



## **Autisme en een normale tot hoge verstandelijke begaafdheid**

Hierna volgt de verkorte versie van de 3<sup>e</sup> themadag autisme in 2017.

Tijdens deze themadag over 'autisme en een normale tot hoge verstandelijke begaafdheid' worden nieuwe inspiraties vrijgegeven. Gedurende de dag vindt er steeds meer verdieping plaats, niet alleen vanuit mijzelf, Marieke de Vrij, maar ook vanuit het interactieveld met de deelnemers. Hun vragen zijn oproepende krachten om tot meer verdieping te komen.

## **Lezing Marieke de Vrij**

### **Al langer bestaande verbindingslijnen de mens met autisme en zijn 'omgeving'**

Er is veel te zeggen over autisme, ook verdergaand dan we tot zo ver hebben opgelicht. Nu staan centraal de verbindingslijnen die gevormd zijn, onstoffelijk al, tussen hen die later met het thema autisme te maken krijgen als een persoon die autistische kenmerken heeft, en de directe omgeving waarin deze persoon vertoeft. Verbindingslijnen zijn gevormd op basis van zielsverbindingen tussen nu levende mensen die elkander al eerder in de onstoffelijke wereld en soms ook al in de stoffelijke wereld (als je in reïncarnatie durft te geloven) verkend hebben en piëteit naar elkanders levensweg hebben opgebouwd. Je kunt ogenschijnlijk overvallen worden door autisme, in eigen persoon of in een iemand met autisme in je directe omgeving, maar de verbinding is ouder en bewuster gekozen dan je doorsnee durft aan te nemen.

Hier is iemand uit een gezin waar meerderen autistisch zijn. Je kunt je afvragen: "waarom is dit in ons gezin? Is het een beproeving? Wat hebben we er aan te leren"? Op een meer spiritueel niveau kun je zeggen dat er een vooropgezet plan gaande is ter scholing van allen. Maar het vraagt moed om dat te aanvaarden. Het is niet zomaar vanzelfsprekend. En omdat we doorsnee te weinig aanvoelend zijn wordt er ook kortzichtig geredeneerd: 'Het overkomt ons', en 'Hoe spijtig', en 'Ik had het anders gewenst'.

Daarom was ik ook zo gelukkig met die serie onlangs op televisie waarin iedere persoon met autisme gevraagd werd: 'Had je, als je een wens had, niet een vorm van autisme

willen hebben?' En unaniem spraken ze uit dat ze hun autisme nooit hadden willen vermijden omdat het hen zelf iets gegeven heeft en ook aan de mensen om hen heen.

### **Leerervaringen voor de mensen in de omgeving van een persoon met autisme.**

Welke zijn hun leerervaringen en hoe kunnen zij zichzelf tegemoet treden om die leerervaring positief te ondergaan, zodat er geen smet op rust?.

Ik ga daar nu op afstemmen.

1. Allereerst: **iemand met autisme is eigengereid en zelfbewust ten aanzien van de eigen behoeftesfeer. Doorgaans incarneren zij op plaatsen waar in mensen veel wiebeligheid is over wie ze nu werkelijk zijn, wat ze zelf willen en of ze wel voldoende uithoudingsvermogen hebben om zichzelf een goede plaats te bereiden.** In de omgeving van een persoon met autisme word je dus voortdurend getoetst of je voldoende eigenwaarde overeind houdt om zelfbeslissingsgerechtigd te zijn, zelf ruimte ervaart om ook buitengewoon eigenzinnig te worden. Want het voorbeeld daartoe krijg je elke dag aangereikt! De omgeving spiegelt wat je zelf meer mag aannemen: dat jouw leven ruimer gevuld mag worden door eigenzinnigheidsgedrag, een natuurlijke eigenwaarde en zelfbehoud. Wanneer je daar goed in oefent vind je veel herkenning bij je kind of leerling met autisme!

Sterker nog, veel mensen met autisme willen graag met rust gelaten worden wanneer zij innerlijk gefocust zijn. Zij zijn niet open voor onderbreking. Zij kunnen gemakkelijk gestoord worden door geluidsoverlast wanneer mensen kris kras lopend en bewegend een ruimte bezetten. Ze hebben behoefte aan een territorium. Ieder die eigengereid is en een natuurlijk belevingsveld wenst te handhaven kost het al moeite om enig territorium te voelen. In omgang met iemand met autisme word je territoriumgevoeliger. Dat is een surplus op je leven omdat je dat doorgaans mist in jezelf.

*Op een positieve manier tot elkaar veroordeeld: een creatieve constellatie*

Waarom zijn verbindingen als deze al onstoffelijk gecreëerd voordat feitelijke geboorte van de deelnemers in de constellatie plaatsvond? 'Constellatie' houdt in: een samenhang van mensen met een specifieke bedoeling, waardoor ze op een positieve manier tot elkaar veroordeeld zijn. 'Veroordeeld zijn' omdat het vaak veelvragend is. Maar als je het bewust beleeft vind er in de samenhang met elkander een creatie plaats die je niet voor elkaar gekregen had zonder die

samenhang. In de onstoffelijke wereld is een bewustzijnsveld actief waarin men beseffend is wat ieder mens uiteindelijk nodig heeft om het meest tot zijn recht te komen in de aanmaak van nieuwe mogelijkheden die voorheen niet in die mate aanwezig waren. De uitdagingen die je elkander dus aanreikt, door de verschillen die de mensen uitbeelden, geven dus een optimaal uitdagend veld waardoor je je buitengewoon belast kunt voelen, maar ook buitengewoon aangesproken weet. Dus als je het woord 'belastheid' weglaat (want dat is het meest alledaagse in de uitleg van 'Waarom overkomt mij dit nou?') en je ziet het als een uitdaging die jou treft, dan ga je er bewuster mee om en heb je er baat bij.

Een persoon met autisme in een vergevorderd stadium van autisme zal zich niet eenvoudig aanpassen, liever totaal niet. En daar heb je het dus mee te stellen. Echter, waar je het echt mee te stellen hebt is jouw eigen gedrag daarnaar toe. Want in afstemming tot de ander word jij aangesproken om bewust met jezelf op een niet-stremmende manier om te gaan en - vanuit zelfbehoud in wie jij bent of wenst te zijn - word jij meer aanvoelend in wat jij nodig hebt in rechtstreeks contact met de ander. Dat houdt in dat het interactieveld steeds gevoelig en nooit algemeen verloopt, altijd in afstemming tot de ander, maar het liefst allereerst tot jezelf. Want de ander spiegelt: eerst jij en dan de ander.

