

Leven Leren Herinneren Weten



Sonja Ulrich

Leven Leren Herinneren Weten

Met dit boek wil ik u laten zien, hoe een mens zijn of haar leven kan leven zonder blokkades. Natuurlijk moet ik daarbij zeggen dat dit niet voor ieder mens de meest gemakkelijke opgave is en het helaas ook niet voor iedereen zomaar is weggelegd. Ik heb echter de mogelijkheid gekregen om de stappen die een mens kan nemen te verwoorden en mag dit dan ook voor een ieder die het lezen wil doen.

Sonja Ulrich

ISBN/EAN Niet van toepassing

© 2008, 'Leven Leren Herinneren Weten'

Sonja Ulrich

<http://www.levenlerenherinnerenweten.nl>

Inhoudsopgave:

Inleiding en woord van dankpagina 4-8

Leven leren herinneren weten.....pagina 9-50

Omdat een mensenleven niet uit hoofdstukken bestaat, het een aaneenschakeling van gebeurtenissen is, heb ik gekozen voor deze lay-out.

Inleiding en woord van dank

Elk mens bestaat uit een ziel en een lichaam welke gevormd worden door de jaren en vele levens heen. Zie het als een trap waar men door het leven heen, door het opdoen van ervaring de treden van metselt en op deze wijze de top bereikt. In elk leven wat men leeft, krijgt men de kans om iets te leren. Met het leren wordt dan niet letterlijk leren bedoeld, maar het aangeboden krijgen van een extra mogelijkheid om de ziel compleet te maken, waardoor uiteindelijk het lichaam, het verstand en de ziel één zullen zijn. Men noemt het vervolmaken van de ziel ook wel “Karma”. In elk leven zal een mens geconfronteerd worden met emoties en onvolkomenheden. Wanneer men deze als zodanig heeft herkend en dit ook erkent, is men toe aan de volgende stap.

Het verwerken van de emoties en oplossen van de onvolkomenheden zijn de dingen waar een mens van leert en waarvan men zich uiteindelijk zal herinneren welk hoger doel dit dient. Ik kan en mag dan ook niet zeggen in welke stap of om nog maar eens over de trap te spreken op welke trede de mens zich bevindt. Tevens ben ik ook niet degene die moet weten wat de vervolgstap zal zijn. Ik mag de mens wel helpen met het vinden van de oorzaak en daarmee soms ook het oplossen van een blokkade. Ik weet dat de God in ieder mens het mogelijk maakt om het moment van overgaan naar de volgende fase te bereiken. De kracht en de wil om dit te kunnen doen is een cadeau wat ieder mens ontvangt op het moment dat hij of zij geboren wordt.

In mijn leven ben ik geconfronteerd met diverse emoties die, door het niet meteen verwerken daarvan, ertoe hebben geleid dat er blokkades ontstonden. Net als bij ieder ander heb ik eerst zelf deze blokkades moeten oplossen. Ook ik heb deze niet altijd meteen herkend en dus ook niet erkend. Dat dit bij mij voornamelijk de emoties van de omgeving zijn geweest was tijdens het verwerken daarvan niet meteen duidelijk en zeker niet herkenbaar als de oorzaak van een blokkade. Wanneer een mens echter de kracht heeft om een blokkade te overwinnen maar er blijven desondanks onverwerkte emoties bestaan zal er zich weer een volgende aandienen. De zwakke plek die elke persoon heeft zal als eerste opspelen. Dat men voor het oplossen van een blokkade wel eens iemand (een arts, therapeut of luisterend oor) of iets (medicatie of operatie) nodig heeft maakt ons mens.

In mijn geval zijn er diverse mensen geweest die mij hebben geholpen blokkades te overwinnen. Na de inwijding in Reiki is bij mij het vermogen tot “het weten” naar voren gekomen en dit heeft ervoor gezorgd dat ik niet alleen mijn eigen blokkades heb weten te erkennen maar daarnaast ook de onvolkomenheden in een ander mag herkennen. Omdat ik met heel mijn wezen en alles wat ik ben geloof noem ik dit weten: “de God in mijzelf” .

Door een handreiking (letterlijk en figuurlijk) mag ik weten wat er in iemands ziel leeft, wat de oorsprong is van een blokkade en op welke wijze deze kan worden opgelost. Wanneer de mogelijkheid in dit leven niet bestaat om de blokkade op te lossen mag ik de persoon helpen om de blokkade een plaats te geven. Daarmee de blokkade niet meer als zodanig te zien maar deze te erkennen en accepteren.

In een volgend leven zal er wellicht wel een mogelijkheid komen tot het oplossen van de bewuste blokkade. In mijn leven hebben vele mensen een bijdrage geleverd aan de mogelijkheid tot het oplossen en verwerken van blokkades. Allereerst wil ik Ulrich Gabeler bedanken, die al het grootste deel van mijn leven mijn steunpilaar is. Daarnaast mijn ouders: Pa en Ma Ulrich die mij hebben geleerd door hun ervaringen met mij te delen, dat het leven niet over rozen gaat. De moeilijke weg hen wel op het juiste pad gebracht heeft. Dankzij mijn ouders, mijn schoonouders en onze familieleden heb ik de kennis gekregen mijn leven te leven in de wetenschap dat elke dag een nieuwe kans biedt. Ook hebben de steun en liefde van een aantal vrienden en vriendinnen, mij geholpen om de complete persoon te worden die ik nu ben.

Bij mij heeft de inwijding in Reiki inzicht gegeven en daarmee het besef van alles wat er in de inleiding vermeld staat. Daarom zal het boek gedeeltelijk over mijn ervaringen in dit leven gaan en daarnaast bied ik jullie een kijkje in de keuken van het leven, leren, herinneren en weten. Omdat het boek voor ieder mens geschreven is, kan ik het volgende melden: Waar ik hem of zijn schrijf kan ook haar gelezen worden.

Reiki is voor mij een onderdeel van mijn leven en ik omschrijf het in mijn boek, zoals het in mijn weten behoort te zijn en is bedoeld: “Voor een ieder die wil leren om bij zijn of haar kern te komen, zonder winstbejag of zelfverheerlijking”. Het is allereerst bedoeld om jezelf te genezen, je terug te brengen naar je kern, de persoon die je werkelijk bent.

Mijn weten zegt dat een mens zich pas moet laten inwijden in de Reiki wanneer er geen negatieve emoties meer zijn. Met negatieve emoties bedoel ik verdriet ontstaan uit: woede (wrok), angst, schuld of jaloezie. Er zijn er ongetwijfeld meer maar deze zijn het die als eerste naar boven komen. Wanneer deze emoties er zijn geweest, is het van belang dat men deze als zodanig heeft herkend en uiteindelijk een plaats heeft gegeven.

Het volgende gedicht geeft weer hoe een mens zijn of haar leven leeft. Ik heb het als dank mogen schrijven voor de twee mensen die eveneens in mijn leven een heel belangrijke rol hebben gespeeld. Mede dankzij Mieke en Frank (die ik lerares en maatje noem), heb ik de oorsprong van mijn blokkades mogen achterhalen. Door de individuele aandacht die zij mij hebben gegeven en het verwerken van de herinneringen, ben ik teruggekomen bij mezelf, mijn innerlijk kind. Hierdoor heb ik de gave mogen herontdekken dat ik in de mogelijkheid ben gesteld voor 100% te kunnen voelen zonder mijn verstand hierin te betrekken.

Ook wil ik iedereen bedanken voor alle tijd die zij gestoken hebben in het lezen van mijn brieven, verslagen en uiteindelijk ook dit boek. Door met een kritisch oog te kijken naar bepaalde zaken hebben ze er mede voor gezorgd dat het uitgeven van dit boek werkelijk tot stand gekomen is.

Dank jullie wel daarvoor.

Lerares & Maatje

*Ieder mens kiest zijn eigen leven uit.
Het verdriet en de pijn daarbij inbegrepen,
zijn de handvatten om tot beseft te komen,
van wat je je herinneren moet in dit leven.*

*Jullie weten als geen ander,
dat zelfs een ontmoeting is voorbestemd.
Dat je voelt dat het goed is,
wanneer je in het hebben van emoties,
niet wordt afgeremd,
omdat je dan volledig jezelf bent.*

*Het waarden van ieders levenswijze,
is iets wat groeien moet.
Dat jullie mij in vriendschap daarin geholpen hebben,
door me een luisterend oor te bieden,
doet me meer dan goed.*

*Als dank voor alles, daarom dit gedicht,
want ondanks de voorbestemming,
zijn jullie de personen die mij hebben verlicht.
Er mede voor gezorgd hebben,
dat alle hulp die ik mag bieden,
door een hogere macht wordt verricht.*

Sonja Ulrich

Blokkades die in het leven van een mens aanwezig zijn hebben een oorsprong die in een vorig leven of in de kinderjaren (leeftijd van 0 tot 11) ligt. Wanneer dit niet het geval is, kan het te maken hebben met een traumatische ervaring. Dat deze ervaring, voor een ieder anders kan zijn, is iets wat voor veel mensen niet te begrijpen is. Dat je je leven leeft om dit te herinneren is eveneens voor veel mensen onbegrijpelijk. Zeker bij mensen waar ratio een hoger iets is dan emotie.

Alle kinderen die momenteel geboren worden noemt men lichtkinderen. Dat in feite alle kinderen lichtkinderen zijn, is nog steeds een onbesproken iets.

Iedere baby is namelijk vanaf de baarmoeder in staat om de emoties van beide ouders te voelen. Ook de stemmingen die heersen in huis of de omgeving zijn voor een baby duidelijk merkbaar. Het huilen van een baby kan dan ook te maken hebben met het verwerken van een eerder genoemde situatie of emotie die de ouders of de omgeving aangaan. De artsen gooien het vaak op een lichamelijk iets, “darmkrampjes”, genaamd.

Zo kun je zien dat het verwerken/verteren van emoties, lichamelijk gezien darmkrampjes op kan leveren. Kleine kinderen kunnen hier overheen groeien, omdat bij hen het zelfherstellende vermogen (de energiebanen) vaak nog niet is (zijn) geblokkeerd. Bedenk echter dat elk kind liefde nodig heeft. Het feit dat een kind vanuit de warme en veilige baarmoeder meteen alleen in een bed wordt gelegd, is voor een kind vaak onacceptabel. Dat kinderen huilen wanneer zij eenzaam zijn is dan ook een logisch gevolg.

