

HET VERDIEPEN VAN THERAPIEËN VOOR MENSEN DIE GEMARTELD ZIJN
IN DIT LEVEN OF IN EEN EERDER LEVEN, DEEL III

De beleving van de gemartelde en zijn geliefde(n).....	Pag. 4
De spiegeling van oerverlatenheid en verlichtingsdrang	Pag. 8
Omgaan met pijnervaringen van anderen:	Pag. 9
Mee-gevoel in relatie tot respect uitdrukken naar de oorspronkelijke andere aard van anderen:	Pag. 12
Meegevoel en karmische banden.	Pag.14
Auraveldverweving met geliefden en indrukverhogingen daaruit voorkomend.	Pag. 15
Ik-diffuusheid in relatie tot collectieve velden van lijden:.....	Pag. 17
Onzekerheid en ik-verzwakking.	Pag. 17
Uithoudingsvermogen in relatie toe langdurige intentie tot hulpverlening, met weinig tot geen zichtbaar resultaat op korte termijn.	Pag. 18
Voorbeeld van een verwerking van een trauma binnen een nieuw leven, van een marteling in een eerder leven, middels hereniging van oude banden.	Pag. 20
Lijden in relatie tot al of niet aandacht hiervoor krijgen vanuit het persoonlijke en of collectieve veld.....	Pag. 23
Genezing van het collectieve veld van martelingen.	Pag. 24
Het in leven houden van een gemartelde, tegen diens wens in, om bijvoorbeeld nog informatie uit hem te trekken.....	Pag. 25
De remming op de natuurlijke uiting van spraak bij gemartelden.....	Pag. 26
Invoelingsvermogen van teksten centraal te stellen om onderscheidingsvermogen in de therapeut te vergroten.	Pag. 26

Onnatuurlijke volgzzaamheid, in relatie tot vervolging en marteling van niet zelf doorleefde daden.....	Pag. 27
Verwachten van en verwachtingsloos zijn in relatie tot pijnlijke ervaringen.	Pag. 31
Schuldgevoel naar aanleiding van verlies van zelfherkenning middels indoctrinatie.....	Pag. 32
Overmatige belangstelling middels vragen stellen van de therapeut aan de gemartelde cliënt.	Pag. 33
Belangeloze liefde en lief-dadigheid in hulpverlening.....	Pag. 34
Vervuiling van de ether door inetsingen van zwaarwegend leed en het effect van de ontkenning van leed.	Pag. 35
Het aandikken van zelfervaren om te komen tot opluchting van trauma's.	Pag. 39
Onduidelijke voorgevoelens van naderend onheil en het achteraf hebben van schuldgevoelens van onvoldoende luisteren hiernaar.....	Pag.40
De hang van de gemartelde naar opluchting.	Pag. 41
Verrijking door ouderdom en vrijzetting hierdoor van oude niet verwerkte trauma's.....	Pag. 42
Bewegingsvrijheid van de gemartelde centraal stellen in relatie tot zijn verwerkingsdrang, in plaats van hem te vragen zich aan te passen aan dat wat anderen behoeven.	Pag. 43
Overgevoeligheid van de gemartelde naar voorwerpen en situaties die het oude trauma indirect doen herleven.....	Pag. 43
Vluchtelingencentra en vrijheidsdrang.	Pag. 45
Claustrofobie in relatie tot hulpverlening aan iemand die verhoord of gemarteld is geweest.	Pag. 45
Veranderende gezichtsuitdrukking van de cliënt tijdens therapie.	Pag. 46

Het plassen van de cliënt tijdens een sessie en drinken in verband met archivering van verwerking.	Pag. 47
Tijdelijke vergeetachtigheid na een sessie.....	Pag. 48
Hoe als therapeut om te gaan met een cliënt die lijdt aan schuldgevoelens vanwege loslippigheid, de druk van het collectieve veld en onmogelijke keuzes.	Pag.48
Omzichtig benaderen van trauma's zodat ze zich natuurlijk ontvouwen, in plaats van het doorprikken van deze trauma's.	Pag. 50

**Amersfoort, Instituut Atma,
Instituut voor Reïncarnatie- en Regressietherapie.
9 maart 1998**

De beleving van de gemartelde en zijn geliefde(n)

Marieke:

We gaan starten en ik ga mij afstemmen op mijn begeleiders en kijken wat vandaag aan de orde is. Ik heb net een vraag binnengekregen van één van jullie.

Ik herhaal de vraag:

Hoe is het voor mensen, die betrokken worden bij martelingen omdat geliefden van hen worden gemarteld en ook gedood, hoe beleven zij dat?

Dat gebeurt steeds meer in deze tijd. Ik kan voelen dat het goed is om daaraan vandaag aandacht te besteden. Mijn begeleiders verzoeken om daarmee te starten, ik vraag een paar minuten stilte. Het verbetert de concentratie op het onderwerp. Het is goed om aan te komen op deze plek en de reis hierheen achter je te laten.

Probeer in de stilte contact met jezelf op te bouwen op het niveau van lichaamssensitiviteit, wordt voelend bewust van je lichaamsgeaardheid. Voel hoe je ademhaling door je lichaam reist, je voeten geplaatst zijn op de grond, je lichaam zich bevindt in de ether. Voel je afhankelijkheid van de aarde en de ruimte waarbinnen je je bevindt. Jouw lichaamssensitiviteit is ook een uitdrukking van hoe jij je verhoudt tot de omgeving, waarbinnen je je bevindt. Dat is tevens de inleiding voor het onderzoek van vandaag omdat mensen, op basis van hun lichaamssensitiviteit, hun afhankelijkheid naar hun omgeving, gemarteld zijn, waardoor niet alleen hun uiterlijke ruimte maar ook hun innerlijke ruimte aangetast is.

Besef de vrijheid die wij hebben in het hier en nu. Als wij wensen, kunnen wij tastbaar liefhebben, kunnen we bewegen, opstaan van de stoel, de ruimte verlaten op basis van vrije keuze. Dat zijn zaken die iemand die gemarteld wordt niet kan. Wij mogen onze mening uiten en mensen kunnen daar soms verbaasd en afwijzend tegenover staan, maar zullen ons niet aantasten, zoals dat elders wel gebeurt. Dat maakt dat wij een

verantwoordelijkheid in ons meedragen voor de medemens, die niet in staat is zichzelf te bevrijden van aantasting, door invoegingen van anderen in zijn leven op een wijze, die hij niet kan overzien. Deze mens dient zich innerlijk vrij te maken, ondanks de aantasting. Wij zijn vrij zonder de aantasting. Voel nogmaals je lichaamssensitiviteit, laat het zijn in vrijheid. Kom dan op je eigen manier langzaam terug uit deze korte overdenking van je positie in relatie tot waar anderen vertoeven.

Ik wil graag openen met een stukje poëzie van mijzelf.

Soms is de tijd zo langgerekt

*Soms is de tijd zo langgerekt
en het hart zo vol van ervaren
dat de minuten te zwaar zijn om te verdragen.
Het teveel aan voelen maakt de tijd te krap.*

*O, breek mij uit dit te krappe omhulsel
nu er zoveel gaande is in mij
wat de tijd niet verdraagt.*

*Het lijkt alsof mijn lichaam vastgenageld is
op een spijkerbed van minuten
terwijl het hart wenst uit te breken en niet kan
omdat de ziel zijn aardse woning
nog niet mag verlaten naar tijdloos ervaren.*

*God, zie mij aan.
Wees met mij begaan.*

Mensen die gemarteld worden of in hun omgeving geliefden hebben, die gemarteld worden, zijn ook vaak aangesloten op zo'n gevoel. Je wilt de pijn van het moment

overstijgen en dat kan niet, want je dient er nog in te blijven. Er is geen opluchting in het vooruitzicht. Je kunt wel enigszins binnen een bepaalde marge leren om het te aanvaarden, maar daarmee is de pijn niet uit het bewustzijn. Uit bewustzijn is het alleen bij een uittreding wanneer je er geen lijfelijk contact meer mee hebt. Mensen beheersen soms technieken waarmee ze in half-trance of trance geraken en bij sterke pijnervaringen het lichaam op zielsniveau kunnen verlaten, middels uittreding. Veelal ontstaat half-trance zonder bewuste hantering van techniek. Het geschiedt als het ware onbewust.

Veel mensen zijn niet goed geïncarneerd. De ziel zweeft dan nog half buiten het lichaam. Op aarde kan je je nooit geheel losmaken van de pijn en soms ook het zelfbeklag, wat pijn achterlaat in jezelf. Het is heel natuurlijk dat mensen de hoop koesteren om van pijn verlost te worden. Vaak weten ze op een ander niveau, dat ze die pijn dienen door te dragen naar een hoger bewustzijnsniveau in zichzelf. Hierdoor wordt ondanks de pijnervaringen hun eigen innerlijke waardigheid niet aangetast.

Dat is een heel moeizame aangelegenheid en een innerlijke scholing die mensen doorgaan binnen bijzonder moeilijke omstandigheden. Vandaag gaat het over mensen die die scholing doorgaan, in het gemarteld worden van zichzelf of geliefden.

De vorige keer hebben we uitgebreid gesproken over allerlei vermoeidheidslagen, die in mensen actief zijn op diverse niveaus van bewustzijn. Hierdoor kan je ook als buitenstaander, in bepaalde mate zicht krijgen, op hoe diep de marteling het ik, de persoonlijke energie en de lichamelijke kracht van mensen heeft aangetast. We hebben gewerkt op het onderscheidingsvermogen daarvan.

Vandaag gaat het over wat het jou als mens doet als een geliefde diep lijdt. Dat is de aanvang op deze ochtend. Het werkt door in jou wanneer een geliefde gemarteld wordt. Je zult er ook herkenningpunten in vinden in jezelf, want als geliefden diep lijden, doet dat iets met jou.

Gemarteld worden is een lichamelijke en emotionele pijnervaring die van buitenaf aangezet wordt. Iemand die bijvoorbeeld op een ziekbed stervende is en tijdens het sterven folterende pijn doormaakt, daar kan je je wellicht net zo bewogen naar voelen als naar een geliefde die gemarteld wordt. Ook als iemand sterk emotioneel psychisch in

nood is en ongelooflijk daaraan lijdt, kan dat dezelfde bewogenheid in jou oproepen.

Datzelfde geldt ook voor mensen die incarneren met een diep lijden in zich. Vanaf de geboorte is er dan zo'n andersoortige ontwikkeling, met bijvoorbeeld psychische en/of pijnlijke mankementen in het lichaam. Als je kind dat heeft dan scheurt je hart.

Zie het niet te eenzijdig. Ik probeer het ruim op te zetten, zodat je ook op een ander niveau daar wat aan hebt, los van mensen die je gaat begeleiden, als omstander van gemartelden en zij die gemarteld zijn in dit leven of in een eerder leven. Het is wellicht ook voor de genezing van je eigen processen als je in een eerder leven zelf martelingen hebt ondergaan.

Het is belangrijk dat, wanneer de teksten je teveel worden, je bijvoorbeeld even zwaait met je hand. Ik bouw dan meer stiltes in zodat je ook in je eigen processen aangesloten blijft en niet half gaat uittreden. Na deze eerste algemene inleiding zal ik spreken over wat het doet als naast het martelen van een geliefde ook jij aan martelingen onderhevig bent, of dit gaat gebeuren. Het is een langzaam opbouwend gebeuren.

Vraag:

Zou je een algemeen kader willen aangeven waarbinnen martelen plaatsvindt. Ik bedoel het karmische stuk ervan, want je zei dat pijn een transformerende ervaring kan zijn. Wanneer het dat niet is, in een bepaalde optiek is alles precies dat wat het moet zijn. Er zijn allerlei mensen reuze ingewikkeld aan het martelen, omdat we dat nu eenmaal moeten doen in deze incarnatie, andere mensen moeten dat kennelijk ondergaan, wat nergens voor nodig is. Dat kader zou ik beter willen begrijpen.

Marieke:

Ik wil dat best doen, maar op een ander moment dan dit. Ik wil starten met de oorspronkelijke eerste vraag, dan kan ik wellicht op deze vraag vanmiddag in vraag en antwoord uitgebreid ingaan.

De spiegeling van oerverlatenheid en verlichtingsdrang.

Marieke:

Dus de gemartelde en zijn omgeving: in de diepste betekenis, spiegelt de pijnbelasting van de ander dat je herinnerd wordt aan je oorsprong, het verlaten van jezelf uit de oerkosmos. Pijn, in diepe geaardheid waargenomen bij een ander, roept altijd in omstanders de verlatenheid op afgescheiden te moeten leven van een groter kosmisch geheel en niet voortdurend contact met je bron te kunnen voelen. Daar staan we te weinig bij stil.

Als iemand heel diepgaand lijdt, spiegelt hij ons het lijden, dat we niet in staat zijn voortdurend in volledig bewustzijn te ervaren, dat we in een groter geheel opgenomen zijn. Die afgescheidenheid, die immense verlatenheid, spiegelt de ander. Het is de oerverlatenheid die middels de ander tot jou komt en binnen zelfherkenning ervaren wordt in die mate, dat je het durft toe te laten.

Tevens word je aangeraakt op diezelfde oorsprong, die in jou het verlangen heeft doen wakker maken naar heelheidservaring, die jouw evolutiedrang ook aanwakkert om uiteindelijk kosmisch doorlaatbaar heel te mogen worden, zonder belevingen van afgescheidenheid.

De uitdrukking van de ander maakt jou wakker binnen oerverlaten en binnen de hang tot een totaal verlichtingservaren. Dat krijg je op zo'n moment aangereikt. Het is zo veel omvattend, dat je daar menigmaal niet bewust mee in contact staat. Je lijdt versterkt, vaak onbewust, via de ander aan je oerverlatingsangst en dat versterkt ook je hang tot oplichting naar de verlichtingservaring toe, bijvoorbeeld juist door dat lijden te willen bestrijden.

Je kan het dan ook niet werkelijk aanvaarden, omdat juist door de niet-aanvaarding in zekere zin de evolutiedrang aangewakkerd wordt. Het is een gigantisch kosmisch spel dat op dat moment met jou uitgevoerd wordt, want de verscheurdheid is allesomvattend. Daardoor kan er steeds meer kosmische energie in jou indalen.

Iemand die stabiel in evenwicht is, heeft een aaneengesloten persoonlijkheids-structuur, waar weinig frictie in is. Iemand die verscheurd wordt vanuit het hart, wordt opengetrokken, haast tegen zijn persoonlijke wil in. Die wordt doorlaatbaar voor allerlei invloeden die hij normaal buiten zich zou kunnen houden, maar op dat moment niet.

Je wordt daarmee ook meer kosmisch doorlaatbaar en het is aan jou en jouw ontwikkelingsstructuur waar dat toe leidt. Een gevoel van opengescheurd worden is altijd een enorme stap naar een nieuwe ontwikkeling toe. Je wordt menselijk zo bewogen in uitersten, dat je dat in je hele leven nooit meer kan ontkennen.

