar geen contact is met het lichaam is eigenlijk ook geen maximale aanhechting met het bewustzijn. Er spelen dus heel veel dingen mee. Dus ja dat stukje vond ik heel belangrijk om met jullie over te hebben.

Kijk, ik breng ook altijd de wetenschap erbij in beeld, omdat het een kruisbestuiving is tussen wetenschap en andere wetenschappen die niet 'wetenschap' genoemd mogen worden. Laat ik het maar gewoon noemen: "gevoelschap". Kennisschap vanuit een oeroude tijd dat onze droom, onze staat van bewustzijn dus eigenlijk uit heel veel gradaties bestaat.

Want een droom... Kijk we hebben ons onderbewustzijn, daar wordt vaak over gesproken. Jij als kind heb je bijvoorbeeld gezien dat je vader je moeder sloeg: "Ah, joh, dat is niet erg, toen was hij nog maar drie jaar, dus dat weet hij niet meer." Maar dat is niet waar, want het onderbewustzijn heeft dat wel opgeslagen. Dus al die informatie is opgeslagen.

En waar zit dat onderbewustzijn, kun je dat aanwijzen? Ik wil het meer brengen naar de hersengolfstaat. De verschillende hersengolfstaten van de mensheid: gamma, delta en al dat soort staten. En dan heb je nog de theta-frequentie van de hersenen. Al die frequenties, al die staten, die trillingen van hoe de hersenen reageren, zijn voortdurend in ons systeem aanwezig.

En als je spreekt over dromen; je hebt een diepe droomstaat, maar daar tussenin zit nog een fase, de theta-staat, de thetahersengolfstaat. Dat is een hele diepe hypnotische, super-ontspannen bewustzijnsstaat. Dat is niet de meditatieve staat, maar die theta-staat; dat is de connector. Op het moment dat je daar met je bewustzijn in zit, dan kun je voordat je die droomstaat in gaat, je hele diepe droom, kun je in dat moment met je bewustzijn in een droomsituatie zelf de baas zijn.

**Arjan:** Is dat lucide dromen?

**Martijn:** Onder andere zijn dat lucide dromen. Het is zo dat alle dromen die wij beleven, die we vaak helemaal niet eens kennen, helemaal niet eens altijd dromen zijn, maar dat het andere werkelijkheden zijn die we ervaren in een andere hersengolfstaat. En bij dromen is het mogelijk om zelf ook daadwerkelijk de initiator te zijn van die droom. Dat maak ik zelf heel vaak mee. En ik heb de laatste maanden heel veelvuldig - en dat is misschien wel leuk, want er zijn vast meer mensen die dat hebben, want iets wat gebeurt is nooit bij één persoon natuurlijk; dat is een collectieve gebeurtenis - dat ik verschillende dromen tegelijkertijd droom, dwars door elkaar heen. Dus niet achter elkaar, maar door elkaar heen! Ik lig in mijn bed; ik weet dat ik in mijn bed lig. Ik ben met mijn bewustzijn in die dromen, in beide dromen tegelijkertijd. Vanuit een droom kijk ik ook in de andere droom. Dus niet zo (M maakt een beweging met zijn handen van twee gescheiden zaken), maar dat loopt door elkaar heen. En in die droom heb ik de volledige mogelijkheid om dat wat ik wil dromen om dat ook (te manifesteren)... dat is er dus direct.

**Arjan:** Is dat allemaal je eigen droom? Ik heb ook wel eens gehoord dat je in een ander zijn droom kunt zijn.

**Martijn:** Dat zijn dus de eigen dromen, want dat is de droomstaat in het theta-bewustzijnsstaat.

Het theta-bewustzijnsstaat is de hersengolf van het creatievermogen, waarin je ook manifesteert. En dat is in wezen onze oorspronkelijke hersenfrequentie. En in die hersenfrequentie, precies in die theta-modus, zit ook onze geheugenmodule waar in ons onderbewustzijn programma's zijn ingebracht. Dit om, zodra wij uit die theta-modus gaan naar de staat waar we nu zitten, de programma's die daar liggen - die onze manipulaties zijn - de realiteit in het hier en nu te beïnvloeden. Alleen hebben we het niet in de gaten.

