

Meditatie Observatorium 5

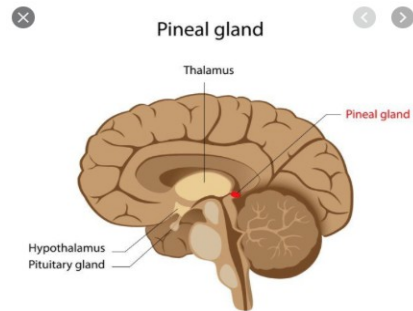
De pijnappelklier, onze kosmische antenne

Algemeen

De pijnappelklier, *pineal gland* in het Engels, is een heel kleine maar belangrijke klier in het midden van je hersenen. Diep verborgen in het lymfisch systeem, met het uiterlijk van een dennenappel en de grootte van een erwt, speelt deze een belangrijke rol in tal van lichamelijke en geestelijke processen. Deze klier wordt ook wel de interface tussen binnen en buiten genoemd. Deze klier speelt een krachtige rol in ons welzijn en bewustzijn.



Heb je wel eens gehoord van het Derde Oog? En heb je wel eens de aanwijzing gehoord om het puntje van je tong tegen je gehemelte te leggen tijdens het mediteren? Nou stel je voor dat je via je derde oog naar binnen gaat in je hersenen. En dat je vanuit het punt in je gehemelte een lijn trekt naar je fontanel (achterop je hoofd kunnen de meesten een heel klein kuiltje voelen – dat is de fontanel). Precies op dit kruispunt waar deze beide lijnen bijeenkomen, zit je pijnappelklier!



De pijnappelklier wordt ook wel epifyse genoemd en is zogenaamde een endocriene klier in de hersenen, d.w.z. geeft hormonen af aan het bloed en de ruggenmergvloeistof. Als orgaan heeft het zich bij "hogere" gewervelde dieren (zoogdieren) ontwikkeld uit het zogeheten Derde Oog.

Biologie/fysiologie

De pijnappelklier is een lichtgevoelig orgaan, verbonden met ons waak- en slaapritme en produceert o.a. het hormoon **melatonine**. De pijnappel is een kleine klier (weegt slechts 50-150 milligram, is 5 x 7 mm groot) met een cruciale functie. Hormonen functioneren in ritmes: dagritme, maandritme, en seizoensritme. Deze klier is een belangrijke schakel in het slaap-waak ritme, en dus dagritme. Het zorgt voor een goed kunnen inslapen en doorslapen en is tevens een antioxidant om ons tegen een teveel aan vrije radicalen te beschermen.

Als er sprake is van een jetlag met veel uren tijdsverschil komt dit dus doordat deze klier van slag af is. Om deze klier zijn werk goed te laten doen is het van belang daarom een regelmatig dagritme aan te houden, voldoende licht te zien overdag en in de avond niet te actief zijn.

Het produceert ook neurotransmitters, zoals **serotonine**. Ongeveer 15% serotonine komt uit de pijnappelklier. Dit hormoon reguleert de psycho-emotionele toestand van een persoon.

Het verlicht stress, reguleert de spanning van gladde spieren en wordt overdag aangemaakt.

Het vormt samen met o.a. de hypofyse het hele systeem dat de geslachtsklieren en de groei van het lichaam regelt.

De pijnappelklier heeft een remmende invloed op de schildklier.

En tenslotte hebben de hormonen van de pijnappelklier nog een belangrijke functie, namelijk dat deze hormonen het groeihormoon remmen. Zij remmen daarmee ook ongewilde en oncontroleerbare groei van cellen die we kanker noemen. Een tekort aan melatonine heeft allerlei nare effecten, waaronder een bevordering van het chronisch vermoeidheidssyndroom en het bijdragen tot de groei van borst- en darmkanker.