Het verlangen naar heelwording drukt zich ook uit middels de aandacht naar die ander toe gericht. Door jou opengescheurde hart word je bewogen naar die ander toe, waardoor je die ander ook aanwendt op een spiritueel niveau van bewustwording. Doordat je de ander genezing toewenst wil je ook indirect via de ander geholpen worden om die heftigheid van die oergevoelens, het oerverlaten zijn en de verlichtingsdrang, te mogen loslaten.

Er is niets op tegen om dat verlangen te hebben en dat het ook via de ander verloopt, mits je wezenlijk liefdevol je tot de ander richt vanuit bewuste empathie. Het leven biedt jou je leerschool aan, dus ook de zaken die in dat leven actief zijn, zijn aangesloten op jouw proces. Het is ook goed om je te realiseren dat het zo werkt en dat je daar ook een persoonlijke verantwoordelijkheid in dient uit te dragen naar dat gebeuren van die oerverlatenheid en die verlichtingsdrang. Niet alleen dus naar de ander toe, maar vooral ook naar jezelf.

Omgaan met pijnervaringen van anderen:

Zelfbewustzijn wordt ook zeer gespiegeld door de aanwezigheid van de ander en het lijden dat binnen die ander plaatsvindt. De wijze waarop je dat al of niet open van hart tegemoet kan treden geeft iets aan van je eigen gesteldheid. Zo is het een gegeven dat wanneer je iemand in ernstige pijn ziet, je de reactiepatronen van mensen in de omgeving naar zo iemand toe gemakkelijk kunt waarnemen. Jij weet jezelf dieper te zien in relatie tot een ander die lijdt, hoe bang je daar voor bent of juist niet, of je hulpvaardig kan zijn of juist niet. Worden er allerlei emoties direct in jou opgestuwd of

kan je vanuit een bepaalde mate van stilte aanwezig zijn, waarin de ander toe mag schieten. Al die processen van gewaarwording zeggen iets over je zelf.

Het verlangen om aanwezigheid uit te beelden naar de ander toe is ook het verlangen van samengaan in een proces, waarin beiden waardig zichzelf gevoelsmatig mogen uitdragen, in relatie tot wat het proces vraagt. Als je een sterk verlangen hebt om bij iemand te zijn die in een diep lijden gevat is, wens je de ander in waarde te verstevigen tijdens het lijdensproces. Doordat jij je niet afwendt en aanwezig durft te zijn, waar pijnen actief zijn, kan de ander zichzelf dieper ervaren in de pijn. Als men in een omgeving collectief pijn wenst te vermijden, dan is het voor degene die lijdt moeilijk om vanuit een wezenlijk zelfbesef het lijden door te gaan.

Ik ben ervan overtuigd dat ook binnen stervensprocessen, waar lichamelijk en psychologische pijn actief is, mensen veel meer lijden omdat de omgeving pijn niet kan tolereren als een onderdeel van een proces om tot zelfbewustzijn te komen. Lijdensprocessen worden daardoor versterkt. Om die reden wordt er ook vervroegd om euthanasie gevraagd omdat men zichzelf niet lijdend durft te tonen aan de ander. Men kan vaak de pijn van anderen, omdat zij lijdt, niet verdragen.

Als ik pijn heb en de ander lijdt er hevig onder, ga ik mij haast generen voor mijn pijn. Het is heel moeilijk om dan in mijn eigen waarde mijn pijnen te doorstaan. Ik wil de ander behoeden voor mijn pijnindrukken. Als ik in staat ben iemand die lijdt op een rustige manier de hand te geven en aan een bed te zitten, zonder in te dringen, tegelijkertijd in contact te blijven met wat het mij doet dat die ander lijdt, dan hoef ik die ander daarmee niet te belasten.

De ander is dan bijvoorbeeld in een stervensproces, veel vrijer om te mogen gaan wanneer het hem belijft. Hij kan het etherische energielichaam makkelijker loslaten van het stoffelijk lichaam. Ik heb gewerkt met euthanasievraagstukken en verschillende beelden zijn mij bijgebleven. Ik kreeg twee beelden te zien rondom het sterven van mensen die pijn hadden, lichamelijke pijn tijdens het sterven. In een van die beelden legde de vrouw van een man, die stervende was, haar hoofd heel lief en zacht op het hart van de man. Daar zat geen wenskracht in om hem te laten blijven. Ze wilde natuurlijk wel dat hij bleef als dat kon maar er zat geen drang meer achter. (Het is heel begrijpelijk als je dat nog wel hebt die drang.) Ik kon zien in dit geval dat hij weg kon gaan door de

liefdevolle toe reiking van haar naar hem toe en zijn lijden hierdoor verkort werd.

Op een ander niveau heb ik beelden gezien van mensen, die de stervende zo nodig hadden, in verband met eigen emotionele processen die onverwerkt waren, dat de ander niet kon gaan. De stervende bleef onnodig lang in pijnprocessen gevat en tolereerde dat lijden steeds, om de ander nog maar niet op die verlatingsangst aan te spreken in de laatste fase.

Zo ligt dat op meerdere niveaus. Als ik mijn pijn niet los kan maken van de ander, omdat ik de ander zo nodig heb, dan is de ander niet wezenlijk vrij te gaan wanneer hij dat verkiest. Dat geldt ook voor scheiding en andere processen waarin je dient te leren loslaten.

De pijn aantasting van de ander is een fenomeen waarin je dus jezelf tegenkomt. Deze indrukken van buitenaf kunnen je ik-gevoeligheid aantasten. Een voorbeeld: als je dagen achter elkaar kiespijn hebt als symbool dat je herinnerd wordt aan lijden dat zich buit jou afspeelt, dan kan je niets meer verdragen.

Je komt op een ander niveau je eigen geaardheid tegen. Zolang je lijf functioneert kan je meer verdragen. Als je lijf niet functioneert word je gevoeligheid naar de omgeving vele malen groter, of juist niet. Als pijn, ook psychologische pijn, heel belastend is kan je niet meer ver weg voelen, dan wordt alles heel kleinschalig dichtbij gevoeld en op een kleinschalig niveau heel erg irritant. De ver-weg indrukken zijn niet meer haalbaar.

Bij een bepaalde pijnbeladenheid, waarbij je heel transparant wordt en heel ijl door de pijn, wordt juist de omgeving ver-weg al als zeer storend ervaren. Je ziet bij mensen die sterven en pijn hebben, dat het voorbij rijden van auto's op straat niet meer verdragen wordt. Het zijn voor hem of haar kleine bombardementen die voorbij gaan. Het is maar net hoe de geaardheid van de pijn is wat dat met je doet, binnen de sensitiviteit van je lichaam en geest.

**>Mee-gevoel= in relatie tot respect uitdrukken
naar de oorspronkelijke andere aard van anderen:**

Mijn begeleiders gebruiken vaak taal die niet in onze woordenboeken staat. Er glijden regelmatig woorden naar buiten, die taalkundig niet verantwoord zijn binnen de huidige taalontwikkeling. Mijn begeleiders doen dat opzettelijk omdat onze taal te gevoelsarm is. Veel talen zijn gebaseerd op overlevingsdrang, niet op uitdrukking van diepere gevoelens. Een van mijn opdrachten is nieuwe taal te creëren. Er zullen af en toe woorden bij zijn die je nog nooit hebt gehoord.

De woorden die ik nu hoor hebben te maken met mee-voelen. Het mee-gevoel, doordat je in een omgeving vertoeft waar lijden actief is, op een bijzondere wijze van oorspronkelijk zijn van de ander.

Ieder lijden in ieder mens wordt anders beleefd. Dat dien je altijd in de gaten te houden, scheer het nimmer over een kam. Als je kiespijn hebt voelt dat anders dan bij je buurvrouw. Als jij gemarteld wordt, geeft dat een andere pijnindruk dan de ervaring van de ander met misschien precies dezelfde martelwerktuigen. Het mee-gevoel dat je hebt naar een ander toe wordt daarom gekleurd door je eigen intensiteit van belevingsaard. Sommigen kunnen heel ver uitreiken in mee doorvoelen, wat de ander beleefd heeft. Anderen dienen bijna na de eerste seconde af te haken, omdat er amper herkenningsgrond is op het gebied, waarin de ander lijdende is.

Dat maakt dat, als jouw mee-gevoel tot de ander verstoord is, op basis van onkundigheid van ervaring hierin, dat je de ander van respect dient te voorzien, ondanks dat je te weinig herkenningsindrukken in jezelf hebt, waaruit je van nature respect aan een ander kan betonen.

In het algemeen is het zo dat je mensen respecteert die iets soortgelijks hebben meegemaakt als jij, want middels de ander honoreer je indirect je zelfrespect. Het respecteren van een ander, die iets wezenlijks heeft meegemaakt wat je niet kan herkennen, kost bij veel mensen moeite. Vaak zie je dat mensen die op vele gebieden zijn geschoold in innerlijke ontwikkeling, op basis van die ervaring, respect kunnen

betonen aan anderen, die andersoortige ontwikkelingen doorgaan. Je weet dan vanuit jezelf hoe breed dat spectrum is, dat je dat niet allemaal in een keer kan belopen. Iemand die zich kleinschalig, eenduidig ontwikkeld heeft, voelt door het tekort aan herkenning menigmaal een bepaalde afstand tussen hem en anderen met een ander scala aan ontwikkelingsmogelijkheden.

Als het jezelf overkomt dat je geen respect voelt vanuit een natuurlijk drang in jezelf, naar de ander toe gericht, wees dan niet bevreesd maar accepteer het tekort aan respect. Wanneer je een tekort aan innerlijk respect naar je zelf toe ontwikkeld hebt, dan is er ook veelal een tekort aan respect betonen naar een ander actief. Hoe moet je respecteren als je je eigen ik nog niet wezenlijk gerespecteerd hebt. Een gezonde ik-ontwikkeling maakt dat er een geaccepteerde uitdraging actief is van wie je bent, ongeacht wat. Dat is de voorwaarde om de ander respectvol te kunnen ontmoeten in acceptatie.

Wanneer je therapie geeft en je mist acceptatie voor een wezenlijk proces van de ander, schrik dan niet, maar zie het op dat moment als een weg in ontwikkeling voor jou. Als je daar lief voor kan zijn en jezelf bemoedigen, vanuit meer acceptatie je zelf aan te zien binnen de imperfectie van het mens-zijn, daar lijden we allemaal aan, dan heb je vervolgens meer ruimte naar de cliënt toe.

De ontwikkeling van het mee-gevoel is afhankelijk van je eigen gesteldheid. Je eigen gesteldheid dien je te respecteren, of je ruimte hebt naar anderen of dat je overvol bent door je eigen processen in het leven, waardoor je geen ruimte hebt mee-gevoel te creëren. Dat kan ook aan de orde zijn, dat je van nature wel meegevoel hebt, maar doordat je eigen leven zich zo nadrukkelijk vorm geeft, er geen ruimte is voor meer zelfbesef, in relatie tot anderen.

Wie overvol is kan niet nog meer geven, je moet eerst leeg raken, voordat er ruimte is voor zelfontwikkeling in zichzelf en middels anderen.

Het verlangen om meegevoel te hebben siert de mens. Dat is een eigenschap die veelvragend is, maar sterk innerlijke ontwikkeling doet aanwakkeren, omdat de mens daarmee bereidwillig spiegelingen middels anderen aanvaardt.

Een natuurlijk ontwikkeld meegevoel is een garantie voor een snelle innerlijke

ontwikkelingsdrang. Het gaat vaak op een zachtere wijze, dan bij mensen die zich voortdurend afzetten naar het ontwikkelen van meegevoel naar derden.

Meegevoel en karmische banden.

Het meegevoel is sterk ontwikkeld binnen bijvoorbeeld een partnerliefde of binnen liefde van ouders naar kinderen. Er zijn al veel karmische banden door de tijd heen geschapen, waardoor er al een diepe ontwikkeling gaande was op gevoelsgebied naar positieve en soms ook minder lieve ervaringen. Daar liggen al sterke karmische indrukken. Als in een dergelijke situatie martelingen plaatsvinden, wordt iemand aangesproken op meegevoel. Wat ik daarmee bedoel uit te drukken is, dat de verankering van de band met de ander in zekere zin al tijdeloos is geworden.

De banden zijn zo oud, dat bestiert niet alleen het huidige leven, maar dat rakelt ook oude energiepatronen op die al karmisch verbonden zijn met die relatie. Als vandaag een geliefde van mij gemarteld wordt en ik heb al meerdere levens met deze persoon geleefd, dan zal door die martelervaring van deze geliefde persoon, ik ongemerkt aangeraakt worden in veel diepere lagen dan mijn hier en nu besef van dit leven. Je wordt in een diepe oorsprong aangeraakt.

Dat houdt ook letterlijk in dat mijn ontmoetingen met mensen in dit leven, die betrokken waren bij martelingen van mij in een eerder leven, ik ook buitensporig diep aangeraakt kan worden op niet verwerkte gevoelens van toen. Deze gevoelens kunnen bijvoorbeeld zijn verlatingsangst, verguizing en nieuwe angsten om aangetast te worden. Als het een heel fijne relatie is geweest, is het mogelijk dat ik mij tijdelijk zonder die relatie onveilig voel in de buitenwereld.

Ook is het zo, dat als je een kind baart waarmee je oude banden hebt, en het kind heeft martelingen ondergaan in een eerder leven, dan weet je dat heel onbewust. Je lichaam is in lichaamssensitiviteit aangesloten op de hulpverlening aan het kindje dat hier incarneert met een niet verwerkte martelervaring. Je zult automatisch het kind anders aanraken dan andere baby's, die bij jou geboren worden en die minder belast zijn. Je hele gestel wil dan die belasting, waarmee zo'n kindje incarneert, op een heel zachtgeaarde wijze opheffen.

De gevoeligheid tussen karmisch verbonden personen maakt menigmaal dat je elkaar hulpvaardig benadert ten aanzien van de opheffing van die gesteldheden, die nagelaten zijn in jou of de ander middels onverwerkte ervaringsindrukken.

Wanneer je personen ontmoet die nadelig bijgedragen hebben aan jouw ontwikkelingsweg en wellicht letterlijk jou gemarteld hebben of aangegeven hebben voor martelpraktijken, dan zal je daar ongemerkt schrikachtig mee omgaan.

Het gebeurt dat mensen direct al schrikken bij de eerste ontmoeting, gewoon omdat oude karmische banden weer gevoeld worden. Je bent onberedeneerd bang en je kunt niet verklaren waarom. Aan enkelen is het gegeven om er achter te komen. Het mooiste is als dat van twee kanten bevestigd kan worden. Als dat niet het geval is, ga dan serieus om met die reflexmatige angst. Er zit vaak een heel diepe boodschap onder, voor dit leven of een eerder leven. Al weet je daar de kleuring nog niet van, wees oplettend.

Er zijn mensen die bij de ontmoeting van iemand, die ze in dit leven verkracht heeft, op het eerste moment van ontmoeting toen er nog niets aan de hand was, een grote angst gevoeld hebben. Het is heel belangrijk alert te blijven naar primaire belevingen in jezelf. Je kunt er dan later achter komen of je projecteert. Dat is een mechanisme wat je vooral niet uit het oog moet verliezen.