Zo zijn er ook heel veel dromen die zich ook in die theta-frequentie afspelen, maar die gemanipuleerd worden doordat ze in die theta-geheugendatabank aangestuurd worden door manipulaties. Veel dromen worden dus ook echt gebruikt, dit zijn interdimensionale werkelijkheden, om het menselijke bewustzijn voortdurend bij te sturen. Of om jou trauma op te (laten) doen in je droomstaat, zodat, als je weer uit die droom terugkeert, in je onderbewustzijn, in de geheugenmodule van die theta-modus, daar nieuwe programma's liggen.

Kijk we zijn zelf de scheppers, de creators van dat we het opslaan. Maar we slaan steeds bij de gratie van angst die informatie op.

Dus dromen... het is nog veel complexer dan dit, maar je kunt rustig zeggen dat 'droom', de droomstaat, heel veel gebruikt wordt door, zoals wij dat noemen demonische wezens die trouwens überhaupt niet bestaan. Maar wel velden en wezens die andere intenties hebben, die zich op basis van onze creatiekracht kunnen manifesteren, op basis van onze angsten. En daardoor ervaren wij ze als demonisch. Maar ze hebben wel genoeg vermogen om onze dagelijkse realiteit te beïnvloeden en een droom te creëren die tegen ons gericht is.

**Martijn:** Nou kijk, de theta-staat..., we praten dus over een hersengolfstaat, hè? Kijk, onze hele hersenencapaciteit wordt gestuurd door, zoals wij dat nu noemen, ons hartbewustzijn. Ons hartbewustzijn is het hoofdinstrument. Het is gekoppeld aan ons hoofd. Ons hoofd zorgt er biologisch voor dat we daardoor een waarneming hebben. En op het moment dat onze hersenen naar de theta-staat gaan, en we daar met diepergaand oefeningen aan gaan werken, - en dit is de doelstelling: maar mét behoud van je alertheid -; als je dus in die staat volledig bewust bent dat je er in zit, dus dit (bewustzijn) dus niet kwijtraakt., dus op het moment dat je dáár inzit, zit je in je vermogenskracht. Dan zit je in je vermogenskracht waarbij jouw hersenen een realiteit waarnemen die we dus om ons heen zien, maar die dus rechtstreeks beïnvloed wordt door wat jij waarneemt vanuit je gevoelsbewustzijn. Dus dan heb je direct invloed op die realiteit.

Wat was de vraag nou? Hoe je daar in komt?

**Arjan:** Ja hoe je daar meer in komt, in je bewuste leven, zeg maar.

**Martijn:** Door in ieder geval veel oefeningen te doen. Dan kom je terecht (op het punt) waarom het wel of niet lukt om daarin terecht te komen. Al je dagelijkse beslommingen komen voorbij. Als je er moeite mee hebt om daarin te komen, dan zitten er allemaal programmeringen, ervaringen en referentiepunten in jezelf die daar tussenin zitten. Maar op het moment dat je daar in kunt komen, dan gaat het niet meer over de realiteit buiten jezelf. Dan gaat het om datgene wat er van binnenuit geprojecteerd wordt naar buiten. Want dat is wat wij doen: Datgene waarvan wij denken dat wij waarnemen, nemen onze hersenen eerder waar dan dat het waar te nemen is. Dat is ook aangetoond. Die projectie komt van binnenuit. Op het moment dat je in de theta-modus zit, dus op het moment dat je naar die hersengolf staat gaat van de theta-modus, ben jij wezenlijk aan het zorgen dat je morfisch veld - datgene wat om ons heen aanwezig is - dat dat morfisch veld als het ware invulling geeft aan datgene wat jij voelt. Niet alleen in je hartbewustzijn maar in je hele wezen, geeft het invulling aan wat jij wilt creëren.

En hoe je daarin terecht komt is: gewoon heel veel oefenen in een stiltemodus. Zorgen dat je dieper gaat dan de meditatieve staat. En in die oefening, steeds in die stilte, ook opschrijven waar je tegenaan loopt: Waar vlieg je eruit? at kom je tegen? Wat gebeurt er? Maar ook zorgen dat je in die oefening ook steeds blijft oefenen dat je wel grip houdt, althans alertheid houdt over deze werkelijkheid. Dat je dus niet van de ene modus in de andere modus gaat, maar dat je de modus die we nu hebben - alertheid van deze mentale werkelijkheid - dat we die dus kunnen invoegen. En dat is echt mogelijk. Het lijkt heel moeilijk maar dat is het niet. Het is alleen een kwestie van onderzoek plegen.