Geschiedenis

Voor deze meditatietraining is de spirituele werking echter nog belangrijker. In diverse culturen beschouwde men de pijnappelklier al als zetel van de ziel of poort tot het rijk der geesten. De filosoof Descartes besteedde veel tijd aan studie van de pijnappelklier en ging ervan uit dat de pijnappelklier de centrale plaats was voor interactie tussen lichaam en ziel en noemde de pijnappelklier de 'zetel van de ziel'.

In de Hindoe traditie verwijst men er naar als 'Derde Oog'. Bij de Sumeriërs en de Egyptenaren vinden we aanwijzingen, die er op duiden dat men toen al van het bestaan en het belang van deze klier af wist. Zo zijn er afbeeldingen gevonden van een Sumerische God met een dennenappel in de hand. Ook is de gelijkenis van een ontleed hersendeel met de klier in het midden en het zogenaamde "oog van Horus" te sterk om toevallig te zijn.



Bij veel inheemse volkeren in Zuid-Amerika wordt de pijnappelklier gezien als de deur tussen de materiële en spirituele wereld. Hij wordt ook wel de kosmische antenne genoemd. Naast dat de pijnappelklier melatonine aanmaakt, maakt het ook dimethyltryptamine (DMT) aan (zie verderop). Deze psychedelische stof vindt men ook veelvuldig in het planten- en dierenrijk en wordt door Sjamanen gebruikt om door "het rijk van de geesten" (interdimensionaal) te reizen; het zit ook in de planten die bij ayahuasca-ceremonies gebruikt worden.

In het Tibetaans boeddhisme wordt er teruggegrepen op shamanistische gebruiken uit de oorspronkelijke Bön-religie. Een daarvan is droomyoga, waarbij je bewust door de verschillende stadia van slaap (en droom) gaat.

De pijnappelklier heeft, zoals gezegd, de vorm van een dennenappel. Het symbool van de dennenappel vind je terug in alle religies en in de vrijmetselarij. Op de top van de staf van Osiris zit een dennenappel, net als op de staf van de paus¹.

Verkalken/Ontkalken

Hoe klein deze klier ook is, toch is het een enorm verfijnd orgaan. Binnenin de cellen van de pijnappelklier zitten kleine kristallen, die o.a. lichtgevoelig zijn. Ze dienen als zenders en ontvangers op zowel biologisch als spiritueel niveau. Helaas raken deze kristallen verstopt door onze hedendaagse leefstijl. De verkalking die hiervan het gevolg is, is vooral te wijten aan stoffen als fluoride, kwik en pesticiden in ons eten en drinkwater. Arts Hans Moolenburgh maakte zich in de jaren 70 van de vorige eeuw hard tegen de fluoridering van het Nederlandse kraanwater en slaagde hierin. Nederland is een van de weinige westerse landen waar het kraanwater niet is gefluorideerd. In een van zijn boeken legde hij uit hoe fluoride – een afvalproduct van de aluminiumindustrie – in de Duitse concentratiekampen door het drinkwater werd gedaan om de gevangenen koest te houden.



¹ Bron: <http://www.abovetopsecret.com/forum/thread1005914/pg1&mem=>

Om te voorkomen dat de klier nog verder verkalkt, kun je het beste de volgende dingen vermijden:
Sodium Fluoride: dit zit in de meeste tandpasta's. Kies altijd voor een tandpasta zonder fluoride zoals de Saline tandpasta van Weleda.

Calciumsupplementen: calcium verkalkt de pijnappelklier enorm. Zorg er voor dat je via gezond eten voldoende 'goede' calcium binnen krijgt. Dit kun je doen door o.a. chai zaad, groene groenten zoals spinazie, quinoa, sinaasappels en broccoli te eten.

Kraanwater: drink bij voorkeur gefilterd water; het meeste kraanwater bevat veel verkalkende stoffen.

Pesticiden: eet bij voorkeur biologische groente en fruit.

Suiker, cafeïne, alcohol en tabak: het elimineren van deze stoffen zorgt voor een boost voor je pijnappelklier.