Het thema mee-gevoel hebben we net besproken. Ik ga nu over naar een ander deelgebied.

Auraveldverweving met geliefden en indrukverhogingen daaruit voorkomend.

Sommige mensen zijn zo verwant aan elkaar, dat de auravelden indirect met elkaar verweven zijn. Als je vijftientwintig jaar bij je partner in bed ligt, gebeurt het dat je auraveld 's nachts verweven raakt met het auraveld van je partner. Je auraveld kan nu eenmaal ruimer zijn dan vijftientwintig centimeter om je heen. Als die auravelden steeds 's nachts in elkaar glijden en je partner overkomt iets vreselijks, duizend kilometer van je verwijderd, dan kan de doorseining hiervan letterlijk plaatsvinden tot in je auraveld toe

door de afstemming die zich in jaren gevormd heeft. Zo geldt dat ook tussen ouders en kinderen als er sprake is van een diepe liefhebbende band in combinatie met een sterke sensitieve geaardheid. Zo gaat dat ook ten aanzien van geliefden en kameraden waar je veel om geeft. Heel onbewust word je aangesproken middels diepgaande ervaringen van hen naar jou.

Een vriendin van mij is zeer helderziend, zij doet hetzelfde type werk als ik. Zij heeft ooit, terwijl zij niet wist dat ik in regressie was tijdens een reïncarnatie sessie, waarin ik zelf martelingen herbeleefde, mij op afstand begeleid. Ze zei, ik moest gaan zitten en stil worden omdat ik wist dat je door een vreselijk stuk heenging. Ze zat echt honderd kilometer verder en wist niet van mij dat ik daarmee bezig was.

Als ik lijd zullen mensen, die er echt mee verbonden zijn, soms bewust, soms onbewust dat weten. Andersom geldt dat ook, als ik ruimte heb voor diep doorvoeld voelen, ben ik er soms ongemerkt op anderen aangesloten. Als ik vol van andere ervaringen ben, is er te weinig ruimte en kan ik het niet doorleven. Het is afhankelijk van mijn gesteldheid op dat moment hoeveel ruimte ik heb voor ontvangst.

Mensen die weinig ik-identificatie hebben kunnen heel nadelig, langdurig last hebben van gevoelens die haast voelen als transplantaties van bewustzijn van derden, die lijden in hun systeem. Ik zal het langzaam herhalen, het zijn moeilijk compacte zinnen.

Als je weinig ik-kracht kent en je bent bewogen aangesloten op anderen, kunnen de levens van anderen die gevoelsbelevingen die daar actief zijn, heel makkelijk insluipen in jouw auraveld. Je hebt geen gezond ik en daardoor te weinig begrenzing, waardoor de indrukken niet geweerd kunnen worden en direct worden toegelaten. Als je dan iemand in je omgeving hebt, die voortdurend depressief is, dan word je mee depressief. Als iemand heel onrustig is in zijn gedragingen en je hebt geen gezond ik, dan word je automatisch ook meer onrustig.

Als een geliefde van jou wordt gemarteld en je hebt weinig ik-besef, dan lijd je op afstand ongelooflijk diep aan de marteling van de ander. Dat laat niet registreerbare indrukken achter in jou. Die kan je pas scheiden, nadat er herkenning heeft plaatsgevonden van wat er geschied is. Dan heeft het een naam, je kunt het benoemen

en je kunt het weer uit je zelf plaatsen.

Ik-diffuusheid in relatie tot collectieve velden van lijden:

Mensen met een hoge mate van ik-diffuusheid, zoals je dat ook in de psychiatrie tegenkomt, lijden vaak onnoembaar veel. Ze zijn al heel gevoelig voor het lijden in het algemeen, maar met namen staan ze daarin extra open het lijden van geliefden en verwanten. Bovendien zijn ze haast naadloos aangesloten op het thema van oerverlatenheid omdat het ik zo onbegrensd is. Dat is een kosmisch begrip, voortkomend uit de hang tot onbescheidenheid. Als je eenmaal in die oerverlatenheid je pijn doorgaat is dat heel zwaar lijden.

Je bent dan haast met het lijden van de wereld en van de mensheid verbonden. Je kunt jouw persoonlijk ik-lijden en het lijden van de mensheid niet meer scheiden. Alle therapie dient erop ingesteld te zijn dat die persoon zich weer als een ik mag gaan differentiëren, waardoor hij losgekoppeld mag worden van dat oerverlaten voelen, van die oerpijn. Dat is emotioneel haast niet te dragen. Als je daarin zit, dan wil je gewoon dood. Veel zelfdoding komt ook voort uit dat men het ik niet kan grondvesten.

Onzekerheid en ik-verzwakking.

Iemand die ik ken heeft zelfmoord gepleegd, een bijzondere vrouw, een mooi mens maar heel onzeker. Onzekerheid kan een geaardheid zijn waarin je voortdurend je eigen identiteit afbreekt, omdat je te weinig durft te rusten in wat er al mag zijn. Je durft jezelf niet te benoemen, gewoon puur voor wat het is. Je wilt je aanpassen aan wat anderen kunnen.

Er zijn altijd mensen die dingen anders kunnen dan jij, je denkt dan dat het beter is en je gaat vergelijken. Maar vergelijking leidt nergens toe, jij bent jij, de ander is de ander, ieder is uniek in zijn soort. Onzekerheid is een gesteldheid waar je voortdurend aan lijdt omdat je je ik niet durft te bevestigen, terwijl het van oorsprong meegegeven is aan jou. Ik schreef naar aanleiding van deze zelfdoding:

AOnzekerheid is voor velen een dodelijke ziekte omdat het ik hierdoor nimmer tot volle wasdom kan herrijzen. Het doodt de eigen moed om zich zelfstandig uit te drukken

waardoor het ik steeds meer wegwijnt vanuit een tekort aan uniek zelf-besef.@

Dat is voor jullie ook ontzettend belangrijk als therapeut. Overal waar een tekort aan ik-besef is, is dat haast het hoogste item waar je aan kunt werken. Onzekerheid, is een soort dodelijk sluipende ziekte. Realiseer je, je bent geschapen en dus mag je er zijn, anders was je er niet. Dus op zich is dat niet het vraagteken, maar dat wordt het vraagteken als je daar niet in durft te berusten. Wij lijden natuurlijk allemaal aan kleine en grote onzekerheden, maar overal waar nog onzekerheid is, is risico voor verzwakking aanwezig.

**Uithoudingsvermogen in relatie toe langdurige intentie tot hulpverlening,
met weinig tot geen zichtbaar resultaat op korte termijn.**

Het kortdadige optreden naar mensen toe geeft menig mens het gevoel dat hij een wezenlijke bijdrage gedaan heeft of heeft gegeven aan het lijden van anderen. De kortdadige daad is een vorm van functioneren dat velen nog kunnen. Maar het langdurig aanwezig zijn bij iemand die lijdt zonder dat in daadkracht om te kunnen zetten op een niveau waarin het lijden van de ander snel zichtbaar, wezenlijk afneemt is een belastende omstandigheid voor degene die verbonden is met het zielenleed van een ander.

Wat ik hier schets is het volgende. Als iemand in nood is en je kan handelen, is dat vaak voor jezelf een opluchting, want er verandert iets en jouw aangeraaktheid kan afzwakken. Wanneer iemand heel diepgaand lijdt, zo diep dat de ziel daardoor aan alle kanten aangeraakt wordt en je kan niets doen of maar heel weinig en jij blijft aangesloten op het lijdensproces van de ander, dan is dat een veelvragende vermoeiende omstandigheid voor jou. Er zit een groot verschil in. Ook voor de hulpverlener.

Kijk naar de omstanders hoe ze erin staan. Kunnen ze wat doen, of kunnen ze niets doen. Want wie kan handelen, heeft ontluchting van de eigen pijn daarover en wie moet toezien lijdt dieper door het lijden van de ander. De mate waarop je kan doorvoelen hoe de ander lijdt, zegt ook iets over de gronding van jouw bewogenheid.

Als ik in de diepte kan aanvoelen hoe sterk de ander verwond is, dan zal ik in mijn

bewogenheid een veel dieper geaarde bewogenheid kunnen uitdrukken, dan wanneer ik daar totaal geen bemoeienis mee heb en geen invoelingsvermogen naar ken.

Ik kan mij snel ontladen van die bewogenheid. Als ik diep bewogen ben, kan ik niet deze ruimte uitlopen en vervolgens iets doen alsof het helemaal niet bestaat heeft.

Bij een mens waarbij ik wel voel dat er iets speelt maar er is geen diepe karmische zieleband en ik ben er minder persoonlijk bij betrokken et cetera, kan ik terwijl de ander lijdt wellicht wèl zo de kamer uitlopen en even iets gaan doen ter ontluchting van mijzelf.

Iemand waar ik heel veel van houd, waarmee langdurige, grote karmische banden zijn, daarvan kan ik mij niet zomaar afwenden en doen alsof het mij niet raakt. Mijn uithoudingsvermogen naar de ander toe, de aarding van het uithoudingsvermogen heeft dus te maken met hoe diep bewogen, langdurig ik verbonden ben met processen van de ander.

Dit kan soms door levens heen zijn, vanuit een innerlijk weten van het hoe en waarom, waardoor ik die bewogenheid ook nooit zal veinzen, maar wezenlijk waar presenteer in de buitenwereld. Dat houdt zelfs in dat, al zou ik in dit leven met die ander nooit geaard zichtbaar contact meer hebben op een feitelijke wijze, ik onbewust toch aangesloten blijf op dat leringsproces van de ander en hem op afstand van genezing voorzie.

Andersom kunnen anderen dat ook naar mij toe hebben. Ik ben ervan overtuigd dat een aantal mensen waar ik diep diep van hou, ondanks dat ik ze feitelijk al in geen jaren meer zie, dat op het niveau van de nachtelijke uittredingen al die contacten nog behulpzaam naar elkaar toe actief zijn en dat ik mijn aura-veld ook daartoe leen.

Hierop terugkomend het volgende. De persoon die te kort ik-besef heeft en daarnaast diep doorvoelt contact heeft met de lijdensgesteldheid van de ander bij martelingen, kan niets doen. Alleen maar afwachten, die lijdt het diepst als omstander.

Het kan in je belevingswereld een chaos worden als je dit lijden van de ander zo diep ervaart. Je zit dan zo over het lijden van de ander in, dat je het zelf bijna als een marteling ervaart.

Pauze

**Voorbeeld van een verwerking van een trauma binnen een nieuw leven,
van een marteling in een eerder leven, middels hereniging van oude banden.**

Ik ga nu kijken naar het volgende. Wat gebeurt er als jij-zelf gemarteld wordt, naar aanleiding van het feit dat de ander reeds gemarteld wordt. Bijvoorbeeld de partner is opgepakt, wordt gemarteld, ze krijgen uit hem te weinig informatie los en pakken jou om via jou van extra informatie voorzien te worden. Of als het niet eens gaat om extra informatie door te geven, maar omdat men gewoon genotvol jou wenst te martelen in de hoop dat jouw partner doorslaat, dan gebeurt er dus heel veel met jou.

Ik krijg op dit moment geen doorgevingen, maar innerlijke beelden te zien uit mijn verleden. De begeleiders verzoeken mij ze te omschrijven. Ik heb in dit leven zelf kortdurend een relatie gehad met een man. Wij hebben in een eerder leven een uitstekend huwelijk gehad met een jong kind, een dochtertje, en wij zijn beiden in dat leven opgepakt, omdat we vluchtelingen verborgen. Wij zijn beiden gemarteld in ruimtes naast elkander en met name ook in dat leven aan de geslachtsorganen.

Wij zijn daar beiden aan overleden, hij eerder dan ik. Ik heb dat ook gehoord dat hij overleed, dat wil zeggen de klanken sterven dan weg en je kon invullen wat dat verder betekende. Ik ben kort daarna zelf ook aan de martelingen overleden. De her ontmoeting in dit leven was heel bijzonder van aard. We hebben elkaar, om dat oude trauma los te maken, ongelooflijk kunnen helpen in het korte halfjaar van contact. Op het gebied van onze seksualiteit, wat heel bijzonder was, maar ook door onze vaardigheden die wij allebei als therapeut hadden, waardoor wij elkaar ontzettend hebben kunnen steunen in het losmaken van dat trauma.

Voor mij was dat in die tijd heel belangrijk omdat mijn onderste chakra's heel open dienen te zijn vanwege het bewust herkennen van indaling van energieën. Dus een geblokkeerde basis-chakra of een geblokkeerd heiligbeen chakra geeft een tekort aan doorlevingskracht van energiestromen met informatie daarin, een tekort aan aarding van wat er met mij gebeurde.

Wanneer ik met hem erotiek beleefde, dan lag hij soms een half uur daarna na te

klapperen met zijn bekken, van de hoge energieën die hij via mij te verwerken had op het gebied van losmaken van dat trauma. Hij was voor een deel in dit leven ook impotent geweest, door het trauma van de martelingen van toen. Ik had voor wat mijn trauma betreft, daar al eerder diep mee gewerkt, dus ik had al wat ruimte. De relatie verdiepte de eerdere verwerkingen.

Een andere bijkomstigheid was, dat toen het trauma geschoond was bij ons beiden, de relatie ook afgelopen was. Heel pijnlijk. In de laatste intieme ontmoeting die ik met hem heb gehad, was ik op dat moment en in de veronderstelling dat wij niet uit elkaar hoefden te gaan. In zowel de erotiek als wel in de healing die ik met mijn handen gaf daarna werd zijn lichaam volledig vrijgezet. De beelden van de martelingen van weleer trokken door mij heen. Zijn lichaam ging nog sterker klapperen, vooral zijn bekken door de loslating van de energieën van het trauma. Het leek alsof in mijn benen buizen aangebracht werden om af te voeren, waar zo de energie door stroomde en ook ik begon met mijn hele lichaam te schudden. Grove tot hele fijne trillingen golfd door mijn hele lichaam heen. Dat heeft wel een half uur á drie kwartier geduurd en op het moment dat dat aan ging vangen toen wist ik: nu dien ik hem los te laten. Het is schoon, het is klaar en wij moeten beiden los van elkaar verder.

Ik geef je daarbij eigenlijk alleen maar het voorbeeld mee van hoe sterk zielen die iets traumatisch meegemaakt hebben tot elkaar aangetrokken kunnen worden ter genezing van een trauma. Voor hem en voor mij was dat een heel belangrijke ontmoeting. Niet gemakkelijk want ik werd regressiematig heel erg open voor die nare beelden en herinneringen, dus ik moest er wel door.

Hij met zijn gesteldheid die zeker een grote openheid had, maar wat minder direct voor de beelden, werd in de verwonding van de seksualiteit, van dat trauma op deze manier ook afgeholpen. De nieuwe ervaringen hielpen hem om daar doorheen te kunnen. Dan vind ik dat ook een genezing vanuit een gunst van de kosmos, dat je dat op zo'n manier met elkaar door mag gaan. Nu ik dit verteld heb, vermoed ik dat ik nu wel teksten ga krijgen, maar dit lag er voor.