2. Het tweede is: **degene met een vorm van autisme duldt doorgaans geen afleiding**. Waarom is jouw leven gevuld met afleiding om jezelf te worden? Welke afleidingen kun je schrappen om wat narcistischer jezelf te mogen zijn? Hier zegt iemand: 'Zo zijn we niet opgevoed'. Nee, daarom krijg je een kind/familielid met autisme op je dak! Want de inlevendheid in de ander wordt uiteindelijk een stoorzender in jezelf, omdat je jezelf te veel uitholt wanneer je voortdurend alleen maar inlevend bent naar de ander en te weinig naar jezelf toe gericht. De persoon met ASS behoeft aandacht in vrijlating. Hoor je het type aandacht? En jij behoeft aandacht in centrering van wie je zelf bent. En daar heeft de ander het ook mee te doen. Hoe meer gescheiden ruimte daar tussen zit, hoe makkelijker je elkaar vindt in de intimiteit van het samenzijn, bewust wetend dat je de ander vrij laat, maar in een toegenegen verbond. Dan is er over en weer geen overvraagdheid. En natuurlijk, als ouder moet je de was draaien of koken, maar dat had je voor ieder kind gedaan.

Waar het om gaat is dat je selectief gaat kijken wat ieders vermogen is, en dat ieder naar zijn eigen vermogen leeft, naar beste kunnen. En over de zorgtaken die gemoeid zijn met het verbond: bevoel wie het meest in staat is daar op een natuurlijke manier verantwoordelijkheid voor te dragen, zonder daarin

buitengewoon uitgerekt te worden. Het is, altijd weer, een kwestie van geven en nemen.

Er werkt ook een natuurlijke opvang doordat er nu eenmaal mensen in die constellatie geplaatst zijn die karakterologisch tot meer of minder in staat zijn. Echter, hoe eerlijk durft een mens zich daarin te tonen? Want wanneer de aanpassing sterk vlot zijn sommigen te flink en anderen te onaangepast. Het is de kunst te kijken naar de ontkieming van een persoonlijkheid: in de kern ligt al - en in het opgroeien wordt dat steeds meer zichtbaar - hoe iemand karakterologisch in elkaar zit, hoe je baat kunt hebben bij de verschillen. En hoe je dus de verantwoordelijkheden van de gemeenschap die in die constellatie ligt een plek geeft, naar gelang de natuurlijke talenten van mensen zich ontvouwen.

Ik zal dit stukje hiermee afronden. We zijn even een moment stil zodat jullie het kunnen laten bezinken.

*Vraag naar aanleiding van dit eerste deel van de lezing*

**Vraag. Omgaan met 'moeilijke' naaste met autisme: wat werkt?**

*De eerste vraag is van een deelneemster die uit een gezin komt met een autistische broer en zus. In het voorstelrondje gaf zij aan dat ze zich met name in de omgang met haar zus met autisme haast geen raad meer weet. Haar vraag is: hoe kan ik mijn omgangsvorm tot haar minder stressvol laten zijn?*

Jouw zus gedraagt zich als een veelweter en een betweter. Dat stoort je buitengewoon. Want jouw inlevend gedrag is, zou ik haast zeggen, je handelswaar geworden. Hoe kan je zus je dan meteen afstoten, terwijl zij niet deskundig is en jij er alles van weet? Dat is het cruciale dilemma. Je voelt je dan een passant in haar leven terwijl je je toch echt betrokken opstelt. Dus je voelt je ook gedegradeerd daarin.

Ik ga er naar kijken hoe je dit handig aan kan pakken.

- Allereerst: ze houdt van jou. Dat zou je haast vergeten in haar omgangsvormen met jou. Maar dat is echt zo.
- Ten tweede: ze vindt dat jij je gelukkiger gedraagt dan zij in háár leven. Eigenlijk stoort haar dat buitengewoon want zij wil minstens zo gelukkig zijn als jij. Dus alle goede raadgevingen die vanuit geluk gegeven worden probeert ze een beetje

naar beneden te trekken, want dan ben jij even minder gelukkig en dan heb je een horizontaler contact. Zie de strategie!

- Wanneer jij haar fluisterzacht, vanuit genoeglijkheid ingegeven, vertelt hoe knus je het samenzijn ervaart terwijl je naast haar zit in plaats van tegenover haar, zal ze gemakkelijker meegaan in wat je uitdrukt. Het is dus belangrijk niet tegenover haar, maar naast haar te zitten. En zachter te spreken vanuit genoeglijkheid en in die sfeer een bondje creëren tussen jou en haar, waardoor zij innovatiever opneemt wat jij haar geeft. Zo'n gesprekstrant waardeert ze omdat je dan samen bent en jij je niet opstelt als betweter, omdat ze dat zelf al is! Dat is het antwoord. Herken je het?

Ze houdt van je, onthoud dat. Het gaat niet over de strijd. Zij wil minstens gelijkstaand zijn. Dus daarom moet je naast elkaar zitten of staan als je deelt. Zitten is dan comfortabeler want dan moet je inzakken. En zij dus ook.

*Er is nog een belangrijke vervolgvraag. Alles wordt herkend maar er zijn soms specifieke momenten. Dan belt de zus wel dertig keer, om de twee minuten, omdat ze van alles niet aankan en aan zelfdoding denkt. Die energie is zo overladend dat de hier aanwezige zus zich als het ware knettergek voelt worden door de overdruk. Zij kan het dan psychisch en mentaal niet bolwerken .*

Ik ga kijken hoe je dat op kunt vangen.

- *Water*  
Allereerst: jouw zus heeft water om zich heen nodig. Ligbaden. Drijven, bijvoorbeeld in een zwembad of waar dan ook. Ze is somtijds zo vermoeid, doordat ze haar mentale knop niet uit kan zetten, dat alleen water de oplossing is voor de afvloeiing van de mentale overdruk.

*Deelnemer: Dat wil ze niet.*

Voetenwisselbaden zijn ook helpend. Neem twee emmers waar je voeten ontspannen in kunnen staan. In de ene emmer doe je Keltisch zeezout of dr. Kneipp voetenzout. Zout is in ieder geval belangrijk. Verwarm het water in die zoutbak zo heet dat het nog te verdragen is. De andere emmer zo koud als het te verdragen is. Dat is per persoon verschillend. Wissel van emmer met je voeten. Eerst 2,5 minuut in dat hete water en vervolgens tien tot vijftien tellen in het koude water. Dat doe je ongeveer tien minuten tot een kwartier. Dan wordt de

overdruk-energie, die door de mentale 'ontzetting' in het bovenlichaam actief is, afgevoerd via het onderlichaam en via de voetzolen onthecht.

