



Verslavingen spiritueel bekeken

Door: Riet Ursem

Dit is een weergave van een bijeenkomst over verslavingen op 23 maart 2017, geleid door Marieke de Vrij, spiritueel maatschappelijk begeleider, de bron en inspirator van stichting De Vrije Mare, en Marleen Oosterhof, GZ-psycholoog. Marieke de Vrij heeft informatie over het onderwerp 'verslavingen' ontvangen van haar begeleiders uit de onstoffelijke wereld. Marleen Oosterhof heeft het gedachtegoed van De Vrije Mare op dit onderwerp verzameld voor deze bijeenkomst. Deze informatie, samen met inspiraties die Marieke de Vrij voor deze dag heeft gekregen, zijn de basis voor het verhelderen van het onderwerp 'verslavingen'. Er zijn veel mensen uit de hulpverlening aanwezig. Iedereen krijgt de gelegenheid om vanuit zijn/haar professionele werkveld vragen te stellen, maar ook op basis van persoonlijke ervaringen. De inspiratieve teksten van Marieke de Vrij zijn **vet** gedrukt.

Verslavingen hebben heel veel te maken met de verscholen potentie van de mens en zijn onvermogen om datgene te veroveren in het leven, dat hem op een wezenlijk niveau kan voeden.

Een zelfbewust mens heeft moeite om zichzelf te onderhouden op een wezenlijk voedend niveau wanneer veel van wat hij wenst te zijn geen waarachtige basis kent in de directe werkelijkheid.

En:

Inhouding van potentie en aanpassing aan zaken waardoor doorleving ternauwernood geschiedt, wordt menigmaal vervangen door zaken die verslavend werken.

Als een kind, puber, adolescent of volwassene zich bewust is van een potentie die hij structureel moet verloochenen, omdat de directe omgeving aanpassing gebiedt, dan komt die potentie in een benauwdheid te staan. Er ontstaat ook benauwdheid als slechts één aspect van iemands volledige potentie optimaal ontwikkeld wordt en bijvoorbeeld de basis vormt voor het inkomen. Al het andere blijft dan in de schaduw staan. Die benauwdheid vraagt om ontluchting en compensatie. Daarvan kennen we de voorbeelden wel: comazuipen onder jongeren, werkverslaving, koffieverlaving, koopgedrag, te veel alcohol drinken, heel veel reizen, etc. De kunst is om te 'zien' dat delen van jezelf door aanpassing veel te weinig aan bod komen en dat je in plaats daarvan verluchting zoekt. Die verluchting werkt vaak verslavend.

De verslaving tracht de gemoedstoestand te bevoordelen om zich meer comfortabel te voelen dan wat het dagelijkse leven toelaat.

Simpel gezegd: je zoekt compensatie voor iets dat onbehaaglijk voor je is. Jonge kinderen gaan bijvoorbeeld duimen; volwassenen zoeken hun eigen verlichting in hun dagelijkse werkelijkheid, maar die is altijd tijdelijk van aard. Want het blijkt dat je door dat extra wijntje of weer een weekend weg, niet de rustige gesteldheid creëert die je zoekt.

Hoe kan het leven meer bemoedigend verlopen, opdat verslaving geen ingang meer kent en teleurstellingen doorbroken worden ten gunste van de eigen zelfbeleving.

Hoe vind je de moed om aspecten van jouw potentie die te weinig geleefd worden, van genoeg aandacht te voorzien om verslaving op een natuurlijke manier op te kunnen lossen? Een mens is meer dan hij toont en wat je niet laat zien kan in de weg gaan zitten. Datgene wat in jou verkommert kan van alles zijn; je leeft echter niet zorgvuldig genoeg om inzicht en doorleving in jezelf te krijgen over deze niet geleefde aspecten. Je gaat naar compensatie zoeken om het oncomfortabele gevoel op te heffen. Drank, drugs of andere 'verlichtende' zaken geven altijd tijdelijke voldoening, maar hoe neem je jezelf bij de hand om

het overmatig gebruik te voorkomen? Met aandacht geef je teleurstellingen van ooit weer voeding en daardoor worden ze weer een waardevoller aspect van jou als persoon. Als je jezelf afkeurend bezieet omdat je delen van je potentie niet leeft, dan treedt zelfontkenning op en verlies van eigenwaarde. Dan wordt het steeds moeilijker om voorrang te geven aan je diepere kern, waarin jouw basis waarden en je wezenlijke potentie liggen. Mensen kunnen zo ontmoedigd raken, dat ze niet geloven dat er nog een kering in het proces te maken is.

