



# Heremietkrant

**November** is een tijd om naar binnen te gaan. Hoewel de pepernoten alweer sinds begin september in de winkel liggen, alsof Sinterklaas al voor de deur staat, is november eigenlijk een mooie maand om even je aandacht naar binnen te halen, tot rust te komen en orde te scheppen in je leven, je herinneringen, en je energie. We komen hier eigenlijk weinig aan toe! De wereld om je heen wil je voortdurend opjagen, verder, meer, meer tempo, maar dat is niet vol te houden en dat weten we. De sterren staan gunstig voor innerlijke transformatie, moet je wel de kans krijgen en nemen. Deze periode is bij uitstek geschikt om op te ruimen en los te laten, net als de blaadjes die nu allemaal van de bomen vallen, ze slieren heen en weer over de straat en het plein, omhoog de lucht in, ze dansen om je heen, over de stoep en om de bushalte. Geef dat stukje natuur een goede plek in je dag, daar vaar je wel bij!

In deze editie:

Richard Hereijgers stelt zich voor;

Carlos Castaneda op youtube, van alles!

Nicole schrijft over de spiegel en wat je erin ziet;

Teal Swan: the Completion Process,

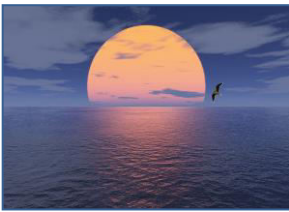
Karmische astrologie

En nog veel meer!



**OPROEP** Een lezeres van de Heremietkrant is op zoek naar een tweedehands tarotdeck genaamd **The Healing Flower Color Cards**, een deck dat vroeger ook bij De Heremiet verkocht werd. Het heeft als onderwerp de Bachremedies gecombineerd met de chakra kleuren, en het werd in 1989 uitgegeven door AGMueller, Neuhausen. Als één van de lezers dit deck in zijn bezit heeft en van de hand wil doen kan zij/hij mij bereiken via [info@heremiet.nl](mailto:info@heremiet.nl). Zo zien ze eruit:

Het is een interessante tijd om met **karmische astrologie** bezig te zijn. Er zit veel transformatie in de lucht, en bij een groot aantal mensen komen er oude gevoelens en vormen van bewustzijn omhoog die getransformeerd mogen worden, geheeld en geïntegreerd in je leven. Karmische astrologie kijkt naar de posities van Uranus en Pluto, en van de Maansknoten. Iedereen komt om de paar jaar wel in een situatie van overgang terecht doordat Uranus naar een volgend teken verschuift! En dan kan het er heftig aan toe gaan. De Maansknoten geven aan waarnaartoe je leven en je bewustzijn zich ontwikkelen: de Zuidelijke Maansknoop (bij mij: in Schorpioen) geeft aan waar ik vandaan kom en de Noordelijke zegt waar ik naartoe kan: de Stier. Dat betekent voor mij een groeiproses van een wereld vol strijd, onderzoek naar grenzen, heftige emoties en experimenten, naar een nieuw geloof en vertrouwen – een soort innerlijk kind-leven komt naar me toe. We zitten allemaal in zo'n soort tegenstelling 'gevangen': van heel helder-dromerig naar praktisch, of omgekeerd. En: je partner kan een heel andere kant uit gaan. Wat dat inhoudt voor de lange termijn bepaal je samen.



Voor ideeën en aanvullingen mail naar [info@heremiet.nl](mailto:info@heremiet.nl) of [elineeugenie@gmail.com](mailto:elineeugenie@gmail.com). Altijd welkom!

## Je levensmissie

Ieder mens komt op aarde met een missie, een levensdoel, een plan voor zichzelf. Voor sommigen is hun levensmissie heel duidelijk, voor sommigen (nog) niet. Het kan dan een hele uitdaging zijn om je levensmissie te herinneren of te ontdekken. Als je deze voor jezelf duidelijk hebt, sta je voor de uitdaging deze te verwezenlijken. Sommigen vinden de vervulling van deze levensmissie in een passende baan, maar dat is niet voor iedereen weggelegd. De aard van de werkzaamheden kan nog wel passend zijn maar de organisatie daarom heen niet, zoals tegenwoordig vaak in de zorg het geval is. Of soms is het werk er wel, maar alleen in de vorm van vrijwilligerswerk.

Het is een heel proces om hier duidelijkheid in te krijgen, goed naar jezelf te kunnen luisteren, keuzes te maken en zo je weg in te vinden. Keuzes maken betekent meestal het verlaten van je comfortzone, loslaten van zekerheden, een sprong in het diepe. Natuurlijk kan dit de nodige angst oproepen. Dit is ook heel spannend. Maar in de tijd waarin we nu leven, een tijd van Nieuwe Energie, kun je alleen nog maar je hart volgen en doen wat bij jou past. Daarom is het belangrijk om eventuele angsten los te laten en vertrouwen in jezelf te vinden door het stap voor stap toch te doen en zo met je missie bezig te zijn.

