



Vraag:

Het is zorgelijk dat dementie al op steeds jongere leeftijd ontstaat.

Er zijn mensen die tussen de 35 en 45 jaar zijn en die al te maken hebben met de eerste verschijnselen dan wel al opgenomen worden. Hoe komt dat en wat is de reden dat het bij jongere mensen als zo vroeg ontstaat?

Antwoord Marieke de Vrij.

In 1999 belichtte ik voor het eerst dat vergeetachtigheid op steeds jongere leeftijd te zien valt en dat dat te maken heeft met een overmaat aan informatie die mensen te verwerken krijgen. Deze informatie wordt niet goed opgenomen of zich eigen gemaakt, doorleving daarvan vindt onvoldoende plaats. De integratie van kennis in doen en zelfbewustzijn gebeurt niet of te weinig. Hoe meer kennis buiten jezelf is in plaats van in je, hoe meer risico op een kloof je loopt tussen het zelf beleven en doorleven in het omgaan met al hetgeen tot je komt.

Mocht je je met een computer vergelijken die alle informatie in bestanden opslaat, vergelijk je dan eens met mensen die een eeuw geleden leefden. Hoeveel meer kennis en relaties doe je heden ten dage op. Past dat allemaal in je fysieke lichaam en je gevoelswereld? Kun je dat allemaal doorleven en ook op zielsniveau laten aansluiten bij je? Incarneert hetgeen je ontmoet met andere woorden in jou waardoor je het kunt doorleven? Of ben je alleen maar bezig kennis en ervaringen op te stapelen terwijl je helemaal niet woont en thuis bent in de ervaring zelf?

De toename van dementie op jongere leeftijd is een verder gevorderde staat van steeds meer vergeetachtigheid die al optreedt bij hele jonge mensen, ook pubers, adolescenten en jongvolwassenen.

Voorts spelen traumatische gebeurtenissen een rol. Zijn trauma's wel verwerkt? Bestaan er geheime gedachtes die niet gedeeld worden. Ben je in staat je gevoelsleven onder woorden te brengen of stagneert dat? Denk je dat je er helemaal niet mee naar buiten mag treden? Heb je wel de ruimte gekregen om je persoonlijkheid te ontwikkelen of ben je geworden wat een ander wenste van jou?

Dit soort vragen dien je jezelf te stellen in het stadium dat je voelt dat je op jonge leeftijd het risico loopt op dementie.

Reeds langer tracht ik te inspireren om bij beginnende dementie of toename van vergeetachtigheid schroom te overwinnen en te kiezen voor half hypnose en zachte ontladende massages te ontvangen. Spanningsvelden worden zo uit je lichaam gehaald; een goede therapeut kan daar ook heel betekenisvol in zijn. Half hypnose zorgt ervoor dat je weer kunt komen bij herinneringsvelden die je geblokkeerd hebt en waarvan je je niet goed bewust meer bent. Je bent dus nog half in bewustzijn. Het andere deel wordt door de therapeut begeleid en via half hypnose word je begeleid naar ervaringen die vervaagd zijn. Een goede therapeut helpt je ook met de onthechting van een ervaring die te veel was of meerdere ervaringen die te veel waren.

Mijn ervaring is dat het lichaam een eigen logica heeft en dat geldt ook voor de psyche. Het afpellen van traumatische herinneringen kan een goed geschoolde therapeut die met half hypnose werkt heel zuiver doen.

Wat wij in een dag aan informatie te verwerken krijgen, kreeg men vroeger in geen tijden te verwerken. Neem daarbij dat men soms een masker draagt of dat er zaken onderdrukt worden, dan kan het ontstaan van dementie eerder een kans krijgen.