Wanneer het denken disproportioneel uitgroeit kun je niet meer stoppen met praten en niet meer stoppen met denken. In water vertoeven zorgt voor een maximale ontspanning. Daarvoor is drijven het meest ideaal. Maar warm-koud voetenbaden geeft een hele snelle trigger om met de aandacht naar de voetzolen te gaan waardoor het hoofd de overdruk gaat onthechten. Ook voor iedere persoon zonder autisme ideaal op momenten van teveel mentale spanning.

- *Wandelen.*

Wandelen, wandelen, wandelen. Want wie wandelt, wandelt de toekomst in. Je loopt altijd vooruit en niet achteruit. En dat leidt ertoe, zeker als je wandelt in de natuur, dat de overdruk vermindert. En verder: iemand met ASS heeft ook zelf verantwoordelijkheid. Dus wie niet wil luisteren blijft zich onbehaaglijk voelen. Een volwassene met autisme kan op ervaringen gebaseerd weten wat hem ontspant. Jouw zus wil niet 'dood', jouw zus snakt naar een ander, ruimhartiger leven. Ze wil meer speelruimte hebben in zelfbeleving, zonder dat anderen te dicht op haar huid zitten. Zal ik het hier mee afronden? Er komen misschien straks nog meer dingen voorbij waarmee je nog aanvullingen krijgt.

*Vervolg lezing van Marieke*

### **Autisme is een term. Overweeg het effect van 'termen-gedrag'**

Er is nog een belangrijk punt dat ter overweging aan jullie mee gegeven wenst te worden. Wie zich bezondigt aan termen-gedrag doet een mens immer tekort. Wie beroepshalve te makkelijk een term 'autisme' gebruikt kadert mensen onnodig sterk in, waardoor sommigen zich suf lezen over wat dat dan betekent en waar ze dan toe behoren. Dat doet de persoonlijkheidsstructuur altijd tekort.

Dus de mensen die hier beroepshalve aanwezig zijn zou ik willen verzoeken de term 'autisme' zo veel mogelijk los te laten en alleen te spreken over specifieke karaktertrekken, persoonlijkheidskenmerken, en het daar bij te laten.

Het is ziekmakend voor mensen om zich onder een term te voelen vallen. Voor sommige mensen geeft het tijdelijk een opluchting omdat het een verklaring aanreikt waarom ze zijn zoals ze zijn, maar de term is te veel belast voor de individualiteit die een ieder uitbeeldt. Dus leg het ook altijd uit aan je cliënten: je hebt de diagnose gehad, het is maar een woord. Jij bent meer dan een woord. We vergeten het woord weer. We hebben het over jou.

## **Eigengereidheid**

Het volgende punt is de eigengereidheid van mensen die vallen onder die moeilijke term 'autisme'. Veel mensen die die term niet hebben zijn ook zeer eigengereid. Onthoud dat! Mensen die uit een machtscultuur komen, mensen die uit de over-lerendheid en de kenniscultuur komen: allemaal opleggend. Dus iemand met het etiket autisme is één van hen allen. Je kunt het er moeilijk mee hebben maar het is een persoonlijkheidskenmerk. Dus bekijk het ruim. Had je kind of je partner niet dit stickertje gekregen, had je er ook mee te dealen. Want je had wel voor hem gekozen.

## **Autisme verdwijnt als 'de opdracht' vervuld is**

Autisme is niet af te leren. Het is een leven dat gevuld wordt met eigen-waardigheden: het heeft waarde voor die persoon zelf, tot de vervulling aanbreekt. Dan heeft het autisme-gedrag geen zin meer en ebt het weg. Dus de maat van de vervulling die men eigengereid heeft willen bewerkstelligen is ook de maat voor de opheffing die uiteindelijk plaats zal vinden. Want een vervuld mens blijft niet in hetzelfde spoor 'hangen'. Dat is zo bij ieder beroep of bij iedere creativiteitsuitdrukking: sommigen gaan tot het uiterste, maar op een gegeven ogenblik ken je alle ins en outs wel. Dan kun je het nog in herhaling beleven maar dan is de grootste interessantheid daarvan wel over. Zo is het ook met de drijfveren achter autisme. Je hebt als het ware een onderwerp of een aantal onderwerpen geadopteerd waar je helemaal in wilt. Maar als ze bevredigend zijn gerealiseerd is het geen onderwerp van aandacht meer. En als je gelooft in re-incarnatie, weet je dat talenten een aanwakkingstijd nodig hebben en uiteindelijk een voltooiingstijd. Dan heb je te maken met een meesterwerk van die persoon: een talent heeft zich zo kunnen tonen dat het alle mogelijkheden daarvan zo goed mogelijk gerealiseerd heeft. Dat is vaak ook het moment waarop iemand weer op een ander spoor van ontwikkeling gezet wordt.

## **Vraag. Is er een relatie tussen paranormale begaafdheid en autisme?**

*Een deelnemer die sinds een paar jaar de diagnose autisme heeft, heeft heel lang een praktijk gehad waarin hij magnetiseerde. Zijn vraag: is er een relatie is tussen paranormale begaafdheid en autisme?.*

Paranormale gaven worden ontwikkeld door levens heen, waarin je niet zozeer afgestemd bent op uiterlijk doen, uiterlijk luisteren en uiterlijk waarnemen, maar waarin je aanvoelend bent naar wat iemand echt wenst te zeggen, echt wenst uit te drukken en naar wat er wezenlijk aan de gang is, voorbij de uiterlijke kenmerken.

Een paranormale gave is afhankelijk van de zuiverheid van afstemming daarop. Als je altijd het achterste end van iemands tong wilt horen om vervolgens over iemand te roddelen, en je wordt helderhorend, is dat geen zuivere paranormale begaafdheid. Als je alles van iemand wilt zien voorbij wat hij uitdrukt en je wordt aanvoelend op wat iemand achterhoudt zonder dat hij het uitdrukt, maar je wilt daar op een donker makende manier mee omgaan, word je wel paranormaal begaafd, maar niet op een zuivere manier, want je gebruikt de gave ten nadele van anderen. Dus zuivere paranormale begaafdheid is totaal afhankelijk van iemands karakterstructuur.

Nu ga ik praten over paranormale begaafdheid in relatie tot autisme. Voor een zuivere paranormale begaafdheid is een enorme leegte in het denken vereist, wil een gave goed doorkomen. Als je een sterk mentaal denkkader en kenniskader hebt, ben je niet meer ontvankelijk voor een wezenlijke andere waarneming. Dus mensen moeten in zichzelf al weten wat meditatieve rust inhoudt, ze moeten weten wie ze zelf zijn om de impressies die ze gewaar zijn te kunnen scheiden van wie ze zelf zijn. En ook heel belangrijk, iets kunnen vrijgeven zonder opleggend gedrag. Zo neutraal uitgelijnd worden dat ze geen kleuring geven aan wat ze middels die gave uit laten stromen.