Dat baby's veel slaap nodig hebben, komt doordat ze nog heel dicht bij hun herinnering staan, bij het gevoel en de persoon die ze werkelijk zijn. Zij voelen het ook direct aan wanneer de ouders niet om kunnen gaan met emoties. Bij een moeder wordt de band vaak al gevormd tijdens de periode dat de baby in haar buik groeit. Het werkelijke contact wanneer het kindje geboren wordt kan paniekgevoelens oproepen en heel veel vragen:

- “Ben ik wel geschikt als moeder?”
- “Hou ik wel op de juiste manier van mijn kind?”
- “Kan ik mijn gevoelens delen en van zowel mijn partner als van het kind houden?”
- “Hoe ga ik nu mijn dagen indelen?”

Bij de vader is het houden van niet altijd direct aanwezig. Het trotse gevoel heeft vaak de overhand. Ook bij hem komen de vragen die voor de moeder gelden naar boven.

Wanneer de ouders moeilijk om kunnen gaan met emoties worden de eerste maanden vaak een grote opgave. Het kind verwerkt dan eigenlijk de blokkades van zijn ouders.

De genoemde blokkades kunnen ontstaan zijn in de periode waarin de ouders zelf nog kinderen waren of deze kunnen ontstaan zijn in een latere periode van hun leven.

Wanneer er rust in het gezin heerst en er geen onverwerkte emoties meer spelen, zal het kind vrijwel altijd gemakkelijk en meegaand zijn.

Een kind wat wordt geboren met een blokkade zal in zijn eerste fase heel wat moeten overwinnen. Wanneer het daar doorheen komt, zal er een ongelofelijke vechtlust ontstaan die niemand zich kan voorstellen. Het kind heeft namelijk in een vorig leven een gelijksoortige confrontatie moeten ondergaan en krijgt door het kiezen van dit leven, de kans iets af te maken. Dat deze kinderen heel positief zijn en altijd goedlachs is iets wat automatisch wordt ingebouwd.

Een kind zal te allen tijde de kans moeten krijgen om zich als eigen persoon (zichzelf) te kunnen ontwikkelen. Een corrigerend gesprek is iets wat nooit verkeerd is. Laat vervolgens wel de keuze bij het kind en probeer het niet in een keurslijf te plaatsen. Wanneer een kind namelijk teveel vervormd wordt, krijgt het in de pubertijd hierdoor vaak zwaar te kampen met gevoelens die in onbalans zijn met ratio. De uitleg hierover volgt.

Vanaf je geboorte tot aan een bepaalde leeftijd (verschilt per persoon) ben je namelijk puur en één en al gevoel. Als baby worden je dingen aangeleerd die je vaak als peuter weer afgeleerd worden. Thuis zijn er andere regels dan op school en de regels kunnen bij een oppas weer geheel anders zijn. Regels zijn voor een kind van groot belang. Maar niet alleen dat consequentie en eenduidigheid zijn de dingen die een kind nodig heeft. Een kind vaart blind op de gewoontes die hem worden aangeleerd, ook al blijken dit de verkeerde te zijn. Wat vertrouwd is komt op een kind over als normaal. Probeer daarom altijd uitleg te geven wanneer je iets doet en vertel ook waarom je dit doet. Zo raakt een kind vertrouwd met het onder woorden brengen van zijn gevoelens en weet het kind meteen dat het zich hier nooit voor hoeft te schamen.

Openheid en eerlijk zijn is iets wat als kwetsbaar wordt beschouwd. Het je kwetsbaar opstellen is echter de enige manier om vrij van blokkades te blijven. Geef het kind vertrouwen in zichzelf en lach het nimmer uit zonder er uitleg aan te geven. Kinderen kunnen hierdoor het zelfvertrouwen kwijtraken, wat in een latere fase leidt tot afhankelijk en onderdanig gedrag.

Ook boos zijn is een emotie die naast huilen getoond mag worden. Tevens geldt hiervoor dat een goed gesprek het enige is wat ervoor kan zorgen dat het kind kalmeert. Stel open vragen waardoor het kind zich volledig kan uiten. Wanneer het kind zich niet wil openstellen, kun je er een spel van maken. Hierdoor ervaart een kind het niet als een verhoor. Kinderen zijn namelijk slimmer dan je denkt.

Wanneer een kind gepest wordt door een afwijkend uiterlijk, is het noodzakelijk dat hiermee door de ouders met zorg wordt omgegaan. Nare opmerkingen vanuit een eigen omgeving laten een blijvend litteken achter. Pesten op school is ook iets, waardoor een kind heel onzeker kan worden. Dat deze onzekerheid bij vechters vaak omslaat in vijandig gedrag is dan ook uiterst begrijpbaar. Probeer een kind altijd het gevoel te geven dat uiterlijk niet het belangrijkste is. Zo zorg je er namelijk voor dat ook het pesten van een kind met een afwijkend uiterlijk niet zal plaatsvinden. Dit geldt natuurlijk ook voor een kledingkeuze, niet iedere ouder is in staat merkkleding voor zijn kind aan te schaffen. Leer een kind dat de kleding van een persoon nooit iets mag zijn om een ander op te beoordelen of af te rekenen. Daarnaast is het heel belangrijk dat een kind op school de juiste begeleiding krijgt.

Een kind wat puur uit gevoel handelt, zal niet van iedere leerkracht de verdiende waardering krijgen. Het kind kan namelijk net als bij de ouders de onbalans feilloos aanvoelen. De houding of uitspraken van het kind, een gevolg van de natuurlijke onschuld, kan bij de desbetreffende persoon in het verkeerde keelgat schieten.

Ieder mens zou na het werk middels een dagboek de dagelijkse gebeurtenissen van zich af moeten schrijven. In het bijzonder voor leerkrachten is het van groot belang dit ook te doen alvorens de les start. Wanneer leerkrachten voor en na de les in een dagboek alle emoties van zich af schrijven zorgt dit ervoor dat ze met een zogehete “open mind”, les kunnen geven. Een andere omschrijving voor: “de dag nemen zoals hij komt zonder herinneringen aan wat geweest is en zonder vooroordeel over wat komen gaat”. Er zou eigenlijk een cursus moeten bestaan waarin men leert om de dag op schrift te evalueren. Op deze wijze is het mogelijk om hetgeen er gebeurd is meteen te verwerken en af te sluiten.

Een leerkracht die zich kwetsbaar opstelt en zijn gevoelens uit, zal door een ieder geliefd worden. Een leerkracht die geen uitleg geeft over zijn emoties, zal als vervelend worden ervaren. Irritaties zullen hier aan de orde van de dag zijn wanneer een kind, dat vanuit zijn gevoel handelt, in de omgeving van de leerkracht is. Juist het gevoelskind, zonder blokkades zal hierdoor vaker verkeerd beoordeeld worden, omdat hij deze dingen aanvoelt en hierop (vanuit het hart) reageert. Praat als ouders daarom met een kind en maak er een soort van spel van waarin je open vragen stelt. Vraag hoe het is geweest op school, wat hij heeft gedaan.

Zorg ervoor dat het vragen zijn waar geen gesloten antwoord op mogelijk is. Wanneer het kind namelijk van zich af kan praten, komen alle emoties vrij en zullen deze niet kunnen ontwaarden in een blokkade.

Wie, wat, waar, welke, waarom, wanneer, waardoor en hoe, zijn de woorden waar deze vragen mee moeten beginnen. Zelfs een gesloten kind zal hierop antwoord geven.

Dat je deze vragen in een later stadium van je leven voor meerdere doeleinden kunt gebruiken is iets wat een ieder zich herinneren zal. Het gebruik van deze woorden zijn daarom bij het opvoeden van kinderen en het “uithoren”, van mensen van onschatbare waarde. Alleen de persoon die een schaamtegevoel heeft zal deze vragen in beginsel beantwoorden met een antwoord in de vorm van: “Ik weet het niet”, of zijn schouders ophalen. Uiteindelijk komt bij één van de genoemde vragen die beginnen met een woord uit het eerder beschreven rijtje een alleszeggend antwoord.

Kinderen die in de pubertijd komen, worden geconfronteerd met een nieuw fenomeen. Het gevoel komt in tweestrijd met ratio. Wanneer deze strijd niet tijdig wordt onderbroken of door het kind zelf wordt opgelost, kan het kind in een psychologische crisis terechtkomen. Het kind is dan heel erg gevoelig voor de invloeden van buitenaf en betreft vaak alle dingen op zichzelf. Verslavingen zijn hier vaak een gevolg van. Uiterlijkheden spelen hierin over het algemeen een grote rol. Ook zal men wanneer er in het gezin meerdere kinderen zijn, vaak geconfronteerd worden met jaloezie. Dit kan weer zorgen voor neurotisch/fobisch gedrag als eetstoornissen, schoonmaakwoede of het kan een dwangmatige vorm aannemen van verschillende dingen.

Men kan zich volledig ergens op gaan storten, school, een sport of een persoon. Het kan tevens nog een andere wending nemen en dat is de angst voor het ziek worden, het verliezen van een dierbare of voor het falen in welke vorm dan ook. Wanneer er in het gezin een kind aanwezig is dat iets meer aandacht vraagt, kan de ander daar vaak niet mee omgaan. De agressie zal zich de ene keer op de broer of zus richten, bij een ander juist op de ouders.

Zoals al eerder aangegeven is het uiten van gevoelens (emoties) te allen tijde van groot belang. Niet alleen de kinderen, maar ook de ouders moeten hun gevoelens onder woorden brengen. Wanneer een ouder stress heeft (van het werk, onverwerkte emoties of wat dan ook), zal een kind, puber of niet, altijd de gevoelens van de ouder omzetten in dwars gedrag. De ouder kan daar op dat moment dan totaal niet mee overweg en zal zich tegen het kind af gaan zetten. Dit zal een sneeuwbal effect creëren en zowel ouder als kind kunnen hierdoor een blijvende blokkade oplopen. Pas wanneer e.e.a. goed wordt uitgesproken zal de blokkade niet blijvend zijn.