(Marieke stemt zich af)

Nee, de begeleiders zijn nog niet tevreden. Ik ga even kijken wat ze verder willen.

't Is aller schattigst. Ze zeggen dat het hen tot tevredenheid stemt, dat ik nog steeds een

open contact met deze man heb en dat we nog steeds behulpzaam zijn naar elkaar. Weliswaar niet meer middels erotiek, maar om elkander te ondersteunen in levensprocessen van diverse geaardheid.

Ze willen dat jullie zelf stil worden en zelf even in eigen persoonlijk contact komen met dit thema. Niet met wat ik daarin doorgedaan ben, maar met jullie thema. Even stil blijven staan bij personen die jouw pad doorgekruist hebben met de intentie iets op te lossen in jou en in hen zelf. Dat verdient eerbiediging in wat dat teweeggebracht heeft in jou. Willen jullie even binnen kijken in jezelf om dat gevoel te aarden. Hoe dieper je vanuit respect dat in je eigen leven hebt toe kunnen laten en kan doorzien wat dat voor jou betekend heeft, hoe wezenlijker je ook je eigen contact kan ervaren wat dat voor de ander inhoudt op het moment dat jij die bemiddelende functie uitoefent. Als je dat voor jezelf niet honoreert wat je daarin hebt mogen meemaken, dan degradeer je voortdurend jouw hulpverleningscontact aan de ander en ook andersom. Daar is dit moment voor bedoeld.

Het is ook wel een moment voor dankbaarheid. Als je kan terugzien op wie je vaak binnen moeilijke omstandigheden hebt mogen ontmoeten, dan kan je toch zien dat trauma's die vast zijn blijven zitten uit eerdere levens, middels contactleggingen toch opheldering gebracht hebben. Daardoor ga je uiteindelijk transparanter functioneren. Ongeacht wat de uitkomst is van de ontmoeting met een dergelijk persoon, de veelvragendheid van de processen die daarmee opgeroepen worden heeft een hoog genezende uitwerking op je.

Een voorwaarde is vaak dat je het proces ook durft los te koppelen van die persoon. De persoon is haast een pion in het grote hemelspel dat jou tot overgave aanzet de oude verwondende structuren in jezelf los te laten. Het is heerlijk als je daarnaast met die ander ook iets anders hebt dan dat die alleen maar een pion is in het grote hemelspel, maar dat is niet altijd gezegd. Dus toch dankbaarheid naar de ander, die het er vaak ook niet gemakkelijk mee heeft om dat soort functies uit te beelden in jouw leven.

**Lijden in relatie tot al of niet aandacht hiervoor krijgen
vanuit het persoonlijke en of collectieve veld.**

Het langdurig in contact staan met degene die lijdt, terwijl je betrokken raakt in dit soort

lijdensprocessen, niet alleen middels het geven van aandacht aan deze andere mens of meerdere mensen, maar daar zelf ook in betrokken wordt, is verscheurend en veelvragend van aard.

Je wenst wederzijds elkander te bemoedigen en te ondersteunen, maar je wordt daar door de buitenwereld van afgehouden. Wanneer iemand waar je van houdt gemarteld wordt in hetzelfde tijdperk als jij, dan ben je door je eigen leedervaring, niet vermogend om op dat moment ook uit te gaan naar de ander en de ander niet naar jou. Dus je wordt doortrokken van een enorme verlatingsangst.

Je bent niet in staat om uit te spreken wat je beroert. Als je dat zou doen, zou dat niet worden gehoord want de omstanders zijn daar helemaal niet naar gericht en zullen dat eerder desastreus ombuigen dan positief oprichten.

Er is dus te weinig belangeloosheid van anderen naar jou toe gericht waardoor jouw lijdzaamheid (wat ik ook een bijzonder woord in deze context vind, want jij lijdt ook in het samenzijn met anderen) niet gedragen wordt door een collectief gemiddelde. Wat ik daarmee bedoel is dat het collectieve veld, de mensenmassa waarbinnen jij je bevindt, te weinig oprichtend van aard is om dit lijden te voorkomen.

Je bevindt je dus in een bepaalde gemeenschap waar het collectieve veld onvoldoende krachten gebundeld heeft om dit lijden te keren. Dat kan in een bepaalde kleinschalige gemeenschap gebeuren maar ook op bijvoorbeeld provinciaal- of landniveau. Soms worden mensen gemarteld in een huisgezin en in de straat is het collectieve gemiddelde niet hoog genoeg om te weten dat het geschiedt. Soms wordt een hele groep mensen, zoals in de geschiedenis de Katharen, gemarteld en is men in het collectieve veld niet voldoende geschoold om dat te keren.

Het heeft altijd te maken met een collectief veld dat onvoldoende bemiddeld is om deze zaken te voorkomen. Je voelt je dan verlaten door de gemeenschap waarbinnen je verblijft op momenten dat jij aan martelingen onderhevig bent. In deze situatie voel je de martelingen heel diep.

Wanneer twee mensen gemarteld worden die met elkaar verbonden zijn, maar binnen het collectieve veld is een groep mensen actief die bereidwillig is om daar geestelijk open ondersteunend contact mee te onderhouden dan wordt het lijden al iets verzacht.

Wanneer je door een gemeenschap echt uitgestoten bent en er is geen groep mensen die een bewogen hart naar jou toe heeft, dan wordt dat oerverlaten zijn op diep niveau in je aangewakkerd. Hier heb je fases van lijden in. Dat is het doel van deze channelingen, zodat je steeds genuanceerder kan gaan doorzien hoe diep het lijdensproces van iemand was tijdens deze martelingen. Dus het niet willen weten dat iemand lijdt, is een verzwaring van het lijden van degene die lijdt.

Dat is hetzelfde als je een zware, levensbedreigende operatie moet ondergaan. Als jouw familieleden bewogen zijn en als het ware je begeleiden naar het ziekenhuis en zeggen dat ze voor je zullen bidden en kaarsjes voor je zullen aansteken, dan is het nog een vreselijk zware operatie voor jou op een geestelijk niveau, omdat je niet weet hoe je er uit zal komen. Wanneer niemand weet dat je in het ziekenhuis bent en anderen zijn ongeïnteresseerd naar waar je doorgaat, dan weegt de operatie geestelijk vele malen zwaarder. Een operatie gebeurt met verdoving mede in relatie tot hoop op genezing, maar een marteling niet.

Genezing van het collectieve veld van martelingen.

Als je iemand in therapie krijgt die bewust zelf gemarteld is en ervaren heeft dat geliefden van hem gemarteld zijn, dan heb je als hulpverlener te maken met een collectief veld van martelingen. Met de genezing van deze persoon, doe je een bijdrage aan de genezing van het collectieve veld waartoe deze persoon behoorde.

Daar sta je op dat moment niet bij stil, maar in de energetische onstoffelijke werkelijkheid is dat een feit. Daarom is het ook belangrijk je hartskwaliteit mee te richten naar het collectieve veld wanneer je een enkeling behandelt. De verruiming van jouw bewustzijn, maakt dat ook de genezende energieën gemakkelijker daar naar toe kunnen vloeien. Die bewuste houding wordt gevraagd, zeggen de begeleiders. Dat is een stuk van jullie scholingsproces, om dat er bij te betrekken.

Het in leven houden van een gemartelde, tegen diens wens in, om bijvoorbeeld nog informatie uit hem te trekken.

Binnen marteltechnieken wordt aan levensverlenging gedaan. Men wenst niet dat iemand die gemarteld wordt, overlijdt als er nog onvoldoende kennis uitgetrokken is. Een persoon die ernaar verlangt te sterven en elke keer na iedere marteling denkt: Anou, ga ik@, mag niet gaan. Hij wordt weer bij het leven gehaald door de beulen en de verzorgers, men kan hem zogenaamd nog niet missen.

Wanneer je met gemartelden te maken krijgt die dit hebben moeten meemaken, dan krijg je een moeilijke hulpverleningssituatie. Hier wil ik na de pauze over spreken. Mensen die gemarteld worden, hebben op een zeker moment een heel sterk verlangen naar dat het op mag houden. Ze weten soms bewust dat als ze overlijden en hun geliefde ook is overleden dat zij beiden in de onstoffelijke wereld pijnloos kunnen verkeren en dat hereniging plaats kan vinden. Je bent er dan aan toe om te mogen sterven. Je hoopt dan dat de beul zoiets ernstigs doet dat je geen vervolgtrajecten meer mee hoeft te maken hier op aarde.

Het moeizame van martelingen ondergaan is, dat men menigmaal de gemartelden weer snel even laat zien of horen, of desnoods lichaamsdelen van een gemartelde laat zien en vervolgens vertelt dat hij nog niet dood is. Je ziet bijvoorbeeld een oor of je krijgt nog een briefje. In die marteltechnieken zit ingebouwd, dat jouw verlangen om te blijven leven blijft. Men hoopt zo dat jij door gaat slaan in de hang naar de hereniging met die ander op aarde. Je bent op een gegeven moment zover dat je dood wilt gaan en die ander na de dood wilt ontmoeten. Zij die martelen breiden hun technieken uit om je tot het uiterste toe uitzinnig (dat is ook niet voor niets dit woord) levend te houden, terwijl al jouw zintuigen op opgeven staan. Daar zal ik ook na de pauze over spreken.

De remming op de natuurlijke uiting van spraak bij gemartelden.

Een ander gebied is dat de spraak in jezelf geremd wordt tijdens langdurige martelingen. Martelingen hebben vaak het vrijgeven van kennis of het opgeven van de eigen moed tot doel, daar verlustigt de persoon zich aan die jou martelt. De spraak wordt daardoor dus geremd en die remming gaat soms nog levens door na het leven waarin je gemarteld ben geweest. Dat verdient dadelijk dan ook aandacht.

Als het tussen geliefden een kunst was om kennis niet te delen, zodat de ander niet

gemarteld kon worden en alsnog kennis vrij kon geven - wat je vaak in oorlogssituaties ziet - word je steeds zelfstandiger om kennis voor jezelf te houden en de last daarvan alleen te dragen. Het uitdragen van jouw kennis, maakt dat een ander risico loopt.

Wanneer je partner wordt opgepakt en je weet dat hij of zij kennis heeft dan zit je voortdurend in de onzekerheid over wat de marteling van jouw partner teweeg zal brengen in het collectieve veld.

Dit soort processen is erg ingewikkeld. Wanneer jij meer zicht krijgt in wat er met de cliënt geschied is, kan de cliënt meer zicht ontwikkelen in hoe de genezingsprocessen in hemzelf dienen te ontstaan. Wanneer je een grote ongerustheid in jezelf hebt megedragen naar het collectieve veld en jij hebt wellicht nog zwijgzaam kunnen zijn in een bepaalde mate, dan weet je niet wat anderen vrijgelaten of doorgegeven hebben.

Ik wil het hierbij laten, na de pauze gaan we weer verder.

Invoelingsvermogen van teksten centraal te stellen om onderscheidingsvermogen in de therapeut te vergroten.

Het is belangrijk dat je niet teveel de dingen probeert te onthouden, maar te ervaren. De tekst van deze lezing zal letterlijk worden uitgewerkt. Wanneer je nu heel veel schrijft, gaat een deel van het voelen weg terwijl je schrijft. Mijn advies, stop als het enigszins mogelijk is om het na te lezen en houd het nu op ervaren. Niet dat je af en toe niet mag schrijven, maar houdt het voor jezelf een beetje in de gaten.

Ik realiseerde mij tijdens de pauze dat we op dit moment vooral bezig zijn de kenmerken bloot te leggen en de ernst van de beschadiging. Als dat stuk voor een groot gedeelte klaar is, begint de opbouw van de therapie. Wanneer het onderscheidingsvermogen onvoldoende is, kun je nooit de juiste therapie aanbieden die in die gelaagdheid voldoende diep door kan werken. Ik vraag jullie: houd nog even vol om aan te horen hoe je dat moet identificeren. Wanneer mijn begeleiders vinden dat er voldoende informatie op dit gebied doorgegeven is, dan wordt doorgegeven hoe je de therapieën nog beter dan momenteel gebeurt, kan helpen te verbeteren. Mijn begeleiders beginnen niet eerder met informatie door te geven dan wanneer de basis er ligt, waardoor er herkenning kan plaatsvinden.

Iedereen wil wel alles heel deskundig doen, maar veel mensen getroosten zich niet de moeite om voldoende basiskennis op te doen en daar vervolgens mee in contact te staan. Ze willen vooral handelen. Dat is ook het thema van vanochtend. Als je daadkrachtig kan handelen, geeft het jou opluchting. De ervaring, langdurig diepgevoeld zaken te bevoelen zonder dat je kan handelen, maakt de diepte van het voelen daadkrachtig. We willen te snel genezen zonder eerst te erkennen hoe diep die verwonding is. Dus even geduld als je een doener bent.

Onnatuurlijke volgzzaamheid, in relatie tot vervolging en marteling van niet zelf doorleefde daden.

Het volgzzaam zijn op basis van gehoorzaamheid laat indrukken achter van een tekort aan eigenwaarde, wanneer je gemarteld wordt.

Je kunt er achter komen dat je volgzzaam dingen hebt gedaan tegen je eigen weten in, waar je later voor wordt gemarteld. Dat komt voor bij mensen die gemarteld worden. Ze komen dan tot de herkenning, dat ze voornamelijk in navolging van anderen gehandeld hebben. Ze hebben niet vanuit eigen zelfstandigheid zaken veroorzaakt.

Dat komt ook voor bij gevangenen. Als je een sterke leider volgt op het gebied van criminaliteit, doe je vervolgens misdaden op basis van het ontzag dat je voelde voor die leider. Je hebt zelf te weinig doordacht wat jij daar werkelijk mee wenste.

Wanneer de leider bijvoorbeeld een bankoverval wenst te plegen en jij volgt en je beziet te weinig wat dat met jou zal doen en waarom je die ander volgt, dan wordt je gepakt voor de daad, maar de daad is niet ingedaald in je ik. Het is te weinig een zelfbewuste keuze geweest.

Wanneer je gemarteld wordt voor daden die je niet zelf doorleefd aangegaan bent, dan geeft dat een beleving in jezelf waar je geen genoegdoening aan kan beleven. Het is misschien een rare uitspraak, maar je kan jezelf niet tevreden stellen met dat je die daad dan toch maar gedaan hebt. Die daad heb je gedaan voor anderen, hij was niet voldoende van jezelf.

Terwijl iemand die gemarteld wordt, daden heeft neergezet waar hij wezenlijk achter stond, bijvoorbeeld in hulpvaardigheid naar derden, die heeft nog een soort vrede met de daad. Dat is een belangrijk verschil ook om te onderzoeken bij je cliënt. Stel vragen als: Aweet je waarom je gemarteld bent? Waren de daden die je stelde ook werkelijk wat je wenste?@ Wanneer blijkt dat die ander niet zelf heeft gekozen, dan heeft die cliënt in het hier en nu vaak nog hulp nodig om keuzes in dit leven, hele kleinschalige, maar ook grote, steeds doorvoeld te beleven.

