

BEWUST ENERGETISCH IN BEWEGING



HELEN VAN BINNENUIT

*Echte heling begint van binnenuit en groeit met elke stap - het is geen sprint, maar een reis.
Heling vraagt tijd, aandacht en herhaling - niet één sessie, maar een proces.*

*In een wereld vol prikkels en verwachtingen, raak je soms de verbinding met jezelf kwijt.
Mijn praktijk biedt een veilige ruimte, waar je mag voelen, ontspannen en helen.*

Door middel van energetisch werk, intuïtieve begeleiding en lichaamsgerichte aandacht, nodig ik je uit om bewust contact te maken met jouw energie. Samen brengen we jouw (energie)systeem weer in beweging - zacht, diep en transformerend.

Hier begint heling in de kern. Van binnenuit. In jouw eigen ritme.

2026: een jaar van groei, kansen en beweging

Ik wens jou een prachtig en magisch 2026. 2025 was een jaar van transformatie, van oude overtuigingen en beperkingen loslaten. Laat in 2026 verder los wat niet meer bij jou past. Koester al jouw herinneringen en pak de kansen die op jouw pad voorbij komen met beide handen aan en schep ruimte voor het maken van nieuwe herinneringen en blijf in beweging.



Inhoudsopgave

1. Groepshealingssessie 'Alpha Omega' op afstand 22-01-2026
2. Zielsconflicten;
3. Helen tot op celniveau;
4. Update Mysterieschool;
5. Wat staat er nog op de planning in 2025?

Groepshealingssessie 'ALPHA OMEGA HEALING' op afstand



Laat je meenemen in een diepe, multidimensionale helingsreis, waarin krachtige energieën samenkomen om jouw lichaam, geest en ziel in balans te brengen.

In deze sessie werken we op afstand, zonder beeld en geluid, maar zijn we toch verbonden via het collectieve Lichtveld.

De energieën stromen via een Vortex rechtstreeks jouw ruimte binnen – precies afgestemd op wat jij op dit moment nodig hebt.

Er is geen link, beeld of geluid, alleen een zuiver afstemmen. Bij aanmelding ontvang je een week voor de geplande datum verdere informatie.

We starten met de

1. Vortex-energie (drager)

Deze energie is een krachtige draaikolk van licht die energie van boven (Bron) en beneden (Aarde) verbindt en door ieders veld laat stromen; een multidimensionale energie die alles in beweging zet, harmoniseert en reinigt. Het versterkt en versnelt het helingsproces, laat energieën op celniveau indalen en oude blokkades oplossen. Het zorgt dat alle deelnemers tegelijk dezelfde krachtige instroom van energie ervaren, waardoor er een sterke synergie ontstaat in de sessie.

Dit is als het openen van ramen en deuren, voordat je een ruimte vult.

2. Verbinding met het lichaamsbewustzijn

Wat dit doet voor de groep:

- De energie zakt van het hoofd naar het lichaam;
- Deelnemers landen in hun fysieke aanwezigheid;
- Er ontstaat veiligheid en belichaming.

Effect:

- Emoties kunnen doorstromen zonder overweldiging;
- Het lichaam krijgt toestemming om mee te werken;
- De groep wordt één gedragen veld i.p.v. losse individuen.

Dit is het moment waarop mensen echt “aankomen”.

3. Divine Source Energie (universele bronenergie, pure scheppingskracht)

Divine source energie in een groepshealing brengt verbinding, innerlijke rust en verhoogd bewustzijn door een onzichtbare, helende kracht te kanaliseren die het welzijn van alle deelnemers op fysiek, emotioneel en spiritueel niveau bevordert.

Dit kan resulteren in diverse ervaringen, zoals diepe ontspanning, emotionele ontlading, visioenen of een dieper inzicht in het eigen leven, en de energie werkt om fysieke en spirituele onevenwichtigheden te harmoniseren.

Wat dit doet voor de groep:

- Omhult het groepsveld met zachtheid en vertrouwen;
- Brengt afstemming op het hoogste goed van ieder;
- Verzacht angst, controle en oude overlevingslagen.

Effect:

- Overgave wordt mogelijk;
- De healing hoeft niet meer geforceerd te worden;
- De groep voelt zich gedragen, veilig en gezien.

Dit is de bedding, waarin diepe transformatie veilig kan plaatsvinden.

4. Alpha Omega Healing

Alpha Omega Healing is een healing voor lichaam, geest en ziel. Vaak is het een levens veranderende ervaring. De energie werkt niet alleen tijdens de healing, maar ook nog een hele lange tijd erna. Deze energie zal je afstemmen op de allerhoogste frequentie. Het is een bijzonder mooie energie, die niet alleen voor healing geschikt is, maar ook een geweldige hulp biedt aan mensen en dieren die stervende zijn.