Een onderdeel van autisme is overbezet zijn op deelgebieden van het leven. Bij een groot aantal mensen met autisme is een overmatig denkproces gaande. Voor die personen is zuiver paranormaal begaafd zijn uiterst moeilijk en moeizaam omdat zij als ontvangstation de neutraliteit missen om op te vangen wat er bij anderen geleefd wordt of wat er als inspiratie tot je komt. Dus autisme en paranormale begaafdheid koppelen is onterecht.

Een enkele maal ontstaan paranormale begaafdheden bij mensen met autisme die een neutraal kader van afstemmen in zichzelf hebben.

Als iemand gewoon is veel te magnetiseren, dan leer je te magnetiseren zonder dat je denken er tussen zit. Dat is dan ook de kwaliteit van je behandeling. Dus de kans dat je meer gewaar bent is groter, juist doordat je er zo in geschoold bent. Dan is autisme ook niet een over-bezetheid, want er is zoveel lege ruimte om te kunnen magnetiseren, dat het autisme nooit een verstrakte eindvorm heeft. Een paranormale gave valt of staat dus met al of niet neutraal kunnen zijn.

Bij mensen met een verstandelijke beperking waar het mentale denken in veel mindere mate geactiveerd is, zie je paranormale vermogens veel makkelijker toeschieten omdat hun gevoelswereld steeds sensitiever en bewuster wordt. De maat van gevoelde afstemming en hoe lang dat actief is, kan uiteindelijk ook buitenzintuiglijk worden. Hun



gewone zintuigen breiden zich steeds fijn-zintuiglijker uit, waardoor het paranormaal genoemd wordt.

Er zijn paranormale gaven die te maken hebben met buitengewoon toegespitste aandacht voor iets waarvoor al het andere wijkt: in momenten van overgave zijn met wat je veroorzaakt, als het ware in de cadans zijn van de beweging, één te vallen met waar je bent. Soms kan er dan als toegift iets extra's toevlieden. Dat zie je met name bij uitvinders. Je hebt uitvinders die in het autistisch spectrum vallen (ze kunnen zich verbaal vaak vrij moeilijk uitdrukken) werkend in een ivoren toren, geen mensen om zich heen, alleen maar dat. Maar ze kunnen in die overconcentratie en het één-vallen met het onderwerp van belangstelling ineens een ingeving hebben.

Van Einstein wordt ook gezegd dat hij Asperger had.

We gaan de middagpauze in en ik wil jullie iets meegeven om over te mijmeren.

Kijk eens naar mensen die in jouw persoonlijk leven aanwezig zijn die niet het stickertje autisme gekregen hebben. Hoeveel eigenschappen hebben zij die met autisme te maken hebben? Een persoon met de diagnose autisme is natuurlijk wat grensoverschrijdend, maar de gemiddelde mens heeft ook aspecten, deelaspecten die daaraan relateren. Door zo te kijken maak je autisme minder speciaal. Maar de autist heeft een groter voorraadje van deze eigenschappen.

### **Vraag. Kan in een baby autisme ontstaan na vaccinatie?**

*De eerste vraag: er is een groeiend vermoeden dat autisme en vaccinatie van baby's een koppeling kennen. Er zou sprake kunnen zijn van verworven autisme doordat vaccinaties ongunstig uitpakken en wellicht een kettingreactie geven in de psyche van de boreling, waardoor autisme een feit wordt, terwijl er slechts een aanleg daar naartoe is geweest.*

Ik ga innerlijk schouwen.

Autisme heeft te maken met hooggevoelige indrukken die niet te weerleggen zijn en vasthoudend zijn. Dat maakt dat door de shock-ervaring (zowel fysiek als met een psychische component) die kan ontstaan door vaccinatie een kentering kan komen in de groeiontwikkeling van bewustzijn. Dat is sterk persoonsafhankelijk en niet goed van te voren in te schatten.

Het algemene vaccinatiebeleid houdt tot nu stand, omdat de indicaties voor risico van autisme in relatie tot vaccinatie van borelingen, in algemene zin niet aangetoond zijn.

Dat betekent dat ouders zich scherp intuïtief moeten afstemmen. Veel ouders hebben daartoe niet de mogelijkheden omdat zij niet beschikken over die kwaliteiten en zich daardoor ook niet tijdig gealarmeerd voelen. Het komt gelukkig zelden voor dat vaccinatie de oorzaak is van een directere vorm van autisme. Maar in meer of mindere mate hebben alle borelingen bijeffecten te verwachten van de vaccinaties die geschied zijn.

Een van de meest voorkomende bijwerkingen is een blokkade of juist over-activering van de gevoelssensitiviteit. Een ander bijverschijnsel is dat narcisme, niet in de zwaarste vorm maar in de vorm van een over-aandachtig zelfbesef, indirect geactiveerd wordt om de schrikreactie die vaccinatie teweeggebracht heeft, te boven te komen. Sommige baby's en jonge kinderen houden dat met name vol wanneer zij een zo aandachts-volle omgeving om zich heen hebben dat ze de beleving hebben dat de wereld om hen draait in plaats van dat zij een onderdeel zijn van de wereld. Dus de aanvankelijke schrikreactie, voortkomend uit vaccinatie en de lichte of zwaardere bijwerkingen, kortstondig of langdurig, kunnen maken dat kinderen introverter op zichzelf gericht worden, met name als een omgeving zich zeer geconcentreerd gecentreerd op dit kind richt.

Daar zal ik het voor dit moment bij laten. Als er mensen zijn die vanuit meerdere invalshoeken naar vaccinatie willen kijken, dan ben ik altijd bereid om daar uitgebreider en gedetailleerder op in te gaan. Maar dan wil ik ook graag de vragen van vakdeskundigen toegevoegd krijgen zodat ik heel zuiver gericht naar alle details kan kijken.

*Marleen: We hebben in de casuïstiek ook meegemaakt dat een kind, dat wel al (dat kon Marieke zien) in aanleg autisme bij zich had, na amandelen knippen of een schrikreactie na een andere medische ingreep toch ineens naar binnen klapte. Dus er zijn meerdere oorzaken die, als een schrikreactie op een ingreep van buitenaf, de overprikkeling teweeg kunnen brengen die de trigger voor de ontwikkeling van autisme vormt bij iemand die de aanleg voor autisme al bij zich heeft.*

Je kunt je voorstellen: een baby is nog heel ruim qua belevingsveld. Het persoonlijk auraveld moet nog gevormd worden. Dus de baby leeft in een wij-sfeer en ervaart heel veel van de omgeving. De hielprik, meteen na de geboorte, leidt al tot een onverwachtse schrikreactie omdat de baby zich daartoe nog niet weet te verhouden. Als volwassenen hebben we geleerd ons voor een injectie te ontspannen omdat je weet dat er iets gebeurt.