Veel onderzoek plegen en dan kom je dus allerlei overtuigingen tegen. Allemaal programma's en ook heel veel sabotages in je systeem. Heel veel sabotages. Het menselijk ras is gesaboteerd.

En weet je, de mensen voelen toch allemaal, laten we het maar hardop zeggen, dat we heelheidswezens zijn? We voelen toch allemaal dat wij op zoek zijn naar vrede, geluk en innerlijke vrijheid? We willen toch allemaal het beste op deze planeet? We willen er toch iets moois van maken?

En op dit moment zitten we elkaar allemaal in de haren te vliegen op deze planeet. Vanuit bepaalde

overtuigingen en programmeringen.

En op het moment dat wij naar die vrijheid toe willen dan komen we onvermijdelijk onszelf tegen om dat te onderzoeken.

Wat is voelen nou eigenlijk? Wat is hartsbewustzijn? Wat is dat? Als we nou eens uitgaan van dat de grootste kracht van schepping op dit moment onze emoties zijn, onze diepste staat van verbondenheid, en dat daarbij invoegend tegelijkertijd gebruikend, aanwezig zijn, laden, onze intelligentie, dan vermengen we iets wat bij elkaar hoort. Dan spreken we niet meer over intellect of over hartbewustzijn maar dan spreken we eigenlijk over een heel helder nadenkveld, gebaseerd op emotie. Wat loopt 'ie nou allemaal te bazelen hè? Het denken is het zwaarst belast. Immers labyrint, het menselijk bewustzijn wat gehackt is, fors gehackt is en volledig onder controle staat, is gehackt binnenin het denken. Dus wat moeten wij bevrijden als eerste? Het denken. Het denken moet bevrijd worden. En het denken wat dus zo belast is daar vinden ook die thetavelden in plaats. Want theta is niet in het hart, theta is een hersengolfstaat. Maar kun je dat überhaupt bevrijden? Of is het een logisch gevolg van als je loskomt van het denken in lijn van? Dus de lege zone als het ware. In feite theta, dat is uit wetenschappelijk onderzoek gebleken, theta ontstaat op het moment onverwacht dat het brein zich niet meer linkt aan een overtuiging. Dus als overtuigingen wegvallen en modellen waar je aan geklikt bent vallen dus weg, dan ontstaat er een andere hersengolfstaat in bepaalde delen van het brein en dat kun je ook zien, dat kunnen zo ook meten met apparatuur dat je, dat is een bepaalde alfa hersengolfstaat die aan de rechterkant van het hoofd zit, deze gedeelte fysiek. dat is nog lang niet helemaal maar zo wat de wetenschap nu kan zien is dat er een alfa hersengolf is, in het gedeelte van hier (rechterkant hfd) wat zich ontwikkelt op het moment dat de mens spreekt op basis van een herinnering van zichzelf. En dan komt er een alfa hersengolf tevoorschijn. Zodra een mens een reactie gaat geven op een vraag wat hij of zij zich moet herinneren wat niet voortkomt uit een herinnering van deze werkelijkheid, dan ontstaat er een thetahersengolfstaat. Dus het geeft al aan dat we van systemen af moeten, dus het denken van onze hersenen aan iets feitelijks van deze werkelijkheid laat alfa hersengolven ontstaan. Alfa en beta. Hoofdzakelijk alfa. En als we afstappen van overtuigingen en we gaan het invullen op basis van iets wat we niet weten, maar op basis van wat we voelen, dan ontstaat er een thetabewustzijn. Dus als je dan kijkt naar dat je iets wilt neutraliseren dan kun je in feite iets niet neutraliseren als je kijkt naar de ballast. Je kunt je ballast dus nooit neutraliseren. Wat je wel kunt doen is heel anders gaan kijken naar je ballast, dus de bril van de waarneming moet er af, en vervolgens ga je iets anders daardoorheen denken, iets helemaal niet gelieerd, niet gekoppeld is aan deze werkelijkheid, wat buiten de logica valt. Dus je denkt er iets anders doorheen. En op dat moment gebeurt er iets heel bijzonders, dan komt er een thetabewustzijn en dat heeft effect in het breinsituatie en op de hele labyrint daarachter. Dat is overigens nog maar één laagje hè, dat labyrint, we hebben het hier niet gehad over allerlei andere krachten die daar nog buiten het labyrint is. Het is een controle, het is een ultra controle staat. Dus achter dit labyrint zitten andere beschavingen met andere intelligenties. Daar gaat het nu niet om. Wij moeten zorgen dat we in het labyrint tot onszelf komen. De sleutels liggen dus hier in dit moment. Dus ook binnen het moment dat we overlijden, dus dat hele moment hoort er eigenlijk bij, moeten we tot dat besef en het inzicht komen. En dan Bam! Gaat 'ie eruit!