Wat dit doet voor de groep:

- Werkt nu dieper, omdat de weerstand al is opgelost;
- Sluit cycli af op zielsniveau;
- Integreert wat is losgekomen in een nieuw evenwicht.

Effect:

- Innerlijke afronding zonder drama;
- Rust, helderheid en “het klopt weer”;
- Oude patronen mogen stoppen zonder strijd.

De Alpha Omega werkt hier niet als activatie, maar als voltooiing.

6. Afsluiting & Integratie

We sluiten af met een stevige gronding door ons te verbinden met Moeder Gaia.

Wat deze volgorde als geheel brengt voor de groep:

- Minder weerstand, meer ontvankelijkheid;
- Een natuurlijke opbouw van diepte;

-Veiligheid vóór transformatie;
-Integratie i.p.v. "open blijven staan".

Samengevat in één zin

Je opent → laat landen → draagt → voltooit, terwijl de beer (waar ik mee werk) het geheel belichaamt.

"Echte heling begint van binnenuit en groeit met elke stap – het is geen sprint, maar een reis."

Datum: donderdag 22-01-2026

Tijd: 19.30 uur

Duur: 45 minuten

Bijdrage: €17,50 per persoon

Locatie: Op afstand – in je eigen veilige ruimte (zittend of liggend);

Voel jij een JA? Meld je dan aan via mijn website:

[Groepshealingssessie 'Alpha Omega healing'](#)

Zielsconflicten



In mei start ik met de driedaagse workshop 'Zielsconflicten', een onderdeel van de Mysterieschool, waar ik nu mee bezig ben => **van conflict via heling naar rust!**

Bepaalde oude ervaringen en belastingen kunnen tot op zielsniveau doorwerken en invloed uitoefenen in het hier en nu. Dit programma heeft de specifieke werking oude pijnen en conditioneringen tot op het niveau van de ziel te kunnen verwijderen en helen. Wat een kosmisch cadeau!

De workshop is gebaseerd op het werk van Monique Timmers (grondlegger van de Energetische Stoelen) en de inzichten van Dr. Hamer. Hij schreef in zijn boek dat elke emotionele schok (groot of klein) een zielsconflict kan veroorzaken. Zo'n conflict raakt niet alleen je psyche, maar ook je lichaam, en kan zelfs sporen nalaten vanuit vorige levens.

Een zielsconflict ontstaat uit een onvervulde emotionele behoefte, zoals "ik word niet gezien" of "ik ben niet goed genoeg". De onderliggende emoties zoals angst, irritatie en wanhoop houden je gevangen in oude patronen.

Tijdens de workshop gaan we ontdekken welke zielsconflicten nog diep in ons verscholen zitten en hoe we deze kunnen transformeren op de Energetische Stoel.

Een paar voorbeelden:

1) *Gebrek aan eigenwaarde – "Ik ben niet goed genoeg." → verandert in: "Ik heb een zuivere, stralende eigenwaarde. Ik mag voelen dat ik het waard ben, ik ben goed genoeg, Mijn eigenwaarde is krachtig en sterk".*

Of:

2) *Vernedering door aanval – "Ik word beledigd." → transformeert naar: "Anderen mogen kritisch zijn. Ik ervaar geen pijn, maar dankbaarheid dat ik word gezien voor wie ik ben".*

Dit zijn slechts twee voorbeelden van wat er mogelijk is... hoe mooi is dat?

En dit programma ga ik vervolgens ook in mijn praktijk inzetten. Het helpt oude pijnen, overtuigingen en blokkades op zielsniveau te helen. Want wat ooit vastzat, mag eindelijk weer gaan stromen.

Herken je dat je soms reageert vanuit een gevoel of emotie die je niet goed kunt plaatsen? Dat je niet weet waarom iets je zo raakt? Dan kan daar een oud zielsconflict onder liggen dat nog gezien wil worden.

Werken met de stoelen van Monique Timmers geeft echt bevrijding van binnenuit!

Helen tot op celniveau

In het najaar ga ik mij verdiepen in de Deep Cell Healing.

Wat is een Deep Cell Healing?

Vanuit al jouw verleden en tot nu toe ligt er informatie opgeslagen in jouw onderbewustzijn. Deze informatie zit vast geworteld en komt soms op verkeerde tijdstippen weer naar boven, waar je dan vervolgens last van kunt hebben: verdriet, boosheid en verlies van eigenwaarde is vaak een veel voorkomend probleem.

Na controle op jouw chakra's en aura, volgt de Deep Cell



healing: via jouw cellen en jouw mind, word je in een totale rust gebracht, waarbij jij vervolgens gaat loslaten via jouw onderbewustzijn, wat jij niet meer nodig hebt.

Ook deze methode zal ik gaan toepassen in mijn praktijk, maar meer informatie hierover volgt in het najaar van 2026.