Kwik: als je graag vis eet, let hier dan op.

Tenslotte: vaccinaties (!). Deze bevatten schadelijke stoffen, zoals kwik (griep prik) en bijvoorbeeld propyleenglycol en *aluminium*. Wat het laatste betreft: kijk ook uit met deodorants die aluminium bevatten!

Om het ontkalken te bevorderen, zijn de volgende dingen juist gezond om te nuttigen:

Rauwe cacao, een krachtig anti-oxidant.

Knoflook: is een geweldige ontkalker, omdat het calcium oplost.

Citroensap:– Elke ochtend beginnen met citroensap opgelost in water helpt bij het ontkalken.

Rauwe appelcider azijn – Niet alleen geweldig als ontkalker, maar het zit ook nog eens boordevol vitamines, mineralen en enzymen.

Vitamine K1 en K2 – K1 vind je in groene bladgroenten en de K2 vind je vooral in eieren, echte grasboter, gefermenteerde Japanse soja en zuurkool.

Chlorella helpt in algemene zin om te ontgiften, en werkt ook voor het ontkalken van deze klier.

Bananen, dadels, pompoenpitten en noten tenslotte stimuleren de aanmaak van tryptofaan in de pijnappelklier en zijn daarmee ook aanraders om regelmatig te nuttigen.

Effecten

Zodra je pijnappelklier geactiveerd is, zul je veranderingen in je leven gaan ervaren. Zowel op fysiek als op emotioneel vlak. Zo ervaren veel mensen een grotere creativiteit en kiest men er zelf voor veel gezonder te leven en ook te eten, ongezond voedsel gaat steeds minder smaken. Je intuïtie zal sterker worden en je wordt gevoeliger worden voor energieën van anderen. Het gevoel van eenheid kan versterken (oneness). Je frequentie verhoogt en je gedachten kunnen zich sneller manifesteren, omdat je beter in staat bent je gevoel te volgen.

Net als mensen hebben ook dieren een pijnappelklier. Bij veel dieren is deze echter veel sterker ontwikkeld, waardoor zij in staat zijn als 'one-mind' samen te werken. Denk dan maar eens aan een enorme zwerm vogels, of een groep dolfijnen die zich als vanzelf met elkaar vloeiend voortbewegen. Onderling communiceren ze op een telepathische manier. Ze werken allemaal samen als een collectief geheel voor het welzijn van de groep.

Als de mens tot hetzelfde in staat zou zijn, zou de wereld snel veranderen. We zouden dan beseffen dat we samen één zijn. De bijzondere gaven waartoe de pijnappelklier de mens in staat stelt, boezemen onze leiders al sinds jaar en dag angst in. Want wát als de mensheid de handen ineen sluit en zich tegen hun leiders keert? Wat als mensen op een telepathische manier met elkaar kunnen communiceren? De werkelijke vermogens van de mens met een goed werkende pijnappelklier worden angstvallig verborgen gehouden. Het is de bedoeling dat men niet uitvindt waartoe de mens werkelijk in staat is. Als je een massa mensen wilt beheersen, voed je ze met angst en geef je ze een klein beetje hoop. Om die reden wordt de werking van de pijnappelklier dan ook zoveel mogelijk onderdrukt.