Zolang het basisinkomen nog niet ingevoerd is, of als er geen andere vorm van inkomen beschikbaar is, is het heel wenselijk om je inkomen met je missie te kunnen verdienen. Als je de vervulling van je levensmissie niet kunt vinden in een betaalde baan dan kan het starten van je eigen bedrijf of praktijk een goed alternatief zijn. Het is goed om je daarbij te omringen met mensen die je steunen, en bij elkaar te komen met gelijkgestemden. Mensen die open staan voor je ideeën, je plannen, maar ook voor je eventuele 'het nog niet weten'. Je weet dat je met je levensmissie bezig bent als je er blijvend blij van wordt, het veel voldoening geeft en je een persoonlijke groei doormaakt.

Hartelijke groeten,

Richard Hereijgers

*Richard werkt vanuit zijn praktijk Life Alignment als loopbaancoach, geeft Life Mission Meetings, 'Start je eigen praktijk' – workshops, en geeft bij de Heremiet regelmatig de Sound Experience. Meer info: [www.life-alignment.nl](http://www.life-alignment.nl) ~ [www.startjeeigenpraktijk.nl](http://www.startjeeigenpraktijk.nl) ~ [www.soundexperience.nl](http://www.soundexperience.nl)*



Killare, Ierland





Eindhoven, Onze Lieve Vrouwestraat, een onbekende schrijver 📍



📍 3 laagjes essentiële olie op elkaar in een flesje, voordat ze gemengd worden

## Vriendschap

Een bij en een vlinder.  
Samen op een bloem.  
Genietend van de tuin.  
En alles om hun heen.

Vriendschap is een woord waar je veel bij kunt bedenken. Vaak is dit tussen 2 of meer mensen. Maar wat heb je nodig om vriendschap met een ander te sluiten?

Juist ja vriendschap met jezelf.

Ik hoor je al denken, ik kan heus wel vriendschap met anderen sluiten als ik mijzelf niet (altijd) aardig vind. Dat kan inderdaad tot op zekere hoogte. Een echte vriendschap waarin voorop staat dat je echt luistert, elkaar respecteert, je open stelt voor de wijsheid en eigenheid van de ander, de ander echt ziet en dit alles accepteert terwijl je ook naar je eigen behoeftes luistert, tja dat is een ander verhaal.

Want hoe zie jij jezelf? Mag jij jezelf zijn? Luister jij naar wat jij en je lichaam te zeggen heeft en handel jij hiernaar? Laat je alle rust toe die nodig is om deze innerlijke stem te horen? En mag jij er zijn? Helemaal zoals je bent? Ook met je eigenaardigheden en dingen die jij moeilijk vindt en die nog niet willen lukken?

Hoe kun jij wel open staan voor een ander als je niet open en onbevangen met jezelf om kunt gaan? Je neemt jezelf namelijk overal mee, ook in vriendschappen. Daar kun je niet omheen. Je mooie dingen als ook je valkuilen en je pijnen. Al deze dingen beïnvloeden hoe je naar de wereld kijkt.

Ook de wereld en dus "vriendschappen" reageren hierop. Zij spiegelen je innerlijk. Welke spiegel krijg jij telkens voor gehouden? Wat wil dat zeggen? Eigenlijk wel heel erg mooi, door te leven en in de "spiegel" te kijken krijg je de gelegenheid om een hechtere vriendschap met jezelf te sluiten. Door een hechtere vriendschap met jezelf te sluiten verandert ook je buitenwereld en vriendschappen oftewel je "spiegels". Je trekt dat aan wat bij je past. Zo blijft alles veranderen met als doel om steeds dichterbij jezelf te komen en te doen wat bij jou past. Een mooi systeem toch, of niet?

Vervolg p. 4



‘n bijzondere ervaring met een Youtube video: <https://youtu.be/BHSqTJ-3MXA>

Het heet ‘Removing Entities Energies en Thought Forms’ en we vonden eerst dat het een simpel, prettig muziekje was... na een paar minuten kun je de werking ervan gaan voelen. Er komt meer ruimte in je binnenste, meer energie en beweging. Heel bijzonder. Mensen vertellen erover dat ze het vaak draaien, elke dag zelfs en zich er goed en vrij bij voelen.

Een mooie oefening:

Sluit je ogen en adem een paar keer diep in en uit. Voel het steeds rustiger worden. Laat alle rimpels rustig verdwijnen. Alles is goed. Voor je zie je een plas water. Het is heerlijk fris water. Met je handen schep je wat water op en neemt hier een paar slokjes van. Je voelt je ook van binnen helder en opgeruimd en je kunt makkelijk horen wat er gezegd wil worden. Nu kniel je rustig bij dit water. In alle rust kijk je om je heen. Langzaam komen er wat dieren uit de bosjes. Nieuwsgierig en voorzichtig lopen ze naar jou toe en blijven ze om jou heen staan. Welke dieren zijn er te voorschijn gekomen? Wat willen deze dieren jou zeggen? Neem de tijd om naar deze boodschappen te luisteren. Welke spiegel houden ze jou voor? Na een tijdje als je de boodschappen tot je genomen hebt, nemen de dieren weer afscheid van je. Jij blijft nog even zitten en kijkt nog even in het water dat ondertussen zo glad is als een spiegel. Je ziet hierin je innerlijk spiegelbeeld gereflecteerd. Wat zie je? Laat alles op komen wat er is. Alles wat je in de stroom van het leven onder water houdt en wat nu aan de oppervlakte kan komen. Neem dit alles in je op. Omarm dit en laat los wat je niet langer dient om zo een steeds helderder spiegelbeeld te krijgen.