**Martijn:** Nou ik heb gedurende mijn leven hier op aarde altijd het vermogen gehad om in het moment, dat mijn hersenen in ontspanning komen, op het moment dat wordt beschreven als een uittreding dat je je loskoppelt van je lichaam, om dat loskoppelen niet te laten plaatsvinden maar om daar (Martijn knipt met vingers) met mijn bewustzijn in te zitten.

Wat er gebeurt is, dat ik me verschuif met mijn bewustzijn naar een ander veld. Dus dat brein van ons is natuurlijke een heel groot, complex instrument en als je dat met je menselijk bewustzijn doet dan kun jij, en dat is dus wat ik kan, kan ik letterlijk mijn eigen wereld creëren en dat is eigenlijk wat we altijd allemaal hebben gekund, dus daar is helemaal niets bijzonders aan. Maar ik neem de moeite om daar over te spreken, dus voor diegene die denkt dat ik me zelf bijzonder vind, nee absoluut niet, ik spreek daarover omdat we het allemaal kunnen. En het wordt pas teruggezet als kroniek van de oorspronkelijke wereld door daar over te spreken. Dus ik log in, in dat veld en dat is gebaseerd op veranderingen van bewustzijnsstaten, dus je kunt zeggen dat je hersengolfstaat verandert. Dat kent iedereen wel denk ik, dat als je in slaap valt, dat je voelt dat je in een hele diepe ontspanning komt en dat zou je misschien ook wel een meditatie kunnen noemen, maar blijf bij de les. Blijf met je bewustzijn bij het ontspannen van je lichaam. En dat is allemaal voor iedereen haalbaar.

**Arjan:** Bewust in slaap vallen.

**Martijn:** Bewust in slaap vallen en dan komt er een moment waarin je bewustzijn, bij mij dan, mijn bewustzijn wordt heel erg vergroot. En dat ik dan eigenlijk mijn hele huis en eigenlijk alles overzie in detail en in het moment kan ik gewoon in dat veld creëren wat ik wil.

**Martijn:** En het gaat nog veel verder, in dat veld kun je ook contact maken met alles wat in deze wereld is. Alleen het is niet zo dat ik contact maak met alles wat in de wereld is buiten me, maar ik kan contact maken met alles wat er in mijn bewustzijn is, in mij. En daar ligt de grote sleutel, ja. En top vier dus nog .....Top 4, wat ook een heel belangrijke tool is, wat ik ook heel veel doe en dat is ook opmerkelijk als je lekker in je vel zit en je kunt de waarheid van het leven zien, van alle mensen, in contact met andere mensen een gesprek aangaan. Een groet geven. Kijken van, hoe is het met de ander. Dat hoeft niet een heel diepgaand gesprek te worden, maar van hé hallo hoe is het met je of goedemiddag. Het is de toon, de energie die je uitzendt. Het zijn zulke kleine dingen, maar wat er gebeurt, is dat een heel krachtig veld in je bewustzijn tot leven komt. En dat veld wat er bij jezelf tot leven komt, als je dat kunt voelen, en je voelt die grootsheid dan ook, ook al heb je het nog zo moeilijk in je leven, als je dat kunt voelen en dat kun je weer leren voelen door de moeite te nemen het gewoon weer te doen, dan verandert alles om je heen en dan is deze matrix, die dus nu gericht is op het menselijk bewustzijn te ondermijnen, eigenlijk al een gevolg is van een enorme uitzinnige historie tegen het oorspronkelijk menselijk bewustzijn, dan gaat deze matrix waar we nu ogenschijnlijk in leven, die krijgt ineens voeding uit een andere wereld. En dat interacteert en reageert op jouw bewustzijn.