Hij kan zich dan nu bevrijden van het mechanisme van een tekort aan zelfkeus. Een simpel voorbeeld hiervan is: als je cliënt bij de bakker iemand een lekker croissantje ziet bestellen en hij bestelt automatisch een croissantje en hij staat er niet bij stil of hij iets anders niet lekkerder vindt, dan blijkt dat hij heel gemakkelijk te beïnvloeden is. Het helpt dan elke keer te doorvoelen wat hij zelf wenst.

Bij concerten kan je het heel goed zien. Als men gaat klappen omdat men iets mooi vindt, klapt een ieder mee. Ik heb voor mijzelf aangeleerd: ik klap als ik het zelf prachtig vind. Maar ik wil niet mee klappen voor iets waar ik helemaal geen of heel weinig beleving bij heb. Wanneer je bijvoorbeeld in een groot concertgebouw zit, en er zitten honderden mensen, dan is het collectieve veld van het klappen zo groot ontwikkeld, dat degene die er niets aan vindt, gewoon keurig mee zit te klappen. Dat is voor jezelf ook een leringsmoment, om te zien of je niet vanuit een automatisme in zo= n beweging meegaat.

Wanneer je iemand ontmoet die gemarteld is op basis van volgzzaamheid van anderen, dan moet je dat in het hier en het nu checken. ADoe je altijd alles wat je partner wil? Oh ja, waarom dan?@ et cetera. Snap je? Breng goed in kaart hoe diep dat stuk nog zit.

Dan de verlatenheidsangst waar ik het over heb gehad. De mate van ondersteuning van de mensen in de omgeving, is vaak weinig. Het collectieve veld wordt dan ook vanuit die achtergrond aangewakkerd. Die mate van verlatenheid dien je als therapeut aan te spreken om van daaruit genezing te bewerkstelligen. Dat houdt in dat iemand die zich sterk verlaten heeft gevoeld de neiging kan hebben om aan te klonteren aan een ieder die aandacht geeft. Het risico bestaat dat hij helemaal niet meer nauwkeurig is naar degene die aandacht schenkt en nagaat of dat werkelijk vredelievend is of dat het vanuit

een illusievorm tot hem gebracht wordt.

Je hoeft maar naar een winkel toe te gaan, iedereen is aardig omdat hij wil verkopen. Dan ontmoet je soms heel erg onecht gedrag. Iemand die een hele diepe verlatingsangst heeft, heeft de kans dat hij gemakkelijk aanklampt aan mensen die niet werkelijk bereidwillig zijn wezenlijke aandacht te schenken. Dit gebeurt vooral als het ik onvoldoende ontwikkeld is.

Voor zo'n persoon is contact alleen al voldoende. Dat houdt ook in dat je als therapeut soms maar je gang kan gaan, zelfs heel ondeskundig, puur omdat de man of vrouw al blij is, wanneer er iemand naast hem zit. Houdt in de gaten dat de ander bovenmatig contact op prijs kan stellen op het moment dat die verlatingsangst door de regressie aan het toenemen is. De persoon is dan niet altijd nauwkeurig, zeker wanneer de verlatenheid toeneemt, ten aanzien van de persoon met wie hij in contact staat.

Dat houdt ook in dat je na een sessie ook dient af te sluiten en op het vermogen van de mens dient te proberen onderscheid aan te brengen tussen contacten die hij wenst en die hij niet wenst. Als je iemand vanuit een regressie terugbrengt en de verlatingsangst is nog te sterk dan kan hij zo maar in iets belanden in de buitenwereld waar hij achteraf gezien geen prijs op stelt.

Natuurlijk is dat zijn ervaring en zijn verantwoordelijkheid, maar als therapeut kan je de ander door een paar zinnen hiervan bewust maken. Bijvoorbeeld een zin als: Aik ben alleen bereid om iemand te volgen als het niet nadelig is voor mijn eigen ontwikkeling en ik in de relatie kan groeien@.

Natuurlijke volgzzaamheid is dat je middels een ander weerspiegeling ervaart met behoud van eigen ik-kracht en dat de ander nooit op je eigen ik mag inbreken. Doordat je vanuit een zelfvervulling een ander volgt, is er een meerwaarde van het in contact zijn, waardoor je een leringsproces aangaat.

Stel dat ik een grote bewogenheid heb naar het milieu en ik sluit mij aan bij Greenpeace en die hebben bepaalde acties, dan kan ik in mijzelf overwegen: wat kan ik doen met

behoud van eigenwaarde en wat is voor mij een leerzame volgzaamheid in het meedoen aan een groot project maar met behoud van eigen identiteit.

Veel mensen doen zaken tegen hen eigen willen in. Die veroorzaken dan wel van alles, maar daar hadden ze zelfstandig nooit voor gekozen. Je moet als individu ook aanspreekbaar blijven en de organisatie van meerdere individuen tegelijkertijd geeft een groter collectief veld in beweging te zien. Al die individuele ikken hebben gezamenlijk een meerwaarde.

Wanneer je allemaal ik-loze wezens hebt en één sterke leider (dit is even heel gechargeerd gezegd) dan kan de leider beschadigingen veroorzaken bij de mensen die een tekort aan ik-besef hebben, want die veroorzaken handelingen waar ze zichzelf onvoldoende in herkennen en uiteindelijk komt die spiegeling terug naar henzelf toe. Ze moeten dan de verloren tijd als het ware inhalen om alsnog zaken op eigen kracht te doen. Dus zo snel mogelijk op basis van je eigen keuze, zaken veroorzaken is dan een voorwaarde.

Wanneer iemand je vraagt of je ergens in wilt ondersteunen, voel dan of het jou iets extra=s geeft voor jouw ontwikkeling. Zo niet, en je voelt geen bereidwilligheid, dan is het belangrijk bij jezelf te blijven. Het meest nederige werk kan nog een meerwaarde geven aan je innerlijke ontwikkeling, als je er maar zelf voor kiest. Het is meer de inhoud van waaruit je aan iets meewerkt.

Verwachten van en verwachtingsloos zijn in relatie tot pijnlijke ervaringen.

Het verwachtingsloos je openen naar bepaalde zaken toe, schept mogelijkheden van herkenning op een diep niveau. Zij die vele verwachtingen vooruit hebben laten lopen in de tijd, zullen het moment van ontmoeting in diepte niet altijd herkennen of ondervangen.

Met andere woorden: de opengesteldheid van zijn schept diepe belevingsechtheid ter plekke. Wanneer je bevooroordeeld zaken ontmoet omdat je verlangens vooruit gereisd zijn, dan zijn de verlangens een kleuring die de echte ervaring in de weg staan.

Teruggekoppeld naar het onderwerp waar het hier over gaat; als mensen gemarteld worden en ze hebben nog geen beeld ontwikkeld hoe het zal zijn, dan is de intensiteit van de ervaring haast primair ongekleurd, want deze dient zich ter plekke aan.

Wanneer je bijvoorbeeld naar een tandarts gaat en je bent bang voor een zenuwbehandeling, en je zit al met gespannen kaken, schouders en nek op de tandartsstoel, dan zal de behandeling in beleving zwaar uitvallen

De andere kant bestaat ook. Als je als kind nog nooit een zenuwbehandeling hebt gehad en je bent totaal onbevangen dan is de inetsing van het gebeuren ingrijpend. De mate waarin je al geleerd hebt dat pijn bestaat, maakt dat je jezelf van naïviteit kan bevrijden. De mate waarin je je beschadigd voelt door de pijn aantasting is dan minder primair ervaren, heeft iets meer bescherming ondergaan.

Een onbevangen kind dat nog nooit de regels in de buitenwereld ontmoet heeft van grenzen (ik chargeer het nu), die zal die aantasting en de pijn veel zwaarder beleven dan kinderen die van jongs af aan al open hebben leren staan voor ervaringen die minder prettig waren.

Dat geldt dus ook voor iemand die gemarteld wordt. Op het moment dat zo'n persoon de marteling ervaart, is een deel van de ervaring hieraan gebonden. Hoe naïef is de persoon nog of juist niet. De inkleuring van de marteling wordt middels dit soort zaken ook vorm gegeven.

Schuldgevoel naar aanleiding van verlies van zelfherkenning middels indoctrinatie.

Er zijn omstandigheden die bemoeilijken dat zelfherkenning plaatsvindt op een moment waarin anderen spreken en je moedwillig moet luisteren, omdat er anders straf op staat. Binnen verhoringen wordt de ander de eigen denkwereld ontnomen. Dat wordt gedaan door voortdurend berichten af te geven waar de ander zich niet voor kan afsluiten, gezien de indringende aard hiervan.

Na de martelingen, wanneer men bijvoorbeeld weer alleen in de cel is, herinnert men zich ineens de zelfherkenning weer, omdat men dan weer langzaam tot zichzelf komt. Dit kan aanleiding geven tot schuldgevoelens. Want op het moment waarop een ander indringend spreekt en de zelfherkenning afneemt, voelen zij zich soms bewogen door dat indringende spreken, zonder behoud van zelfbesef. Ze glijden mee in wat de ander beweert.

Deze vorm van indoctrinatie gebeurt vaak. Ook in onze maatschappij via reclameboodschappen of via aangenomen werkelijkheden die voortdurend verkondigd worden aan jongeren en aan volwassenen. In gevangenschap en tijdens martelingen is de onvrijheid om daar mee overweg te gaan vele malen groter dan in onze wereld waarin we zelf toch redelijk vrij kunnen bewegen.

Dit gebeuren geeft te zien dat veel mensen die gemarteld zijn en het overleefd hebben, lijden aan schuldgevoelens ten aanzien van de vervaging van het zelfbesef dat ze ondergaan hebben. Ze vinden dat heel moeilijk om uit te drukken, want het is voor hen gemakkelijker naar buiten te komen met pijnbelasting dan met schuldgevoel.

Het schuldgevoel wordt daardoor vaak verweven in andere zaken waar men aandacht voor vraagt. Soms heeft bijvoorbeeld de cliënt bovenmatig belangstelling voor de therapeut. Dus als je cliënten ontmoet die bovenmatig veel indruk op jou willen maken, dan zit er vaak een verdrongen schuldgevoel achter. Het is belangrijk om daar naar te leren kijken. Iemand die zich schuldig voelt door de vervaging van het zelfbesef, wenst door een ander aan te prijzen, zichzelf ook weer van meerwaarde te voorzien. Dat is vaak met projecties. Je brengt vaak iets naar een ander toe wat je zelf nog niet kan waarnemen, zowel positief als negatief.

Overmatige belangstelling middels vragen stellen van de therapeut aan de gemartelde cliënt.

Als een therapeut overmatig belangstellend is in de gesteldheid van de ander, dan kan de ander onwel worden. Je kunt namelijk niet in iemand wroeten zonder dat er van alles opborrelt bij die ander. Dat wat opborrelt moet door de ander verwerkt worden.

Als iemand bang is, dan kan hij een spervuur van vragen niet aan. Je kan dus wel heel

simpel aan een cliënt, als hij niet in hypnose is, allerlei vragen stellen rondom de herkomst van zijn problematiek, maar elke keer als er een nieuwe vraag komt, borrelt er iets op. Hij kan het soms nog niet goed herkennen, want het zit voor hem heel diep. Dus wat dan op komt borrelen is nog niet direct wat het echt is.

Het is als therapeut belangrijk om jezelf voor te nemen niet meer dan 5 essentiële vragen per sessie te stellen, anders lijdt de cliënt onder de overdaad van je vraagstellingen. Dit is gewoon een algemeen aantal, maar doe wat goed voelt voor jullie. Bij sommige mensen is het echt veel minder en anderen kunnen misschien één of twee vragen extra hebben. Er zit een grens aan hoe diep je een werkelijk vraag kan stellen. Je cliënt moet verteren wat je aanraakt.

Je kunt het proces enigszins vergelijken met als je een vraag stelt die symbolisch voedend bedoeld is, dan moet hij verteerd worden op een rustige wijze. Wanneer je teveel vragen stelt, als het ware teveel voeding opdringt, dan kan je cliënt misselijk worden. Je cliënt kan gaan opboeren of krijgt diarree of moet overgeven. Bepaalde vragen zijn dan nietwezenlijk voedend meer en behoeven veel rust om te verteren. Je moet een beetje de kracht van je eigen vraag kunnen doorgronden en voelen wat het met een ander kan doen.

Belangeloze liefde en lief-dadigheid in hulpverlening.

Belangeloos liefde schenken als therapeut naar een cliënt toe, komt weinig echt voor. Het gebeurt, maar het zijn ook zeldzaamheden. Kenmerk van belangeloze liefde is, dat de ander voorop staat en dat wat de ander bereikt, jou niet ten dienste staat vanuit een innerlijke hang naar zelfvervulling. Met andere woorden: veel van wat wij doen, ook als therapeut, is zo leerzaam voor onszelf dat wij de ander als hulpmiddel nodig hebben. Daar is ook niets op tegen, mits je het maar durft te bekennen.

Die momenten dat er een belangeloze liefde stroomt, en dat is ook liefdadig in de oorspronkelijke wezenlijke bedoeling, heeft dat een hoog genezend vermogen omdat er totale neutraliteit bereikt wordt. De ander geeft haast transpersoonlijk door vanuit een ik-doorlaatbaarheid op een gezonde manier. Dan kan de informatie schoon doorgegeven worden naar de ander. De therapeut staat daar onaangehecht in.

Iedereen heeft wel eens een moment van opleving op dat gebied. Dus het wezenlijk in lief-dadigheid staan. Je dient jezelf altijd voor te houden dat dat geen continu proces is waarbinnen je verblijft, omdat je de berichtgevingen van het gestel van de ander ook nodig hebt voor je eigen zelfontwikkeling als mens.

Iemand die langdurig cliënten begeleidt die gemarteld zijn in dit leven of in eerdere levens, wordt op een heel hoog niveau aangesproken op de vorm van wezenlijke lief-dadigheid. Dat is niet zo maar iets. Ik zal je uitleggen hoe de mechanismen werken.

Doordat zij die gemarteld zijn een groep mensen is die zo zwaar beschadigd is, moet de mens die hulp kan verlenen, dit kunnen doen vanuit een heel hoog gehalte van geven. Zij oefenen om bemiddelend, zo kleurloos mogelijk genezing tot stand te brengen in de ander. Dit houdt in dat als je je verbindt met deze zwaar verwonde groep mensen, dat je zelf een innerlijke opleiding doorgaat om steeds meer geschoold te worden in wezenlijke lief-dadigheid.

Dat heb je niet in een keer in huis. De bereidheid naar dit type hulpverlening toe, maakt dat je vanuit de geestelijke wereld aangesloten wordt op dit proces. Dat houdt ook in dat jouw cliënt die verschillende gewaarwordingen in oefening hierin in jou zou kunnen gaan beleven. Dan ontmoet je cliënten die bijvoorbeeld zeggen: U sprak niet, maar ik voelde me zo geholpen toen ik wegging. Daar had je geen daad meer voor nodig. Dan werk je vanuit neutraliteit.