Een rituele besnijdenis wordt in het collectief veld van het Joodse volk al van oudsher meegedragen. Het is een heel oude traditie. Daardoor is er al veel geïncorporeerd in het veld. Vaccinatie van baby's en peuters heeft een veel kortere traditie dan de besnijdenis. Besnijdenis vindt plaats wanneer het kind wat ouder is en bekend met de traditie. Dus het kind is dan al heel lang in de onschuldbeleving.

### **Vraag . Is er een relatie tussen autisme en 'slecht in het lijf zitten'?**

*Er is een vraag over de samenhang tussen autisme en slecht in het lijf zitten.*

*Marleen: ik kan in ieder geval vanuit de casuïstiek alvast zeggen dat dat zeker vaak zo is. Door de overprikkeling van de mentale aandacht (en mentaal is dan niet alleen denken maar ook wat de zintuigen oppakken) heb je een onder-prikkeling in een ander gewaarwordingsaspect, juist vaak het lijf. Want als je te veel in je hoofd zit, is op die plek een teveel aan energie en heeft de rest van het lichaam een tekort aan energie. Dat is dus sowieso een verband. In de therapieën voor kleine kinderen ligt het accent daarom ook op het lichamelijke: knuffelen, strelen, spieren losmaken, baden, van alles en nog wat om de balans in het lichaam te herstellen. Marieke zal hier ongetwijfeld een aanvulling op geven.*

Marieke: 'gewone' mensen (zonder dat daar een stickertje opgeplakt is) hebben in het algemeen maar één energieveld. Wanneer bepaalde delen van dat energieveld meerdere uren per dag overactief aan het werk zijn, dan onttrekt dat energie vanuit andere plaatsen in je energieveld. Het maakt niet uit wat je doet of hoe je het doet, maar een over-activering van een deel van je mogelijkheden schept onder-energie in andere aspecten van je zijn. Dus de kunst is je daar steeds bewuster van te worden. En als je veel ingezet hebt op denken is het belangrijk dat voelen aandacht krijgt. Of lichaamsbeweging zodat je weer lichaamsbewust wordt. Hoe hoger de energie in het lichaam zit hoe minder lichaamsbewust een mens is. Pas als je gedurende de hele dag je tenen kunt voelen en je voetzolen en ook je hoofd, dan zit het snor. Maar als iemand vraagt 'Hoe is je lichaam?' en je voelt niet meteen je voetzolen helemaal, dan weet je dat je iets dient te doen om je weer bewust te worden van je onderlichaam.

Ik 'kijk' nu even specifiek naar de rug in relatie met autisme. Iemand met autisme wenst zich ingedekt te weten (en dat is ook de rug) dat hij met rust gelaten wordt voordat hij iets in de vorm wenst uit te drukken (wat hij toonbaar en zichtbaar wil maken). Wanneer hij steeds losgetrokken wordt van zijn eigen wenskracht is hij natuurlijk wel grotendeels aanwezig in zijn fysieke lichaam, maar het houvast aan zijn

ruggenwervels gaat ontbreken. Deze mensen willen zich doorgaans niet inhouden om anderen te plezieren, maar hebben een noodzaak om zichzelf te leven, omdat dat te lang geleden is. Daardoor zijn hun drijfveren om aanhoudend zichzelf te zijn verhoudingsgewijs veel groter dan bij de doorsnee mens. Die kan best wel eens opschuiven voor anderen en ook wel eens vaker dan dat. Die kan zich ook, bijvoorbeeld, geheel verliezen in humor om zichzelf, maar daarbij zichzelf niet laten zien, en ga zo maar door. Je kunt allerlei gedragingen ten toon spreiden zodat een ander maar niet kan waarnemen waar je feitelijk bent. Een persoon met autisme kan dat niet. Die moet met zichzelf dealen. Die heeft geen speelruimte. Dat is een groot voorrecht, want hij kan er niet onderuit. Maar wanneer anderen willen dat hij zich anders voordoet dan hij feitelijk is, kan hij dat innerlijk niet goed verteren. En dat geeft problematiek tot in de ruggenwervelkolom toe.

Nog een kleine aanvulling: iemand met een vorm van autisme wil onwrikbaar zichzelf blijven. En als hij losgewrikt wordt geeft dat een heel stressvolle rug. Hoewel hij veel van anderen houdt, en dat is oprecht, is zijn marge om aan te passen doorgaans minder groot dan bij anderen. Anderen zijn ooit, of in dit leven, meer zelf-doorvoed geweest

### **Vraag. Welke interventievormen zijn het meest steunend voor (normaal begaafde) kinderen met autisme?**

Ik ga afstemmen.

- Allereerst: rustig, aandachtig spreken, gefocust op de woordoverdracht zonder bij-ruis van andere zaken.
- Het tweede is: gehoor geven aan wat het kind zelf toont als reactie hierop.
- Drie: invoelend spreken voorbij de grenzen van mimiek en letterlijke uitdrukking. Dat kan ook in taal. In feite is dat al een aanleg voor paranormale omgang omdat je communiceert met wat je niet gezien en niet gehoord hebt. Je kunt je scholen om fijnzinniger af te stemmen, dieper gaan kijken en luisteren dan de ander zich kan duiden en kan uitdrukken. Dat is een hele scholingsweg.
- Het volgende: nooit overhoren maar er meer spelenderwijs achter komen of iemand, in dit geval het kind, het begrepen heeft. Want overhoren laat vaak een kleinerende indruk achter. Omdat het etiket autisme al stigmatiserend kan

werken, moet je daar buiten blijven. Jij bent de veilige plek. Niet stigmatiserend. Dus je overheert nooit. Je onderzoekt spelenderwijs, ervaringsgewijs waar de ander was en hoe hij er mee omgegaan is.

- En als laatste: knuffelgedrag is geoorloofd, maar nooit overhaast of tegen de wil van de ander. Ook dit vraagt verfijnde afstemming omdat niet ieder kind met autisme knuffelgevoelig is. Er zijn kinderen/jongeren met autisme die het meer dan genoeg vinden om door een dierbare aangehaald te worden. En anderen moeten er niet eens aan denken, want ze zijn nog een vreemde van hun eigen huid. Het is hier ook weer intuïtie: voelen, voelen, voelen hoe de ander in elkaar zit. Niet welke jouw behoefte is.