***Eén van de meest krachtige tools om uit deze matrix te komen, om andere velden door te laten komen is om te beseffen dat je ontvanger bent en dat je zender bent. En dat datgene wat je ontvangt afhankelijk is van wat je uitzendt. En daar is jouw waarneming belangrijk in, het is niet zo dat je waarnemer of waarneemster dient te zijn, maar vooral om te participeren in je waarneming. Dat je dat ook bent, dan kom je in de Goddelijke essentie terug van wie wij als wezens zijn, wat we vergeten zijn.***

Dit is een opname wat ik al ik denk 32 jaar heb, heel analoog wat ook op internet te vinden is. Het is een opname van het geluid van de aarde. Dus in een baan om de aarde hangen satellieten en die satellieten die hebben van NASA een opname gemaakt van de frequenties die de aarde uitzendt, het magnetisch veld. En dat wordt omgezet naar een hoorbaar geluid.

En als je dat beluistert en je doet je ogen dicht, dan kijk je letterlijk vanuit je bewustzijn naar de aarde en dan voel je al het leven op aarde. Hoe immens mooi dat is, alles leeft en alles is met elkaar in verbinding. En je voelt ook.... Dat wat daar niet thuishoort, dat dat daar dus ook gewoon tussen zit en dat dat door dat jij beseft dat er iets is wat in onbalans is, dat dat er ineens heel erg toe doet, op het moment dat jij zegt dat het er is.

Dus al die krachten die hier op de aarde zijn die tegendraads zijn, in feite even zo uitgedrukt, dus manipulaties, dat die krachten ook zijn opgenomen in het geluid van de aarde.

En dat is een héél mooi diepliggend geluid, een heel mooie opname die duurt 28 minuten.

Het is een heel bijzondere opname, op het moment dat wij ernaar luisteren, op het moment dat ons brein dat geluid hoort en stemt zich daarop af, dan kun je in zo'n diep gevoelsbewustzijn komen, waardoor je hersenen letterlijk naar een ander golfstaat gaan en echt naar een theta bewustzijn toe willen, zijn echt letterlijk allemaal hersengolven. En op het moment dat je daar terechtkomt gaat je brein meer in dienst staan, als toegangspoort van het gevoel wat niet alleen uit hart komt maar je hele scheppingslichaam wat hier doorheen vervlochten zit, komen ineens informatie in de vorm van gevoelens, komen naar voren. En dat is belangrijk, dat wij weer gevoelens gaan ervaren in ons neurologisch brein en dat we aanwezig zijn in het hier en nu.

## **Deel 2**

### **Oefening Remote sensing**

***Martijn: Een goede informant geeft zijn bronnen natuurlijk nooit prijs, maar aangezien wij in het heelheidsveld leven kunnen we dat gewoon rustig zeggen. Er zijn verschillende velden, verschillende hologrammen die deze werkelijkheid uiteindelijk produceren en het is mogelijk om jezelf te trainen om met je bewustzijn contact te maken vanuit je kracht van je hart en dat is ongekaderde liefde, dat is een enorme bandbreedte, om remote sensing te gaan doen. Dat is dus niet remote viewing maar het is het schouwen van***