De andere kant ziet de cliënt ook heel goed. Hij ziet dat je hem graag helpt en het jou ook zeker uitmaakt of hij wel of niet terugkomt. Als hij dan terugkomt, heb je het liefst dat hij je aanspreekt op vermogens die je kent. Hij voelt zich, al is het nog zo subtiel, afgewezen als hij jou op iets aanspreekt dat jij nog niet kan. Met name als jij daar verkrampd mee om gaat. Wanneer je dan niet durft te zeggen Sorry, maar dat beheers ik nog niet, ik kan dat niet met je delen, want dat moet in mijzelf nog rijpen, en doet alsof je hem begrijpt en hem vervolgens helpt met iets wat niet doorleefd is, en waar jezelf heel twijfelachtig over bent, dan voelt zo'n cliënt dat ook.

Het is uitermate van belang dat je eerlijk blijft communiceren en die verschillende

gesteldheden van hulpverlening ook leert te voorzien in jezelf: Nu was ik neutraal en had de cliënt voor mij een wezenlijke functie in mijn groeiproces. Dat mag. Het is dus helemaal geen veroordeling. Het werken met zwaar gehavende mensen houdt automatisch in dat je in een scholing komt naar die neutrale vorm van lief-dadigheid. Het is de wezenlijke betekenis. Het is niet de oude betekenis van charitas.

Dan gaan we terug naar de onderwerpen van voor de pauze.

Vervuiling van de ether door inetsingen van zwaarwegend leed en het effect van de ontkenning van leed.

Het gemarteld worden terwijl ook anderen waar je mee verbonden bent, in jouw omgeving gemarteld worden, schept een collectief leed wat de ether in die omgeving tekent. Wat ik daarmee zeg is het volgende. De ether om de aarde bevat allerlei informatiestromen die voor het blote oog niet zichtbaar zijn. Als je in een gebied bent waar veel gemarteld wordt, worden de indrukken van die martelingen geëst in het auraveld om de aarde, dat is de ether. Dat houdt in, dat mensen die in de directe nabijheid leven van gevangenissen of van huizen waar gruwelijkheden plaatsgevonden hebben, heel onbewust mee kunnen resoneren op het aangedane leed.

Dat houdt in dat bepaalde mensen opgeleid moeten worden om de ether te helpen genezen. Dit is een heel apart vakgebied, maar ik zal het hierbij wel benoemen. Ook in Nederland zijn mensen die de ether genezen. Zij zijn actief op plaatsen waar de beschadigingen van bijvoorbeeld oorlogen nog niet verstomd zijn. Zij voeren rituelen uit om de ether te reinigen van die oude indrukken. Ik woon in Alkmaar waar jonge kinderen zijn die soms nog Spaanse soldaten zien lopen. Helderziende kinderen dus. Indrukken van eeuwen geleden die nog niet geschoond zijn, hangen daar nog.

Als er weinig verwerking is in een land waar bijvoorbeeld veel oorlogsleed is geweest - en daar mag je Nederland ook toe rekenen - waar men kunstmatig zichzelf opgetrokken heeft uit het innerlijke moeras van alles wat men meegemaakt heeft en aan de opbouw is begonnen van het land, daar zijn ook veel onderdrukte gevoelens actief die te weinig het licht gezien hebben.

Na verloop van tijd zal dat zich gaan roeren. In deze tijd is het heel gewoon dat er

tweede generatie slachtoffers zijn. Ook de processen van mensen die in een Jappen-kamp of concentratiekamp hebben gezeten zijn langduriger. Je kan een tijd de deksel op de put houden om vanuit vereende krachten te overleven. Zo kan je dat ook doen met intense rouwprocessen. Men vindt dan: Ik heb genoeg gerouwd, ik wil niet meer, ik ga vooruit. Maar er kan dan iets gebeuren en dan wordt er door al je mooie mechanismen heen geprikt dan moet het verdriet dat er nog zit er alsnog uit.

Dat geldt dus ook in een land waar veelvuldig gemarteld is. De ether is verzwaard door de inetsing van al die gebeurtenissen, met name als er weinig verwerking plaats heeft gevonden bij de individuen of bij het collectieve veld van het aangedane leed. Op een gegeven ogenblik zal er vanuit de ether een oproep komen naar de mensen om tot verwerking te komen. De belasting door de vervuiling is dan te zwaar.

Hetzelfde geldt voor mensen die aanleg hebben voor astma. Als je in een gebied gaat wonen waar veel smog is, kun je het wel schudden met je astma want dan genees je niet snel. In een omgeving waar veel nare dingen zijn geschied, is het niet gemakkelijk om even luchtig adem te halen en emotioneel over moeilijke processen heen te stappen. Er is zoveel verzwarend in de ether, je moet het wel voelen.

Het verlangen van de mens is om zich gezien te weten binnen al de geaardheden die hij uitdrukt. Dat verlangen kent ieder mens. Maar, en dan komt het, de wereld met ons daar ingevat, houdt een beeld hoog van dat we vooral toegankelijk willen zijn naar de meer luchtige dingen en niet naar de zware processen die in een mens gaande zijn. We willen wel aarden, maar we houden meer van luchtigheid.

We houden collectief elkaar gevangen in de behoefte dat we binnen al onze geaardheden herkend en erkend wensen te worden. Als puntje bij paaltje komt, durven we niet in de diepte van onszelf te springen en de ander in die diepte toe te laten. Zij die daarom gemarteld zijn en waarbij ook omstanders hebben toegekeken, vinden vaak niet een juiste uitdrukingskracht om te vertolken hoe diep aangeraakt zij waren. Onbewust verzwaren wij daarmee de ether omdat de verwerking van leed opgeschort wordt.

Vroeger op Middeleeuwse pleinen was het heel gewoon dat je in het openbaar aan de schandpaal gezet werd om bepaalde martelingen te ondergaan. Men mocht toekijken en

het is maar de vraag in hoeverre je ergens naderhand met iemand kon delen hoe erg het was. Het waarnemen van leed bij anderen kwam veel vaker voor dan tegenwoordig.

De buitenwereld weet vaak niet, ook niet in deze tijd, waar iemand emotioneel en feitelijk doorgegaan is tijdens martelingen. De gemartelde kan en mag vaak niet uitdrukken hoe hij het beleefde. Wij weten dat er hier talloze vluchtelingen in Nederland komen die gemarteld zijn, dat weet toch haast iedereen, maar weten wij hoe het voelde? Wordt daarover geschreven? Elke keer staan de kranten wel vol over vluchtelingen, maar staan ze ook vol over hoe het voelde? Nee. Die verhouding is nog steeds zoek. Dat heeft te maken met onze hang naar luchtigheid. Wij durven de realiteit niet te aarden.

De zelfkennis die iemand zichzelf kan bekennen, maakt dat hij met loslating van aandacht van derden, toch zichzelf kan zeggen waar hij door gegaan is. Dit benoem ik omdat mensen die in een hoge mate van doorleefdheid met zichzelf overweg gaan, minder blijvend hindernis ervaren van de uitstoting van anderen naar hun belevingsaard toe.

Wanneer je te maken krijgt met iemand die weinig doorleefd met zichzelf overweg gaat, merk je dat hij de schade die op hem inwerkt doordat een ander zijn beleving niet wil ontmoeten, haast niet meer te boven kan komen. Waarom?

Omdat hij:

- a) het heel moeilijk vindt om in het trauma te duiken, want het doet verschrikkelijk zeer:
- b) omdat de ander niet belangstellend is voor zijn leed en hij zich daarvan afhankelijk gedraagt, dus hij kan erboven blijven hangen zonder er zelf verder aan te hoeven werken.

Daarnaast is het zo dat het verlangen van de ander, dus degene die niet gemarteld is, vaak parallel loopt met het verlangen van degene die wel gemarteld is. Ook iemand die niet gemarteld is, wenst gezien te worden. Dus als degene die niet gemarteld is gezien wenst te worden en tevens van luchtigheid houdt, dan zal de persoon die wel gemarteld is en ook gezien wenst te worden, steeds uit die zware beleving worden getrokken om aan de behoeftesfeer van de ander tegemoet te komen.

Dat zie je bijvoorbeeld ook rond stervensprocessen. Vaak moeten de mensen die werkelijk het diepst lijden, aandacht opbrengen voor allerlei tierlantijnen waar een ander mee binnen komt wandelen. Begrijp je hoe dat kan functioneren?

Zo werkt dat dus ook bij mensen die gemarteld zijn en hier als vluchteling in Nederland leven. Als de buurvrouw binnenkomt en ze vindt het brood te duur bij de bakker, dan dient hij daar wel aandacht voor te hebben. Terwijl er van binnen hele andere dingen spelen. Dat houdt in dat een bepaalde groep mensen die gemarteld zijn, zich er haast voor schaamt.

Met andere woorden: de druk van het collectieve is zo groot, zo imponerend, zo wegdukkend, dat hij zich haast geneert dat hij ooit zo diep iets beleefd heeft. Dat is een atmosfeer die heel langzaam in zo=n persoon sluipt. Dit kan mede komen doordat het collectieve veld niet machtig is om daar bewogen mee om te gaan.

Wanneer je dus een cliënt ontmoet (we hadden het daarnet over schuldgevoelens) die haast te beschaamd is om uit te drukken waar hij doorgegaan is, dan dien je hem dit proces uit te leggen. Leg hem uit hoe een collectief veld werkt en dat op hem geen schaamte dient te rusten. Leg hem uit dat het het onvermogen is van het collectieve veld. De mensen zijn nog te weinig ontwikkeld in de aarding van hun eigen proces, waardoor ze hem dit aandoen. Als die persoon in de schaamte blijft hangen, kan hij zich nooit bevrijden van die aangedaanheid.

Het aandikken van zelfervaren om te komen tot opluchting van trauma=s.

Het verlangen zichzelf te zijn dient, in het geval van iemand die gemarteld is geweest, ook vervolgens heel sterk uitgedrukt te worden. Haast exceptioneel sterk, juist om die eigenwaarde te onderschrijven. Dat houdt in dat wanneer iemand heel mismoedig is, hij als een mismoedig hoopje mens op de bank mag liggen of zitten en dat hij zich niet gekunsteld hoog hoeft te houden.

Dat houdt ook in dat als iemand een bewogenheid heeft, bijvoorbeeld naar een bepaalde vorm van creativiteit - ik noem maar wat, schilderen - dat hij bij wijze van spreken schetsboeken, potloden, verf, alles aangereikt mag krijgen om zichzelf op deze manier te

bevestigen.

Als je iemand ontmoet die sterk aangedaan is door dit soort ervaringen, moet je kijken waar de eigenheid lag voordat de schade plaatsvond en dan met verve de cliënt dat uit laten drukken wanneer hij dat wenst. In geval van creativiteit, is dat een ondersteuning om dat aan te gaan. In het geval van mismoedig zijn: laat het lichaam het tot in het extreme uitdrukken. Als dat uitgedrukt is, dan zal door de acceptatie die daar naar toe gericht is, de ontlading volgen en is er uiteindelijk minder mismoedigheid. Als je het nooit even helemaal hebt mogen zijn, dan zet zich dat vast.

Het kan ook met klanken of wat dan ook uitgedrukt worden. Als ik zelf weleens ergens van baal, wil ik wel eens keelklanken maken, een beetje grommen en dan schiet ik daarna in de lach, want door te grommen ben ik eigenlijk meteen al de spanning kwijt. Als ik het wegslik, gaat het door het keelchakra, het hartgebied, de solar plexus en de rest, dan moet ik er veel langer mee rondlopen voordat ik het transformeer. Gewoon even grrrrrm. Dat is een veel snellere ontluuchting.

Iemand die iets zwaars heeft meegemaakt, mag uitdrukken hoe zwaar het was. Moet hij zich voor ons maar hoog houden en op die bank gaan zitten, belangstellend luisteren naar het bericht dat het brood 10 cent duurder is geworden?

Vraag/opmerking:

Het is voor heel veel cliënten moeilijk om geluid er te laten zijn.

Marieke:

Daar kan je als therapeut ondersteunend in zijn.

Onduidelijke voorgevoelens van naderend onheil en het achteraf hebben van schuldgevoelens van onvoldoende luisteren hiernaar.

Ik krijg nu een ander beeld te zien. Soms kan een atmosfeer al bezwangerd worden door aankomend leed. Net als bijvoorbeeld voor de Tweede Wereldoorlog uitbrak, het hing al in de lucht. Sommige mensen zijn daar onbewust al op aangesloten. Zo ook zijn er

mensen die, haast als vanuit een gevoel van dreiging, aan voelen komen dat er iets vreselijks staat te gebeuren en ze kunnen maar niet de vinger leggen op de zere plek, want die is nog onduidelijk.

Het kan zijn dat mensen die gemarteld worden, bijvoorbeeld de dag voordat ze van bed gelicht worden, met elkaar gesproken hebben over: Het is net of er iets raars staat te gebeuren. Ze voelen dat er iets drukt, maar ze weten maar niet wat. Mensen kunnen zich dat soms nog herinneren. Het is net alsof ze bijna onnavolgbaar al een bespeuring van naderend onheil hadden en dat enigszins uitgedrukt hebben en zich achteraf gaan schamen dat ze daar niet nog serieuzer mee overweg gegaan zijn dan ze al hebben gedaan. Dan hadden ze kunnen vluchten of ze hadden bepaalde zaken ongedaan kunnen maken.

Het is maar de vraag of dat ook werkelijk zo zou zijn geweest. Het is haast alsof dit soort bespeuring van onraad in eerste instantie aanleiding geeft om dieper gevoeld gewild contact met anderen aan te gaan vanuit de hang naar nabijheid en ondersteuning. Alsof men daar nog voeding uit tracht te putten voordat het onvermijdelijke geschiedt. Men heeft dan soms in herinnering nog heel tedere momenten omtrent wat men juist door die onlustgevoelens toch nog heeft kunnen bevestigen in de stof.

Het is hetzelfde als je vooruit weet, heel subtiel, dat misschien je vader of je moeder niet lang meer zal leven of iemand anders die nabij is. Je denkt dan Ik moet nu toch op visite. Dan hoor je soms zo vaak Goh, ik had hem lang niet meer gezien, maar vorige week heb ik hem nog bezocht. Het zijn van die zaken die intuïtief worden ingegeven om de contacten nog zuiverder uit te zetten. Niet altijd om vluchtgedrag te bewerkstelligen ten aanzien van dat onheil dat op komst is.

Als een cliënt weet dat hij het onraad aan heeft voelen komen en vindt dat hij daar onvoldoende naar gehandeld heeft, dan dien je hem ook daarin te begeleiden. Alles wat schuldgevoel is in de cliënt, weerhoudt zijn genezingsproces. Schuld is een gesteldheid in mensen waarbij ze zich steeds omkeren naar het verleden, in plaats van het verleden aan te wenden als een groeiproces voor de toekomst. Je wordt dan als Lot's vrouw, die omkeert en tot een zoutpilaar wordt. Dat geeft je geen ruimte voor beweging en van doorgaan. Dan word je vastgenageld aan de grond. Schuldgevoelens, het maakt niet uit waarover, zijn zinloos.