### **Vraag . Kan autisme ontstaan door een trauma?**

*Er is een vraag die nog niet helemaal in zijn eindformulering is bij de vraagsteller. Maar wat ik er bij aanvoel is: je kunt als een persoon met autisme geboren worden maar kun je ook autistisch worden naar aanleiding van ervaringen die totaal niet verwerkt zijn. Op het moment waarop het geschiedt en de fase daarna?*

Omdat mensen heel verschillend zijn heb je mensen die 'explosief' zijn en mensen die als het ware naar binnen klappen, tot stilstand komen en gewoon niet meer weten en alleen maar stil vallen. Bij deze laatste groep kunnen kenmerken zichtbaar worden die lijken op het label 'autisme' omdat ze erg eenzijdig oplossingsgericht, haast fysiek ingegeven en zonder psychisch overzicht, verzand raken in zaken die herhaling uitlokken. Bijvoorbeeld iemand die helemaal getraumatiseerd is en niet weet wat hij doet, zit alleen maar op zijn bord te tikken met de lepel waarmee hij de soep zou moeten eten. Dat kan als autisme aangemerkt worden maar is het niet. Dat is niet het autisme zoals dat nu vanuit de psychologie of de psychiatrie gezien wordt. Dit gedrag kan ook zijn oorsprong vinden in een onverwerkt trauma. Maar de kenmerken zijn overeenkomstig.

Het onverwerkte trauma kan in dit leven ontstaan zijn maar kan soms ook voortkomen uit traumatische ervaringen in eerder levens, met name als je zeer traumatisch sterft en dus 'onverwerkt' overgaat naar de onstoffelijke wereld. Voor het trauma dat je opgelopen hebt heb je de technieken van de 'ontpelling' nodig. Dat is een andere aanpak dan de normale omgang met iemand met autisme die gewoon is wie hij is.

De gouden regel bij zware trauma's is: probeer iemand in het herinneringsveld te brengen van vóór de traumatische ervaring. Daar ligt de energie, de reserve, het

krachtenveld waarmee je langzaam de ontpelling aan kunt gaan van het latere trauma. Het vraagt een heel voorzichtige aanpak waarbij je moet werken met gezonde, ongetraumatiseerde energieën van de persoon. Daardoor wordt het hoger zelf in die persoon, dus het wijzere deel in deze mens, de coördinator van het herstelproces. Dat ga je steunen. Dit is te ingewikkeld om dat nu uitgebreid te behandelen, ook omdat het iets anders is dan het werken rond autisme.

### **Vraag. Hoe kom ik af van 'overuren draaien in mijn hoofd'?**

*Er is een mooie vraag van een 24-jarige jongeman die ook dat etiketje 'autisme' heeft gekregen: Ik schiet te snel in mijn hoofd. Als iets tegenvalt of niet loopt zoals ik het had gewenst, dan gaat mijn hoofd overuren draaien. Ik wil daar dolgraag van af. Dit heeft ook gemaakt dat ik in het verleden wat meer sportblessures opliep omdat je je lichaam moet kunnen vertrouwen en niet onzeker zijn. Ook bij stage lopen of andersoortige werkzaamheden: als je hoofd er te veel tussen zit gaat het niet meer spontaan. Dan stroomt het niet lekker uit.*

Ik ga kijken wat jou steunt. Ik ga eerst een aantal heel basale dingen zeggen.

- Het is belangrijk dat jij dagelijks checkt of je voeten en je enkels warm zijn. En ook je polsen en je handen. Als je veel in het hoofd gaat worden de voeten, de enkels, de polsen en de handen kouder. Die mensen krijgen op den duur ook een heel koud onderlichaam. Dan is het lichaam te koel.  
Zodra je merkt dat je in de dagen zit dat je voeten niet warm genoeg zijn, dan doe je lekker polsbandjes om. Je doet lekker warme sokken aan. En als de benen en de voeten nog niet warm genoeg zijn, 's nachts gewoon met sokken aan slapen. Helemaal niets mis mee. Want dat activeert dat je elke keer makkelijker dat lichaamsbewustzijn van voeten en handen weer kunt voelen. Dat is heel praktisch en kost de minste moeite.
- Het tweede is: je bent zelfverzekerder dan dat je uitstraalt. Willen anderen dat zien dan is het belangrijk dat je rustiger spreekt, helder, mensen aankijkt en hen daarmee ook dwingt tot luisteren, zodat ze een ander beeld over je vormen. Want jouw intentie is goed. Jij bent iemand die een heel goede werkkraft is als je in rust kunt functioneren. Als je een ander daarvan overtuigt, dan kun je bij wijze van spreken diens zegen krijgen, want dan zul je het ook goed afmaken.

Dus de beeldvorming over jou moet je veranderen door zelf heel rustig iemand aan te kijken, te spreken en te zien hoe die ander daar op reageert. En als die ander afdwaalt met zijn gedachten dan zeg je gewoon "Sorry meneer, ik ben nog niet uitgesproken".

- Ik zie nu - maar jij zult dat vaker merken - dat je niet met je hele voetzolen op de grond zit. Het dient een nieuwe gewoonte van je te worden dat je voeten helemaal op de grond rusten als jij zit. Want alleen al door die houding kan er niet teveel energie naar het hoofd. En als jij tussentijds gaat oefenen met "Voel ik mijn voeten nog op de grond staan?", dan neemt de overdruk van denken af.

- Je zegt ook: "Ik word met name onzeker als mensen op me letten. Of wanneer ik vermoed dat ik iets niet goed genoeg gedaan heb".

Ik zou zeggen: wees minder afgestemd op deze mensen en meer op jezelf. Wat ik daarmee probeer te zeggen: je kunt die ander altijd voorrang geven met wat die denkt en voelt en meent, maar het is belangrijker wie jij bent en wat jij ervaart. Dus als iemand iets vindt, mag jij er ook het nodige van vinden. En dat kan anders zijn dan de mening van die ander. Je dient niet de strijd aan te gaan, maar rustig te zeggen: "Ja, dat voelt u zo in maar ik ervaar.." en dan vertel je wat jij ervaart.

- Jij kunt een vlotte prater zijn als je in goeden doen bent. En dat is gezellig, onderhoudend, maar soms kan dat uiteindelijk ook te vermoeiend zijn voor de ander. Als anderen al vol zijn met andere indrukken moeten ze eerst verwerken wat jij gezegd hebt. Dus ik zou je willen aanraden: als je praat, nooit langer dan vijf minuten en dan even stil zijn voordat je weer terugkomt op het onderwerp. Dat is makkelijk aan te leren. En ook je hoofd maakt dan geen overuren, want je weet: ik heb even pauze en pas daarna denk ik wel over wat ik straks wil vertellen.