**informatie uit het oorspronkelijke veld, dat is de "the original blue print". En daar komt de informatie vandaan. Die informatie ontvang ik zelf en omdat ik dit hologram een klein beetje ook op een andere manier heb bekeken, heb ik ook kunnen zien in welke vorm zich dit afspeelde. Dus als je vraagt: wat is de bron? De bron is het heelheidsveld. Het heelheidsveld kent eigenlijk niet zozeer een voorspelling, maar meer een beweging van wat er achter de manipulaties ligt. Dus wat ik eigenlijk zeg is, dat het maar de vraag is of dat ook allemaal zo gaat. Maar daar komt de informatie vandaan. Ik haal al die informatie zelf op. Arjan: En kun je iets zeggen van hoe dit tot je komt? Met beelden of woorden of een gevoel, of nog weer iets heel anders? Martijn: Nee, dat is een enorm, abstract onderwerp eigenlijk. Het is het abstractievermogen van onze mind en ons hartbewustzijn, wat schuift naar een ander energieveld, dus naar een ander elektrisch veld. En aangezien wij maar 8% van onze hersenen gebruiken en eigenlijk maar 1% van de grotere werkelijkheid zien, is er dus heel veel te detecteren buiten die ene procent. Wat ik doe, ik verschuif me mijn hersengolven fysiek en ik krijg daardoor beter contact met het veld van de creatie. Dus die informatie die komt. Ik breek dus eigenlijk de bouwstenen af van deze werkelijkheid, dan krijg ik andere informatie en kom ik in het krachtveld vanaf de schedel tot aan de voeten uitgedrukt. En dat is het heelheidsveld wat door de intermoleculaire ruimte loopt – dat zijn dus die 99% – daar verbind ik me mee en ik kan daar goed informatie uit halen. Daar komt het uit vandaan. Dat is dus buiten die ene procent van de werkelijkheid. Het is het kwantumveld. Ik houd niet van voorspellingen doen, dat doe ik ook niet, ik kan alleen maar louter zeggen wat ik zie gebeuren en ieder mens heeft de bevoegdheid om daar ook in te kunnen kijken. De bron is dus eigenlijk de Bron.**

## **Oefening met aandacht in stilte**

De stilte, de kracht van de stilte. Dat is wel bijzonder.

Als je dat gaat zoeken buiten jezelf, dan vind je een soort ja ... krampachtige stilte. En als je die [eerstgenoemde] stilte in jezelf zoekt - en daar is dit moment natuurlijk te kort voor - als je echt diep in de stilte gaat, echt helemaal met de aandacht naar binnen en je gaat bijvoorbeeld ook nog liggen en dan het liefst helemaal bloot zodat je lichaam helemaal niets ervaart, behalve daar dan waar je op ligt, dan kun je met je aandacht zo sterk naar binnen gaan bij je hart. Dan kun je zelfs een instructie geven vanuit kracht, vanuit jezelf van je autonome wezen, dat je de kracht waar jij vandaan komt die jij representeert, dat je die kunt ervaren tussen je moleculen. Met je voorstellingsvermogen kun je daarheen gaan. En dan komt er een soort emotionele impact die vanuit kracht binnenkomt in je hele neurologische systeem. Dan veranderen je hersengolven - dat is ook meetbaar - zodat je hele gevoelsbewustzijn eigenlijk een soort impuls krijgt die niet meer menselijk in ten aanzien van wat wij op dit moment denken hoe wij als mensen functioneren. Dat is een hele mooie bekrachtiging en daar ligt ook ... dan kom je in de buurt van de oorspronkelijke taal. Dan kom je ook in een totaal andere gedachte. Dat is een gedachte "far beyond all the Dreams", ver voorbij alle dromen. En dat is een totaal andere taal. En daarom zeg ik ook altijd: De manier hoe de mens nu denkt, hoe wij nu denken - ook met onze mind en zelfs vanuit het hart - dit werkt helemaal anders. (M wijst op het hoofd). Ons hart functioneert ook anders in het interpreteren van ons gevoelsbewustzijn op dit moment. Dat is niet fout, maar we gaan wel weer terug naar "het andere Veld". Er komt dus een heel andere prikkeling in de mens.

**Arjan:** En met zo'n meditatie bekrachtig je of activeer je dit eigenlijk?

**Martijn:** **Door de mens in ieder geval te brengen bij "de kracht van zichzelf". En dat is echt fundamenteel belangrijk. Dan gebeurt er iets heel essentieels. Dan is het niet meer alleen de meditatie, maar dan ga je echt naar het thetabewustzijn toe. Dus dan ga je van beta-door het alfa- naar het thetabewustzijn. Dat is een heel andere frequentie. Als je daar met aandacht heen gaat - en je gaat niet passief mediteren, maar je gaat actief door de meditatie heen, dus je blijft heel alert - dan gebeurt er [iets] in je hersenen. Dus dit brein is letterlijk de toegangspoort. Als dit open gaat dan komt dit vermogen (hart) naar boven en dan staat je hoofd weer ten dienste van je hart.**