Bij ouders komen vaak de gevoelens naar boven die zij vroeger zelf als kind hebben gehad. Het is dan ook niet verwonderlijk dat mensen zoals gezegd in de volksmond in "een midlifecrisis" komen, waardoor ze van hun partner vervreemden en soms zelfs dwars gedrag gaan vertonen. Zou er bij deze persoon ook nog één van de ouders komen te overlijden, dan raakt hij meestal de hele basis kwijt. Juist dan zal de partner de steunende factor moeten zijn. Wanneer deze persoon dit niet kan, leidt dit vaak tot een scheiding. Natuurlijk hoeft dit niet direct, het kan hier echter wel op uitdraaien.

Wanneer de partner een sterke persoonlijkheid heeft en tevens gevoelsmatig is ingesteld, zal de liefde een groot deel kunnen overwinnen. Geduld en een luisterend oor zijn daarbij van groot belang. De partner zal er als steun moeten zijn maar mag geen trekkersrol nemen en ervoor zorgen dat de ander in een bepaald patroon gegoten wordt. Eigen initiatief, is net als bij kinderen het belangrijkste wat er bestaat. Wanneer iemand namelijk de touwtjes uit handen neemt, leer je als persoon nooit op eigen benen te staan. Steunen is altijd goed, laat echter ook hier de beslissing bij de betreffende persoon.

Blokkades die niet verwerkt worden komen er altijd een keer uit. Als dit in een laatste levensfase is, zorgt dat er vaak voor dat mensen plotseling overlijden. Niet al het plotselinge overlijden hoeft te maken te hebben met een blokkade. Wanneer de geest (wil) ervoor kiest niet verder meer te gaan in het aardse leven zal deze tijdens de slaap niet meer in het lichaam terugkeren en overgaan naar de volgende fase.

Ook kan een persoon tijdens het uitoefenen van een sport overgaan in een volgende fase. Dit heeft te maken met een gevoel van euforie, de adrenalinestoot is op dat moment zo groot, dat het hart de druk niet meer kan verwerken, waardoor men overlijdt aan de gevolgen van een hartstilstand.

Vaak leven deze mensen met hun hele hart en ziel en geven zij zich voor 100% aan de mensen waar ze mee leven, hobby's waarvoor ze kiezen en een baan waar ze zich op storten.

Het is van groot belang, dat ieder mens zijn leven leidt, zoals hij verkiest dit te leven. Het hebben van hobby's, een leuke baan en een partner zijn de dingen waar je als mens wel mee zou moeten kunnen leven. Wanneer echter iets extreme vormen aanneemt zorgt dit voor een overmatig energieverbruik, waardoor er voor andere zaken, dingen in het leven, geen tijd meer is.

Zou men namelijk het werk, de hobby of de partner zien als een noodzakelijk iets om te kunnen leven, dan is het een behoefte, waar je niet zonder kunt. Ziet men het echter als een aanvulling dan is de mogelijkheid tot het zoeken van een andere baan, een andere hobby of soms een andere partner, niets vreemds. Dat het laatste door de buitenwereld vaak gezien wordt als een overspelig iets, zal niemand onbekend in de oren klinken. Wanneer beide partners echter aan een andere relatie toe zijn, is het ineens niet zo'n taboe meer. Het komt dan ook regelmatig voor dat de ene persoon op dat moment al uitgekeken is op de ander en zijn grenzen wil verleggen.

Wanneer mensen (maakt niet uit in welke levensfase) ervoor kiezen om zich te laten behandelen met Reiki, wordt er te allen tijde een herstelproces opgestart. Dit proces begint met het oplossen van de blokkades die voor een ieder verschillend kunnen zijn. Wanneer een persoon door mij behandeld mag worden, zal ik voor ik begin met de behandeling uitleggen dat ik de mogelijkheid heb gekregen om alle blokkades bij hen te voelen. Beginnende met de lichamelijke, verstandelijke en uiteindelijk de emotionele. Deze persoon geeft mij het vertrouwen om ziel en zaligheid te kennen, zelfs wanneer hij hierover nog niet “bewust”, op de hoogte is. Dat ik het woord bewust hiervoor gebruik, komt voort uit het hogere bewustzijn, het stadium wat is bereikt wanneer voelen voor verstand komt.

De mens denkt te veel. Dat is één van de redenen waardoor de meeste problemen ontstaan. Het denken over lost niets op, het brengt je in verwarring en bezorgt je negatieve emoties. Doen is uiteindelijk hetgeen waar alles in de wereld om draait. Je kunt zoveel plannen en bedenken, wanneer je echter geen gehoor geeft aan deze plannen of gedachten gebeurt er niets en verandert er ook niets.

Terugkomend op de Reiki en de wijze waarop ik mensen helpen mag. Ik geef tijdens de behandeling, (waarvan de tijdsduur vooraf niet door mij bepaald kan worden) aan waar de energie in het lichaam het hardst nodig is. Dit kan een totaal andere plaats in het lichaam zijn dan waar de persoon op dat moment last van heeft. Soms voel ik de plaats zelfs niet eens. Dit komt vaak voor bij mensen die veel denken en waarbij de klacht die zij zelf denken te voelen, uiteindelijk lichamenlijk ook ontstaat.

Wanneer de klacht in een vroeg stadium behandeld kan worden, zal deze veelal door het ontbreken van negatieve emoties of het geen zorgen maken over, uit zichzelf verdwijnen.

Dat blokkades die veel energie vragen, vaak uit het verleden zijn, is dan ook iets wat te begrijpen is. Dit zijn de blokkades die in een vroegere/eerdere levensfase zijn ontstaan. Wanneer de blokkade niet volledig genezen, verwerkt of geaccepteerd is, zal deze een zodanige hoeveelheid energie vragen en ervoor zorgen dat er voor eventuele bijkomende blokkades geen energie meer over is. De blokkade kan zowel lichamelijk, verstandelijk als emotioneel zijn. Wanneer de blokkade lichamelijk is en vanuit de beginlevensfase is, zal acceptatie de enige manier zijn om ervoor te zorgen dat de ziekte niet steeds weer opspeelt. Acceptatie houdt niet in dat je je gewonnen geeft maar dat je luistert naar de signalen die je lichaam je geeft wanneer de energiegrens is overschreden. Het belang van 100% uit het leven halen wat erin zit, is voor elke blokkade aan de orde. Het doen wat je zelf wilt, het hebben van hobby's is voor een ieder het belangrijkste wat er is.

Je schuldig voelen over het ziek zijn zorgt ervoor dat je steeds weer over de energiegrens heen gaat. Wanneer de blokkade verstandelijk is zal deze alleen opspelen in soortgelijke situaties. Door het denken dat iets namelijk verkeerd zal gaan, niet zal slagen, lukt het ook werkelijk niet. Anders omschreven, men heeft een negatief zelfbeeld. Dit is ook aan de orde met mensen die zich bepaalde dingen vanuit verstandelijke zin hebben opgelegd, bijv: wanneer ik dit of dat doe, zal mijn leven compleet zijn.

Zelfvertrouwen is een goede manier om ervoor te zorgen dat dit probleem opgelost wordt. Ook wanneer iets niet lukt hoeft je je nog niet minder te voelen. Houd in iedere situatie van jezelf. Staat iets je niet aan, verander dit dan. Weet wel dat jij alleen dit kan doen en niemand anders hiervoor kan zorgen. Dat je soms hulp nodig hebt in een bepaalde situatie, is niet iets om je over te schamen, maar meer een samenloop van omstandigheden. Je kunt soms net dat duwtje in de rug nodig hebben om te veranderen en een andere dimensie van het leven te ervaren.

Precies zijn, heeft vaak tot gevolg dat je alleen de dingen die je zelf doet acceptabel vindt, of soms zelfs dat nog niet eens. Wanneer dit zich voortzet in een langere periode van je leven kan dit leiden tot fobisch of neurotisch gedrag. Het kan tot gevolg hebben dat je jezelf in een soort val lokt waar je als persoon alleen niet meer uit kunt komen. Daarom is hulp zoeken geen schande of een reden om je minder te voelen.

Dat verstand en emoties aan elkaar verbonden zijn is voor een ieder te begrijpen. Want als je angst hebt voor, je boos maakt over, je schuldig voelt ten opzichte van of wanneer jaloezie een rol speelt, zal het denken hierover ervoor zorgen dat de blokkade alleen maar groter wordt en uiteindelijk zonder hulp niet meer te overwinnen is. Verdriet en wantrouwen zullen dan ieders leven tot een hel maken. Wanneer de persoon die te maken heeft met een blokkade op emotioneel gebied, van kleins af aan geleerd wordt om dit bespreekbaar te maken, zal dit geen lichamelijke blokkade tot gevolg hebben.

Wordt de blokkade echter beschermd, door er maar niet over te praten, niet te huilen (te verwerken uiteindelijk), dan zal deze blokkade als een rode draad door het leven van de betreffende persoon gaan. Het hele leven zal gaan bestaan uit die emotionele blokkade en alles en iedereen die met deze persoon leeft zal hiermee te maken krijgen. Alle dagen zullen draaien om datgene wat als een berg in iemands gevoel zit.

Emoties gaan namelijk in het gevoel zitten. Je voelt je boos, verdrietig, eenzaam, gebruikt, niet gewaardeerd etc..

Wanneer je weet dat het er niet toe doet, wat iemand van je vindt en het alleen van belang is dat je van jezelf houdt, weet je dat je op de goede weg bent. Een persoon die onvoorwaardelijk van zichzelf houdt, is in staat om de minder leuke/goede eigenschappen van zichzelf te accepteren of deze uiteindelijk om te zetten wanneer deze hem niet aanstaan.

Ik wil nogmaals benadrukken dat wanneer je wezenlijk van jezelf houdt, alles wat jou “aangedaan wordt”, niet belangrijk meer is en daarom zul je het dan ook niet meer als zodanig ervaren. Daarnaast zul je absoluut geen schuldgevoel hebben over de periode dat jijzelf hiervan nog niet op de hoogte was. Wel moet je toe kunnen geven, dat alle situaties die zijn ontstaan een oorsprong hebben en dat je alleen wanneer je de oorsprong weet, hieraan kunt gaan werken.

Mensen gaan in hun leven relaties aan, dit is een normaal iets. Wat van belang is dat men in die relatie voor 100% zichzelf kan zijn en dat men dit ook toestaat van de partner. Het is niet meer dan redelijk dat je rekening houdt met de ander en dat deze dat ook met jou doet. Een relatie die gebaseerd is op volledige acceptatie is zeker een basis voor een gelukkig samenzijn.