Je kan wel spijtgevoelens hebben, dat houdt in dat je het leermoment herkent. Als je zuiver met spijtgevoelens overweg gaat, geeft dat een vernieuwingsaard aan voor de toekomst. Je wenst je niet opnieuw "schuldig" te maken aan dat, wat je eens nog deed vanuit onbezonnenheid en tekort aan doorlevingskracht. Je wenst lering te trekken uit het voorgaande en oefent daarmee in het heden.

De hang, van de gemartelde naar opluchting.

De tijdelijke opleving van iemand, die na martelingen met rust wordt gelaten, is ook een gesteldheid die we in het groot terug zien na het langdurig doorgedaan zijn van pijnlijke omstandigheden.

We hebben allemaal enorme behoefte aan opluchting na een zware tijd. Voor iemand die gemarteld is, geldt dat zeker. De hang naar opluchting is een menselijke behoefte, ware het niet dat opluchting niet valt af te dwingen. Dat is wat mensen vaak doen die gemarteld zijn.

Ook mensen die veel hebben meegemaakt, willen de opluchting afdwingen. Ze kunnen het niet meer aan om nog meer pijn te ervaren. Dat maakt dat ze soms bovenmatig luchtig spreken. Hierdoor rijzen ze in zekere zin boven zichzelf uit en staan niet meer geaard in contact met die pijnbeleving. Ik zou zeggen, laat het een korte tijd zijn gang gaan, want je kunt niet voortdurend met je hoofd onder water zwemmen. Je moet af en toe zuurstof hebben. Het zoeken van luchtigheid kan bijna dwangmatig worden en niet even van: "Ik heb lucht nodig, ik doe iets om mijzelf van lucht te voorzien". Wanneer het haast een soort spasme wordt, waaraan men zich kunstmatig vasthoudt, dan is het van essentieel belang dat je de ander heel liefdevol en tactvol spiegelt wat hij doet.

Je kunt hem in herinnering brengen, dat zaken niet weg zijn door te doen alsof ze niet meer bestaan. Hoe langer je alleen luchtigheid opzoekt, in de hoop dat de spanningen zullen verdwijnen, hoe groter de naslag van dat wegdrukken kan zijn. Op een gegeven moment komt haast overrompelend die oude pijn naar boven. Dan ben je niet krachtig genoeg om ze in je macht te houden.

Verrijking door ouderdom en vrijzetting hierdoor van oude niet verwerkte trauma's.

Dat zie je ook bij het ouder worden bij mensen die de tweede wereldoorlog hebben meegemaakt. Zij hebben zichzelf soms heel kranig gehouden, maar dan worden ze ouder, het lichaam gaat van nature verijlen, wordt onstoffelijker van aard. De bedoeling hiervan is dat het bewustzijn dat nog niet bewust is, transparanter gaat worden, zodat er een rijping en een doorleving van het verleden kan ontstaan. Dan komt ineens al die shit omhoog, want door de verijling van het lichaam kunnen ze dat niet meer tegenhouden. Dat is waarom binnen geriatrie broodnodig hulp verleend moet worden. Mensen zouden juist in die fase, vóór het sterven, de kansen aangeboden moeten krijgen op aarde te verwerken, wat onverwerkt is, zodat het niet meereist in het onstoffelijke leven straks. Wat je hier hebt verwerkt heeft een heel hoge waarde, waardoor de lichtgesteldheid die je aanneemt na het overlijden, groter doorschijnend zich kan ontpoppen.

Vanuit de onstoffelijke wereld is er altijd een groot belang om wat je hier op aarde kan verwerken, ook te verwerken. Daarom verijlen mensen die ouder worden, dat heeft dat doel. De lijdensprocessen rond ziekte en sterven, die ook lichamelijk pijnlijk zijn, hebben een spiritueel doel. Wie steeds pijn heeft, hoe akelig het ook mag klinken, heeft minder weerstand, minder begrenzing, verijlt, is meer doorlaatbaar, waardoor de niet-verwerkte energieën bijna uit het stoffelijk lichaam worden geperst. Dat is nog niet altijd bewust verwerken, maar een erge pijn maakt dat de oude processen losgescheurd worden en indirect ook het auraveld uit gemanoeuvreerd worden.

Op het moment van overlijden hoeft die bagage niet meer mee. Lichamelijke processen kunnen tot doel hebben, dat niet-verwerkte trauma's energetisch vrijgezet worden, ook al kan je dat in je bewustzijn niet altijd herkennen.

Het is voor jullie misschien wat ver gezocht. Het vraagt ook een grotere detaillering dan dat ik nu kan benoemen. Er is een boek uitgegeven over "Zorg om onnatuurlijk sterven", het is nu uitverkocht maar wordt weer herdrukt. Daarin worden deze processen allemaal benoemd.

**Bewegingsvrijheid van de gemartelde centraal stellen
in relatie tot zijn verwerkingsdrang,
in plaats van hem te vragen zich aan te passen aan dat wat anderen behoeven.**

De bewegingsvrijheid van mensen wordt afgeremd op het moment dat hun eigen ervaringsgesteldheid geen voorrang krijgt. Zij dienen zich dan aan te passen aan een werkelijkheidsbesef van anderen, waartoe ze zichzelf niet aangetrokken voelen.

Als ik mij moet aanpassen aan een ander en die ander heeft geen interesse in mij en die kan ook niet zien wat ik nodig heb, dan verlies ik mijn eigen belevingsvrijheid in uitdrukingskracht van wat ik dien te verwerken. Mijn beweging is onlosmakelijk verbonden met mijn verwerkingsdrang. De wijze waarop ik mij richt naar iets of iemand toe, geeft aan dat ik een natuurlijk proces in mijzelf volg, passend bij mijn gesteldheid.

Als ik de gesteldheid van anderen laat overheersen in mijn bewegingsaard, kan ik niet optimaal uitdrukken wat ik dien los te laten middels mijn bewegingen die ik in de tijd doe. Dat houdt in dat als iemand die gemarteld is, arbeid moet aannemen die hem geestelijk niet past, dit zijn verwerkingsproces in de weg staat. Als hij moet wonen temidden van anderen die hij niet zit zitten, staat dat zijn verwerkingsproces in de weg. Wil je iemand begeleiden die gemarteld is, in het snel opluchten van de trauma's, dan is het heel belangrijk hem te vragen welke beweging hij wil maken en temidden van wie. Hiermee wordt binnen de vluchtelingenzorg amper rekening gehouden.

**Overgevoeligheid van de gemartelde naar voorwerpen en situaties
die het oude trauma indirect doen herleven.**

We hebben hier al eerder besproken dat bepaalde mensen die gemarteld zijn, bijzonder lichtgevoelig zijn. Ik bedoel letterlijk het licht dat van lampen afkomt en soms ook het buitenlicht van de zon. Veel verhoringen hebben plaatsgevonden met scherp licht, gericht op de gemartelde. Dat houdt in dat bepaalde mensen langdurig acclimatisering nodig hebben om te wennen aan bepaalde licht gesteldheden.

Als vluchtelingen in een gemeenschappelijke ruimte zitten met tl.-buizen en veel licht in de woonruimte, kan dit voor sommigen zo angstaanjagend zijn, dat ze het liefst alleen

onder de dekens in hun slaapkamer zouden liggen. Er wordt niet aan vluchtelingen gevraagd: Kunt u tegen het licht hier in de kamer? Wilt u het meer schemerachtig hebben of juist niet?

Er moet meer gekeken worden naar de individuele behoefte van de mens, en tegemoet worden gekomen aan wat hij nodig heeft om te kunnen ontspannen.

Hetzelfde geldt voor kleding. Je hebt mensen die gemarteld zijn terwijl ze bijvoorbeeld strak vastgebonden lagen op een tafel. Dan kan het best zijn dat je als man voorlopig haast geen broek meer aankan met een normale tailleband en knoop. Het moet voorlopig alleen een broek zijn met elastische taille. Als je polsen vastgebonden zijn geweest en je krijgt een blouse toebedeeld met te strakke manchetten, dan zit je voortdurend in de energieën van de oude herinnering .

Je dient een cliënt te screenen op de belaste zones van zijn lichaam en de kleding daarop aan te passen. Je moet een cliënt niet overmatig triggeren vanuit een onvrije keuze. Dat houdt in dat bepaalde vluchtelingen sommige kleuren echt niet kunnen dragen, bijvoorbeeld rood. Wanneer het basischakra nog getraumatiseerd is bij de vrouw door bijvoorbeeld meervoudige verkrachting, moet je die rode trui weghouden bij die vrouw. Zij moet zelf de kleding en de kleuren uitkiezen, zodat ze in haar eigen tempo kan bewegen naar opluchting toe. Het zit vaak in heel subtiele dingen.

Hetzelfde geldt voor de reuk van personen. Het reukorgaan kan soms aangetast worden na verkrachting, basischakra en reuk liggen heel dicht bij elkaar. Een ander voorbeeld: wanneer iemand langdurig gevangen zat in een vochtige ruimte met schimmels aan de wand, dan kunnen bepaalde geuren in een ruimte herinneren aan trauma's. De cliënt wordt onbewust aangeraakt op de herinnering aan schimmels, dat doet de innerlijke beelden opengaan van het verblijf in de gevangenis. Daar dien je met een cliënt over te spreken.

Ook wanneer je als gevangene steeds bepaald voedsel heb moeten nuttigen met vreselijke tegenzin en in de keuken wordt iets bereid wat aan die geur herinnert, dan ontstaat er regressie-energie, puur alleen op de geur van de keuken. Dat soort zaken open gooien in dialoog is belangrijk. Als het speelt kun je voorzieningen treffen om

mensen daar niet onnodig mee te belasten.

Vluchtelingencentra en vrijheidsdrang.

Ik krijg een innerlijk beeld te zien van een man die buiten loopt in de gure wind, met een sjaal om, stevig doorstappend. Dit beeld staat voor het volgende: iemand kiest altijd liever zelfgewild om in een gure omgeving zijn eigen pad te gaan, ondanks wat dat hem brengt, dan dat hij tegen zijn zin vastgehouden wordt in een omgeving waar meer ruimte is.

Vertaald naar het vluchtelingenverhaal. Er zijn mensen die in vluchtelingencentra zitten, die liever in de gure kou en regen lopen, dan dat ze in een prachtig centrum zitten en indirect door derden in bedwang worden gehouden. Ze dienen ook nog dankbaar te zijn voor de wijze van opvang, terwijl ze eindelijk vrij willen zijn. Zelfgewild vrij nog liever in erbarmelijke omstandigheden in bijvoorbeeld te krappe behuizing dan in een centrum waar alles voor je wordt geregeld. Het kan dat noodopvang zeer gedienstig is voor genezing, maar op de lange duur werkt dit niet. De vrijheidsdrang is altijd groter in de mens dan het opgesloten willen zitten, zelfs in gunstige omstandigheden.

Dat blijkt ook uit de verhalen van mensen, die heel rijk zijn opgevoed en waar alles voor werd geregeld. Ze gaan nog liever op het miezerigste kamertje in de stad zitten en zelf hun geld verdienen, dan dat pa en moe alles blijven regelen en zij zichzelf niet waar kunnen maken. Zo geldt dat ook voor een vluchteling. Een vluchteling heeft vaak veel meegemaakt. Hij wordt vaak goedbedoeld benaderd, maar mag zijn eigenheid niet onvoorwaardelijk uitdrukken, er dient nog teveel aanpassing plaats te vinden. Enige aanpassing is niet te vermijden wanneer je met meerdere mensen in een centrum leeft. Overbereidwilligheid echter van de ander om jou te besturen middels goed doen is ook heel benauwend. Het is belangrijk om de voorwaarden voor de eigen vrijheid goed in de gaten te houden.

Claustrofobie in relatie tot hulpverlening aan iemand die verhoord of gemarteld is geweest.

Het dwangmatig betreden van een ruimte omdat daar verhoringen zullen plaatsvinden, maakt claustrofobisch. Claustrofobie in hetzelfde leven of in een leven daarna kan

ontstaan op basis van dwangmatig ruimtes hebben moeten betreden ter verhoring.

Het kan voorkomen dat een hulpverlener elke keer een cliënt uitnodigt in een spreekkamer of in een therapieruimte, waar de claustrofobie geassocieerd mee wordt. Doordat je spreekt over wat met deze persoon geschied is, wordt de herinnering opgeladen. De spreekkamer of therapieruimte is die ruimte waar die angstwekkende gebeurtenissen in herinnerd of herbeleefd wordt. Jouw therapieruimte of spreekkamer kan daarom belastend terrein voor je cliënt worden/zijn, met als gevolg dat hij zich gaat indekken om daar niet te snel naar binnen te moeten. Hij gaat bijvoorbeeld uitgebreid naar het toilet, heeft weer wat vergeten, komt te laat, dat soort dingen. Probeer te herkennen dat er een vorm van claustrofobie kan optreden, bij het betreden van jouw behandelruimte.

Spreek daar open over als je dat ziet, zodat het benoemd is. Blijf je er bewust van waarom dat geschiedt. Natuurlijk is het begrijpelijk dat de cliënt bang is wanneer hij een regressie ingaat, want dan gaat hij voelen wat hij had weggestopt, anders had hij het gewoon al gevoeld. Een cliënt kan in een diepe laag komen waarvoor hij huiverig is.

Zet daarom ook, als het enigszins mogelijk is, een raampje open in die therapieruimte, zodat de ander symbolisch een stukje vrijheid ziet door het open raam of de open deur. Claustrofobie wordt minder als je zelf weg kan. Desnoods zet je een cliënt met het gezicht naar de deur of naar het open raam toe. Zo wordt hem voorgehouden dat hij uit deze ruimte weg kan. Zet desnoods de deur op een kier, zodat de angst niet te sterk wordt. Zet je een cliënt die claustrofobisch is met de rug naar de deur en alles is dicht, dan wordt hij daar vaak fobischer van. Daar kan je heel simpel meer werken door er aandacht aan te schenken.

Veranderende gezichtsuitdrukking van de cliënt tijdens therapie.

Vermoeidheidsindrukken in het gezicht, die toenemen tijdens de sessie of gedurende de periode van therapie, zijn ook een indicatie van waar de spanningen zitten.

Bij sommige mensen wordt het gebied onder de ogen tijdens de sessie walvormig, alsof het vocht zich ophoopt en kussentjes veroorzaakt. Die gebieden staan in contact met de

nieren. De nieren zijn een dubbel-orgaan, en relateren onder andere aan spanningen binnen een relatie. Wanneer dat zo duidelijk toeneemt gedurende een gesprek of tijdens de loop van de sessies, kan dat indirect een indicatie zijn, dat op relationeel niveau iets speelt, bijvoorbeeld verdrietverwerking.

