

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.

Inhoudsopgave

1. Groepshealingssessie 'Etherische/Energetisch Clearing' op afstand 11-03-2026
2. Belevingsavond BEiB 22-04-2026
3. Werking Heilige Ringen
4. Traject Chakra's & Dimensies
5. Uitleg energetische inwijdingen op afstand
6. Wat staat er op de planning in 2026?

Groepshealingssessie 'Etherische/Energetische Clearing' op afstand



Laat je meenemen in een diepe, multidimensionale krachtige 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

Het groepsveld wordt geopend en een draaiende zuiverende stroom wordt geactiveerd.

Wat doet de energie:
Reinigt het veld;
Brenkt beweging in vastzittende energie;
Harmoniseert de groepsfrequentie.

Wat brengt het de groep:
Sneller zakken in de sessie;
Minder onderlinge energetische ruis;
Eenheid zonder verstrengeling.

2) Verbinding met Lichaamsbewustzijn

De aandacht brengen naar adem, hart, buik en voeten.

Wat doet de energie:
Haalt mensen uit het hoofd;
Activeert het parasymphatisch zenuwstelsel;
Verankert bewustzijn in het lichaam.

Wat brengt het de groep:
Veiligheid;
Rust;
Aanwezigheid in het moment.

3) Divine Energie

Opent het kanaal voor hogere, zuivere bronenergie.

Wat doet de energie:
Verhoogt trilling;
Herstelt verbinding met de ziel;
Brenkt zachtheid en overgave.

Wat brengt het de groep:
Diepere ontspanning;
Vertrouwen;
Gevoel van gedragen worden.

4) Body Toxic Cleansing

Activatie zachte reiniging op fysiek en energetisch niveau.

Wat doet de energie:
Stimuleert loslaten van emotionele en energetische ballast;
Ondersteunt ontgiftiging;
Zuivert cellulaire herinneringen.

Wat brengt het de groep:
Lichter gevoel;
Ontspanning in spieren en adem;
Emotionele ontlading waar nodig.

5) Etherical Clearing Sequences 1–4

Werken op etherisch/energetisch niveau aan het herstel van contracten, koorden, karmische lagen en het herstel van jouw aura. Dit is een zeer krachtige opschoning van jouw systeem in vier stappen:

1) Etherische (energetische) reiniging *verwijderen van negatieve- en belemmerende overtuigingen en programma's die je met je meedraagt op alle niveaus*);

2) Verwijderen van entiteiten;

3) Reiniging van implantaten;

4) Meesterlijke ruimtereiniging *(effectief voor een plek/kamer, maar ook voor je energetische lichaamssystemen, emoties, relaties etc.)*

Wat doet de energie:
Ontbindt oude energetische verbindingen;
Reinigt aura en energieveld;
Sluit ongewenste openingen.

Wat brengt het de groep:
Meer in eigen energie staan;
Minder oude patronen;
Helderheid en innerlijke ruimte.

6) Gronding met Moeder Gaia

Alle energie stevig verankeren in de aarde.

Wat doet de energie:
Stabiliseert het zenuwstelsel;
Integreert de healing in het lichaam;
Voert overtollige energie af.

Wat brengt het de groep:
Stevigheid;
Rust;
Veiligheid;
Blijvende integratie in plaats van "zweven".

Samengevat energetisch proces:

Openen → Harmoniseren → Verhogen → Zuiveren → Diep Clearen → Integreren & Aarden

Wat brengt het de groep:
Collectieve rust
Individuele helderheid

Energetische zelfstandigheid
Diepere belichaming

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

Datum: woensdag 11 maart 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 'Etherische/Energetische Clearing'](#)

Belevingsavond Zielsfragmenten & Urim-code



Woensdag 22 april staat er een Belevingsavond gepland bij mij thuis in Goes-Zuid.

Wat gaan we doen?

We starten met het terughalen van jouw Zielsfragmenten middels meditatievorm.

Daarna gaan we aan de slag met de Urim-code (energetische) stoel en gaan we samen voelen wat jouw systeem nodig heeft.

Dit kan o.a. zijn:

- 1) De Urim-code stoel zonder een programma ervaren;
- 2) Het uitzuiveren van een Chakra met koppeling aan de juiste dimensie;
- 3) Het harmoniseren van een Heilige Ring (elementen/meridianen);
- 4) Toevoegen van levenskracht aan jouw energiesysteem;
- 5) Jouw complete waterhuishouding in jouw systeem harmoniseren (jouw interstitium)

Belangrijk:

Wat je deze avond mag ontvangen, hangt af van hoe bewust jij al stappen hebt gezet op jouw pad. *Met andere woorden:* wanneer je het traject Chakra's & Dimensies al voor een groot deel bij mij hebt gevolgd, dan is er ruimte voor het harmoniseren van één of twee Heilige Ringen of eventueel het harmoniseren van jouw interstitium (waterhuishouding). Het toevoegen van levenskracht is altijd mogelijk.