- Jachterigheid van mensen is jou een doorn in het oog. Als mensen te overhaast zijn, te veel spreken, te veel willen, altijd kruis in hun kont hebben noem ik het maar, daar word jij helemaal tureluurs van. Misschien wordt het tijd dat je het eens af en toe hardop uitspreekt. Want anderen hebben er geen erg in dat het een stoorfactor is voor jouw concentratie omdat het je afleidt. En als je daardoor alles iets minder goed doet is het nog maar de vraag of jij het minder goed wilde doen. Je wordt gewoon erg afgeleid. Dus wil jij je fijn kunnen concentreren, dan heb je wat rustige ruimte nodig. En als je een keuze

hebt in waar je werkt of hoelang je ergens werkt, kijk dan steeds of die werkplek ook rust voor jou heeft. En of de mensen die om je heen lopen of in de buurt zitten, niet te opgejaagd zijn, want dat doet jou geen goed. Hen doet het ook geen goed, dat weten ze nog niet.

Houd vooral moed, want volgens mij ben je een hele mooie bijzondere jongen met heel veel in huis. Heb daar vertrouwen in.

- Ik kan nog even kijken naar waar je kracht zit, als ondersteuning. Want als je dat goed weet kun je die vaak gemakkelijker aanwakkeren. Je houdt er heel erg van om overeenstemming te bereiken. En vindt het heerlijk als alle neuzen dezelfde kant op staan. Jij bent ook een bemiddelaar om mensen ervan te overtuigen dat een gemeenschappelijke richting vaak beter werkt dan dat iedereen maar iets voor zichzelf doet. Je bent dus ook een verbinder en dat is echt niet iedereen met het etiketje autisme. Het is een mooie kwaliteit. Omdat jij je daarin nog veel sterker kunt ontwikkelen is het gewoon goed om te kijken hoe je dat beroepsmatig in kunt passen.

## **Vraag. De hoogbegaafde mens met autisme**

*Indertijd heeft deze themadag de titel gekregen 'voor normaal begaafd- en hoogbegaafden in relatie tot autisme'. Er is een verzoek of ik nog specifiek wil kijken naar de hoogbegaafde autist.*

Allereerst: 'hoogbegaafd' is een betiteling die vele varianten kent. Het kan gaan om hoogbegaafd zijn qua intellect; dat kan dus het IQ zijn. Maar het kan ook gaan om hoogbegaafd op gevoel of hoogbegaafd op reuk, of hoogbegaafd op hele andere onderwerpen. De hoogbegaafdheid is zo vooraanstaand dat in het vergelijken met anderen (dat vanuit de buitenwereld vaak plaats vindt) een verschil opgemerkt wordt dat buitengewoon groot is. Hoogbegaafdheid is in de cultuur van de Westerse wereld vaak gekoppeld geweest aan de hoogte van het IQ. Maar het is ook bekend dat mensen met een heel hoog IQ soms helemaal niet goed uit de verf komen en zelfs in een psychiatrische inrichting verblijven.

Ik heb vaker gewerkt met een groep mensen die hoogbegaafd zijn. Als ik ze ging duiden in hun hoogbegaafdheid dan wilden ze niet meer dat ik stopte met praten, omdat ze het



gevoel hadden eindelijk ergens thuis te komen in zich gezien weten, ook in de complicaties die hoogbegaafdheid met zich brengt.

Ik ga kijken of specifieke zaken benoemd dienen te worden als het gaat om de hoogbegaafde mens met autisme.

**Het is niet zo zeer de hoogbegaafde mens met autisme die uitzonderlijke aandacht behoeft, maar het veld daar omheen.**

Ik ga kijken wat het veld om de hoogbegaafde persoon met autisme nodig heeft.

De hoogbegaafde mens met autisme wordt vaak tot uitputtingsgevoeligheid toe bevroegd om zijn meer-kunnen. Hij wordt nogal eens (dit is een gek woord) een 'statusdier' voor de omgeving. Het komt nog te veel voor dat wat dat kind of die persoon allemaal kan afstraalt op de omgeving. En sommige omgevingen krijgen daar niet genoeg van. Dat gaat dan ten koste van de hoogbegaafde autist.

Maar zo kan het ook gaan met de hoogbegaafden in onze maatschappij die niet autistisch zijn. De ophemeling van de deskundigheden of kundigheden die men roemt veroorzaakt zoveel overvraagdheid dat er tekorten ontstaan in de persoon zelf die het uitbeeldt.

*Wat zijn de risico's van die tekorten?*

Het spiegelt zich: zo'n mens voelt zich, om te zijn wie hij is, ook afhankelijk van medewerking van anderen. En wanneer er een beloningssysteem actief wordt dat je - wil je de winst van erkenning behouden - verleidt om je zus of zo te gedragen, dan komt zo iemand in een dilemma hoe hij zich daartoe zal verhouden. En, omdat iemand met autisme met name gevoelig is voor het door-uitzoeken van waar hij zichzelf in weet, is hij dus ook gevoelig voor de winstkenmerken die een omgeving hem schenkt wanneer hij maar doorgaat.

Dus wanneer een omgeving niet voldoende invoelend is voor wat gezonde rustmomenten zijn, dat meer kunnen ook een tijdelijk platform verdient van met rust gelaten te worden met wat dieper mag beklijven, dan kun je zo iemand de gekte in drijven, waardoor hij of zij zich zo afgesneden voelt van de maatschappij waarin hij leeft, en zich zo niet geweten voelt door zijn meest nabije mensen, dat hij tot in het merg van de botten eenzaam wordt. En dan is het dus niet goed gegaan.

Dus: wat iemands deskundigheid ook is, hij is wie hij is. En voor hemzelf is zijn exclusieve gave dood- en doodnormaal. Zo niet, dan bezit hij zijn gaven niet goed genoeg. Dan moet hij er nog eigenwaarde aan ontleenen, of status of wat dan ook. Je wordt er niet gelukkig van als je kwaliteit er alleen maar is om er jezelf mee te prijzen. Dan doe je jezelf te kort, want je bent goed genoeg zoals je bent.

Als een hoogbegaafde persoon met autisme dus in zijn doen en laten afhankelijk gemaakt wordt van wat hij prijs geeft aan kundigheid, dan werk je iemand naar uitputting toe. Dat is dus de waarschuwing.

Je kunt iemands gedrevenheid prijzen maar je kunt er geen Übermensch van maken. Iemand verdient ook zijn gewone doen, al is het maar lekker in bed liggen met een lakentje over je heen.

De beroerdigheid van mensen met bepaalde gaven is dat hun gave altijd in de aan-stand moet zijn. Maar zij moeten bij tijd en wijle vooral ook de uit-stand goed weten te vinden. En als een omgeving daar niet ondersteunend in is, doe je zo iemand te kort, want die brandt te snel op.