In de onstoffelijke wereld is er mildheid naar verslaving. Ze weten dat het in onze maatschappij moeilijk is om jezelf volledig te leven. Sommigen leven wel een groot deel van hun potentie, maar dan in zo'n overbelasting en met zo'n overdruk, dat de zeer gewenste ontspanning niet aanbreekt. Ook dat wordt met mildheid gezien. Een verslaving biedt een verlichting. Waar het om gaat is dat je een richting aanwijzing krijgt uit de onstoffelijke wereld om dat deel van je potentie op te zoeken dat te weinig door jou wordt geleefd. Aandacht voor deze verscholen potentie heeft het grootste helende vermogen in zich om verslaving de rug toe te keren.

Een aantal voorbeelden van verslavingen:

1. Werkverslaving. Als je aan werk verslaafd bent, dan vind je vaak meer bevestiging door anderen over je werk, dan door het contact met jezelf. Thuis, weg van het werk, vind je niet de bevestiging die je wenst. Zodra je werkt voel je je weer bevestigd. Je zou de bevestiging die je van anderen krijgt aan jezelf moeten geven!
2. Psychologische verslaving. Bijvoorbeeld: het zorgen voor anderen. Als je dit niet los kunt laten omdat je niet zonder de waardering van de ander kunt, dan negeer je een deel van jezelf. Geef energetische giften aan jezelf. Je raakt uitgeput als je dat alles aan anderen geeft. Als je al jong voelt dat je niet ten volle gezien wordt voor wie je bent en je gaat verlichting voor je omgeving creëren door bijvoorbeeld te gaan zorgen voor broers en zusjes of door moeilijke zaken uit handen van je ouders weg te nemen zonder dat jij daarin gezien wordt, dan kan je later afhankelijk worden van de bevestiging van anderendoor in die zorgende rol te blijven. Sommigen hebben bijvoorbeeld een baan met grote maatschappelijke erkenning, terwijl ze eigenlijk veel liever iets gedaan

zouden hebben wat beter bij hen past. Dit aanpassingsgedrag verdraait de natuurlijke levensloop en creëert in dit geval verslaving aan het krijgen van waardering. De kunst is om te kijken wie je eigenlijk werkelijk was in je jeugd jaren en te bezien of je een pad van bevestiging belooft, of dat je krانig overeind bent gebleven ondanks te weinig bevestiging.