Het houdt niet in dat er een totale afwezigheid van meningsverschillen behoeft te zijn. Het hebben van een eigen mening maakt namelijk een relatie tot een mooi iets. Dit zorgt er tevens voor dat een ieder zijn of haar leven leeft zoals hij of zij verkozen heeft dit te leven en dit ook kan doen zoals men het zelf heeft gewild. Juist in een relatie is het van belang dat een persoon van zichzelf houdt. Wanneer je van jezelf houdt is het mogelijk om een relatie aan te gaan die gebaseerd is op onvoorwaardelijke liefde.

Onvoorwaardelijk betekent eigenlijk, zonder er iets voor terug te verwachten. Wanneer je werkelijk op deze manier een relatie aangaat, kun je alles samen aan. Natuurlijk kan een relatie waarin beide personen nog niet onvoorwaardelijk van elkaar houden ook een stabiele relatie worden. Dat hier de nodige tegenslagen en het samen verwerken van (en dus ook groeien in) voor nodig zijn, zul je begrijpen.

Dat je in een verwerkingsproces je partner betreft is een heel belangrijk iets. Praat over je gevoelens en vertel hoe je op dat moment in je vel zit. Wanneer je dit niet doet, kan je partner nooit weten wat er mis is. Deze kan aan de wisselende stemmingen wel afleiden dat er iets aan de hand is, maar wanneer je dit aangeeft door erover te praten, ontstaat er duidelijkheid. Je kunt er nooit vanuit gaan dat een persoon waar je mee samenleeft, weet hoe jij je voelt. Alleen wanneer je hierover praat, sta je hem toe je echt te leren kennen.

De meeste relaties tussen twee personen zijn puur op aantrekkingskracht gebaseerd. Het komt dan ook zelden voor dat een persoon in zijn of haar relatie meteen volledig zichzelf is. In het begin probeert bijna iedereen datgene te doen wat de ander zo leuk vindt. Nogmaals het jezelf kunnen zijn is echt noodzakelijk. Wanneer dit niet het geval is dan zal de relatie op een gegeven ogenblik toch stuklopen. Een relatie waarin men naar elkaar toe groeit, heeft over het algemeen een langere levensduur. Men gaat namelijk de relatie aan op wederzijdse vriendschap die door het praten met elkaar en het delen van gevoelens vaak overgaat in onvoorwaardelijke liefde.

De openheid en de kwetsbaarheid van een persoon zorgt voor begrip en wederzijds vertrouwen. Geheimen en het niet vertellen van dingen zullen namelijk in een later stadium voor problemen gaan zorgen. Natuurlijk ken je elkaar nooit helemaal. Je weet na verloop van tijd over het algemeen wel hoe iemand zal reageren op een bepaalde gebeurtenis of zich zal gedragen in een bepaalde situatie. Voor 100% weten doe je dit echter nooit. Toch leer je dat dit onderdeel is of anders gezegd hoort bij het onvoorwaardelijk van iemand houden.

Deze onvoorwaardelijke liefde is eigenlijk de enige pure liefde die ervoor zorgt dat je de ander geheel in zijn waarde laat. Het onvoorwaardelijke is de enige mogelijkheid waardoor er geen verwachtingen worden geschept en er geen afhankelijkheid bestaat. Wanneer men alles tegen elkaar kan zeggen, er geen geheimen bestaan, zijn er ook geen pijnlijke blokkades. Wanneer er namelijk blokkades aanwezig zijn, zal een persoon daar zijn of haar leven op gaan richten en bewust of onbewust zijn of haar partner daarin meeslepen.

Ook hier bedoel ik met blokkades, negatieve emoties als verdriet ontstaan uit: woede (wrok), angst, schuld of jaloezie.

De relatie zal wanneer men samen alle emoties doormaakt en ervaart, sterker worden en men zal elkaar gaan waarderen.

Wanneer één van de twee personen in een versnelde verwerking zit, kan de verhouding ook een negatieve wending krijgen. Men voelt zich als persoon vaak verder in de ontwikkeling en kan zich gaan ergeren aan de kleine dingen die de partner altijd al heeft gedaan. Door je partner uitleg te geven over de irritaties, kun je proberen dit samen op te lossen.

Wanneer je hierover echter zwijgt, zal het een sneeuwbaaleffect veroorzaken en valt het vaak niet meer op te lossen.

Wanneer er een andere persoon in je leven is, zal je hier je gevoelens mee delen. Dit kan een vriendin zijn of een persoon waar je veel tijd mee doorbrengt.

Dat de meeste relaties stuk lopen vanwege het feit dat een persoon op een collega valt is dan ook niet verwonderlijk. Deze collega maakt jou, als de persoon die zich, zoals je denkt, “verder heeft ontwikkeld”, namelijk dagelijks mee en zal door het bieden van een luisterend oor, je het gevoel geven serieus genomen te worden. Zou je je echter in een relatie met deze persoon storten dan zul je al spoedig ervaren dat ook deze persoon een eigen leven heeft. Dit ontdek je vaak pas wanneer de dagelijkse, gewone dingen, weer aan de orde zijn. Vaak verval je dan in dezelfde situatie als waarin je zat in de vorige relatie. Een schuldgevoel is vaak het gevolg, wanneer het beëindigen van de eerste relatie en het starten van een volgende toch niet helemaal datgene biedt wat je ervan verwacht had. Dat mensen op dat moment vaak in een crisis terechtkomen, is voor niemand eigenlijk meer ondenkbaar.

Wanneer er tijdens de start van een vriendschappelijke relatie geen geheimen bestaan, zal de relatie over het algemeen standhouden. Dat het te allen tijde delen van emoties één van de meest belangrijke dingen is waar altijd rekening mee moet worden gehouden, zal niemand vreemd in de oren klinken.

De eerste relatie loopt namelijk vaak stuk omdat beide of één van de partners niet het gevoel heeft gehad 100% gewaardeerd te worden, zichzelf heeft kunnen zijn of wat eigenlijk het allerbelangrijkst is, vrijgelaten te worden. Wanneer iemand namelijk het idee heeft dat hij geleefd wordt, zal hij zich hiertegen gaan verzetten. Het tegenovergestelde is overigens ook het geval. De persoon die alles alleen doet, zal geen rekening houden met de ander en het ook niet op prijs stellen wanneer de ander hierover begint of klaagt.

Een mensenleven is namelijk niet bedoeld om volgens een bepaald patroon te gaan en zeker geen patroon waarvoor iemand zelf niet heeft gekozen of over meebeslist heeft. Wanneer er een traumatische gebeurtenis plaatsvindt, een ongeval, het verlies van een dierbare persoon of dier, kan dit ertoe bijdragen dat men in een crisissituatie belandt. Zijn er in een relatie kinderen dan zal er door de persoon die het startsein geeft voor beëindiging van de relatie heel wat moeten worden overwogen. Dat dit al een aantal jaren speelt, is door de achterblijvende partner vaak niet voorzien. Het feit dat men dan in een gat valt is een normale reactie. Wanneer men dan niet kan terugvallen op ouders of vrienden kan dit er zelfs toe leiden dat men een poging doet tot zelfdoding. Voor deze persoon is het namelijk niet te bevatten dat er een einde komt aan wat men zelf als normaal en daarmee ook vertrouwd beschouwt.

Dat het normaal zijn er juist voor heeft gezorgd dat de relatie beëindigd wordt is iets wat bij deze persoon helemaal niet doordringt. Hij zal in de slachtofferrol duiken en zich door iedereen betreurd voelen. Het zal tevens nog een hele periode duren voordat een dergelijk persoon helemaal los is van zijn partner.

Dat kinderen die midden in een gebroken relatie zitten er altijd een klap door krijgen is niet verwonderlijk. Zoals ik eerder heb aangegeven, beschouwt een kind wat er in het gezin gebeurt als normaal. Zelfs wanneer de ouders in constante strijd met elkaar leven kan dit door hen als gewoon ervaren worden. De onderhuidse spanningen, die niet altijd direct of openlijk zichtbaar zijn, kunnen grote schades aanrichten. Ook hier is weer van belang dat de ouders alles uiten. Als ouder mag je echter nooit een kind in een ruzie betrekken. Je kunt overigens wel uitleg geven waarom de dingen niet lopen zoals je zou willen en dat er een meningsverschil bestaat. Laat kinderen nooit kiezen. Je legt ze hiermee zo'n ongelofelijke verantwoordelijkheid op wat altijd schuldgevoelens teweeg zal brengen.

Een kind uit een gebroken huwelijk zal zich niet direct als eigen persoon kunnen ontwikkelen en stelt zich over het algemeen heel afhankelijk op ten opzichte van één van de ouders. Een latere periode in het leven zal dit een partner zijn. Dit zelfde geldt ook voor kinderen die op jonge leeftijd een ouder verliezen. Zij zullen altijd moeite hebben om op eigen benen te staan of juist het tegenovergestelde, een grote verantwoordelijkheid voelen om voor andere personen te zorgen. Meestal slaat het eerste over in het laatste of vice versa.

Dat een dergelijk persoon het doorgaans heel moeilijk heeft komt door het feit dat zijn jeugd gebroken is. De balans van het hebben van twee ouders is verdwenen.

Wanneer de ouders gescheiden zijn en ze hebben ondanks de scheiding goed contact, zal de schade voor het kind beperkt blijven en hoeft er niet direct een blokkade te ontstaan. Is er wel een blokkade dan kan deze op latere leeftijd tot uiting komen, wanneer het kind zelf een relatie krijgt. Maar ook kan dit ontstaan rond de puberteit, wanneer ratio en emotie met elkaar in aanraking komen. Bij de één is dit vroeger dan bij de ander, want ook hier is opnieuw aan de orde dat geen enkel mens gelijk is.