Update Mysterieschool



Inmiddels ben ik bijna een jaar bezig met het volgen van de Mysterieschool, de UR-academie. Hier wordt kennis over de mysterieën van de kosmos, astronomische geneeskunst, alchemie, wetenschap en diepgaande spirituele ontwikkeling doorgegeven: diepgaande kennis en verschillende helingstechnieken komen aan bod.

Ik ervaar de Mysterieschool als zeer leerzaam, het heeft mij veel bewustzijnsverruiming gebracht en verschillende helingstechnieken, die ik weer mag doorgeven in mijn praktijk, zoals:

1) het traject Chakra's en Dimensies:

Met het stoelprogramma 'Chakra's en Dimensies' kun je de chakra's opschonen en harmoniseren én word je weer verbonden met de verschillende dimensies. Als mens zijn we immers multidimensionaal van aard. Oude belemmeringen en belastende programmeringen worden diepgaand verwijderd, zonder dat je opnieuw jouw oude trauma(s) en/of blokkades weer herbeleefd. **Het mag, nu we in het tijdperk Waterman zitten, allemaal met meer gemak, moeiteloos en snel(ler).**

In dit programma werk ik met een zilveren en gouden template en de afbeelding van de chakra's om de 7 chakra's volledig uit te zuiveren en de verbinding met de 1ste tot en met de 9e dimensie volledig te herstellen en te verankeren.

De templates gaan je helpen om je systeem op te schonen van oude herinneringen, om je gezondheid en welzijn te herstellen door energetische blokkades op te heffen en inzicht te verschaffen in vaak oude belastende patronen op fysiek en zielsniveau en om de communicatie tussen je cellen en bewustzijn te verbeteren.

Wil je serieus aan de slag met jezelf, een ware transformatie met en in jezelf ervaren, wil je echt jouw eigen werkelijkheid ontdekken, weer leven vanuit jouw hart en jouw bewustzijn verruimen, dan is dit een traject voor jou!

Voor meer informatie zie mijn website '[Chakra's & Dimensies](#)'

2) De zielsconflicten (zie de informatie eerder genoemd in deze nieuwsbrief) zijn ook een onderdeel van de Mysterieschool die in de Urim-code energetische stoel behandeld worden. Meer informatie hierover volgt na de zomer.

3) Verder zijn we nu in de Mysterieschool bezig met het harmoniseren van de Vijf Heilige Ringen. Deze informatie is nog totaal nieuw.

Deze ringen vormen energiepatronen die te maken hebben met de **volledige harmonisatie van de 5 elementen: 1) Vuur 2) Aarde 3) Lucht/Metaal 4) Water en 5) Licht/Aether/Hout.**

Ze bestaan uit een ring van meerdere punten op de meridianen. Meridianen zijn onzichtbare banen die (meetbare) energiepunten in het lichaam met elkaar verbinden en waardoor de energie kan stromen. Deze meridianen lopen door het hele lichaam en verbinden lichaamsdelen, organen, zintuigen en de psyche met elkaar.

Door het harmoniseren van de Vijf Heilige Ringen van vuur, aarde, lucht, water en licht, komt jouw lichaam weer in een goede balans, evenwicht en harmonie.

Voordat je kiest voor het programma 'Heilige ringen', dienen eerst de 7 chakra's uitgezuiverd en verhoogd in trilling te zijn en het contact met de 9 dimensies volledig hersteld en verankerd te zijn, alsook de verbinding vanuit het hart gemaakt te zijn.

Wat staat er op de planning in 2026?



***Groepshealingssessie 'Alpha Omega Healing' op afstand donderdag 22 januari om 19.30 uur (zonder beeld & geluid, alleen een zuiver afstemmen, 45 minuten);**

***Vakantie BEIB van zaterdag 24 januari t/m zondag 15**

februari 2026

***Dinsdag 19 mei start workshop 'Zielsconflicten'.**

***Juni/juli verbouwing van mijn praktijk Bewust Energetisch in Beweging;**

***Vrijdag 2 en zaterdag 3 oktober workshop Deep Cell healing.**

Creatieve ideeën zat, nu nog vormgeven.... Wordt vervolgd.
Allemaal mooie ontwikkelingen, dankbaar!

*Nieuwsgierig naar de behandelingen die ik geef?
Neem gerust een kijkje op mijn website....*

Ursula van Os
Bewust Energetisch in Beweging
<https://www.bewust-energetisch-in-beweging.nl/>
+31 6 48660147



Ik maak gebruik van de volgende helingstechnieken:

- Reiki (Shambhala & Byosen)
- La Ho Chi energie
- Ilahinoor energie
- Soul Body Fusion
- Energetische Urim-Code stoel(sessies)
- Meervoudige Merkaba Technieken
- Access Bars
- Access Energetic Facelift
- Chakra hand- voetreflex
- Orgonite Meditatiekruk met edelstenen



Facebook



Instagram



Website

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u energetischbewegen@gmail.com toe aan uw adresboek.



Laposta