Na een tijdje laat je ook deze plek gaan. Je voelt je helemaal rustig en helder, dicht bij jezelf. Dit gevoel neem je met jezelf mee als onderdeel van jezelf. Je kunt altijd contact maken met dit rustige vertrouwen en steeds meer vriendschap sluiten met jezelf. Langzaam concentreer je je weer op je lichaam. Je voeten, benen, romp, onderrug, borstgebied, schouders, nek, bovenarmen, onderarmen, handen en je hoofd. Haal nog een paar keer diep adem en open dan je ogen. Zie de wereld door je heldere ogen dicht bij jezelf.

Geniet van de komende weken. Vol liefde en genegenheid voor jezelf en groei in dit hele avontuur van het leven.

Liefdevolle groet,  
Nicole Geertjens  
[www.deontluikendebloem.nl](http://www.deontluikendebloem.nl)

<https://www.youtube.com/user/newrealities>

Zie p. 5. Veel interviews, oa Deepak Chopra.



[www.deontluikendebloem.nl](http://www.deontluikendebloem.nl)

Teal Swan schreef het boek: *the Completion Process*. Op deze video kun je zien hoe je door compassie naar jezelf en door middel van je adem, jezelf dichterbij je oude emoties kunt brengen:

[https://youtu.be/c3V\\_Gtfr\\_YA](https://youtu.be/c3V_Gtfr_YA)

How to heal the Emotional Body. Pittig maar met een beetje geduld lukt het me! De resultaten overtreffen al mijn verwachtingen. Bedankt Teal!





# WHAT DO YOU WANT TO DREAM

Het is de tijd van het jaar om weer naar binnen te gaan. In dit seizoen krijg ik altijd zin om **Carlos Castaneda** weer te gaan lezen... deze keer ook van alles op Youtube over opgezocht. Voor als je geïnteresseerd bent in de sportieve benadering

Tensegrity: <https://youtu.be/gbdhZZKvA5c>:

hier zie je een aantal oefeningen gedemonstreerd door vrouwen die Castaneda kenden en met hem gewerkt hebben. Het is niet allemaal Peyote wat de klok slaat. Er zitten eenvoudige oefeningen bij waar je een hoop energie van kan krijgen.

<https://youtu.be/b2IL8Bk2tGY>

een interview met Nyei Murez, uit 2015. Zij is een van de vrouwen uit de eerste video. Dit is deel 1. Ook psychologisch, hoe je je patronen en meningen kunt herkennen en loslaten. Interessant de relatie tussen fysieke houdingen en de emoties, hoe verbonden je je voelt met de aarde, met je adem – ze noemt het Recapitulation, als je gaat kijken hoe je ergens in stond. Een soort mindfulness oefening met de adem en bewegingen. Empathie en onthechting. Veel dingen die we inmiddels vaker gehoord hebben, the Secret-achtig of werken met intentie. Ik vond het fijn om het nog eens zo te beluisteren.

<https://youtu.be/ymylx-nrldc>

een oud radio- interview met Carlos Castaneda zelf, zijn verleden met Don Juan.

[https://www.youtube.com/watch?v=7Bb\\_YC8pmCI&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=7Bb_YC8pmCI&feature=youtu.be)

een programma van een uur over een reis in de woestijn van Mexico op zoek naar peyote, met de **Huichol Indianen** uit de bergen die deze pelgrimstocht nog ieder jaar maken. Mooi en sfeervol ondanks dat de beeldkwaliteit niet zo goed is. Het idee is dat mensen leren dat ze deel uitmaken van de natuur, en dat alles in de natuur onderling samenhangt en van elkaar afhankelijk is.

*Eline van Kinsbergen, elineeugenie@gmail.com*



Het vervolg van het Nyei Murez interview, deel 2 gaat ook over vrouwen en de baarmoeder en hoe je daarnaar kan luisteren. Gaaf. We hebben geleerd om liever intelligent of dun te zijn dan te voelen of te ervaren. Gesocialiseerd om zo te zijn, ook mannen – richting hoe je eruit ziet. Mannen beschikken in principe over een stabiliteit die vrouwen niet hebben door hun cyclus, krijg je andere levels van begrip en contact, en intuïtie. Het heeft allemaal voordelen maar je moet vooral leren waarderen wat je hebt!



Zo groeit Peyote