3. Emotionele verslaving. **Jongeren tussen de 12 en 18 jaar beleven weinig wat hen in diepte bevredigt.** Hun enorme behoefte aan huiselijkheid, betrokkenheid en zuiver contact geven hen vaak onlustgevoelens, want het werkelijke leven ziet er voor hen vaak anders uit. Daarom gaan ze hun tijd opvullen, ze zoeken afleiding, pakken snel hun mobieltje in gezelschap om contact te hebben met anderen, buiten de kring waarin ze zich bevinden. Gamen om de niet leuke tijd wat leuker te maken, of om emotionele leegte op te vullen gaat in de richting van een verslaving. Stel het kind de vraag: 'Wat zou je werkelijk willen? Waarmee verdoof je je verlangen?'
4. Medicijnverslaving. Psychofarmaca innemen betekent vaak ongemak op zielsniveau, omdat je zaken wegstopt die eigenlijk aandacht verdienen. In psychische nood of bij overbelasting is het prima om enige tijd medicijnen te nemen, omdat je rust nodig hebt. Maar voor je zielenproces is het belangrijk dat je de medicatie afbouwt en dat je probeert te vinden 'wat er zit'. In de complementaire wereld is men daar sterk op gericht.
5. Seksverslaving. Het effect van seksuele ontlading is tijdelijke gedachteloosheid en doorstroming van energielagen die geblokkeerd liggen in het menselijk lichaam. Veel voorkomende gevoelens van onrust zijn een tijdje weg. Eigendunk neemt eventjes toe. Als je seksueel contact alleen maar gebruikt om je eigen onrust te boven te komen, niet gekoppeld aan belangstelling voor een persoon, dan kan dat een verslaving worden. Seksueel contact geeft je een moment een ruimer belevingsveld, je voelt je minder benauwd door de extase die er bij hoort. Je kunt gemakkelijk gaan denken dat jij dat ook bent en steeds vaker naar deze toestand toe werken. In feite maak je de ander daar ondergeschikt aan. Denk maar aan de voorbeelden die we hebben gezien van kerkleiders, hulpverleners, sportcoaches en leidinggevenden.
6. Verslavingen gerelateerd aan geestverruiming: alcohol, paddo's, drugs, theeën en zo meer. Het beperkte zelfbeeld dat je van jezelf ooit opgelopen

hebt, heeft je zo vervreemd van je kern, dat je vervolgens een onzinnig verlangen hebt om je ziel weer te herkennen en daardoor middelen zoekt waardoor je jezelf wat vluchtiger en vrijlder kan waarnemen. We zijn in ons normale doen nogal compact aanwezig; dat kan benauwen. Alles wat onszelf een beetje verluchtigt, verijlt, meer 'wijdmazig' maakt, geeft ons een gevoel dat we meer zijn dan wat we in het dagelijks leven zijn.

Eigenlijk zijn we op zoek naar het geestelijke aspect in onszelf, (dat is het positieve aspect eraan), maar we willen dat op een makkelijke manier bereiken. Het negatieve aspect is dat er ongecontroleerd heel veel vrij kan komen dat nog in je 'opgeslagen' ligt en dat kan niet iedereen aan.

Marieke de Vrij: "Als je verslaafd bent, lijkt het ogenschijnlijk alsof je zonder doel beweegt, maar het doel is om jezelf te hervinden in de potentie waar je zelf afstand van genomen hebt. De dwaalweg die steeds oncomfortabeler wordt, is de richtingaanwijzer naar je potentie die geleefd wenst te worden. Dus wanneer je je pad weet om te buigen, vind je dát waar je oorspronkelijk thuishoort.

Daardoor kan je jezelf op een dieper niveau extra gaan ontwikkelen op zaken die wat langer zijn blijven liggen. Als dat verlangen eenmaal weer aangeboord is, kan dat een versnelde ontwikkeling door maken. De kunst is om de waarde te vinden van datgene in jou, dat te weinig aandacht heeft gehad. Als je voelt dat het je steunt om uit de verslaving te blijven, krijg je een steuntje in de rug. Je wordt er namelijk gelukkig van als je je eigen potentie volledig gaat leven."

Verdriet dat huist onder de verslaving wordt menigmaal te weinig benoemd en/of uitdrukking gegeven.

De onnodige flinkheid die opgebouwd is, bijvoorbeeld door aanpassing en angst voor afwijzing, heeft geleid tot het opbouwen van intern verdriet. Het onderkennen van verdriet en het durven leven van dat verdriet, geeft ontluchting.

In haar antwoord op een vraag van een aanwezige zegt Marieke de Vrij: "Als je denken alle kanten op schiet, omdat je in feite te veel kennis in je hebt moeten opnemen die niet nodig is voor jouw ontwikkelingsweg, raak je je spoor kwijt. Je kunt iets heel interessant vinden, maar als het een bijproduct is ten opzichte van jouw innerlijke potentie, ga je voelen dat je je wezenlijke denkpatroon kwijt

raakt. Je eigen denkpatroon in relatie tot de buitenwereld is vele malen belangwekkender dan alles te adopteren op denkgebied.”