Al spreekt een cliënt er nog niet over, dat er indirect verdriet geactiveerd is, het kan inhouden dat de aanvang van het verwerkingsproces nu via het gezicht uitgedrukt wordt. Je ziet ook vaak dat de spanningen toenemen in het gezicht. Bij mensen die gemarteld zijn op de geslachtsorganen zie je vaak verstrakkingen ontstaan boven de bovenlip. De uitdrukking wordt meer verbeten. Bij sommige incestslachtoffers en slachtoffers van verkrachting, kan je in de hele onderkaak en het gebied van het gezicht ook de spanning nog zien, die in het onderlichaam ligt. Dan ligt het te hardvochtig, te strak aangespannen vast.

Als je het gezicht van de cliënt zo ziet veranderen tijdens een sessie, dan heb je vaak de indicatie al waar in het lichaam het trauma mogelijk speelt. Het is belangrijk om na een sessie, wanneer het gezicht erg meegleden heeft aan de spanning, ontspanningsoefeningen te doen met het gezicht, waardoor mensen weer gaan gapen en ontladen. Voorbeelden: Gekke bekken trekken, de tong ver uit de mond steken en weer inhalen, de ogen opensperren en weer sluiten, fronsen van de wenkbrauwen. Je kunt alle bewegingen, die de gezichtsspieren kunnen maken, gaan doen met de cliënt zodat die spanning niet te lang in het gezicht blijft hangen, dat voelt zo akelig. Ook bepaalde klanken kun je samen maken om het keelgebied en de kaken weer los te krijgen. Wanneer je het op papier zet voor de cliënt en hij beter begrijpt waarom, dan is dat niet zo moeilijk.

Het plassen van de cliënt tijdens een sessie en drinken in verband met archivering van verwerking.

Vraag:

Wat vind je van mensen die vaak moeten plassen tijdens een sessie.

Marieke:

Dan zijn ze heel diepe energieën, die zich uitdrukken middels hun lichaam en het lichaam uiteindelijk weer willen verlaten.

Zoals ik er naar kijk is het reinigend, mensen moeten dan ook letterlijk naar het toilet, om die blaasinhoud even kwijt te zijn. Dat is ook direct een oproep om glazen water neer te zetten, zodat ze blijven drinken en het door kan blijven spoelen.

Al die indrukken dienen uiteindelijk te vervagen en het lichaam te verlaten. Juist het nathouden van het trauma maakt dat je het makkelijker kan uitspoelen. Je kunt mensen na een stevige sessie veel laten drinken, vooral warme drank, want daar gaat een soort bemoediging van uit. Helder vocht is belangrijk, geen koffie. Het kan vruchtensap zijn, mineraalwater of kruidenthee, geen koffie of alcoholische dranken, want dat is dan juist nadelig.

Tijdelijke vergeetachtigheid na een sessie.

Mensen zullen na een sessie ook tijdelijk aan vergeetachtigheid kunnen lijden. Als ze zich alles direct moeten herinneren is dat zo belastend. Gun ze dat ze niet alles letterlijk meer weten, terwijl jij dacht: Dit is toch de clou, hoe interessant. Gun ze dat het even mag verdwijnen.

Hoe als therapeut om te gaan met cliënt die lijdt aan schuldgevoelens vanwege loslippigheid, de druk van het collectieve veld en onmogelijke keuzes.

Vraag:

Je benoemde net dat schuldgevoelens genezing tegenhouden. Kun je enkele richtlijnen geven over hoe je schuldgevoelens bij een cliënt krachtdadig kunt aanpakken.

Marieke:

Het belangrijkste is jouw eenvoud waarmee je het schuldgevoel van de ander ontvangt. Als jij niet krimpt of uitzet maar gewoon luistert, is die ander al in een rustige gesteldheid. Als je zou schrikken en zelf nog veel schuldgevoelens kent, dan glijdt je gemakkelijk mee in het schuldgevoel van de ander. Dan bevestig je dat dat beroerd voelt. Zelf schuldenvrij leven is een voorwaarde om de ander te ontspannen binnen schuldgevoel. Schuldenvrij leven is iets anders dan dat je geen spijtgevoelens zou kennen. Spijtgevoelens geven het leermoment aan, waarop je verandering zoekt. Je beziet je verleden en je neemt waar dat je op een bepaald moment niet krachtig genoeg was om iets anders uit te drukken. Je beziet je hoop op verandering.

Je vraagt aan de cliënt waarover hij zich schuldig voelt, je wacht het antwoord van je cliënt af. Je vraagt: Hoe had je graag met iets overweg willen gaan, antwoord cliënt. Jij zegt: Denk je dat je dat toen echt anders had gekund? Dan wordt het meestal lang stil, want dan voelen ze opeens alle maren waarom ze het toen niet hebben gekund. Al die maren dien je te bevestigen. Dat speelde en dat en dat, je was daardoor eigenlijk afgeleid van wat je graag had gewild. Dan krijg je de bevestiging van die ander daarover.

Ook dien je de cliënt te helpen te leren onderscheiden dat hij niet verantwoordelijk is voor het collectieve veld dat op hem drukte. Veel mensen hadden echt anders gehandeld als het collectief veld niet zo bezwangerd was geweest met onvermogen. Dan hadden zij meer kracht gekend in zichzelf om zichzelf uit te mogen drukken. Het collectief veld kan iemand ook weerhouden van de juiste beslissingen. Dan dient de cliënt zich te bezien in het hier en nu.

Je kunt je cliënt het volgende voorleggen: Stel dat de situatie zich nog eens zou voordoen. Jouw hoop is dat je zus en zo zou reageren. Wat zijn nu de omstandigheden waardoor je het wellicht weer niet kan? Laat de cliënt dan werken aan die omstandigheden. Als hij zich nog steeds niet zelfstandig voelt omdat nu de partner, waarmee hij getrouwd is zoveel invloed op hem heeft, laat hem werken aan zijn eigen ik-besef, zodat als er ooit een moeilijke omstandigheid komt, hij zich niet meer laat afleiden.

Als hij loslippig is geweest in het verleden en daarmee anderen heeft beschadigd, breng het naar het hier en nu. Je kunt zeggen: je wilt niet meer loslippig zijn, vertel eens, waar ben je nu nog loslippig over? Dat zijn misschien heel kleine dingen, maar vind je dat vervelend? Ik vind het wel vervelend maar niet zo erg meer als vroeger, want dat was veel ernstiger. Laat hem dan werken met die kleinschalige loslippigheid. Hij kan dan als er zich ooit iets voordoet dat door zijn loslippigheid anderen worden beschadigd, hij tijdig het mechanisme van loslippigheid herkent. Hij kan dat dan zelf steeds sneller herkennen en zo voorkomen dat anderen worden beschadigd.

Dan zou je met je cliënt vergevingsrituelen kunnen bespreken naar het onvermogen van toen. Dat doe je door aandacht te brengen naar de kleine mens in jou, die niet meer wetend was dan hij was. Hij heeft ondersteuning nodig en voeding om te mogen groeien

en te herstellen van wat er toen geschied is. Wat er is geschied had de bedoeling dat er bewustwording plaatsvond. Dat heeft plaatsgevonden, alleen nu is het: hoe verder?

In de film *Sophie's choice* wordt een moeder gedwongen te kiezen tussen een zoon of dochter, twee heel jonge kinderen. Een van de kinderen wordt naar het concentratiekamp afgevoerd. Zij kan natuurlijk niet echt kiezen, dus de keuze is altijd irrationeel. Het kan zijn dat je als moeder wat meer hart hebt naar het ene kind of het andere, gewoon omdat hij of zij bijvoorbeeld wat meer op jou lijkt en dat in jou een positieve herkenning oproept. Die ander is daardoor niet minder maar, heeft een wat andere plek. Het ene kind is soms lichamelijk wat sterker, de ander zal dan wat meer van je vragen qua zorg. Al die keuzes zijn zo irrationeel als wat. Toch moet zij kiezen, reken maar dat ze een schuldgevoel heeft. Daar kom je nooit mee klaar vanuit schuld. Alleen al als je bezielt, dat je als moeder in twee seconden moet beslissen. Dat wat zich op dat moment opborrelt vanuit je onderbewustzijn, is het enige waarnaar je kan luisteren. Meer heb je niet voor handen.

In bepaalde omstandigheden staan mensen voor dit soort zware keuzes. Mensen die gemarteld zijn en die tijdelijk loslippig waren, waardoor ze iemand anders aanbrachten, kunnen alleen hun kleinmenselijkheid van toen uit mededogen doorzien en weten dat een ander wellicht net zo zou handelen. Dat is voor hen geen vergoelijking, want het gaat om een ander. Zij dienen het voor zichzelf schoon te maken. Dit is nog erg summier maar we kunnen het misschien in een andere sessie uitgebreider benoemen.

**Omzichtig benaderen van trauma's zodat ze zich natuurlijk ontvouwen,
in plaats van het doorprikken van deze trauma's.**

Vraag:

Je spreekt over lichtgevoeligheid of over het geraakt worden door kleding en je spreekt duidelijk over het vermijden van die triggering. In therapie zie je juist, dat een therapeut dingen aanwendt om te triggeren. Er ligt bijvoorbeeld een pijnplek op het keelchakra en de therapeut zal kijken of hij dat mag benaderen om open te leggen.

Marieke:

Ik ben er zelf altijd heel voorzichtig mee, omdat ik geloof dat het lichaam een eigen

ontwapeningssysteem heeft. Het lichaam kent een eigen volgorde in zichzelf vrij te geven in het ontbloten van trauma's. Bij de doorsneecliënt dient het een zuiver natuurlijk proces van ontwapening te zijn. Het lichaam heeft zich gewapend om met trauma's overweg te kunnen gaan en naar buiten toe te kunnen blijven functioneren.

Als je die wapening of buffering weghaalt, dan kom je in het allernaaktste zelf van de ander uit. Dat kan die ander waarschijnlijk nog niet aan. Die buffering heeft een rol gespeeld in het behoeden van die zwaarste pijnen. Als je te snel de ander ontdoet van zijn begrenzing, dan kan dat zo ondraaglijk zijn dat het zelfs tot zelfdoding aanleiding kan geven. Als je het proces van ontbloting of ontwapening kunstmatig inzet, dan ken jij niet de grensvoorwaarden waarom die ander die buffering nodig had.

Als je te snel door een aantal lagen heen gaat kan de nood zo hoog worden, dat iemand suïcidaal wordt. Jij weet niet wat je doet. Jij kent nog niet de diepte van de nood van de ander. De lichaamsgesteldheid van die ander kent het, want die heeft de buffering aangebracht. De mate van de buffering geeft aan wat er beschermd diende te worden.

Als je kunstmatig teveel invloed uitoefent op het los-triggeren van iets wat daar verborgen ligt, dan kan je weleens verkeerd handelen en wil je die verantwoordelijkheid aan?

Die enkele keer dat je druk uitoefent, dient het heel subtiel te gebeuren, zodat je niet over de grens van de ander heengaat. Je weet niet welke sporen jij dan achterlaat. Als een lichaam zich zelf gaat ontspannen omdat hij jou en de omgeving vertrouwt, waardoor de ontlading mag plaatsvinden, dan zal het lichaam het in een eigen volgorde stukje voor stukje ontrafelen. Als jij de volgorde gaat aanbrengen gooi je het hele mechanisme in de war. Ik ben daar heel voorzichtig mee.

Vraag:

Het gebeurt heel veel dat men door trauma's heen stoot.

Marieke:

Wij willen snel genezen, snel verluchting, dat is het principe wat ik straks benoemde. Ook

binnen lichaamsgerichte therapieën zijn er tegenwoordig veel harde methodes. Mijn innerlijk gevoel zegt altijd: Als je de cliënt van binnenuit het lichaam door laat ademen naar de plaats waar de blokkade zit, dan brengt hij van binnenuit de getraumatiseerde plaats in beweging.

Ik heb met het thema lichamelijke therapieën gewerkt met therapeuten. Je kunt bijvoorbeeld op een traumaplek je vingertoppen in de huid boren. Dan moet het trauma zich vrijgeven of je wilt of niet. Als je dezelfde vingertoppen op de aangedane plek legt met veel warmte en liefde en je vraagt de cliënt of hij naar jouw vingertoppen wil doorademen, dan ontbloot het trauma zich heel zacht.

De cliënt kan doorademen zover als zijn psyche het op dat moment toelaat. Dan kan je nooit, tegen de innerlijke structuur van de cliënt in, iets ontwapenen. Jij moet geduld hebben en misschien vaker je vingers op de zere plek leggen en de cliënt gaat oefenen in overgave. Dat is een overgave in wezen naar zichzelf en dat leidt dan naar de therapeut.

Het is een vermoeiende, afwachtende omstandigheid en minder zelfstrelend voor de therapeut, want je moet geduld uitoefenen. Je kunt niet meteen zeggen: Het effect van mijn behandeling was dat hij tegen het plafond aanvloog en alles kwam er uit enz. Jullie therapeuten realiseren je te weinig, dat wanneer je een trauma naar buiten haalt, je een vacuüm creëert in het lichaam; wie staat daar bij stil?

De energieën van de aanrichingen van een trauma, bijvoorbeeld bij incest, kunnen gigantisch zijn. Ik heb aura healing gegeven bij mensen met incestueuze ervaringen. Je haalt er een klont haast slijmerige en propperige energie uit. Die ruimte in de buikholte was gevuld met energetische zwaarte van dat trauma.

Als je een trauma los maakt is er een lege ruimte, net zoals je wordt geopereerd en er is iets uitgehaald. De organen moeten weer op zijn plek vallen. Als je bijvoorbeeld een nier weghaalt, heb je een loze ruimte. De andere organen en het weefsel daaromheen moeten een nieuwe geografie vormen. Als je een trauma te snel losmaakt, ontstaat er bij de ander een vacuüm. Dat vacuüm kan ingevuld worden met van alles en nog wat.

De geestkracht van de cliënt moet in staat zijn om dat vacuüm positief in te vullen. Als de geestkracht van de cliënt onvoldoende aangewakkerd is en het trauma wordt er uitgezet en hij kan het niet zelf invullen, kan hij ongelooflijk kwetsbaar worden door invullingen van anderen of entiteiten in de onstoffelijke wereld. Er kunnen allerlei mixen

ontstaan die niet kloppen voor de cliënt. Dat is nog veel tekort uitgedrukt.

Vraag:

Wanneer je iemand vraagt of je mag aanraken op die plek en hij zegt ja, welke zekerheid heb je dat het past binnen de volgorde van verwerking van trauma's op een natuurlijke wijze door zijn psyche en lichaam ingeven.

Marieke:

De zekerheid deelt zich middels het lichaam van de cliënt mee. Zijn lichaam biedt zich energetisch aan ter aanraking, dat voel je als je sensitief bent in je handen. Als je een hand of vingertoppen op iemands huid legt en je voelt de ander onder je aanraking terug deinzen, dan heb je geen toestemming, ook al zegt hij ja. Als je een hand oplegt en je voelt dat de ander dat toelaat en zich energetisch naar jouw hand toe richt, dan mag je het aanraken.

Ik zie dat het tijd is, er zijn natuurlijk veel meer vragen te beantwoorden. We hebben al veel gedaan. Ik zie jullie graag volgende keer weer.