We zijn namelijk allemaal mens, daarbij een afzonderlijk individu. We maken echter allemaal onze keuzes en doen dit alvorens wij geboren worden. Het herinneren wat er in het door jou uitgekozen leven van belang is komt bij iedereen naar boven. De puberteit is hier een geschikt moment voor. Ook kan een traumatische ervaring mensen dichter tot zichzelf brengen. Dit hoeft niet altijd. Er zijn mensen die door geen enkele ervaring tot herkenning/herinneren worden aangezet. Toch komt voor hen ook een moment dat zij voor of tijdens het overgaan naar een volgende levensfase, zullen weten waarom de keuze voor dit leven is gemaakt. Iedereen moet namelijk zelf zijn ziel vervolmaken, datgene doen wat bij jou als persoon past, de weg nemen die jij behoort te gaan. Dat de laatste zin dubbel is zul je na het lezen van het gehele boek wel begrijpen.

Van ouders bij wie de relatie stukloopt doordat er bij één van hen een probleem is wat voortkomt vanuit hun jeugd, zal het kind hiervan altijd een litteken overhouden. Juist door het niet praten over de emoties die de ouder zelf als kind heeft ervaren, zal ook zijn kind met ditzelfde dilemma geconfronteerd worden.

Emoties kunnen zich uiten in vele vormen:

- men kan zich op een onmogelijke manier gedragen ten opzichte van degene waarvan men houdt, vaak voortkomend uit een schaamtegevoel, wat men wil verbergen door anderen op een negatieve manier in de schijnwerpers te zetten;
- men kan tevens helemaal in zichzelf keren en in een depressie belanden met allerlei lichamelijke problemen als gevolg; Hyperventileren en hartproblemen zijn vaak de klachten waarom het gaat bij mensen die zich niet kunnen uiten en zichzelf vragen waarom alles loopt zoals het op dat moment gaat;
- men kan zich afzetten tegen de ouders en helemaal geen contact meer zoeken en altijd in de slachtofferrol blijven zitten. Dit zal er uiteindelijk toe bijdragen dat alle dingen in het leven zullen mislukken, tot men inziet dat het hebben van wrokgevoelens alleen maar negatieve emoties oproept.

De bovengenoemde situaties kunnen ook ontstaan bij kinderen waarvan de ouders niet gescheiden zijn. In vele gevallen is er in het gezin één van de ouders duidelijk aanwezig, neemt het initiatief, toont overheersend of onmogelijk gedrag.

Ieder mens kan op elk moment van zijn of haar leven besluiten een andere weg in te slaan. Dat je dit niet alleen kunt is nogmaals niet iets om je over te schamen.

Het feit dat men besluit om een andere weg in te slaan kan voortkomen uit een jarenlange zoektocht. Dat dit in feite zoeken naar jezelf is, zal niet iedereen direct toe willen geven. Uiteindelijk zal het hier toch op uitkomen en is het gevoel om voor jezelf te kiezen het meest doorslaggevend. Dat sommige mensen toch weer in de vroegere situatie belanden, is omdat ze de dingen zullen missen die ze jaren hebben ervaren. Het voorbeeld wat ik hierna omschrijf is bij veel mensen aan de orde.

Stel, een persoon leeft jarenlang in onderdrukking en krijgt ineens met vrijheid en het zelf mogen nemen van beslissingen te maken, dan zal dit in het begin aanvoelen als de hemel op aarde. Op een bepaald moment zal men toch de intimiteit en een gevoel van geborgenheid missen. Het gemis zal er dan voor zorgen dat deze persoon zich toch weer wil gaan binden. Ook komt het voor dat men dan een persoon kiest die lijkt op de persoon waarmee men al eerder een relatie heeft gehad. Men leeft toch weer alleen voor diegene en zal zichzelf opnieuw wegcijferen.

Wanneer men na een scheiding werkelijk voor zichzelf kiest en daarnaast werk of hobby's heeft die ervoor kunnen zorgen dat hij niet in een gat valt, dan zal deze persoon een eigen leven op kunnen bouwen. De stap om alleen verder te gaan is vaak de beste en ook de enige manier om volledig tot jezelf te komen. In de periode direct na de scheiding, zal de persoon nog heen en weer geslingerd worden door dubbele gevoelens die gebaseerd zijn op emotie gemixt met ratio. Ook kan de persoon die de aanleiding heeft gegeven voor een scheiding, overlopen van schuldgevoel. Wanneer het gevoel van eigenwaarde overwint zal voor hem of haar een nieuw leven beginnen.

Zou een persoon direct weer een nieuwe relatie aangaan of men denkt er beter van te worden, dan zal dit negen van de tien keer heel anders uitpakken. Schuldgevoel zal hier op een bepaald moment mee gaan spelen waarna een vorm van schaamte volgt. De persoon kan dan in een heuse depressie terechtkomen. Tijdens het verwerken zal alles wat er zich in de afgelopen jaren heeft afgespeeld opnieuw de revue passeren. Men ziet dan vervolgens vaak wel de redenen en de oorzaak van de ruzies of drang naar geborgenheid.

Wanneer mensen door een traumatische ervaring worden herinnerd aan wie ze werkelijk zijn, zal er in eerste instantie een ongelofelijke vechtlust optreden. Men zal er alles aan doen om uit dit dal te komen en proberen te redden wat er te redden valt. Dat het vervolg dan afhankelijk is van de reactie die volgt op de vechtlust, is iets wat voor iedere persoon en situatie verschillend is. De één zal alles aangrijpen om verder te gaan en de ander zal uiteindelijk in zijn lot berusten. In beide gevallen komt echter altijd tussentijds een gevoel van ontkenning, waardoor de persoon die zich erin berust, in de slachtofferrol blijft en langzaam maar zeker in een depressie belandt.

Voor iemand die in een depressie raakt is een neerwaartse spiraal dan uiteindelijk het gevolg. De persoon die echter voornamelijk op eigen kracht, in sommige gevallen met behulp van derden, de situatie in de hand krijgt, zal in niets meer een probleem zien. Iedere tegenslag zal uiteindelijk overwonnen worden. Deze laatstgenoemde persoon zal echter een ieder mee willen nemen in deze positiviteit en probeert een ieder op het, voor dit individu juiste pad te krijgen.

Wanneer een persoon waar hij nader bij betrokken is, echter niet de kracht heeft om voor zichzelf op te komen zal de vechter hem altijd een steuntje in de rug bieden. Je zou kunnen zeggen dat een vechter een geboren optimist is. Een vechter ziet altijd het goede in mensen en heeft een vreselijk groot incasseringsvermogen. Hij zal bergen beklimmen en afdalen, dingen doen waar een ander geen heil in ziet. Hij zal daarnaast voor een ander de kastanjes uit het vuur halen om die ander een goed gevoel te geven. Alleen wanneer de ander daarmee iets positiefs bereikt, zal hij voldoening krijgen en op deze wijze beloond worden voor de energie die hij erin gestoken heeft.

Een beloning geven aan een dergelijk persoon zou dan ook niet juist zijn. Je kunt het de roeping van de betreffende persoon noemen, de reden waarom hij verkozen heeft om dit leven aan te gaan. De kracht er te zijn voor de medemens die iets minder sterk in zijn of haar schoenen staat, zonder de ander als mindere te zien maar als iemand die nog niet zover is, die nog niet de ervaring heeft om te gaan met eventuele tegenslagen in het leven.

Dat het moeilijk is voor een vechter te ervaren dat niet een ieder geholpen wil worden is te begrijpen. Toch zal ook hij in gaan zien dat niet iedereen dezelfde keuze maakt of er zelfs bewust voor kiest niet geholpen te willen worden. Dit laatste komt voor bij mensen die in hun leven zoveel hebben meegemaakt dat een laatste strijd voor het overlijden, bijna een verlossing is. Een vreemde woordspeling maar, het laatste stukje is als een zure appel waar ze doorheen moeten bijten. Alleen op deze manier kunnen zij hun leven afsluiten. Wanneer zij op het eind van hun grenzen zijn gekomen en ze moeten alsnog een strijd leveren, ontbreekt bij hen de energie daarvoor.

Loslaten is dan vaak gemakkelijker dan opnieuw de strijd aangaan. Dat de meeste mensen in een eerder stadium van hun leven te maken krijgen met het werkelijk herkennen van de persoon die ze eigenlijk zijn, hun innerlijk kind, is gelukkig vaker aan de orde dan de laatstgenoemde categorie.

Wanneer mensen zichzelf kunnen zijn in het leven dat zij leiden, kunnen ze mede daardoor ook de eventuele blokkades die zij tijdens dit of een voorgaand leven hebben opgebouwd afbreken. Het houdt niet altijd in dat de blokkade gewoon oplost, dit zou wel erg gemakkelijk zijn. Vaak herleeft men een bepaalde situatie nogmaals en sluit men dit af door “de gebeurtenis/het voorval” als een gedane zaak te zien en dit werkelijk een plaatsje te geven. Dat men dan anders over het gebeurde gaat denken is iets wat daarbij hoort. Men kan in plaats van woede over de gebeurtenis, de persoon of de situatie, een soort gevoel van medeleven opbrengen. Wanneer het voelen van woede betrekking heeft op een bepaalde persoon, is men ineens in staat zich te verplaatsen in de situatie waarin deze persoon zich op dat moment bevond. Men kan als het ware in de huid kruipen van de ander.

Door het ervaren van de gevoelens waar de gehate persoon mee te maken heeft, is het voor een persoon die volledig zichzelf is, mogelijk om vergeving te schenken aan de persoon waardoor hij of zij zo vreselijk gekwetst is. Ook zal een persoon die volledig zichzelf is, begrip kunnen opbrengen voor de gebeurtenis die ontstaan is in een bepaalde situatie. Wanneer men dit kan, zal in feite niets meer ervoor kunnen zorgen dat deze persoon zich ongelukkig voelt. Alleen wanneer de persoon in zijn oude patroon valt, zal men gevoelig zijn voor negatieve gedachten/invloeden van buitenaf.

Het dagelijks aarden door meditatie of totale rust, het niet meer denken over, is wat in dit geval van groot belang is.

Met negatieve gedachten/invloeden wordt niet altijd iets van buitenaf bedoeld. Dat men dit zelf aantrekt of oproept door het hebben van verwachtingen is iets wat veel meer voorkomt dan men wel denkt. Zoals al eerder gezegd zorgt het je zorgen maken over, het je druk maken om en het negatief denken over iets, dat het ook werkelijk mis zal gaan.