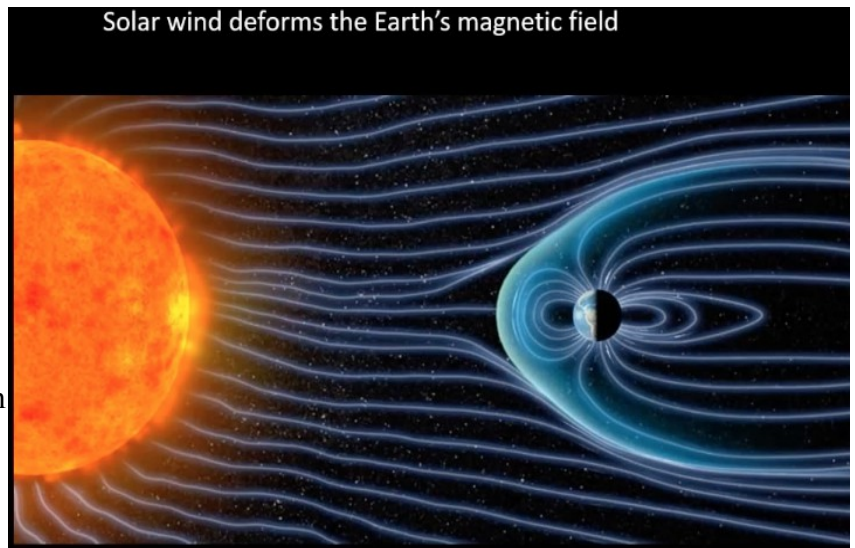
Onder de fysiologische aspecten van de werking van de pijnappelklier las je al over melatonine en serotonine. Maar deze klier produceert nog enkele hormonen, die met name op het spirituele vlak van belang zijn.

Zo zorgt **pinoline** niet alleen voor een bijdrage aan het repareren van cellen, maar ook voor lucide dromen, bijna dood ervaringen, helderziendheid en helderhorendheid.

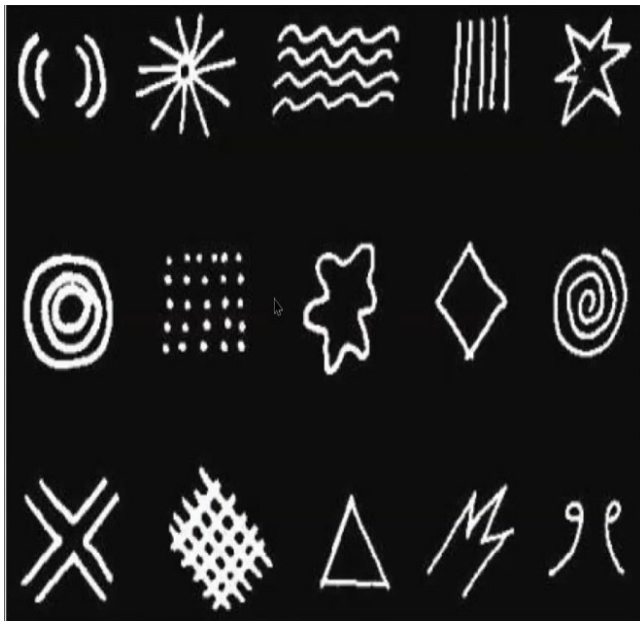
5-meo-DMT zorgt voor telepathische ervaringen, buitenlichaams-ervaringen en diepe trance.

DMT wekt een verruimde visie op – het vermogen om meer te zien dan in de normale bandbreedte. Het kan er toe leiden dat je na je meditatie opeens helderder ziet, met levendigere kleuren.

Deze drie bovengenoemde hormonen worden ook wel de psychedelische hormonen genoemd.



Van buitenaf wordt de pijnappelklier beïnvloed door (zon)licht en door electromagnetische straling



Vlak voordat je in slaap valt, en voordat je in een diepere staat van meditatie terechtkomt, kun je (met je ogen gesloten) soms een van de figuren/symbolen (hier links) zien. We weten nog niet precies wat die betekenen, maar ze zijn als het ware 'poortwachters' tot diepere lagen van bewustzijn; ze worden phosphenen genoemd.

Mediteren en lezen

Joe Dispenza, [Jij bent de placebo](#)

Joe Dispenza, [Becoming supernatural \(hoofdstuk 12 gaat over de pijnappelklier\)](#)

Geleide meditatie door Joe Dispenza (Engelstalig): <https://vimeo.com/456059709>