



Frequentie als Medicijn

Alles is trilling. Dat wisten Pythagoras, Tesla en zelfs Michelangelo al. De één hoorde het in muziek, de ander zocht het in frequentie, en de derde beeldhouwde het in harmonie. De moderne wetenschap bevestigt het: **je lichaam bestaat uit atomen, geladen deeltjes en elektrische impulsen.** Volgens Einstein's $E = mc^2$ is massa niets anders dan geconcentreerde energie in rust. Gedachten zijn elektrische velden. Emoties zijn biochemische trillingen. Je bewustzijn is een bewegend patroon van energie.

Antidepressiva, antipsychotica en ADHD-medicatie beïnvloeden je neurochemie en daarmee je frequentie van functioneren. Ze reguleren neurotransmitters zoals serotonine, dopamine en noradrenaline, waardoor stemming, aandacht of perceptie kunstmatig worden gestabiliseerd. In energetische termen **dempen ze vaak de natuurlijke trilling of brengen die in een strakkere bandbreedte.** Dit kan nuttig zijn bij ernstige ontregeling, maar langdurig gebruik kan ook leiden tot afvlakking, vervreemding of verlies van innerlijke resonantie. Ze onderdrukken symptomen, maar herstellen zelden de onderliggende energetische disbalans.

Frequency healing werkt direct in op het energetisch systeem van het lichaam, zonder chemische tussenkomst. Door middel van

geluid, trilling of elektro-magnetische velden wordt het lichaam gestimuleerd om zijn **natuurlijke frequentie te herstellen.** In plaats van symptomen te onderdrukken, wordt het systeem herinnerd aan zijn oorspronkelijke staat van balans. Hersengolven, celritmes en het zenuwstelsel reageren subtiel maar krachtig op deze resonantie. Dit kan leiden tot diepe ontspanning, emotionele ontlading en herstel van zelfregulatie. Zonder medicatie blijft de innerlijke verbinding intact, en wordt heling niet afgedwongen, maar gefaciliteerd — vanuit binnenuit, in harmonie met je eigen trilling.

Aarden — **direct contact met de aarde via blote voeten of huid** — brengt je lichaam terug in elektrisch evenwicht met de planeet. De aarde draagt een natuurlijke, negatieve elektrische lading en zendt een basisfrequentie uit van gemiddeld 7,83 Hz, bekend als de Schumann-resonantie. Deze trilling resoneert met de hersengolven die we ervaren tijdens diepe rust en meditatie. Door te aarden ontvang je vrije elektronen die overtollige positieve ladingen in het lichaam — veroorzaakt door stress, ontsteking en spanning — neutraliseren. Binnen minuten daalt je cortisolniveau, kalmeert je zenuwstelsel en stemt je lichaam zich opnieuw af op rust, samenhang en natuurlijke ritmiek. Aarden herstelt zo niet

alleen de fysiologische balans, maar ook je energetische coherentie. Het is een eenvoudige, directe manier om weer in harmonie te komen met je biologische en kosmische oorsprong: de trilling van de levende aarde.

Psilocybine kan in dit kader fungeren als een krachtige innerlijke afstemmer. De stof beïnvloedt hersengolven, **verlaagt tijdelijk de activiteit in het Default Mode Network (ego)** en opent toegang tot diepere bewustzijns-lagen. Het brein komt in een toestand van verhoogde neuroplasticiteit en energetische openheid, waardoor oude patronen kunnen oplossen en emotionele lading vrijkomt. Energetisch gezien **helpt psilocybine je om je frequentie tijdelijk te verhogen,** en je opnieuw te verbinden met de natuurlijke trilling van het lichaam, de aarde en het grotere geheel. In combinatie met stilte, natuur of aarden kan het de resonantie met je oorspronkelijke staat van zijn diep herstellen.

Bij depressie, burn-out of trauma is je balans verstoord. Je zit vast in stress, pijn of leegte. Aarden, geluidstrillingen en psilocybine kunnen helpen je weer tot rust te brengen. Ze kalmeren je hoofd, ontspannen je lichaam en maken ruimte voor gevoel.

Youri Hazeleger
joet@joet.nl