Maar ook kan het negatieve van buitenaf komen. Kwaad spreken over, jaloezie en iemand iets misgunnen, kunnen op bepaalde personen wel degelijk een uitwerking hebben. Dat een persoon die zich heel sterk voelt hier weinig of geen last van heeft komt mede door het feit dat hij een bepaalde beschermlaag heeft, waardoor niets hem treft. Heeft deze persoon echter een zwakke plek in zijn energieveld, dan kan dit wel doorwerken. Alleen wanneer iemand volledig zichzelf is, zich daarnaast niet verheven maar gelijk voelt aan de ander, zal er geen beschadiging optreden.

Helaas komt het voor dat mensen die dagelijks leven met een blokkade, wegens negatieve invloeden van buitenaf nog extra geconfronteerd worden met dit onvermogen. Juist voor deze personen is het tot zichzelf komen van groot belang. Wanneer een persoon met een blokkade negativiteit ervaart, kan dit alle energie uit hem zuigen. De blokkade die al veel energie eist, zal dan niet voldoende energie meer overlaten voor het lichaam of de geest van deze persoon. Ziek worden is dan onvermijdelijk. Wanneer deze persoon zelf niet tijdig ingrijpt, kan het desastreuze gevolgen hebben.

Daarom is het vooral voor deze mensen van belang afstand te nemen van hetgene wat zoveel energie vraagt. Het dagelijks douchen voor het slapengaan in combinatie met ontspanningsoefeningen is iets wat deze personen niet zouden moeten overslaan.

Heel veel mensen hebben het gevoel iets of iemand nodig te hebben om het volledige geluk te kennen. Dat geluk niet afhangt van een persoon of materieel iets, zal een ieder in zijn of haar leven ontdekken. Geluk is een zijnstoestand waar men bekend mee raakt wanneer al het andere zich van je afkeert. Bij een persoon die wordt getroffen door een traumatische ervaring, wat nogmaals voor een ieder verschillend kan zijn, is het voor de omgeving en de partner vaak moeilijk om daar mee om te gaan. Wanneer de partner zich kan inleven in de situatie heeft deze persoon iets om op terug te vallen. Sleept deze situatie zich echter langer voort, dan zal de relatie werkelijk goed moeten zijn om deze niet tot een eindpunt te laten komen. De mensen in de naaste omgeving van deze persoon zullen er al eerder genoeg van krijgen. Het belangrijkste is dat je met een dergelijk iemand meeleeft en niet meelijdt.

Het meelijden met een persoon, zorgt ervoor dat jij de zorgen op je neemt en de ander daar absoluut niet bij gebaat is. Dan zijn er namelijk 2 personen die in eenzelfde spiraal terechtkomen. Luisteren naar de problemen van een persoon mag altijd, weet echter dat jij niets kan veranderen en alleen door er te zijn een steun voor deze persoon bent.

Veel therapeuten, artsen of andere medici, willen mensen in een bepaald patroon gieten omdat, zoals zij aangeven, de ervaring leert dat dit de beste manier is om ergens doorheen of overheen te komen. Dat iedere persoon een eigen aanpak nodig heeft en er geen twee mensen gelijk zijn, is bij velen in de reguliere gezondheidszorg nog steeds niet doorgedrongen. Wanneer mensen kiezen voor een behandeling in het reguliere medische circuit zal het vaak afgeraden worden om het alternatieve circuit te raadplegen.

Het alternatieve circuit zal juist haar behandeling weer als de enige methode zien om werkelijk vrij te komen van blokkades. Dat bij iedere persoon een andere manier van behandelen helpt heeft voornamelijk te maken met het vertrouwen hebben in. Dat het slikken van een placebo bij sommige mensen ervoor kan zorgen dat de klacht verdwijnt, is nog steeds een onverklaarbaar iets voor de wetenschap. Zo zie je maar dat niet alles wetenschappelijk te bewijzen valt en je ook niet de intentie moet hebben dit te willen.

Wanneer mensen zelf besluiten om de dingen te veranderen, zal dat de manier zijn waardoor ze ervoor kunnen zorgen dat een lichamelijke of geestelijke klacht niet telkens weer opspeelt. Dit is de enige methode om werkelijk te genezen. Dat men daarbij soms hulp nodig heeft van een arts, therapeut of een luisterend oor zal iedereen moeten aanvaarden. Dat het geen schande is om toe te geven dat je andere mensen nodig hebt om een bepaald patroon te doorbreken is iets wat duidelijk mag zijn. Dat je echter nooit afhankelijk mag worden van de voorgenoemde personen is iets waarvan nog niet iedereen zich bewust is.

Ook hiervoor geldt natuurlijk weer dat een arts, therapeut of welke persoon dan ook nooit een behoefte mag zijn waar men niet zonder kan leven. Zie dit ook weer als een aanvulling. Een andere arts of therapeut kan je evengoed helpen. De uiteindelijke keuze hierin ligt weer geheel in eigen handen.

Mensen kunnen heel wat incasseren en zullen alleen wanneer zij in een bepaalde situatie verzeild raken, begrijpen hoe dit voelt. Wanneer je dit alleen leert door het je verstandelijk in te prenten, zul je nooit kunnen ervaren wat de ander voelt. Alleen door je met je hart in te leven in een situatie kun je enigszins meemaken hoe iets voor een andere persoon kan zijn. Dat je je niet kunt verplaatsen in een situatie door alleen hierover na te denken, heeft te maken met het feit dat iedereen een andere mening heeft. Daarnaast ervaart ieder individu iets op zijn manier. Wat voor de één geheel onmogelijk is, is voor de ander gemakkelijk en vice versa. Daarom kun je je alleen door je in te leven in en mee te voelen met, met een bepaalde persoon identificeren. Denken over iets zou echter complete verwarring scheppen, omdat men dan geneigd is alles te verklaren.

In de hedendaagse wereld wordt er heel wat verwacht van een individu. Dat men dit zelf in de hand heeft gewerkt, komt mede door de Westerse beschaving. Er wordt van iedere persoon verwacht dat hij het verplichte aantal schooljaren doorloopt. Omdat de ouders vaak beide werken, moeten de kinderen vooral gemakkelijk en meegaand zijn.

Wanneer een kind iets meer energie blijkt te hebben dan een ander, krijgt het al gauw het stempel ADHD opgeplakt. Wanneer dat niet aan de orde is, dan is het kind gevoelig voor kleurstoffen, zoet- en/of andere stoffen die in etenswaren zitten. Dat de ouders door de dagelijkse stress die zij in het altijd maar veeleisende werkveld meekrijgen juist de onrust bij een kind oproepen, is nu uiteindelijk zachtjes tot de wetenschap aan het doordringen. Het blijft daarbij nog wel steeds veel gemakkelijker om hier een medische verklaring aan te geven dan toe te geven dat de hele wereld in een stroomversnelling raakt waar we niet meer uit komen.

De stroomversnelling waar wij in terechtkomen willen we eigenlijk het liefst over heel de wereld laten gelden. Wanneer er een ontwikkelingsland is waar we enigszins onze normen en waarden bij kunnen brengen zullen we dit niet nalaten. Dat juist de cultuur die daar heerst hetgeen is waar wij iets van kunnen leren zal iedereen die zo af en toe de “Westerse Beschaving” ontvlucht niet kunnen ontkennen. Dat niets moet, anders omschreven “de haastloze manier van leven”, waarmee men in de Oosterse landen gezegend is, in ons Westen gezien wordt als achterblijvend, moet gaan veranderen.

Juist het niet aan tijdgebonden zijn en doen wat de natuur je ingeeft is de enige manier om gezond te blijven. Wanneer je op deze wijze leeft, zul je ontdekken dat er echt wel een bepaalde regelmaat is, maar geen enkele klok, mobiele telefoon of media kan je verplichten om ergens aan mee te doen. Eet wanneer je honger hebt, rust wanneer je moe bent en beweeg wanneer je daar behoefte aan hebt. Dat de hedendaagse wereld anders in elkaar zit heeft de mens helaas zelf in de hand gewerkt.

Om te kijken vanaf wanneer het allemaal de verkeerde kant op ging, moeten we nogmaals terug naar de jeugd, het gezinsleven vanaf de geboorte, tot het moment waarop iemand klaargestoomd is om in de maatschappij opgenomen te worden. De start van iemands leven is namelijk één van de meest belangrijke dingen waar het in het verdere leven om gaat.

Wanneer een volwassen persoon besluit om een kind te nemen, zal hij daarvoor bewust de verantwoording moeten nemen. Dit houdt in dat die persoon altijd rekening zal moeten houden met een andere persoon. Dat het rekening houden met de ander juist datgene is waardoor de relatie stuk kan lopen, weet iedereen. Dat het rekening houden met voor een kind echter het allerbelangrijkst is, datgene wat de basis vormt voor een gelukkig leven, zou elke ouder zich zijn hele leven moeten herinneren.

Een kind dat wordt geboren uit liefde tussen twee personen zal een kind zijn wat over het algemeen geen blokkades in het gevoel heeft. Door het vrij zijn van blokkades heeft het kind ook een verhoogde sensitiviteit. In de eerst drie levensjaren zal dit kind dan ook elk gevoel van onvermogen opsporen bij de persoon waar hij of zij dagelijks bij in de buurt is.

Wanneer de peuterspeelzaal zal worden bezocht, komt het kind in aanraking met meerdere personen dan alleen de vertrouwde omgeving van de ouders, dus ook met meerdere gevoelens van onvermogen. Dat deze gevoelens voort kunnen komen uit een blokkade, kan een kind op dat moment nog niet onderscheiden. Wel zal het kind deze gevoelens herkennen.

Daarom zal liefde, door het omarmen en knuffelen van een kind, ervoor zorgen dat het kind geen littekens krijgt van het onvermogen van de personen in de nieuwe omgeving. Dit is een heel belangrijk iets voor een kind wat in de “Westerse wereld” opgroeit en het zou door iedere ouder gedaan moeten worden.

Laat een kind weten dat jij er altijd voor hem bent en wanneer op de één of andere manier de tijd ontbreekt, zul je hem dit uit moeten leggen. Het thuiskomen van school en met een kopje thee of wat dan ook tot rust brengen van een kind is tevens van groot belang. Het kind krijgt dan de kans om datgene te vertellen wat hij beleefd heeft op school en zal dit vervolgens naast zich neer kunnen leggen. Dit geldt niet alleen voor kinderen op de basisschool, ook voor kinderen in het voortgezet of hoger onderwijs blijft dit van belang. Wanneer er doordat de ouders beide werken geen tijd voor een gesprek of rustpunt na schooltijd is, dan kan dit tijdens het eten worden gedaan.