Zorgvuldig leven vraagt een rustig bestaan

Velen willen zorgvuldig leven, maar kunnen hun gewone zelf niet meer ervaren in het veelvuldige en intensief in contact staan met anderen. Je dient jezelf de toestemming te geven dat je rustiger mag leven, ook al is er overactiviteit om je heen; laat het niet van derden afhangen. Misschien heb je je lang aangepast aan wat anderen doen en wat zij van je verwachten. Dat kan compensatiegedrag uitlokken dat verslavend werkt. Als je zelf meer rust toelaat is dat een beginstap om verslaving te keren. Van de andere kant: je kunt heel rustig leven, maar jezelf elke dag overvoeren met informatie via websites, televisie en social media, terwijl dat jou op geen enkele manier aanstuurt tot zelfbegeestering. Dan heb je soms ook een neiging tot verluchting door alcohol of drugs, zodat je niet meer 100% aanwezig bent in de niet aflatende stroom van zaken die jou kunstmatig bereiken.

Emotionele verslaving nader toegelicht.

We leven onvoldoende in een cultuur van betekenis. Wij allen zijn in de leer om wat van waarde is, waarde toe te kennen. Als we dat doen zal ieder mens zich waardiger kunnen gedragen. Dan ontstaat er een context met dierenwelzijn, natuur en milieu en met verbindingen tussen alle deelgebieden, waardoor een ieder zich meer gekend en gedragen voelt. Dat is de werkelijke bron van geluk. Niet de zaken waarmee we ons tijdelijk gelukkiger wanen. Natuurlijk is niet elke dag een hoogtijdag. Er is niets mis met een dag waarop je je depressief voelt of het even niet ziet zitten. Dan heeft je 'ik' ondersteuning en warmte nodig, geen afwijzing en geen vluchtgedrag.

Teruggetrokken gedrag leidt niet naar meegevendheid aan wat het leven vraagt aan jou.

Wanneer je jezelf terugtrekt omdat je je oncomfortabel voelt, leidt dat niet voldoende naar wat jij in betekenis kan vrijgeven wanneer je gewoon meebeweegt met dat wat jou in beweging houdt. Als iets je even teveel is bijvoorbeeld, kan je je terugtrekken en compensatie zoeken. Je kunt ook een wandelingetje maken en bijvoorbeeld genieten van het voorjaar of van spelende

kinderen. Als een vriendin je belt om samen iets te ondernemen en je wijst dat af, dan pak je niet de opluchting mee die zo'n leuke afspraak je kan opleveren. Je ontnemt jezelf iets, omdat je afzijdig wilt blijven. Je gaat in de compensatie die misschien al een verslaving is geworden en je durft het leven niet meer te vertrouwen. Als je weet hoe het werkt en je durft het aan om dat niet zomaar meer te laten passeren, dan zie je dat er nieuwe momenten ontstaan van opbeuring.

Laat me.

Het ene uiterste is 'laat me', zoals Ramses Shaffy zong; het andere uiterste is dat je de moed opvat om jezelf te zijn zonder te verdoezelen wie je bent. Het potentieel van mensen, dat al bij de geboorte mee komt, kan ogenschijnlijk heel anders zijn dan de mensen met wie ze leven, het land waar ze wonen en de maatschappij waar ze deel van uit maken. In deze tijd worden er steeds meer zielen geboren met een afwijkend 'program'. Het is zo belangrijk dat we ze niet binden aan het formaat van algemeen goedbevinden, maar dat we oefenen om iedere ziel te ontmoeten binnen zijn eigenheid en zijn intentie tot vormgeven.

Het is de kunst om van elkaar te houden in het verschil. Ook al bekijk je de buitenwereld met afgrijzen, deel wat je op je lever hebt, zonder de controlefreak te zijn die meteen aangeeft hoe het beter moet. Hou je kwaliteiten niet achterwege en laat zien wie je bent.