Buiten is het prachtig, de vogels zingen. Je moet je eens voorstellen dat zo'n vogel geprezen wordt om zijn zingen. En dat hij het bewustzijn zou hebben dat als hij nog meer zou zingen, hij nog meer prijzing zou krijgen. Het beestje komt echt eerder om het leven. Dat snapt iedereen.

Dit geldt dus ook voor een hoogbegaafd iemand: hij moet in zijn eigen cadans zijn begaafdheid bewaken. Maar niet in de mate van wat anderen van hem wensen.

### **Vraag. Dochter met PDD-NOS en ADD is totaal 'vastgelopen'.**

*Er is een vraag over een dochter met PDD-NOS en ADD. Het meisje loopt helemaal vast. Zij is uitzonderlijk veel-begaafd, maar ze is de wanhoop nabij. Ze vindt het heel erg moeizaam om voort te gaan. Is er iets dat kan steunen?*

Er zit heel veel tegenzin in haar om nog maar iets te doen. Dat is in wezen het meest gezonde deel in haar, want ze dient voorlopig niets te doen. Ze voelt nog zuiver aan wat nodig is. Ze moet alleen nog van zichzelf en anderen volstrekte toestemming krijgen om niets te doen. Beter nu wachttijd inlassen en straks een prachtige opbloei tegemoet gaan, dan meer doen en voorbij de grens van willen te gaan. Want dan kan ze het leven niet meer aan en dat is wat niemand wil.

Waar is ze begaafd in? Misschien steunt het haar om te weten welke haar mogelijkheden zijn, zodat ze ook rust durft in te lassen om te bekomen van het vele wat ze al bereisd heeft.

Er is veel jaloezie van anderen naar haar toe gericht geweest, ongewild. Maar dat heeft haar beperkt om zich vrijelijk uit te drukken op plaatsen waar ze graag als één van allen gezien was geworden.

Daarnaast heeft zij ook, ik zou zeggen, iets over-bemoederend in zich. Als het mensen echt niet goed gaat wenst zij daar zorg aan te verlenen op een zodanige manier dat de ander zich meer gewaardeerd weet. Echter, de ondersteuning die ze daarin verleend heeft hebben indirect ook bedrukkend op haar zelf doorgewerkt, waardoor ze, ook middels derden, de meer zwaarwichtige kant van het leven ontmoet heeft. Zij was altijd een ras-optimist die geloofde in vele mogelijkheden en dacht dat het wel even te behalen viel. Nu komt ze er langzaam achter dat alles eigen inzet en uithoudingsvermogen vraagt. Daar ziet ze ontzettend tegenop omdat ze gewoon moe, uitgeput is. Het is nu niet groter dan dat.

Dus, wil ze haar zelfgeloof weer versterken dan moet ze haar energieveld weer eigen worden en moet ze weer energie hebben om zich op iets te richten, maar ook weer niet te snel in beweging komen, want dan verspeelt ze het weer.

Als het voor haar mogelijk zou zijn om geoorloofd anderhalf, twee jaar uit te rusten, dan herken je haar niet meer terug. Dan wordt ze weer blijmoedig, krijgt ze weer zin in dingen, voelt ze haar oorspronkelijkheid weer meer in wat ze zelf wenst en ziet ze ook weer toekomstmogelijkheden. Dus het is niet hopeloos.

In feite heeft ze een heel sterke persoonlijkheid. Ze is ook niet zomaar te vangen op weet-ik-wat, maar haar zelfgeloof heeft een aantasting gehad omdat ze dacht dat zaken eenvoudiger te bereiken waren dan dat nu blijkt. Daarvan moet ze bekomen. Ze moet weer moed oppakken. Ze is een beetje hardleers geweest omdat eerder toe te geven. Ook mensen met een wat zonnig karakter kunnen zaken een beetje overschreeuwen of als te makkelijk voorstellen omdat het leven in hen nog niet beklifd is. Dit moet gaan beklifven om de reële maat van wat ze ontdekt te gaan vinden. Mooimakerij of mooipraterij is aan te leren, maar je tot het leven te verhouden kost meer moeite. Dat is waar ze nu op onderricht wordt van binnen. En ze kan het hoor, ze heeft echt even rust nodig. Denk je dat ze het wil horen?

*Deelneemster: Nee*

Weet je, als ze nu kriebelig is of dingen niet aankan, komt dat gewoon omdat er niets bij kan. Maar ze gaat echt wel haar eigen bloeitijd tegemoet. Maar eerst rust.

Ik zal nog even kort kijken wat de moeder kan doen om deze periode vol te houden. Wandelen, wandelen, wandelen. Het is niet jouw directe insteek maar het zal je goed doen. En ook: waterbaden zullen je goed doen. Het teveel aan gevoel of oplopende emoties wordt door water afgetapt. En jij zwemt door of het badwater spoelt weg. Dan nog even afdouchen en je voelt je lichter. Dus: echt een periode aangaan waar ontluchting centraal staat. En af en toe naar iets gezelligs gaan, wat je echt een beetje opfleurt.

### **Ter afsluiting**

Ik ga naar de slotschouwing. Kijken of er nog iets gezegd wenst te worden.

1. Allereerst: meer inzicht of kennis over dit thema geeft ondersteuning om bewuster om te gaan met eigen processen en processen van anderen. Maar het mag niet pragmatisch tussen jou en de ander in gaan staan. Ieder mens is anders en ontwikkelt zich andersoortig.  
Het is voor jullie belangrijk om te weten: deze kennis wordt algemeen vrijgegeven om het hele veld van autisme op te lichten naar een ruimere zienswijze. Maar het is geen zwart-wit verhaal dat je overal maar in moet brengen. Het is een referentiekader. Maar het mag nooit tussen jou en het contact met de ander in staan. Heel belangrijk.
2. Het tweede is: een thema als dit kan uitgebreid worden zo lang er mensen op aarde zijn. Dus dit is niet de eindfase van alle inzichten rondom autisme. Er zullen wellicht nog meer toevoegingen volgen in de loop van de tijd, via mij of wellicht mettertijd via anderen. Het is voor nu belangrijke informatie om de huidige mens met autisme nabij te zijn.  
En jullie zijn hiermee dus ook mee-dragers geworden van deze inzichten. Als het mogelijk is, voel je daar dan ook mee-verantwoordelijk voor. Hoe bewuster mensen ermee omgaan, hoe makkelijker ook het grotere collectieve veld door die vernieuwende inzichten bezwangerd kan worden. Daardoor zullen veel minder mensen stigmatiserend benaderd worden.

En daar zou ik het bij willen laten.