Laat het kind tijdens het eten vertellen wat het op school heeft gedaan. Dit om alle belevenissen met de ouders te kunnen delen. Praat over alles, ook de dingen waarover onbegrip bestaat en probeer op die manier het kind uitleg te geven over de bepaalde situatie. Een kind zal over het algemeen, waarde hechten aan het oordeel van de ouders, omdat zij onbevooroordeeld zijn en alleen kunnen reageren op wat verteld wordt. Probeer er echter geen psychologisch geheel van te maken en houd het gesprek luchtig. Een kind wat omringd wordt door liefde zal zich nooit anders voordoen dan het is en zal altijd oprecht overkomen op de omgeving.

Wanneer de ouders echter een te hoog verwachtingspatroon hebben van het kind zal het zich moeten bewijzen, waardoor er een mogelijkheid bestaat dat het kind gaat liegen.

Dat het niet vertellen van de waarheid, ook voor kan komen door gebrek aan aandacht, zal voor veel mensen begrijpelijk zijn. Wanneer er in een gezin namelijk meerdere kinderen zijn, kan het nooit zo zijn dat beide kinderen dezelfde capaciteiten hebben. Het ene kind kan namelijk een kei zijn in de theoretische dingen terwijl de ander juist zijn of haar vaardigheden op het praktische vlak heeft. Maak als ouders geen onderscheid en laat je door een kind nooit een reactie ontlokken met betrekking tot een oordeel over de ander.

Wanneer een kind hierover praat en een reactie uitlokt, ontstaat er al een competitie die zich in het verdere leven voort kan zetten. Een kind wat door één van de ouders of beide ouders zal worden onderschat, zal er alles aan doen om zich te bewijzen. Het kan ook een andere kant opgaan, waardoor het kind juist dwars zal worden of hierdoor een groot minderwaardigheidsgevoel kan ontwikkelen met alle gevolgen van dien.

Ook wanneer een kind een bepaalde sport beoefent, zal hem of haar duidelijk moeten worden gemaakt dat het een spel is waarvan geen levens afhangen. Competitie als in de topsport, kan ervoor zorgen dat iemand in een isolement terechtkomt. Onthoud daarbij altijd één ding, plezier beleven aan het spel is belangrijker dan winnen.

Dat dit laatste ook in het dagelijkse leven aan de orde is, zou eigenlijk niemand mogen ontkennen. Wanneer iemand een baan heeft die een behoorlijke dosis verantwoording met zich meebrengt, zal er altijd een strijd zijn. Men moet zich namelijk verantwoorden ten opzichte van de meerdere, het management of de directie, maar ook zal deze persoon door de mensen waarvan hij de meerdere is ter verantwoording worden geroepen. Wanneer een dergelijk persoon een goede thuissituatie heeft zal over het algemeen alles vlot verlopen. Zijn er thuis ook wat omstandigheden, die tijd en aandacht vragen, dan zal deze persoon er een zware dobber aan hebben. Het is ook dan weer heel belangrijk dat alle dingen door deze persoon van zich afgeschreven worden, of dat hij dit van zich afzet door een bepaalde manier van ontspanning. Slapen alleen is dan zeker niet voldoende meer.

Ontspannen en relaxen, is voor een ieder heel erg belangrijk. Dat dit bij kinderen al enigszins ingebouwd is, is te zien aan het feit dat ze soms helemaal in zichzelf gekeerd zijn. Meestal wordt dit omschreven als dagdromen. Dat het kind echter weer terugkeert naar zijn gevoel is de betere omschrijving hiervan. Het zal wanneer je vraagt, waar het kind aan denkt, bijna altijd het antwoord “niets of nergens aan” geven. Dit is het stadium waar een volwassene en een ouder kind eens wat vaker in zouden moeten verkeren. Dat dit voor een rationeel ingesteld mens bijna ondenkbaar is weet iedereen. Juist het niet denken aan is een toestand waarin wij als volwassenen vaker zouden moeten verkeren.

Wanneer je namelijk volledig je gedachten uit kunt schakelen, heb je ook geen zorgen en dingen waarover je letterlijk je hoofd kunt breken. De mensen in de Oosterse landen, zijn hier in een bevoorrechte positie. Wanneer er namelijk geen tijdsdruk bestaat en er geen “opgelegde regelmaat” in het leven is, zal een mens veel beter in zichzelf kunnen keren. Door op deze wijze te leven zal het gevoel zorgen voor de regelmaat en dit leiden tot nagenoeg vaste etenstijden, tijd van ontwaken, slapengaan etc..

Wij (westers ingestelde mensen), hebben het onszelf wel heel erg moeilijk gemaakt. Door alle regels en wetten, is de mogelijkheid tot het ontwikkelen van een zuiver gevoelsleven ons eigenlijk ontnomen. Hierdoor is ook het hele probleem betreffende het niet kunnen verwerken van emoties en deze uiteindelijk omzetten in blokkades ontstaan. Niet alleen de dagelijkse dingen, als familie of werkgerelateerde zaken kunnen leiden tot emoties, al dan niet gevolgd door een blokkade. Ook het feit dat er vanuit de regering dingen opgelegd worden, is iets wat een blokkade kan veroorzaken. Dat dit geen extreme vormen aan mag nemen is iets waar iedereen zich bewust van zou moeten zijn.

Onbalans kan door diverse oorzaken ontstaan. Verslaving in welke vorm dan ook is echter één oorzaak die wij als mens zelf in de hand hebben. Bij elke willekeurige persoon kan het gebruik van drugs (soft of hard), namelijk even zoveel of zelfs nog meer gevolgen hebben dan het gebruik van alcohol. Beide middelen hebben een dusdanige invloed dat deelnemen aan het verkeer uitgesloten zou moeten worden. Men verdooft namelijk bij het gebruik van stimulerende middelen (als alcohol en drugs) een stukje gevoel waardoor wijziging van het concentratie en reactievermogen optreedt. Dit kan ontaarden in een staat van buiten jezelf verkeren. Bij langdurig gebruik zal het leven zonder deze middelen niet meer mogelijk zijn.

Ook het toedienen van kalmerende middelen (antidepressiva) bij personen van welke leeftijd dan ook kunnen bij langdurig gebruik ontaarden in een blokkade van lichamelijke aard. Wanneer men namelijk niet zijn gevoelens kan uiten, zal er in het lichaam van de betreffende persoon een onverwerkt stukje emotie gaan nestelen. Dat dit bij de meeste mensen op de zwakke plek zal zijn is inmiddels bekend. Ieder mens heeft tenslotte een deel van het lichaam wat niet helemaal volmaakt is of anders gezegd een orgaan of lichaamsdeel wat niet optimaal functioneert en meer energie nodig heeft.

Wanneer iemand vrij is van blokkades op lichamelijk, geestelijk en emotioneel niveau, is hij klaar om door te gaan naar de volgende fase. Wanneer die fase bereikt is zal deze persoon dit zelf inzien. De persoon zal dan in de opperste staat van bewustzijn verkeren en zich dingen herinneren, het punt waarop denken overgaat in weten. Pas wanneer de persoon de fase van het weten heeft bereikt, weet hij ook werkelijk dat er geen goed of kwaad bestaat.

Wat voor de ene persoon goed is kan voor de ander helemaal verkeerd zijn. Van belang is te weten dat iemand de dingen die hij doet alleen uit eigenbelang of beter gezegd zelfbescherming doet en dat het nooit bedoeld is om een ander hiermee te kwetsen. Wanneer men dit als vanzelfsprekend beschouwt, is de fase van het “werkelijk weten” bereikt. Niet het verstandelijk weten. Niet iets wat te leren is door een studie maar “de herinnering en het weten vanuit het hart”. Daarnaast zal een groot aantal personen (waaronder de lichtkinderen) de medemens er van kunnen overtuigen dat er voor nagenoeg iedereen een mogelijkheid bestaat om deze fase “het weten” genoemd, te bereiken.

Kinderen die worden geboren, zijn in de mogelijkheid gesteld om alle zuiverheden weer naar boven te brengen. Men noemt hen daarom ook wel lichtkinderen. Zij leiden de mens, (ouder, familielid of leerkracht) als vanzelfsprekend naar de weg waar deze persoon het beste heen kan gaan. Dit zal niet altijd middels een gesprek gaan maar vaak door het handelen van het kind. Wanneer de ouders het kind hebben geleerd de dingen onder woorden te brengen zal het kind dit wel doen en ook de capaciteiten daartoe hebben.

Vraag je als toekomstige ouders af of je nog blokkades hebt. Weet dat wanneer je een kind krijgt en je daarnaast zelf niet helemaal in balans bent, de mogelijkheid bestaat dat deze onbalans op je kind overgebracht wordt. Praten over, emoties tonen of wanneer je dit niet gewend bent het van je afschrijven, is een heel belangrijk iets.

Wanneer je namelijk alle dingen die je zwaar vallen, waarmee je in onvrede leeft, dagelijks mee moet dragen zal er zeker een tijd komen dat energie voor andere belangrijke zaken (en mensen) in je leven er niet meer is. Ook heb je door het niet verwerken van bepaalde emoties altijd een extra last mee te dragen. Deze last wil je jouw kind natuurlijk niet vanaf de geboorte al meegeven. Baby's die vanaf dag één huilen ondervinden hier ongetwijfeld hinder van. Het zelfhelende vermogen wat elke baby heeft kan hierdoor zelfs aangetast worden.

De natuurlijke onschuld van een kind kan door de blokkade die de ouders hebben of één van de ouders heeft, ontregeld raken. Wanneer je dit als ouder erkent, kun je hieraan gaan werken. Je zult bij het werken aan en het verwerken van, zien dat je kind het ook een stuk beter doet. Een gezonde leefgewoonte, met voldoende rust en ontspanning zal daar zeker ook bij horen. Want een persoon hoeft niet persé een ernstige blokkade te hebben om in onbalans te zijn. Het kan natuurlijk ook voortvloeien uit het niet tot rust komen. Wanneer je als persoon dagelijks bezig bent met het werk, het maken van moeilijke keuzes of zoals bij velen de schijn ophouden, kan dit zich wel ontwikkelen tot een ernstige blokkade. Je hoort altijd dat men zegt dat het werk en privé gescheiden moeten blijven. Wanneer een mens zich echter niet kan losmaken van het werk, zal het heel erg moeilijk zijn om het één van het ander te scheiden.