Bij veel verslaafden is er sprake van oerheimwee. Dat is het heimwee dat slaat op je voorgeboortelijke staat, maar ook op het leven na de dood. Na de dood word je als ziel weer opgenomen in een sfeer van gelijkgezinde zielen, waar je elkaar dieper 'kent' ook zonder woorden, waar je elkaar de erkenning geeft, omdat je niet het verschil hoeft te overbruggen, vanwege de vele gemeenschappelijke gelijkenissen die er zijn. Als mensen compensatiegedrag hebben, kan je je voorstellen dat die oerheimwee op de loer ligt. Je kunt je ook voorstellen dat verslaving een langzame zelfdoding kan zijn, wanneer de verslaving onstuitbaar blijkt te zijn en de moedeloosheid en hopeloosheid zover is ingetreden, dat men een terugkeer naar een normaler bestaan niet meer ziet. Het overlijden is eigenlijk een eindfase van een verslaving waarin je je niet kunt vereenzelvigen met de wereld en het leven waarin je leeft. Het is een uitbeelding van het oerheimwee, in de hoop dat na de dood de verlichting plaats zal vinden.

Maar iedereen krijgt een symbolisch rugzakje mee in dit leven, met de bedoeling om vertrouwen in jezelf te stellen en dit rugzakje te openen en te hanteren voor het beter begaanbaar maken van je eigen leven. Als dit niet gebeurd is, zie je dat sommigen die overlijden weer vrij snel een hernieuwd leven nodig hebben om met iets meer daadkracht hun rugzakje alsnog uit te pakken.

Anderen die zwaarwichtig geoefend hebben, hebben het eerste begin waargenomen van wat hun potentie mag zijn en wat dat kan worden als je het verder uitpakt, maar die konden niet verder komen dan dat.

En dan heb je nog een groep mensen die zo in hun potentie leeft, alsof die er al per direct kan zijn, dat de teleurstelling dat die er niet per direct kan zijn (omdat ze weer een menselijke gestalte hebben en daarmee imperfect zijn en dat iedere kwaliteit en gave hier niet in volle glorie getoond kan worden), zo gecompenseerd wordt dat ze hun potentie ook niet waar maken, terwijl ze dat makkelijk hadden kunnen doen.

Marieke de Vrij: "Dus je ziet, er is een enorme variatie met nog veel onderscheidende lagen."

Zit het in de genen?

Schept een bloedband risico?

Is er in een gezin meer kans op verslavingen als het al vaker voorgekomen is?

In algemene zin kun je zeggen dat incarnaties in een familie alle uitstaan met leerprocessen. Dat wat in een familie geschiedt, is spiegelend of ondersteunend in relatie tot je eigen zelfwerkzaamheid naar jezelf. Het kan bijvoorbeeld zijn dat je zelf verslavingsgevoelig bent geweest in een eerder leven en deze keer verslavingsgevoelige ouders treft, zodat je zeker weet dat je daar niet meer in wil geraken. Je krabbelt alle moed bij elkaar omdat je voelt wat het betekent vanuit de andere kant, wat een verslaafde doet met jou. Dan loop je nu juist niet het risico. Andersom kan het ook gelden: je hebt bijvoorbeeld een vader die gebukt gaat onder veel te grote verantwoordelijkheden die hij dagelijks aan moet gaan om zijn gezin financieel te ondersteunen. Een vader die eigenlijk allerlei werk doet wat hem niet eigen is, en als compensatiegedrag begint hij met drinken en op een gegeven ogenblik kan hij niet meer stoppen. Jij maakt dat

proces mee, maar je hebt misschien dezelfde karaktereigenschap van aanpassen en dingen gaan doen voor het welbevinden van anderen en het biertje loert je extra genadig aan ter compensatie van je aanpassend gedrag. Dan kan je meeglijden in het proces van je ouders als je niet goed kijkt waarom je vader in dit proces verzeild is geraakt. Je krijgt een spiegeling, maar je neemt de spiegeling niet serieus en glijdt af in hetzelfde fenomeen. Terwijl je misschien met het bewustzijn van nu en met meerdere keuzemogelijkheden van beroepen, wellicht een vak had kunnen kiezen dat je prima past, waardoor je minder hoeft te compenseren. De omgeving waarin je incarneert is bedoeld ter ondersteuning en spiegeling van je proces van zelfwerkzaamheid. Dus het kan werkelijk zo zijn dat in je genen meerdere generaties van alcoholisten (of een andere verslaving) meegegeven zijn, maar dat hoeft niet noodzakelijkerwijs in te houden dat jij je zwakke wil handhaaft. Je krijgt juist een oproep om ermee werkzaam te zijn.