Verder leg ik meerder kaartendecks neer, zodat je een kaartje voor jezelf kunt trekken en zal ook de Orgonite Meditatiekruk weer in de ruimte aanwezig zijn, zodat je een moment je rust kunt pakken op de kruk, wanneer je voelt dit nodig te hebben of wanneer je een magisch moment op de kruk wilt ervaren.

Allemaal mogelijkheden.....

Praktisch:

*Woensdagavond 22 april, inloop vanaf 19.30 uur;

*Start 20.00 uur;

*Adres: Beethovenlaan 81, Goes-Zuid;

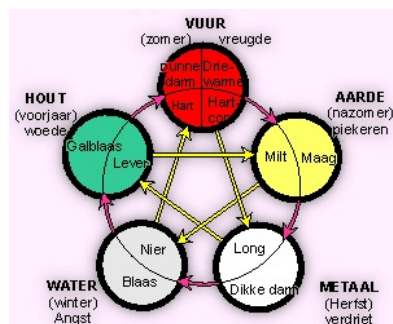
*Ruimte voor 6-8 personen;

*Neem je vrolijke en nieuwsgierige zelf mee;

*20 euro eigen bijdrage;

*Thee/koffie/water en een kleine versnapering aanwezig.

Werking Heilige Ringen



De Heilige Ringen vormen energiepatronen die te maken hebben met de **volliedige harmonisatie van de 5 elementen:**

- 1) Vuur
- 2) Aarde
- 3) Lucht/Metaal
- 4) Water en
- 5) Licht/AEther/Hout.

Met als **extra ring:** de heilige ring van Leven.

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,

licht en leven, komt jouw lichaam weer in een goede balans, evenwicht en harmonie.

In principe is het programma 'Heilige Ringen' een vervolg op het traject 'Chakra's & Dimensies', maar ik voel intuïtief of het eventueel ook al eerder toegepast kan worden.

Traject Chakra's & Dimensies



In maart rond ik de Mysteryschool af, maar in de maand mei volg ik nog wel een driedaagse workshop 'Zielsconflicten', een onderdeel van de UR-academie (hier valt de Mysteryschool onder) => **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!

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.

Hierover later meer!

De Mysteryschool is onderdeel van 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, 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](#)'.

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

Uitleg Energetische inwijdingen op afstand



♡ Activeren wat al in jou leeft ♡

♡ Inwijdingen laten je groeien, persoonlijk en spiritueel ♡

Bij en tijdens een inwijding wordt je afgestemd op een bepaalde energie met een hoge(re) trillingsfrequentie. Tijdens een inwijding worden je energiekanalen geopend, zodat de universele energie door jou heen kan stromen.

Wat doen energetische inwijdingen voor de mens?

Energetische inwijdingen (attunements) werken als een herinnering van je ziel. Ze "geven" je in wezen niets nieuws, maar activeren wat al in jou aanwezig is.

Ze kunnen op verschillende lagen iets in beweging zetten:

1. Bewustzijnsverruiming

Je frequentie wordt verhoogd, waardoor je subtieler waarneemt, meer intuïtief wordt en helderder voelt wat van jou is en wat niet.

2. Opschoning

Blokkades, oude patronen en energetische ballast kunnen loskomen. Soms zacht, soms intens, maar altijd gericht op stroming.

3. Activatie van jouw kern

Slapende kwaliteiten, lichtcodes of zielsherinneringen kunnen ontwaken. Je voelt je krachtiger, meer "aan" en authentieker.

4. Verankering in het lichaam

Meer gronding, stevigheid en vertrouwen.

5. Versnelling van je pad

Het kan voelen alsof je (groeï- en/of bewustzijnsverruiming) processen sneller doorloopt. Wat eerst maanden duurde, kan nu in weken verschuiven.

Belangrijk:

Een inwijding doet niets zonder jouw toestemming. Het is een samenwerking tussen energie en jouw vrije wil. De inwijdingen kun je live of op afstand ontvangen. Energie is niet gebonden aan tijd of plaats en daarom kun je de inwijding ook op afstand ontvangen. Een voordeel is dat jij de inwijding in jouw eigen vertrouwde omgeving kunt ontvangen en dus niet de deur hiervoor uit hoeft.

Nieuwsgierig geworden?

Klik [hier](#) voor meer informatie 'Inwijdingen' op mijn website.

Wat staat er op de planning in 2026?



***Groepshealingssessie 'Etherische/Energetische Clearing' op afstand woensdag 11 maart om 19.30 uur (zonder beeld & geluid, alleen een zuiver afstemmen, 45 minuten);**

***Woensdag 22 april Belevingsavond BEiB, aanvang 19.30 uur;**

***29 juni start verbouwing van mijn praktijk Bewust Energetisch in Beweging;**

We zijn continue in beweging, verandering is het enige constante in ons leven.

Allemaal mooie ontwikkelingen, dankbaar!

Nieuwsaeria 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
- 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.