Een thuis zou natuurlijk voor iedereen een rustpunt moeten zijn, de plek waar je juist helemaal jezelf kunt zijn. In de loop der jaren kan het echter zijn dat door het opstapelen van probleempjes er een reusachtige blokkade ontstaat waar je niet meer overheen kunt kijken.

Wanneer je dan thuis niet de mogelijkheid hebt om je te uiten kan dit eveneens extra druk uitoefenen op je relatie of wanneer je kinderen hebt, je gezin. Daarom is het voor een ieder van groot belang dat hij iets vindt om zichzelf te kunnen ontspannen. Dat ontspanning ook een soort afleiding mag zijn zul je zelf begrijpen. Wanneer een bepaalde sport, hobby of manier van leven dat rustpuntje biedt, is al de helft gewonnen. Ieder mens heeft dit tenslotte nodig.

Je zult bij mensen die alleen voor hun werk leven zien dat de spirit er totaal uit is wanneer zij niet meer hoeven te werken. Deze mensen voelen zich dan vaak overbodig waardoor het verstandelijke deel van de mens het gevoelsdeel gaat overnemen.

Dit is ook het geval bij mensen die langdurig thuiszitten door een ongeval of ziekte. Wanneer de mens naast het werk en het dagelijkse ritme waarin hij zich bevindt, geen enkele andere bezigheden heeft zal het risico om overspannen te raken zeker tot de mogelijkheid behoren. Wanneer de mens geen doel meer heeft, zal ook de wil om te leven op een gegeven moment er niet meer zijn. Een blokkade die een persoon vanaf de geboorte of in de vroege jaren heeft meegekregen zal dan opspelen. Een nieuw lichtpuntje in het leven van een dergelijk persoon kan soms net het verschil maken waardoor een mens opknappt of het juist opgeeft.

Omdat er heel veel mensen zijn die geen hobby's hebben omdat ze daar gewoonweg nooit tijd voor vrij hebben kunnen maken, zal een leven na de dagelijkse hectiek een zeer moeizaam iets worden.

Wanneer een persoon die geen hobby's heeft, in zijn leven vele malen geconfronteerd is met veranderingen, zal hij ook over deze periode in het leven gemakkelijk heenstappen. Het kunnen zien van nieuwe uitdagingen is daarbij van groot belang. Dit kan door bijvoorbeeld na werktijd, wanneer men de vut- en/of pensioengerechtigde leeftijd heeft bereikt, iets te gaan doen waar men als werkende persoon niet aan toe gekomen is en wat men altijd al heeft willen doen. Je kunt dan denken aan emigreren of wanneer de financiën het toestaan reizen en die dingen doen waarvan men altijd heeft gedroomd.

Dat alle dingen die in de voorgenoemde pagina's omschreven staan uiteindelijk ook gevolgen hebben voor de wereld op zich, kun je niet meer ontkennen. Want niet alleen de regering in een land is verantwoordelijk voor de dingen die gebeuren, ieder individu, een wezen met een eigen persoonlijkheid draagt een steentje bij aan het (wel)zijn van de aarde. Daarbij moet ook iedereen inzien dat hijzelf de verantwoording draagt voor alles wat er gaande is. De wijze waarop dingen veranderen heeft niet alleen de regering, de economie, de wetenschap maar uiteindelijk de mens veroorzaakt.

Wij (de personen in de westerse landen) met al onze wijsheid en opleidingen, zijn eigenlijk een soort omgekeerde evolutie aan het meemaken. We staan in feite opnieuw aan het begin van alles wat is. We werken om te leven en proberen steeds weer een stapje vooruit te komen. Een aantal mensen proberen het gevoel van in een bevoorrechte positie te zijn geboren te compenseren door de wat minder fortuinlijke en gesitueerde medemens te helpen.

Dit is zeker een nobel streven en wanneer je daadwerkelijk die mensen op het pad brengt wat leidt naar zelfstandigheid, is het ook goed. Laat net als bij kinderen het initiatief bij de betreffende personen.

Westerse mensen hebben een bepaalde manier van leven en denken van huis uit meegekregen, daarnaast onze “normen en waarden”. Besef alsjeblieft goed dat wanneer iemand van huis uit iets anders heeft meegekregen, dit niet meteen verkeerd of slecht hoeft te zijn. De diversiteit of eigenlijk beter gezegd “wijze” waarop iemand zijn leven leeft is al jaren aan de orde. Dit heeft ook bepaalde charmes. Nu de verschillende culturen samensmelten wordt er door vele mensen gezocht naar een middenweg. Dit is het beste van alles. Wat we van de niet westerse mensen kunnen leren is het familiegevoel.

In onze cultuur leeft iedereen voor zichzelf en worden alleen mensen met kinderen door school en sport nog met elkaar in contact gebracht. Grote families en geloofsgenoten die elkaar opzoeken tijdens bruiloften en begrafenissen, komen over het algemeen in meerdere culturen voor.

Oordeel niet over datgene wat je niet weet, kent en hebt ervaren. Wanneer mensen ervoor kiezen om er een bepaalde levenswijze op na te houden, is dit de keuze van de mens. Je kunt natuurlijk een mening hebben over die levenswijze. Dat mensen verschillen is absoluut iets wat nodig is om de wereld te laten draaien.

Er zijn doeners en denkers, mensen die willen sturen en mensen die gestuurd willen worden. Wanneer er een balans is in de verdeling van de keuzes die de mens maakt, zal er ook absoluut geen oorlog meer zijn. Wanneer echter blijkt dat de mens die zichzelf als denker ziet ineens een doener wil worden of een mens die gestuurd wordt opeens zelf de leiding (het stuur) over wil nemen ontstaan er conflicten.

Onderdrukking, hebzucht en macht kunnen tevens tot conflicten leiden. Wanneer iemand in zijn of haar relatie, werk of omgeving onderdrukt wordt, kan ineens de bom barsten. De persoon wordt zich bewust van de situatie en zal verzet tonen. Het gevaar bestaat dat er bij een dergelijke groep mensen een leider opstaat, die het initiatief neemt in negatieve acties. Daarom geldt ook hier weer dat er gesproken moet worden over emoties. Wanneer men emoties niet uitspreekt, zal het bekende sneeuwbaaleffect optreden. De mensen die zich onderdrukt voelen vinden steun en voelen gelijkheid met de betreffende leider. Omdat de situatie waarin zij zich bevinden voor hen geen uitkomst meer biedt, laten zij zich vaak overhalen om zich aan te sluiten bij het betreffende verzet. Het niet helder denken en de overheersende negatieve emoties nemen dan de overhand en kunnen zorgen voor uiterst gevaarlijke situaties.

Dat er mensen misbruik maken van dit soort situaties is algemeen bekend. Niet alleen terroristische bewegingen maar ook regeringsleiders maken zich schuldig aan deze wijze van misbruik. Wanneer je namelijk de “zwakkere” mensen uit de samenleving het idee geeft dat zij iets aan hun situatie of de situatie waarin hun ouders of lotgenoten verkeren kunnen veranderen, zullen zij zich vrijwel altijd aansluiten.

Bij ieder mens komt op een gegeven ogenblik het besef naar boven dat hem onrecht wordt aangedaan. Dit kan van huis uit worden meegegeven of door eigen ervaring naar boven komen. Zwakkere mensen wil niet altijd iets zeggen over de begaafdheid van een persoon. Natuurlijk kan een zeer begaafd persoon een uiterst negatieve organisatie dienen. Dit komt voornamelijk voort uit negatieve emoties als woede (wrok), jaloezie, verdriet, angst of schuldgevoel.

De mensen die uit schuldgevoel handelen, zullen net als de mensen die onderdrukt worden een ongelofelijke kracht ontwikkelen waar niemand iets tegen kan beginnen. Een negatieve leefomgeving en gewoonte zullen daarnaast ook nog extra olie op het vuur gooien. Zelfs wanneer een kind liefdevol wordt opgevoed, kan het ineens de verkeerde weg kiezen. Niet alleen de thuisbasis maar ook vrienden en vriendinnen kunnen een negatieve lading meebrengen. Wanneer een persoon emotioneel zwak is, zul je begrijpen dat deze juist dan makkelijk te beïnvloeden is. Het zal je niet verbazen dat heel veel jonge mensen zich aansluiten bij een club of groepering van mensen die zich onderdrukt voelen. Een kind in de pubertijd bijvoorbeeld of een kind wat leeft in tegenstrijdigheid, bijv: wanneer het van huis uit andere normen en waarden meekrijgt dan wat men op school leert. Dit kind kan dan een makkelijke prooi zijn.

Hierbij wil ik eindigen. Niet omdat er niet meer te schrijven is maar omdat het voldoende informatie bevat om mee aan de slag te gaan. Natuurlijk moet ik daarbij zeggen dat niets moet en alles mag. Er geen goed en fout bestaat. Alleen de persoon zelf kan beslissen wat uiteindelijk voor hem of haar werkt.

Leven Leren Herinneren Weten

Met dit boek wil ik u laten zien, hoe een mens zijn of haar leven kan leven zonder blokkades. Natuurlijk moet ik daarbij zeggen dat dit niet voor ieder mens de meest gemakkelijke opgave is en het helaas ook niet voor iedereen zomaar is weggelegd. Ik heb echter de mogelijkheid gekregen om de stappen die een mens kan nemen te verwoorden en mag dit dan ook voor een ieder die het lezen wil doen.

Het schrijven van dit boek is spontaan begonnen. De woorden hiervoor kwamen zonder nadenken op papier.

Ik wil het volgende nogmaals benadrukken:
“Niemand is zwak wanneer hij iemand nodig heeft die hem helpt!”. Dit geldt voor alle dingen en gebeurtenissen in een mensenleven. Besef echter goed dat een ander jou als mens niet kan genezen. Je dit wel kunt met behulp van. Net als voor alle dingen in het leven geldt je moet het uiteindelijk zelf doen.

Wanneer je iets overwint kom je er sterker uit, hierdoor leer je om te gaan met hindernissen.

Succes!

Sonja Ulrich