Als je bang bent dat je je verslaving niet kan overwinnen, dan kijk je makkelijker naar anderen die het ook niet overwonnen hebben, dichtbij jou. Daardoor kunnen zij een vergoelijking zijn voor een afglijproces. Soms heeft één van de ouders zelfmoord gepleegd, en vervolgens een broer, zus, of nog een ander familielid. Het wordt daarna steeds moeilijker voor diegene om staande te blijven met zulke voorbeelden. Terwijl het er dan juist op aankomt dat jij niet het leven leidt van die ander, maar dat van jezelf. Je wordt uitgenodigd de eerste te zijn die het tij keert, zodat de nazaten niet meer om hoeven te kijken naar het verleden.

Ouders kunnen een diepe behoefte aan bevestiging hebben en een groot verlangen om gezien te worden. Kinderen leven hun leven en ouders zijn een onderdeel van hun grotere leven. Kinderen kunnen soms van nature hun ouders bevestigen omdat ze onvoorwaardelijk van hen houden, maar ze zullen lang niet altijd in woord en daad hun ouders bevestigen. Een ouder bevestigt ook niet altijd zijn kinderen met woord en daad. Ouders die hun eigen stukken niet aannemen 'compenseren' waar de kinderen bij zijn en hebben kinderen die hetzelfde gedrag tonen als zij het moeilijk hebben. Er zijn veel en vaak situaties waarin je als ouder de kans krijgt om nieuw gedrag te tonen. De kinderen nodigen de ouder daartoe uit, omdat ze hun eigen gedrag spiegelen. Dan is het wel tijd voor de ouder om in beweging te komen.

Marieke de Vrij: "Mijn begeleiders zeggen altijd: bij een overlijden word je nooit beoordeeld op wat je bereikt hebt, maar op je intentie tot leven. Dus als je investeert in intentie ben je al op de voorbereidende weg voor straks. Je verleden is wel je reisgenoot van ooit, maar het hoeft niet je reisgenoot te zijn voor je toekomst. Je herinneringen zullen blijven, maar het worden steeds zachtere en zwakkere signalen, omdat je steeds meer investeert in het heden en wat het nu gaat vormen. Daarmee bezegel je ook een vrijere toekomst."

Hoe is ervaringsdeskundigheid met verslaving dienstbaar in te zetten?

Marieke de Vrij: "Mijn begeleiders zeggen: schuldgevoel is niet productief, spijtgevoel dat is mooi, want dan ga je vanuit je spijt oefenen met vernieuwend gedrag. Schuldgevoel is zoals het Bijbelse verhaal van Lots vrouw, die keek om en werd een zoutpilaar. Er gebeurde niets meer, ze verstijfde in het schuldgevoel. Dus als je last hebt van schuldgevoel over een verslaving, dan zet je jezelf volstrekt vast. Oefen jezelf om het verschil te vinden tussen een schuldgevoel dat je lam legt en een spijtgevoel dat creativiteit kan uitlokken en nieuwe kansen vanaf het moment nu. En lukt het je vandaag niet, dan is morgen weer een nieuw nu."

