

METHODE 2

+ 'PSYCH-K'

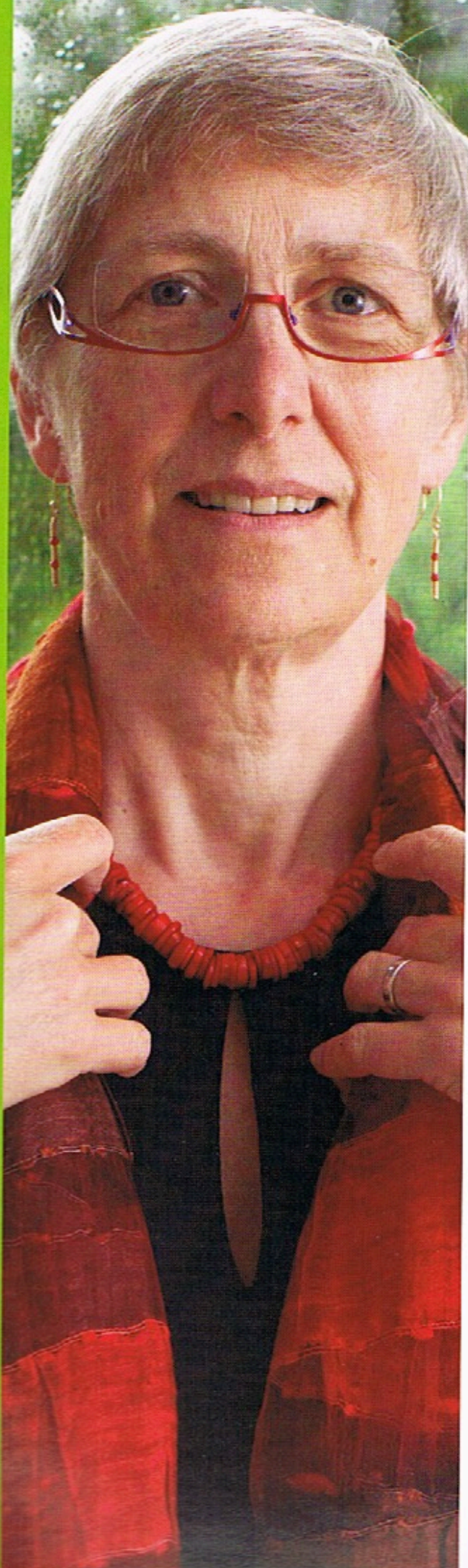
“We hebben allemaal duizenden belemmerende overtuigingen en opgeslagen alarmsignalen; via PSYCH-K ben je zelf in staat je er direct van te bevrijden”

MARINA RIEMSLAGH

Wanneer ben je met PSYCH-K begonnen?

Dan moet ik eerst vertellen hoe ik ertoe gekomen ben. Voordat ik met PSYCH-K aanving, heb ik onderzoek gedaan aan de universiteit van Leuven (KU Leuven) naar gespreksvoering tussen hulpverleners en cliënten. Daarvoor heb ik meer dan negentig gesprekken opgenomen. Ik ontdekte dat de hulpverlener zich op een bepaald moment incorrect begint te gedragen. Hij gaat van een open houding naar een verdedigende of zelfbeschermende houding, waardoor het contact slechter wordt. Er gebeurt iets in zijn hersenen waardoor hij een zijstraat neemt. De proefpersonen waren zich er helemaal niet van bewust dat ze dit deden. Het was een grote schok voor ze.

Pas later vond ik hoe we iets aan dit onderbewust gestuurde gedrag kunnen doen. Onze reactie op een trauma is altijd hetzelfde. Het is belangrijk om weten dat we allemaal heel veel trauma's meemaken. Alle controleverlies is traumatisch, veel meer dan over het algemeen aangenomen wordt. Stel je voor dat je als vierjarige op je fietsje rijdt en je valt. Het moment dat je valt, dus tussen het op de fiets zitten en het op de grond liggen, ben je de controle kwijt, dan krijg je een black-out. Dan slaat je brein geen herinneringen op, maar wel aparte zintuiglijke signalen met de code 'help, ik ga dood'. Deze signalen worden in de aparte centra van ons brein opgeslagen, volledig onbewust. Je maakt ook een kleine samenvatting van de gebeurtenis, bijvoorbeeld 'als ik zo dicht bij de stoep fiets, val ik'. Die samenvatting is een overtuiging die zich in het onderbewuste nestelt. Als er zich nu, in je huidige leven, een situatie voordoet waarop je drie van die zintuiglijke signalen weer tegelijkertijd meemaakt of waarbij je overtuiging geraakt wordt, dan ervaar je stress of zelfs paniek: je systeem gaat weer in alarm en zijn eigen gang. Het probleem met deze zintuiglijke alarmsignalen is dat er geen herinnering van bestaat. Daardoor werken heel wat therapieën niet om ze op te ruimen. We kunnen er niet bij, met PSYCH-K kan dat wel.