**Op het moment dat je actief bent tijdens de meditatie door alert te zijn in een volledige stilte, dan gebeurt er iets heel bijzonders en dat kan alleen door met aandacht in stilte te zijn: bij jezelf, in jezelf. En dat is in het begin..... ik kom heel veel mensen tegen die zeggen: "Ja, maar ik kan niet visualiseren Martijn; ik weet niet eens hoe ik naar het hart toe moet, ik zit zo in mijn hoofd!" En dan zeg ik: Heb vertrouwen in jezelf, want het gaat om de voorstelling, weet je. In het begin is het zoeken naar wat voor beeld dat is, maar**

**door het vaker te doen [kom je er], vanuit rust hè. Dus niet dwangneurotisch gaan oefenen, dat werkt niet. Op het moment dat je dat gaat doen en je herhaalt dat een paar keer per maand, dan zit dat steeds een laagje dieper. En ineens zit je daar. Je hoeft niet in je hart te zitten, maar ineens is er een verbinding met aandacht. En dat is precies wie wij zijn. Ons eigen voorstellingsvermogen dat is de "Core Essence" van schepping. En dat is wie wij zijn. En daarom is het zo belangrijk, dat de mens eerst terug keert bij zichzelf. En liefdevolle beschavingen - die overigens zeer daadkrachtig zijn en ongelooflijk geavanceerd - die zitten echt te kijken hoe de mens op aarde van het oude meditatieve systeem nu ineens terugkeert in het besef van: "Wacht eens even, wij zijn echt representanten van het "Force Field of Creation". Dus wij zijn iets heel fundamenteels aan het doen. En dat is echt iets magnifiek moois.**

### **Bekrachtiging ontspanningsmoment verandering hersenfrequentie**

Je mag je ogen dicht doen. Dan gaan we nu met de aandacht naar het ontspanningsmoment waarin de hersenfrequentie verandert. Haal rustig adem, doe je ogen rustig dicht. Je gaat met de aandacht van buiten naar binnen in je hoofd, en terwijl je dat doet doe je je ogen een klein beetje scheel.....en terwijl je dat doet blijf je met je aandacht in het centrum van je hoofd.....de oogstand hou je en beetje scheel.....je ademt rustig en diep in en uit.....je ontspant je ogen weer rustig en je blijft met aandacht in je hoofd aanwezig..... je stelt je voor dat je in het centrum van je hoofd bent en dat je daar de Master cel ziet.... En op jouw manier observeer jij het centrum van je hersenen, je observeert die Master cel ...het enige wat je doet, het enige wat je doet is observeren...en je beseft dat jouw persoonlijkheid niet kijkt, je beseft dat jouw intergalactische wezen NU observeert ..... terwijl je dit doet blijf je met aandacht bij de Master cel ..en op hetzelfde moment, terwijl je met aandacht bij de Master cel blijft, splitst die aandacht zich ook naar je hart...je ervaart het wonder van de koppeling, dat jij hier mag zijn...dat jij hier bent...en dat jij je lichaam helemaal niet bent.....en dat het je gelukt is om hier te zijn...met de aandacht én bij de Master cel stel jij jezelf voor dat je die twee naar elkaar toebrengt, de Master cel een beetje naar beneden en het hartbewustzijn een beetje omhoog.....en bij drie tellen vloeit het samen, drie , twee, één, vloeit.. en je ademt diep in...en rustig uit.. je realiseert je dat je het goed doet, dat het goed is om hier te zijn, dat je de kracht in jezelf mag leven....dat je de essentie van schepping belichaamt doordat jij hier bent...je beseft heel goed dat jij ook de toegangspoort bent voor alle intergalactische beschavingen.....en dat de aandacht en focus op je innerlijke waarneming de sleutel is voor dat contact...je gaat met de aandacht vanuit die plek terug naar je hoofd, je ervaart de samensmelting.....je vraagt jezelf af "ben ik klaar om mijzelf te bekrachtigen?" en je geeft jezelf antwoord, innerlijk, .....als drager van de oorspronkelijke lichtcodering uit een tijd die nagenoeg ontoegankelijk was en nu weer toegankelijk is, herinner jij jezelf ....dit krachtveld van waaruit jij hier bent gekomen...en jij hebt ook het inzicht dat dit is wat je hier komt doen.. loskomen van de programma's, de kracht van de eigen creatie uitleven, zijn en observeren. Dan mag je je ogen rustig opendoen.