Veel hulpverleners werken met methodieken, waardoor ze niet naast iemand staan, maar vóór of achter iemand. Dat maakt dat iemand zich cliënt blijft voelen, terwijl die eigenlijk een medestander zoekt die het pad al bereisd heeft. Dus als je je profileert als een medestander die het pad al bereisd heeft, heb je vermoedelijk een grotere kans van slagen, dan wanneer je je als methodisch werkende hulpverlener profileert. Als je als ouder of als coach bijzonder geraakt bent op verslavingen, kan het zijn dat je zelf de risico's kent van mensen die niet in zichzelf zijn, omdat ze onder invloed zijn van alcohol of andere middelen. Die risico's kunnen voor hen zelf zijn, maar ook voor de gemeenschap waartoe zij behoren. Het kan zijn dat je daardoor een allergie hebt opgebouwd voor zaken die een natuurlijke aanwezigheid ondermijnen. Het heeft te maken met je waakzame bewustzijn; je wilt in contact blijven staan met de mensen in je omgeving. Zo'n waakzaam bewustzijn is wellicht door levens heen gevormd, omdat er elementen in de omgeving actief waren die destructief waren, waardoor je oplettend moest zijn. Maar zo'n kwaliteit blijft bestaan, ook als die alertheid niet meer nodig is. Die is dan wel meer ontspannen aanwezig.

Wat betreft de begeleiding van kinderen: verbinding creëren vanuit een open hart, omdat je het zelf wenst, is van een hoger gehalte dan wanneer het plotseling geschiedt door beneveling van denken, beneveling van controlesystemen in jezelf, en beneveling van over oplettenheid waardoor je uit verbinding raakt. Dus wanneer kinderen weten dat ze vanuit hun eigen inzet kunnen kiezen voor verbinding naar mensen die ze vertrouwen door controle los te laten, door over oplettenheid los te laten, en door hun hart dus te verbinden met de ander, dan hebben ze geen middelen nodig om zich verbonden te voelen op een festival bijvoorbeeld.

Omdat er zo'n hoge mentale alertheid verwacht wordt op scholen, zie je hoe het middelengebruik insluipt. Kinderen drinken steeds jonger: 14 jaar begint steeds gewoner te worden. Maar ook controle die je steeds uit moet oefenen word je aangeleerd op school. Al die zaken die al te jong aangeleerd worden zijn een sta-in-de-weg voor natuurlijke verbinding. Als je bijvoorbeeld uit een onveilig gezin komt, waardoor je al wat groeven op je 'herinneringsplaat' hebt staan, kost het tijd om dat af te leren en dan is 'druk' een versneller om te voelen hoe het kan zijn om middelen te gebruiken.

Ayahuasca

Marleen Oosterhof deelt eerdere inspiraties over Ayahuasca, uit het archief van De Vrije Mare. Ayahuasca is in zwang op dit moment. Het is een thee die je in een bewustzijnsverruiming brengt. De thee komt oorspronkelijk uit een geheel andere tijd. Vroeger hadden sommige volkeren dit soort ervaringen van bewustzijnsverruiming via een thee soms nodig om te overleven. Ze wilden bijvoorbeeld 'weten' waar de buffels zaten om aan voedsel te komen. Ook hadden ze behoefte aan contact met hun voorouders. Ze gingen op die momenten kunstmatig de bewustzijnsverruiming aan via die Ayahuasca thee. Dit zijn echter tradities die op overleving gestoeld waren en die te maken hadden met het behoeden van je volk. De traditie van Ayahuasca drinken werd ingezet in een cultureel verband.

Als je echter in de huidige tijd, waarin je bewustzijnsverruiming ook 'bewuster' kan bereiken, dat middel gaat gebruiken, kan het behoorlijk met je op de loop gaan. Het risico met dit soort theeën is, dat jij het tempo van je ontladingen totaal niet zelf kan bepalen. Je maakt geen bewuste keuze welk deeltje van jezelf

op dit moment aandacht nodig heeft om daar mee aan de slag te gaan. Door het 'middel' kan het ongecontroleerd naar boven komen. Er zijn natuurlijk mensen die precies op het goede moment door het middel het juiste zetje in hun bewustzijn krijgen en daardoor 'verder' komen in hun ontwikkeling. Maar er zijn veel mensen die het middel uit nieuwsgierigheid gebruiken en daardoor ongecontroleerd in aanraking komen met ontladingen van weggestopte herinneringen waarvan het moment nog niet rijp is voor verwerking. Dat is dus een gevaar, dat moet je wel degelijk weten en aankunnen.