En hoe kwam je bij PSYCH-K uit?

In 2011 ben ik met PSYCH-K begonnen. Ik was naar een lezing van Bruce Lipton geweest en daar lagen flyers van deze methode en van Reconnective Healing. Ik ben ze beiden gaan bestuderen. Ik was weliswaar erg sceptisch. Ik denk dat er niemand sceptischer was dan ik over de uitspraak dat PSYCH-K zo ongeveer alles kon veranderen. Maar al na de eerste dag van de Basisworkshop was ik ongelooflijk enthousiast. Ik zou dit leren en uitdragen in België. Dat wist ik direct.

Wat heb je die eerste dag dan geleerd?

De eerste dag krijg je mee hoe je spiertesten kan doen en je leert hoe je je onderbewuste kan herprogrammeren. Spiertesten zijn de manier om met je onderbewuste te communiceren. Als iets waar is voor je onderbewuste, dan zijn je beide hersenhelften geactiveerd en daardoor vloeit er veel elektriciteit door je brein en ook doorheen je hele lichaam. Die kracht (ook spiertonus genoemd) voel je terug in je vingers of arm waarmee je de test doet. Vloeit er veel elektriciteit door ons systeem, dan testen we sterk. Dan functioneren we optimaal.

Wat is mogelijk met PSYCH-K?

Alles is mogelijk. Ik geloof en ik leef dat. Tot nog toe is er niets onmogelijk gebleken: relaties in vrede brengen, lichaamsproblemen aanpakken, anderen helpen op afstand, onze eigen toekomst modelleren. Ik had vroeger bijvoorbeeld geregeld gezondheidsproblemen, maar nu test ik sterk op 'ik ben in optimale gezondheid'. Dat is ook zo, ik ben kerngezond.

Wat betekent dat, dat je sterk test?

Het kan gebeuren dat een overtuiging onderbewust zwak test. Dat wil dan zeggen dat je onderbewuste die overtuiging niet ondersteunt. Ons onderbewustzijn stroomlijnt ons leven in overeenstemming met onze overtuigingen. Ons brein zoekt voortdurend naar overeenkomsten tussen onze binnen- en buitenwereld. Heb je ondersteunende overtuigingen, dan zie en ervaar je vrede en succes in je lichaam en in de wereld rondom. Je trekt het als het ware aan, omdat het onderbewustzijn veel sneller werkt dan het bewustzijn. Heb je belemmerende overtuigingen,

dan verloopt je leven lastiger: je realiseert dan je eigen belemmeringen. Het is dus van groot belang dat we onze belemmerende overtuigingen over onszelf en anderen veranderen. Een workshop begint altijd met te testen of je onderbewuste bereid is om verandering toe te laten. Als het antwoord daarop 'nee' is, dan maak je contact met je hogere bewustzijn om te vragen of het veilig en passend is om verandering toe te staan. Ook dat antwoord testen we met de spiertest. Doorgaans is het OK om verandering eenvoudig en leuk te vinden in plaats van lastig en moeilijk. Dan doen we een procedure om de overtuiging 'veranderen is voor mij eenvoudig en leuk' in het onderbewuste te schrijven.

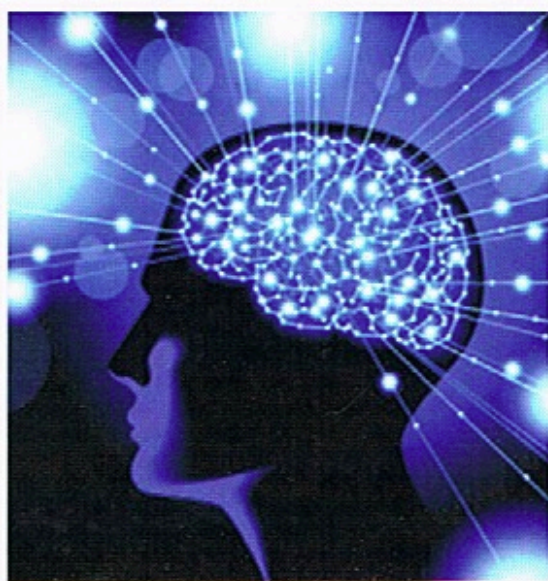
Wat is een procedure?

Een procedure noemen we een 'balans', omdat het je bewustzijn, je onderbewustzijn en je hogere bewustzijn met elkaar in balans brengt. PSYCH-K werkt met elf verschillende balansen, manieren die je onderbewuste kan kiezen om een probleem aan te pakken. Gedurende sommige balansen

werken we met energiepunten op het lichaam. Zo bevindt het energiepunt gerelateerd aan 'loslaten' zich naast je navel en het energiepunt van 'spirit' onder je schouderbladen. De balansen transformeren zowel non-verbale stress als verbaal geformuleerde overtuigingen. Dat kan door op energiepunten energie toe te voegen, gebruik te maken van bewegingen of van een bepaalde manier van ademen.