Het samenbrengen van deze velden bij elkaar is heel belangrijk. Als we spreken over de afgescheidenheid waar de wereld in verkeert, maar waar je ook zelf mee te maken hebt, kunnen we heel veel op doen door met aandacht dat bij elkaar te brengen.

Het gaat om de diepere laag van ontspanning, de diepere laag waar we in terecht komen. Op het moment dat we met ons aandacht in ons hoofd komen en we kijken daar een klein beetje scheel bij gebeurt er iets met de oogzenuw, dat kan soms ook wel wat belastend voelen, en dan komt 'ie daarna ontspannen dan komt er een andere hersenfrequentie. Soms duurt het een minuut en soms heb je daar 5 minuten voor nodig, dan verandert er iets en dan ga je werken aan je thema's. Een klein beetje scheel kijk je, je hoeft nergens naar te kijken, als je merkt van oh dit is me te scheel dan doe je het een beetje ontspanner. Het is even om de oogzenuw te veranderen waardoor er iets verandert naar de hersenen toe. Er verandert iets in het elektrische signaal.

### **Vervolg oefening werken aan thema's**

*Ik wil jullie voorstellen met groepjes van twee om elkaar te inspireren om de oefening naar buiten en naar binnen in het hoofd, installeren we alleen iets, dus je gaat dan naar beneden, je installeert bijvoorbeeld thema "veiligheid" dan neem je het mee naar boven, je installeert veiligheid daar en je gaat weer naar en dan naar buiten. (zo kun je elk thema nemen) Het gaat om de route die we nemen. De route is heel belangrijk. Deze oefening is eigenlijk alleen maar gericht op de beweging,*

om het innerlijk in je systeem te voelen, hoe je iets terugzet in je veld van schepping en dat meeneemt naar je mind. Want in feite nu worden wij dus hier ingevoegd in de mind door mindprogramma's en planetaire programma's en door dat zelf nu neer te zetten ben je daarvan vrij! Als ik word aangevallen door allerlei energieën ga ik heel snel, boem, naar dat bewustzijn toe, boem, ik zet het weer in het systeem en weg is het (knipt met vingers) Vrij! Maar ik voel het wel eerst eventjes. Dit is nu een vorm om ermee te oefenen en vervolgens ontdek je van ah het werkt voor mij beter zus of zo. Het is geen leer maar een zelf evaluerend mechanisme in ons systeem.

Martijn legt bovenstaande nog uitgebreider uit:

Voorbeeld: familiale lijnen die door je heen lopen, iedere keer weer die inbreuk in gevoelsbewustzijn, gaat vaak gepaard met heel veel boosheid, want wij zitten gekoppeld in het hologram van die DNA letterlijk aan de databanken van je zussen, broers, opa en oma, alles zit in ons. En wat nodig is dat wij kunnen uitzoeken, oplossen en opnieuw kunnen installeren. Dus hologrambewustzijn van je ouders of van je familie, je gaat met je aandacht ga je naar binnen, hologram is DNA, DNA ook gewoon logica, DNA zit 'm in de pijnappelklier, dus je gaat met de aandacht naar de pijnappelklier en je geeft de opdracht daar, en je herinnert je dus ik, niet Martijn bent, maar dat ik dit doe als galactisch wezen met ogen van de bron, want dat is heel belangrijk dat ik het aanvlieg niet als Martijn, maar als wezen, als goddelijke wezen, dat ik naar binnen kijk en dat ik voel dat dit lichaam wat Martijn op dit moment speelt, maar dat ik daar aanwezig ben, dat het programma in de pijnappelklier vertrekt! En ik geef het een opdracht, annuleer opheffen naar de bron! En in dat moment is het klaar. Ik ga naar beneden met mijn aandacht, ik zit in mijn hart en ik installeer daarbij "ik ben vrij van hologrammen van families, ik heb een eigen kracht en autoriteit" ik zie er een beeld bij en een gevoel. En mijn hele familie zie ik in liefde maar ik ben wel soeverein. En het deert mij niet of ze mij allemaal maar gek vinden. Ik ben IK en dat gevoel laat ik helemaal door mij heen gutsen en op het moment dat ik dat voel neem ik het mee naar mijn hoofd, naar mijn mind, installeer ik het in de pijnappelklier, ik zie het, ik stel het mij voor en het is klaar. En in dat moment is het ook klaar. Punt! Geen discussie met jezelf!

\*\*\*\*\*