Die balansen lijken op methodes die de mens al heel lang toepast, klopt dat?

De balansen volgen inderdaad oude wetmatigheden, oude wijsheden, ik ben blij dat je dat zegt. Als Jezus de blinden genas, gebruikte hij dezelfde procedure als we in PSYCH-K volgen. Eerst vraagt hij de blinde wat hij wil. De blinde kiest bewust. Dan slaat hij zijn ogen ten hemel. Daarmee vraagt hij het hogere zelf om toestemming. Dan maakt hij een papje van klei en brengt dat afwisselend bij het ene en het andere oog aan. Dat is de beweging waardoor het onderbewustzijn transformeert. En als de blinde dan uiteindelijk kan zien, dan zegt hij hem naar de oudsten te gaan om te laten zien dat hij genezen is. Ook die laatste actiestap is een wezenlijk onderdeel van PSYCH-K. Actie is bewust ervaren dat de



verandering heeft plaatsgevonden. Het onderbewuste heeft weliswaar het lichaam veranderd, maar het bewustzijn moet dat kunnen bevestigen.

Je geeft dus eigenlijk nieuwe informatie aan je onderbewuste?

Je kan PSYCH-K zien als het 'defragmenteren' van de data in je computer. Je hebt teksten of een softwareprogramma dat je wilt vervangen. Je vervangt de belemmerende tekst in een ondersteunende tekst of je installeert een nieuw programma. Zodra dat is gebeurd, is de oude tekst verdwenen of heb je geen toegang meer tot het programma dat jou blokkeerde. Met deze techniek kun je zowel de teksten als de software van je mind herschrijven.

De software van je mind zeg je, maar hebben niet ook onze cellen geheugen?

Jazeker zit die software ook in onze cellen, in heel ons lichaam-zielgeest systeem. We zijn meercellige wezens. Onze eerste cel bestaat al uit twee, de helft komt van je vader en de andere helft van je moeder. En wat zij hebben opgeslagen in hun leven, krijg je met die cellen mee. En niet alleen wat zij meemaakten, ook wat hun ouders en voorouders hebben meegemaakt en opgeslagen. Ik ontdekte dat laatst in de opera waarin het verhaal een vrouw werd vermoord. Op dat moment voelde ik me misselijk worden en dan check ik meteen wat er aan de hand is. Ik weet namelijk heel erg zeker dat ik in dit fysieke leven niemand vermoord heb. Ik test dus de overtuiging 'ik vermoord een vrouw'. Sterk. Op dat moment weet ik dat er iets zit uit mijn bredere (familie)geschiedenis. Vervolgens voer ik een speedprocedure uit om de stress van die overtuiging af te halen, en ze om te keren naar 'ik heb diep respect voor vrouwen' waardoor ik direct weer blij en rustig de opera kan beluisteren. Waar het dus eigenlijk om gaat is dat je de stress van bepaalde

overtuigingen en gedrag afhaalt. Bij 'stress' gebruiken we ons brein niet optimaal. Er zijn dan belemmerende overtuigingen of zintuiglijke alarmen actief die je verhinderen jezelf te zijn. PSYCH-K maakt het mogelijk om met je onderbewustzijn te communiceren en het te transformeren tot vrede. Voor zover ik weet – en ik heb heel wat methodes uitgetest – is er geen andere methode die dat zo effectief en zo snel kan. Door PSYCH-K kunnen we de traumatische signalen waar geen herinneringen van zijn – dit zijn dus de meest pijnlijke momenten die in ons systeem een black-out hebben veroorzaakt – onschadelijk maken. Dat deze signalen verspreid zitten in het brein en dat er geen herinneringen van zijn, heeft tot gevolg dat we die ook niet kunnen aanpakken met methoden die op het bewustzijn werken. Het moet echt via het onderbewuste gaan. In PSYCH-K spreken we overigens van 'onder'bewuste in plaats van 'on'bewuste. Het onbewuste is inderdaad niet toegankelijk, maar met PSYCH-K kunnen we het wel transformeren omdat we het onderbewustzijn de opdracht geven alles wat met een bepaalde overtuiging of lastige situatie te maken heeft, zelf op te ruimen. Het onderbewustzijn werkt als een machine en voert perfect uit wat we vragen.

Zijn er grenzen voor wat je kunt bereiken?

Met PSYCH-K heb je een methode in handen die je voor de rest van je leven kunt gebruiken. We hebben allemaal duizenden belemmerende overtuigingen en opgeslagen alarmsignalen. Die komen naar boven op de meest onverwachte momenten, dus kan je beter zelf in staat zijn je er direct van te bevrijden. Ik heb allerlei mensen begeleid die ongelooflijk veel effect hebben ervaren. Bij ongewenst gedrag en ook bij fysieke klachten. Echt, het is ongelooflijk. Ik weet nog niet waar de grenzen liggen van de mogelijkheden. Ik denk dat er geen andere grenzen zijn dan die in ons hoofd.

